SENSES

PRIVATE HEALTHSPAN / MALLORCA, ZÜRICH, LONDON

Ihre Gesundheit. Ein klarerer Weg nach vorn.

Private Healthspan-Programme auf Mallorca, in Zürich und London.

Schweizer Wurzeln. Internationale Expertise. Persönliche Betreuung.
Mit Privatsphäre und Diskretion.



PROGRAMMFÜHRER / DEUTSCH / NOVEMBER 2026

Schaffen Sie Raum für das, was zählt.

Ihre Gesundheit verdient mehr als eine Reihe einzelner Termine. SENSES verbindet ausgewählte Untersuchungen, Befundbesprechungen, Zeit zur Erholung und praktische Planung in einem privaten Aufenthalt mit Unterkunft.

SENSES wurde vom Schweizer Unternehmer Abdullah Boulad gegründet. Schweizer Wurzeln und internationale Expertise prägen die persönliche Healthspan-Betreuung. Privatsphäre und Diskretion begleiten Ihren Aufenthalt auf Mallorca, in Zürich oder London.

03 Das Programm im Überblick

07 Untersuchungen und Programmschwerpunkte

15 Eine oder zwei Wochen

18 Ein Tag und eine Woche bei SENSES

20 Ihr Aufenthalt und die Standorte

25 Ihr Team und die weitere Begleitung

27 Kosten, enthaltene Leistungen und Vorbereitung

30 Fragen und nächste Schritte

Ein privates Programm. Eine persönliche Richtung.

Ein abgestimmter Aufenthalt, ausgerichtet auf Ihre gesundheitlichen Prioritäten und den Alltag, in den Sie zurückkehren.

1 oder 2 Wochen

Wählen Sie einen kompakten Aufenthalt mit Schwerpunkt auf der medizinischen Einschätzung oder mehr Zeit, um den Plan praktisch umzusetzen.

Mallorca, Zürich, London

Drei Orte. Ein persönlicher Ansatz. Unterkunft, Termine und ausgewählte Leistungen werden individuell vereinbart.

Ihre private Unterkunft

Die Unterkunft ist für Sie und die von Ihnen gewählten Begleitpersonen reserviert, nicht für eine gemeinsam untergebrachte Gruppe.

Ein Plan für jede teilnehmende Person

Jede teilnehmende Person erhält eine eigene Prüfung, medizinische Einschätzung, Beratungsgespräche und einen eigenen Gesundheitsplan.

Ab 60'000 pro Woche

Mallorca: EUR. Zürich: CHF. London: GBP.
Eine Person und eine private Unterkunft.
Weitere Teilnehmende: siehe Seite 27.

Ein schriftlicher Plan für gesunde Lebensjahre

Sie nehmen Prioritäten, alltagstaugliche Routinen, empfohlene nächste Schritte und Zuständigkeiten für die Nachprüfung mit.

Online entdecken: das Programm

Beginnen Sie mit der passenden Art der Betreuung.

SENSES richtet sich an medizinisch stabile Erwachsene, deren vorrangiges Ziel eine gesundheitliche Einschätzung, Präventionsplanung, Erholung oder dauerhaft tragfähige Leistungsfähigkeit im Alltag ist.

Gründe, SENSES in Betracht zu ziehen

Ihre Gesundheit verstehen

Führen Sie bisherige Befunde zusammen und klären Sie, welche Fragen Aufmerksamkeit verdienen.

Ihre Routinen wieder stärken

Nehmen Sie sich nach anhaltender Belastung Zeit, Schlaf, Ernährung, Bewegung und Erholung zu überprüfen.

Die nächsten Schritte planen

Prüfen Sie praktikable Veränderungen rund um Beruf, Reisen, die Lebensmitte und Ihre bestehende medizinische Betreuung.

Wann ein anderer Weg Vorrang hat

Akute oder sich verändernde Symptome

Lassen Sie diese zeitnah medizinisch abklären, statt auf einen Aufenthalt zu warten.

Wenn eine Behandlung im Vordergrund steht

Eine psychiatrische Erkrankung, Suchterkrankung, ein Entzug oder eine andere Erkrankung kann eine gezielte Behandlung erfordern.

Fachärztliche oder stationäre Versorgung

Manche Fragen erfordern Untersuchungen oder Unterstützung, die über den Rahmen eines kurzen Programms für gesunde Lebensjahre hinausgehen.

Zeit für sich. Gesellschaft nach Wunsch.

Das Programm richtet sich nach Ihnen, nicht nach dem Zeitplan einer Gruppe.



Ihre Unterkunft, Termine und der Tagesrhythmus werden auf Ihre Prioritäten abgestimmt. Eine feste Koordinationsperson hilft, die verschiedenen Teile des Aufenthalts miteinander zu verbinden.

