

## Eine begleitete Auszeit Aus Liebe zu dir selbst

Liebe Interessentin, lieber Interessent

Du möchtest einen Schritt hinaus tun. Einfach so. Dir selber zuliebe. Übergibst deinen Alltag andern oder lässt ihn ruhen. Du willst ganz einfach Zeit. Vielleicht um deinen Gedanken nachzuhängen. Dich an der Schönheit des Ortes und der Umgebung freuen. Perspektiven nachspüren. Rund um den Monte San Giorgio wandern. Schwimmen gehen, im Luganersee oder im Hallenbad. Dich im nahen Spa verwöhnen lassen.

Ruhe und Abstand findest du bei uns. Du bestimmst deinen Tag selber; wir sind da, wenn du Fragen hast. Du wohnst in einem der beiden Studios. Sie sind beide grosszügig eingerichtet und haben separate Eingänge. Du kochst selber oder lässt dich von uns verwöhnen. Oder mal so, mal so. Du kannst Coachinggespräche bei uns buchen.

Vielleicht musst du auch einen Schritt hinaus tun. Nach einem Zusammenbruch. Oder um einen solchen zu verhindern. Du suchst Ruhe und Erholung. Du suchst einen geschützten Ort. Du willst Zeit mit dir verbringen, aber nicht verloren sein. Es gibt Fragen und Themen, über die du nachdenken willst. Erlebnisse, die du verarbeiten möchtest. Alleine und im Gespräch.

Das kannst du bei uns. Unter einer «begleiteten Auszeit» verstehen wir eine Zeit von einer bis etwa sechs Wochen, wo wir uns und unseren Cortile (Innenhof) «La Crisalide» für Einzelpersonen oder Paare öffnen. Wir verfügen beide über Ausbildungen in Coaching, resp. Individualpsychologie und begleiten Menschen seit mehr als 25 Jahren.

Unsere begleiteten Auszeiten zeichnen sich durch die konsequente Fokussierung auf den einzelnen Gast aus. Wir nehmen höchstens zwei Einzelpersonen, resp. Ehepaare aufs Mal auf. So entsteht eine grosse Freiheit im Umgang mit Wünschen und Zeit.

Sei herzlich willkommen

La Crisalide

