



## CALDA MEETS AFRICA PROGRAM

Wer nach einer Brücke zwischen der intensiven Erstphasentherapie von vier Wochen im Rahmen des CALDA Full Programs in der CALDA Clinic und der Rückkehr nach Hause sucht, dem bieten wir neu und exklusiv unser CALDA Meets Africa Program an. Als eine niederschwelligere, dreiwöchige Zweitphasentherapie auf höchstem Niveau erleben Sie mit einem erstklassigen Team in Afrika Abenteuer und Erfahrungen „back to the roots“ in der Wiege der Menschheit.

Kosten für sieben Wochen pro Person: ab CHF 500'000.-

### CALDA FULL PROGRAM

Unmittelbar nach Ihrer Ankunft erfolgt für die Dauer von einem bis drei Tagen der internistische Check-up mit EKG und Abdomen-Sonographie bei unserer privaten Partnerklinik Bethanien. Weitere Untersuchungen wie Fahrrad-Ergometrie oder Lungen-Radiographie werden nach Bedarf durchgeführt. Bei Suchthematik wird sofort die Entgiftung eingeleitet.

#### **Psychiatrische Diagnostik**

In der Psychiatrischen Diagnostik erheben wir Ihren Psychostatus, Ihre persönliche sowie soziale Anamnese (Krankenvorgeschichte) und Ihre Sucht- sowie Familien-Anamnese.

#### **Orthomolekulare Diagnostik**

Im Rahmen der Orthomolekularen Diagnostik führen wir eine ausgedehnte klinisch-chemische Analyse durch, die folgende Untersuchungen beinhaltet:

Allergie und Unverträglichkeiten, Aminosäurestatus, Entzündung, Fettsäureprofil, Herzratenvariabilität (HRV), Hormonhaushalt, Knochenstoffwechsel, Metaboliten, Mikrobiom, Mikronährstoffstatus, Nahrungsmittelunverträglichkeit, Neurotransmitter-Status, oxidativer Stress, nitrosativer Stress, Stressprofil, Stuhl- und Verdauungsanalytik.

Durch die epigenetische Analyse erfahren wir mehr über die folgenden Werte:

Abbau von Lebensmittelinhaltsstoffen, antioxidative Kapazität, Eisenaufnahme- und Verwertung, Entgiftungsumgang

mit Schadstoffen, Fettstoffwechsel-Cholesterin, Knochenstoffwechsel, Laktose-Malabsorption, Pharmakogenetik, Reaktion auf Entzündungen und Infektionen, Stress und Stimmungslage, Übergewicht und Diabetes, Vitaminhaushalt (B-Vitamine, Homocystein), Zöliakierisiko.

Nach dieser umfassenden Diagnostik können wir eine auf Sie individuell zugeschnittene Behandlung anbieten.

## BEHANDLUNG

Für nachhaltige Ergebnisse empfehlen wir Ihnen einen Mindestaufenthalt von vier Wochen in der CALDA Clinic. Ein persönlicher Coach wohnt während der gesamten Zeit 24/7 mit Ihnen zusammen. Das therapeutische Programm umfasst sechs bis acht Stunden pro Tag, sieben Tage die Woche und sieht wie folgt aus:

### **Psychiatrie und Psychotherapie**

- Intensive Psychotherapie (KVT, EMDR, klinische Hypnose, enaktive Traumatherapie)
- Ressourcenaktivierung
- Selbst-Management
- Stimmungsstabilisierung
- Störungsspezifische Psychoedukation
- Stress-Management

### **Orthomolekulare Medizin**

- Aminosäuren, Mineralstoffe und Vitamine ab dem ersten Tag
- Personalisierte CALDA Mikronährstoff-Mischung für drei bis sechs Monate
- Personalisiertes Lifestyle-Coaching
- Personalisiertes Ernährungs-Coaching
- Personalisierte Zubereitung der Mahlzeiten

## **Alternativ- und**

**Komplementärmedizin** Neben der klassischen Schulmedizin gibt es eine Reihe traditioneller Medizin- und Therapiewelten. Als Verfechter der Integrativen Medizin haben wir unser Massnahmenspektrum um erprobte und erfolgreiche Rezepte der Alternativ- und Komplementärmedizin erweitert. Unser Wochenprogramm wird auf Sie zugeschnitten. Die am erfolgreichsten eingesetzten Behandlungselemente sind die folgenden:

Akupressur, Akupunktur, Atem-/ Gesangs- und Stimmtherapie, Ayurveda, Bewegungstherapie, Chronotherapie, Coaching des 12-Schritte-Programms, Cranial Electrotherapy Stimulation CES, Kunst- und Kreativtherapie, manuelle Therapien, Meditation und Mindfulness, Neurofeedback, Personal Training, Pferde-assistierte Psychotherapie, Phytotherapie, Tangotherapie, Yoga.

