

**Familienretreat:**  
**Kreative Auszeit in der Wildnis des Piemonts**  
**02. - 09. August 2025**



(in dem Foto ist das Dorf Cheggio zu sehen)

Wir laden Kinder und Eltern zu einer kreativen Auszeit in den wilden Bergen des Piemonts ein, umgeben von Wäldern, Flüssen und kristallklaren Seen.

Eine Zeit in welcher wir uns mit unserer inneren Kraft und der Natur verbinden und in Kontakt mit unserem schöpferischen Potential kommen können.

Eine Woche werden wir in dem 400 Jahre alten ehemaligen Ruinendorf Cheggio verbringen, das bis heute nichts von seinem archaischen Charme verloren hat.

Wir werden Heilkräuter entdecken, gemeinsam musizieren und malen, am Lagerfeuer, singen, Wald und Wildnis erkunden, lebendige Geschichten und Naturrituale erleben, Sterne beobachten, in der Erdsauna schwitzen und tanzen und können dabei neue Beziehungsräume entdecken und Verbindungen (zu uns selbst, miteinander, mit der Natur, der ureigenen Kreativität) stärken.



Da Eltern im Alltag besonders gefordert sind, wird es täglich eine Auszeit („Waldzeit“) geben, in der ein Elternteil ganz für sich allein mit der Natur sein kann, während der andere die Zeit mit uns gemeinsam in der Gruppe verbringt.  
Solltest du ohne Partner/-in/ Begleitung anreisen, sprich uns an.



## **Wir begleiten und leiten das Retreat**



### **Bhavani**

#### **Wildnispädagogin, Masseurin und Studierende der Heilpflanzen**

Aufgewachsen inmitten der Wildnis in dem damals verlassenen Ruinendorf Cheggio, welches meine Familie wieder mit aufbaute, habe ich von Kindheit an eine enge Beziehung zur Natur. Seit 2012 unternahm ich viele Reisen nach Südamerika um die indigenen Traditionen des Amazonas und der Anden zu erforschen, vieles von dem Gelernten integriere ich in meine Arbeit.

Vor einigen Jahren bin ich zurück zu einem "Leben am Berg" gekehrt, wo ich zusammen mit meiner Mutter das Gästehaus Amba Dham leite und das Land hüte. Es macht mir große Freude Menschen auf ihrem Weg zu mehr Verbundenheit mit der Natur zu begleiten.

Vor kurzem bin ich selbst Mutter geworden und ich freue mich besonders Kinder in meiner Heimat willkommen zu heißen und auf gemeinsame Abenteuer einzuladen.



## **Jenny**

### **Musik- & Kreativtherapeutin, Trancedance Facilitator, Massagetherapeutin**

Ich begleite Menschen auf ihrem ganz persönlichen Weg der Selbsterforschung und schaffe gerne durch Musik, Kreativität & Bewegung Räume, in denen Entwicklung in Freude und Leichtigkeit möglich wird. Dabei bin ich selbst auch Forschende und Lernende und entdecke immer wieder neu.

Mir liegt besonders am Herzen, kleine wie große Menschen zu ermutigen, ihrer eigenen Intuition zu vertrauen und in Kontakt mit ihrem inneren Potenzial zu kommen.

Mein Ansatz ist inspiriert von der langjährigen Arbeit mit Mehrfamiliengruppen und vereint kreativ- & systemtherapeutische Methoden.

Mein persönliches Lieblingstool um auf direktem Weg zu Lösungen zu finden ist Trancedance. Während des Retreats wird es dafür Raum für Eltern geben.



**Bella**

**Erzieherin, Ergotherapeutin, Kinderyogalehrerin**

bei Bella kann optional Kinderyoga oder/und Kinderbetreuung dazu gebucht werden

## **Retreatpreise**

Retreatpreis pro Erwachsener:

600/ 750/ 900 €

Kids: umsonst

Solltest du finanzielle Schwierigkeiten haben, sprich uns an!



