Ökumenische Seniorenferien 2023



Lenzerheide

25. Juni – . 2. Juli





Ende Januar 2023

Liebe reiselustige Seniorinnen und Senioren

Die reformierte und katholische Kirchgemeinde Binningen-Bottmingen laden gemeinsam zu ökumenischen Seniorenferien auf der Lenzerheide ein. Der charmante, auf 1476 m ü. M. gelegene Ferienort ist Ausgangspunkt für viele Spaziergänge und Wanderungen. Von So., 25. Juni-So., 2. Juli 2023 werden wir im Hotel Sunstar Lenzerheide **** logieren, das unweit des idyllischen Heidsees gelegen ist.

Alle Zimmer sind mit dem Lift erreichbar und haben Dusche/Bad, WC, Radio, TV, Wasserkocher und Kaffeemaschine. Alle Zimmer verfügen über einen Balkon. Das Hotel bietet ausserdem eine neu geschaffene Wellnesslandschaft. Dazu gehören ein kleines Hallenbad (29°C), eine finnische Sauna und ein Dampfbad. Eine Bar lädt zu gemeinsamer Abendgestaltung ein.



Das ökumenische Leitungsteam wird ein abwechslungsreiches Programm anbieten: Ruhe und Erholung wechseln sich ab mit erlebnisreichen Ausflügen in die Umgebung, Besichtigungen, Spaziergängen und kulturellen Erlebnissen.

Die Hin- und Rückreise erfolgt im bequemen Reisecar. Die Fahrten werden wir jeweils mit einer Mittagspause an einem schönen Ort unterbrechen. In der Regel sieht unser Tagesablauf so aus: Nach dem Frühstück beginnen wir den Tag mit einem spirituellen Impuls. Anschliessend bieten wir Gymnastik oder einen kurzen Spaziergang an. Am Nachmittag bieten wir Ausflüge in der Umgebung an. Da auch in diesem Jahr Rolf und Marinette Grolimund im Leitungsteam dabei sind, wird Musik und Gesang einen festen Platz in unserem Programm haben.

Selbstverständlich ist die Teilnahme an allen Aktivitäten freiwillig. Wählen Sie aus und sorgen Sie gut für sich. Das Programm ist auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst.

Wir freuen uns auf eine fröhliche und abwechslungsreiche Zeit und sind überzeugt, dass Sie entspannte und unvergessliche Tage in guter Gemeinschaft geniessen werden.

Für das Leitungsteam

Tabitha Urech, Sozialdiakonin der evang.-ref. Kirchgemeinde

Tel.: 079 137 65 17; Mail: tabitha.urech@kgbb.ch

Ingrid Schell, Theologin und Seelsorgerin der röm.-kath. Kirchgemeinde

Tel.: 076 425 90 10; Mail: i.schell@rkk-bibo.ch

Die wichtigsten Infos zusammengefasst:

Anmeldung:

Die Anzahl der Plätze ist begrenzt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Wir werden eine Warteliste führen, wenn zu viele Anmeldungen eingehen. Sie erhalten nach dem <u>20. 03. 2023</u> von uns eine Teilnahmebestätigung und weitere Informationen, inkl. Einzahlungsschein.

Anmeldeschluss: Freitag, 17. März 2023

<u>Ferienadresse:</u> Hotel Sunstar Lenzerheide ****
Voa Sporz 8, 7078 Lenzerheide 7078; Tel. 081 385 88 88
www.lenzerheide.sunstar.ch

Bitte keine direkten Fragen und Wünsche an das Hotel richten, sondern dem Leitungsteam mitteilen.

Pauschalpreise:

Einzelzimmer	1390 CHF
Doppelzimmer	1330 CHF

Versicherung:

Im Preis ist eine Annullationsversicherung für die Hotelkosten inbegriffen.

Im Preis enthaltene Leistungen:

In den Preisen enthalten sind die Kosten für 7 Übernachtungen, Vollpension (inkl. Kurtaxe), Hin- u. Rückreise und Ausflugskosten.

Neben einem reichhaltigen Frühstücksbuffet erwartet Sie mittags ein Zwei-Gang-Menu und abends ein Drei-Gang-Menu. Das Mittagessen auf der Hin- und Rückfahrt ist ebenfalls im Gesamtpreis inbegriffen.

Taschengeld:

Für Getränke bei den Essen (vereinzelt auch für Eintritte bei einem Teil der Ausflüge) müssen Sie mit ca. **100.- bis 200.- CHF Taschengeld** rechnen.

Wichtige Hinweise:

Die Fahrten im Car erfordern eine gute Reiseverträglichkeit. Es wird vorausgesetzt, dass Sie die alltäglichen Verrichtungen (Ankleiden, Körperpflege etc.) selbständig besorgen und sich ohne fremde Hilfe bewegen und zurechtfinden.

Anmeldung

Diese Anmeldung bitte ausfüllen und bis 17. März 2023 an eine der folgenden Adressen einsenden:

Evang.-ref. Kirchgemeinde: Seniorenferien 2023, Tabitha Urech, Gorenmattstr. 2, 4102 Binningen

Katholische Kirchengemeinde: Seniorenferien 2023, Ingrid Schell, Margarethenstr. 32, 4102 Binningen

Persön	liche An	gaben:

Vorname/ Name:	Geb. I	Datum:
Adresse:		
Telefon:	Mobile:	
E- Mail:	Konfession:	
Ich beziehe Ergänzungsleistungen (EL) zur A	HV	
(Ihre Angabe wird vertraulich behandelt):	□ Ja	☐ Nein
Ich beziehe keine Ergänzungsleistung, wäre Beitrag. Bitte setzen Sie sich mit mir in Verbi		nen reduzierten
Kontaktadresse:	□ 30	□ IVEIII
Es kann vorkommen, dass wir z.B. in einem I mieren müssen. Aus diesem Grund bitten w sprechperson:		•
Name:	Tel.:	
Adresse:		
Zimmerwunsch: (bitte ankreuzen)	<u>Preis/Perso</u>	o <u>n</u>
☐ Einzelzimmer	1390 CHF	
☐ Doppelzimmer	1330 CHF	
Ich teile das Zimmer mit:		

 (Ort, Datum)	(Unte	(Unterschrift)	
Verbindliche Anmeldung: Hiermit melde ich mich verbindlich zu den an.	Seniorenferien 202	3 vom 25. Juni - 2. Juli	
Zusätzliche Angaben / Bemerkungen / Wür eingeschränkte Bewegung, Hilfsmittel, etc.		von Medikamenten,	
Adresse:			
Angaben zum Hausarzt (für Notfall): Name:	Tel.:		
Bemerkung:			
		_ 00	
Ich unternehme gerne Wanderungen von 2-3 Std. Ich mache gerne einfache Spaziergänge von 1-2 Std. Auf ebenen Wegen spaziere ich gerne max. ½ Stunde		∐ Ja □ Ja □ Ja	
Wenn "Ja", welche:	_ 30	_ ive	
Leiden Sie an Diabetes? Haben Sie Allergien?	□ Ja □ Ja	□ Nein □ Nein	
Nehmen Sie blutverdünnende Mediz		☐ Nein	
Benötigen Sie Diätküche? Nehmen Sie einen Rollator mit?	□ Ja □ Ja	□ Nein	
Wünschen Sie vegetarisches Essen?	□ Ja □ Ja	□ Nein □ Nein	



Ausblick auf Lenzerheide



Hotel Sunstar Lenzerheide



Heidsee