



Medical Wellness Ayurveda
SEEHOTEL BÄREN
AM MAGISCHEN BRIENZERSEE



**REPOS BIENFAISANT ET
BIEN-ÊTRE PROFOND**
DANS VOTRE OASIS MONTS-ET-LAC
avec l'équipe professionnelle

COUP DU LAPIN OU TRAUMATISME CERVICAL ET LES CONSÉQUENCES

Vous souffrez d'un coup de lapin ou d'un coup de fouet cervical, c'est-à-dire d'un traumatisme cervical après un accident de voiture, une chute ou un accident de sport

Vous souffrez de sévères douleurs

Vous souffrez et ne retrouvez plus votre énergie, car vous êtes sans cesse tourmenté par ses maux insupportables

Vous souffrez du fait que les médecins et les assurances se méfient de vos récits

Vous souffrez devant l'incompréhension de votre environnement contre votre agonie

Vous souffrez de l'abus des analgésiques, des interventions et thérapies qui ne vous aident point

Ce sont des déclarations de nombreuses personnes, qui s'adressent à un médecin d'Ayurveda ou tentent de trouver de l'aide dans une clinique ayurvédique, étant souvent leur dernier espoir!

Le terme de „coup de lapin“ existe officiellement et est enfin reconnu par la Cour Fédérale. En effet le 17 juin 2015, les juges ont renversé leur verdict et ont reconnu que les patients souffrant d'un coup de lapin peuvent à nouveau faire prévaloir une invalidité. Cette décision apporte un énorme soulagement aux handicapés et ceci surtout en termes psychologiques, car enfin « on » n'est plus considéré en tant que menteur et simulateur.

Non seulement votre corps est dépassé par les événements de ce traumatisme crânien mais votre âme et l'esprit en souffrent également fortement. La routine quotidienne devient une corvée, l'activité professionnelle vous hante, la vie de famille vous accable et les rencontres avec des amis ou collègues sont exténuants.

Et pourquoi Ayurveda? Il s'agit d'éliminer le blocage mental et physique, afin que les énergies (Prana) puissent circuler librement. Le flux d'énergie est ainsi stimulé et régularisé. Une meilleure circulation du sang est obtenue et alimente le corps avec davantage d'oxygène. L'équilibre manquant au corps, à l'âme et à l'esprit est ainsi rétabli. Des traitements très individuels, en particulier de la tête, du cou et du dos apportent un sensible soulagement. Mais l'ensemble du corps est bien entendu traité, puisque les attaques de douleur ont perturbé les nerfs et le système nerveux et ont conduit à des tensions persistantes. Il est impératif de tranquilliser, d'apaiser et d'alléger ces pressions. Le Yoga thérapeutique et la méditation aident à retrouver une balance innée. Nous avons une grande expérience dans l'assistance aux problèmes des entorses cervicales.

Le Dhara, divers massages spéciaux, des traitements Kizhi aux herbes, le Pizhichil sont offerts et appliqués. Les traitements seront constamment adaptés pour permettre un optimum de succès.

Vous apprenez beaucoup sur une nutrition saine que vous suivrez durant votre séjour. Un changement et une adaptation dans vos habitudes alimentaires et de boisson sera d'une grande importance. En outre, votre routine quotidienne sera redessinée, afin d'éviter la pression et le stress.

La gaité et la satisfaction, de même que l'allégresse reprennent le dessus; la joie de vivre et le plaisir au travail seront vos futurs et très importants compagnons !

LIBÉREZ-VOUS DES MAUX ODIEUX – RETROUVEZ VOTRE ÉQUILIBRE *Récupérez la joie de vivre!*

22 jours package, 21 nuitées en demi-pension ayurvédique, tous les traitements sont inclus.

Après la consultation, notre responsable d'Ayurveda établira le programme individuel pour vous selon vos besoins.

