

Allegra

**Arbeiten und Leben bei uns im Engadin
Informationen für Bewerber/innen**

**Clinica Holistica Engiadina
Zentrum für Stressfolgeerkrankungen
Fachklinik für Burnout**



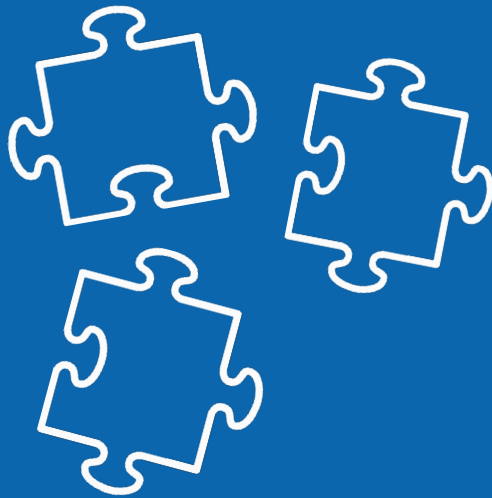
QUICK START GUIDE

Inhalt

- 1 Vision - Strategie - Werte
- 2 Einblicke - das Arbeitsleben im Engadin
- 3 Clinica Holistica - werden Sie ein Teil des Teams
- 4 So finden Sie uns
- 5 Arbeiten bei uns im Engadin leicht gemacht - alles was Sie wissen sollten
- 6 Wohnen und Familie
- 7 Die Freizeit sportlich oder kulturell geniessen
- 8 Graubünden - Wissenswertes über die Region

UNSERE VISION

Die Clinica Holistica Engiadina ist die führende psychiatrische Fachklinik für ganzheitliche Behandlung von Stressfolgeerkrankungen / Burnout in der Schweiz.



UNSERE STRATEGIE

Ein auf Patientinnen und Patienten ausgerichtetes nachhaltiges Therapieangebot anbieten und damit bezüglich langfristigem Therapieerfolg den Benchmark in der Schweiz etablieren.

UNSERE WERTE

Unsere Werte sind in unserem Leitbild niedergeschrieben und für alle auf unserer Website veröffentlicht. Zu unseren Werten gehört u. a.:

- unser Slogan: ganzheitlich engagiert
- eine individuelle Therapie auf Augenhöhe mit unseren Patient/innen
- das Konzept der Selbstfürsorge
- ein wertschätzender, herzlicher Umgang im Team und mit unseren Patient/innen



adidas

Peak Performance

Einblicke in das Arbeitsleben im Engadin



VIDEOEINBLICKE

Arbeiten und Leben bei uns



Zeit zum Leben - Arbeit, Freizeit und Familie im Einklang

Alice Kühne (Fachpsychologin) und Tom Lavanchy (Assistenzpsychologe) nehmen Sie mit auf eine Reise durch Ihren Alltag. Als Psycholog/in in der Clinica Holistica arbeiten Sie in einem offenen, interdisziplinären Team. Das Leben im Engadin bietet durch die atemberaubende Natur sowie sportliche, kulturelle und kulinarische Highlights viel Lebensqualität.



Clinica Momente - Arbeiten und Leben im Engadin

Erleben Sie einen Arbeitstag mit German Paula (Sporttherapeut). Er zeigt Ihnen, was die Arbeit in der Clinica Holistica so besonders macht. Werden Sie ein Teil des dynamischen und interdisziplinären Clinica-Teams.



GANZHEITLICH ENGAGIERT

IN KÜRZE

Clinica-Facts

2010

Gründung CHE

3

Sterne EFQM

5

Häuser

105

Mitarbeitende

ganzheitlich • individuell • wertschätzend

6.5 / 7

Zufriedenheit
Patient/innen

55

Patient/innen

26

Therapieformen

13

Abteilungen

Clinica Holistica - werden Sie ein Teil des Teams!



GANZHEITLICH ENGAGIERT

Ein attraktiver Arbeitsplatz

Die Clinica Holistica Engiadina ist die erste reine Fachklinik für Burnout in der Schweiz. Das Leistungsangebot der Klinik ist auf die ganzheitliche Behandlung von Stressfolgeerkrankungen spezialisiert.

«Holistica» im Namen der Klinik steht für den integrierten, ganzheitlichen Therapieansatz von Psyche und Körper. Ruhe und Distanz zur Belastungssituation sowie der Bezug zur grandiosen Natur sind im speziellen Licht des Engadins heilsame Faktoren für die Erholung.

Individualität

Unser Erfolgsrezept liegt in der Kombination verschiedener, spezialisierter Therapieverfahren, die inhaltlich ganz auf die Themen und Ziele unserer Patientinnen und Patienten ausgerichtet werden.

Ein interdisziplinäres Team

Wir sind ein offenes und dynamisches Team, welches aufgrund des umfassenden, ganzheitlichen Therapieangebotes vielfältige Kompetenzen und Persönlichkeiten vereint. Grossen Wert legen wir auf einen wertschätzenden und herzlichen Umgang untereinander sowie mit unseren Patient/innen. Unsere Mitarbeitenden schätzen insbesondere auch den professionellen sowie persönlichen Austausch in unserem interdisziplinären Team.



