



Berührbar und auf Augenhöhe: So begleiten wir Menschen



In diesem Newsletter:

- **Einblick in unsere therapeutische Arbeit**
- **Kleine Übung für dein Nervensystem**
- **Der Weg des Herzens – Medizinrad-Kurse 2026**
- **Jahresrückblick 2025**
- **Zwei Frauen, die den Lebenstraum seit 25 Jahren mittragen**
- **Neue Impulse für die Stiftung**
- **Die Casa Betulla sucht eine Geschäftsleitung**
- **Verein Sogno di Vita – ein Stück gemeinsam gehen bei unserer Themenwanderung**

Guten Tag {{ contact.VORNAME }}

Das Herzstück unserer Arbeit ist die Begleitung von Menschen im Prozess des inneren Wachstums. Jeden Tag erleben wir, wie heilsam es sein kann, wenn Menschen einen Raum finden, in dem sie gesehen werden, zur Ruhe kommen und sich neu mit sich selbst verbinden können.

Mit diesem Newsletter laden wir dich ein, Einblick in unseren therapeutischen Alltag zu nehmen. Du findest nebst unserem neuen Kurzvideo eine kleine Kostprobe davon, wie die Arbeit mit dem Nervensystem Wege zu mehr Verbundenheit und Ausgeglichenheit öffnen kann.

Weiter blicken wir auf das vergangene Geschäftsjahr, in dem neue und wiederkehrende Gäste den Weg in unsere Häuser gefunden haben, und blicken auch voller Vorfriede nach vorne – auf gemeinsame Wege, Begegnungen und Momente des Innehaltens, sei es im Kreis um das Medizinrad oder unterwegs auf einer Themenwanderung.

Wir wünschen dir viel Freude beim Entdecken.



Einblick in unsere therapeutische Arbeit

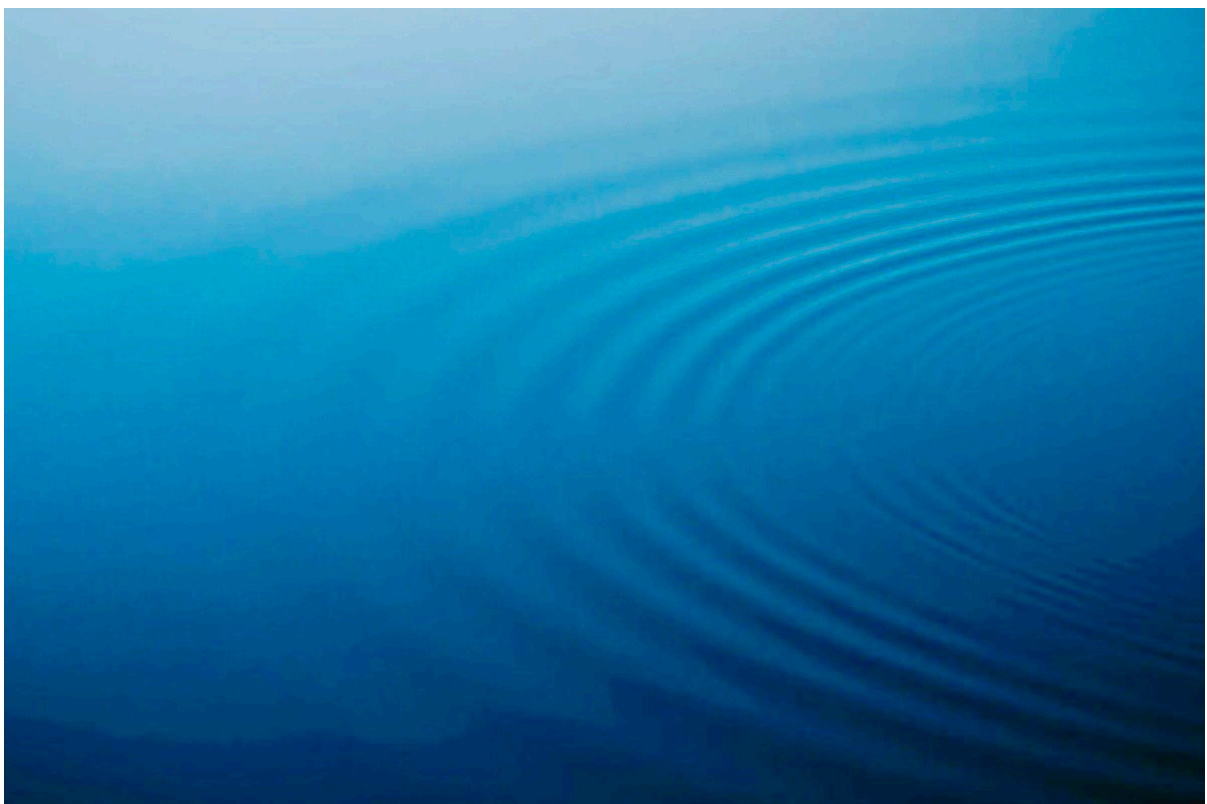
Wolltest du immer schon mehr über unsere therapeutische Arbeit wissen? Jetzt hast du die Möglichkeit, einen Blick hinter den Vorhang unserer Arbeit zu erhaschen und zu erfahren, wie unsere Therapeutinnen Menschen begleiten und was uns dabei wichtig ist.