Vous débutez votre cure avec une thérapie de nettoyage approfondi, afin que votre corps soit désacidifié et les toxines éliminées. Des massages spécifiques, des Kizhi aux herbes, le Shiro Dhara et d'autres traitements individuels seront appliqués. Vous profitez également de cours de Yoga thérapeutique et de méditation. Le choix des traitements bénéfiques est généreux ; il sera établi sur la base de vos problèmes individuels.

Prix Fr. 5.800.00 tout compris MIDI avec 54 traitements

Prix Fr. 6.750.00 tout compris MAXI avec 66 traitements

Des cures prolongées sont possibles. Il faut compter avec un supplément d'environ Fr. 1.800.00 à Fr. 2.200.00 par semaine.

Nous offrons : Arrangement en chambre individuelle, douche/toilette à l'étage, balcon, vue sur le lac

Arrangement en chambre spacieuse avec douche/toilette, balcon, vue sur le lac, supplément de Fr. 40.00 par nuit. La taxe de séjour n'est pas incluse.

LIBÉREZ-VOUS DES DÉPRESSIONS ET RETROUVEZ LA JOIE DE VIVRE!

Dans notre monde contemporain les exigences quotidiennes, la pression et la lutte, les contraintes et le mobbing sont à l'ordre du jour. Qu'il s'agisse d'un salarié ou d'un employeur, d'une mère ou d'un retraité, les revendications sont colossales et ne peuvent guère être remplies. Les personnes arrivent à bout et atteignent la limite de leur capacité. La solitude intérieure est écrasante.

Cette constante surcharge, ce surmenage, peut mener à l'anxiété, à une profonde tristesse, à l'apathie, à la perte de confiance en soi, aux conflits au travail, aux sévères problèmes avec la famille et à un épuisement émotionnel et spirituel. Une dépression éreintante est le résultat. Le burnt-out!

Il y a plusieurs façons valables de se défaire de cet accablement décourageant. L'une des possibilités est la science de santé de l'Inde: l'Ayurveda.

Quoique les soins d'Ayurveda aient été décrits il y a quelques milliers d'années, la maladie du « burnt-out » était déjà connue. Les sages traitaient déjà la dépression qui se fondait à l'époque principalement sur la tristesse aigue, les pertes et l'effroi accablants.

Ayurveda aide à reconnaître et à éliminer les tensions et agressions, les motifs incrustés. L'objectif est donné : regagner la santé, l'équilibre, la paix intérieure et le bien-être. Ce but peut être atteint en se posant principalement la question « qui suis-je ? », et en reprenant en main la responsabilité pour soi-même. Un positionnement est nécessaire, un discernement correct et une détermination forte.

Ayurveda vous propose des traitements individuels pour dissoudre vos blocages; les résultats sont remarquables. L'équilibre émotionnel est ainsi rétabli.

Vous retrouvez la confiance innée, sérénité et joie de vivre, vous replongez dans l'estime de vous-même et dans votre force intérieure. Enthousiasme, élan, dynamisme, allégresse et gaieté vous accompagnent à nouveau. Vous vous sentez BIEN !

ÉLIMINER LE STRESS

Retrouver l'équilibre et la joie de vivre

22 jours package, 21 nuitées en demi-pension ayurvédique, tous les traitements sont inclus.

Après la consultation, notre responsable d'Ayurveda établira le programme individuel pour vous selon vos besoins.

Outre les massages divers, nous vous offrons Kalari Uzhichil, le Dhara, des thérapies de nettoyage interne, le bain vapeur Swedana et le bain d'huile Pizhichil. Vous profitez de leçons de «Prana Yoga» individuelles et de méditation. La gamme des traitements est vaste et spécifique.

Prix Fr. 5.900.00 tout compris MIDI avec 58 traitements

Prix Fr. 6.550.00 tout compris MAXI avec 68 traitements

Des cures prolongées sont possibles. Il faut compter avec un supplément d'environ Fr. 1.800.00 à Fr. 2.200.00 par semaine.

Nous offrons : Arrangement en chambre individuelle, douche/toilette à l'étage, balcon, vue sur le lac

Arrangement en chambre spacieuse avec douche/toilette, balcon, vue sur le lac, supplément de Fr. 40.00 par nuit. La taxe de séjour n'est pas incluse.

