# FACHKLINIKEN SONNENHOF

HÖCHENSCHWAND

## PREISE UND ANGEBOTE 2025

PRÄVENTION

REHABILITATION

ERHOLUNG

AKTIV

MIT PARTNER

MIT HUND

**www.sonnenhof-reha.de**

# Gesundheit ist die Beziehung zwischen Dir und Deinem Körper

Gesundheit ist das höchste Gut. In unserer Einrichtung setzen wir alles daran, Ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden zu fördern. Mit einem ganzheitlichen Ansatz und einem Team aus qualifizierten Fachkräften bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Angebote, die Ihre individuellen Bedürfnisse in den Mittelpunkt stellen.

Ob Prävention, Erholung oder Rehabilitation – wir begleiten Sie auf Ihrem Weg zu mehr Lebensqualität und Vitalität. Vertrauen Sie auf unsere Expertise, um gemeinsam mit uns Ihre Gesundheitsziele zu erreichen.

# Inhalt


**Vorstellung des Hauses** S. 4
Wer wir sind und was Sie bei uns erwarten dürfen

**Prävention** S. 6
Präventionsmaßnahmen zielen darauf ab, Risikofaktoren zu minimieren und das allgemeine Wohlbefinden zu fördern. Prävention ist nicht nur auf den physischen Bereich beschränkt, sondern umfasst auch psychische Aspekte der Gesundheit. (RV-fit, Stress-Seminar “Mentale Power”, Bundeswehr, Polizei)

**Erholung und Fitness** S. 10
Erholung und Fitness ergänzen sich in unseren Angeboten perfekt. Ausreichende Ruhe fördert die Regeneration, während regelmäßige Bewegung die körperliche und geistige Gesundheit stärkt (BON VITAL, Wohlfühlurlaub für Augen, Verhinderungspflege, etc.)

**Rehabilitation (AHB und HV)** S. 16
Hier finden Sie alle Informationen dazu, wie Sie eine Reha beantragen können, was es mit dem Wunsch- und Wahlrecht auf sich hat und wo Sie ein Widerspruchsschreiben finden, das Ihnen hilft zu uns kommen zu dürfen.
**Außerdem finden Sie hier attraktive Selbstzahlerangebote**.

**Saisonale Angebote** S. 18
Unser Motto lautet “Gemeinsam statt einsam”, tauchen Sie ein in unsere speziellen Angebote rund um Weihnachten, dem Jahreswechsel u.v.m.

**Begleitung / Kind / Haustier** S. 21
Ihr:e Partner:in, Ihr Kind sowie Ihr Haustier sind bei uns herzlich Willkommen.

**Anwendungspreise für Selbstzahler** S. 22
Sie möchten gerne etwas in Anspruch nehmen, was Ihr Paket nicht enthält? Hier haben Sie die Auswahl.

**Wichtige Informationen und Hinweise**
Diese Informationen gelten für alle.

# Reha ist kein Urlaub – sondern der Aufbruch in ein gesünderes Leben

Bei uns steht Hilfe zur Selbsthilfe im Mittelpunkt. Wir begleiten Sie dabei, wieder selbstständig Kraft zu schöpfen, Ihre Gesundheit zu stärken und neue Wege im Alltag zu finden.

Unsere Einrichtung versteht sich nicht als Hotel – Luxus ist nicht das Ziel, sondern nachhaltige Erholung und echte Veränderung.

Der Fokus liegt ganz auf Ihrer Gesundheit: auf Therapie, Bewegung, Erholung und der Entwicklung neuer Perspektiven. Unser Haus bietet verschiedene Zimmer – manche älter, andere neuer oder frisch renoviert.

Das spiegelt die Vielfalt unseres Hauses wider, in dem das Entscheidende nicht der Komfort, sondern Ihr Fortschritt ist. Denn Reha bedeutet nicht verwöhnt zu werden – sondern sich selbst wieder näher zu kommen.

Schritt für Schritt.
Gemeinsam mit uns.

# Kein Luxus – aber jede Menge Leben

Auch wenn wir keinen Hotelstandard bieten, möchten wir, dass Sie sich bei uns wohlfühlen.

Unsere Einrichtung bietet Ihnen zahlreiche Möglichkeiten, Ihre Zeit sinnvoll und mit Freude zu gestalten – abseits der therapeutischen Angebote.

Wer gerne aktiv ist, kann im hauseigenen Schwimmbad seine Bahnen ziehen oder an unseren Bewegungsangeboten teilnehmen.

In unserer Cafeteria trifft man sich auf einen Kaffee, ein gutes Gespräch – oder einfach nur zum Ankommen und Abschalten.

Abends lädt unsere urige Kellerbar zu geselligen Stunden ein, begleitet von Musik, einem Bingoabend oder gelegentlichen kleinen Veranstaltungen, die für gute Stimmung sorgen.

Unsere Angebote sind vielseitig, bodenständig und mit Herz gemacht – genau wie unsere Reha.

Es erwartet Sie eine warme, lebendige Atmosphäre, in der Gemeinschaft und Lebensfreude ihren Platz haben.

Hacho Stube

Cafeteria

Schwimmbad

Alpenhof

Bewegung Ernährung Umgang mit Stress

# RV-fit (Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung)

Gesund und arbeitsfähig bleiben mit den Präventionsprogrammen der Deutschen Rentenversicherung.
Die Anforderungen im Beruf steigen. Leichtere körperliche Beschwerden werden oftmals ignoriert und können so zu chronischen Problemen führen.

Gesundheit, Lebensfreude und Arbeitsfähigkeit sollen erhalten bleiben. RV-Fit ist ein für Sie kostenfreies Trainingsprogramm der DRV, wobei der Sonnenhof Sie in allen Phasen unterstützen kann. Und wir sind die einzige Klinik in der die Startphase 6 Tage beinhaltet.

Grundsätzlich besteht das Programm aus 4 Phasen, die direkt aufeinander folgen:

Startphase (6 Tage stationär)
ambulante Trainingsphase (3 Monate)
Eigeninitiativphase (3 Monate)
Auffrischungsphase (3 Tage stationär)

Das Präventionsprogramm ist als Gruppenprogramm für 10-12 Teilnehmer konzipiert. Das Programm ist von der Rentenversicherung vorgeschrieben, jedoch wird individuell im Rahmen der Möglichkeiten auf die Gruppe und ihre Themen eingegangen.

## Inhalt

Das Programm basiert auf den Bausteinen Sport- und Bewegung, Psychologie/ Entspannung, Ernährungsschulung, Resilienz- und Selbstwirksamkeitsüberzeugung.

