

## Ich mach' mal Pause

### Entspannungstage

### Ganz im Süden de Schweiz

Liebe Interessentin, lieber Interessent

Was du willst? Abstand, Erholung, Entspannung, Lust auf Neues tanken. Einmal dir selber deine beste Freundin, dein bester Freund sein. Dir zugewandt sein. Mit allen Sinnen.

Was passiert? Am besten kommst du mit dem Zug. Wir holen dich am Bahnhof ab. Der Begrüssungsdrink ist die erste Entführung, in eine Welt des Südens und der Lebensfreude. Das Studio Rubino bietet im Winter ein knisterndes Tessiner Kaminfeuer, im Sommer einen zauberhaften Innenhof.

Nach der ersten Nacht fängt der Tag ganz langsam an. Kaffeeduft oder Tee empfängt dich, in der Stube oder auf der Loggia, zusammen mit einem Frühstücksbuffet aus (fast) lauter Selbstgemachtem. Unser Ambiente, unsere Zeit und unsere Gastfreundschaft wollen dazu beitragen, dass du entspannen, loslassen, langsamer werden, durchatmen, ruhig werden kannst bis tief in den Körper und die Seele. Wird so nicht aus Erholung neue Lust auf Spannung?

Irgendwann, mit einer Anregung oder einer Geschichte im Herzen, zieht es dich hinaus in die wunderschöne Umgebung von Meride. In das UNESCO-Fossilienmuseum, auf den Monte San Giorgio. Oder nach Lugano, oder nach Varese, oder in das verträumte Valle di Muggio. Am Abend empfangen wir dich zu einem mediterranen Nachtessen bei Kerzenlicht. Wir leisten dir Gesellschaft. Der Abend klingt aus mit einer Geschichte oder einem Nachtspaziergang durch die mittelalterlichen Gassen des Dorfes. Das Frühstück am Sonntag hält den Abschied in weiter Ferne. Noch einmal zu den Bergen schauen, das Licht des Südens wirken lassen. Dir deine Freundschaft zusagen.

Was du bekommst? Die Fahrt vom Bahnhof Mendrisio nach Meride. Einen Begrüssungsdrink, zwei Frühstücksbuffets, ein Kerzenlicht-Dinner, Zwei Übernachtungen, Geschichten, Bilder, Anregungen rund um die Liebe zu dir selbst.

Was es bringt? Nach unserer Meinung ist die Freude an sich selbst eine nachhaltige Kraftquelle. Im Ja zu sich selbst liegt ein Schlüssel zum Glück. Selbstannahme will gelernt, trainiert und immer wieder überdacht werden. Selbstannahme lernen bedeutet, das Geschenk der eigenen Seele, des eigenen Körpers zu entdecken. Selbstannahme üben bedeutet, sich selber näher kennen lernen, Selbstannahme überdenken bedeutet, sich Zeit für sich selber zu nehmen. Immer wieder.

Sei herzlich willkommen

La Crisalide



La Crisalide

Erica & Wolfgang Küng  
CH 6866 Meride TI  
+41 91 646 10 54  
info@lacrimalide.ch  
www.lacrimalide.ch