



#### ORT

DLZ Sumiswald AG  
Spitalstrasse 16  
3454 Sumiswald  
034 432 55 55  
www.dlz-sumiswald.ch



#### ZIMMER

Einzel- und Doppelzimmer mit  
fliessend Wasser,  
teilweise mit Dusche/WC, resp.  
Etagendusche/-WC



#### TEILNEHMER

20 erwachsene Personen mit einer  
Körperbehinderung



#### LEITUNG

Zu definieren



#### PREIS INKL. MWST

**ASPr-SVG-Mitglieder**  
CHF 810  
**Nicht-ASPr-SVG-Mitglieder**  
CHF 970  
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](http://www.aspr-svg.ch) >> Kurse  
Per Post: Formular in der Heftmitte  
**Anmeldeschluss: 30.04.2019**



#### WOHLBEFINDEN

## Eigene Ressourcen in der Natur stärken

### Sumiswald BE

23.07. bis 03.08.2019

„Die Natur ist die beste Apotheke.“

*Sebastian Kneipp*

#### Kursinhalt

- Wohlfühlen und Entspannen für Leib und Seele
- Aktivitäten in der Natur zur Stärkung der eigenen Ressourcen
- Körperliche Beweglichkeit mittels diverser Aktivitäten fördern
- Vitalität durch passende massagetechnische Übungen erhöhen
- Selbstbestimmung und Gemeinschaftsgefühl zur besseren Integration durch diverse Ausflüge fördern