ZU IHREM VORTEIL

Benefits

Das Wohlergehen und die Gesundheit unserer Mitarbeitenden liegt uns am Herzen. Nachfolgend ein Auszug, von welchen Benefits Sie profitieren können:



5 Wochen Ferien
ab 50 Jahren: 6 Wochen



Jubiläumssprämie (Geldbetrag
und zusätzliche Ferientage im
Jubiläumsjahr)



vergünstigte Verpflegung, sowie
kostenloses Kaffee- / Tee- und
Früchteangebot



kostenlose Nutzung des
Fitnessbereichs, der klinikeigenen
Kletterhalle und der Kältekammer



vergünstigte Inanspruchnahme
von Massage, TCM und Watsu
(nach Verfügbarkeit)



kostenloser, jährlicher Laktattest



Kostenübernahme Engadiner
Langlaufpass



finanzielle Unterstützung
Teamausflug und halber Tag
Zeitgutschrift



vergünstigte Medikamente



Beteiligung am BÜGA- oder am
GA-Jahresabonnement

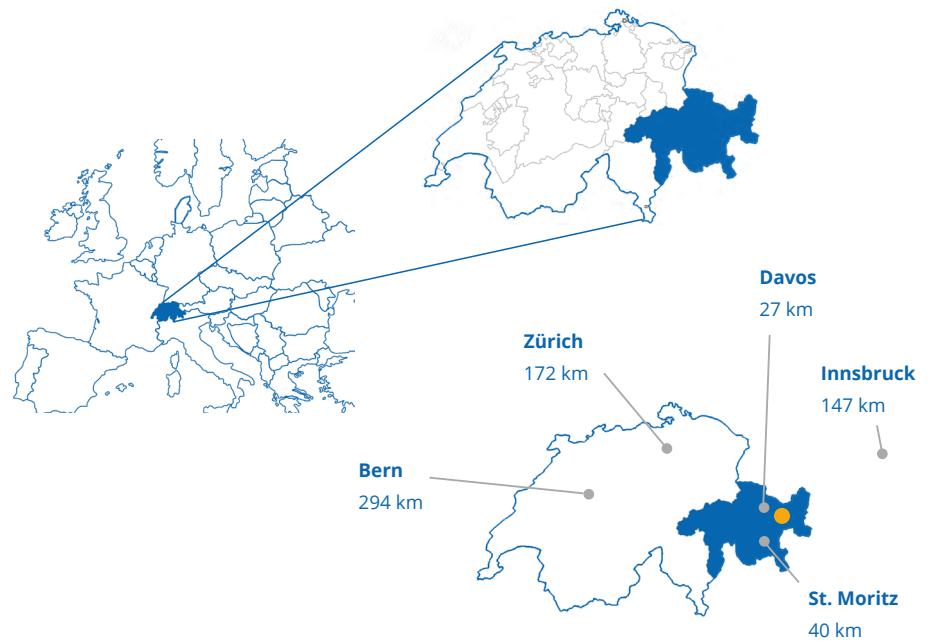


sehr gute Sozialleistungen:
z.B. Pensionskasse / BVG und
Versicherungen (z.B. Unfall-
versicherung private Abteilung)



CLINICA
HOLISTICA
ENGIADINA

So finden Sie uns



IM HERZEN DES ENGADINS

So finden Sie uns



Die Clinica Holistica Engiadina (CHE) liegt in Susch (1438 m ü. M.) im Herzen des Engadins in einer herrlichen Berglandschaft. Zwischen Scuol und St. Moritz und nahe der österreichischen und italienischen Grenze gelegen erreichen Sie unsere Klinik sehr gut mit dem Zug oder mit dem Auto.

Anreise mit dem Auto

Vom Prättigau kommend, können Sie von etwa Anfang Mai bis Anfang Januar über den Flüelapass ins Engadin anreisen.

Den aktuellen Strassenzustand erfahren Sie unter: alpen-paesse.ch

Im Winter transportiert Sie die Rhätische Bahn (RhB) bequem mitsamt Ihrem Auto durch den Vereinatunnel ins Engadin (in den Hauptverkehrszeiten fährt der Autozug täglich, alle 30 Minuten). Nähere Informationen zu den genauen Abfahrtszeiten und den Tarifen erhalten Sie unter:

rhb.ch/de/autoverlad-vereina

Entfernungen

Bern - 294 km - ca. 3 Std. 40 min

Zürich - 172 km - ca. 2 Std. 30 min

Davos - 28 km - ca. 40 min

St. Moritz - 40 km - ca. 45 min

Innsbruck - 149 km - ca. 2 Std. 10 min

Anreise mit dem Zug

Aufgrund der sehr guten Zuganbindung bietet es sich an mit dem Zug ins Engadin zu reisen. In nur 2 Std. 25 min ist man beispielsweise vom Zürich Hauptbahnhof in Susch.

Eine umweltfreundliche Anreise wird von der Clinica Holistica gerne unterstützt, daher beteiligen wir uns am BÜGA oder GA unserer Mitarbeitenden.

Zum Planen Ihrer Reise gehen Sie auf die Seite: [sbb.ch](https://www.sbb.ch)

Flughäfen in der Nähe

Flughafen Samedan: [engadin-airport.ch](https://www.engadin-airport.ch)

Flughafen Zürich: [flughafen-zuerich.ch](https://www.flughafen-zuerich.ch)

Flughafen Innsbruck: [innsbruck-airport.com](https://www.innsbruck-airport.com)

Flughafen München: [munich-airport.de](https://www.munich-airport.de)

Flughafen Mailand: [milanomalpensa-airport.com](https://www.milanomalpensa-airport.com)

Flughafen Bergamo: [milanbergamoairport.it](https://www.milanbergamoairport.it)

Nahverkehr

Die Rhätische Bahn fährt mit 100 % Wasserkraft und verbindet verlässlich Bündner Ortschaften in kürzester Zeit. Im Engadin haben Sie von Scuol kommend stündlich eine Zugverbindung nach Susch, von St. Moritz kommend 1 - 2 x pro Stunde, ebenso wenn Sie aus dem Prättigau von Klosters nach Susch fahren.

