

**PAULUS
AKADEMIE**
STELLT
FRAGEN
ZUR
ZEIT

paar**bildung**

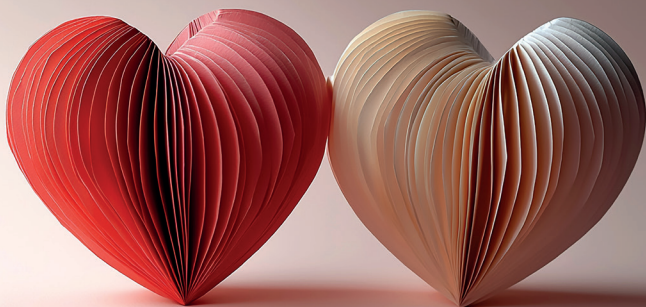


Bild: Adobe Stock

Workshop

MEHR NÄHE DURCH ACHTSAMKEIT *BEWUSSTER LEBEN UND LIEBEN* *IN DER PAARBEZIEHUNG*

Dienstag, 27. Mai 2025, 18.30 bis 21.00 Uhr
Paulus Akademie, Pfingstweidstrasse 28, 8005 Zürich

MEHR NÄHE DURCH ACHTSAMKEIT

BEWUSSTER LEBEN UND LIEBEN

IN DER PAARBEZIEHUNG

In jeder Partnerschaft gibt es Momente, in denen wir einander verletzen – meist nicht mit Absicht, sondern aus Situationen heraus, in denen wir überrumpelt und von Impulsen gesteuert werden. Auch wenn sich solche Situationen meist nicht vermeiden lassen, können wir lernen, bewusster mit ihnen umzugehen. Achtsamkeit kann dabei ein Schlüssel sein. Sie kann helfen, Situationen bewusster und behutsam zu gestalten.

Wie kann Achtsamkeit eure Partnerschaft bereichern? An diesem Workshop taucht ihr gemeinsam in das Thema ein. Ihr lernt eure Gedanken und Gefühle bewusster wahrzunehmen und euch im Hier und Jetzt als Paar authentisch zu begegnen – für mehr Verbindung und Lebendigkeit in der Partnerschaft.

Einen Workshop in Kooperation mit paarbildung

Leitung

Robert Büchel-Thalmaier ist Paarberater bei der Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich und mit eigener Praxis.

Verantwortung

- Sylvia Sperka, Projektleiterin bei paarbildung
- Dana Sindermann, Leiterin Fachbereich Wirtschafts- und Sozialethik, Paulus Akademie

Unkostenbeitrag (inkl. Umtrunk)

Der Workshop ist ausschliesslich für Paare buchbar.

CHF 60 / CHF 40* pro Paar

* für Mitglieder Gönnerverein Paulus Akademie und FKSZ, mit KulturLegi und AHV/IV-Ausweis

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um **Anmeldung** bis **23. Mai 2025**.

Alle Veranstaltungen auf paulusakademie.ch