Sie können allein kommen oder mit einer Partnerin, einem Partner, einer befreundeten Person oder Familienangehörigen. Eine gemeinsame Unterkunft bedeutet nicht, dass Sie medizinische Einschätzungen, ein Programm oder vertrauliche Gesundheitsinformationen teilen.

Für jede weitere teilnehmende Person werden Eignung und Plan individuell geprüft. Vereinbarungen für Begleitpersonen, Zimmer und Kosten werden vor der Anreise bestätigt.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Die Betreuung bleibt individuell, auch wenn Sie gemeinsam anreisen.

Von Informationen zu Entscheidungen für den Alltag.

Eine medizinische Einschätzung wird dann nützlich, wenn Sie verstehen, was die Befunde bedeuten und was als Nächstes geschehen sollte.

01

Untersuchen

Besprechen Sie Ihre Vorgeschichte, Ziele, vorhandenen Befunde, Medikamente und derzeitigen Routinen. Wählen Sie relevante Beratungsgespräche und Messungen aus.

02

Einordnen

Besprechen Sie die Befunde, ihre Grenzen und die Prioritäten, die sich daraus ergeben. Klären Sie, was eine Maßnahme, eine Bestätigung oder eine fachärztliche Weiterbetreuung erfordert.

03

Im Alltag erproben

Nutzen Sie den Aufenthalt, um vereinbarte Routinen für Schlaf, Mahlzeiten, Bewegung und Erholung praktisch umzusetzen.

04

Weiterführen

Halten Sie die Erkenntnisse in einem schriftlichen Plan fest, mit nächsten Schritten, zuständigen Fachpersonen und realistischen Terminen zur Überprüfung.

Nicht jede Person braucht jede Untersuchung. Der Umfang richtet sich nach Ihren Umständen und den Entscheidungen, zu denen die medizinische Einschätzung beitragen kann.

Ein zusammenhängendes Bild Ihrer Gesundheit.

Sechs Bereiche können in die Einschätzung einfließen. Sie werden im Zusammenhang betrachtet und nicht als einheitliches Untersuchungspaket angeboten.

Allgemeine und kardiovaskuläre Gesundheit

Ihre eigene und familiäre Krankengeschichte, derzeitige medizinische Betreuung, relevante körperliche Untersuchungen und Prioritäten der Vorsorge.

Schlaf und Erholung

Schlafzeiten, Qualität, Regelmäßigkeit, Leistungsfähigkeit am Tag, Reisen und die Umstände Ihres Schlafs.

Ernährung und Stoffwechselgesundheit

Essgewohnheiten, Vorlieben, Energie, Verdauung und relevante Befunde.

Bewegung und körperliche Leistungsfähigkeit

Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, Gleichgewicht und praktische Bewegungsziele.

Kognition und Konzentration

Veränderungen, die Sie bei Aufmerksamkeit, Gedächtnis, geistiger Klarheit und Alltagsfunktion bemerken.

Stress und Belastbarkeit

Arbeitsbelastung, Routinen, Erholungszeit, Beziehungen und die Anforderungen, die Ihr Plan berücksichtigen soll.

Ausgewählte Untersuchungen, Fachpersonen und Terminorte auf Mallorca, in Zürich oder London werden in Ihrem Angebot bestätigt.

Unterschiedliche Prioritäten. Ein persönliches Programm.

Diese Schwerpunkte beschreiben mögliche Gründe für einen Aufenthalt bei SENSES. Es sind keine getrennten, festgelegten Pakete; Ihre Prioritäten können sich überschneiden.

09
Gesundheit bei hoher beruflicher Belastung

Ein Plan für anspruchsvolle Arbeit, Reisen und begrenzte Zeit.

10
Schlaf und Erholung

Verstehen Sie Muster und Anliegen und klären Sie praktikable nächste Schritte.

11
Stress und Erholung

Zeit, die Auswirkungen anhaltender Belastung zu überprüfen.

12
Stoffwechselgesundheit und Ernährung

Verbinden Sie relevante Befunde mit umsetzbaren Entscheidungen im Alltag.

13
Gesundheit von Frauen in der Lebensmitte

Prüfen Sie veränderte Prioritäten im Zusammenhang mit Ihrer bestehenden Betreuung.

14
Gesundheit von Männern in der Lebensmitte

Betrachten Sie Symptome, Vorsorge und Alltagsfunktion im Zusammenhang.

Online entdecken: das Programm

Gesundheit bei hoher beruflicher Belastung

Gesundheitsplanung, die Ihr Leben berücksichtigt.

Häufige Reisen, späte Besprechungen und konkurrierende Verpflichtungen lassen oft wenig geschützte Zeit für Ihre Gesundheit. Bei diesem Schwerpunkt werden Ihre Vorgeschichte, Befunde und Alltagsbedingungen gemeinsam betrachtet.

