



25 Jahre Menzihuus – hereinspaziert am Tag der offenen Tür!

Am 17. September 2016 war alles bereit: die Ballons aufgehängt und die Parkplätze beschildert, die Werkstätten herausgeputzt und die Festwirtschaft bereit, die Mitarbeitenden motiviert und das Wetter gnädig.

«Jung und Alt sind herzlich eingeladen, das Menzihuus am Tag der offenen Tür zu besuchen.» Diese Zeilen aus der Regionalpresse zeigten Wirkung: Zahlreich strömten die Besucherinnen und Besucher nach Filzbach. An einer Führung konnte man Näheres über Alltag und Betrieb im Menzihuus erfahren. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einer Beeinträchtigung zeigten den Gästen Haus und Hof. Unterstützt wurden sie durch die Bereichsleiterin Tagesstruktur, Marianne Wetter und den Bereichsleiter Wohnen, Michael Rimann.

Einkaufen, spielen, essen – ein bunter Markt

Attraktiv gestaltete Marktstände boten Produkte aus den Werkstätten an – eine Freude für Augen und Nasen. Der Uten-

silo, ein in der Wäscherei gefertigter Stoffbeutel, bot sich an, Cherrytomaten, Goldmelissensirup, Dinkel-Guetzli oder selbstgebackenen Zopf nach Hause zu tragen. Nicht fehlen durfte auch das Teesäckli, das mit Bio-Kräutern aus der Landwirtschaft abgefüllt werden konnte. Ausserdem konnten sich die Gäste beim Origami-Falten kreativ betätigen oder bei Spiel und Sport Geschicklichkeit und Ausdauer üben.

Auch für Hungerige war gesorgt: Das Team Hauswirtschaft hatte einen Hamburgerstand aufgestellt, der zur Mittagszeit einen erfreulichen Andrang zu bewältigen hatte. Auch Pasta mit leckerer Gemüsesauce und griechischer Salat waren im Angebot. Zum Dessert gönnten sich viele Gäste ein verführerisches Stück Kuchen aus der hauseigenen Bäckerei.

Blicke in die Vergangenheit und in die Zukunft: die Jubiläumsfeier

Am Nachmittag eröffnete GsdW-Präsident Stephan Kunz die offizielle Jubiläumsfeier. Sein Rückblick unterstrich die wertvolle Entwicklung des Menzihuus, das sich vom kleinen Betrieb zur bedeutenden Institution entwickelt hat. Es folgten Worte von Matthias Güdel, im Jahr 1991 ein «Mitarbeiter der ersten Stunde». Seine Anekdoten fesselten das Publikum und liessen es hin und wieder schmunzeln. Geschäftsleiter Lukas Beerli hob die Wichtigkeit der Visionen hervor, die das Menzihuus erst möglich gemacht haben. Dann richtete er seinen Blick auf Gegenwart und Zukunft. Zum Abschluss bedankte sich Lukas Beerli bei allen für die Unterstützung des Menzihuus. Sonja Küster trug mit Klavierklängen zum würdigen Rahmen der Feier bei.

Unter dem grossen Nussbaum im Hof genossen danach alle das vielfältige Apéro-Buffer des Seminarhotels Lihn. Dort ging der rundum gelungene Anlass bei angeregten Gesprächen zu Ende.

P.P.
CH-8757
Filzbach

Die Post

Nr. 50 November 2016

Seebüel Seminarhotel Lihn menzihuus

gazetta

Neues aus der Genossenschaft
sozial-diakonischer Werke | GsdW



Erfreuliche Entwicklungen bei der GsdW

25 Jahre Menzihuus feierte die Genossenschaft sozial-diakonischer Werke (GsdW) im September. Ein guter Grund, zurückzublicken und auf die Entwicklung des Menzihuus stolz zu sein. Aber nicht nur das Menzihuus ist auf gutem Wege: Auch die beiden Hotelbetriebe geben Anlass zur Freude.

