

Unkostenbeitrag

CHF 330/220* pro Person

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

Anmeldung

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um **Anmeldung** bis
16.09.2026.

Mithilfe Kochen / No Smartphone / No Alkohol

Ort

In der Natur im Grossraum Zürich

Treffpunkt, Pack- und Einkaufsliste folgen nach der Anmeldung

Kontakt

info@paarbildung.ch

paar  **bildung**

ZURÜCK ZU UNS DAS BEZIEHUNGS-RETREAT IN DER NATUR



Retreat

**PAULUS
AKADEMIE
STELLT
FRAGEN
ZUR
ZEIT**

SA 26.09.2026, 11 Uhr bis
SO 27.09.2026, 16 Uhr

paar  **bildung**

Manchmal wird der Raum zwischen uns leiser.
Der Alltag läuft, Routinen greifen – und wir ver-
säumen, was uns wirklich wichtig ist.

Dieses Wochenende bringt euch raus aus dem
Gewohnten und hinein in ein gemeinsames
Naturerlebnis. Ihr seid mit einer Gruppe als Paar
unterwegs, packt gemeinsam an, löst Aufgaben
und erlebt euch als Team in Bewegung –
begleitet von inspirierenden Paarübungen.

Reduziert auf das Wesentliche entsteht dabei
Raum für echtes Erleben, Präsenz und
Verbundenheit.

Leitung

- Sylvia Sperka, Psychologische Beraterin, Paartherapeu-
tin und Projektleiterin von paarbildung
- Marion Betschart, Erlebnispädagogin, Sozialarbeiterin
und Naturliebhaberin
- Dana Sindermann, Leiterin Fachbereich Wirtschafts-
und Sozialethik, Paulus Akademie

Auf was ihr euch freuen dürft

Gemeinsam anpacken und erleben: Feuer machen, kochen,
Nachtlager aufbauen, draussen sein – einfache Tätigkeiten in der
nährenden Natur werden zu reichen gemeinsamen Erfahrungen.

Eure Beziehung vertiefen: Mit gezielten Übungen und kleinen
Ritualen geben wir euch Impulse für mehr Nähe, Präsenz und
Verbindung.

Eine Nacht unter Sternen: Wenn es dunkel wird und sich der
Trubel des Alltags legt, entsteht Weite. Die Natur lädt euch ein,
zur Ruhe zu kommen, durchzuatmen und einander neu wahrzu-
nehmen.

Die Kraft des Feuers: Am Lagerfeuer entsteht Raum für Austausch
und Begegnung. Die wärmenden Flammen öffnen oft auch einen
stillen Zugang zu dem, was in uns lebendig ist.

Kommt mit offenem Herzen und Neugier, warmer Kleidung und
der Bereitschaft, euch berühren zu lassen. Wir freuen uns darauf,
diesen besonderen Kreis mit euch zu teilen.

Sylvia & Marion