Entfernungen Nahverkehr (Zug)

Scuol - 24 min

Klosters - je nach Verbindung ca. 20 - 30 min

Zernez - 6 - 7 min





Arbeiten bei uns im Engadin leicht gemacht - alles was Sie wissen sollten




CLINICA
HOLISTICA
ENGIADINA
SUSCH (Engadin/Schweiz)

EINFACHER START

Arbeiten in der Schweiz

Sie kommen ursprünglich nicht aus der Schweiz? Mit diesem Kapitel möchten wir Ihnen den Start ins Schweizer Arbeitsleben möglichst leicht machen. Gerne helfen wir Ihnen auch persönlich weiter und unterstützen Sie bei Ihrer Arbeitsbewilligung, Anerkennung und Co.

Allgemeine Informationen können Sie der Broschüre [„Arbeiten in der Schweiz“](#) entnehmen.

Arbeitsbewilligung

Personen aus EU-/EFTA-Staaten erhalten mit einem gültigen Arbeitsvertrag aus der Schweiz eine Aufenthalts- oder Grenzgänerbewilligung.

Bei Stellenantritt reichen wir gemeinsam mit Ihnen die entsprechenden Formulare bei der zuständigen Gemeinde ein.

In der Schweiz unterscheiden wir u. a. zwischen:

- Kurzaufenthaltsbewilligung
- Aufenthaltsbewilligung
- Niederlassungsbewilligung und
- Grenzgänerbewilligung

Weiterführende Informationen finden Sie hier: <https://www.swissinfo.ch/ger/arbeitsbewilligung/29082954>

Anerkennungen

Für bestimmte Berufsgruppen im Gesundheitswesen ist es notwendig den Ausbildungsabschluss anerkennen zu lassen.

Nachfolgend einige Links mit näheren Informationen zur Anerkennung:

- [Gesundheitsberufe SRK](#)
- [Psychologieberufe PsyKo](#)
- [Medizinalberufe MEBEKO \(Ärztinnen/Ärzte\)](#)

Berufsausübungsbewilligung

Mitarbeitende aus dem Ausland sowie aus der Schweiz müssen aufgrund unseres Settings für folgende Berufe eine Berufsausübungsbewilligung im Kanton Graubünden beantragen:

- Ärztin / Arzt
- Med. Masseurin / Med. Masseur
- Physiotherapeutin / Physiotherapeut
- Psychotherapeutin / Psychotherapeut

Die benötigten [Formulare](#) finden Sie auf der Seite des Kantons Graubünden.

Krankenversicherung

Arbeitnehmende sind dazu verpflichtet innerhalb von drei Monaten nach Arbeitsantritt eine Krankenversicherung (KVG) nachweisen zu können. Weiterführende Informationen finden Sie auf der Seite [versicherung-schweiz.ch](https://www.versicherung-schweiz.ch).

In der Schweiz gibt es eine Vielzahl an Anbietern und Modellen, daher lohnt sich auf jeden Fall ein Krankenkassenvergleich. Nachfolgend zwei hilfreiche Seiten:

- <https://www.versicherung-schweiz.ch/krankenkasse/vergleich>
- <https://www.krankenkassenversicherung.ch/>

Für Grenzgänger/innen (Personen, welche im Ausland ihren Hauptwohnsitz haben und täglich oder wöchentlich zur Arbeitsstelle in der Schweiz pendeln) besteht zusätzlich die Möglichkeit sich im Heimatland zu versichern. Entweder über die gesetzliche Krankenkasse oder über eine private Krankenkasse, bei letzteren gibt es teilweise eigene Versicherungsmodelle. Eine Grenzgängerbewilligung erhält man nur, wenn man einen Nachweis über eine abgeschlossene Krankenversicherung erbringt. Dieser Nachweis muss mittels Formular von der Gemeinde Zerneuz, welches Sie von uns erhalten, erbracht werden.

Soziale Sicherheit in der Schweiz

In der Schweiz besteht ein engmaschiges Netz von Sozialversicherungen, das den hier lebenden und arbeitenden Menschen und ihren Angehörigen einen weitreichenden Schutz vor Risiken bietet, deren finanzielle Folgen sie nicht allein bewältigen können.

Das 3-Säulen Vorsorgesystem der Schweiz

Die schweizerische Alters-, Hinterlassenen- und Invalidenvorsorge basiert auf drei Säulen: staatliche, berufliche und private Vorsorge. Das System ermöglicht eine optimale Ausrichtung auf die Bedürfnisse der verschiedenen Bevölkerungsgruppen sowie eine optimale Verteilung der Finanzierungsrisiken. Die drei Säulen haben unterschiedliche Aufgaben und sind auch unterschiedlich geregelt. Der bedeutendste Teil dieses Sozialsystems ist die Altersvorsorge.