- **LES CURES DÉBUTENT SELON VOTRE CHOIX ET ENTENTE**

Nos prix

Nos prix sont calculés sur la base d'un arrangement en chambre double, avec bain ou douche/toilette, balcon, magnifique vue sur le lac magique de Brienz, petit déjeuner copieux servi sur buffet, dîner végétarien d'Ayurveda et traitements décrits dans le programme

Prix par personne ou aux mêmes conditions
arrangement en chambre individuelle, balcon, magnifique vue sur le lac, avec douche/toilette à l'étage

Arrangement en chambre double en occupation individuelle, douche/toilette, balcon, magnifique vue sur le lac, avec supplément

C'est avec grand plaisir que nous vous servons le petit déjeuner ou le dîner ayurvédique sur demande dans votre chambre.

Renseignez-vous, c'est avec grand plaisir que nous vous donnons toutes les informations désirées.

STABILISATION DES SUITES DE LA SCLEROSE EN PLAQUES MS

Cette maladie des nerfs peut toucher chacun de nous. Elle affecte radicalement la vie personnelle, celle de famille et change les relations avec les amis. Le travail est souvent durablement perturbé.

Les handicaps sont différents d'une personne à l'autre, et le cours de cette lésion diffère de l'image classique d'une maladie. Cette grave incertitude affecte la vie des personnes atteintes et pèse lourdement sur la vie quotidienne.

Déséquilibre, discorde, querelles, disharmonie, désaccord accompagnent souvent ce traumatisme. Les dépressions détruisent les relations avec autrui, car les personnes concernées souffrent extrêmement des suites de la Sclérose en plaques, des attaques de panique, mais surtout de la perte de vue rapide du but de vie. Une agressivité incompréhensible peut être une des conséquences inévitables du choc survenu.

De puissants médicaments sont souvent distribués et des injections administrées quotidiennement afin de soutenir l'équilibre mental et physique. Les effets secondaires sont malheureusement inévitables.

Grâce aux cures ayurvédiques spécifiées une stabilisation peut être obtenue. Toutefois un traitement du centre nerveux est indispensable. Des massages à effet profond et des manipulations du tissu provoquent une régularisation du flux d'énergie. D'autre part des thérapies par le mouvement et des cours de Yoga thérapeutique sont recommandés, pour permettre de retrouver l'équilibre du corps, de l'âme et de l'esprit.

La mobilité est redirigée; les thérapies de la science d'Ayurveda aux herbes médicinales, renouent avec et accélèrent la formation de cellules saines.

Un régime alimentaire est extrêmement important et accompagne le malade à partir de ce jour sur son voyage à la découverte de soi-même. Le contrôle des habitudes, comportant également nourriture et boissons, est strict et l'emploi du temps d'une journée est prescrit. Il est impératif de suivre ces données.

Il est important de débiter rapidement avec les traitements d'Ayurveda après avoir obtenu une diagnose de la Sclérose sur plaques, afin d'obtenir des effets positifs. Toutefois, même avec des symptômes avancés une stabilisation voire une amélioration peut être obtenue.

ÉQUILIBRE DU CORPS, DE L'ÂME ET DE L'ESPRIT

Stabiliser les suites de la sclérose en plaques!

22 jours Package, 21 nuitées en demi-pension ayurvédique

Dans notre offre de base 55 traitements authentiques sont inclus.

Après la consultation notre responsable d'Ayurveda établira le programme individuel pour vous selon vos besoins. Vous êtes accompagné tous les jours par notre équipe d'Ayurveda. Des traitements authentiques et trainings auront lieu.

Nous vous offrons du Yoga thérapeutique, des mesures de nettoyage interne, des massages divers, le Dhara, Shiro Vasti, si nécessaire par exemple le Kizhi ou le Pizhichil; d'autre part également le Swedana bain à vapeur, Talapotichil et d'autres traitements spécifiques.

