

KURSE

# Energie tanken für Menschen mit Polio

25. Mai – 1. Juni 2019 in Berlingen

MITGLIEDER

Zum ersten Mal reist unsere Gruppe nach Berlingen und geniesst im Ferienhotel Bodensee eine entspannende und wohltuende Ferienwoche. Unter dem Motto „Energie tanken“ haben wir eine abwechslungsreiche Woche geniessen können.

Das gemütliche Beisammensein, Spaziergänge in der Umgebung und der Gedankenaustausch untereinander sollen neben den Therapien einen wichtigen Platz einnehmen. Bei der Akupunktur, der Tuina-Massage, der Cranio-Sakral-, Musik- und Atemtherapie konnten wir Energie tanken und geniessen. Das freie Malen mit Verena haben wir sehr genossen und uns bei den Gruppenmeditationen entspannen können.

Am Mittwoch, der als freier Tag geplant war, packten wir zum zweiten Mal die Gelegenheit und machten einen Ausflug mit dem Schiff, diesmal nach Gottlieben. Gegen Ende der Woche spielte auch das Wetter mit und wir konnten den barrierefreien Hotelgarten, die Gartenterrasse des Restaurants Hirschen und den Naturgarten mit direktem Seeanstoss der Pizzeria in Berlingen in vollen Zügen geniessen.



Wir hören interessante Geschichten zum Thema Geschenke, stellen Fragen und geniessen Kaffee und eine erfrischende Rhabarbertorte von Verena.



Schiffahrt auf dem Untersee nach Stein am Rhein.



Unser obligates Puzzle wirkt generationen- und völkerverbindend.



Gemeinsamer Start in einen neuen Tag unter dem Motto: bewegen, lachen und fröhlich sein.  
... und zum Schluss ein gutes Bild.



Unter der kundigen Leitung von Isabelle Kuster lernten wir ganz verschiedene Instrumente kennen und spielten am Schluss gemeinsam eine kleine Improvisation.



Bei herrlichem Sommerwetter verabschieden wir uns für dieses Jahr von Berlingen. Wir durften eine tolle Woche geniessen und sagen „uf wiederluege“ bis nächstes Jahr.