Weitere Informationen erhalten Sie hier:

- [Das schweizerische Sozialversicherungssystem im Überblick](#)
- [Das Dreisäulensystem der Alters-, Hinterlassenen- und Invalidenvorsorge](#)



Wohnen und Familie



DIE BERGE RUFEN UND WIR FREUEN UNS AUF EUCH

Ein neues Zuhause

Das Leben im Engadin bzw. in Graubünden ist aufgrund einer noch intakten Berglandschaft, zahlreichen Freizeitmöglichkeiten, vielseitiger Schulausbildungen, einer interessanten Kultur und einer erholsamen Natur ein optimaler Lebensmittelpunkt.

Finden Sie bei uns ein neues Zuhause!

Mieten, kaufen, wohnen

In Graubünden finden Sie ein naturnahes Zuhause, in welchem Ihre Kinder frei und sicher aufwachsen können.

Nachfolgende Portale unterstützen Sie bei Ihrer Suche:

- [homegate.ch](https://www.homegate.ch)
- [newhome.ch](https://www.newhome.ch)
- [engadimmo.ch](https://www.engadimmo.ch)

Schule und Ausbildung

Das Schweizer Schulsystem bietet Kindern hervorragende Ausbildungsmöglichkeiten. In den meisten Bündner Gemeinden gibt es eine eigene Primarstufe inklusive Kindergarten.

Aufgrund der Harmonisierung des Schweizer Schulsystems gilt eine einheitliche Volksschulausbildung. Ab der Sekundarstufe gehen Kinder in

ihrem Einzugsgebiet in die Schule und müssen ggf. in einen anderen Ort fahren.

Einzigartig ist die Mehrsprachigkeit des Kantons Graubünden. Je nach Region variiert die Schulsprache zwischen Deutsch, Italienisch oder Rätoromanisch. Dies ist aber kein Grund zur Verunsicherung. Mit Projekten wie [«Förderunterricht für Fremdsprachige»](#) werden Schüler/innen mit einer von der Schulsprache abweichenden Erstsprache gezielt gefördert und erhalten zusätzliche Unterstützung.

Italienisch und Rätoromanisch sind nicht nur offizielle Landessprachen, sondern bieten Ihren Kindern ein wertvolles Fundament für alle weiteren romanischen Sprachen wie Französisch oder Spanisch. Sie punkten also doppelt: Erhaltung der Sprachdiversität der Schweiz und Sprachförderung Ihrer Kinder.

Nachfolgend ein paar weiterführende Links:

- [Infoseite Schule und Ausbildung Kanton GR](#)
- [Liste aller Volksschulen in Graubünden](#)
- [Liste zweisprachiger Schulen](#)
- [Liste private Mittelschulen](#)
- [Schule Scuol](#)
- [Schule Zernez](#)
- [Academia Engiadina - Mittelschule Samedan](#)
- [Hochalpines Institut Ftan](#)

Nach der obligatorischen Schulzeit gibt es in Graubünden ein vielfältiges Angebot an [Lehrstellen](#) oder für besonders Wissenshungrige diverse Wege der Vertiefung, wie z. B. die eidgenössische Matura an einem der vielen Bündner Gymnasien. Das renommierte Bildungsinstitut [Lyceum Alpinum Zuoz](#) befindet sich in der Nähe der Clinica Holistica.

Kinderbetreuung

In Graubünden gibt es ein breites Angebot für die Kinderbetreuung: Kindertagesstätten, Tagesfamilien und schulergänzende Mittags- und Nachmittagsbetreuung.

Nachfolgend ein paar hilfreiche Links:

- [Infoseite Familie und Kinderbetreuung Kanton GR](#)
- [Liste Kindertagesstätten / Kinderkrippen](#)
- [Kinderbetreuung Oberengadin](#)
- [Fachverband Kinderbetreuung GR](#)

Gesundheit

Die gute Bergluft und die Vielzahl an Möglichkeiten für Erholung und Sport wirken sich positiv auf Ihre Gesundheit aus. Gemäss dem Gesundheitsreport des Kantons Graubünden sind die Bündner/innen tatsächlich gesünder als der Rest der Schweiz. Die Bündner/innen sind um zwei Prozentpunkte weniger von einem lang andauernden Gesundheitsproblem betroffen als der gesamtschweizerische Durchschnitt, auch der Anteil mit einer mittleren bis starken psychischen Belastung liegt signifikant tiefer.

Wenn Sie doch einmal krank werden, ist eine gute Gesundheitsversorgung gewährleistet.

Spitäler in der Nähe:

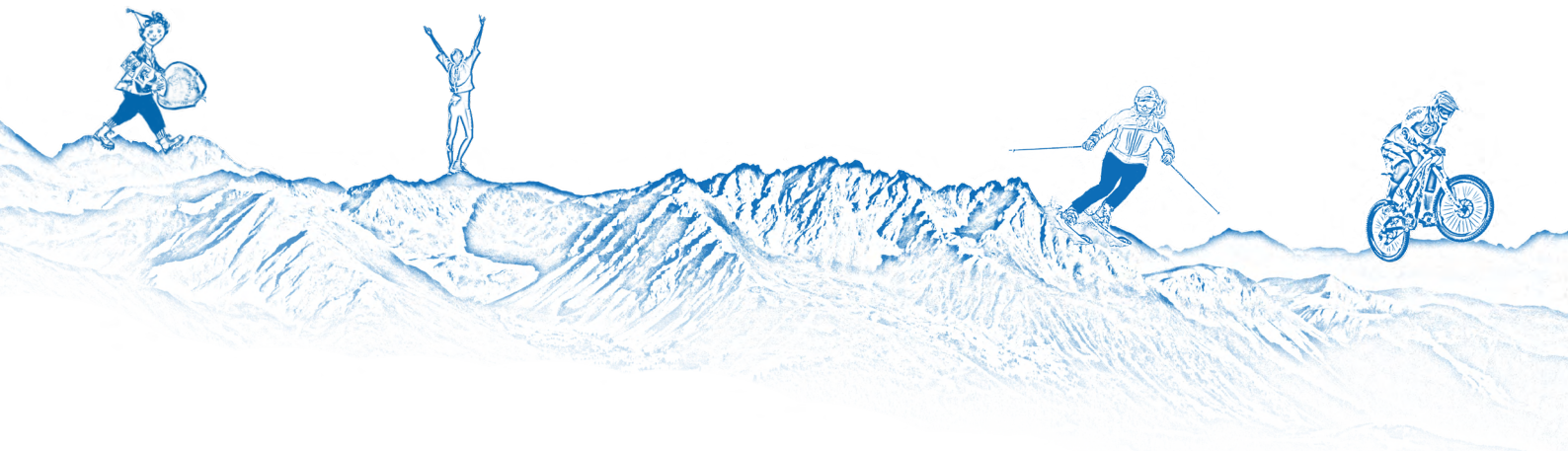
- Gesundheitszentrum Unterengadin: [cseb.ch](#)
- St. Moritz: [klinik-gut.ch](#)
- Davos: [hochgebirgsklinik.ch](#)
- Samedan: [spital-oberengadin.ch](#)



Foto: Christof Sonderegger, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus



Die Freizeit sportlich oder kulturell geniessen



WORK-LIFE-BALANCE

Freizeit genießen



Foto: Markus Greber, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus

Die atemberaubende Engadiner und Bündner Bergwelt lädt ein zu sportlichen oder erholsamen Erlebnissen in der Natur. Die Region begeistert aber auch Kulturinteressierte mit einzigartigem Brauchtum, zahlreichen Museen & Events und einer spannenden Architektur. Natürlich warten auch kulinarische Genussmomente auf Sie, ob gemütlich oder als Gourmet, jeder kommt hier auf seine Kosten.

Nachfolgend wollen wir Ihnen einen Einblick in die zahlreichen Freizeitmöglichkeiten geben, die Auswahl bezieht sich vorwiegend auf das Engadin und ist nicht abschliessend. Die angrenzenden Regionen (Val Müstair, Prättigau, Süd- und Nordtirol, Bergell und Puschlav) sind schnell erreicht und bieten Ihnen weitere «grenzenlose» Möglichkeiten.

Blättern Sie weiter und erfahren Sie mehr zu den Themen:

- Sport
- Kultur und Events
- Kulinarik
- Wellness
- Allerlei

AKTIV IN DER NATUR

Sportlicher Ausgleich

Wandern - Naturerlebnisse mit Aussicht

Ob gemütliche Seenwanderung, anspruchsvolle Bergtour oder eine Hochtour auf die weissen Gipfel des Oberengadins - hier ist für jeden etwas dabei.

Auf den Seiten von Engadin Tourismus finden Sie alle Wanderungen im Überblick:

- [Wandern Unterengadin](#)
- [Wandern Oberengadin](#)

Bei der grossen Auswahl an malerischen Wanderwegen fällt es Ihnen vielleicht schwer sich zu entscheiden, deshalb haben wir ein paar Tipps für Sie in der Nähe der Clinica Holistica zusammengestellt:

- [Macun Seenplatte](#)
- [Jöriseen](#)
- [Piz Murtaröl](#)

Klettern und Bouldern - Abenteuer in luftiger Höhe

Sie klettern gerne? Dann wird ihr Herz im Engadin höher schlagen. Ob Kletterhalle, Sportklettern am Fels, Klettersteig oder alpine Mehrseillängenroute - die Möglichkeiten sind vielfältig.

Ein besonderes Highlight stellt unsere klinikeigene Kletterhalle dar, welche unsere Mitarbeitenden (bei entsprechenden Kenntnissen) kostenlos zu bestimmten Zeiten nutzen können!



Weitere Kletterhallen befinden sich u. a. in Scuol ([Mountain Gecko Boulderhalle](#)) oder in S-Chanf ([Serlas Climb](#)).

Für Outdoorliebhaber gibt es in der Umgebung zahlreiche Kletterrouten und Boulderfelsen in allen Schwierigkeitsgraden. Kletterbegeisterte finden ausserdem in den angrenzenden Südtälern Bergell und Puschlav eine Vielzahl an gut eingerichteten Klettergärten und Sportkletterrouten.

Nachfolgend ein paar weiterführende Informationen:

- [Klettern und Bouldern im Oberengadin](#)
- [Klettergarten Ardez](#) (10 Autominuten von der Clinica Holistica entfernt)
- [Kletterführer Engadin](#)
- [Klettersteige und Hochseilgärten Oberengadin](#)

Radfahren und Mountainbike - ein flowiges Hochtal

Auf über 400 Kilometer ausgeschilderten Routen finden Sie nicht nur ein atemberaubendes Bergpanorama, sondern auch den „Flow“. Tipps, welches die schönsten Trails im Engadin sind, finden Sie auf der Website von [Graubünden Tourismus](#).

