THE BALANCE

Leitfaden zur Aufnahme

Individuelle Behandlung mit Aufenthalt

Ein wohlüberlegter erster Schritt zu persönlicher Betreuung.

Executive und Signature · Privat und Semi-Privat

MALLORCA / ZÜRICH

Deutsch / Oktober 2026

Ein persönlicher Anfang.

Wer über eine Behandlung nachdenkt, hat oft ebenso viele Fragen wie Antworten. Vielleicht suchen Sie Hilfe für sich selbst, begleiten einen nahestehenden Menschen oder beraten jemanden.

Dieser Leitfaden erläutert die individuelle Behandlung mit Aufenthalt bei THE BALANCE: für wen sie geeignet sein kann, wie die Aufnahme abläuft und was Sie während und nach der Behandlung erwartet. Executive und Signature sind in den Wohnformen Privat und Semi-Privat verfügbar. Lesen Sie den Leitfaden vor einem Gespräch mit uns und greifen Sie darauf zurück, wenn Ihre Fragen konkreter werden.

ORIENTIERUNG

03 - 07	Die Betreuung verstehen
08 - 10	Von der Anfrage bis zur Ankunft
11 - 16	Behandlung, Programme, Alltag und Standorte
17 - 18	Weiterbetreuung und häufige Fragen
19	Mit dem Aufnahmeteam sprechen

Eine Anfrage ist zunächst ein Gespräch. Sie können Fragen stellen und die Empfehlung in Ruhe abwägen, bevor Sie sich entscheiden.

Was persönliche Betreuung ausmacht.

Die verantwortlichen Menschen, Ihre Wohnumgebung und die Koordination der Behandlung sind entscheidend. THE BALANCE bringt diese Elemente für Sie zusammen.

01

Ihr Programm. Ihr Aufenthalt.

Privat: eine Residenz für Sie. Semi-Privat: gemeinsame Residenz, Koch und persönlicher Manager. Alle Behandlungen und Aktivitäten sind individuell.

02

Privatsphäre über die vier Wände hinaus.

Auf Campo Gran auf Mallorca liegen die Residenzen auf einem 24 Hektar grossen Landgut. Zürich bietet eine andere Wohnumgebung.

03

Ein koordinierter Plan.

Relevante Fachpersonen arbeiten an gemeinsamen Prioritäten, mit klaren Zuständigkeiten und regelmässiger Überprüfung.

04

Gründergeführt. Klinisch geleitet.

Gründer Abdullah Boulad leitet die Organisation. Qualifizierte Fachpersonen verantworten Abklärung und Behandlung.

05

Abklärung zuerst.

Klinische Eignung, geeignete Umgebung, Team und vereinbarter Leistungsumfang werden vor der Aufnahme bestätigt.

06

Das Leben nach dem Aufenthalt.

Executive: drei Monate strukturierte Nachsorge. Signature: zwölf Monate Nachsorge und laufende Unterstützung.

Eignung, Residenz, Team und Zeitrahmen werden vor der Aufnahme individuell bestätigt.

Der ganze Mensch.
Das gesamte Bild.

Viele Menschen kommen mit mehreren miteinander verbundenen Belastungen, früheren Behandlungserfahrungen und Verpflichtungen, die Zeit und Privatsphäre schwer schützen lassen. Wir betrachten diese Aspekte gemeinsam.

Psychische Gesundheit	Depressionen, Ängste, Erkrankungen des bipolaren Spektrums, zwanghafte Muster und Aufmerksamkeitsprobleme.
Trauma und Stress	Posttraumatische und entwicklungsbedingte Muster, Burnout, chronischer Stress und Emotionsregulation.
Abhängigkeit	Alkohol, Drogen, verschreibungspflichtige Medikamente, Verhaltensabhängigkeiten und wiederholte Rückfälle.
Essstörungen	Essbezogene Beschwerden im Zusammenhang mit körperlicher Gesundheit, Ernährungsbedürfnissen und psychischen Faktoren.
Gleichzeitige Belastungen	Psychische Gesundheit, Substanzkonsum, Schlaf, körperliche Gesundheit und Beziehungen, die einen abgestimmten Ansatz benötigen.