Das Menzihuus ist markant gewachsen

Vor 25 Jahren startete das Menzihuus mit sechs Wohn- und sechs Werkstattplätzen. Heute bietet es insgesamt über siebzig Plätze an. Die meisten davon kamen in den letzten Jahren hinzu. Aber das Menzihuus wurde nicht nur grösser: Es gewann von Jahr zu Jahr auch an Qualität und Professionalität. Unverändert sind die Werte, auf die das Menzihuus seine Arbeit stützt: Zentral ist das Miteinander, sind die Liebe und die Hinwendung zum Menschen.



Tag der offenen Tür im Menzihuus:
kleiner Markt mit hauseigenem Angebot.

Die vielen Besucherinnen und Besucher am Tag der offenen Tür haben es bekräftigt: Das Menzihuus ist als wichtige Institution fest in der Region verankert.

In Filzbach wird erfolgreich zusammengearbeitet

Die Zusammenarbeit zwischen dem Seminarhotel Lihn und dem Menzihuus ist ein weiterer

Ausdruck der erfreulichen Entwicklung. Dem Hotelgast wird Dienstleistung auf hohem Niveau, gepaart mit sozialem Engagement geboten. Und die Menschen mit einer Beeinträchtigung aus dem Menzihuus erfahren Unterstützung in der Berufsbildung und im täglichen Leben.

Das Seminarhotel Lihn gedeiht

Auch die Entwicklung im Seminarhotel Lihn gibt Anlass zur Freude. Das Hotel konnte sich seit der Neueröffnung jährlich festigen und verbessern. Ende 2016 werden es über 11'000 zufriedene Seminar- und Hotelgäste sein, die sich vom Lihn-Team während ihrer Ferien oder Weiterbildung verwöhnen liessen. Wachstum ist auch hier möglich: Neue Gruppen sind willkommen.

Bauentwicklung im Ferienhotel Seebüel

In einer schriftlichen Urabstimmung beschlossen die Genossenschafterinnen und Genossenschafter im September mit 151 JA- zu 15 NEIN-Stimmen, dem Planungskredit für einen Anbau von 12 Doppelzimmern im Davoser Ferienhotel Seebüel zuzustimmen. Damit kann der Vorstand die Architekturplanung weitertreiben und der Genossenschaft an der Generalversammlung 2017 ein Bauprojekt zur Diskussion und Genehmigung vorlegen.

Das Hotel Seebüel auf neuen Wegen

An einem Wendepunkt ist das Hotel Seebüel angelangt, verliess doch der bisherige Hotelier nach vielen Jahren Davos, um sein Glück im Berner Mittelland zu suchen. Jeder Betriebsleiterwechsel birgt Risiken und Chancen: Altes, für nötig Gehaltenes wird überprüft und verändert, das eine oder andere neu eingeführt. Wie im persönlichen Leben fragen auch wir uns immer wieder, in welche Richtung die Entwicklung gehen soll: Wo kann man auf Erfahrungen bauen, wo ist ein Kurswechsel angesagt? – Die Herausforderungen, gerade in der Hotellerie und im Speziellen in Davos, sind gross. Im September haben die Genossenschafterinnen und Genossenschafter eine bauliche Erweiterung des Hotels bewilligt (siehe Kasten). Grünes Licht also für weitere mutige Schritte in die Zukunft!

Flexible Rahmenbedingungen

Der Vorstand der GsdW sieht seine Aufgabe darin, Rahmenbedingungen zu schaffen, die alle diese Entwicklungen ermöglichen. Das bedeutet für uns, klare strategische Vorgaben zu machen und gleichzeitig für die einzelnen Betriebe genügend Umsetzungsspielraum einzubauen. Dies immer mit einem Ziel vor Augen: Sie als Gast in unseren Hotels oder als Bewohnerin und Bewohner im Menzihuus sollen sich bei uns rundum wohlfühlen.