Das Engadin bietet ausserdem Bike-Spass für die ganze Familie ([Familientouren - Tipps](#)). Bekannt ist auch der [Innradweg](#), welcher 520 km von Maloja nach Passau führt. Die ersten Etappen fährt man durch das sonnige Engadin.

Schwimmen - einfach mal abtauchen

In den Sommermonaten lockt das kristallklare Wasser der Engadiner Seen mit einer natürlichen Erfrischung in idyllischer Landschaft. In den Hallenbädern können Schwimmer/innen aber das ganze Jahr ihre Bahnen ziehen.

Das Badeangebot im Engadin:

- [Engadiner Badeseen](#)
- [Hallenbad Pontresina](#)
- [Hallenbad Quadras](#) und [Freibad Trü](#) in Scuol
- [Familienbad Zernez](#)
- [Ovavera Hallenbad St. Moritz](#)

Eishockey und Eislaufen - eiskaltes Vergnügen

Mit frisch geschliffenen Schlittschuhen können Sie auf verschiedenen Eisplätzen oder auf den gefrorenen Seen des Oberengadins Ihre Runden ziehen.

Besondere Geheimtipps sind das [Schwarzeis Eislaufen](#) auf dem Lej Nair auf dem Berninapass oder der [Engadiner Eisweg](#).

Gelebte Tradition ist der Eissport in Davos. Aktiv können Sie sich im [Eissportparadies Davos](#) austoben. Als Zuschauer/in ist ein Spiel des [HCD](#) (Hockey Club Davos) sehenswert.

Eishockey ist für Ihre Kinder ein toller Weg in einem Team viele neue Freund/innen zu finden. Dieser Sport ist nebenbei die perfekte Kombination aus Koordination und Fitness.

Haben Ihre Kinder Lust auf Eis? Dann schauen Sie auf folgenden Seiten vorbei:

- [Club da Hockey Engiadina - Eishockeyschule](#)
- [Nachwuchs EHC St. Moritz](#)

Skifahren und Snowboarden - der perfekte Schwung

Strahlend blauer Himmel, klare Luft, verschneite Hänge, traumhafte Abfahrten und top präparierte Pisten erwarten Sie in den Bündner Bergen. Neben den grossen Skigebieten in der Umgebung wie [St. Moritz](#), [Davos/Klosters](#) und [Samnaun/Ischgl](#) laden auch kleinere Skigebiete zum wedeln und verweilen ein.

Alternativ gibt es zahlreiche Skitourenziele, bei denen Sie in die Stille abtauchen können und Abfahrten durch glitzernden Pulverschnee geniessen können.

- [Skitouren Oberengadin](#)
- [Skitouren Unterengadin](#)



Foto: Marc Weiler, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus

Langlaufen - fit durch den Winter

Das Loipennetz im Engadin bietet 330 Kilometer an Traumloipen durch verschneite Wälder, verträumte Seitentäler, entlang des Inn, über gefrorene Seen oder weiter oben auf der Sonnenterrasse.

Erfahren Sie mehr:

- [Atemberaubend in jeder Hinsicht - Langlaufen im Unterengadin](#)
- [Immer in der richtigen Spur - Langlaufen im Oberengadin](#)

Schlitteln und Bob - Vergnügen für Gross und Klein

Ob rasante Abfahrt oder gemütliches Genussrodeln - Schlitteln ist eine willkommene Abwechslung mit Ihrer Familie. In St. Moritz befindet sich übrigens eine [Olympia Bobbahn](#). Angeboten werden dort auch Gästefahrten. Eine Dosis Adrenalin gibt es gratis dazu.

Wassersport - Action für Einsteiger wie Fortgeschrittene

Für Wassersportbegeisterte haben vor allem die Oberengadiner Bergseen mit dem Malojawind viel zu bieten. Auch der Reschensee im nahegelegenen Südtirol ist dank seiner Lage windsicher und ein Eldorado für Kitesurfer und Segler.

Nähere Informationen:

- [Segeln auf dem Silsersee](#)
- [Kitesurfen auf dem Silvaplanersee](#)
- [River Rafting Engadin auf dem Inn](#)
- [Kajak auf dem Inn](#)
- [Wassersport am Reschensee](#)

Fischen - Ruhe finden

In einzigartiger Natur gelegene Bergseen und klare Gebirgsbäche laden Sie zum Fischen ein:

- [Patente, Zeiten und Regeln Oberengadin](#)
- [Fliegenfischen Unterengadin](#)