Eine Diagnose ist ein Ausgangspunkt für das Verständnis. Sie entscheidet weder über die Aufnahme noch definiert sie den Menschen.

Der passende Rahmen kommt zuerst.

Vor der Aufnahme prüft das klinische Team Ihre Bedürfnisse, Sicherheit, medizinische und psychische Stabilität, Behandlungsgeschichte und die Unterstützung am vorgeschlagenen Standort.

WANN EIN AUFENTHALT HELFEN KANN

Ein Behandlungsaufenthalt kann sinnvoll sein, wenn mehrere Gesundheitsbereiche anhaltende Aufmerksamkeit erfordern, reguläre Termine nicht genügend Koordination bieten oder eine geschützte Auszeit vom Alltag einen klaren Zweck erfüllt.

Die Residenz muss den aktuellen Bedürfnissen der Person sicher gerecht werden können.

WANN EIN ANDERER RAHMEN NÖTIG IST

Manche Menschen benötigen zunächst Krankenhausversorgung, medizinische Stabilisierung oder eine andere spezialisierte Behandlung. Das klinische Team erläutert die empfohlene Versorgung und mögliche Aufnahmebedingungen.

Bei einem akuten medizinischen oder psychiatrischen Notfall suchen Sie sofort Hilfe vor Ort. Warten Sie nicht auf eine reguläre Aufnahme oder Reiseorganisation.

Mehr zur Eignung

INDIVIDUELLE BETREUUNG

Drei Dimensionen der Privatsphäre.

Vertraulichkeit.

Persönliche Informationen und Kommunikation werden im Rahmen der Einwilligung sowie beruflicher und gesetzlicher Pflichten behandelt.

Ihre Wohnform.

Privat bietet eine ausschließlich für Sie reservierte Residenz. Bei Semi-Privat werden nur Residenz, Koch und persönlicher Manager geteilt. Alle Behandlungen und Aktivitäten bleiben individuell.

Räumliche Abgeschiedenheit.

Auf Campo Gran auf Mallorca bietet das Landgut Raum rund um die Residenz. Diese Umgebung gilt für Mallorca, nicht für jeden Standort.

Ein Mensch. Ein koordinierter Plan.

Am Anfang steht ein gemeinsames Verständnis dessen, was geschieht und was helfen könnte. Wir nennen dies klinische Fallkonzeption. Sie verbindet Ihre Geschichte, aktuellen Anliegen, Gesundheit, Beziehungen und Ihren Alltag.

01

Verstehen

Klinische Beobachtungen und Ihre Erfahrungen zusammenführen.

02

Auswählen

Passende Fachrichtungen, Prioritäten und Tempo bestimmen.

03

Koordinieren

Verantwortlichkeiten klären, damit Fachpersonen gemeinsame Ziele verfolgen.

04

Überprüfen

Fortschritte mit Ihnen besprechen und den Plan an veränderte Bedürfnisse anpassen.

Das Team wird individuell zusammengestellt. Klinische Leitung, Psychotherapie, Psychiatrie, medizinische Betreuung und persönliche Betreuungskoordination haben klar definierte Aufgaben.

Vom ersten Kontakt zu einem klaren Plan.

Sie müssen nicht alles, was geschehen ist, vollständig schildern können. Beginnen Sie mit dem, was Sie jetzt beschäftigt. Wir erklären, welche Informationen als Nächstes nötig sind.

01

Ein vertrauliches Gespräch

Situation, Dringlichkeit, Ziele und den sichersten Weg unserer Rückmeldung besprechen.

02

Klinische Prüfung

Relevante Unterlagen, Medikamente, aktuelle Risiken und bestehende Betreuung helfen, die Eignung einzuschätzen.