Der Aufenthalt schafft Zeit für ausgewählte Untersuchungen, Erklärungen und praktische Planung. Er geht über einen kurzen medizinischen Check-up hinaus, ist aber weder ein festes Untersuchungspaket noch ein Versprechen höherer Leistungsfähigkeit.

Bringen Sie den Zusammenhang mit

Frühere Befunde, laufende medizinische Betreuung, Medikamente, Reisegewohnheiten und berufliche Verpflichtungen, die Sie beibehalten möchten.

Klären Sie die Prioritäten

Was ärztlich weiter abgeklärt werden sollte, welche Routinen realistisch sind und wie der Plan zu Hause und unterwegs funktionieren kann.

Gehen Sie mit einer klaren Richtung

Mit einer schriftlichen Zusammenfassung der vereinbarten Prioritäten, nächsten Schritte und Zuständigkeiten.



Berufliche Verpflichtungen werden vor der Anreise besprochen, damit sie bei der Planung von Terminen und Erholungszeit berücksichtigt werden können.

Schlaf und Erholung

Das Muster verstehen, nicht nur einen Messwert.

Ein Aufenthalt mit Schwerpunkt Schlaf beginnt bei Ihren Erfahrungen: Tagesablauf, Symptomen, Routinen, Reisen, Umgebung und Leistungsfähigkeit am Tag. Daten von Wearables können im Zusammenhang mit dieser Vorgeschichte besprochen werden.

Ausgewählte fachliche Beratung kann klären, ob der nächste Schritt Alltagsroutinen, weitere Untersuchungen oder schlafmedizinische Betreuung betrifft. Spezielle Untersuchungen werden individuell bestätigt und nicht als enthalten vorausgesetzt.

Überprüfung

Ihre Schlafvorgeschichte, aktuelle Behandlung, relevante Anliegen und Umstände, die Ihre Erholung wiederholt unterbrechen.

Erproben

Vereinbarte Routinen für Abende, Morgen, Ruhe und Reisen während Ihres privaten Aufenthalts.

Vorausplanen

Was Sie beobachten sollten, wer die Informationen prüft und wann zusätzliche klinische Unterstützung angebracht ist.



Stress und Erholung

Nach anhaltender Belastung Raum schaffen.

Vielleicht funktionieren Sie im Beruf, während Ruhe, Mahlzeiten, Beziehungen und Erholung immer wieder zu kurz kommen. SENSES bietet einen privaten Rahmen, um diese Muster zu betrachten und angemessene gesundheitliche Fragen zu klären.

Dieser Schwerpunkt richtet sich an medizinisch stabile Personen, die eine Einschätzung, Erholung und praktische Planung suchen. Wenn eine psychiatrische Behandlung oder eine andere Versorgungsintensität im Vordergrund steht, ist ein anderer Weg geeigneter.

Die Belastungen verstehen

Besprechen Sie Arbeit, Reisen, Sorgearbeit, unterbrochene Routinen und die Anliegen, die Sie hierhergeführt haben.

Routinen wieder aufnehmen

Prüfen Sie ausgewählte Unterstützung bei Ruhe, Ernährung, Bewegung und Grenzen, die Sie realistisch schützen können.

Die Rückkehr vorbereiten

Entwickeln Sie praktikable Alternativen für Situationen, die den Plan am ehesten durchkreuzen könnten.



Stoffwechselgesundheit und Ernährung

Befunde mit Entscheidungen im Alltag verbinden.

Ihre relevanten Gesundheitsinformationen werden zusammen mit Ernährungsvorlieben, Bewegung, Arbeitsmustern, Reisen und bestehender medizinischer Betreuung betrachtet. Die Einschätzung hilft zu klären, welche Fragen eine Untersuchung wert sind und welche Empfehlungen individuell eingeordnet werden müssen.

Eine praktische Ernährungsplanung kann diese Prioritäten anschließend mit Mahlzeiten und Routinen verbinden. Das Programm ist weder ein Paket zur schnellen Gewichtsabnahme noch eine Detox-Diät oder ein Ersatz für die fachärztliche Behandlung einer Erkrankung.

Vor der Anreise

Teilen Sie vollständige Berichte, Ihre Medikamente, Ernährungsbedürfnisse und relevante frühere Empfehlungen mit.

Während Ihres Aufenthalts

Besprechen Sie die Bedeutung ausgewählter Befunde und erproben Sie vereinbarte Ernährungs- und Bewegungsroutinen.

Zu Hause

Achten Sie darauf, dass der Plan verständlich und realistisch bleibt und mit den für die Weiterbetreuung zuständigen Fachpersonen verbunden ist.