Liebe Leserin, lieber Leser

In Davos kündigt sich das Jahresende mit dem ersten Schnee an. Für das Hotel Seebüel wurde das Jahr 2016 durch den Weggang des langjährigen Hoteliers Lukas Hüni bestimmt. Das neue Betriebsleiterhepär Erica und Marcus Pfister und das Team erlebten ihre erste gemeinsame Sommersaison. Das Hotel Seebüel gehört zu den 100 freundlichsten Hotels der Schweiz! Während das gewiss so bleiben wird, werden auch neue Schwerpunkte gesetzt.

Im Seminarhotel Lihn liegt der Betriebsleiterwechsel bereits ein Jahr zurück. Die Zusammenarbeit hat sich so gut eingespielt, dass 2016 bereits verschiedene neue Projekte angestossen werden konnten. Viele von ihnen widmen sich auf unterschiedliche Weise dem Thema «Achtsamkeit». Das 25-Jahre-Jubiläum im Menzihuus zeugt von einer grossen Entwicklung. Die Institution ist gewachsen: an Grösse, an Professionalität und Qualität. Grund genug, das Jubeljahr mit viel beachteten Anlässen zu feiern.

Hinter den Kulissen läuft die Planung des kommenden Jahres auf Volltoren. In allen Häusern gilt es, Bewährtes zu konsolidieren, gleichzeitig aber auch Neues zuzulassen und anzustossen.

Alle unsere Anstrengungen haben das Ziel, dass Sie sich bei uns besonders wohl fühlen. Ich freue mich, Sie bald wieder einmal in unseren Häusern willkommen zu heissen!

Stephan Kunz
Stephan Kunz, Präsident der GsdW

Genossenschaft sozial-diakonischer Werke GsdW
Postfach 1167, CH-8031 Zürich, www.gsdw.ch

Ferien im Menzihuus

Auch in diesem Jahr verbrachten unsere Bewohnerinnen und Bewohner eine gemeinsame Ferienwoche, unterstützt durch die Stiftung «Denk an mich». Anders als in den Vorjahren fanden die Ferien an zwei unterschiedlichen Orten statt.

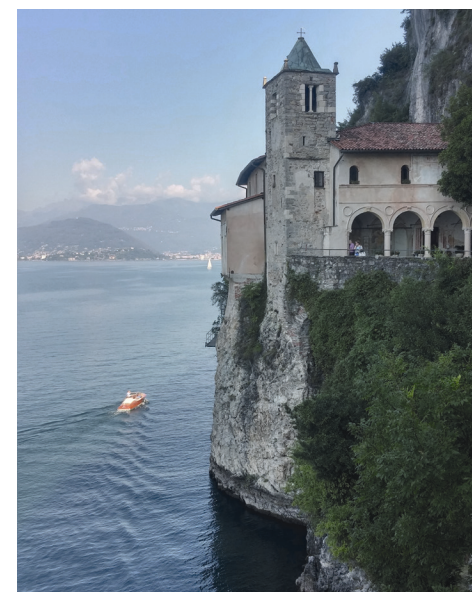
Im Spätherbst 2015 war es wieder so weit: An einer der wöchentlichen Menzihuus-Haussitzungen wurde die jährliche Feriendiskussion geführt. Rasch zeigte sich, dass die Bewohnerinnen und Bewohner unterschiedliche Bedürfnisse hatten: Die einen wünschten sich einen all-inclusive-Strandurlaub am Mittelmeer, die anderen Ferien in der Nähe, möglichst in einem schönen, grossen Haus.

Unterschiedliche Wünsche – gemeinsame Lösungsfindung
Selbstbestimmung und Teilhabe werden im Menzihuus gross geschrieben. So war es selbstverständlich, dass der Wunsch nach unterschiedlichen Ferien aufgegriffen wurde.

de. Im Rahmen der Eigenverantwortung bildeten die Bewohnerinnen und Bewohner Gruppen, welche die Wünsche weiterverfolgten und im Rahmen des Budgets Angebote suchten. In einer Abstimmung wurde dann entschieden, wohin die Reisen gehen sollten.