03

Eine persönliche Empfehlung

Wir erläutern das vorgeschlagene Programm, die Wohnform, die Behandlungsrichtung, die voraussichtliche Dauer, die enthaltene Nachsorge und weitere erforderliche Schritte.

04

Gemeinsam vorbereiten

Residenz, Betreuung, Einwilligungen, Reise, Kommunikation und Ankunftsdetails bestätigen.

05

Ankunft und Abklärung

Kommen Sie im vereinbarten Umfeld an, während das Team den ersten Behandlungsplan entwickelt und überprüft.

Die Aufnahme erfolgt nach Prüfung der klinischen Eignung und Bestätigung der vereinbarten Rahmenbedingungen.

Mit etwas weniger Last ankommen.

Ihre Ansprechperson im Aufnahmeteam stellt eine passende Checkliste bereit. Teilen Sie mit, was zutrifft und verfügbar ist. Das Team hilft dabei, Fehlendes zu erkennen.

GESUNDHEIT UND KLINISCHE ANGABEN

Aktuelle Medikamente

Eine Liste der Medikamente, Verordnungen, Allergien und jüngsten Änderungen.

Relevante Unterlagen

Angeforderte Berichte und Angaben zu aktuell behandelnden Fachpersonen.

Aktuelle Bedürfnisse

Medizinische, ernährungsbezogene, Mobilitäts-, Schlaf- oder andere betreuungsrelevante Anliegen.

PRAKTISCHE VORBEREITUNG

Reise und Ankunft

Gültige Dokumente, vereinbarte Reisepläne und Ihre Kontaktperson bei Ankunft.

Persönliche Dinge

Bequeme Kleidung, abgestimmte Geräte und vertraute persönliche Gegenstände.

Wünsche und Kontakte

Ernährung, Kultur und Barrierefreiheit; bevollmächtigte Kontakte und Begleitpersonen.

Nutzen Sie für klinische Unterlagen den sicheren Übermittlungsweg des Aufnahmeteams. Bringen Sie Medikamente möglichst in der Originalverpackung mit und folgen Sie den ärztlichen Hinweisen zu Medikamenten und Reise.

Checkliste zur Vorbereitung ansehen

DIE ERSTEN TAGE

Zeit zum Ankommen. Raum zum Verstehen.

Die Ankunft richtet sich nach Ihren unmittelbaren Bedürfnissen. Ruhe, Orientierung und ein Gefühl von Vertrautheit gehören zur ersten Phase.

Bei der Ankunft

Ihre Ansprechperson kennenlernen, die Residenz beziehen und das Wesentliche klären.

Der erste Tag

Medikamente und Sicherheitsfragen prüfen, ausruhen und einen ersten Rhythmus finden.

Die folgenden Tage

Das Kernteam kennenlernen, die Abklärung fortsetzen und erste Behandlungsprioritäten besprechen.

Das Tempo folgt dem klinischen Bedarf und Ihrer Möglichkeit, sich auf die Behandlung einzulassen.

Behandlung, die das Wesentliche aufgreift.

Ihr Plan verbindet die für Sie relevanten Ansätze. Klinische, körperorientierte und ganzheitliche Sitzungen finden einzeln statt; Aktivitäten und Ausflüge folgen Ihrem persönlichen Programm. Das Team überprüft die Balance zwischen therapeutischer Arbeit, Stabilität und Erholung.

Psychologische und psychiatrische Betreuung

Einzeltherapie, psychiatrische Beurteilung und Abklärung unter Berücksichtigung Ihrer Geschichte, aktuellen Schwierigkeiten und Ziele.

Medizin und körperliche Gesundheit

Medikamente, Schlaf, Ernährung, körperliche Gesundheit und relevante Untersuchungen werden zusammen mit der psychologischen Betreuung betrachtet.