Es werden verschiedene Bewegungsangebote gemacht, unterschiedliche Entspannungstechniken vorgestellt und es gibt sowohl Seminare als auch Vorträge aus unterschiedlichen Bereichen.

Mit Ihrer Anmeldung zur Startphase sind Sie automatisch für die Auffrischungsphase ein halbes Jahr später angemeldet.

In der Auffrischungsphase geht es um Wiederholung der unterschiedlichen Elemente aus der Startphase und um einen Austausch, wie es Ihnen in der Zwischenzeit ergangen ist.

Bitte beachten Sie, dass ein RV-fit mit Hund oder Begleitung nicht möglich ist.



*Je nach Verfügbarkeit. Termine erhalten Sie auf Anfrage. Anfragen richten Sie bitte an: rvfit@sonnenhof-reha.de

# Mentale Power

## Mindful Living oder auch “Stress-lass-nach”

**Empfohlen für**

alle Personen, die das Gefühl haben, der Stress überrollt sie

Ein erfülltes Leben führen, zufrieden sein, trotz der kontinuierlichen Herausforderungen im Beruf und Familienalltag, der Flut an ständig neuen Informationen sowie dem Druck des Funktionieren-Müssens. Unser Seminar hilft dabei Lösungen zu erarbeiten und gibt Unterstützung, um dahin zu gelangen.

**Methoden**

Trainer-Input, Gruppenübungen, Erfahrungsaustausch, individuelle Fallarbeit, Praxisbeispiele und Praxistransfer, einfache Körperübungen und Entspannungstechniken
Persönliche Beratung nach Bedarf*

Termin:
11.01.2026 - 15.01.2026

**Preis**

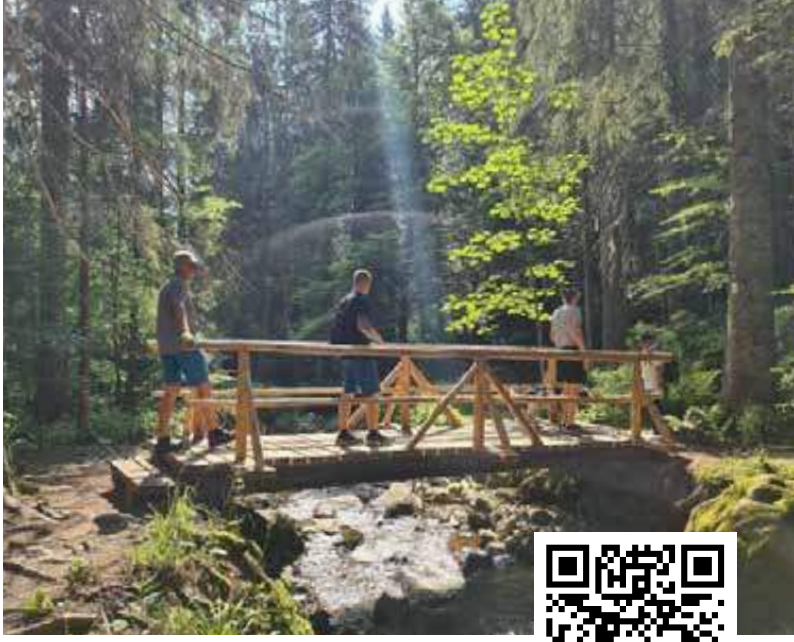
1.428,- Euro inkl. MwSt.
darin enthalten:
4 Übernachtungen (5 Tage) inkl. Vollpension
intensive Einheiten mit dem Sonnenhof-Team
Nutzung von Schwimmbad, Sauna, etc.

### Inhalte / Ihr Nutzen

- Selbstfürsorge / persönliches Stressmanagement entwickeln
- Balance finden / herstellen
- Mentaltechniken erlernen: Selbsthypnose, Meditation
- Entspannungstechniken erlernen: Atemtechniken, Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training
- Grundverständnis für Selbstmotivation entwickeln
- Eigene Vorstellungen, Überzeugungen und persönliche Gesetze verstehen und überprüfen / hinterfragen
- persönliche Resilienzen kennenlernen und stärken
- Neues wagen – wieder die Neugier aufs Leben entfachen
- Umgangsweisen mit Problemen, Schicksalsschlägen und Erkrankungen überdenken
- Besser schlafen – eine neurologisch begründete Technik des „Schäfchen zählens“
- Impulse durch unseren Internisten, der das Seminar begleitet
- Ernährung unter Stress
- Bewegung, die glücklich macht



*Individuelle Beratung separat buchbar. Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen



# Psychische Stärkungsmaßnahme für Soldatinnen und Soldaten

In Kooperation mit dem Sanitätsamt der Bundeswehr bieten wir ein multimodales Präventionsprogramm für Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr nach einem Auslandseinsatz an. Dieses speziell entwickelte Programm dient der nachhaltigen Förderung der physischen und psychischen Gesundheit und der langfristigen Stabilisierung nach herausfordernden Einsätzen.

**Wissenswertes**
**(gilt für Polizei und Bundeswehr)**

Nutzen Sie diese wertvolle Gelegenheit, um Ihre Gesundheit ganzjährig zu stärken und sich optimal für die kommenden Aufgaben vorzubereiten.

Das Besondere an unserem Programm ist unser Gästebetreuer, welcher verschiedene Aktivitäten mit Ihnen plant und auch individuelle Vorschläge - wenn machbar - mit einbaut, z.B. Ski fahren im Winter, Mountainbiketour im Schwarzwald, Bogenschießen, Klettern am Zäpfleturm etc.*

Sollten Sie eigene Ausrüstung haben, bringen Sie diese gerne mit. Auch ein Fahrradraum steht zur Verfügung inkl. Ladestation.

Wlan ist gegen Gebühr in den Zimmern möglich. Im öffentlichen Bereich der Cafeteria ist es kostenfrei.

*z.T. kostenpflichtig

# Präventionsmaßnahme /
# Allgemeine Vorsorgekur für Polizistinnen und Polizisten

Die Fachkliniken Sonnenhof bieten in Kooperation mit der Polizei ein multimodales Präventionsprogramm für Polizistinnen und Polizisten im Schichtdienst an, welches ab 40 Jahren und alle 4 Jahre in Anspruch genommen werden kann. Dieses maßgeschneiderte Programm wurde entwickelt, um die körperliche und seelische Gesundheit langfristig zu fördern und nachhaltig für eine stabile Erholung zu sorgen.