## **Übernachtung & Verpflegung**

### **Verpflegung biologisch und vollwertig**

Erwachsene: 240 €/Woche

Kids ab 6J. : 50-80€/Woche

Kids bis 5J. : gegen Spende

### **Unterkunft**

Zeltplatz: 10-15 €/Nacht (2 Plätze verfügbar)

EZ: 40€/Erwachsener

DZ: 30€/Erwachsener

Dormitory: 25€/Erwachsener

ab 6J. die Hälfte

bis 5 J. gegen Spende



## **Anreise**

### **Anreise mit dem Flugzeug**

nach Milano Malpensa! (die anderen Flughäfen sind zu weit weg), von dort mit dem Shuttlebus bis Domodossola (ca. 1 Stunde)

! den Shuttle unbedingt mindestens einen Tag vor der Anreise hier reservieren:

<https://www.comazzialibus.com/ComazziAlibus/>

der Shuttle fährt bis Domodossola, von dort weiter mit Bus oder Taxi (s. weiter unten)

### **Anreise mit dem Auto**

für`s Navi:

"Loc. Cheggio, 28846, Borgomezzavalle"

**Achtung:** nicht zu verwechseln mit „Alpe di Cheggio“ im Valle Antrona... dies ist die Alp ganz am Ende des Tales.

Das Dorf Cheggio wird erreicht, wenn die genaue Adresse ins Navi eingegeben wird (wie oben angegeben).

Das Dorf „Cheggio“ befindet sich direkt über Rivera.

In Rivera angekommen folge den Anweisungen siehe „**von Rivera ins Dorf Cheggio**“

Aus Richtung Lausanne, Bern, Basel: nach Brig und von dort über den Simplon-Pass (Sempione) auf die Schnellstraße Richtung Milano bis Ausfahrt Villadossola. Dort der Beschilderung in Richtung Valle Antrona / Antrona Piana folgen. Im Valle Antrona bis Ortschaft Rivera (hinter Viganella).

Aus Richtung Zürich: nach Bellinzona Nord und Locarno, von dort durch das Centovalli oder über Verbania Richtung Domodossola bis zur Ausfahrt Villadossola. Weiter s.o.

Aus Richtung München: via Bregenz, Chur und Thusis durch den Bernardino Tunnel nach Bellinzona Nord und Locarno. Weiter s.o.

WIR BITTEN NICHT OBEN AM PARKPLATZ ZU PARKEN, SONDERN IN EINER DER VORHERIGEN KURVEN ODER UNTEN AN DER SEILBAHN

### **Anreise mit dem Zug:**

Durch die Schweiz nach Domodossola, von dort weiter mit dem Bus Richtung "Antronapiana", bis zum Dorf Rivera oder mit dem Taxi (50 Euro)

**mit dem Bus von Domodossola nach Rivera:**

<https://www.comazzibus.com/eng/orario.php?p=15>

von Rivera weiter zu Fuß bis Cheggio



## **von Rivera ins Dorf Cheggio**

Etwa dreihundert Meter nach der BAR „La tana di Cip e Ciop“ (leckeres Brioche!) ist auf der rechten Seite eine Auffahrt, dort hochlaufen. (Nicht auf der Straße weiter über die Brücke laufen.)

Nach ca. 20 Metern links ! die kleine Waldstraße nehmen. Hier ist die Gepäckseilbahn. Du kannst ohne Dein Gepäck (das von der Materialseilbahn auf Anfrage gegen einen Preis von 5 Euro nach oben transportiert wird) gemütlich die schmale Straße in ca. 15 Min. hoch laufen.

Am oberen Parkplatz bei der Brücke angekommen, dem Pfad links am Marienbild folgen ...

Nach drei Minuten ist Cheggio erreicht. Unser Haus Ambas Dham befindet sich direkt gegenüber der zerfallenen Kirche, vor dem Haus ist eine Piazza mit einer Palme.

Willkommen!

### **mit Taxi:**

ist es mit etwas Glück möglich, direkt bis zu dem letzten Parkplatz vor dem Dorf gebracht zu werden...(die Straße ist schlecht, deswegen wollen manche Taxifahrer nicht bis ans Dorf ranfahren)

Kosten 50 Euro von Domodossola bis Cheggio

! unbedingt dem Taxifahrer erklären, dass das Ziel das Dorf „Cheggio“ neben dem Dorf „Bordo“ ist, oberhalb von „Rivera“.

(Verwechslungsgefahr! : ganz am Ende des Tals befindet sich die „Alpe di Cheggio“, das ist nicht das richtige Dorf