Trauma und Regulation

Traumasensible, körperorientierte und unterstützende Ansätze werden nach Sicherheit, Bereitschaft und Behandlungsplan ausgewählt.

Beziehungen und Alltag

Familienarbeit, praktische Grenzen und Vorbereitung auf zu Hause, soweit sie die Behandlungsziele unterstützen.

Spezialisierte Diagnostik oder Krankenhausleistungen werden bei Bedarf koordiniert. Sie wissen, welche Fachpersonen für die einzelnen Teile Ihrer Betreuung verantwortlich sind.

Ein Rhythmus, der auf Sie eingeht.

Ein beispielhafter Tag verbindet gezielte Behandlung mit Ernährung, Bewegung und Erholungszeit. Der tatsächliche Ablauf folgt Ihren Bedürfnissen und Ihrer Behandlungsphase.

Morgen

Frühstück, Orientierung und sanfte Bewegung, sofern passend.

Vormittag

Klinische Kernarbeit wie Therapie, Abklärung oder ärztliche Beurteilung.

Mittag

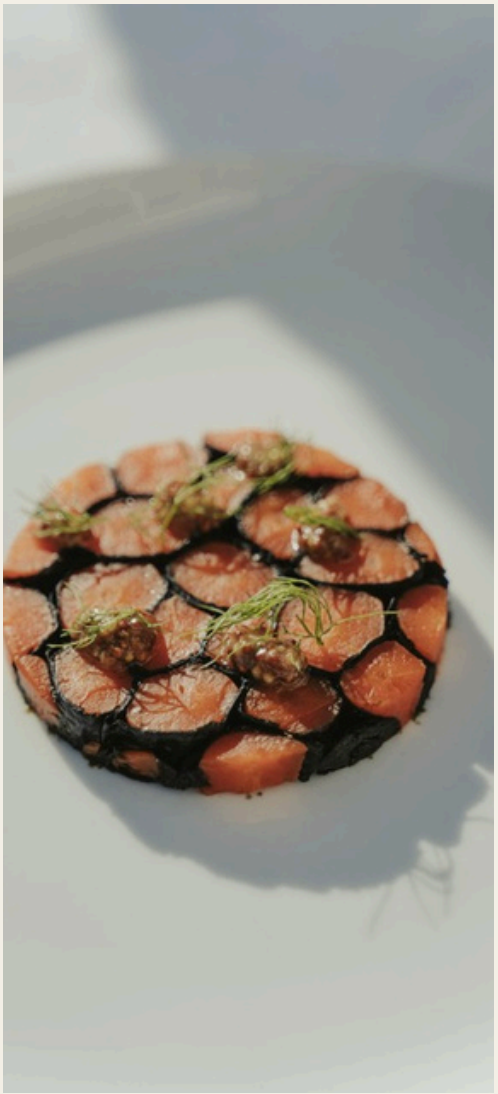
Mittagessen und eine Pause zum Ausruhen und Verarbeiten des Vormittags.

Nachmittag

Ausgewählte klinische, körperorientierte, familiäre oder begleitende Arbeit.

Abend

Abendessen, persönliche Zeit und ein ruhigerer Rhythmus zur Schlafvorbereitung.



Das Team überprüft den Tagesrhythmus im Verlauf der Behandlung. Ruhe, private Zeit und Änderungen im Ablauf werden neben den klinischen Prioritäten berücksichtigt.

EXECUTIVE / SIGNATURE

Ihr Programm. Ihr Aufenthalt.

Executive und Signature bieten vollständig individuelle Behandlung und Aktivitäten in den Wohnformen Privat oder Semi-Privat.

PROGRAMM	PRIVAT	SEMI-PRIVAT	NACHSORGE
Executive	90’000	60’000	3 Monate
Signature	120’000	90’000	12 Monate Nachsorge und laufende Unterstützung

Pro Person und Aufenthaltswoche. EUR für Mallorca; CHF für Zürich; GBP für London. Die enthaltene Nachsorge beginnt nach dem Aufenthalt und ist im Programmpreis enthalten. Der Wochenpreis gilt nur für die Wochen in der Residenz. London bietet ein privates Retreat für psychische Gesundheit mit individueller Psychotherapie, Beratung und Unterstützung des Wohlbefindens.