Die Auswahl der Untersuchungen und jede fachärztliche Betreuung werden individuell vereinbart.

Gesundheit von Frauen in der Lebensmitte

Raum für veränderte Prioritäten schaffen.

In der Lebensmitte können neue Fragen zu Schlaf, Energie, Stimmung, Konzentration, Ernährung, körperlicher Leistungsfähigkeit und Wechseljahren entstehen. Ihre persönliche Vorgeschichte und Ihre Anliegen bestimmen die Einschätzung.

SENSES verbindet diese Prioritäten mit einem privaten Aufenthalt für gesunde Lebensjahre und einer praktischen Planung für den Alltag. Die Einbindung einschlägiger Fachärztinnen und Fachärzte sowie das Verhältnis zu Ihrer bestehenden Behandlung werden individuell geklärt.

Ihr Ausgangspunkt

Beschreiben Sie die Veränderungen, die Sie bemerken, Ihre aktuelle Behandlung, frühere Untersuchungen und was die Einschätzung klären soll.

Ein Gespräch, das Zusammenhänge herstellt

Betrachten Sie sich überschneidende Prioritäten, statt für jede Veränderung dieselbe Erklärung anzunehmen.

Klare Zuständigkeiten

Klären Sie, welche Fachpersonen beteiligt sind und wer über Behandlungen oder weitere Untersuchungen entscheidet.



Hormonbehandlungen und fachärztliche Leistungen sind nicht automatisch enthalten. Individuelle klinische Entscheidungen liegen weiterhin bei der zuständigen qualifizierten Fachperson.

Gesundheit von Männern in der Lebensmitte

Ein umfassenderer Blick darauf, wie Sie sich fühlen und was Sie leisten können.

Veränderungen bei Energie, Schlaf, Libido, Kraft, Konzentration oder Erholung verdienen eine Einordnung. Die Einschätzung beginnt mit Ihrer Krankengeschichte, Ihren Symptomen, Ihrer aktuellen Betreuung und Ihren Vorsorgeprioritäten.

Ein Aufenthalt bei SENSES bietet Zeit für ausgewählte Untersuchungen, Gespräche und praktische Planung. Dabei wird weder vorausgesetzt, dass ein einzelner Hormonwert jedes Anliegen erklärt, noch dass eine bestimmte Behandlung geeignet ist.

Bringen Sie das vollständige Bild mit

Aktuelle Medikamente, frühere Berichte, relevante familiäre Krankengeschichte und Routinen rund um Arbeit, Ernährung, Bewegung und Ruhe.

Vereinbaren Sie den Umfang

Klären Sie, welche Beratungsgespräche und Untersuchungen Ihre individuellen Fragen beantworten können.

An die laufende Betreuung anknüpfen

Legen Sie fest, wer Befunde einordnet, nächste Schritte empfiehlt und gegebenenfalls die fachärztliche Weiterbetreuung übernimmt.



Testosteronbehandlungen und andere fachärztliche Maßnahmen gehören nicht standardmäßig zu jedem Programm.

Eine oder zwei Wochen?

Wählen Sie die Dauer nach dem, was ansteht - nicht nach einer höheren oder niedrigeren Leistungsstufe.

Einwöchiges Format

Hauptschwerpunkt

Diagnostik, Befundbesprechung und ein Plan mit Prioritäten.

Zeit in der Unterkunft

Beginnen Sie parallel zu ausgewählten Terminen und Gesprächen mit relevanten Routinen.

Ein hilfreiches Ergebnis

Verstehen Sie die Befunde, offene Fragen und die nächsten Schritte.

Zweiwöchiges Format

Hauptschwerpunkt

Medizinische Einschätzung mit mehr Zeit, um Routinen begleitet zu erproben und anzupassen.

Zeit in der Unterkunft

Beobachten Sie, was sich umsetzen lässt, und passen Sie Routinen im vereinbarten Rahmen an.

Ein hilfreiches Ergebnis

Ein für die Rückkehr in den Alltag stärker erprobter Plan.

Für beide Formate gilt derselbe individuelle Ansatz. Die Dauer garantiert keine bestimmte Veränderung von Symptomen, Leistungsfähigkeit oder Gesundheitswerten.

Erst Klarheit. Dann die Richtung.

Eine Woche mit Schwerpunkt auf der medizinischen Einschätzung und Zeit, um das Wesentliche zu verstehen.



Die Vorbereitung beginnt vor der Anreise. Ihre Vorgeschichte, vorhandenen Befunde, Medikamente und Prioritäten helfen, die ausgewählten Untersuchungen und Beratungsgespräche festzulegen.

