Die Genesungspension „BIEN-ÊTRE“

Wir fühlen uns mitverantwortlich für das, was auf unserem Planeten geschieht. Was wir geben kommt auch zurück.

Jeder Mensch ist einzigartig; was uns alle verbindet, ist die Suche nach Glück, Liebe, Geborgenheit und natürlich Gesundheit.

Elfi Maria Eigelshoven

Wenn Sie diese Gedanken teilen und sich am Aufbau der

Genesungspension
„BIEN-ÊTRE“

beteiligen möchten, freue ich mich über Ihre Nachricht.

Die Genesungspension « BIEN-ÊTRE »

Impressionen

Die Genesungspension« BIEN-ÊTRE »

für wen sie entsteht I

Mit der Genesungspension « BIEN-ÊTRE » wird im Süden Frankreichs ein Ort der Ruhe und der Geborgenheit entstehen, an dem man neue Kraft schöpfen und innere Stärkung erfahren kann.

Dies können Menschen sein, die eine schwere Erkrankung oder eine belastende Lebenssituation zu bewältigen haben.

Wir möchten für diese Menschen da sein, sie in ihrer besonderen Situation unterstützen, sie begleiten, ermutigen und sie so stärken, dass sie Lebensmut, Lebenskraft, Lebensqualität und Lebensfreude wieder gewinnen.

Die Genesungspension « BIEN-ÊTRE »

für wen sie entsteht II

Für Menschen die eine angepasste Bewältigungsstrategie benötigen.

Für Menschen die sich allein fühlen mit einer belastenden oder lebensbedrohenden Diagnose (alleingelassen mit ihrer Angst).

Für Menschen, die eine nahestehende Person verloren haben.

Für Menschen, die sich gerne austauschen möchten. Es soll ein Ort werden, an dem gleichzeitig Informationen ausgetauscht werden können,
Ein Ort, an dem auch medizinische Vorträge abgehalten werden.

Was kann man heute selbst tun, um das eigene Erkrankungsrisiko zu vermindern, welche persönliche Möglichkeiten gibt es, bei bestehender Erkrankung Einfluss auf den Krankheitsverlauf, bzw. die Genesung zu nehmen ?

Die Genesungspension « BIEN-ÊTRE »

wie die Idee entstand

Die Idee eines solchen Refugiums entstand aus meiner eigenen Biographie.

Vor vielen Jahren habe ich während einer zunächst komplizierten Krankheitssituation selbst erfahren wie wichtig es ist, auch in kritischen Lebenssituationen weiter zu kämpfen und die Verantwortung für das eigene Leben zu behalten.

Es war schwer diesen Weg allein zu gehen. Diese Erfahrung habe ich genutzt und mich intensiv mit dem Thema „Menschen in Lebenskrisen“ auseinandergesetzt.

Heute widme ich meine Kraft, meine Energie und mein Wissen den Menschen, die – wie ich damals – Unterstützung in belastenden und/oder scheinbar ausweglosen Situationen benötigen.

Die Genesungspension « BIEN-ÊTRE »

geographische Lage

Die Côte d'Azur ist der ideale Ort für ein Genesungshaus. Dank des mediterranen Klimas und mit vielen, vielen Sonnentagen im Jahr, grünt und blüht es in der Region selbst im Winter.

Gleichzeitig bietet die Gegend eine gewachsene Infrastruktur, gute medizinische Versorgung, sowie ein ausgezeichnetes kulturelles Angebot.

Jede Jahreszeit bietet den Besuchern ganz besondere Festlichkeiten: Musik, Zitronen, Lavendel, Oliven- und Mimosenfeste. Kurzum: hier findet man alles, was die Sinne zur Fröhlichkeit anregt.

Besonders reizvoll und mit ländlichem, unberührtem Charme präsentiert sich das touristisch weniger erschlossene Hinterland.

Die Verkehrsanbindung ist optimal per Flugzeug, Bahn oder mit dem PKW.

Die Genesungspension « BIEN-ÊTRE »

Ausstattung

Wünschenswert wäre ein lichtdurchflutetes Haus mit viel Charme ausgerichtet nach bauökologischen Gesichtspunkten. Ein Wintergarten und mehrere Sonnenterrassen würden das Konzept abrunden.

Das Haus sollte ca. 5 - 7 individuell und liebevoll eingerichtete Zimmer/Appartements (davon einige behindertengerecht) bieten, Gemeinschaftsräume für Physiotherapie, Massagen und Heilkräuteressenz Therapie, eine Bibliothek etc. Ein Gebäude das nach und nach den neuen Anforderungen angepasst werden kann.

Der Blumen- und Kräutergarten verdient eine besondere Aufmerksamkeit – Plätze für besondere Begegnungen z. B. für Tanz- und Bewegungskonzepte, kreatives Malen und Gestalten und natürlich zum Entspannen und die Seele baumeln zu lassen, sollten zu ermöglichen sein.

