

W E I T B L I C K
BEWUSSTE TRANSFORMATION - IM PIEMONTE
AUSGABE 2014



„Es ist schön zu leben, weil Leben anfangen ist, immer, in jedem Augenblick“.
Cesare Pavese

DIE SEELE DARF MAN BAUMELN, ABER NICHT HÄNGEN LASSEN...



Burnout ist in aller Munde. Wer nicht ständig gestresst ist, kommt beinahe unter den Faulheits-Generalverdacht. Arbeiten auch in der Freizeit ist schon „fast normal“. In den raren Momenten des Innehaltens wissen wir: da stimmt etwas nicht. Die Balance zwischen Leisten/Produzieren einerseits und Erholung/Energieaufbau andererseits droht zu kippen. Die sozialen Beziehungen und persönlichen Freizeitbedürfnisse leiden darunter.

Oft fühlt man sich in dieser Situation „selbst schuld“ an Erschöpfungen, Orientierungslosigkeit, Sinnlosigkeitsgefühlen, und man schämt sich der „mangelnden Leistungsfähigkeit“ wegen. Man glaubt, einfach noch mehr tun sei wichtig und „stark sein“ zu müssen, sei die vorrangige Pflicht, dann komme es schon wieder gut und richtig.



Dabei weiss man eigentlich: es ist Zeit, innezuhalten, aufzutanken, sich wieder richtig zu einzumitten, sich klar zu machen, was einem „über die Leber kriecht“, wohin man will und weshalb das wichtig ist. Auch Ideen, wie das gehen könnte, sind im Ansatz vorhanden. Nur das Eingeständnis, dass jetzt ein neuer Schritt gemacht werden muss, dass es gilt zuzugeben, nicht wie bisher weitermachen zu wollen, fällt schwer. Entscheidend ist somit, früh genug der inneren Stimme zu folgen, um schwere spätere Folgen zu verhindern.

Ein Transformationsaufenthalt bei uns ist Ihr ganz spezielles „Last Minute“ Angebot, bei welchem Sie ganzheitlich neue Kraft für Ihren eigenen Weg schöpfen können. Sie konzentrieren sich auf Ihre Strebungen, Ziele, inneren Wünsche und Bedürfnisse. Ihre Coaches besprechen mit Ihnen, wie Sie Ihren Aufenthalt am Produktivsten gestalten können. Coaching-Sequenzen wechseln ab mit individueller Arbeitszeit, körperlicher Aktivität und Freizeit. Individuell. Persönlich. Ganz, wie Sie es sinnvoll finden. An einem gleichzeitig schlichten wie auch kraftspendenden Ort treffen Sie Menschen, die ihre langjährige Beratungserfahrung für Sie zur Verfügung stellen und gleichzeitig gerne Ihre Gastgeber sind. So entsteht eine lockere und doch nachhaltige Arbeits-, Alltags- und Freizeitatmosphäre, die Sie Ihren Zielen in hoher Qualität näherbringt ... fast ein bisschen wie Ferien unter Freunden: eine Auseinandersetzung in Ihren Themen, deren Tiefe Sie selbst bestimmen.

Kurz: Eigenzeit, in der Sie Ihre Seele baumeln, aber nicht hängen lassen.

WAS WIR ZU BIETEN HABEN...

Unser „Parco San Rocco“ liegt im südwestlichen Piemont, in der Alta Langa. Zu Recht ist die Alta Langa berühmt für ihre Küche, ihre Gastfreundschaft, ihre Weine und die „beste Haselnuss der Welt“. Jedoch hat die Landschaft, mit ihren seit Jahrhunderten gepflegten, kleinparzelligen Strukturen auch einen sinnlichen Reiz, der seinesgleichen sucht.

Wer bei uns ankommt, erzählt oft vom Gefühl einer unmerklich, aber sehr schnell eintretenden Entschleunigung. Castino, der Ort unseres Parco, liegt auf einem der Hügelzüge, direkt am Schnittpunkt zweier Mikroklimata. Das Wort „Durchatmen“ erhält hier seine wirkliche Bedeutung, nämlich: Ihre.

Sie finden bei uns eine Zwei- oder Dreizimmerwohnung. Als Standard gilt: Zimmer mit Frühstück. Sie können aber auch Halb- oder Vollpension wählen.

