



WOHLBEFINDEN

Tief durchatmen und mit allen Sinnen wahrnehmen

Saint-Ursanne JU

10.08. bis 22.08.2019

„Entspannung von den Zehen bis
zum Scheitel – ein Genuss ohne
Ende.“

Eine Teilnehmerin



Kursinhalt

- Inspirierende Tage mit Atemübungen, welche die Atmung vertiefen, die Beweglichkeit fördern und eine entspannende Wirkung haben
- Wir verwöhnen unsere Sinne mit Hören, Spüren, Schmecken, Riechen und Sehen, erweitern auch Sensitivität und Motorik der Hände über sinnliche Spürübungen und verschiedenste, spielerische, kreative Möglichkeiten, unsere Hände zu bewegen und zu spüren
- Ausflüge in die nähere Umgebung und soziale Kontakte knüpfen

Zusätzliche Informationen

Falls ein Doppelzimmer gewünscht wird, bitte auf dem Anmeldeformular notieren. Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass die Mehrheit der Zimmer Einbettzimmer sind.



ORT

Au fil du Doubs
Route du Clos-du-Doubs 15
2882 Saint-Ursanne
032 461 33 29
www.aufildudoubs.com



ZIMMER

Einzel- und Doppelzimmer mit
fliessend Wasser (Lavabo),
Etagedusche/- WC



TEILNEHMER

10 Polio- und/oder
Post-Polio-Betroffene und Personen
mit einer leichten körperlichen
Behinderung



BETREUUNG

Tagesbetreuung und Pflege sind
sichergestellt



LEITUNG

Eva Lea Glatt
Stadthausstrasse 6
6003 Luzern
041 410 07 88
evalea.glatt@bluewin.ch



PREIS (VOLLPENSION) INKL. MWST

ASPr-SVG-Mitglieder

Einzelzimmer: CHF 1'240
Doppelzimmer: CHF 990

Nicht-ASPr-SVG-Mitglieder

Einzelzimmer: CHF 1'440
Doppelzimmer: CHF 1'190
Reisekosten nicht inbegriffen

Haben Sie Anspruch auf Ergänzungsleistungen? Senden Sie uns bitte eine Kopie Ihrer Verfügung. Wir werden Ihre Unterlagen vertraulich prüfen und abklären, ob Sie von einer finanziellen Unterstützung profitieren können.

Anmeldung

Online: www.aspr-svg.ch >> Kurse
Per Post: Formular in der Heftmitte
Anmeldeschluss: 01.03.2019