## Preise (Polizei und Bundeswehr)

| | |
|---|---|
| Begleitperson mit im DZ mit Frühstück | 52,- € / Tag |
| Begleitperson mit im DZ mit VP | 63,- € / Tag |
| Begleitperson im EZ mit Frühstück | 94,- € / Tag |
| Begleitperson im EZ mit VP | 110,- € / Tag |
| 1 Kind (5-9 Jahre) mit Vollpension | 16,- € / Tag |
| 1 Kind (10-14 Jahre) mit Vollpension | 32,- € / Tag |
| 1 Kind (15-18 Jahre) mit Vollpension | 52,- € / Tag |
| Mitnahme eines Haustieres insb. Hund | 12,- € / Tag |

# BON Vital Aktiv

Mit den Programmen BON Vital I. Aktive Entspannung und BON Vital II. Aktive Ernährung geben wir Ihnen wertvolle Impulse, um Ihren Alltag gelassener und erfolgreicher zu meistern. Entdecken Sie die kraftvolle Verbindung von aktiver Bewegung, bewusster Ernährung und erholsamer Entspannung – für mehr innere Balance und Lebensqualität.
Der Geist gewinnt Freude daran, aktiv zur eigenen Gesundheit beizutragen.

**Weil es sich einfach gut anfühlt, etwas für sich selbst zu tun.**

## I. Aktive Entspannung

### Leistungsinhalt

6 x Übernachtungen (7 Tage)
inkl. Vollpension
2 x Wassergymnastik
2 x Bewegungsgruppe
2 x Aktivsportgruppe
1 x Einführung in MTT
6 x MTT Eigentraining
1 x Wandern
2 x Hydrojet
1 x progressive Muskelentspannung
1 x Yoga

## II. Aktive Ernährung

### Leistungsinhalt

6 x Übernachtungen (7 Tage)
inkl. Vollpension
2 x Nordic Walking
2 x Wassergymnastik
2 x Bewegungsgruppe
2 x Aktivsportgruppe
1 x Einführung in MTT
6 x MTT Eigentraining
1 x Wandern
1 x (Ernährungs-)beratung
1 x Genusstraining
1 x gemeinsames Kochen in der Lehrküche

**Beide Programme können Sie einzeln zu je 7 Tagen oder zusammenhängend als 14-Tage-Aufenthalt buchen.**

### Information

- Die Pakete sind fixiert, ein Tausch von Anwendungen ist nicht möglich.
- Nicht in Anspruch genommene Leistungen können nicht ausbezahlt werden.
- Bei Bedarf können weitere Leistungen nach Verfügbarkeit dazu gebucht werden.
- Rezepte können nicht eingelöst werden.
- Verlängerungen sind auf Anfrage möglich.
- Aufnahmetermine: Mittwoch; andere Tage mit Aufpreis von 150 € möglich

# BON Vital RELAX

Für unsere Gäste, die mehr entspannen, als aktiv sein wollen, bieten wir ein maßgeschneidertes Programm, welches Ihre Fitness und Lebensfreude fördert. Genießen Sie abwechslungsreiche Aktivitäten, die Ihre Gesundheit stärken und Sie fit halten – sowohl körperlich als auch geistig. Entdecken Sie neue Kraft, verbinden Sie sich mit Gleichgesinnten und erleben Sie, wie viel Spaß es macht, aktiv zu bleiben. Denn es ist nie zu spät, für Ihre Gesundheit zu sorgen!

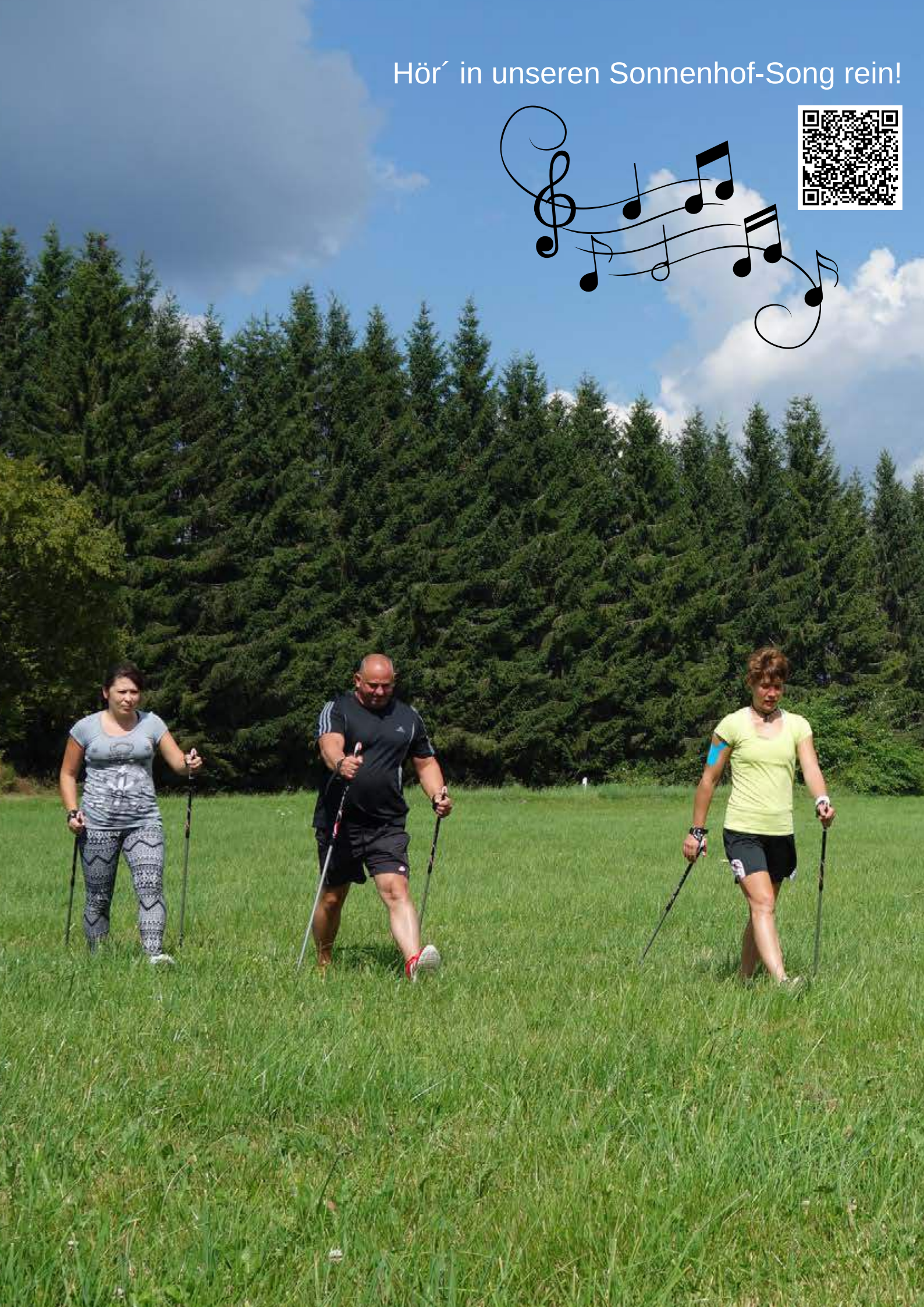
**Leistungsinhalt**

6 x Übernachtungen (7 Tage) inkl. Vollpension
2 x Hydrojet
4 x Wassergymnastik
4 x Gymnastik
2 x Entspannungsgruppe
1 x Yoga
1 x Vortrag