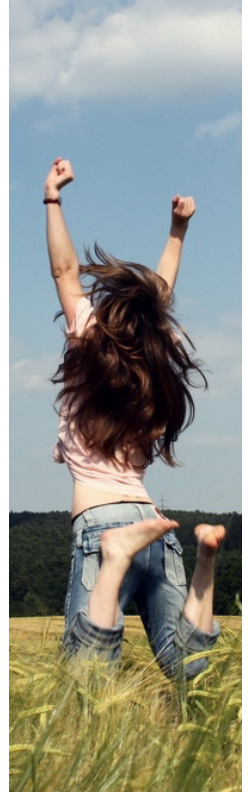
Statt ablenkender Wellness gibt's bei uns Anregung, die auf Ihr Bedürfnis abgestimmt ist. Der Aufenthalt umfasst

- 8 Coaching-Stunden pro Woche, wobei die erste Sequenz eine vertragliche Abmachung über die konkrete Ausgestaltung des Aufenthaltes darstellt
- Werkstunden in unserem Arbeitsatelier, wo saisonale Produktion und handwerkliche Kreation im Vordergrund stehen
- Strukturierte Selbstreflexion für Ihren Coaching-Prozess

Sie haben weitere individuelle Auswahlmöglichkeiten zum Tätig sein, beispielsweise einen Italienisch-Kurs mit Action-Learning-Methodik, in welchem Sie die Sprache in Konfrontation mit realen Alltagssituationen erlernen oder vertiefen, etwa bei einem Marktbesuch, Einkauf, Couffeurbesuch.

Das Ziel besteht im Zusammenwirken von Kopf, Herz und Hand. Das macht Vergnügen, fördert den freien Fluss der eigenen Ideen und führt zu nachhaltigen Arbeitsergebnissen.

Ihr Transformations-Aufenthalt dauert minimal eine, maximal drei Wochen. In einem Vorgespräch mit uns erhalten Sie Hinweise, welche Aufenthaltsdauer wir Ihnen empfehlen.



Preise

Zimmer/Frühstück und Coaching pro Woche und Person, inkl. sämtlicher Leistungen

Unterkunft inkl. Frühstück	Preis/Woche
Studio/Appartment (Loft oder 2 Zimmer)	€ 980.00
3-Zimmer-Ferienwohnung	€ 1080.00
Halbpension	+ € 80.00
Vollpension	+ € 140.00

Erweiterte Angebote

Diese Angebote müssen vor dem Aufenthalt gebucht werden.

Zusätzliche Coaching-Sequenzen, pro Stunde	€ 60.00
Sprachkurs mit Action Learning, pro Stunde	€ 40.00
Shiatsu-Massage, pro Sequenz	€ 40.00
Besuch im Hammam Alba	Auf Anfrage

Ihre Coaches und Gastgeber

Rita Maria Thoma, 1964, ist Unternehmerin und arbeitet seit 20 Jahren als freischaffende Trainerin und Beraterin. Ihre umfassende Coaching-Kompetenz und langjährige Erfahrung in Individualberatung wird gestützt durch ihre Ausbildungen/ Nachdiplomstudiengänge in Transaktionaler Analyse, in Supervision und Organisationsberatung und in Erwachsenenbildung.



David Baer, 1958, ist Unternehmer und seit 30 Jahren als freischaffender Berater und Trainer tätig. Seine langjährige Erfahrung in Persönlichkeits- und Organisationsentwicklungsarbeit, und Kriseninterventionsberater ist mit Nachdiplomausbildungen in Supervision und in Organisationsberatung sowie einer Weiterbildung in Logotherapie unterlegt.

Seit 20 Jahren ein Paar, haben sie durch ihre Berufs-, Paar- und Familienarbeit selber erlebt, wie normal es sein kann, einfach plötzlich erschöpft zu sein. Immer wieder begegneten sie Kundinnen und Kunden am Rande des Burnout oder jenseits davon. Dies führte sie zur Kreation eines allmählich wachsenden, salutogenetischen Begegnungsraums: dem „Parco San Rocco“ in Castino. Die von ihnen praktizierte Kombination von Coaching mit handwerklichen Elementen, gleichwürdiger Begegnung, Neugier und echtem Interesse am Gegenüber führt zu einer schnell spürbaren Stärkung von Lebensenergie und Lebensfreude, die nachhaltige Transformationen im Alltag begünstigt.