Privat

Eine für Sie reservierte Residenz mit eigenem Koch und persönlichem Manager.

Semi-Privat

Gemeinsame Residenz, Koch und persönlicher Manager. Alle Behandlungen und Aktivitäten sind individuell.

Was Signature zusätzlich bietet

Zusätzliche Einzeltherapie und Coachingzeit, erweiterte Familien- und Partnerarbeit, ausgewählte klinisch angezeigte externe Facharzttermine und Untersuchungen sowie ausgewählte private Bootsaktivitäten, Restaurantbesuche und VIP-Flughafenservice. Eine feste Ansprechperson koordiniert zwölf Monate Nachsorge und laufende Unterstützung.

MALLORCA / SPANIEN

Privatsphäre über die vier Wände hinaus.

24 Hektar / 240.000 m²

Auf Campo Gran auf Mallorca liegen unsere Residenzen auf einem abgeschiedenen Landgut. Der Unterschied liegt im Raum rund um Ihren Alltag: Zeit im Freien, eine ruhige Mahlzeit oder eine Pause zwischen Terminen. Die Umgebung ergänzt die koordinierte klinische Betreuung; sie ersetzt sie nicht.

Die Flächenangabe beschreibt Campo Gran als Ganzes. Residenz, privat nutzbare Bereiche und Zugang werden individuell bestätigt.

Mallorca entdecken

ZÜRICH / SCHWEIZ

Individuelle Betreuung. In der Schweiz vernetzt.

Zürich verbindet einen Aufenthalt in Privat oder Semi-Privat mit koordiniertem Zugang zu Fachpersonen, Diagnostik und medizinischen Leistungen in der Schweiz, wenn diese angezeigt sind. Der Standort wird nach klinischem Bedarf, praktischen Umständen und Verfügbarkeit empfohlen.

LONDON / retreat für psychische gesundheit

London bietet ein privates, therapeutisch begleitetes Retreat für psychische Gesundheit mit individueller Psychotherapie, Beratung, Unterstützung des Wohlbefindens und organisierter Unterkunft, abgestimmt auf die persönliche Eignung.

Zürich entdecken

Raum für Menschen, die Ihnen wichtig sind.

Familie und Vertraute

Mit Ihrer Einwilligung können ausgewählte Gespräche, Besuche oder die Vorbereitung auf die Rückkehr einbezogen werden.

Bisherige Fachpersonen

Ihre behandelnden Fachpersonen und bevollmächtigten Vertretungen können mit klaren Rollen und vereinbartem Informationsaustausch beitragen.

Arbeit und Kommunikation

Wichtige Verpflichtungen, Geräte und Kontakte werden individuell besprochen, damit sie Ihre Betreuung und Genesung unterstützen.

Behandlung für das Leben, in das Sie zurückkehren.

Die Rückkehrplanung beginnt während Ihres Aufenthalts. Ihre Beziehungen, bisherigen Behandelnden und Alltagsaufgaben fließen in eine praktische Übergabe und einen klaren Plan für die weitere Betreuung ein.

Executive

3 Monate strukturierte Nachsorge

Signature

12 Monate Nachsorge und laufende Unterstützung

In beiden Wohnformen

Signature: koordinierte Unterstützung für ein Jahr.

01 **Unterstützung in den ersten zwei Wochen**

Geplante Fernkontakte und praktische Koordination helfen Ihnen, Ihren Plan nach der Rückkehr zu Hause umzusetzen.

02 **Eine feste Ansprechperson**

Eine zuständige Person verbindet Ihr Behandlungsteam, Ihr gewähltes Umfeld und die weiterbehandelnden Fachpersonen während des enthaltenen Jahres.

