Reisen : dem Leben in seiner Fülle Raum geben - "Sunnehus" in Wildhaus

Autor(en): **Schwizer, Viviane**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich**

Band (Jahr): **9 (2001)**

Heft 3

PDF erstellt am: **28.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-818637

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

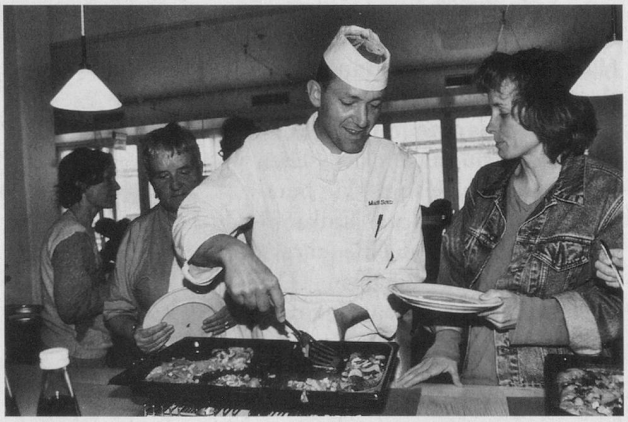
http://www.e-periodica.ch

Dem Leben in seiner Fülle Raum geben – «Sunnehus» in Wildhaus

Sich erholen, aufatmen, durchatmen, sich alten Lebensfragen zuwenden und neue Horizonte anvisieren: Dies alles ist möglich im «Sunnehus» in Wildhaus. Das ökumenische Kur- und Bildungszentrum beherbergt sowohl Feriengäste, Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer als auch Menschen, die der besonderen Betreuung bedürfen. Das liebliche Toggenburg bietet zudem viele Anreize, um die Umgebung zu erkunden.

* Viviane Schwizer

Lichtvoll und freundlich wirken schon das Entrée und der moderne Esssaal im «Sunnehus» in Wildhaus. Doch die Innenausstattung allein ist es nicht, die diesen Eindruck erweckt: Tische, Stühle und Lampen sind nicht viel anders als in anderen neuen Kur- und Bildungshäusern. Vermutlich ist es das gemeinschaftlich orientierte Leben, das in besonderer Art ausstrahlt: Frauen und Männer, die therapeutische oder kreative Kurse gebucht haben, sind miteinander im Gespräch. Auch die Kurgäste leben nicht abgeschottet, sondern sind immer wieder in regem und herzlichem Austausch mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Hauses, die sich bewusst als Ansprechpersonen zur Verfügung stellen. Zudem ist im «Sunnehus» die Integration von behinderten Menschen selbstverständlich. Sechs bis sieben benachteiligte Personen haben im Haus ein neues Daheim gefunden, wo ihnen auch ein geschützter Arbeitsplatz zur Verfügung steht.



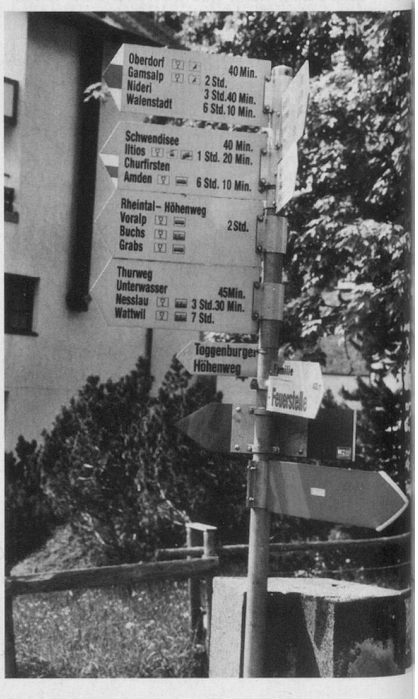
Die gesunde Kost mit KNOSPE-Produkten schmeckt den Gästen vorzüglich.

Trotz den intensiven Kontakten der Menschen untereinander herrscht im Haus aber kein lautes Palaver. Im «Sunnehus» ist Raum für Stille und Erholung. Eine eigene Sprache sprechen die frischen Blumen auf den Tischen und Simsen. Auch Kerzen, Bilder und Skulpturen prägen das Stimmungsbild. Und immer wieder schweift der Blick aus den grossen Fenstern, die die Sicht auf die imposanten Churfirsten freigeben.

Gesundheit ganzheitlich umsetzen

Das ökumenische Kur- und Bildungszentrum wurde 1942 als Haus für tuberkulose-gefährdete Kinder erbaut. Die Stiftung «Sunnehus» übernahm es 1991, baute es nach betriebswirtschaftlich und baubiologisch modernsten Kriterien um und eröffnete es 1995 neu. Im Hauptgebäude stehen den Gästen insgesamt dreissig relativ kleine, aber moderne Zimmer mit Dusche/WC und Direktwahltelefon zur Verfügung. Im dazugehörigen Haus sind nochmals zehn Zimmer untergebracht. Die Gäste können auch diverse Nebenräume benutzen, etwa Wintergarten, Raucherzimmer, Bibliothek, Meditationsraum, diverse Ateliers sowie die Sauna. Und wem es drinnen zu eng wird, der findet auf der Terrasse Freiraum und Kurluft, um zu lesen, sich zu entspannen oder im Liegestuhl neue Visionen zu entwerfen.

