

# Clienia Littenheid, Littenheid

#### Pünt Nord

Psychotherapie für junge Erwachsene mit Behandlungsschwerpunkten DBT, Schematherapie und Essstörungen

Die Entwicklung psychischer Kompetenzen wird auf Pünt Nord durch ausgewiesene Fachpersonen und durch die gleichaltrige Peer-Gruppe förderlich unterstützt. In der Anfangsphase festgelegte, konkrete Ziele helfen, Kontakt-, Emotionsregulations- und Alltagsfertigkeiten zu erlernen oder weiter zu entwickeln. Wir verstehen die Probleme unserer Patientinnen und Patienten und können diese einordnen. Basierend auf diesen Erkenntnissen entwickeln wir individuelle stationäre und im Anschluss ambulante Behandlungspläne. Die Station verfügt über 20 Behandlungsplätze in Einzelzimmern mit Dusche/WC und weiteren behaglichen Aufenthaltsräumen.





# Aufnahme / Besuchszeiten / Weitere allgemeine Informationen

- Informationen zur Aufnahme und Eintritte erfolgen über die Patientenaufnahme, Telefon +4171929 60 06
- In Versicherungs- und Kostenfragen unterstützt Sie gerne die Patientenadministration, Telefon +4171 929 62 26 und +4171 929 62 28
- Besuchszeiten von Montag bis Freitag von 17.00 bis 21.00 Uhr und am Wochenende sowie an Feiertagen von 08.00 bis 21.00 Uhr. Auf die Therapiezeiten ist Bücksicht zu nehmen.

# Was können wir bieten (Diagnose und Behandlung)

Wir arbeiten auf verhaltenstherapeutischer Grundlage mit modernen und evidenzbasierten

Therapieverfahren. Unser Behandlungsangebot setzt bei Problemen und Störungen an, bei denen eine intensive und veränderungsorientierte Psychotherapie wirksam ist. Unsere Therapiekonzepte haben wir speziell für die Behandlung von Menschen mit Borderline- und Traumafolgestörungen, Essstörungen, ADHS und anhaltenden Problemen der Emotionsregulation entwickelt.

Behandlungsschwerpunkte setzen wir mit der Dialektisch-Behavioralen Therapie der Borderline-Störungen (DBT nach M. Linehan) und der zertifizierten Schematherapie (nach J. Young) ein. Für Patientinnen mit Essstörungen bieten wir eingebettet in unsere Behandlungsprogramme eine ganzheitliche Essstörungstherapie im Einzel- und Gruppensetting an.

Konzept Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT)

## Wem bieten wir Hilfe an (Zielgruppe)

Pünt Nord ist eine Psychotherapiestation mit

verhaltenstherapeutischem und interpersonalem Schwerpunkt. Sie eignet sich für junge Erwachsene, bei denen eine ambulante Behandlung nicht genügt, aber eine Akutstation nicht nötig ist. Wir bieten Behandlungen für Patientinnen und Patienten im Alter von 18 bis etwa 35 Jahren und behandeln das gesamte Spektrum an Problemen und Störungen, bei denen eine intensive und veränderungsorientierte Psychotherapie wirksam ist. Der Mindest-BMI für den Eintritt liegt bei 14kg/m².

### Ergänzende Angebote

Wir orientieren uns an einem ganzheitlichen
Krankheitsverständnis. Verschiedene Angebote aus
dem kreativ-gestalterischen Bereich wie auch
körperorientierte Verfahren ergänzen die Behandlung
und ermöglichen einen neuen Zugang zu Gefühlen und
körperlichem Erleben. Elemente aus dem
komplementärmedizinischen Bereich wie NADA
(Ohrakkupunktur) und Aromapflege, aber auch
Entspannungsverfahren runden das
Therapieprogramm ab. Bei komplexeren körperlichen
Fragestellungen wird unser hauseigener internistischer
Dienst beigezogen.

#### Hotellerie Clienia Littenheid

Das behagliche Ambiente und die schöne Aussicht ins Grüne unterstützen die Genesung unserer Patientinnen und Patienten, die, je nach Station, in zeitgemässen Einzel- oder Zweierzimmern untergebracht werden. Die Gemeinschaftsräume sind mit TV, DVD-Player, Stereoanlage und vielen Spielen ausgestattet und laden zu kurzweiligen Fernseh- oder gemeinsamen Spieleabenden ein. Für die Erledigung der Wäsche stehen Waschmaschinen und Tumbler zur Verfügung.

#### Saisonale, regionale Küche

Als Culinarium-zertifizierter Betrieb legen wir grossen Wert auf gesunde und saisonale Gerichte. Unser







Angebot wechselt jeden Tag. Für die Zubereitung verwenden wir hochwertige landwirtschaftliche Erzeugnisse aus der Region. Gerne servieren wir auf ärztliche Verordnung auch spezielle Diätmenüs oder Kostformen.

### Freizeitangebote in der Nähe

Die idyllische Lage unserer Klinik, mitten in der Natur, lädt zu vielfältigen Outdoor-Aktivitäten ein. Des Weiteren gibt es auch externe Freizeitangebote:

- Sportpark Bergholz in Wil mit Freibad, Hallenbad und Wellness-Oase
- Fitness Island in Bronschhofen mit Therme, Saunas, Bädern und Fitnesspark
- Äbtestadt Wil mit ihrer wunderschön erhaltenen Altstadt und diversen Einkaufsmöglichkeiten

Mehr Informationen über die Hotellerie und Bildgalerie





# Kontaktpersonen



**Dr. med. Mark Ebneter** Chefarzt Zentrum für Psychotherapie und Psychosomatik

Tel. +41719296314 mark.ebneter@clienia.ch



Serdar Tarik Hizli Oberpsychologe Tel. <u>+41719296358</u> serdartarik.hizli@clienia.ch



Katrin Thomas
Stationsleiterin Pflege Pünt Nord
Tal + 4171 000 65 00

Tel. <u>+41719296580</u> katrin.thomas@clienia.ch



Dajana Venetz Bereichsleiterin Pflege, Zentrum für Psychotherapie und Psychosomatik Stv. Pflegedirektorin

Tel. <u>+41719296405</u> dajana.venetz@clienia.ch