Ferien auf Kreta und am Lago Maggiore
Eine der Reisen führte nach Kreta. Nach langer Fahrt traf die Gruppe im Hotel ein, das mit einem guten Angebot aufwartete. Nebst dem süssigen Nichtstun war Baden im Meer und im Pool angesagt. Ausflüge auf der schönen Insel rundeten die Ferien ab.

Die andere Reise konnte mit den firmeneigenen Fahrzeugen angetreten werden. Sie führte an das italienische Ostufer des Lago Maggiore. In einem schönen Ferienhaus mit Pool verbrachte die Gruppe mit Baden, Wandern, Ausflügen und gemeinsamem Kochen erholsame Tage.



Ausflüge am romantischen Lago Maggiore

Gute Erfahrungen

Gut erholt und gesund kehrten alle Reisenden nach einer Woche ins Menzihuus zurück. Die Aufteilung der Reisen nach Interesse war neu. Die Erfahrung hat gezeigt, dass kleinere Gruppen vorteilhaft sind. Schon bald findet die nächste Ferienplanung statt – wir sind gespannt, wohin die Reisen 2017 gehen.



Dolce far niente am Strand in Kreta

DENK AN MICH

Ferien und Freizeit für Behinderte

Impressum

gazetta: «Neues aus der Genossenschaft sozial-diakonischer Werke»
17. Jahrgang; erscheint zweimal jährlich, Auflage 20'000 Exemplare

Herausgeber:
GsdW, Genossenschaft sozial-diakonischer Werke, Postfach 1167, CH-8031 Zürich
Internet: www.gsdw.ch

Adressänderungen:
Seminarhotel Lihn, info@lihn.ch
Tel.: +41 (0)55 614 64 64
Spendenkonto: PC 87-442 896-8



GsdW, entstanden aus der Ferienheimgenossenschaft vom Blauen Kreuz Zürich.

Klimaneutral gedruckt
von Fridolin Druck





Begegnung, Besinnung, Bewegung

Das Hotel Seebüel war schon immer ein Ort der Begegnung, Besinnung und Bewegung. Auf diese drei Pfeiler möchten wir verstärkt unseren Schwerpunkt legen.

Täglich erleben wir eindrucksvolle Begegnungen mit Gästen, die schon seit Jahren das Seebüel besuchen oder mit Menschen, die zum ersten Mal zu uns kommen. Auch unter den Gästen ergeben sich neue Begegnungen. Als christlich ausgerichtetes Hotel ist es uns zudem wichtig, dass jeder Gast während der Ferien auch Zeit findet, sich zu besinnen und über Gott und die Welt nachzudenken. Was wäre ein Urlaub ohne Bewegung? Was gibt es Schöneres, als eine Runde um den Davosersee zu spazieren und sich von der Natur inspirieren zu lassen?

Im Hotel Seebüel finden Sie Nahrung für Geist, Seele und Körper. Wir freuen uns darauf, auch Ihnen zu begegnen!

Erica und Marcus Pfister und Team

Das Hotel Seebüel gehört zu den 100 freundlichsten Hotels der Schweiz

Eine unverhoffte Auszeichnung freut unsere Mitarbeiter und ist ein Signal für die Gäste: Bei uns sind Sie willkommen.

Als im Frühling 2016 ein Päckchen von «Schweiz Tourismus» bei uns eintraf, staunten wir nicht schlecht über den Inhalt: Es war eine Medaille mit der Aufschrift «Top 100 Prix Bienvenu 2016».



Für den Prix Bienvenu werden jedes Jahr mehrere hunderttausend Gästefeedbacks auf Buchungs- und Bewertungsplattformen ausge-

wertet. Im Jahr 2015 wurden die Kriterien «Servicequalität», «Gastfreundlichkeit» und «Kompetenz» berücksichtigt. Dass das Hotel Seebüel unter rund 5000 schweizerischen Hotelbetrieben zu den 100 freundlichsten gehört, macht uns stolz. Die Auszeichnung ist eine Belohnung für unsere Mitarbeiter. Und Sie, lieber Gast, dürfen sich gerne vor Ort von unseren Qualitäten überzeugen.



