

Geschulte Fachpersonen in der Individualpsychologie, Enneagramm, Mythologie und körperzentriertes Wirken begleiten Sie auf der Reise zu sich selbst und bei der Entdeckung der Sonneninsel Rhodos:

**Catharina Jardo** zert. Coach und psych. Beraterin der Individualpsychologie, wirkt mit als Expeditionsleiterin in Psychologie, Mythologie und Myroagogik: Entdecken, und Erkennen – neue Visionen, Möglichkeiten mit viel Spass am Leben.  
[www.lequa.ch](http://www.lequa.ch) | [www.trauerforum.ch](http://www.trauerforum.ch) |

**Patrick Lämmli** eidg. Dipl. Landschaftsgärtner und Arbeitsagoge HFP, wirkt heute als Berufs- und Lebensagogiker, arbeitet in der Natur, aktiviert Menschen und bildet sich stetig weiter in Psychologie.

**Popi Manikarou** dipl. Yoga-Lehrerin mit Weiterbildung in Psychologie wirkt als körperzentrierte Mediationsleiterin und führt als heimische Inselkennerin zu wunderbaren Plätzen die in keinem Reiseführer den Touristen angeboten werden.

### Kosten

|   |                          |
|---|--------------------------|
| <b>Kurskosten: Einzelperson</b>             | <b>CHF 1'350.-</b>       |
| <b>Ehepaare/Partner</b>                     | <b>CHF 1'950.-</b>       |
| <b>Pension: Tag ohne Frühstück</b>          | <b>CHF 40.- bis 60.-</b> |
| <b>Hotel auf Wunsch in der Nähe buchbar</b> |                          |

**Individuelle Reise- und Verpflegungskosten. Auf Wunsch wird eine Gruppenreise organisiert.**

**Anzahl Teilnehmende:** 6 - 10 Personen

### Auskünfte und Anmeldung

**LEQUA:** [www.lequa.ch](http://www.lequa.ch) | [info@lequa.ch](mailto:info@lequa.ch) Tel. 032 621 03 05

**Catharina Jardo**, Spiesacker 19, 4524 Günsberg,  
Telefon: 032 637 33 33 | Mobile: 076 334 32 32

LEQUA | mehr Lebensqualität | Westbahnhofstrasse 6 | 4500 Solothurn |  
Tel. | 032 621 03 05 | [info@lequa.ch](mailto:info@lequa.ch) | [www.lequa.ch](http://www.lequa.ch) | Ausschreibung 2017



**Administration und Hotline :** Francesca Canino | 078 740 11 01

## **auf der Sonneninsel Rhodos**

**vom 11. bis 23. Oktober 2020**

**Rhodos ist eine Insel der Vielfalt. Naturschönheiten verzaubern Geist, Körper und Seele. Sie entdecken in einer Kleingruppe die Schätze der Insel – und die Ihrer Persönlichkeit.**

**Psychologie und Mythologie verbunden mit Körpermeditationen lassen erkennen, welche Lebensfallen am freudvollen Leben hindern und welche Ressourcen geweckt werden möchten, um die Lebensfreude zu erhöhen. Das Potential der „Ich AG“ wird erkannt und gestärkt.**

## Rhodos – die Sonneninsel

Die Insel des Sonnengottes Helios kann 270 Sonnentage im Jahr verbuchen. Rhodos war Standort eines der sieben Weltwunder (Der Koloss von Rhodos) und hat bis heute nichts von seinem



eindrucksvollen Äussern eingebüsst. Orient, Byzanz, antikes und modernes Griechenland wirken auf die Gäste. Lassen „Altes“ und „Neues“ erkennen und erweitern die Sicht auf die Verbindung.

Sonne und Mond stehen Pate für dieses Eiland, das umgeben von zwei Meeresteilen ist, der wilden Agäis und dem ruhig wirkenden Mittelmeer. Dazwischen verzaubert das gebirgige Festland mit zauberhaften Landschaften und Dörfern.

Unser Wohndomizil ist in Kiotari, im südlichen Teil der Insel. Nahe dem Meer stehen Zimmer mit eigener Küche zur Verfügung, die eine Selbstverpflegung ermöglichen. Das Meer lockt wenige Meter vom Wohnstandort entfernt und beglückt beim Aufstehen mit uneingeschränkter Weite.

Einheimische Tavernen bieten regionale Spezialitäten an und verheissen kulinarische Köstlichkeiten, Sie geniessen diese – individuell oder in geselliger Gruppenrunde.

Für den Einkauf stehen Einkaufsmärkte in der Nähe zur Verfügung. Ein Tagesausflug in die Hauptstadt ist im Programm eingeplant.

Sie bereisen Rhodos und entdecken die Zusammenhänge von Natur und Mensch. In verschiedenen Ausdrucksformen halten Sie diese Eindrücke fest.

## Sie geniessen, was Ihnen Spass und Freude bereitet.

Sie entdecken in Kleingruppen die Schönheiten dieser Insel, erholen sich beim Baden, Relaxen, Schreiben, Meditieren, ganz nach Ihren Wünschen – alles ist möglich und nichts ist ein Muss.

Wir bieten Ihnen unser Wissen und Können an. Sie erhalten in einer natürlichen Umgebung einen Einblick in die Individualpsychologie und erkennen die Einfachheit der Systemik der Lebensprägung und deren Folgen für Sie und Ihr Umfeld. Die Erkenntnisse dienen Ihnen als Lösungsmöglichkeiten für eine Verhaltensveränderung, die mehr Lebensfreude zulässt.

Die Mythologie der griechischen Geschichte ermöglicht einen unbeschwerten Zugang zur eigenen Mythologie des Lebens.

Diese Erkenntnisse werden auf den Entdeckungsreisen auf der Insel einfließen und sind gleichzeitig eine Reise in Ihr eigenes „Ich“. Unkompliziert und spannend können Sie sich erholen und gleichzeitig Ihr Wissen erweitern.

Auf der von Individualität geprägten Insel, die fasziniert mit Kargheit und Überfluss, erkennen Sie Ihre persönliche Einzigartigkeit und stärken Ihr Selbstbewusstsein. Sie erholen sich vom Alltagsstress, entdecken Neues und haben die Möglichkeit, Altes loszulassen, um neue Ressourcen und Lebensfreude zu finden. Verschiedene Methoden der Selbsterkenntnis und Gesunderhaltung werden Ihnen vermittelt.

Der Genuss von Natur, Freiheit, der Sonnenuntergang von der Akropolis in Rhodos und der Sonnenaufgang in Kiotari, der Besuch in den Berglandschaften und die köstliche Küche gehören selbstverständlich dazu.

**„Die Kunst des Ausruhens ist ein Teil der Kunst des Arbeitens“**

John Steinbeck