Wir freuen uns, dir unser neues **Video** zu präsentieren, in dem unsere Therapeutin Kathrin Siegrist aus dem therapeutischen Alltag in unseren Häusern berichtet. Danke, dass du es in deinem Bekanntenkreis und mit Menschen teilst, die sich Begleitung in einem geschützten Rahmen wünschen und sich nach Verbindung zur Kraft der Natur sehnen.

Wir haben zudem unsere Therapeutin Muriel Gut gefragt, wie sie die Begleitung von unseren Gästen erlebt, und was für sie die Arbeit im Visionshaus so besonders macht. **Erfahre hier, was sie dazu berichtet.**

Unsere Häuser sind da für dich und alle Menschen, die sich wieder mehr spüren wollen, Orientierung suchen und ihren Themen auf den Grund gehen möchten. Jeder Gast hat die Möglichkeit, **Begleitung zu seinen ganz individuellen Themen**, die gerade Raum brauchen, zu erhalten.

Melde dich bei Interesse gerne im Visionshaus oder in der Casa Betulla. Wir beantworten auch telefonisch deine Fragen rund um unser therapeutisches Angebot und bieten kostenlose Schnupperbesuche an, damit du dir vor Ort einen persönlichen Eindruck verschaffen kannst.



Ist dein Nervensystem flexibel?

Unser Nervensystem arbeitet ständig und meist ganz unbemerkt. Es sorgt unter anderem dafür, dass unser Herz schlägt, wir atmen, verdauen und wie wir auf unsere Umwelt reagieren. Es ist der instinkthafte Teil in uns, der fortlaufend prüft: Bin ich sicher oder ist da etwas, worauf ich reagieren muss?

Ein gesundes Nervensystem ist flexibel. Es kann aktiv werden und danach wieder zur Ruhe finden. Viele Menschen erleben jedoch Zeiten, in denen das Nervensystem nicht mehr zurück in Phasen der Regeneration findet. Anzeichen dafür können zum Beispiel Dauerstress, Überforderung, Schlafstörungen oder eine innere Schwere sein.

Unser Nervensystem reagiert auf alles, was wir erleben. Und manchmal braucht es gezielte Unterstützung, um wieder mehr Ruhe, Stabilität und inneren Boden zu finden. Vielleicht magst du eine Übung ausprobieren?