Während des Aufenthalts sind die Termine mit Zeit für Fragen, Befundbesprechungen und den Beginn relevanter Alltagsroutinen verbunden. Das Tempo berücksichtigt notwendige Vorbereitungen und die verfügbaren Termine.

Der schriftliche Plan führt Prioritäten, empfohlene Überweisungen, Zuständigkeiten und Zeitpunkte für die Überprüfung zusammen. Für Ergebnisse, die erst nach der Abreise vorliegen, muss klar vereinbart werden, wie sie mitgeteilt werden.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Ein Beispiel für den Ablauf der ersten Woche finden Sie auf Seite 19. Ihr Zeitplan wird individuell erstellt.

Mehr Zeit, um einen praktikablen Weg zu finden.



Raum zum Ausprobieren, Nachdenken und Anpassen.

Das zweiwöchige Format folgt demselben Ansatz, der auf individuellen Untersuchungen beruht, bietet aber mehr Zeit, die Empfehlungen im Alltag zu erproben.

Abgestimmte Routinen für Schlaf, Mahlzeiten, Bewegung und Erholung lassen sich entsprechend Ihren Bedürfnissen ausprobieren und anpassen. Zusätzliche Befundbesprechungen und Konsultationen hängen vom Umfang Ihres Angebots ab.

Die zweite Woche kann helfen, die Erfahrungen in einen realistischeren Plan für Arbeit, Reisen und Zuhause zu übertragen. Nachbetreuung und Leistungen über den Aufenthalt hinaus werden gesondert bestätigt.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Die zusätzliche Zeit erleichtert die Umsetzung; sie ist kein Versprechen einer größeren oder dauerhaften biologischen Veränderung.

Ein Tagesrhythmus mit Freiraum zwischen den Terminen.

Medizinische Termine, Mahlzeiten, Bewegung und Erholung werden aufeinander abgestimmt, statt jede freie Stunde zu verplanen.

7:00 UHR	Ein ruhiger Start	Aufstehen, Zeit für sich und gegebenenfalls vereinbarte Vorbereitungen.
8:00 UHR	Frühstück	Von einem Koch zubereitete Speisen, abgestimmt auf die Anforderungen des Tages.
9:00 UHR	Ausgewählte Termine	Individuell angesetzte Konsultation oder Untersuchung.
11:30 UHR	Bewegung	Eine vereinbarte Einheit oder Aktivität in angemessenem Tempo.
13:00 UHR	Mittagessen und freie Zeit	Eine Mahlzeit, Ruhe und Zeit ohne Termine.
14:30 UHR	Besprechung und Planung	Einordnung der Befunde, ausgewählte fachliche Beratung oder praktische Arbeit.
17:00 UHR	Zeit zur Erholung	Ruhe oder eine geeignete erholsame Aktivität.
19:00 UHR	Abendessen und Abend	Ein ruhiger Tagesausklang und Vorbereitung auf morgen.

Nur zur Veranschaulichung. Medizinische Prioritäten, Vorgaben zum Nüchternbleiben, Verfügbarkeit von Fachleuten, Reisen und persönliche Bedürfnisse bestimmen den tatsächlichen Zeitplan.

Von der Ankunft bis zum praktikablen Plan.

Der folgende Ablauf veranschaulicht den Prozess; er ist weder ein garantierter Tagesplan noch eine Liste enthaltener Termine.

TAG 1	Ankommen	Ziele, Unterlagen, Unterkunft und Zeitplan durchgehen.
TAG 2	Untersuchen	Mit ausgewählten medizinischen, ernährungsbezogenen, bewegungsbezogenen oder funktionellen Untersuchungen beginnen.
TAG 3	Vertiefen	Relevante Konsultationen fortsetzen und konkrete Fragen klären.
TAG 4	Einordnen	Vorliegende Ergebnisse zusammenführen und Prioritäten klären.
TAG 5	Erproben	Den entstehenden Plan bei Mahlzeiten, Bewegung und täglichen Routinen ausprobieren.
TAG 6	Anpassen	Praktische Hürden, offene Fragen und empfohlene nächste Schritte besprechen.
TAG 7	Auf die Rückkehr vorbereiten	Den schriftlichen Plan, Zuständigkeiten für die Nachbetreuung und etwaige noch ausstehende Ergebnisse besprechen.

Bei einem zweiwöchigen Aufenthalt wird die zusätzliche Zeit für vereinbartes Ausprobieren, Besprechen und Anpassen genutzt. Der Ablauf bleibt individuell geplant.

Ihr eigener Raum. Die Menschen Ihrer Wahl.



Eine Unterkunft, die den Ablauf und Ihre Begleitpersonen berücksichtigt.

Ihre Unterkunft ist für Sie und die von Ihnen gewählten Begleitpersonen reserviert. Zimmer, Arbeitsbedürfnisse, Essenswünsche, Barrierefreiheit und die Gestaltung gemeinsamer Zeit werden vor der Anreise besprochen.

