



Schau dir irgendeine Pflanze an, irgendein Tier
und lass dir von ihnen beibringen,
wie du das, was ist, annehmen kannst,
wie du dich dem Jetzt hingeben kannst.
Lass dir das Sein beibringen.

Eckhart Tolle

PERSÖNLICHES

2022 bis heute	Shinrin-yoku-Angebot: www.waldherz.ch
2021	zur Shinrin-yoku (Waldbaden)-Gesundheitstrainerin ausbilden lassen
2014	Liebe zur Natur und zu den Vögeln (wieder-)entdeckt
2011	Reise nach Japan mit Besuch etlicher buddhistischer Tempel und Schreine
2004	im Limmattal sesshaft geworden
2001 bis heute	mit der Tierfamilie einen Lebenstraum erfüllt
1997 bis heute	Kunstabstrachtung und Kunstvermittlung praktiziert
1991	in der Schweiz niedergelassen, dem schönsten Land der Welt
1976 – 1991	Schulzeit und Erstausbildung in Stuttgart
1969	in Stuttgart geboren

AUSBILDUNGEN

2021 – 2022	Ausbildung als Shinrin-yoku Gesundheitstrainerin SYGT®
1997 – 2004	Studium der Kunstgeschichte des Mittelalters und der Neuzeit mit den Nebenfächern Kunstgeschichte Ostasiens und Neuere deutsche Literatur an der Universität Zürich
1989 – 1991	Ausbildung als Fremdsprachensekretärin in Stuttgart

DERZEITIGE BERUFLICHE TÄTIGKEITEN

Bereich Shinrin-yoku (Waldbaden)

Seit 2022 Shinrin-yoku-Veranstaltungen (im Limmattal und beim Museum Rietberg)

Bereich Kultur- und Kunstvermittlung

Seit Juli 2017 Museum Rietberg Zürich

- Workshopleitung im Rahmen des Angebots für Menschen mit Demenz

Seit Juli 2001 Museum Rietberg Zürich

- Führungen durch die Sammlung und Sonderausstellungen

Bereich Administration

Seit Juni 2005 Universität Zürich (Verwaltungssekretärin)

Psychologisches Institut: Gerontopsychologie und Entwicklungspsychologie: SKA

ENGAGEMENT

Seit 2015 Natur- und Vogelschutzverein Spreitenbach-Killwangen, Vorstandsarbeit
(seit 2024 Co-Präsidium)