03 **Vierteljährliche klinische Gespräche**

Gespräche in den Monaten 3, 6, 9 und 12 prüfen Fortschritte und aktualisieren Ihren Plan für die weitere Betreuung.

Die laufende Unterstützung umfasst geplante Kontakte, Austausch zwischen Sitzungen und die Koordination mit Ihrem Team vor Ort. Sämtliche enthaltene Signature-Nachsorge und Unterstützung, einschließlich der ersten zwei Wochen, liegen innerhalb derselben zwölf Monate nach Ihrem Aufenthalt.

Internationale Vereinbarungen berücksichtigen die örtlichen klinischen Anforderungen und die an Ihrem Wohnort verfügbaren Leistungen.

Bevor Sie sich entscheiden.

Teile ich die Residenz mit einer anderen behandelten Person?

Privat bietet eine für Sie reservierte Residenz mit eigenem Koch und persönlichem Manager. Bei Semi-Privat werden nur Residenz, Koch und persönlicher Manager geteilt. Alle Behandlungen und Aktivitäten bleiben individuell.

Brauche ich eine gesicherte Diagnose, um Kontakt aufzunehmen?

Nein. Beginnen Sie mit Ihren aktuellen Anliegen. Vorhandene Unterlagen können helfen. Die klinische Prüfung zeigt, welche weiteren Informationen oder Abklärungen benötigt werden.

Wie schnell ist eine Aufnahme möglich?

Das hängt von der klinischen Prüfung, Unterlagen, verfügbaren Residenzen und Teams sowie einer sicheren Reise ab. Das Aufnahmeteam erklärt die nächsten Schritte für Ihre Situation.

Wie wird die Behandlungsdauer festgelegt?

Eine Empfehlung beginnt häufig bei 4-8 Wochen. Die Dauer richtet sich nach dem klinischen Bedarf und wird im Behandlungsverlauf überprüft.

Kann ich Kontakt zu Familie oder Arbeit halten?

Kontakte, Besuche, Geräte und notwendige Arbeit werden mit Ihnen besprochen und auf Behandlung, Sicherheit, Privatsphäre und Ruhe abgestimmt.

Kann ich zwischen Mallorca und Zürich wählen?

Ihre Wünsche werden neben klinischen Bedürfnissen, Standortmöglichkeiten, Reise und Verfügbarkeit berücksichtigt. Das Team erklärt den empfohlenen Rahmen.

Beginnen wir mit einem Gespräch.

Wenn Sie eine Behandlung für sich selbst, einen nahestehenden Menschen oder eine Person erwägen, die Sie beraten, hilft unser Aufnahmeteam, den nächsten Schritt zu klären.

AUFNAHMETEAM ANRUFEN

+41 44 500 5111

thebalance.clinic

E-MAIL AN DAS AUFNAHMETEAM

admissions@thebalance.clinic

Ein Gespräch mit unserem Gründer.

Sie können ein vertrauliches Gespräch mit Abdullah Boulad über die Idee hinter THE BALANCE, unseren Ansatz und Ihre Erwartungen an die Organisation anfragen.

Klinische Abklärung und Behandlungsentscheidungen bleiben bei den verantwortlichen qualifizierten Fachpersonen.

Ein vertrauliches Gespräch anfragen

Sagen Sie uns im ersten Gespräch, für wen Sie Unterstützung suchen, was Sie aktuell beschäftigt und wie wir antworten sollen. Das Aufnahmeteam erklärt, wie Sie ausführliche Unterlagen sicher übermitteln können.

Deutsch / Oktober 2026

Dieser Leitfaden bietet einen allgemeinen Überblick. Die individuelle Betreuung folgt der klinischen Prüfung und dem bestätigten Plan. Fotos veranschaulichen Umgebung und Betreuung; Residenz und Team werden individuell bestätigt.

THE BALANCE

MALLORCA / ZÜRICH