Erholungswochen 2021

Termine:	Anmeldung bis:
Samstag, 15. Mai 2021 bis Samstag, 22. Mai 2021	07. April 2021
Samstag, 12. Juni 2021 bis Samstag, 19. Juni 2021	05. Mai 2021
Samstag, 24. Juli 2021 bis Samstag, 31. Juli 2021	16. Juni 2021
Samstag, 04. September 2021 bis Samstag, 11. September 2021	02. August 2021

Ort:
Landhotel Jäger
Dorfstraße 22, 6413 Wildermieming
Tel. 0043 5264 6228
www.hotel-jaeger.at

Information und Anmeldung:
Cornelia Saxer BA - Fachstelle für pflegende Angehörige
Caritas der Diözese Innsbruck
Heiliggeiststraße 16, 6020 Innsbruck
Telefon: 0043 676 8730 6220
E-Mail: erholungswochen.caritas@dibk.at

Kosten:
Die ÖGK unterstützt die Teilnahme von pflegenden Angehörigen wenn:

- die zu pflegende Person zu Hause gepflegt wird und eine Pflegestufe hat
- der/die pflegende Angehörige bei der ÖGK versichert ist

(Selbstbehalt € 50,-- für die gesamte Woche)

Selbstzahlende: € 525,00 VP im Einzelzimmer,
€ 455,00 HP (Frühstück und Abendessen) im Einzelzimmer

Kontonummer Caritas
AT79 3600 0000 0067 0950 - Verwendung: Erholungswochen
In Kooperation mit der Österreichischen Gesundheitskasse

Fotos: Caritas, Landgasthaus Jäger

Programm

Ankunft: Samstag; die Zimmer stehen ab 14 Uhr zur Verfügung

Um 17 Uhr erstes Treffen aller Teilnehmenden mit anschließendem gemeinsamen Abendessen

Was haben wir vor?

- Treffen in der Gruppe für Gespräche, Erzählungen und Austausch
- Einzelberatung
- vielfältige spirituelle Impulse
- reichlich Zeit für sich selbst
- Spaziergänge und Ausflüge in die nähere Umgebung
- Wellnessangebot im Haus (Sauna und Infrarotkabine)
- Massagen, Craniosacral Therapie, Osteopathie, Humanenergetik (€ 50,--/50 Minuten)
- Kreatives (Malen, Schreiben, Musik, Singen, Handarbeiten, Spielen,…)
- kulturelle Angebote
- Freude, Spaß, Genuss und Unbeschwertheit

Abreise: Samstag ca. 10 Uhr (nach dem Frühstück)

Die Woche wird von Mitarbeiterinnen der Fachstelle für pflegende Angehörige der Caritas begleitet.







Caritas
Erholungswochen



Aufatmen Auftanken

Erholungswochen für pflegende Angehörige

Österreichische Gesundheitskasse

Mit Unterstützung des Landes Tirol

www.caritas-tirol.at



Landgasthaus Jäger

Eine Kultur des Helfens und Unterstützens

Pflegende und betreuende Angehörige sind die größte soziale Kraft in unserem Land. Ihre Geschichten sind voll Liebe, Hingabe und Zuwendung, aber auch ein Schauplatz großer Verausgabung, Erschöpfung und Überforderung. 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr dasein für den Angehörigen und Zugehörigen. Ein unbeschreiblicher Reichtum und ein Hochhalten einer Kultur des Helfens und Unterstützens.

Ziel des Erholungsurlaubes ist eine vorübergehende Entlastung der pflegenden Angehörigen. Der Fokus liegt auf der physischen und psychischen Gesundheit. Pflegende sind tagtäglich im Einsatz – wir wollen auch auf ihre Gesundheit nicht vergessen.

Die Caritas der Diözese Innsbruck bietet gemeinsam mit der Österreichischen Gesundheitskasse Erholungs- und Auftankwochen an.

Caritasdirektor Georg Schärmer und ÖGK-Obmann Werner Salzburger laden herzlich zu den Erholungswochen ein.

Eine Woche Auszeit

inmitten wunderschöner Landschaft, im gemütlichen Landgasthof Jäger, am Mieminger Plateau.

Gönnen Sie sich sieben Tage, um

- sich verwöhnen zu lassen
- zur Ruhe zu kommen
- die Natur zu genießen
- Menschen in ähnlichen Lebenssituationen kennenzulernen
- das zu tun, wonach Ihnen gerade ist
- alle Verpflichtungen hinter sich zu lassen
- Kraft zu tanken
- es einfach fein zu haben.

Den Puls des eigenen
Herzens fühlen.
Ruhe im Inneren,
Ruhe im Äußeren.
Wieder Atmen holen lernen,
das ist es.

Christian Morgenstern



Eine Erholungswoche ist auch ein Geschenk der Wertschätzung und des besonderen Dankes an eine pflegende Person in Ihrem Umfeld!

Wir freuen uns auch über Ihre Spende für Pflegende, die sich die Erholungswoche nicht selbst finanzieren können. **Danke!**