

## *Jahres-Zyklus-Workshop 2026*

*... der Weg zu dir...*

*...Beziehungen leben, lebendig im ... innen wie aussen – aussen wie innen.*

*Hermetisches Prinzip*



Mit dir selbst und dem Gegenüber in Beziehung treten, in Begegnung wachsen und heilen: Voraussetzung dazu ist die Kraft der Neugierde, deine Aufrichtigkeit (Wahrhaftigkeit) und die Bereitschaft dich über die Module bindend einzulassen.

In diesem Zeitraum erforschen wir als Kleingruppe das Potential des Heilungsfeldes. Prägungen, Beziehungsmustern, Familiendynamiken, Glaubenssätze, Körpersymptome/Blockaden, energetische Schnüre, Trauma, wollen erkannt und abgelöst werden. Neue Erlebnisse und Wahrnehmungen auf Ebenen Körper/Geist & Seele, Emotionen und der Zeitachse zu bewirken, bringt den Segen und die Ermächtigung im Alltag einen anderen Umgang in Beziehung zu gestalten. Mit dem Bewusst-Sein und Gewahrsein darüber, erhalten wir nachhaltige Veränderungen und wundervolle Möglichkeiten unseren individuellen Weg zu gehen.

Jede/r hat die Gelegenheit, an einem Tag ihr/sein ganz persönliches Thema einzubringen. Dabei profitiert natürlich nicht nur diese Person sondern die ganze Gruppe. In der Begegnung wachsen wir über uns selbst hinaus, wir können uns gemeinsam weiter entwickeln. Die Gruppe ist aktiv und unsere individuellen Fähigkeiten bilden einen Schatz von Ressourcen welche allen Teilnehmer/Innen zu Gute kommen.

Durch Meditationen, Rituale und Achtsamkeit schaffen wir ein tragendes Feld, das uns in unserer Absicht unterstützt. Dabei ist es wichtig sich selbst und den Mitwirkenden wohlwollend und unterstützend zu begegnen. In der geschützten Gruppe haben persönliche Themen wie Partnerschaft, Familie, Sexualität, Visionen, Arbeit, Gefühle (Hilflosigkeit, Wut, Schuld, Scham, Lebensfreude, Traurigkeit, Verlust, etc.) ihren Platz. Wir nutzen verschiedene Therapie-Ansätze und legen Wert auf individuell einsetzbare Werkzeuge.

Willkommen, wir freuen uns auf Euch und den Begegnungsstanz.

Valérie Zwyssig-Stoll (Kursleitung)  
Polarity – systemische Arbeit – ISP  
CranioSacral - SE-Trauma-Auflösung -  
Prä&Perinatale Geburtstherapie

Gabrielle Gern (Assistenz)  
Shiatsu -NLP -  
CranioSacral – SE-Trauma-Auflösung

**Der Workshop findet in der Praxis an der Höschgasse 28 in Zürich oder im Aurum, Neugasse 18, Baar/Zug statt.**

Folgende Samstage oder Sonntag sind von 12.45h bis 18.15h zu reservieren:

Modul 1: Samstag, 21.3 oder Sonntag 22.3.2026 (18.4./19.4. Ausweichdatum)

Die Module (je nach Anzahl TeilnehmerInnen 6-8mal) und allfällige Verschiebungsmöglichkeiten werden im 1. Modul gemeinsam besprochen.

Inhalt	
1. Modul	Willkommen - Kennenlernen – Austausch – Karten ziehen sich beziehen; Absicht (Grundlagen des Workshops) - Organisation – Rückmeldungen; Vorbereitung für kommende Module (Theorie); Beziehung zum eignen inneren Kind und dessen Themen & Bewältigungs-Strategien klären, Körperbild; Raumthematik,- Prägungsmuster, Geistige Prinzipien; Meditationen -Open Space -Stille, Integration, Abschlussritual

Inhalt	
Module	Austausch - Theorie -Thema von KursteilnehmerIn – in&out – Karten ziehen & sich beziehen - Beziehungsarbeit; Raum klären und Feld stabilisieren;  Individuelle Prozessarbeit; eigenes Thema/ Anliegen im Mittelpunkt;  AHA – Erlebnisse; verinnerlichen der Schlüsselmomente – Affirmationen- Umkehrungen; Open Space, Meditationen, Yoga (Reset), Bewegung & Stille, Integration, Abschlussritual

Dieser findet mit mind. 4 TeilnehmernInnen statt und ist begrenzt auf 8 Mitwirkende.

Die **Kosten** pro Samstag sind Fr. 220.—dieser Ausgleich wird jeweils an jedem Kurstag und oder mit 10% auf der Gesamtsumme im 1.Modul beglichen. Eine Anmeldung per Mail und das Ausfüllen des nachgesandten Formulars ist bindend; bei Abmeldungen während des Zyklus werden die Kosten über das ganze Seminar mit 80% vom Gesamtbetrag verrechnet. Natürlich haben wir ein offenes Ohr bei einschneidenden, unvorhersehbaren Veränderungen. Danke für das Vertrauen.

Workshop-Unterlagen, Pausen mit Suppe und weiteren Köstlichkeiten sind inbegriffen.

Gegebenenfalls bevorzuge ich zuerst eine Einzelsitzung zum Kennenlernen, um die Kernpunkte der Arbeit aufzuzeigen sowie um diese dann gemeinsam zu beherrzigen. Fragen und Anmeldung bitte auf meine Natel-Nummer 076 344 19 65 oder per Mail: [valeriezw@bluewin.ch](mailto:valeriezw@bluewin.ch)

Herzlich Valérie Adamea Zwysig-Stoll

[www.valerie-adamea-zwysig-stoll.ch](http://www.valerie-adamea-zwysig-stoll.ch)