Eine Terrasse mit Pool und Außenküche im typisch südfranzösischen Flair würde die Gäste nicht nur zum gemeinsamen Gespräch einladen, sondern außerdem die Möglichkeit zum gemeinsamen Kochen animieren, um auch auf diese Weise wieder zu lernen, das Leben zu schmecken.

Ein kleines Gewächshaus mit der Möglichkeit zu kreativen gärtnerischen Tätigkeiten wäre nebenan.

Die Genesungspension „BIEN-ÊTRE“

Konzept

- Durch jahrelangen intensiven Austausch mit Ärzten, Krankenhauspersonal, Patienten und ihren Angehörigen lernte ich auf die Ängste und Nöte der Kranken einzugehen.

- Die Möglichkeit nachklinischen Betreuung wäre wünschenswert. Es sollte jemand da sein, der dem Einzelnen in seiner besonderen Situation beisteht und ihn unterstützt.

- Unsere Gäste finden bei uns den Ort, an dem sie sich sicher und geborgen fühlen, einen Ort, an dem ihnen Vertrauen entgegen gebracht wird, wo sie Empathie und Akzeptanz erfahren und sie in ihrer Individualität angenommen werden.

Die Genesungspension « BIEN-ÊTRE »

Programmangebot

- **Beispiele für**
- **therapiebegleitende Maßnahmen:**

Medizinische Vorträge (zielgruppen-spezifisch)

- Physiotherapie
- Medizinische Massagen
- Ernährungsberatung
- Heilkräuteressenz-Therapie
- Musiktherapie
- Tanz- und Bewegungskonzepte
- Gesprächskreise (psychologische und psychoonkologische Beratung in Einzel- oder Gruppengesprächen)

- **Beispiele für**
- **komplementäre Maßnahmen:**

- Meditations- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen
- Sport
- Kreatives Malen und Gestalten
- Fotoatelier
- Vorträge und Filmabende mit anschließendem Gedankenaustausch
- Gemeinsames Erlebniskochen mit Produkten der Region
- Geführte Spaziergänge, Besichtigungen und Ausflüge

Die Genesungspension « BIEN-ÊTRE »

in der Natur

Wir nutzen die Natur - die wir liebevoll respektieren - als Kraft- und Heilquelle.

Besonders Menschen in der Phase der Neuorientierung, nach Erleiden eines schweren Verlustes, nach einem Krankenhausaufenthalt, während der Reha-Phase, kurzum alle, die neue gesunde Lebenskonzepte im Sinne der Salutogenese suchen, werden sich im Haus « BIEN-ÊTRE » wohl und geborgen fühlen.

Wir wollen die Fähigkeiten des Einzelnen fördern , das eigene Handlungspotential ressourcenorientiert zu erweitern.

Reflexion ist der Inhalt von Weiterentwicklung. Die Annäherung an ein neues, positives Lebenskonzept soll mit dem Kopf- und Bauchgefühl übereinstimmen.

Biographie

Elfi Maria Eigelshoven
geboren in Stockach am Bodensee

Ausbildungen mit Zertifikat in Deutschland:
klientenzentrierte Gesprächsführung nach Carl Rogers
Gepr. Psychologische Beraterin, Paracelsus Heilpraktikerschule
Leiterin für integrativen und therapeutischen Tanz und Bewegung
DGT , Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e. V. Köln
Entspannungstherapeutin u. a. in Progressiver Muskelrelaxation nach Jacobsen
Wechseljahrberaterin, Juli Onken, Schweiz
Von der Deutschen Krebsgesellschaft zertifizierte psychoonkologische
Fort- und Weiterbildung am Institut PsyOnko Köln,
Univ. Prof. Dr. Dipl.-Psych. Volker Tschuschke

Meine ehrenamtlichen Tätigkeiten

Mitbegründerin und Betreuerin einer Selbsthilfegruppe für eine Stoffwechselerkrankung

Ehrenamtliche Tätigkeit bei der Association „Ecoute Cancer Réconfort," Monaco

Ehrenamtliche Tätigkeit bei der Association „JALMALV" , Nizza
Patientenbesuche im Krankenhaus „Centre Antoine Lacassagne" in Nizza

Arcadia-Praxisklinik in Bad Emstal

Begleitung onkologischer Patienten/innen

Kontakt

Elfi Maria Eigelshoven

Brüsseler Ring 63A, D 52074 Aachen und Menton/Frankreich

Telefon 0049 170 10 77 111

F 06500 Menton, Tél. 0033 6 03 53 13 56

Email: eeigelshoven@yahoo.de

Web: www.elfi-eigelshoven.de