Lors de suites très sérieuses les services de Spitex/Papillon peuvent être demandés.

Prix Fr. 7.640.00 pour 21 jours tout compris par personne

Les cures peuvent être prolongées. Par semaine il faut compter avec une somme de Fr. 2.200.00 à 2.400.00, y sont inclus tous les traitements.

Arrangement en chambre individuelle spacieuse, douche/toilette, balcon, vue sur le lac.
La taxe de séjour est facturée à part.

COURS DE YOGA & DE MÉDITATION

Nous offrons des cours de YOGA professionnels, qui seront adaptés à vos besoins. PRANA YOGA, HATHA YOGA, YOGA THÉRAPEUTIQUE CONTRE INSOMNIE, SYNDROME DE BURNT-OUT ET DÉPRESSION MENTALE.

Ces cours vous aident à activer la confiance en vous-même, à développer votre personnalité et à trouver et retenir une balance entre le corps, l'âme et l'esprit, et/ou vous apprenez une interaction des différentes formes de méditation, vous conduisant à une profonde compréhension de vous-même.

Le YOGA est originaire de l'Inde et ses racines se trouvent principalement dans l'Hindouisme. Nous sommes tous considérés comme des voyageurs durant notre parcours sur terre. Notre corps est la voiture, notre esprit le pilote, l'âme est le passager, nos organes (peau, yeux, oreilles, nez et bouche) sont les 5 chevaux de la calèche et l'harnais, dans leur terme, veut dire Yoga.

Le YOGA et la MÉDITATION ont essentiellement des effets positifs sur la santé physique et mentale de l'individu. Le YOGA vous aide dans le développement personnel, il vous enrichit et aide également à soulager différentes maladies.

COURS INDIVIDUEL

45 minutes – explorez votre âme, reconnaissez les besoins de votre corps, détendez-vous profondément

Prix Fr. 96.00 / 2 personnes Fr. 140.00

CURE YOGA-AYURVEDA

Balance du corps, de l'âme et de l'esprit

6 jours de traitements, 5 nuitées en chambre individuelle avec douche/toilette, balcon, vue sur le lac, demi-pension avec cuisine ayurvédique

12 traitements, dont 1 consultation, 5 cours individuels de yoga-méditation, 6 différents massages ayurvédiques

Prix Fr. 2.222.00 tout compris

Prix Fr. 2.622.00 tout compris avec 3 Shiro Dhara additionnels

La taxe de séjour n'est pas incluse.

RETROUVEZ VOTRE PROFOND SOMMEIL! SOMMEIL REPOSANT! SOMMEIL SAINT ET RÉCONFORTANT!

Notre société souffre de troubles de sommeil qui sont un véritable fléau, une maladie désastreuse de notre civilisation. Nous nous trouvons en face d'une énorme épreuve. Les conséquences de l'insomnie sont à long terme léthargie anormale, fatigue permanente, faiblesse éprouvante et épuisement persistant.

Stress, flux constant par radio et télévision, accessibilité absolue via Internet et portable, fardeau financier, problèmes familiaux, difficultés au travail, mauvaise santé, excès d'alcool, nicotisme néfaste, mauvaise alimentation, ceci sont tous des facteurs qui peuvent conduire à l'insomnie.

Pour être en forme et bonne santé, un sommeil sans perturbations est extrêmement important. La remise en forme par une détente réparatrice est fondamentale pour tous les êtres humains pour trouver force et énergie.

Dans la science de santé ayurvédique, la disharmonie entre les doshas (Pita, Vata, Kapha) est éliminée et une balance constructive est rétablie. Ayurveda aide à éliminer l'insomnie à long terme afin de retrouver l'équilibre vital.

Nous avons établi un programme de traitements ayurvédiques typiques contre l'insomnie. Il vous aide à résoudre vos problèmes de sommeil déséquilibré, de vivre une stabilité et de renouer avec un bien-être complet. Vous avez le choix entre 6 nuitées et 7 jours de traitements ou 10 nuitées avec 11 jours de traitements.