Partner oder Freunde, die selbst am Programm teilnehmen, erhalten eine separate Untersuchung und einen eigenen Plan. Private Konsultationen und Gesundheitsunterlagen bleiben getrennt, sofern Sie einer Weitergabe nicht zustimmen. Kinder können Sie ohne Aufpreis begleiten. Die Unterbringung der Familie wird im Voraus vereinbart; ein eigenes medizinisch begleitetes Programm oder eine Kinderbetreuung wird jeweils individuell bestätigt.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Privatsphäre und Diskretion prägen Ihren Aufenthalt. Ihr Angebot nennt Unterkunft und praktische Vereinbarungen.

Raum für eine Pause am Mittelmeer.



Eine private Villa bietet Zeit für Untersuchungen und das Erproben von Alltagsroutinen, fernab vertrauter Anforderungen.

Das Programm auf Mallorca verbindet ausgewählte Termine mit Zeit in privater Unterkunft, von einem Koch zubereiteten Mahlzeiten und passenden Routinen für Bewegung und Erholung.

Villa, Fachleute, Terminorte und ausgewählte externe Leistungen werden individuell bestätigt. Auch ein Aufenthalt auf einer Yacht kann erwogen werden, wenn er zum Programm passt.

Wählen Sie den Ort nach Ihren Bedürfnissen, Reiseumständen, Terminen und benötigten Leistungen.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Das Bild veranschaulicht die Umgebung auf Mallorca; es garantiert keine bestimmte Unterkunft.

Ein privater Aufenthalt in der Schweiz.

Ein koordiniertes Programm für mehr gesunde Lebensjahre, mit Zeit, die Befunde zu verstehen und den Alltag zu planen.



Zürich bietet eine private Unterkunft mit ausgewählten Konsultationen und Untersuchungen, die nach Ihren individuellen Prioritäten organisiert werden.

Ihr Angebot nennt die Unterkunft, Fachpersonen, Terminorte und externen Leistungen. Die Betreuung richtet sich nach Ihren Bedürfnissen und dem örtlichen Angebot.

Ihre bisherige Betreuung, Reisepräferenzen und Prioritäten helfen bei der Wahl des Ortes.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Unterkunft und medizinische Arrangements werden individuell festgelegt.

Ein privater Aufenthalt in London.

Persönliche Healthspan-Betreuung mit Privatsphäre und Diskretion.



Das Londoner Programm verbindet ausgewählte Untersuchungen, Beratungen und Erholungszeit rund um Ihre individuellen Prioritäten.

Ihr Angebot bestätigt Unterkunft, Fachpersonen, Terminorte und praktische Vereinbarungen.

Besprechen Sie Ihre Gesundheitsfragen, Reisepräferenzen und Termine vor der Buchung mit dem Aufnahmeteam.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Wissenschaftliche Illustration. Unterkunft und Termine werden individuell bestätigt.

Den Plan im Tagesablauf erproben.

Der Aufenthalt gibt den Empfehlungen einen praktischen Rahmen.



Von einem Koch zubereitete Mahlzeiten werden auf das vereinbarte Programm, Ihre Vorlieben und Ernährungsbedürfnisse abgestimmt. Ziel ist es, Möglichkeiten zu erkunden, die Sie verstehen und weiterführen können, statt eine allgemeine restriktive Diät vorzugeben.

Ausgewählte Bewegungs- und Erholungsaktivitäten richten sich nach Ihrer Vorgeschichte, aktuellen Belastbarkeit und dem vereinbarten Umfang. Neben Terminen bleibt auch Zeit für Ruhe.

Nutzen Sie den Aufenthalt, um zu besprechen, was auch nach der Rückkehr zu Ihren gewohnten Verpflichtungen funktioniert: eine Routine für Reisetage, Mahlzeiten zu Hause oder ein erreichbarer Platz für Bewegung in der Woche.

Mehr dazu auf der SENSES Website

Konkrete Einheiten, Häufigkeit und fachliche Betreuung werden im individuellen Angebot bestätigt.

Wissen, wer wofür zuständig ist.

Persönliche Betreuung mit Privatsphäre und Diskretion. Die Fachpersonen richten sich nach Ihrer Vorgeschichte, Ihren Prioritäten und dem vereinbarten Umfang.

Klare Zuständigkeiten

Ärztliche Prüfung

Klären Sie, wer die medizinischen Informationen und Ihre Eignung beurteilt.

Konsultationen und Befundbesprechung

Lassen Sie bestätigen, welche Fachleute beteiligt sind, was sie untersuchen und wer die Befunde erläutert.