Zusammenarbeit mit Kybun

Neu haben Sie als Hotelgast die Möglichkeit, bei uns kyBoot Schuhe zu probieren. Der Kyboot Schuh ist ein Luftkissen-Schuh. Er verbessert das Gangbild, stärkt die Muskulatur und aktiviert den Kreislauf. Bequemer um den Davoser See zu wandern, ist nicht möglich. Mehr Informationen auf www.kybun.ch

Kontakt

Hotel Seebüel
 Erica und Marcus Pfister-Aebli
 Prättigauerstrasse 10
 CH-7265 Davos Wolfgang
 Tel.: +41 (0)81 410 10 20
info@seebuel.ch
www.seebuel.ch

Zwei Jubiläen

Retus Caduff und Ursula Heuberger: Zwei kompetente, geschätzte Mitarbeitende feiern im Seebüel ihr Jubiläum. Retus Caduff verabschiedet sich Ende Jahr zu einem Time-out.



Ein engagierter, erfolgreicher Küchenchef...

Wir gratulieren Retus Caduff zu seinen zehn Jahren als Küchenchef im Seebüel! Während dieses Jahrzehnts hat er weit über 200'000 Mahlzeiten zubereitet. Hinzu kommen die vielen à la Carte Gerichte, die im SeeCafé serviert wurden. Als wir die Leitung des Hotels übernahmen, fiel uns sofort auf, dass Retus Caduff ein leidenschaftlicher Koch ist. Jedes Gericht plant er bis ins kleinste Detail und bereitet es mit Liebe zu. Täglich erfreuen sich begeisterte Gäste in Hotel und Restaurant seiner Kochkünste.

Die Rolle des Küchenchefs ist immer mit viel Stress verbunden. Nach zehn intensiven Jahren ist ein Time-out sicherlich angebracht. Ab Dezember 2016 wird deshalb

Dominik Hannappel im Hotel Seebüel den Kochlöffel übernehmen.

Das halbe Jahr mit Retus Caduff haben wir sehr geschätzt. Dank ihm und seinem Team konnten wir jeden Abend eine Saisonsuppe, ein herrliches Salatbuffet, kunstvoll garnierte Teller und zur Krönung ein leckeres Dessert anbieten. Wir wünschen unserem Küchenchef alles Gute für die Zukunft.

... und eine tüchtige Allrounderin

Eine flinke, produktive, fleissige und fröhliche Frau: Wer könnte das im Seebüel sein? Das ist natürlich Ursula Heuberger. Seit 15 Jahren ist sie die gute Seele in der Waschküche, in den Zimmern, beim Rasenmähen und wo auch immer eine tüchtige Frau gebraucht wird. Ein grosses Kompliment und Dankeschön an Ursula Heuberger für ihren unvergleichlichen Einsatz im Seebüel!

Seebüel Special Guests 2017

In den Wochen, die von Einzelgästen belegt sind, laden wir jeweils einen Special Guest ein. Dieser spannende Gast wird während der Woche Inputs und Gedanken aus christlicher Sicht zu aktuellen Themen bringen und zum Austausch anregen. Wir verstehen die Zusammenkünfte als Gelegenheiten zur Begegnung und Besinnung.

Wie gewohnt, finden weiterhin die wöchentlichen Andachten mit den regionalen Pastoren statt:

18. – 24.01.2017	Walter Gaberthuel
12. – 17.06.2017	Jörg und Susanne Neukom
16. – 22.07.2017	Hanspeter Minder
01. – 07.10.2017	Alex und Heidi Nussbaumer



10% Rabatt

Schneezauberrabatt

Im Januar, März und April 2017 gewähren wir allen Gazetta Abonnenten 10% Rabatt. Machen Sie Gebrauch von unserem Angebot und lassen Sie sich von der Schneelandschaft verzaubern!

