

An wen richtet sich das Angebot? Sie fühlen sich erschöpft, leiden unter Schlafstörungen, Konzentrationsmangel, Reizbarkeit, depressiven Verstimmungen, Verdauungsbeschwerden, Leistungsabfall ... oder möchten einfach neue Kraft tanken.

Die Idee

- Auffangen, neue Kraft fürs Weitergehen schöpfen, Lösungen finden.
- Ruhe und Erholung mit Privatsphäre.
- Preiswert, professionell, ganzheitlich, max. 6 Wochen – ohne Wochenenden.
- Kann auch als Anschlusstherapie oder Wartefrist-Überbrückung genutzt werden
- Auch für Pilgerer – bei freier Kapazität (B&T – auf Voranmeldung)

Das Konzept – B&T mit HP im Hotel Kaiserstuhl

- Sie sind selbständig, allseits orientiert, nicht suizidgefährdet und benötigen keine ständig verfügbare Ansprechperson.
- Sie haben nur eine Ansprechperson – und die Therapie beginnt sofort.
- 6.5 Std. KomplementärTherapie – Shiatsu/Wo (Gespräche, Behandlungen, Übungsanleitungen): Ihren Wochenplan erstellen wir am Montag – auf Sie abgestimmt, lösungsorientiert, individuell.
- HP 2-Gang Menu nach Wahl im Hotel Kaiserstuhl, mittags oder abends
Frühstücksbuffet im Hotel Kaiserstuhl

Wohnen

- Nichtraucherhaus – mit Hund – Zimmer im EG, Etagen-Bad, WLAN, Safe.
- Aufenthaltsraum. Mitbenützung der Küche nach Absprache.
- PP, Veloraum, gedeckter Sitzplatz, Garten

Hausordnung in Kürze

- Ordnung und Sauberkeit – jeder sorgt für angenehmes Zusammenwohnen.
- Nichtraucherhaus. Rauchen im Freien – Stummel in Aschenbecher ☺.
- Schuhe bleiben im Eingang.
- Schlüsselcode bleibt geheim.

Kostenaufstellung pro Woche (Montagmittag-Freitagnachmittag)

B – Zimmer , Kaffee, Tee (4x Fr. 25.-)	Fr. 100.-
&T – Therapie 6.5 Std.	Fr. 780.-
	Fr. 880.-
HP (4x Frühstücksbuffet à Fr. 25.-, 5x warmes Essen à Fr. 30.-)	Fr. 250.-
	Fr. 1130.-

Auf Absprache ist es eventuell möglich, dass Sie das Wochenende hier bleiben (Aufpreis).

Shiatsu wird je nach Versicherungsart von der Krankenkasse rückvergütet.

Das Ziel von **Bellewart**

Als KomplementärTherapeutin mit eidgenössischem Diplom – sowie als Pflegefachfrau HF Schwerpunkt Psychiatrie – bin ich eine Gesundheitsfachperson und fördere ganzheitlich die Gesundheit von Menschen mit diversen Beschwerden, Befindlichkeitsstörungen und Leistungsbeeinträchtigungen, mit Erkrankungen und von Menschen in der Rehabilitation.

Mein komplementärtherapeutisches Handeln erfolgt methoden-, körper- und prozessorientiert und interaktiv. Ziel ist die Resilienzsteigerung, indem Ihre Selbstwahrnehmung gefördert und die Selbstregulation sowie die Genesungskompetenz gestärkt werden.

Am Anfang steht das Gespräch, in welchem das Beschwerdebild und bisherige Bewältigungswege erfasst werden. Was ist Ihr Ziel – kurz- und langfristig? Woran wird der Therapieerfolg erkannt? Wenn das Therapieziel steht, werden wir gemeinsam den individuellen Therapieplan für Sie erstellen.

Körperzentrierte Berührungs-, Bewegungs-, Atem- und Energiearbeit werden gezielt angewendet und geübt. Dies sowohl in der Shiatsu-Behandlung, mit Übungsanleitungen in der Praxis wie auch mit einem gemeinsamen Spaziergang täglich an der frischen Luft. Dadurch werden neue Selbstwahrnehmungs- und Bewusstseinsprozesse ermöglicht, neue Sicht- und Handlungsweisen gefördert und die Umsetzung lösungs- und motivationsbasierter Neuorientierungen im Alltag unterstützt. Ausgelöste Prozesse und Veränderungen werden ermittelt, reflektiert und integriert. Der Genesungsprozess und die Genesungskompetenz werden unterstützt. Das Prozessgeschehen und die Fortschritte werden erkannt und bestimmen den weiteren Therapieverlauf.

Bei Bedarf arbeite ich gerne mit anderen Fachpersonen zusammen, welche den Therapieprozess unterstützen. Bezugspersonen werden bei Bedarf im vereinbarten Rahmen in den Therapieprozess einbezogen, um die Nachhaltigkeit der Therapie im Alltag zu sichern.

Der Aufenthalt im Bellewart soll nachhaltige positive Veränderungen und Verhaltensweisen realisieren, welche Sie befähigen, diese im Lebens- und Berufsalltag selbstkompetent und autonom weiterführen und verankern zu können. Beim Therapieabschluss wird der Therapieverlauf ausgewertet und evaluiert, ob und in welcher Form Sie weitere therapeutische Unterstützung und Begleitung benötigen.

KomplementärTherapie ersetzt nicht die Schulmedizin, wirkt jedoch ergänzend und kann unabhängig von schulmedizinischen Behandlungen, aber auch vor, parallel oder daran anschliessend genutzt werden.