

# Innere PermaKultur

Wir Menschen im  
Jahreskreis der Natur

In Thalwil ZH & Umgebung

Jahreskurs 2023 - jeweils sonntags

29.1. 19.3. 30.4. 11.6.

23.7. 17.9. 22.10. 17.12.

*Patricia Schintz*  
PSYCHOTHERAPIE



Wohin ruft dich deine weitere Lebensreise? Welche Samen möchtest du fortan in die Erde legen, auf der dein Leben fusst? Welche Knospen möchtest du zur Reife tragen und welche Früchte ernten? Wie nachhaltig gehst du mit deinen eigenen Ressourcen um? Was sind deine Gaben und wie bringst du sie ein in die grossen Kreisläufe des Lebens? Wie gestaltest du Übergänge? Gönnst du dir ab und an Stille, in der du innehalten und die Verbindung zu deinen Wurzeln pflegen und nähren kannst?

Als Menschen bewegen wir uns an der Schnittstelle zwischen Natur und Kultur. Wir sind stets eingebunden in die grossen, natürlichen Zyklen und gleichzeitig in der Lage, innere und äussere Lebensräume bewusst und artgerecht zu gestalten. PermaKultur ist für mich eine innere Grundhaltung, ein Wertesystem, aus dem heraus ich mein Handeln in allen Facetten des Lebens stetig, konkret und alltagsnah reflektieren und neu ausrichten kann.

Dieser Kurs ist eine Art Seelenwerkstatt, in der wir von der Natur und in Gemeinschaft lernen, unserer inneren Weisheit wieder mehr zu lauschen und zu vertrauen. Alles ist da. Das Wunder und die Schönheit des Lebens sind in jedem von uns. Die Vielfalt unserer Arten macht uns reich. Wir experimentieren einzeln und in der Gruppe mit verschie-

denen kreativen Zugängen. Alle Übungen sind Angebote und jederzeit freiwillig. Ich lade uns als Gruppe gemeinsam ein, uns selbst und anderen auf neugierige und zugleich feinsinnige Art zu begegnen und füreinander Raum zu halten. Vorkenntnisse sind keineswegs erforderlich.



### KURSLEITUNG

Patricia Schirtz - Psychotherapeutin

### INFOS & ANMELDUNG

+41 79 100 22 04

[praxis@patriciaschirtz.com](mailto:praxis@patriciaschirtz.com)

[www.patriciaschirtz.com](http://www.patriciaschirtz.com)

### TEILNEHMER

Max. 12 Teilnehmende

### KURSORT

Zentrum für Bewegung Thalwil & Umgebung - 15 Min Zugfahrt ab Zürich HB

### JAHRESKURS 2023

29.1. 19.3. 30.4. 11.6.

### JEWELNSONNTAGS

23.7. 17.9. 22.10. 17.12

### KURSZEITEN

Jeweils 9 bis 17.30 Uhr

### KOSTEN

200 CHF/ Tag

### INKL. MATERIAL

Ermässigung auf Anfrage