Gilt nicht für Onlinebuchungen, nicht kumulierbar mit anderen Aktionen.

Hoch über dem Walensee tagen und Achtsamkeit üben

Gruppen, die bei uns buchen, werden von uns beschenkt: Freuen Sie sich auf unseren Erlebnisapéro für die Sinne.

In der heutigen Zeit hat sich vieles, was wir früher direkt über die Sinne erfahren haben, in den virtuellen Raum verschoben. Auch werden wir täglich überflutet von Texten und Bildern. Als Reaktion auf diese Entwicklung hat der Begriff «Achtsamkeit» an Bedeutung gewonnen. Mittels unterschiedlicher Praktiken versuchen die Menschen, wieder ins Hier und Jetzt zu finden und ihre Wahrnehmung zu schärfen.

Ein Test für die Sinne – und ein Genuss

Sind meine Sinne wach? Kann ich innehalten und wahrnehmen, was rund um mich geschieht? Kann ich mich auf etwas einlassen? Das sind Fragen, die uns beschäftigen und die wir auch Ihnen, lieber Gast, näherbringen möchten. Wir tun dies mit einem Erlebnisapéro für Gruppen, bei dem Sie Ihre Sinne testen können. Diese interessante Erfahrung ist als kleine Aufmerksamkeit an Sie

gedacht. Kosten Sie anschliessend mit Ihrer Gruppe unseren neuen Apéro-Hit: **Tröpfel** ist ein stilvoller, alkoholfreier Schaumwein. Das feinperlige, prickelnde Getränk aus Schweizer Trauben und Äpfeln wird von Patricia Dähler-Kraus und Esther Schaefer-Meier in Mammern hergestellt.

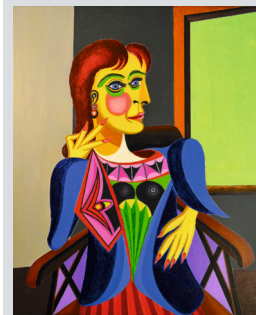
Achtsamkeits-Training mit Hannes Hochuli

Die Kurse im Seminarhotel Lihn haben in letzter Zeit oft im engeren oder weiteren Sinn mit Achtsamkeit zu tun. Der ehemalige Lihn-Hotelier Hannes Hochuli ist überzeugt, dass Achtsamkeit auch für die Führungskräfte in der Wirtschaft immer wichtiger wird. Auf seiner Homepage www.hanneshochuli.ch erfahren Sie mehr über seine Angebote.

Melden Sie sich noch heute mit Ihrem Seminar bei uns an. Wir freuen uns auf Sie!

Kunst im Lihn

Die Kunstausstellungen im Lihn haben Tradition. Schon zahlreiche Künstler aus den Regionen Glarnerland und Sarganserland haben ihre



Fotos, Bilder und Gemälde auf der Lihn-Galerie präsentiert, und unzählige Gäste haben sich an deren Qualität und Vielfalt erfreut.

Aktueller Künstler:
 Heinz Dürst aus Obstdalen
 «Farben Farben Farben»



Lihn-Events

Bis Februar 2017	Kunstausstellung «Farben, Farben, Farben» des Künstlers Heinz Dürst aus Obstdalen
18.11.16	Live Music Dinner Jazz Abend mit Roger Näf und Marco Santilli
18. – 21.11.16	Yoga-Retreat mit Yvonne Gabriel
Bis Ende Nov. 16	Freitags-Special: Herbstbuffet mit Wild für CHF 33.– pro Person
17.12.16	Gospel Xmas Adventskonzert der Glarner Inspirational Singers
Dez. – Feb. 17	Freitags-Special: Candle-Light-Dinner
02. – 05.02.17	Yoga-Retreat mit Yvonne Gabriel
18.02.17	Kulturbühne mit The 4 Windows
11. – 13.03.17	Everdance® Solo-Paartänze Aktivenerlebnis über dem Walensee für Seniorinnen und Senioren



Weitere Informationen unter www.lihn.ch.
 Schön, wenn wir Sie bei uns im Lihn begrüßen dürfen!