## Preise

| BON Vital Aktiv (I. Entspannung) | 7 Tage | 14 Tage |
|---|---|---|
| 13.02.2025 - 22.11.2025 | 1.459,- € | 2.399,- € |
| 23.11.2025 - 12.02.2026 | 1.259,- € | 2.199,- € |
| BON Vital Aktiv (II. Ernährung) | | |
| 13.02.2025 - 22.11.2025 | 1.459,- € | 2.399,- € |
| 23.11.2025 - 13.02.2026 | 1.259,- € | 2.199,- € |
| BON Vital RELAX | | |
| 13.02.2025 - 22.11.2025 | 1.359,- € | 2.199,- € |
| 23.11.2025 - 13.02.2026 | 1.159,- € | 2.099,- €. |

Hör´ in unseren Sonnenhof-Song rein!



# Egal, wie weit der Weg auch ist, du musst den ersten Schritt tun

# Wohlfühlurlaub für die Augen

**Ein Ort zum Durchatmen – und zum Ankommen.**

Das besondere Höhenklima in Höchenschwand ist ein echter Gesundbrunnen: Die reine, klare Luft, regelmäßige Luftdruckimpulse und viele Sonnenstunden regen die natürlichen Selbstheilungskräfte des Körpers an, fördern die Ausschüttung von Cortisol und unterstützen so entzündungshemmende Prozesse.
Ein Platz zum Innehalten - wo Körper und Augen entspannen dürfen.

**Erleben Sie, wie befreiend es sein kann, wenn der Alltag in den Hintergrund tritt – und das Wohlgefühl den Raum bekommt, den es verdient.**

## Leistungsinhalt

- 6 Übernachtungen im Einzelzimmer mit VP
- Nutzung von Schwimmbad, Sauna und Wassertretbecken
- Nutzung von Sonnenterrasse, Liegewiese, Kegelbahn, Lese- und Spielzimmer, Hacho Stube, Cafeteria uvm.
- 2 x Wassergruppe
- 2 x Entspannungsgruppe

## Wahlleistungen*

| | |
|---|---|
| Wanderungen (3 Stunden) | 13,- € |
| Wanderbegleitung | 8,- €/h |
| Mobilitatsübungen mit Langstock | 15,- €/h |
| Schnupper-Yoga | 12,- €/h |
| Meditation | 20,- €/h |
| Hydrojetmassage pro Anwendung | 12,30 €/ 15 min. |
| Genusstraining am Hochbeet | 20,- €/h |
| Transfer vom Bahnhof WT | 33,- € |
| Transfer vom Bahnhof Seebrugg | 17,25 € |
| etc. | |

## Termine

28.08. – 03.09.2025
06.11. – 12.11.2025

## Preise**

Aufenthalt 6 ÜN
620,- €
Verlängerungswoche 6 ÜN
510,- €

*nur nach Voranmeldung und Verfügbarkeit
**Preise zzgl. Kurtaxe

# Verhinderungspflege

Sie haben Ihr Leben lang gearbeitet und sich für andere aufgeopfert? Sie brauchen eine Pause und wissen nicht, wo Sie Ihren Urlaub verbringen sollen? Ihre Angehörigen sind pausenlos für Sie auf Achse und Sie möchten sie gerne mal entlasten und ihnen eine Pause gönnen?
Jetzt ist die Zeit, in der Sie sich einfach mal sorgenfrei etwas Gutes tun dürfen!

## Wissenswertes

Die "Auszeit für Menschen mit Unterstützungsbedarf" richtet sich an Personen mit Pflegegrad 2 oder 3, welche grundsätzlich relativ fit und selbständig sind, aber die Sicherheit einer Klinik dem Hotel vorziehen. Gerne auch an Menschen zusammen mit dem pflegenden Angehörigen.

Ab Pflegegrad 2 stehen Ihnen jährlich Gelder für Verhinderungspflege zur Verfügung.

Verhinderungspflege wird bei Ihrer Pflegekasse beantragt. Diese Gelder können für den Aufenthalt bei uns eingesetzt werden.

Pflegerische Leistungen nach Bedarf und nach vorheriger Absprache.

Sie bezahlen für Ihren Aufenthalt nur einen kleinen Eigenanteil.

Sprechen Sie uns an! Telefonnummer: 07672 489 481

# Rehabilitation im Sonnenhof

In den Fachkliniken Sonnenhof erhalten Sie eine umfassende, qualifizierte Rehabilitation bei orthopädischen Erkrankungen – wahlweise stationär oder ganztägig ambulant. Unser interdisziplinäres Team aus Ärz:tinnen, Therapeut:innen und Pflegekräften begleitet Sie mit Fachwissen, Empathie und Erfahrung – individuell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse.

Dabei steht eines im Mittelpunkt: **Sie selbst.**
Denn wir verstehen Rehabilitation als **Hilfe zur Selbsthilfe** – wir geben Ihnen die Werkzeuge, das Wissen und die Unterstützung an die Hand, damit Sie selbst aktiv an Ihrer Genesung mitwirken können. Der nachhaltige Erfolg einer Reha entsteht dort, wo medizinische Kompetenz auf Ihre eigene Motivation trifft.