Mini-Übung für dein Nervensystem



Der Weg des Herzens - Medizinrad-Kurse 2026

Der Weg des Herzens – wie wir unsere Medizinrad-Kurse nennen – erschafft immer wieder heilsame Erfahrungsräume: Orte, an denen Menschen unter Menschen ankommen, sich entspannen und niederlassen können; Orte, an denen Bewusstsein wachsen und Frieden entstehen darf. So hat auch dieses Jahr ein erster Zyklus gestartet.

Zudem bieten wir dieses Jahr wieder an mehreren Sonntagen **«Leben weben»** an - ein **Tagesangebot, um das Medizinrad mit dem aktuellen Leben zu verbinden**. Voraussetzung: 1. Zyklus.

Vom 5. bis 8. November 2026 findet in Waltensburg ein **Jahrestreffen am Medizinrad** mit Gillian und Andrea statt für alle, die drei Zyklen abgerundet haben. **Anmeldeschluss ist Ende Mai**.

Neu findet am 1. November von 10h bis 16h ein **Schnuppertag am Medizinrad** für den Ausbildungsstart im 2027 statt. Er bietet Gelegenheit, uns und die Art und Weise der Medizinradausbildung kennenzulernen. Kosten: Chf 90.-

Und schliesslich gibt es ein Angebot mit Gillian: **Verbindung Ost – West**: Lu Jong und Medizinrad. Interesse? Melde Dich bei gillianmcleod@bluewin.ch

Mehr erfahren...

Jahresrückblick 2025

2025 war für die Casa Betulla und das Visionshaus Ringgenberg ein Jahr voller Bewegung, Wandel und berührender Begegnungen. Neue therapeutische Angebote, personelle Veränderungen, ein Generationenwechsel und viele gemeinsame Schritte mit unseren Gästen haben dieses Jahr geprägt. Mit Dankbarkeit blicken wir zurück auf ein Jahr voller berührender Begegnungen, persönlicher Entwicklung und wertvoller Erfahrungen.

Im **Jahresrückblick 2025** teilen wir Einblicke in unser Geschäftsjahr und in das, was uns bewegt hat. Wir berichten, welche Menschen wir verabschieden mussten, und stellen die Mitarbeitenden vor, die neu zu uns gestossen sind. Wir freuen uns über den frischen Ostwind, der durch unsere Flure weht, und Neues mit sich bringt.

[Mehr erfahren...](#)



Zwei Frauen, die den Lebenstraum seit 25 Jahren mittragen

Vor 25 Jahren öffnete die Casa Betulla ihre Türen – und mit ihr begann auch der gemeinsame Weg zweier Frauen, die das Haus seither mit Herz, Erfahrung und Präsenz begleiten. Es brauchte Mut, sich auf einen ungewissen Weg einzulassen, und Ausdauer, dranzubleiben, auch wenn die Prozesse intensiv waren. Unsere Dankbarkeit gilt den beiden Jubilarinnen Francesca Zaugg und Michela Nicora:

Francescas Weg ist eng mit einer Besonderheit dieses Ortes verbunden: Sie begann einst mit ihren Kochkünsten in der Küche, wurde alsbald Therapeutin und trägt heute seit vielen Jahren die Leitung des Hauses – mit viel Gespür, Voraussicht und visionärer Kraft. Ihr Weg zeigt, dass hier der Mensch zählt –

mit seinen Fähigkeiten, seinem inneren Ruf und dem, was er ins Leben mitbringt.

Michela ist von Anfang an eine wichtige und tragende Kraft der Erfahrung und Bodenständigkeit. Mit ihrer ruhigen, klaren Art bringt sie Stabilität in bewegte Prozesse und bewahrt auch in herausfordernden Zeiten den Überblick. Ihre Präsenz ist wie ein verlässlicher Anker – für das Team ebenso wie für unsere Gäste.

Die Stiftung Lebenstraum und die Mitarbeitenden beider Häuser gratulieren und danken den beiden Jubilarinnen für ihren langjährigen Einsatz und ihre bewundernswerte Hingabe für unsere gemeinsame Vision, das Wohlergehen des Menschen in Körper, Geist und Seele nachhaltig zu fördern.