Koordination und Nachbetreuung

Kennen Sie Ihre Ansprechperson für Termine und wissen Sie, wer spätere Ergebnisse, Überweisungen und vereinbarte Nachbesprechungen betreut.

Ihre Daten bleiben persönlich

Individuelle Unterlagen

Eine gemeinsame Unterkunft bedeutet nicht, dass medizinische Informationen geteilt werden.

Freigegebene Kommunikation

Vereinbaren Sie, wie Informationen an Ihre bisherigen Ärzte, Angehörigen oder Berater weitergegeben werden dürfen.

Angemessener Umgang

Besprechen Sie Ihre Kommunikationswünsche, externe Anbieter und den sicheren Weg zur Übermittlung von Unterlagen.

Ein Plan für Ihren gewohnten Alltag.

Ihr schriftlicher Plan für mehr gesunde Lebensjahre soll Ihnen die nächsten Entscheidungen erleichtern.

01

Prioritäten

Eine verständliche Darstellung der wichtigsten Befunde, ihrer Bedeutung und der Fragen, die zuerst angegangen werden sollten.

02

Alltägliche Umsetzung

Abgestimmte Routinen, die Zuhause, Arbeit, Reisen, Essensvorlieben und bestehende Verpflichtungen berücksichtigen.

03

Nächste Schritte

Empfohlene Überweisungen, offene Fragen und die Zuständigkeit für die Mitteilung später eintreffender Ergebnisse.

04

Überprüfung

Die zuständigen Fachleute, geeignete Zeitpunkte zur Überprüfung und eine etwaige separat vereinbarte Nachbetreuung.

Klären Sie, welche Unterstützung nach der Abreise enthalten ist und was eine separate Vereinbarung erfordert. Mit Ihrer Zustimmung kann der Plan mit Ihren bisherigen behandelnden Fachleuten abgestimmt werden.

Klare Kosten. Individueller Umfang.

Die aktuellen Kosten stehen auf der Aufnahmeseite. Aufenthalte von einer oder zwei Wochen sind möglich.

Ab 60'000

pro Woche - EUR / CHF / GBP

Eine teilnehmende Person mit einer privaten Unterkunft, die für Sie und Ihre Begleitpersonen reserviert ist.

30'000

pro Woche, zusätzlich - EUR / CHF / GBP

Jede weitere teilnehmende Person teilt die Unterkunft und erhält eine eigene Einschätzung, Untersuchung und Planung.

Ohne Aufpreis

für die Unterbringung begleitender Kinder

Die Unterbringung begleitender Kinder ist inbegriffen. Programme, zusätzliche Gesundheitsleistungen und Kinderbetreuung für Begleitpersonen werden vorab gesondert vereinbart.

Mallorca: EUR. Zürich: CHF. London: GBP. Zwei teilnehmende Personen: ab 90'000 pro Woche in der Landeswährung. Yachtaufenthalte auf Mallorca werden separat angeboten. Ihr schriftliches Angebot bestätigt Dauer, enthaltene Leistungen, Gesamtpreis und Zusatzkosten.

Verstehen, was enthalten ist.

Der vereinbarte Umfang verbindet das medizinische Programm mit der Unterstützung während des Aufenthalts. Betrachten Sie das Angebot als vollständige Beschreibung, nicht als Liste vermeintlich enthaltener Leistungen.

Kernprogramm und Unterkunft

Untersuchungen und Erläuterung

Ärztliches Erstgespräch, ausgewählte Untersuchungen und Konsultationen sowie Einordnung relevanter Befunde.

Umsetzung im Alltag

Abgestimmte Routinen und fachliche Begleitung rund um Schlaf, Ernährung, Bewegung und Erholung.

Unterstützung während des Aufenthalts

Eine private Unterkunft, feste Koordination, Unterstützung durch einen Privatkoch und ein schriftlicher Plan für mehr gesunde Lebensjahre.

Separat abklären

Externe medizinische Leistungen

Zusätzliche fachärztliche Behandlung, Diagnostik oder Medikamente über den bestätigten Umfang hinaus.

Besondere Arrangements

Yacht-Aufenthalte, besondere Reisen, Sicherheitsmaßnahmen oder zusätzliche Anforderungen an die Unterkunft.

Zusätzliche Zeit oder Leistungen

Verlängerungen, separate Leistungen für Begleitpersonen, Kinderbetreuung oder Nachbetreuung über die Vereinbarung hinaus.

Ausgewählte Untersuchungen, Anbieter, Häufigkeit der Termine, Unterkunft und Ausschlüsse werden vor der Aufnahme festgelegt. Besprechen Sie vorgeschlagene Ergänzungen, bevor sie organisiert werden.

Bereiten Sie einen möglichst nützlichen Aufenthalt vor.