## Ihr Weg zur Reha

**Bei einem chronischen Leiden im Bereich Knochen, Gelenke, Muskeln, Sehnen (Heilverfahren / HV)**

- Schritt 1: Hausarzt oder Facharzt kontaktieren
- Schritt 2: Erforderliche Unterlagen zusammenstellen – Wunschklinik angeben: Fachkliniken Sonnenhof Höchenschwand GmbH
- Schritt 3: Antrag einreichen
- Schritt 4: Rückmeldung vom Kostenträger über den Antrag
- Schritt 5: Kontaktaufnahme mit der Rehaklinik

**Nach einer Operation im Bereich Knochen, Gelenke, Muskeln (Anschlussheilbehandlung/ Anschlussrehabilitation / AHB)**

- Schritt 1: Sozialdienst im Krankenhaus kontaktieren
- Schritt 2: Wunschklinik angeben: Fachkliniken Sonnenhof Höchenschwand GmbH
- Schritt 3: Sozialdienst kümmert sich um alles weitere

In einer naturnahen Umgebung, mit modernen Therapieangeboten und einem ganzheitlichen Konzept schaffen wir die besten Voraussetzungen für Ihren Weg zurück in ein aktives, selbstbestimmtes Leben.
Ihr Wille zur Veränderung ist der Schlüssel – wir helfen Ihnen, die Tür zu öffnen.

### Wunsch- und Wahlrecht

- alle Menschen haben laut dem Sozialgesetzbuch das Recht, sich ihre Rehaklinik selbst auszusuchen (SGB IX § 8)
- der Kostenträger (Rentenversicherung, Krankenkasse oder Unfallversicherung) muss diesem Wunsch nachkommen.
- Wenn das Krankheitsbild in den Fachbereich Orthopädie gehört, dann geben Sie beim Antrag direkt Ihre Wunschklinik „Fachkliniken Sonnenhof Höchenschwand GmbH“ an.
- Legen Sie Widerspruch ein, sollten die Kostenträger Ihrem Wunsch nicht entsprechen.
- Ein Muster-Widerspruchsschreiben finden Sie auf unserer Homepage unter Downloads

# Die Fachkliniken Sonnenhof – Ihre Spezialisten für orthopädische Rehabilitation

Für Selbstzahler, Privatversicherte und Beihilfeberechtigte stehen zwei individuelle Varianten für Heilverfahren und Anschlussheilbehandlungen zur Verfügung.

Bitte beachten Sie: Die Wahl Ihres gewünschten Angebots muss vor Beginn der Rehabilitationsmaßnahme getroffen werden und kann nach Reha-Antritt nicht mehr geändert werden.

## Grundpflegesatz mit Einzelabrechnung

Wählen Sie den Grundpflegesatz, wenn Ihre Kasse eine genaue Auflistung der einzelnen Anwendungen haben möchte.

### Leistungsinhalte

21 Tage
inkl. Vollpension und Grundpflege
kostenlose Nutzung der hauseigenen Sauna und des Schwimmbades

Jede verordnete Anwendung sowie Arztbesuche werden szusätzlich zum Grundpflegesatz abgerechnet.

Eine Änderung der Abrechnungsart (Pauschal oder Einzel) ist nach Anreise nicht mehr möglich. Jede verordnete Anwendung, Medikamente, Behandlungspflege, Labor und Diagnostik sowie Arztbesuche werden separat abgerechnet

## Sonnenhof - Pauschalreha

Wählen Sie den pauschalen Pflegesatz, wenn Sie keine detaillierte Rechnung benötigen.

### Leistungsinhalte

21 Tage
inkl. Vollpension
ärztliches Aufnahmegespräch und -untersuchung
Therapieplanerstellung nach Verordnung durch den Arzt und dessen Durchführung
Gesundheits- und Diätberatung
1 - 2 Zwischenuntersuchungen
medizinisch notwendige Grund- und Behandlungspflege sowie orthopädisch notwendige
Verordnung von Medikamenten durch den Arzt
Entlassgespräch und Entlassbericht
kostenlose Nutzung der hauseigenen Sauna, des Schwimmbades u.v.m.

*nicht in Anspruch genommene Leistungen werden nicht erstattet.

Eine Teilnahme an diesen Programmen ist nur nach Zusendung der medizinischen Unterlagen und nach ärztlicher Genehmigung möglich. Ein Aufenthalt mit Hund ist je nach Schwere der Erkrankung (nicht bei AHB) möglich.
Die Abrechnung erfolgt immer mit Ihnen als Rechnungsempfänger. Sind Sie privat versichert? Dann klären Sie zu Ihrer Sicherheit im Vorfeld mit Ihrer privaten Krankenkasse ab, ob diese Kosten übernommen werden.
An- und Abreisetag gelten als ein Tag.

## Preise

| | |
|---|---|
| Sonnenhof Pauschalreha | 199,- € |
| Grundpflegesatz (ganzjährig) | 129,- € |

Saisonale Angebote

# Gemeinsam statt einsam – Dezemberzauber im Sonnenhof

**Zeit der Wärme, Gemeinschaft und Besinnung.**

Wir möchten genau das spürbar machen: einen Ort voller Licht, Geborgenheit und echter Begegnung – besonders für Menschen, die sonst vielleicht allein wären.

Der Dezember verwandelt unser Haus in einen warmen Rückzugsort – mit duftendem Gebäck, flackerndem Kerzenschein und Momenten, die verbinden. Hier kommen Menschen zusammen, die gemeinsam lachen, erzählen, schweigen, feiern – einfach da sind.

Die stille Zeit des Jahres wird besonders schön, wenn wir sie miteinander teilen dürfen.

Deshalb schaffen wir Raum für Gemeinschaft, für Freude und das Gefühl, Willkommen zu sein – von Herzen. Gönnen Sie sich eine Auszeit in Gemeinsamkeit. Kommen Sie an – und feiern Sie die (Vor-)Weihnachtszeit mit anderen Menschen.

Ein Platz zum Ankommen. Ein Platz zum Wohlfühlen. Ein Platz für Herzmenschen.

“Gemeinsam statt einsam” im Sonnenhof ist mehr als ein Programm – es ist ein warmer Ort für alle.

**Schenken Sie sich Zeit in einem liebevollen Miteinander.**
**Wir freuen uns auf Sie!**

**Was Sie erwartet:**

Film-, Musik- und Spieleabende, die Herz und Seele wärmen
Dating & Begegnung – neue Kontakte knüpfen, vielleicht sogar mehr
Kreatives Backen: Gemeinsam eine original Schwarzwälder Kirschtorte herstellen
Vielfältige Ausflüge & Aktivitäten, die für Abwechslung und neue Eindrücke sorgen
(Festliches Weihnachts- und Silvestermenü am 24./ 25./ 31. Dezember 2025*)

**Buchbar in der gesamten Vorweihnachtszeit & über die Feiertage.**
**Teilnehmerzahl:** Offen – solange Zimmer frei sind!

6 Übernachtungen

Preis: 699,- €



*mit Aufpreis

Saisonale Angebote

# Fitobello – Mehr als nur Urlaub mit Hund

**Ein Hund weiß vielleicht nicht, wie man Liebe schreibt – aber er weiß, wie man sie täglich zeigt!**

Erleben Sie eine ganz besondere Woche, die ganz Ihnen und Ihrem treuen Begleiter gewidmet ist: voller gemeinsamer Abenteuer, tiefer Verbindung und neuer Erkenntnisse.