Neue Impulse für die Stiftung

Wir freuen uns sehr, zwei neue Mitglieder in den Räten der Stiftung Lebenstraum willkommen zu heissen:

Inés Roethlisberger - aus Wabern bei Bern, Verwaltungs- und Stiftungsrätin
Inés bringt langjährige Führungs- und Projektleitungserfahrung in den Bereichen Bildung, Soziales und HR mit.

Mit ihrem Engagement möchte sie dazu beitragen, dass möglichst viele Menschen Zugang zum Angebot der Stiftung Lebenstraum erhalten.

Ulrico Sacchet - aus Meikirch bei Bern, Verwaltungs- und
Stiftungsratspräsident

Uli vereint Erfahrungen aus Computerwissenschaft und Finanzplanung mit
Tätigkeiten im Sozialwesen, in Naturheilkunde, Musiktherapie und Biologie.
Seit vielen Jahren beschäftigt ihn das Thema Harmonie – im Leben wie auch in
der Musik. Diesen Fokus möchte er auch in die Stiftung Lebenstraum
einbringen.

Mehr über den [Werdegang unserer neuen Räte und die neue Komposition](#)
findest du auf unserer Webseite.

Die Casa Betulla sucht eine Geschäftsleitung

Für die operative Führung und Weiterentwicklung der Casa Betulla im Tessin
suchen wir per 1. Juni 2027 eine Geschäftsleiterin oder einen Geschäftsleiter
40 Prozent. Wir wünschen uns eine Persönlichkeit, die Organisation, Menschen
und Vision miteinander verbinden kann – und die Interesse mitbringt, sich in
unser sinnorientiertes Arbeitsfeld einzubringen.

[Mehr erfahren...](#)



Themenwanderung Verein Sogno di Vita – ein Stück gemeinsam gehen

Am 20. Juni machen wir uns gemeinsam auf den Weg. Der Verein Sogno di Vita lädt zur Themenwanderung im Raum Bern ein, die im Zeichen des Südens steht.

Der Süden erinnert uns an das Element Wasser, an Gefühle und an Lebendigkeit. Vielleicht zeigt sich unterwegs auch dein inneres Kind – neugierig, verspielt oder mit ganz eigener Sicht auf den Weg. Wir gehen ein Stück, halten inne, lassen uns Zeit. Es gibt kleine Impulse und viel Raum für dich.

Wenn du interessiert bist, melde dich gerne bei uns: verein@stifung-lebenstraum.ch

Wir freuen uns auf dich!
Muriel, Sarah, Juderico



Wir fühlen den Puls der Zeit

Drei Jahrzehnte Erfahrung Begleitung von Menschen im Rucksack zu haben ist ein grosser Reichtum, aus dem wir schöpfen. Und gleichzeitig verändert sich die Welt – und mit ihr die Themen und Bedürfnisse der Menschen.

So bleiben wir aufmerksam, lauschen und fühlen den Puls der Zeit. Wir möchten die Menschen da abholen, wo sie heute stehen - mit ihren ganz individuellen Themen, die oft auch kollektive Themen widerspiegeln. Deshalb überprüfen wir unsere Angebote laufend und passen sie dort an, wo Unterstützung besonders gebraucht wird.

Wir danken allen, die unsere Arbeit unterstützen – sei es mit einer Spende, mit freiwilligem Mitpacken oder als Sprachrohr, damit wir weiter für Menschen da sein können, die uns brauchen.

Dein Team der Sogno di Vita

PS: Dieser Newsletter freut sich übers Teilen – und wir uns über Menschen, die Teil unserer Vision werden möchten.



Stiftung Sogo di Vita

Campi Grandi di Sotto 9

6652 Tegna

Diese E-Mail wurde an {{contact.EMAIL}} gesendet.
Sie haben die E-Mail erhalten, weil Sie sich für den Newsletter angemeldet haben.

Abbestellen