Terminées les époques de grincements de dents, les attaques de colère, la peur croissante dues à l'insomnie.

Vous retrouvez un sommeil détendu, relaxant et reposant; ainsi vous regagnez votre joie de vivre.

Nous vous garantissons une amélioration notable de vos difficultés d'insomnie grâce à Ayurveda, grâce à cette sagesse millénaire et cette admirable science de santé.

RETROUVEZ VOTRE PROFOND SOMMEIL

Adonnez-vous à un sommeil relaxant

7 jours package, 6 nuitées en demi-pension avec cuisine ayurvédique
21 traitements d'Ayurveda sont inclus dans notre programme-cadre

Vous êtes perturbé par un début d'insomnie et voulez vous libérer de cette épreuve
Après la consultation notre responsable d'Ayurveda établira le programme individuel pour vous selon vos besoins. Nous vous informons sur les bases d'une nourriture saine et équilibrée, qui vous accorde un meilleur sommeil. Notre responsable d'Ayurveda est aux petits soins et vous conseille personnellement.

Prix Frs. 2.833.00 tout compris

Arrangement en chambre spacieuse avec douche/toilette, balcon, vue sur le lac.
La taxe de séjour n'est pas incluse.

SOMMEIL REPOSANT

Reprendre courage et embrasser le sommeil réparateur

11 jours package, 10 nuitées en demi-pension avec cuisine ayurvédique
31 traitements d'Ayurveda sont inclus dans notre programme-cadre

Vous subissez des attaques d'insomnie, qui sont contrariantes et incommodes
Après la consultation notre responsable d'Ayurveda établira le programme individuel pour vous selon vos besoins. Nous vous informons sur les bases d'une nourriture saine et équilibrée, qui vous accorde un meilleur sommeil. Notre responsable d'Ayurveda est aux petits soins et vous conseille personnellement.

Prix Frs. 4.333.00.00 tout compris

Arrangement en chambre spacieuse avec douche/toilette, balcon, vue sur le lac
La taxe de séjour n'est pas incluse.

SOMMEIL SAINT & RÉCONFORTANT

Cure contre l'insomnie pour retrouver votre source de vie

15 jours package, 14 nuitées en demi-pension avec cuisine ayurvédique
50 traitements d'Ayurveda sont inclus dans notre programme-cadre

Vous souffrez d'un manque de sommeil pénible, qui attaque votre santé physique et psychique. Après la consultation notre responsable d'Ayurveda établira le programme individuel pour vous selon vos besoins. Nous vous informons sur les bases d'une nourriture saine et équilibrée, qui vous accorde un meilleur sommeil. Notre responsable d'Ayurveda est aux petits soins et vous conseille personnellement.

Prix Frs. 6.499.00 tout compris avec 50 traitements / deux semaines

Prix Frs. 7.599.00 tout compris avec 50 traitements / trois semaines

Prix Frs 8.299.00 tout compris avec 60 traitements / trois semaines

*** LES CURES DÉBUTENT SELON VOTRE CHOIX ET ENTENTE**

Nos prix

Nos prix sont calculés sur la base d'un arrangement en chambre spacieuse individuelle, avec bain ou douche/toilette, avec balcon, magnifique vue sur le lac magique, petit déjeuner copieux servi sur buffet, dîner végétarien d'Ayurveda bar à thés variés d'Ayurveda dans votre chambre et traitements décrits dans le programme

Arrangement en chambre double avec vue sur le lac, douche/toilette ou arrangement en chambre individuelle avec douche/toilette à l'étage possible avec réduction !

C'est avec grand plaisir que nous vous servons le petit déjeuner ou le dîner ayurvédique sur demande dans votre chambre

Renseignez-vous, nous vous donnons toutes les informations désirées.

MEDICAL WELLNESS AYURVEDA HOTEL BÄREN

Hauptstrasse 72, 3855 Brienz, Tel. 033 951 24 12

www.seehotel-baeren-brienz.ch – info@seehotel-baeren-brienz.ch