Bei Fitobello dreht sich alles um das, was wirklich zählt – echte Freundschaft auf vier Pfoten. Ob beim Training, beim Wandern oder einfach in stillen Momenten der Nähe – wir schaffen Raum für Wachstum, Vertrauen und gemeinsame Freude.

**Gönnen Sie sich und Ihrem Hund eine Auszeit, die stärkt, berührt und verbindet.**

## Was Sie erwartet:

**Social Walks & Ausflüge:**
Gemeinsame Erlebnisse in der Natur stärken Vertrauen und Teamgefühl.
**Gruppencoaching zur Bindungsstärkung:**
Lernen Sie, wie Sie die Beziehung zu Ihrem Hund auf ein neues Level bringen.
**Vortrag zur vielseitigen Ernährung:**
Für Halter und Hund – weil Gesundheit beim richtigen Futter beginnt.
**Schnitzeljagd & Agility-Spaß:**
Auf unserem hauseigenen Agility-Platz wird es garantiert nicht langweilig.
**Persönliche Betreuung:**
Eine erfahrene Mensch-Hund-Trainerin begleitet Sie und Ihre Fellnase durch die gesamte Woche.

**Termin: 17. – 23. Januar 2026**

**Teilnehmerzahl: Exklusiv für 7–9 Personen – für eine individuelle, persönliche Atmosphäre.**

Preis: 999,- €

Melden Sie sich jetzt an – für eine Woche, die Sie beide nie vergessen werden.

**Fitobello – Weil echte Freundschaft auf vier Pfoten beginnt.**

Saisonale Angebote

# Herzlichtzeit - Abschied und Neuanfang

## Manchmal hält das Leben inne. Und mit ihm wir.

Wenn etwas zu Ende geht – ein Mensch, eine Beziehung, ein Lebensabschnitt – hinterlässt es Spuren.

**Leere. Schmerz. Fragen. Sehnsucht.**

**Trauer hat viele Gesichter.**
Sie zeigt sich nicht nur nach dem Verlust eines geliebten Menschen. Auch das Ende einer Partnerschaft, ein unerfüllter Kinderwunsch, der Abschied von einem Lebenstraum oder eine schwere Diagnose können tiefe Trauer auslösen.

**All das verdient Raum.**

In dieser besonderen Woche schenken wir Ihnen einen geschützten Ort, an dem Sie einfach da sein dürfen – mit allem, was Sie fühlen. Jeder in seinem Tempo. Mit achtsamer Begleitung, wärmender Gemeinschaft und der Einladung, sich selbst mit Mitgefühl zu begegnen.

Ob in stillen Momenten, im Gespräch, in der Natur oder im kreativen Ausdruck – Sie entscheiden, was Sie brauchen. Alles darf sein. **Nichts muss.**

**Nehmen Sie sich diese Zeit. Für Ihre Trauer. Für Ihren inneren Weg. Für Ihr Herz.**
Wir sind da – mit offenen Ohren und einem offenen Herzen.

### Was Sie erwartet:

Ein liebevoll gestaltetes Programm mit Raum für **Einkehr, Austausch und Stille**
**Begegnung mit Menschen**, die ähnliche Erfahrungen teilen
Naturerlebnisse, Impulse und Rituale, die tragen und begleiten
**Zeiten der Selbstfürsorge**, um **neue Kraft** zu schöpfen
Auch **Momente der Freude** – behutsam, aber ehrlich

**Termine:**
22.11.2025 – 28.11.2025
06.12.2025 – 12.12.2025
05.01.2026 – 11.01.2026

**max. Teilnehmerzahl:** 7 – 9 Personen

Preis: 1.049,- €

# Gönnen Sie sich eine Auszeit – während Ihr:e Partner:in bei uns ist

Verbinden Sie den Besuch bei Ihrem Lieblingsmenschen mit ein paar erholsamen Tagen in angenehmer Umgebung. Als Begleitperson wohnen Sie komfortabel bei uns im Haus und können viele der Angebote auf dem Gelände mitnutzen – inklusive Schwimmbad und Sauna. Auch Kinder und Hunde sind herzlich willkommen – so wird aus dem Besuch ganz schnell ein kleiner Urlaub.

## Preise zzgl. Kurtaxe

| | |
|---|---|
| Zusatznacht vor Reha mit Frühstück pro Tag | 74,00 € |
| Einzelzimmer mit Frühstück pro Tag | 74,00 € |
| Einzelzimmer mit Vollpension pro Tag | 90,00 € |
| Doppelzimmer mit Frühstück pro Tag/ pro Person* | 67,00 € |
| Doppelzimmer mit Vollpension pro Tag/pro Person* | 83,00 € |
| Doppelzimmer als EZ mit Frühstück pro Tag | 94,00 € |
| Doppelzimmer als EZ mit Vollpension pro Tag | 110,00 € |
| Sofa/Zustellbett mit Frühstück pro Tag | 52,00 € |
| Sofa/Zustellbett mit VP pro Tag | 63,00 € |
| 1 Kind (5-9 Jahre) mit Vollpension pro Tag | 16,00 € |
| 1 Kind (10-14 Jahre) mit Vollpension pro Tag | 32,00 € |
| 1 Kind (15-18 Jahre) mit Vollpension pro Tag | 52,00 € |
| 1 Hund pro Tag | 12,00 € |
| Fahrradstellplatz (mit Elektro) | 0,00 € |

| **Verpflegung ohne Übernachtung** | |
|---|---|
| Frühstück pro Tag | 6,00 € |
| Mittagessen Mo-Fr und So | 13,00 € |
| Mittagessen Sa | 10,00 € |
| Abendessen | 8,00 € |
| **Kinder 5 - 17 Jahre** | |
| Frühstück | 5,00 € |
| Mittagessen | 9,00 € |
| Abendessen | 6,00 € |

## Informationen

Je nach Zimmerkapazität besteht die Möglichkeit, Besucher für einige Tage unterzubringen oder als Begleitpersonen mitzubringen. Die Reservierung sollte spätestens zwei Werktage vorher erfolgen. Gäste und Begleitpersonen haben keinen Anspruch auf ärztliche/pflegerische Betreuung und Therapien.

