

COACHING IM OLIVENHAIN

Entstressen im Olivenhain! In einem italienischen Dörfchen südöstlich von Rom erntet man Oliven und bringt dank eines Coachings Ordnung in seine Gedanken

Was soll man in einem Olivenhain in Italien, wenn zu Hause eine wichtige Entscheidung ansteht! Oder wenn man schon ohne Ferien nicht mehr weiss, wo einem der Kopf steht bei der Arbeit! Genau in solchen Situationen kann ein Aufenthalt in den Olivenhainen von Roccamandolfi an der Adria die Lösung sein.

Die Coaching- und Erlebnisreisen Olives & More ins malerische Dörfchen in der Region Molise sind natürlich auf solche Situationen ausgerichtet. Auf Entstressen, berufliche oder private Neuorientierung, auf Überforderung am Arbeitsplatz oder in der Familie, auf Burnout-Vorsorge oder darauf, sich über seine Ängste und Stärken klar zu werden. Das kann man natürlich auch im Seminarhotel am Vierwaldstättersee tun. Doch gerade die Abgeschiedenheit trägt dazu bei, dass man den Alltag hinter sich lassen und das Hier und Jetzt geniessen kann. «Die Distanz zur gewohnten Umgebung und Lebenssituation ist ein grosser Vorteil», sagt Markus Theyssen, der für die Einzelcoachings zuständig ist.

Es gibt hier nahezu keinen Handyempfang, keine E-Mails, weder Termindruck noch Strassenlärm. «Nur die Schönheit der beinahe unberührten Natur und der Duft von

Gräsern und Blüten. Man glaubt, den Schlag der Schmetterlingsflügel hören zu können, und fühlt sich selbst als Teil der Natur.»

Darum geht es: Die Kraft der Natur zu spüren. Zum Beispiel im Olivenhain, wo man täglich rund vier Stunden bei der Ernte hilft. Am fünften Tag bringt man die Oliven, für einen Liter Öl braucht es 7 bis 11 kg, zum Kaltpressen in die Mühle. «Mitzuerleben, wie viel Aufwand erforderlich ist, hat mich fasziniert und staunen lassen», schreibt eine ehemalige Teilnehmerin. Dazu sagt Enza Cipolla, Veranstalterin und Mitinhaberin des Olivenhaines: «Wir möchten den Teilnehmenden den Wert und die Qualität dieses traditionell geernteten kaltgepressten Guts bewusst machen.»

Auch die Einzelcoachings finden bei schönem Wetter draussen statt. Die Teilnehmenden können hier über das Thema reden, das sie am meisten beschäftigt oder das sie schon lange vor sich hergeschoben haben. «Mitzuerleben, wie wir Menschen die Antworten auf unsere wichtigen Fragen längst in uns tragen, ist für mich eine eindrückliche Erfahrung», sagt Markus Theyssen. Eingeplant sind auch ein Kulturtag im altsteinzeitlichen Museum in Isernia sowie ein Markttag. «Der Wochenmarkt ist keine Tourismusveranstal-



Oben: Enza Cipolla und Integral-Coach Markus Theyssen
Rechts: Roccamandolfi und Olivenbäume

INFOS
Olives & More ist ein Erfahrungsseminar im südlichen Italien, ein Entstressungs- und Coachingprogramm, zu dem die Mitarbeit bei der Olivenernte und ein bis zwei persönliche Coachings gehören.

Termine 2016
Event 1: 22.10.–28.10.
(Anreise Samstag, Abreise Freitag)
Event 2: 31.10.–06.11.
(Anreise Montag, Abreise Sonntag)
Event 3: 09.11.–15.11.
(Anreise Mittwoch, Abreise Dienstag)
Max. 5 Teilnehmer
Begleitpersonen:
Enza Cipolla, Inhaberin Olio Mio – mein Olivenöl
Markus Alexander Theyssen, Business Trainer & Integral Coach ECA

Spezial-Preis für BRIGITTE-Leserinnen:
Fr. 1999.– (statt 2630.–), kleines Zimmer
Fr. 2219.– (statt 2850.–), grosses Zimmer
All inclusive, auch Flug bis Fr. 300.–
Anmeldung: www.oliomio.net



tung, an der alles geordnet abläuft», sagt Enza Cipolla, «hier lernen die Leute das wahre Italien kennen.»

«Diese Reise ist das Ergebnis einer langen Suche», sagt die erfolgreiche Unternehmerin. Sie weiss aus eigener Erfahrung, wie wichtig es ist, die Batterien wieder aufzuladen, um kreativ und leistungsfähig bleiben zu können. Hier in der italienischen Berglandschaft, wo die Natur und die Jahreszeiten den Ton angeben, hat sie die Lösung gefunden.