Ein gezieltes Gespräch vor der Anreise hilft, die Zeit vor Ort auf Ihre tatsächlichen Prioritäten abzustimmen.

01

Formulieren Sie Ihre Fragen

Was soll das Programm für Sie klären? Teilen Sie die Anliegen, Ziele und Entscheidungen mit, die Ihnen wichtig sind.

02

Teilen Sie relevante Informationen

Übermitteln Sie aktuelle Medikamente, frühere Befunde, relevante Vorerkrankungen und Angaben zu Ihrer bestehenden Betreuung über den vereinbarten sicheren Weg.

03

Prüfen Sie das Angebot

Kontrollieren Sie Fachleute, Untersuchungen, Vorbereitungsvorgaben, Unterkunft, Termine und Kosten.

04

Planen Sie praktische Einzelheiten

Besprechen Sie Begleitpersonen, Ernährungsbedürfnisse, berufliche Verpflichtungen, Datenschutzwünsche und Reiseplanung.

Ändern Sie verordnete Medikamente nicht aufgrund dieses Leitfadens und befolgen Sie keine darin vermuteten Nüchternvorgaben. Halten Sie sich an die Anweisungen des zuständigen medizinischen Teams für Ihre ausgewählten Termine.

Einige hilfreiche Antworten.

Ist das ein festes Untersuchungspaket?

Nein. Die ausgewählten Leistungen richten sich nach Ihrer Vorgeschichte, Ihren Prioritäten, der ärztlichen Prüfung und dem in Ihrem Angebot bestätigten Umfang.

Kann ich jemanden mitbringen?

Ja. Die von Ihnen gewählten Begleitpersonen können in der Unterkunft wohnen. Jede Person, die am Programm teilnimmt, erhält eine eigene Besprechung, Untersuchung und einen eigenen Plan.

Sind an jedem Standort dieselben Untersuchungen möglich?

Gehen Sie nicht davon aus. Fachleute, Untersuchungen, Terminorte und Zeitplanung werden für Ihren gewählten Aufenthalt bestätigt.

Garantiert ein längerer Aufenthalt ein besseres Ergebnis?

Nein. Zwei Wochen bieten mehr Zeit zum vereinbarten Ausprobieren und Anpassen; keine Aufenthaltsdauer garantiert ein bestimmtes gesundheitliches Ergebnis.

Was geschieht nach der Abreise?

Ihr schriftlicher Plan hält nächste Schritte und Zuständigkeiten fest. Klären Sie, wie spätere Ergebnisse bearbeitet werden und welche Nachbetreuung enthalten oder separat vereinbart ist.

Auf der Website finden Sie ausführliche Programmseiten und die Bibliothek „Insights & Guides“. Besprechen Sie persönliche medizinische Entscheidungen mit der für Ihre Betreuung zuständigen Fachperson.

Unterschiedliche Bedürfnisse. Eine überlegte Entscheidung.

Mallorca, Zürich, London. Schweizer Wurzeln. Internationale Expertise. Persönliche Betreuung. Mit Privatsphäre und Diskretion.

SENSES

Privates Programm für mehr gesunde Lebensjahre

Private Healthspan-Betreuung für medizinisch stabile Erwachsene auf Mallorca, in Zürich und London: Untersuchung, Erholung und praktische Planung.

THE BALANCE

Private Behandlung mit Unterkunft

Individuelle Behandlung und Aktivitäten in einer Residenz für einen Klienten, mit eigenem Koch und persönlichem Manager. Mallorca, Zürich oder London.

COGNIFUL

Individuelle Behandlung mit Unterkunft

Mallorca: separate Residenz für bis zu vier Klienten mit privaten Suiten. Premier: gemeinsame ganzheitliche Einheiten und Aktivitäten. Premier Plus: alle Termine und Aktivitäten individuell, dazu drei Monate Nachsorge. Residenz und Haushaltsteam bleiben gemeinsam.

Der geeignete Weg richtet sich nach medizinischem Bedarf, Eignung, Privatsphäre und dem Umfeld, das die Betreuung unterstützt. Das Aufnahmeteam kann die Unterschiede erläutern; die Programme sind nicht einfach Preis- oder Leistungsstufen.

SENSES

Sprechen wir über Ihre Prioritäten.

Beginnen Sie ein privates, diskretes Gespräch. Nennen Sie bevorzugte Kontaktart und Zeit, Ihre Prioritäten und Ihren Wunschort.

Unser gemeinsames Aufnahmeteam erläutert die erste Prüfung, die verfügbaren Möglichkeiten und die Informationen, die für Ihr Angebot benötigt werden.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

VERTRAULICHES GESPRÄCH STARTEN



Mallorca. Zürich. London. Persönliche Betreuung mit Privatsphäre und Diskretion.