Sollten Sie ein Rezept während Ihres Aufenthaltes einlösen wollen, so melden Sie dies bitte 2 Wochen im Voraus an.**

**Kindermitnahme:** Es wird keine Kinderbetreuung angeboten. Es gibt eine Kooperation mit Schule und Kindergarten. Für weitere Informationen sprechen Sie uns gerne an!

**Hundemitnahme:** Hundemitnahme ist möglich. Wir haben dafür einige Zimmer zur Verfügung, von denen nicht alle über einen Balkon verfügen. Ein Anspruch darauf besteht nicht.

*ausschließlich bei Belegung mit 2 Personen
**je nach Verfügbarkeit

# Preisliste für Anwendungen während Ihres Aufenthaltes

| AnwendungenimBewegungsbereich | Dauer | Preis |
|---|---|---|
| Aqua Fit | 20 min | 27,20 € |
| Bewegungsgruppe in der Turnhalle | 20 min | 21,80 € |
| Nordic-Walking – Gruppe im Freien | 50 min | 43,50 € |
| Gyrokinesis | 45 min | 16,40 € |
| Geräteeinweisung | 60 min | 43,50 € |
| Personal Training | 60 min | 43,50 € |
| Eigentraining an den Geräten | unbegrenzt | Keine Kosten |
| Geführte Wanderung | 180 min | 13,00 € |

| AnwendungeninderPhysiotherapie / Ergotherapie | Dauer | Preis |
|---|---|---|
| Physiotherapie - Einzel | 20 min | 43,50 € |
| Physiotherapie - Gruppe | 20 min | 21,80 € |
| Ergotherapie - Einzel | 20 min | 59,70 € |
| Ergotherapie - Gruppe | 20 min | 32,60 € |
| Rückenschule - Gruppe | 50 min | 16,40 € |
| Manuelle Therapie | 30 min | 48,90 € |
| Behandlung im Schlingentisch | 20 min | 22,10 € |
| Gyrotonic® - Einzel | 30 min | 40,80 € |

| AnwendungenimMassagebereich | Dauer | Preis |
|---|---|---|
| Medizinische Massage | 20 min | 38,00 € |
| Hydrojetmassage | 15 min | 12,30 € |
| Ganzkörpermassage | 50 min | 76,00 € |
| Fango-Anwendung | 30 min | 21,80 € |
| Manuelle Lymphdrainage | 30 min | 48,90 € |
| Lymphomat | 20 min | 12,30 € |
| Luftperlbad | 20 min | 70,60 € |

| Anwendungen im Entspannungsbereich | Dauer | Preis |
|---|---|---|
| Entspannungsgruppe (Autogenes Training, PME) | 50 min | 32,60 € |
| Yoga | 60 min | 32,60 € |
| Meditation | 60 min | 32,60 € |

| WeitereAnwendungen | Dauer | Preis |
|---|---|---|
| Psychologische Einzelberatung | 50 min | 65,20 € |
| Psychologische Gruppensitzung | 50 min | 32,60 € |
| Ernährungsberatung - Einzel | 45 min | 70,60 € |
| Vortrag | 60 min | 16,40 € |

# Wichtige Informationen und Hinweise

Fachkliniken Sonnenhof
1015 m
Höchenschwand heilklimatischer Kurort im Südschwarzwald

### Anreise

**Anreise bis spätestens 11 Uhr.** Es besteht grundsätzlich die Möglichkeit der Anreise von Montag bis Freitag, es sei denn, es ist ausdrücklich bei der jeweiligen Maßnahme anders geregelt. Das Mittagessen ist für Sie am Anreisetag reserviert.

### Abreise

Am Abreisetag ist das Zimmer bis spätestens 9:30 Uhr freizugeben. Für Ihre Abreise steht Ihnen von Montag bis Freitag ein Fahrdienst zum Bahnhof Seebrugg gegen ein Entgelt zur Verfügung. Bitte melden Sie sich hierfür rechtzeitig (3-4 Tage) vor Ihrer Abreise an der Rezeption an. Am Abreisetag endet die Leistung mit dem Frühstück.

### Allgemeine Geschäftsbedingungen

Wir verweisen auf unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen in der jeweils gültigen Fassung. Die AGB finden Sie auf unserer Internetseite: **www.sonnenhof-reha.de**.

### Datenschutz

Die Verarbeitung Ihrer persönlichen Daten erfolgt gemäß den Vorschriften der Datenschutzgrundverordnung.

### Stornierungsgebühr

Eine Stornierung Ihrer bestätigten Buchung können Sie bis 4 Wochen vor Ihrer Anreise kostenfrei durchführen. Bei einer Stornierung unter 4 Wochen vor Anreise wird Ihnen eine Freihaltegebühr in Höhe von 60 % des Gesamtpreises für 7 Tage, bei pauschalen Gesundheitsprogrammen in Höhe von 60 % des Pauschalpreises für höchstens 7 Tage in Rechnung gestellt. Bei Stornierung von Gesundheitsprogrammen nach erfolgter Anreise wird der vereinbarte Gesamtbetrag des Gesundheitsprogramms in Rechnung gestellt.

### Gesundheitsprogramme

Bei Buchung eines pauschalen Gesundheitsprogramms können nicht in Anspruch genommene Leistungen nicht erstattet werden. Zusätzlich zum Gesundheitsprogramm gebuchte Leistungen werden separat in Rechnung gestellt. Die angegebenen Termine stehen für den ersten und letzten möglichen Anreisetag. Bitte beachten Sie, dass bei einer Anreise nach 11 Uhr nicht gewährleistet werden kann, dass der beschriebene Leistungsinhalt in voller Anzahl möglich ist. Eine Erstattung und ein Austausch der Leistungsinhalte sind nicht möglich. Nach Anreise ist die Umstellung auf ein anderes Gesundheitsprogramm nicht mehr möglich.

### Medizinischer Fragebogen

Ihr vollständig ausgefüllter medizinischer Fragebogen für die Reha und alle aktuellen Befundberichte sowie OP-Berichte müssen bis spätestens vier Wochen vor Beginn Ihres Aufenthaltes dem SONNENHOF vorliegen.

### Kostenerstattung bei Selbstzahlern

Die Leistungen des SONNENHOFES sind grundsätzlich beihilfefähig. Der SONNENHOF erfüllt die Voraussetzung des § 107 Abs. 2 SGB V. Ein Versorgungsvertrag nach § 111 Abs. 2 SGB V liegt vor. Bitte klären Sie vor Ihrer Reservierung eine etwaige Kostenübernahme durch Ihre private Krankenversicherung (PKV) oder Ihren Beihilfeträger.Die Abrechnung der vom SONNENHOF erbrachten Leistungen erfolgt direkt mit dem Gast – unabhängig davon, **ob ein Dritter** die Kosten übernimmt.

