

Erholungswochen im Jahr 2019

Termine:	Anmeldung bis:
Samstag, 11. Mai 2019 - 14:00 Uhr bis Samstag, 18. Mai 2019 - 10:00 Uhr	09. April 2019
Sonntag, 30. Juni 2019 - 14:00 Uhr bis Sonntag, 07. Juli 2019 - 10:00 Uhr	23. Mai 2019
Samstag, 07. Sept. 2019 - 14:00 Uhr bis Samstag, 14. Sept. 2019 - 10:00 Uhr	01. August 2019

Ort:

Landhotel Jäger

Dorfstraße 22, 6413 Wildermieming

Tel. 0043 5264 6228

www.hotel-jaeger.at

Information und Anmeldung:

Frau Veronika Knausz - *Fachstelle für pflegende Angehörige*

Caritas der Diözese Innsbruck

Heiliggeiststraße 16, 6020 Innsbruck

Telefon: 0043 676 8730 6220

E-Mail: erholungswochen.caritas@dibk.at

Teilnehmerbeitrag: € 480,00 Verpflegungsbeitrag VP im Einzelzimmer

Die TGKK unterstützt die Teilnahme von pflegenden Angehörigen bei den Erholungswochen unter folgenden Voraussetzungen:

- » der zu Pflegende wird vom Angehörigen zu Hause gepflegt
- » der pflegende Angehörige ist bei der TGKK versichert
- » die zu pflegende Person hat eine Pflegestufe

bei der Erfüllung dieser Voraussetzungen beläuft sich der Verpflegungsbeitrag auf € 50,00 / pro Person für den gesamten Aufenthalt.

Kontonummer Caritas

AT79 3600 0000 0067 0950 - Verwendung: Erholungswochen

In Kooperation mit der **Tiroler Gebietskrankenkasse**

Fotos: Caritas, Landgasthaus Jäger

www.caritas-tirol.at

Programm

Ankunft: Bis 14:00 Uhr Anreise, Zeit zum Ankommen, erstes gemeinsames Treffen aller Teilnehmenden und anschließend Abendessen.

Abreise: Nach dem Frühstück Abschluss der Erholungswoche. Heimreise ab ca. 10:00 Uhr.

Folgende Angebote stehen für Ihre physische und psychische Gesundheit zur Verfügung:

- » **Begleitung durch Zuhören, Zeit zum Erzählen und für Gespräche sowie gemeinsames Schweigen**
- » **Treffen in Gemeinschaft**
- » **Ausflüge in die nähere Umgebung**
- » **Kreatives** (Malen, Lebensbuch gestalten, Tanz, Singen, ...)
- » **Vielfältige spirituelle Impulse** (Bilder, Texte, Körperwahrnehmung, ...)
- » **Natur genießen** (Seele baumeln lassen, Wanderungen, Durchatmen, ...)
- » **Wellness für den Körper** (Bewegung, Körperentspannung, Sauna, Infrarotkabine, ...)
- » **Beratung bei konkreten Fragen** durch Mitarbeiterinnen, die in den Fachbereichen tätig sind.
- » **Massagen, Craniosacral Therapie, Osteopathie, Humanenergetik** gegen Gebühr (€ 50,00 / pro 50 Min.)



Caritas

Erholungswochen



Aufatmen Auftanken

**Erholungswochen
für pflegende Angehörige**

TGKK TIROLER
GEBIETSKRANKENKASSE

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 Tiroler Gebietskrankenkasse Erholungs- und Auftankwochen an.

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

Aufblühen und entspannen für Ihre Gesundheit

Eine Woche ausrasten, zur Ruhe kommen, die Seele baumeln lassen, ausschlafen, sich verwöhnen lassen, Natur genießen, Gesprächspartner finden, Beratung erfahren – sich einfach wieder spüren, aufatmen, Lebenslust zulassen, etwas Neues probieren und Kraft tanken.

Gemeinsam mit erfahrenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Caritas gibt es Angebote für Körper, Geist und Seele.

Alles im behaglichen Landgasthaus Jäger und in einer unbeschreiblich schönen Naturlandschaft, in einer Region, die vieles zu bieten hat.

Sieben Tage (Frei-)Zeit, aber auch Gemeinschaft. Das Landhotel Jäger sorgt für Verpflegung und die gemütliche Atmosphäre. Die gesamte Organisation, Begleitung und das Rahmenprogramm organisiert und plant die Caritas Tirol.

Fr. H. zu Beginn der Erholungswoche: *„Nach der langen Zeit von Krankheit und Pflege, sowie dem Tod meines lieben Mannes, war ich kraftlos, ausgelaugt, sehr traurig, mutlos und 10 kg leichter an Gewicht.“*

Am Ende der Erholungswoche: *„Schade, die Tage sind so schnell vergangen, mit vielen Impulsen, Ideen, ein paar Kilos mehr und die Hoffnung, es findet sich ein Weg mit dem Schmerz lebenswert zu leben. DANKE allen, die es mir ermöglicht haben, dabei zu sein – VERGELT'S GOTT.“*

Fr. A. am Ende der Erholungswoche: *„Mir ging es körperlich und psychisch schon lange nicht mehr so gut. DANKE.“*



Auch wenn Sie selbst nicht unmittelbar betroffen sind, die Erholungswochen sind ein wunderbares Geschenk und ein besonderes DANKESCHÖN an einen von Ihnen sehr geschätzten Menschen.

Wenn Sie diese Erholungswochen insgesamt unterstützen möchten – da es sicherlich Menschen gibt, die keine Mittel dafür haben – so freuen wir uns über Ihre Spende.