Medienpartner:
Fridolin Druck und Medien

Romantik hoch über dem Walensee

In den Wintermonaten Dezember bis Februar fliegt Amor mit Pfeil und Bogen ins Lihn. Unsere Angebote für Verliebte befördern Paare in den siebten Himmel.

Jeweils am Freitagabend veranstalten wir ein Candle-Light-Dinner mit einem erlesenen 4-Gänge-Menü, der ideale Rahmen für verliebte Blicke und Gespräche.

Ab 18.30 Uhr, CHF 65.– pro Person.



Wer sich mehr Zeit nehmen möchte, bucht das Romantikpackage: Geniessen Sie zu zweit von Freitag bis Sonntag unser Angebot mit Highlights wie Candle-Light-Dinner, Frühstück im Bett, romantische Schlittenfahrt unter den Sternen.



Weitere Informationen:
www.lihn.ch/romantik



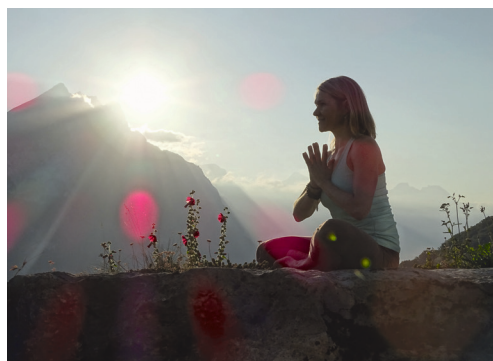
Hinten stehend (v.l.n.r.): Samuel, Javakar, Simon. Mitte: Raphael, Noémi, Anja, Jasmine. Vorne: Denis, Ludevik, Ramona, Angela, Eleni.

Erfolgreiche Lehrabgänger und motivierte Neulinge

Bravo und weiter so: Das Seminarhotel Lihn gratuliert seinen Lernenden, die ihre Ausbildung erfolgreich abgeschlossen haben, und heisst die Neulinge herzlich willkommen.

Das Lihn-Team ist stolz, konnte es doch erneut sechs Lernende ein bis drei Jahre lang durch die Ausbildungszeit führen. Dies mit Erfolg: Alle unsere Lernenden – die Büroassistentin, der Fachmann Betriebsunterhalt, der Küchen-

angestellte, die Hotelfachfrau und auch die Praxisausbildungen im Service und an der Rezeption – erzielten sehr gute Resultate. Schon zum fünften Mal in Folge durften sämtliche Lehrabgänger des Seminarhotels Lihn ihre Fähigkeitszeugnisse entgegennehmen. Auch die sechs Neulinge sind gut gestartet und haben sich bestens ins Team integriert. Sie zeigen in den Schulen und bei ihren Arbeitseinsätzen viel Neugier und Motivation.



Yoga-Retreat

Freitag bis Montag,
 18. bis 21. November 2016 und
 2. bis 5. Februar 2017

In unserer hektischen Zeit vergessen wir oft, dass unser Körper ein grosses Geschenk ist. Häufig nehmen wir uns selbst und unseren Körper nicht mehr richtig wahr und sind geistig und körperlich erschöpft. Dieses Retreat bietet die Möglichkeit, uns selbst wieder intensiver wahrzunehmen und uns mit allem, was Körper und Geist zu bieten haben, zu verbinden. Passend zur Jahreszeit werden wir die Sinne von der täglichen Betriebsamkeit zurückziehen und uns auf eine Reise zu uns selbst begeben.

Die Stärke der Yoga-Lehrerin Yvonne Gabriel besteht darin, Sie Ihrem Herzen näher zu bringen. Erfahren Sie mit offenem Herzen, ausgeglichener Körper und Geist einen neuen Zustand des Seins.

Das Retreat ist für alle geeignet, Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Infos und Preise:
www.lihn.ch/yoganovember