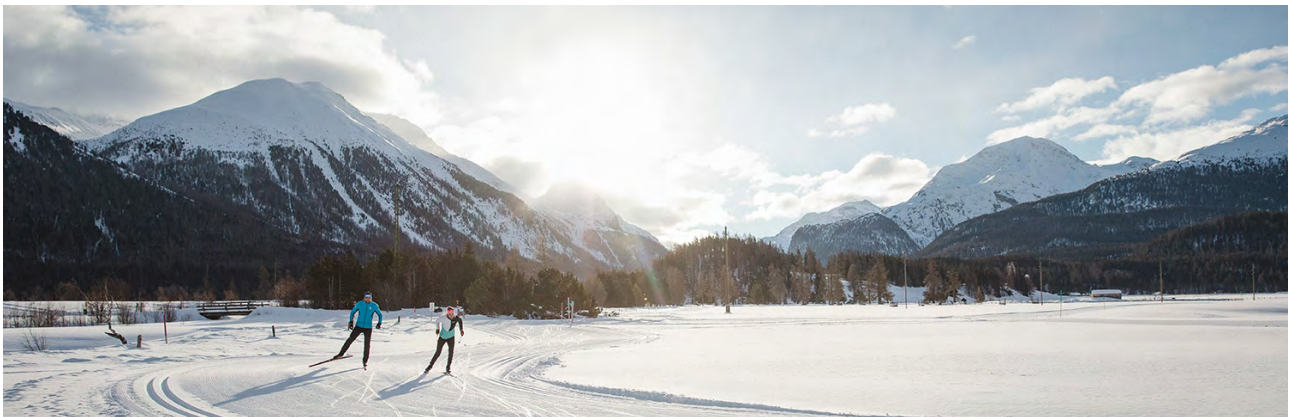


Foto: Filip Zuan, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus

ARTE, BELLEZZA E CULTURA

Kunst, Kultur und Events

Das Engadin reizt mit seiner schönen Landschaft, charakterisiert sich aber ebenso durch seine kulturellen Schätze. Ausgezeichnete Museen und Galerien, eine einzigartige Architektur, lebendiges Brauchtum und vielfältige Events rund um Musik, Kunst und Literatur sind Inspiration und Faszination zugleich.

Begeben Sie sich auf eine kulturelle Entdeckungsreise:

- [Kulturelle Erlebnisse in Graubünden](#)
- [Kulturelle Schatzkammer Engadin](#)
- [Kulturguide Engadin Nr. 1](#)
- [Kulturguide Engadin Nr. 2](#)
- [Muzeum Susch](#)

Veranstaltungskalender

Sportliche wie kulturelle Highlights prägen den Jahresverlauf im Engadin. Seien Sie dabei und finden Sie Ihr Lieblingsevent:

- [Events im Oberengadin](#)
- [Events im Unterengadin](#)

Weit über die Landesgrenzen hinaus ist das Engadin u. a. bekannt durch den [Engadin Skimarathon](#) (Volkslauf, zweitgrösstes Langlaufevent weltweit), den [Snow Polo World Cup](#) und das [White Turf](#) (Pferderennsport). Alle drei Events finden jährlich auf dem gefrorenen St. Moritzersee statt. Auch weitere hochkarätige Events haben bereits im Engadin Station gemacht, wie z. B. die Alpine Skiweltmeisterschaft, der Alpine Skiweltcup oder die Olympischen Winterspiele.



Foto: Yvonne Wigger, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus

GENUSSMOMENTE

Kulinarik



Foto: Christof Sonderegger, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus

Capuns, Bündner Fleisch oder Engadiner Nusstorte - das Engadin bietet zahlreiche Spezialitäten, welche frisch und regional hergestellt bzw. zubereitet werden. Nicht nur hochqualitative Köstlichkeiten werden Sie im Engadin begeistern, auch die breite Auswahl an Restaurants, Bars und Hütten werden Ihrem Gaumen eine Freude bereiten. Vom gemütlichen Schmaus auf einer Berghütte bis hin zum Fine Dining in einem Sternerestaurant kommt jeder auf seine Kosten.

Kulinarische Inspiration finden Sie auf den nachfolgenden Seiten:

- [So schmeckt das Oberengadin](#)
- [Kulinarische Genüsse im Unterengadin](#)

WOHLFÜHLMOMENTE

Wellness und Erholung

Einfach mal die Seele baumeln lassen und Körper und Geist in Einklang bringen.

Erholsame Tipps:

- Mineralwasserbad und Wellness- und Therapiezentrum [Bogn Engiadina](#) in Scuol
- [OVAVERVA](#) Hallenbad, Spa und Sportzentrum in St. Moritz
- [Bellavita](#) Erlebnisbad und Spa in Pontresina
- [Mineralbad und Spa Samedan](#)
- [Therapiezentrum und Heilbad St. Moritz](#)

Zur Regeneration und Erholung trägt auch die frische Bergluft und die intakte Natur bei. Es gibt viele ruhige Orte an denen Sie Kraft tanken und die Stille genießen können.

Wasser - Quelle des Lebens

Das Engadin verfügt nicht nur über ein ausgezeichnetes Trinkwasser, sondern auch über Heilquellen. In der Region Scuol-Tarasp sprudeln insgesamt 20 Salz-, Natron-, Eisen- oder Schwefelquellen. Diese münden in Trinkbrunnen, medizinischen Kohlensäure-Mineralbäder oder im Thermalbad Bogn Engiadina in Scuol. Im Mineralbad Samedan wird das Mineralwasser aus der eigenen Heilquelle aus 35 m Tiefe entnommen und das Heilbad in St. Moritz bietet u. a. vitalisierende Bäder.



VIelfalt

Buntes Allerlei

Einkaufen

Vor Menschenmassen in den Einkaufsstrassen müssen Sie sich im Engadin nicht fürchten. Doch auch für Shopping-Begeisterte gibt es ein paar Highlights. Besonders frische, regionale und hausgemachte Produkte werden Sie erfreuen.

Entdecken Sie die verschiedenen Einkaufsmöglichkeiten:

- [Geschäfte Oberengadin](#)
- [Geschäfte Unterengadin](#)
- [Zollfrei Einkaufen Samnaun](#)
- [Zollfrei Einkaufen Livigno](#)
- [Outletstore Landquart](#)

Jagd

Alles rund um das Thema Jagd & Wild finden Sie auf der [Website des Kantons Graubünden](#).