Das Haus wird geleitet von Margrith Schneider und Armin Bachofen, die das «Sunnehus» mit einem mitverantwortlichen Stab von rund dreissig Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern führen. Wichtig ist dem Team die überschaubare Zahl der Gäste, dank der stets eine persönliche, familiäre Atmosphäre gewährleistet werden kann. Dem Arzt Anton Wille obliegt die ärztliche Verantwortung des Kurhauses. Zu neuem Wohlbefinden trägt auch eine gesunde Ernährung bei. Die vollwertige Küche im «Sunnehus» garantiert schmackhafte Mahlzeiten. Dazu werden Kräutertees aller Art zum Geniessen und für Heilanwendungen serviert. Das «Sunnehus» ist laut Armin Bachofen



FOTOS VIVIANE SCHWIZER, HORGEN

«Sunnehus» in Wildhaus will den Menschen als Ganzes wahrnehmen.

Weitere Informationen

Ökumenisches Kur- und Bildungszentrum «Sunnehus»
9658 Wildhaus
Telefon 071 998 55 55
Fax 071 998 55 56
E-Mail: sunnehus@access.ch
www.sunnehus.org

besonders stolz auf das KNOSPE-Zertifikat, eine Auszeichnung für biologisch hochwertige Qualität. Auf Wunsch kann Diätkost bestellt werden.

Ressourcen finden und stärken

Die gemeinnützige Stiftung «Sunnehus» will den Menschen in seiner Ganzheit wahrnehmen. Er soll sich während seines Aufenthalts im Kurhaus seelisch, geistig und körperlich erholen können. Dies ist besonders wichtig nach Lebenskrisen (Krankheit, Verlust, Todesfällen, Depressionen usw.). Die durchlittenen Schmerzen können im persönlichen Gespräch mit dem Therapeut/innen-Team angesprochen werden. Dieses Angebot unterstützt die Rehabilitation: Menschen sollen nach einschneidenden Krisen für einen nächsten konstruktiven Schritt ermutigt und gestärkt werden. Sie sollen «an Seelenverständnis dazu gewinnen», sagt Margrith Schneider. Wichtig sei dabei die Überzeugung, «dass innere Wandlung möglich ist und der Mensch zur Ganzheit hingeführt wird». Ein wichtiger Pfeiler für diesen inneren Aufbruch sind im «Sunnehus» einerseits die kreativen Angebote: Etwa offenes Singen, Malen, Werken mit Holz etc. Geschätzt werden andererseits die verschiedenen therapeutischen Angebote: Etwa Massagen, Wickel, Atem- und Empfindungsübungen sowie Gespräche auf logopsychosomatischer Grundlage, welche die Kurgäste belegen können. Auch geführte Ausflüge in die nähere oder weitere Umgebung werden von der Leitung des Hauses organisiert. Alle Angebote sollen die Freude unterstützen, die zum Aufbruch in eine neue Zukunft nötig ist.

* Viviane Schwizer, Horgen, ist freie Journalistin.

Willkommen im Toggenburg

Seniorinnen und Senioren sowie Familien schätzen im Land der sieben Berge – sprich: Churfirsten – vor allem die vielen Wandermöglichkeiten in der überschaubaren und bis heute noch erstaunlich wenig überbauten Landschaft. Wer die traumhafte Bergwelt nicht ganz zu Fuss erkunden will, kann mit Bahnen aller Art bequem an Höhe gewinnen, um im verträumten Toggenburg die herrliche Naturkulisse zu erleben.

Ein paar bewährte Ausflugtips:

- ☐ Mit der Gondelbahn ab Wildhaus (1050 m) auf den Gamplüt (1354 m). Schönes Aussichtspanorama, romantisches Bergrestaurant. Evtl. Rückkehr nach Wildhaus zu Fuss.
- ☐ Ab Wildhaus mit der Sesselbahn bis Oberdorf (1230 m) oder bis zur Gamsalp (1767 m). Bergrestaurants mit vielseitigen Angeboten.
- ☐ Ein kurzer Spaziergang führt im Zentrum von Wildhaus zum «Eggenwäldli». Im kunstvoll gestalteten Wald finden Sie eine Minigolfanlage mit Gartenrestaurant.
- ☐ Ab Alt St. Johann führt eine Sesselbahn auf die Alp Selamatt (1390 m). Sie ist Ausgangspunkt für alle Churfirstenwanderungen. Neuerdings gibt es einen informativen «Sagenweg» mit zehn Stationen. Ein gemütliches Bergrestaurant lädt zum Verweilen ein.
- ☐ Ab Unterwasser geht es mit der Standseilbahn bis zur Station Iltios (1350 m) und weiter mit der Luftseilbahn bis zum Chäserrugg (2262 m). Sommers und winters erreichbar. Bergrestaurants vorhanden.
- ☐ Zudem gibt es in und um Wildhaus zahlreiche geführte Wanderungen (botanische und geologische Wanderung, Pilzwanderung, Wildbeobachtung usw.).
- ☐ In Wildhaus steht auch das Geburtshaus von Huldrich Zwingli (1484–1531): Ein Besuch gibt Einblick in das Leben des bekannten Reformators.
- ☐ Dank regelmässig verkehrenden Postautokursen ist auch die nähere und weitere Umgebung von Wildhaus bestens erreichbar. Die Strecken Wil–Nesslau sowie St. Gallen–Lichtensteig sind mit der Bahn erschlossen.