

Auszeit im Engadin

1:1 Begleitung an Wendepunkten des Lebens



In der klaren Luft des Engadins zur Ruhe kommen

Zeit für innere Klärung und Weiterentwicklung

Immer wieder gibt es auf dem Lebensweg Momente von Weggabelung. Dann tut es sehr gut, einen Raum zu haben, wo die Entscheidungen reifen und zu einer stimmigen Wahl werden können.

Und wäre es nicht schön, bei Bedarf auch einem Gesprächs-Partner zur Seite zu haben?

Denn oft sind solche Entscheidungen nicht einfach, sondern mit einem inneren Seilziehen verbunden. Manchmal kommt dabei auch alter Schmerz hoch, oder das Neue und Ungewisse ist mit Angst verbunden. Dann ist es ideal, jemanden zur Seite zu haben, der mit einem zusammen durch diese Schatten-Täler geht, hinauf zum nächsten Bergspitz, wo sich eine neue, ausgeweitete Sicht öffnet – und so auch Klarheit gewonnen ist, wo der stimmige Weg entlang führt.

Eine begleitete Auszeit bietet auch den idealen Rahmen, um grosses inneres Wachstum zu erleben und ungeahnte neue Horizonte zu entdecken! Die Begleitung fördert und beschleunigt innere Entwicklungs-Schübe, so wie wenn ein neuer Schmetterling viel leichter heranwachsen und die Flügel ausbreiten kann.



Organisatorisches

Unterkunft und Verpflegung

... werden nach eigenem Gusto organisiert.

Es gibt im Unterengadin viele herrliche Übernachtungsorte zur Auswahl. Hier einige Optionen:

Wer gerne ganz in Stille und Abgelegenheit, mitten in der Natur ist, und zugleich gute Verpflegung genießen möchte:

- Hof Zuort im Val Sinestra: <https://www.zuort.ch>
- Hotel Crusch Alba in S-charl: <https://cruschalba.ch/>

Wer gerne eine gewisse Anbindung an Dorfleben und Einkaufsmöglichkeiten bzw. Wellness hat:

- Hotel Arnika Scuol: <https://www.arnica-scuol.ch>
- Hotel Randulina Ramosch: <https://larandulina.com/de/>

Wer gerne den besonderen Charme des Bergdörfleins Vnà erleben möchte, findet dort Ferienwohnungen wie z.B.

- Chascharia: <https://www.chascharia.ch/ferienwohnung/>
- Zollhaus: <https://www.engadin.com/de/ferienwohnung-zollhaus>
- Bei Interesse gibt es weitere Empfehlungen für private Unterkünfte in Vnà



Hof Zuort im Val Sinestra



Hotel Arnika in Scuol



Val S-Charl mit dem Arvenwald Tamangur



Blick von Vnà auf den Piz S-chalambert

Optionen Begleitung

Der Aufenthalt kann so lange wie selbst gewünscht gestaltet werden, auch länger als ein Wochen-Ende.

Es macht natürlich Sinn, dass wir uns vor einer solchen Zusammenarbeit etwas kennenlernen. Gerne kannst du mich kontaktieren, um abzusprechen, was in deinem Fall passt. Falls dir das einstündige Vorbereitungsgespräch ausreicht, ist das in Ordnung – wir können aber auch vorab bereits Coachings machen, damit du mit meiner Arbeitsweise etwas vertraut wirst.

Für die Begleitung während deiner Auszeit stehen folgende Möglichkeiten zur Auswahl:



Pauschalpaket Prozessbegleitung 3 Tage

3200 CHF

- Volle Verfügbarkeit des Coachs bis zu 6 Stunden am Tag
- Vor- und Nachbereitungsgespräch per Videocall (je 60 Minuten) inklusive
- Spesen inklusive

Pauschalpaket Prozessbegleitung 2 Tage

2500 CHF

- Volle Verfügbarkeit des Coachs bis zu 6 Stunden am Tag
- Vor- und Nachbereitungsgespräch per Videocall (je 60 Minuten) inklusive
- Spesen inklusive

Individuell gewählte Begleitung

- Vorbereitungsgespräch per Videocall (60 min): 180 CHF
- Prozessbegleitung intensiv: 220 CHF / 60 min
- Prozessbegleitung klassisch: 180 CHF / 60 min
- Begleitung light / outdoor: 150 CHF / 60 min
- Allfällige Spesen: nach Aufwand

Herzlich und auf bald!

Barbara