Vereine

Vereine sind eine wunderbare Möglichkeit sich in einer neuen Umgebung zu integrieren und Freund/innen fürs Leben zu finden. Im [Vereinsverzeichnis](#) vom Kanton Graubünden können Sie erkunden, welcher Verein zu Ihren Interessen passt.

Familien

Falls Sie auf den vorigen Seiten noch nicht genug Inspiration gefunden haben, finden Sie nachfolgend noch ein paar weitere Tipps speziell für Familien:

- [Familienspass im Oberengadin](#)
- Unterengadin: [Sommer](#) / [Winter](#)



Graubünden Wissenswertes über die Region



«PATSCHIFIG»

Engadin und Graubünden

Die Clinica Holistica Engiadina befindet sich am Fusse des Flüelapasses im Dorf Susch, welches in die politische Gemeinde Zernez eingegliedert ist. Diese wiederum gehört zur Region Engiadina Bassa (Unterengadin) / Val Müstair im Schweizer Kanton Graubünden.

Graubünden liegt vollständig im Gebiet der Alpen, es gibt ca. 150 Täler, 615 Seen und 937 Berggipfel. Der Alpenkanton ist der einzige Kanton in der Schweiz mit drei Amtssprachen: Rätoromanisch, Deutsch und Italienisch. Graubünden ist in 11 Regionen gegliedert. Dazu zählen u. a. Maloja (Oberengadin), Engiadina Bassa / Val Müstair (Unterengadin) und Prättigau / Davos.

Aufgrund der geografischen Nähe zur Clinica Holistica bieten sich alle drei Regionen für Sie als Wohnsitz an.

Alle drei Regionen sind wunderschön und bieten viele Freizeitmöglichkeiten, haben aber ihre Charakteristiken und eine Region ist je nach Ihren persönlichen Vorlieben für Sie vielleicht attraktiver.

Das Unterengadin ist die ruhigste und ursprünglichste Region, das Oberengadin ist landschaftlich etwas offener und das Prättigau schliesslich ist am nächsten zum urbanen Raum. Letztere Region bietet sich gerade für Wochenendaufenthalter an, welche die Nähe zum Unterland bevorzugen.



Foto: Gian Giovanoli, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus

ARCHITEKTUR UND BRAUCHTUM

Tradition erleben



Foto: Filip Zuan, Quelle/Copyright: Engadin St. Moritz Tourismus

Die typischen Engadinerhäuser mit Sgraffiti an den Hausmauern, Möbel aus Arvenholz, die rätoromanische Sprache, einheimische Spezialitäten, Schellen-Ursli, Chalandamarz und einiges mehr sind Teil der gelebten Tradition im Engadin.

In der Region lassen sich zahlreiche Perlen der Architektur finden, sehr prägend ist jedoch das [Engadinerhaus](#). Charakteristisch sind die dicken Steinmauern, die kleinen Fenster, die Sgraffito-Verzierungen und die runden Torbögen. Schöne Engadinerhäuser finden Sie im gesamten Tal, besonders empfehlenswert ist aber ein Spaziergang durch das bezaubernde Bergdorf [Guarda](#).

Mit lautem Getöse, klingenden Kuhglocken und traditionellen Liedern sollen jedes Jahr am 01. März die bösen Wintergeister vertrieben werden. Den bekannten Brauch [Chalandamarz](#) mit der glockentragenden Kinderschar mit blauen Bauernblusen und roten Zipfelmützen können Sie auch in Susch miterleben.

FASZINIERENDE TIER- UND PFLANZENWELT

Intakte Natur



Das Engadin im Besonderen und Graubünden allgemein zeichnet sich aus durch eine imposante Bergwelt, gesunde Bergluft, kristallklares Wasser und eine ursprüngliche Natur.

Schweizer Nationalpark

In unmittelbarer Nähe zur Clinica Holistica befindet sich der [Schweizer Nationalpark](#). Dieser verfügt über eine unberührte Wildnislandschaft und ist bekannt für seine einzigartige Tier- und Pflanzenwelt. Seien Sie Gast in diesem besonderen Kraftort. Unter Einhaltung bestimmter Regeln können Sie unvergessliche Momente erleben.

«Lueg - a Murmeli»

Die „[Big Five](#)“ der Alpen - Graubünden ist besonders bekannt für seinen Wildreichtum. Seien Sie wachsam, dann können Sie an vielen Orten auf Steinböcke, Rothirsche, Gämsen, Bartgeier oder Murmeltiere treffen. Empfehlenswert ist das wildreiche [Val Trupchun](#), hier kann man mit etwas Glück und Geduld Hirsche, Steinböcke und Steinadler beobachten.

Eine [Audienz beim König der Alpen](#) (dem Steinbock) erhalten Sie unter Garantie im Frühjahr in Pontresina. Jedes Jahr wenn auf den Gipfeln noch Schnee liegt, lockt das frische Gras die Steinböcke bis an den Rand des Dorfes. Das beeindruckende Spektakel können Sie oberhalb des Dorfes auf der sog. Steinbock-Promenade meist gegen 16:00 / 17:00 Uhr erleben.

«ALLEGRA»

Willkommen im Team





Clinica Holistica Engiadina SA, Plaz 40, 7542 Susch, Schweiz, Tel. +41 81 300 20 30, www.clinica-holistica.ch