

# SPEZIALANGEBOT DANDELION

*Auszeit im Sunnehus in Wildhaus  
für Angehörige Dandelion*

InnereKraft007



Nimm dir Zeit für deine Gesundheit.  
Anmeldung Online, per Mail oder Telefon möglich.



*finde  
deine Kraft  
in dir  
selbst*

## Einfach Kraft tanken – Einfach da sein

### **Zeit für Dich – Spezialangebot für Angehörige von Menschen mit Demenz**

Die Begleitung eines Menschen mit Demenz fordert viel Kraft, Liebe und Geduld. Während der Angehörige im Dandelion gut aufgehoben ist, bietet das Sunnehus einen Raum, in dem pflegende Angehörige selbst zur Ruhe kommen und neue Energie schöpfen können.

### **Dem Leben Raum geben und Kraft schöpfen**

Im Sunnehus können Angehörige einmal ganz für sich sein. Hier finden sie Stille, achtsame Begleitung und die Möglichkeit, sich wieder mit den eigenen Bedürfnissen zu verbinden. Die sanfte Berglandschaft im Toggenburg und das erfahrene Team schaffen einen Rahmen, in dem Entspannung und innere Einkehr möglich werden.

### **Finde zurück zu Deiner Kraft**

Die Betreuung eines Menschen mit Demenz verlangt oft, dass die betreuende Person ihre Bedürfnisse zurückstellt. Doch um langfristig für andere da sein zu können, ist es wichtig, auch für sich selbst zu sorgen. Im Sunnehus unterstützen wir pflegende Angehörige dabei, wieder in liebevolle Verbindung mit sich selbst zu kommen und ihre Ressourcen zu stärken.

#### **Vorschlag 1: 3 Tage, 2 Nächte**

##### **Spezialangebot\***

Inklusive 2 Übernachtungen

**CHF 545.-**

(Normalpreis CHF 645.-, du sparst CHF 100.-/15% auf den Normalpreis)

##### **Leistungen inklusive:**

- Übernachtung inklusive Vollpension aus der Bio-Küche (Frühstücksbuffet, 4-Gang-Mittagessen, Abendbuffet)
- 2 x Teilnahme an der Atemgruppe (90 Minuten)
- Tägliche Morgeneinstimmung vor dem Frühstück
- 1 x Atemtherapie nach Logopsychosomatik, Margrith Schneider (Einzel, 50 Minuten)
- 1 x Malatelier (Gruppe 90 Minuten)

**Exkl. Kurtaxen**

#### **Vorschlag 2: 5 Tage, 4 Nächte**

##### **Spezialangebot\***

Inklusive 4 Übernachtungen

**CHF 1090.-**

(Normalpreis CHF 1290.-, du sparst CHF 200.-/15% auf den Normalpreis)

##### **Leistungen inklusive:**

- Übernachtung inklusive Vollpension aus der Bio-Küche (Frühstücksbuffet, 4-Gang-Mittagessen, Abendbuffet)
- 4 x Teilnahme an der Atemgruppe (90 Minuten)
- Tägliche Morgeneinstimmung vor dem Frühstück
- 2 x Atemtherapie nach Logopsychosomatik, Margrith Schneider (Einzel, 50 Minuten)
- 2 x Malatelier (Gruppe 90 Minuten)

**Exkl. Kurtaxen**

Für Informationen zu Terminen und Buchungen kontaktiere bitte unsere Rezeption: [info@sunnehus.ch](mailto:info@sunnehus.ch) oder Telefon: 071 998 55 55

Wir freuen uns auf Dich!

# «Atme und lasse sein.»

Jon Kabat-Zinn

## **Kontakt**

Stiftung Sunnehus  
Moosstrasse 41  
9658 Wildhaus

## **Kur**

Tel: 071 998 55 70  
kur@sunnehus.ch

## **Rezeption**

Tel: 071 998 55 55  
info@sunnehus.ch

[www.sunnehus.ch](http://www.sunnehus.ch)