### Kurtaxe

Die Kurtaxe wird in Höhe der aktuell gültigen Kurtaxesatzung, zu Ihrem Aufenthaltszeitraum separat in Rechnung gestellt

### WLAN

Die Klinik verfügt über eine begrenzte Anzahl von Zimmern mit kostenpflichtigem WLAN-Empfang sowie über einen öffentlichen Bereich mit kostenlosem WLAN-Empfang.

### Preise und Programminhalte

Alle Preise gelten jeweils in Euro. Preis- und Programmänderungen vorbehalten.

### Änderungs- und Preisvorbehalt

Stand aller aufgeführten Preise ist der 30.06.2025. Änderungen der Preisliste vor Vertragsschluss (Reservierungsvereinbarung) behalten wir uns insbesondere aus den folgenden Gründen vor: Erhöhung der Energiekosten, Anpassung und Einführung zusätzlicher staatlicher Abgaben.

### Saisonzeiten

Die Berechnung der Preise erfolgt saisonabhängig. Bei Aufenthalten über einen Saisonwechsel erfolgt die Berechnung tagesgenau. Für den Preis der Gesundheitsprogramme ist der Anreisetag ausschlaggebend.
Saison 1: 13. Februar bis 22. November
Saison 2: 23. November bis 12. Februar

### Therapeutische Behandlungen

Die Nichtteilnahme fest vereinbarter Termine für ärztlich verordnete Leistungen und Angebote (Gruppen- und Einzeltherapien) sind im Verhinderungsfall spätestens 24 Stunden vor dem Termin bei der Therapiedisposition zu melden. Ohne Vorlage einer Bescheinigung aus medizinischen Gründen zur Nichtteilnahme werden die Leistungen im Sinne einer Ausfallgebühr in Rechnung gestellt. Die Buchung von zusätzlich zu den Leistungsprogrammen gewünschten therapeutischen Behandlungen ist je nach Verfügbarkeit möglich.

### Anzahlung

Selbstzahler leisten vor oder spätestens am Anreisetag eine Voraus- bzw. Abschlagszahlung. Diese ergibt sich aus 50 % der Multiplikation der Aufenthaltstage mit dem Tagessatz der Maßnahme bzw. 50 % des Preises des gewählten Leistungspakets.
Sie können die Zahlung bequem vor Ihrem Aufenthalt auf unsere nachfolgend genannte Bankverbindung überweisen oder nach Anreise vor Ort bar, per EC-Karte oder Kreditkarte (zzgl. einer Provision von 1,5 %) zahlen.

**Bankverbindung**

**IBAN DE69 6849 2200 0002 2314 17**
**BIC GENODE61WT1**
**Volksbank Hochrhein**

Fachkliniken Sonnenhof
1015 m
Höchenschwand heilklimatischer Kurort im Südschwarzwald

**Fachkliniken Sonnenhof Höchenschwand GmbH**
Kirchstr. 2
D-79862 Höchenschwand

Telefon +49 (0) 7672 489 0
Telefax +49 (0) 7672 489 404

Email info@sonnenhof-reha.de
Homepage www.sonnenhof-reha.de

IMPORTANT
LUST DICH ZU VERÄNDERN?
BEWIRB DICH!

**Reservierungsanfragen**

Telefon +49 (0) 7672 489 -405 / -406
Email disposition@sonnenhof-reha.de
Disposition2@sonnenhof-reha.de

**Kooperationspartner**

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg
GKV Spitzenverband
KLINIKUM HOCHRHEIN
RehaNetz
Bundeswehr
BSVSB Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V.
DUAG e.V.
CASPAR

Wir sind zertifiziert nach ISO 9001 und Degemed

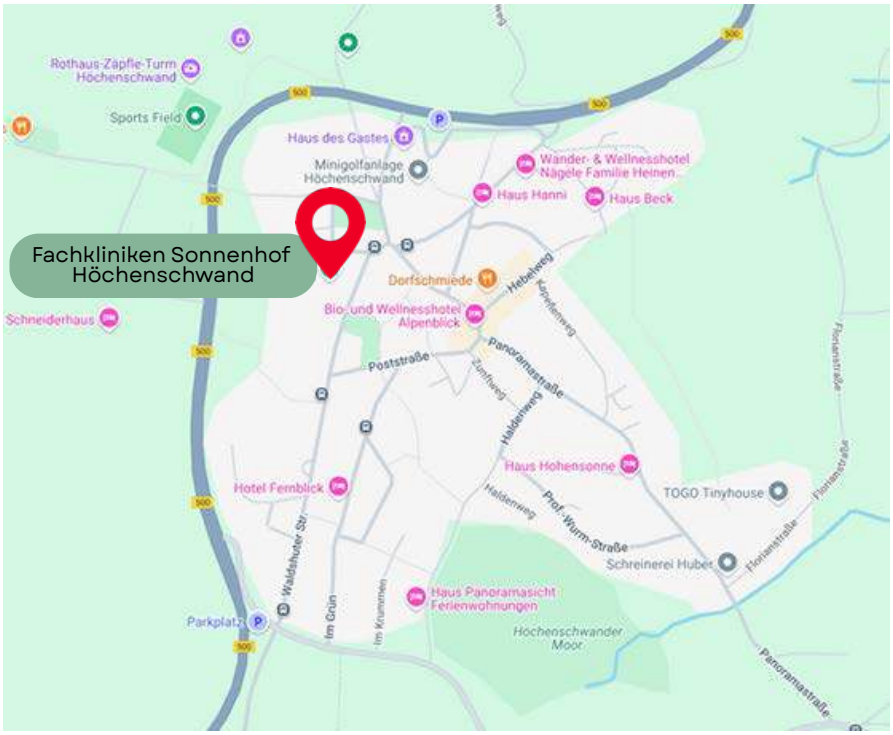
EQ ZERT ISO 9001 ZERTIFIZIERT
Rehabilitation Zertifizierte Qualität DEGEMED ISO 9001: 2015

**Ab Seebrugg:** (stündlich)
Bus 7319 bis St. Blasien
Umstieg in St. Blasien Bus 7322
Ausstieg Kurhaus Höchenschwand

**Ab Waldshut:** (stündlich)
Bus 7322 nach Busbahnhof St. Blasien

**Fahrzeiten:**

| | |
|---|---|
| Zürich | 60 min |
| Zürich Flughafen | 50 min |
| Basel | 70 min |
| Freiburg | 65 min |
| Bodensee | 90 min |
| Schluchsee | 15 min |




Angaben sind gültig bis 31.12.2025