## RESIDENZEN

In unseren luxuriösen und privaten Residenzen können Sie in Ruhe abschalten, sich erholen und behandeln lassen. Inklusive ist ein Premium Full Service mit Butler, Koch und Luxuslimousinen-Service mit Chauffeur.

## CALDA MEETS AFRICA PROGRAM

Unser exklusiver Partner Expedition Discovery organisiert in enger Zusammenarbeit mit der CALDA Clinic für Sie eine massgeschneiderte Reise, in der Sie in eigenem Tempo sich selbst wieder neu entdecken können.

Mit einem erstklassigen Team erleben Sie während drei Wochen in Afrika Abenteuer und ursprüngliche (Grenz-) Erfahrungen auf höchstem Niveau. Während dieser gesamten Zeit werden Sie von einem oder auf Wunsch mehreren privaten Securities begleitet. Jeder Mensch ist anders und muss deshalb eine andere Reise antreten, um seinen Platz in der Welt zu finden. Expedition Discovery gestaltet Ihre Reise in enger Abstimmung mit Ihnen entspannend oder aber geistig, körperlich, emotional und spirituell herausfordernd. Das Ziel ist es, dass Sie durch diese Reise zu sich selbst finden oder neue Facetten in ihrer Persönlichkeit entdecken. Afrika ist die Wiege der Menschheit und aufgrund seiner wilden Ursprünglichkeit dafür bestens geeignet.



### Organisation

Nach der ersten Kontaktaufnahme und Analyse wird von der Expedition Discovery in Absprache mit der CALDA Clinic eine personalisierte, ganzheitliche Reise geplant, die Ihren Anforderungen

und Bedürfnissen entspricht. Standorte, Aktivitäten, Therapien und optimale Dauer werden in einem Vorschlag festgehalten und ein begleitendes Team aus einem Pool von vertrauenswürdigen Fachleuten und Experten ausgewählt.

Alle unsere Reisen innerhalb Afrikas beginnen zwei bis drei Tage nach Beendigung des CALDA Full Programs im kenianischen Nairobi. Expedition Discovery schlägt vor, Ihre Afrikareise in Kenia zu beginnen, einem Land, das über eine unglaubliche Vielfalt an verschiedenen Klimazonen, Landschaften und Kulturen verfügt. Während der dreiwöchigen Reise werden Sie genug Zeit haben, sich zu entspannen. Wir werden, wo immer möglich, auf der Strasse reisen und in luxuriösen wie auch einfachen Unterkünften übernachten. Die Routen und Aktivitäten werden nach Ihren Wünschen, Bedürfnissen und Ihrer körperlichen Fitness zusammengestellt.



### Team

Einzigartig ist, dass Sie während der gesamten Reise einen oder auf Wunsch mehrere engagierte Sicherheitsspezialisten an Ihrer Seite haben.

Diese Person fungiert als Mentor, hilft bei der Logistik und kümmert sich um Ihren Schutz. Die Aufgabe unseres

Expeditionsteams besteht darin, sicherzustellen, dass Sie sich immer sicher sowie wohl fühlen und sich auf dem richtigen Weg befinden, um den Zweck Ihrer Reise zu erfüllen.

Abhängig von Ihrer persönlichen Rehabilitationsgeschichte kann das Expedition Recovery Team durch Ernährungsberater, Masseur, Meditationspraktiker, Life Coaches, Personal Trainer, Spiritualisten und/oder Yogalehrer ergänzt werden. Lokale oder internationale Therapeuten Ihrer Wahl können ebenfalls in das Team aufgenommen werden. Das Team wird alles daran setzen, um Sie in Ihrem Ziel zu unterstützen.

Expedition Discovery verfügt über ein Netzwerk an hochqualifizierten Ärzten, Beratern, Psychiatern und Therapeuten in Ost- und Südafrika. Sie können Teil der Reise sein oder zur Intervention in kritischen Situationen herangezogen werden.

Erfahren Sie hier alles Wissenswerte über Expedition Discovery.

## KOSTEN

Für das CALDA meets Africa Programm verrechnen wir Ihnen für sieben Wochen pro Person ab CHF 500'000.-.

Nicht inbegriffen sind programm-externe Hotelkosten, medizinische Leistungen durch Drittinstitute und Nachbehandlungsprogramme.

Bei Fragen oder Unklarheiten stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung.