

Fachklinik Norderheide



Hausinformation

Norderweg 1
25852 Bordelum

Telefon 04671/405-0 Fax 04671/405-100
norderheide@ak-familienhilfe.de

Träger der Einrichtung

Deutscher Arbeitskreis für Familienhilfe e.V.
Im Eck 3
79199 Kirchzarten

Telefon 07661/9321-0 Fax 07661/9321-27
www.ak-familienhilfe.de
info@ak-familienhilfe.de

Grußwort

Liebe Eltern, Jugendliche und Kinder,

wir heißen Sie herzlich willkommen in unserer Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide, in Nordfriesland. Wir und unser Team von Norderheide wünschen Ihnen einen angenehmen, erholsamen und erfolgreichen Aufenthalt.

Wir hoffen, dass Sie eine angenehme Anreise hatten, sich in Ihrem Appartement inzwischen eingerichtet haben und sich wohl fühlen.

Es wird ein paar Tage dauern, bis Sie sich eingelebt haben und Ihren Aufenthalt richtig genießen, sich entspannen und regenerieren können. Um Ihnen den Einstieg zu erleichtern, werden Ihnen nachfolgende Informationen nützlich sein.

Sie haben sich entschlossen, eine Eltern-Kind-Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme in Anspruch zu nehmen, aufgrund medizinischer Indikationen oder weil Sie erschöpft und erholungsbedürftig sind, oder weil Sie sich in einer schwierigen sozialen Situation befinden.

Wir verstehen uns als Einrichtung, in der Patient*innen nach verhaltensmedizinischen Richtlinien behandelt werden. Das heißt, unser breites, individuell ausgerichtetes Behandlungskonzept zielt einerseits darauf ab, Erkrankungen zu behandeln. Andererseits sollen Ihnen Wege aufgezeigt werden, wie Sie langfristig Ihre körperliche und seelische Gesundheit stabilisieren bzw. selbst verbessern können.

Hierzu bieten wir Ihnen medizinische Versorgung und psychosoziale Betreuung, physiotherapeutische Anwendungen, ein aktivierendes Gesundheits- und Sportprogramm, themenzentrierte Gruppengespräche und Einzelberatungsgespräche, eine qualifizierte und liebevolle Kinder- und Jugendlichen-Betreuung, sowie ein umfangreicheres Kreativ- und Freizeitangebot an.

Um Ihnen einen erfolgreichen Behandlungsverlauf zu ermöglichen, bedarf es Ihrer **aktiven** Mitarbeit. Es ist von großer Bedeutung, dass Sie über einige Dinge und Abläufe informiert sind und gemeinsam mit Ihren Kindern die Regeln unseres Hauses einhalten. Um Ihnen dies zu erleichtern, haben wir für Sie auf den nächsten Seiten die wichtigsten Informationen zusammengestellt.

Für Fragen stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung.

Birgit Jensen
Verwaltungsleitung

Hausinformation

Inhaltsverzeichnis	Seite
Grußwort	2
Allgemeines (Wissenswertes von A-Z)	5
Abreisetag	5
Alkoholregelung	5
Anregungen	5
Aufsichtspflicht	5
Babyphon	6
Beschwerden	6
Brandschutz	6
Datenschutz	6
Eigenanteil	7
Fahrradverleih	7
Fernseher	7
Gepäckaufgabe	7
Getränke	7
Handy	7
Hausführung	8
Hausinformation	8
Internet	8
Kiosk	8
Kleinkind-Konzept (Betreuung für Kinder unter 3 Jahren)	8
Organisation der Abreise	8
Parkplätze	8
Post und Postfach	9
Rauchen	9
Regeln	9
Reparaturen	10
Rezeptionen	10
Ruhezeiten	10
Sicherheit	10
Telefon	10
Terminabsagen	11
Terminplan	11
Tresor	11
Verleih und Verkauf	11
Übersicht zu Verleih und Verkauf (Auswahl)	12
Vorzeitige Beendigung der Kurmaßnahme	12
Waschmaschinen/Trockner	13
Wirtschaftlichkeitsprinzip	13
Zimmerreinigung	13
Zimmerschlüssel	13
Zimmertausch/Umzüge	13

Psycho-Soziale Abteilung	14
Kinder – und Jugendpädagogik	14
Kinderbetreuung Spielhaus (Krippe, Elementar mit Vorschule)	14
Elterngespräche	15
Kleidung/Schmusetier/Terminplan usw.	15
Öffnungszeiten Kinderbetreuung Spielhaus	15
Unser Kleinkind-Konzept (Kinder unter 3 Jahren):.....	15
Haus Junge Lüüd (Klinikschele)	16
Öffnungszeiten Haus Junge Lüüd	16
Öffnungszeiten „Badehuus“ (Klassen: Asterix, Obelix, Idefix)	16
Terminplan	16
Küche	17
Essenszeiten	17
Speisesäle	17
Medizinische Abteilung	18
Allgemeines	18
Kurzübersicht Medizinische Abteilung	18
Anfangsuntersuchung	19
Verhalten bei Magen-Darm-Infekt	19
Medizinischer Notfall	20
Terminplan	20
Therapieabteilung	20
Allgemeines	20
Stress vermeiden – Zeit bewusst nutzen	20
Terminplan	21
Termine	21
Hauswirtschaft	22
Allgemeines	22
Service-Center	22
Kurzübersicht Service-Center	22
Teeküchen	23
Zimmerreinigung	23
Haustechnik	24
Defekte/Schäden	24
Draisin-Räder	24
Heizung	24
Müllentsorgung	24
Wasser und Energie.....	25
Steckdosen	25
Freizeit und Abendangebote	25
Eltern-Kind-Angebote	25
Kreativangebote für Erwachsene	25
Fitnessraum	25
Wochenendfahrten	26
Anhang Geländeplan	27

Uns ist es wichtig, mit Ihnen gemeinsam den bestmöglichen Erfolg für Sie während der Maßnahme zu erreichen. Um diesem Ziel möglichst nahe zu kommen, sind einige Regeln für uns unerlässlich, die wir für Sie verbindlich in dieser Hausinformation zusammengestellt haben.

Allgemeines (Wissenswertes von A-Z)

Abreisetag

Bitte räumen Sie ihr Zimmer bis spätestens 09:00 Uhr. (Reguläre Abreisezeit ist am **Mittwoch ab 00:01 Uhr**). Aus organisatorischen Gründen findet am Abreisetag mittwochs für die Kinder der abreisenden Familien keine Kinderbetreuung mehr statt.

Kleine Checkliste zur Abreise:

- Nichts im Zimmer vergessen
- Ausgeliehene Dinge zurückgebracht (Wärmflasche, Buggy, ...)
- Offene Rechnungen bezahlt (Gast-Übernachtungen, Eigenanteil, Materialgeld ...)
- Schlüssel abgegeben
- eventuell Essen/Getränke für die Fahrt gepackt

Alkoholregelung

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass während Ihres Aufenthaltes in unserer Fachklinik Alkohol nicht gestattet ist. (s. hierzu auch Stichwort → **Regeln**)

Anregungen

Wir sind ständig bemüht, unsere Arbeit zu verbessern und Abläufe zu optimieren. Helfen Sie mit und bringen Sie ihre Anregungen ein. Sie erhalten eine Woche nach der Anreise einen Smiley-Fragebogen, den Sie bitte ausgefüllt – spätestens in 2 Tagen – an der Rezeption zurückgeben, damit wir noch während ihres Aufenthaltes auf Ihre Wünsche und Anregungen eingehen können. Bitte haben Sie aber Verständnis, dass nicht alle Anregungen in unserem Klinikalltag umgesetzt werden können. Vor Ihrer Abreise erhalten Sie nochmal Fragebögen zur Patientenzufriedenheit (diesmal in anonymisierter Form), die Sie bitte in die Feedbackbriefkästen bei den Rezeptionen einwerfen.

Aufsichtspflicht

Im Interesse der Sicherheit Ihrer Kinder weisen wir Sie darauf hin, dass Ihre **elterliche Aufsichtspflicht** während des Aufenthalts bei uns bestehen bleibt. Bitte lassen Sie Ihre Kinder nicht unbeaufsichtigt außerhalb der Betreuungszeiten durch unser Personal der Kinder- und Jugendpädagogik oder der Therapieabteilung; eine Haftung des Deutschen Arbeitskreises e. V. bei Unfällen ist ausgeschlossen. Sollten Dinge beschädigt werden, haften Sie bzw. Ihre Haftpflichtversicherung.

Leiten Sie ihre Kinder bitte zu einem verantwortungsvollen Umgang mit fremdem Eigentum an. Sie sind verantwortlich für Ihre Kinder, dies gilt insbesondere bei der Benutzung der Turnhalle, des Gymnastikraumes und der Spielplätze, die die Kinder nur in Begleitung der Eltern benutzen dürfen.

Bitte achten Sie darauf, dass Sie und Ihr/e Kind/er keine Abkürzungen über Schutzwälle nehmen. Benutzen Sie die Gehwege! (s. hierzu auch Stichwort → **Regeln**)

Babyphon

Jedes Appartement verfügt über eine Babyphon-Anlage. Falls Sie während des Mittagsschlafes Ihres Kindes eine Anwendung haben oder abends z.B. an einem unserer Kreativangebote teilnehmen, ist es möglich, dass Sie über die Babyphon-Anlage Ihr Kind im Zimmer von einer Mitarbeiterin an der Rezeption abhören lassen können. Das Abhören des Babyphons ist von Montag bis Freitag bis 22:30 Uhr möglich. Zusätzlich ist an der Rezeption Halligland für die Babyphone-Anmeldung über die Mittagspausezeit von 13:00 - 15:00 Uhr eine Anmeldung bis spätestens 11:30 Uhr erforderlich.

Bitte beachten Sie, dass in der therapiefreien Zeit am Wochenende (Samstag und Sonntag) in der Mittagspause kein Babyphon abgehört wird.

Das Babyphon wird nur auf Ihren ausdrücklichen Wunsch hin eingeschaltet. Dabei ist wichtig, die für Sie zuständige Rezeption anzurufen und mitzuteilen, wo Sie sich aufhalten. Sie werden informiert, wenn Ihr Kind weint und Sie gehen bitte zurück in Ihr Zimmer, schalten das Babyphon direkt aus und melden sich anschließend bei Ihrer Rezeption wieder zurück. Die Mitarbeiter*innen der Rezeptionen geben Ihnen bei Bedarf gerne Informationen zur Bedienung der Babyphone-Anlage.

Beschwerden

Falls Sie mit etwas unzufrieden sind oder Beschwerden haben, beklagen Sie sich bitte nicht bei Ihren Mit-Patient*innen. Die Mitarbeiter*innen der Fachklinik Norderheide sind offen für Ihre Anliegen und werden Sie nach Möglichkeit unterstützen. Bitte wenden Sie sich jeweils an die betreffenden Mitarbeiter*innen, so dass die Schwierigkeiten möglichst zeitnah besprochen werden können.

Brandschutz

In der Fachklinik gibt es eine Brandmeldeanlage, die sehr sensibel reagiert.

In allen Häusern herrscht striktes Rauchverbot sowie Verbot von Kerzen, Teelichtern oder Räucherstäbchen. Decken Sie keine Lampen mit Tüchern ab. Versperren Sie keine Fluchtwege.

Das Öffnen der Türen zu den Fluchttreppen, die außen an den Häusern angebracht sind, sowie der Aufenthalt darauf, ist untersagt!

Bei Feuer betätigen Sie bitte den Alarmknopf des Feuermelders, bringen Sie sich und Ihre Kinder in Sicherheit. Weisen Sie Ihre Kinder darauf hin, dass Brandmelder keine Spielzeuge sind!

Bei falsch ausgelöstem Feueralarm besteht eine Haftung für die entstandenen Kosten der anrückenden Feuerwehr. Beachten Sie die entsprechenden Hinweise auf den aushängenden Brandschutzordnungen bezüglich Fluchtwege, Sammelpunkt und Verhalten im Brandfall.

Datenschutz

In unseren Einrichtungen gelten strenge Regeln zum Schutz Ihrer Daten. Daher informieren wir Sie darüber, wie wir Ihre Daten verarbeiten und wie Sie Ihre Rechte wahrnehmen können, die Ihnen nach der Datenschutz-Grundverordnung zustehen. Die Informationen gelten selbstverständlich auch für die Daten Ihrer Kinder.

Die Patienteninformation zum Schutz Ihrer Daten können Sie jederzeit in der Medizinischen Abteilung oder an den Rezeptionen einsehen. Bei Bedarf können Sie auch ein Exemplar in ausgedruckter Form erhalten.

Auch auf der Homepage sind die Hinweise zum Datenschutz hinterlegt: <http://www.ak-familienhilfe.de/service/downloads/kontaktdaten/>

Eigenanteil

Zahlungen der Eigenanteile sowie ggfs. Zahlungen für Gast-Übernachtungen sind an den Rezeptionen Uphusum und Halligland in bar möglich.

Bitte beachten Sie, dass diese nur vormittags zu folgenden Zeiten erfolgen können:

Rezeption	Montag bis Freitag	von 8:15 bis 12:00 Uhr
-----------	--------------------	------------------------

Fahrradverleih

An der Rezeption im **Haus Halligland** können Sie Fahrräder ausleihen. Die Ausleihzeit ist auf einen Tag begrenzt. Die Verleihgebühr pro Fahrrad beträgt 4,00 € und 5,00 € Pfand. Sie erhalten bei Bezahlung die Fahrradschlüssel. Wenn Sie danach die Fahrräder wieder an ihren Platz im Fahrradschuppen gestellt und abgeschlossen haben, wird Ihnen mit Rückgabe der Fahrradschlüssel das Pfandgeld zurückerstattet. Die Fahrräder werden regelmäßig gewartet. Sollte dennoch etwas nicht in Ordnung sein, geben Sie uns Bescheid, so können wir uns umgehend um die Reparatur kümmern.

Denken Sie daran, dass Sie für einen sorgsamem Umgang mit den Fahrrädern verantwortlich sind. Sollten wir einen nicht ordnungsgemäßen Umgang feststellen, müssen Sie und Ihr/e Kind/er damit rechnen, dass wir Ihnen für die Dauer der Kurmaßnahme kein Fahrrad mehr ausleihen.

Ausleihzeiten der Fahrräder:	
täglich	von 8:30 – 13:00 und von 15:00 – 21:00 Uhr (Änderungen vorbehalten)

Fernseher

Fernseher befinden sich in allen Appartements. Empfangbar sind die öffentlich-rechtlichen Sender, sowie Kika. Zusätzliche Gebühren entstehen Ihnen keine.

Gepäckaufgabe

Damit wir die Koffer vor Ihrem Zimmer abholen können, teilen Sie uns an den Rezeptionen bitte rechtzeitig mit, wie viele Koffer Sie für die Heimreise aufgeben wollen (Postgepäck und Kurierdienst). Auch wenn Sie den Gepäcktransport schon von zu Hause geregelt haben, benötigen die Mitarbeiter*innen der Rezeptionen die Angaben auf jeden Fall bis spätestens 3 Tage vor Ihrer Abreise, um den Koffertransport zu organisieren.

Getränke

Im Speisesaal des Hauses Uphusum Süd sowie im Foyer des Hauses Halligland stehen Getränke-/Wasserautomaten für Sie bereit. Wasserflaschen können Sie an den Rezeptionen kaufen und nach Beendigung der Maßnahme mit nach Hause nehmen (es sind keine Pfandflaschen).

[Anm.: Der Getränkeautomat im Foyer des Hauses Halligland ist bis 22:30 Uhr durchgängig zugänglich].

Handy

Schalten Sie ihr Handy/Mobilfunktelefon während Ihrer Anwendungen und auch im Speisesaal zu den Mahlzeiten aus!

Ausnahmen bestehen bei zwingender Erreichbarkeit durch die Sonderbetreuungsgruppe (Strandstuv). Besprechen Sie dies bitte vorher.

Hausführung

Am Tag nach der Anreise laden wir Sie zu einer Informationsveranstaltung mit einer anschließenden Hausführung ein, bei der Ihnen die verschiedenen Abteilungen und Gemeinschaftsräume gezeigt werden. Den genauen Termin und Treffpunkt entnehmen Sie bitte Ihrem ersten Terminplan, den Sie über Ihr Postfach an der Rezeption erhalten.

Hausinformation

Die Hausinformationsmappe der Fachklinik Norderheide finden Sie auf der Homepage des Deutschen Arbeitskreises für Familienhilfe e.V. als PDF-Download unter www.ak-familienhilfe.de. Änderungen der Infomappe werden zeitnah eingepflegt. Aktuelle Änderungen, die sich vor Ort evtl. kurzfristig ergeben, behalten wir uns vor. Ein Exemplar der Hausinformation liegt an der Rezeption zur Ansicht aus. (s. hierzu auch Stichwort → **Regeln**)

Internet

Mit Ihrem eigenen Notebook/Smartphone können Sie unseren W-LAN-Hotspot nutzen. Sie benötigen dafür ein kostenpflichtiges Hot-Spot-Ticket, das Sie an den Rezeptionen zu den Bürozeiten von Montag bis Freitag von 8:15 – 16:45 Uhr kaufen können. W-LAN-Empfang besteht z.B. in der Galeria im Haus Uphusum Süd, im Foyer und in der Kaminstuv Haus Halligland und in der Sonnenstuv Haus Büttjebüll. Die Appartements verfügen nicht über W-LAN-Zugang.

Kiosk

Unser Kiosk befindet sich in der Galeria im Haus Uphusum Süd. Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte dem Aushang an den Rezeptionen. (s. hierzu auch Stichwort → **Übersicht Verleih und Verkauf**)

Kleinkind-Konzept (Betreuung für Kinder unter 3 Jahren)

Kinder unter 3 Jahren werden wöchentlich an fünf Therapie-Tagen in altersgerechten Gruppen in der Kinderbetreuung Spielhaus (Krippe, Elementar mit Vorschule) nach unserem Kleinkind-Konzept betreut. An zwei Nachmittagen pro Woche findet keine Betreuung statt. (s. hierzu auch Kapitel → **Kinder- und Jugendpädagogik** → **Kinderbetreuung Spielhaus...** → **Unser Kleinkind-Konzept...**)

Organisation der Abreise

Etwa eine Woche vor dem regulären Ende Ihrer Maßnahme benötigen wir Daten zu Ihrer Abreise, um beispielsweise die Gepäckaufgabe oder den Transfer zu den Bahnhöfen zu organisieren.

Bitte verlassen Sie die Zimmer am Abreisetag, mittwochs, bis 9:00 Uhr.

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass die reguläre Abreisezeit ihrer Mutter-/Vater-Kind-Maßnahme **am 22. Tag, Mittwoch, ab 00:01 Uhr** ist.

Parkplätze

Wir erheben eine Parkplatzgebühr von 25,-- € pro Kurmaßnahme. Die Gebühr ist bei Anreise an den Rezeptionen zu bezahlen. Sie erhalten dann eine Parkgenehmigung.

Die Parkgebühr für Besucher/Gäste beträgt 2,-- € pro Tag.

Das Parken auf nicht dafür ausgewiesenen Parkplätzen ist nicht gestattet.
Eine Haftung der Klinik durch Schäden Dritter ist ausgeschlossen.
Bitte fahren Sie auf dem gesamten Gelände der Klinik Schrittgeschwindigkeit!

Post und Postfach

Ihre frankierten Karten und Briefe können Sie an der Rezeption abgeben. Die Post wird an die Deutsche Post weitergegeben. Briefmarken sowie eine Postkarte (Ansicht der Fachklinik Norderheide) erhalten Sie an der Rezeption zu den vorgegebenen Öffnungszeiten.

(s. hierzu auch Stichworte → **Rezeptionen** und → **Übersicht Verleih und Verkauf**)

An der Rezeption haben Sie ein Postfach. Post, die hier im Haus für Sie eingeht, sowie Ihre Terminpläne erhalten Sie direkt über Ihr Postfach an der Rezeption. Die Terminpläne liegen in der Regel um 18:00 Uhr bereit. **Wichtig: Schauen Sie bitte täglich in Ihrem Postfach nach!**

Rauchen

Bitte nehmen Sie Rücksicht! Das Rauchen ist in sämtlichen Räumlichkeiten unserer Fachklinik, sowie auf dem Gelände untersagt. Rauchen Sie auch nicht auf/an den Spielplätzen oder bei den Häusern. Entsorgen Sie die „Kippen“ nicht auf dem Gelände.

Rauchen Sie NUR im Raucher-Pavillon bei der Busschleife.

Achtung! Kinder stehen unter besonderem Schutz. **Es ist nicht erlaubt, dass Kinder mit in den Raucher-Pavillon genommen werden.**

Regeln

Die Einhaltung der geltenden **Hygieneregeln** ist für eine sichere Durchführung unserer Maßnahme für Patient*innen und Mitarbeitende gleichermaßen bedeutend: Eine Verletzung der Regeln kann eine sofortige Beendigung der Maßnahme zur Folge haben.

Eine grobe Verletzung der **Hausordnung** (z.B. Rauchen im Appartement oder innerhalb der Fachklinik, Alkoholgenuss auf dem Appartement, alkoholisierte Zustand, Übernachten lassen von Besuchern ohne Erlaubnis, Verletzung der Infektionsschutzmaßnahmen) kann – auch ohne Vorwarnung - eine sofortige Beendigung der Kur zur Folge haben und wir behalten uns vor, eine **Verwaltungsgebühr** von 250,- € zu berechnen. In begründeten Verdachtsfällen darf eine Appartementvisitation ohne vorherige Anmeldung durchgeführt werden.

Die Klinik kann Personen abweisen, die wegen ungebührlichen Verhaltens der Klinik nicht zugemutet werden oder die keine ausreichende Kostendeckung nachweisen können.

Kinder unter sechs Jahren dürfen sich nicht allein in der Klinik bewegen. Unabhängig vom Alter liegt die **elterliche Aufsichtspflicht** bei Ihnen, wenn die Kinder sich nicht in der Betreuung der Kinderbetreuungskräfte oder des Therapiepersonals befinden.

Für den Besuch im Schwimmbad tragen Sie die Verantwortung für sich und Ihre Kinder. Kinder dürfen nur in Ihrer Begleitung das Schwimmbad, den Gymnastikraum, die Sauna benutzen. Sie haften für von Ihnen oder Ihren Kindern schuldhaft verursachte Schäden an Gegenständen und Gebäuden der Klinik, für die Sie nach einer gesetzlichen Bestimmung einzustehen haben.

Reparaturen

Sollten Reparaturen in Ihrem Appartement notwendig sein, informieren Sie die Mitarbeiter*innen an der Rezeption. Der Technische Dienst wird dann beauftragt, sich umgehend darum zu kümmern.

Rezeptionen

Unsere beiden Rezeptionen sind, – insbesondere an Therapietagen zu den Bürozeiten – eine zentrale Anlaufstelle für Fragen und Anliegen. Es gibt verschiedene Dinge zu kaufen oder zu leihen. Kartenzahlungen sind bei uns leider nicht möglich. (s. hierzu auch Stichwort → **Übersicht Verleih und Verkauf**). Bitte schauen Sie regelmäßig in Ihr Postfach, um täglich aktuell informiert zu sein.

Öffnungszeiten Rezeptionen						
Rezeption Haus Uphusum Süd (Telefon-Nr. 91):						
Mo – Fr	8:00	–	12:00	und	14:00	– 22:30 Uhr
Bürozeiten: Mo – Fr	8:00	–	12:00	und	14:00	– 17:00 Uhr
Sa, So, Feiertag	8:00	–	12:00	und	13:00	– 22:30 Uhr
Rezeption Haus Halligland (Telefon-Nr. 170):						
Mo – Fr	8:00	–	13:00	und	15:00	– 22:30 Uhr
Bürozeiten: Mo – Fr	8:00	–	13:00	und	15:00	– 17:00 Uhr
Sa, So, Feiertag	8:00	–	13:00	und	14:00	– 22:30 Uhr

Ruhezeiten

Damit sich alle bei uns wohl fühlen und ein angenehmes Miteinander erleben können, möchten wir Sie um **gegenseitige Rücksichtnahme** auf die Bedürfnisse der kleinen und großen Mit-Patient*innen bitten. Insbesondere während der Mittagsschlafzeit der jüngsten Kinder, sind Sie bitte im gesamten Haus leise und achten Sie bitte auch allgemein darauf, dass sich Ihr/e Kind/er nicht allein im Haus aufhalten oder herumtoben.

Ab 20:00 Uhr, sollte sich **auf dem gesamten Außengelände** und insbesondere auf den Wiesen und Wegen um die Häuser Ockholm, Langeneß, Oland, Gröde, Südfall und Japsand **ruhig verhalten** werden.

Ab 22:00 Uhr ist Nachtruhe, und in den Häusern muss sich ruhig verhalten werden.

Sicherheit

Aus Sicherheitsgründen werden die Haupteingangstüren der Häuser von den Hauswachen ab 22:30 Uhr abgeschlossen.

Wenn Sie danach das Haus verlassen möchten, dann können Sie mit Ihrem Zimmerschlüssel die Eingangstüren aufschließen. Bitte denken Sie daran, beim Verlassen oder nach dem Wiederkommen die Tür unbedingt wieder abzuschließen.

Telefon

Das Telefon auf Ihrem Appartement ist ein hausinterner Anschluss, mit dem Sie innerhalb der Fachklinik telefonieren können. Wenn Sie von außerhalb angerufen werden möchten, lautet die Telefonnummer: 04671/405-XXX [die Tel.-Nummer (XXX) ihres Appartements steht auf dem Apparat].

Abends wird die Telefonzentrale auf Nachtschaltung umgestellt. Ab 22:30 Uhr werden keine Gespräche mehr durchgeführt.

Die Hauswachen sind telefonisch erreichbar: Tel. NR. 91 (Rezeption Haus Uphusum Süd) und Tel. Nr. 170 (Rezeption Haus Halligland).

Terminabsagen

Sollten Sie oder Ihr/e Kind/er einen Termin nicht wahrnehmen können, dann sagen Sie diesen – mit Angabe der Gründe – möglichst frühzeitig ab, damit der Termin evtl. noch anderen Patient*innen zugutekommen kann.

Absagen können Sie an den Rezeptionen oder bei den Therapeut*innen direkt.

Terminabsagen durch Kinder und Jugendliche nehmen wir nicht entgegen.

Terminplan

Ihren persönlichen Terminplan erhalten Sie in Ihr Postfach. Die Terminpläne liegen in der Regel um 18:00 Uhr bereit.

Eventuelle Korrekturen der Therapien können in Absprache mit dem Medizinischen Bereich vorgenommen werden.

Wichtig: Bitte schauen Sie regelmäßig, d.h. **mindestens einmal täglich in Ihr Postfach**, ob evtl. ein aktuell geänderter Terminplan vorhanden ist (z.B., wenn Sie etwas haben ändern lassen oder, wenn die Therapeut*innen selbst etwas umplanen mussten).

Bitte achten Sie darauf, dass Sie Ihren aktuellen Terminplan immer zu den Anwendungen mitnehmen, damit Sie wissen, wo Ihre Therapie stattfindet, da die Räumlichkeiten manchmal wechseln. (Ihren aktuell gültigen Terminplan erkennen Sie anhand der Blatt-Nummern-Folge, rechts oben auf Ihrem Terminplan).

Tresor

Größere Bargeldbeträge oder Wertsachen können Sie bei uns kostenlos und sicher im Tresor an der Rezeption Haus Uphusum Süd einschließen lassen.

Beachten Sie, dass Sie sich Ihre Wertsachen nur zu folgenden Büro-Zeiten aushändigen lassen können:

Rezeption Uphusum Süd	Montag bis Freitag	8:15 – 12:00 und 14:00 – 16:45 Uhr
-----------------------	--------------------	------------------------------------

Verleih und Verkauf

Sie können verschiedene Gegenstände des täglichen Gebrauchs bei uns ausleihen oder käuflich erwerben (wie z.B. Waschmittel, Körperpflege- und Hygieneartikel, Windeln usw.).

Kartenzahlungen sind nicht möglich.

Die ausführlichen Angebote, Verleih-Zeiten und Preise befinden sich bei den unten genannten Abteilungen, sowie auf Aushängen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Mitarbeiter*innen.

Wir bitten Sie, die von der Klinik geliehenen Gegenstände vor Ihrer Abreise in ordnungsgemäßem Zustand zurückzugeben, damit wir Ihnen die evtl. gezahlte Pfandgebühr zurückerstatten können.

Übersicht zu Verleih und Verkauf (Auswahl)			
Rezeptionen	Verleih	Buggys	10,00 € Pfand + 5,00 € Gebühr/pro Maßnahme (0:50 €/Tag)
		Kinderautositz	10,00 € Pfand
		DVD-Brüllfalle/Medienfilm	je 10,--€ Pfand
		Fahrstuhlschlüssel	10,00 € Pfand
		Fahrrad	5,00 € Pfand + 4,00 Gebühr pro Rad/Tag
	Verkauf	Wasserflaschen	3,50 €
		Kaffee-to-go-Becher	3,00 €
		Waschpods	0,25 € Stk.
		Waschmarken	5,00 € pro Waschgang
		Postkarten / Briefmarken	} Preise auf Nachfrage
		Fieberthermometer	
		Peak-Flow-Meter	
	Gebühren	Eigenanteil	10,00 €/Tag, 220,00 € insgesamt
		*Übernachtung Partner im Appartement	60,00 €/Tag inkl. Verpflegung <i>*nur mit vorheriger Anmeldung möglich!</i>
Kinder- u. Jugendpädagogik	Gebühr	Materialgeld	5,00 €
	Verleih	Bücher, Spiele u.v.m.	Preise, Zeiten →siehe Aushang
Kiosk	Verkauf	auch Hygieneartikel (z.B. Windeln, Seife, Duschgel, ...) u.v.m.	Angebot, Preise, Zeiten → siehe Aushang ebd.
Kreativbereich	Verkauf	Bastelmaterial	Kosten je nach Verbrauch
Hauswirtschaft	Verleih/Gebühr	z.B. Bademäntel, Badehandtücher, ...	→ siehe unter Service-Center
Therapie-Abteilung	Verleih	z.B. Igel-, Pezziball, Hantel, ...	Auskünfte zum Angebot → bei den Mitarbeiter*innen ebd.

Änderungen vorbehalten!

Vorzeitige Beendigung der Kurmaßnahme

Die vollstationäre Mutter-/Vater-Kind-Maßnahme erfolgt für 22 Tage. Das reguläre Maßnahmenende ist am **Mittwoch ab 00:01 Uhr**.

Eine vorzeitige Beendigung der Kur ist nur mit ärztlichem Einverständnis möglich (medizinische Indikation), ansonsten behalten wir uns vor, eine **Verwaltungsgebühr von 250,-- €** zu berechnen.

Falls Sie ausdrücklich eine Entlassung oder Beurlaubung ohne ärztliche Zustimmung wünschen oder die Klinik eigenmächtig verlassen, so haftet die Klinik nicht für die entstehenden Folgen.

Die Klinik informiert den Kostenträger hierüber. Gleiches gilt für Zuwiderhandlungen gegen das Therapieziel, wie z.B. die Nichtbefolgung ärztlicher Anweisungen.

Auch eine Abreise am Nachmittag oder Abend vor dem regulären Maßnahmenende ist nicht möglich.

Denken Sie daran, dass eine Bestätigung der Aufenthaltsdauer auch dem Arbeitsgeber vorgelegt werden muss und Sie am Tag nach der Abreise wieder Ihrem Arbeitgeber zur Verfügung stehen müssen.

Waschmaschinen/Trockner

Zum Waschen Ihrer Wäsche stehen Ihnen Waschmaschinen und Trockner zur Verfügung. Tragen Sie sich in die ausgelegten Listen ein und halten Sie sich bitte genau an die Waschzeiten. Waschen und Trocknen Sie nicht in den Ruhezeiten!

Waschmittel können Sie an der Rezeption kaufen oder selbst mitbringen. Weichspüler benötigen Sie nicht generell, da das Wasser bei uns einen sehr geringen Härtegrad hat.

Ein Waschgang kostet 5,-- €. An den Rezeptionen erhalten Sie Wertmarken dafür. Die Benutzung des Wäschetrockners ist kostenfrei.

Bitte beachten Sie, dass die Fachklinik für Ihre Wäsche keine Haftung übernimmt.

Wirtschaftlichkeitsprinzip

Im System der gesetzlichen Krankenversicherung gilt gemäß § 12 I SGB V das Wirtschaftlichkeitsprinzip. Danach müssen die Leistungen der GKV ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich sein.

Das Maß des Notwendigen darf nicht überschritten werden. Das Notwendige wird also durch das Wirtschaftlichkeitsprinzip eingeschränkt.

Nicht notwendige – oder unwirtschaftliche – Leistungen dürfen Versicherte nicht beanspruchen, Leistungserbringer nicht bewirken und Krankenkassen nicht bewilligen.

Zimmerreinigung

Die Apartments werden wöchentlich regelmäßig in der Zeit von 8:00 bis 11:00 gereinigt.

Geschirr und Gläser werden von unserem Reinigungspersonal jedoch nicht ab gespült. Bettwäsche zum Tauschen steht in ausreichendem Maße zur Verfügung.

Die Handtücher werden zur Reduzierung von Umweltbelastungen nur dann gewechselt, wenn sie am Reinigungstag in der Duschwanne liegen. Zu den Reinigungstagen erhalten Sie von unserer Hauswirtschaft einen Informationszettel.

Ihren Müll entsorgen Sie bitte selbst: die Müllcontainer finden Sie auf dem Gelände hinter den Palisadenzäunen bei den Häusern

(weitere Informationen → s. Kapitel, Abteilungen Hauswirtschaft und Haustechnik).

Zimmerschlüssel

Sie erhalten bei Ihrer Anreise den Apartmentschlüssel, den Sie am Abreisetag bitte wieder an der Rezeption abgeben. Sollten Sie während Ihres Aufenthalts in der Eltern-Kind-Fachklinik die Ihnen ausgehändigten Schlüssel schuldhaft verlieren, stellt Ihnen die Klinik die für die Wiederbeschaffung und/oder Auswechslung von Schlössern und Schlüsseln entstehenden Kosten in Rechnung.

Zimmertausch/Umzüge

Wir versuchen jeder Patientin ein abhängig von der Personenanzahl, vom Alter der Kinder und insbesondere von der Indikation passgenaues Apartment zu zuteilen.

Umzüge während der Maßnahme sind nicht vorgesehen.

Sollte es im Ausnahmefall eine Möglichkeit geben, in ein anderes Apartment zu ziehen, werden wir diesen Wunsch prüfen, müssen aber Ihnen bei Durchführung des Umzugs den **Arbeitsaufwand** für Hauswirtschaft und Verwaltung mit **70,-- €** berechnen.

Bezugstherapeut*innen

Zu Beginn der Maßnahme findet ein Aufnahmegespräch mit ihrer Bezugstherapeut*in statt, die Sie während Ihres Aufenthaltes in unserer Fachklinik begleitet.

In diesem Gespräch werden Ihre Ziele und Erwartungen, wie auch Ihr Bedarf an weiterführenden Gesprächen besprochen.

Dazu gehören bei Bedarf Einzelgespräche, in denen persönliche Probleme und Konfliktsituationen besprochen und erste Lösungsmöglichkeiten gefunden werden können.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, an Gruppengesprächen teilzunehmen.

Kinder – und Jugendpädagogik

Allgemeines

Die Kinder und Jugendlichen werden ab dem Tag nach der Anreise bei uns in den Häusern Spielhaus, Badehaus, Haus Südfall, Haus Habel (Strandstuv) und Haus Junge Lüüd (Klinikschule) betreut. Hierfür möchten wir Ihnen ein paar Basisinformationen geben, um Ihnen einen optimalen Start in die Maßnahme zu ermöglichen.

Die ersten paar Tage sehen wir als eine Eingewöhnungsphase und die Möglichkeit, sich besser kennenzulernen. Um Ihr Kind bestmöglich fördern und betreuen zu können, möchten wir Sie daher um Ihre Mithilfe und einen offenen Umgang bitten.

Bitte beachten Sie, dass die Eltern-Kind-Fachklinik keine Haftung übernimmt:

- Bei Beschädigung von Gegenständen und Kleidung durch Dritte.
- Für Gegenstände und Kleidung, die während der Aktivitäten der Kinder und Jugendlichen verloren oder kaputt gehen.

Kinderbetreuung Spielhaus (Krippe, Elementar mit Vorschule)

Wir bieten Ihnen an, am ersten Tag, dem sogenannten Schnuppertag, Ihr Kind zeitweise in die Gruppe zu begleiten.

Seien Sie nicht verunsichert, wenn Ihr Kind auch nach drei bis vier Tagen noch weinen sollte. Dieses ist auch im regulären Kinderbetriebsbetrieb ein normales Verhalten.



Spielhaus

Bedenken Sie, es beginnt eine neue Eingewöhnungsphase – alles ist neu, alles ist fremd. Kinder brauchen Zeit.

Sollten Sie Unsicherheiten haben, sich mit der Situation unwohl bzw. überfordert fühlen, oder, wenn Sie Fragen haben sollten, nehmen Sie bitte mit unseren Mitarbeiter*innen telefonisch oder schriftlich Kontakt auf.

Elterngespräche

Am ersten Tag nach Ihrer Anreise erhalten Sie einen Termin für das Aufnahme-Gespräch im Spielhaus zugeteilt, das circa 10 Minuten dauert. Anschließend darf Ihr Kind gleich in der Gruppe bleiben.

Kleidung/Schmusetier/Terminplan usw.

Bringen Sie bitte am ersten Tag wettergerechte Kleidung, Stoppersocken oder Hausschuhe, mindestens einmal komplett Wechselwäsche und, wenn nötig, Windeln mit.

Diese Sachen müssen Sie in einem Rucksack bzw. Beutel mitgeben. Wir gehen, so oft wie möglich, nach draußen.

Bitte beschriften Sie die Kleider und Schuhe Ihres Kindes und alles, was sonst noch mitgegeben wird. Dazu gehört eventuell der Schnuller, die Trinkflasche oder das Schmusetier.

Hat Ihr Kind den Status „Vorsorge“, erhalten Sie auch einen Terminplan für Ihr Kind. Bitte bringen Sie diesen mit in die Gruppe. Ihr Kind wird von uns zur Therapie begleitet.

Ausnahmen: Eltern-Kind-Wannenbäder und gemeinsame Anwendungen mit einem Elternteil.

Öffnungszeiten Kinderbetreuung Spielhaus			
(Krippe, Elementar mit Vorschule)			
	Montag bis Freitag	von	8:00 bis 12:00 Uhr
			13:00 bis 16:00 Uhr
	Anwendungsgruppe (Betreuung nur bei Therapie-Terminen der Mutter/des Vaters)		16:00 bis 17:00 Uhr

Bei Anwendungsterminen um 8:00 Uhr besteht die Möglichkeit, Ihr/e Kind/er bereits um 7:45 Uhr in der Gruppe abzugeben.

Ebenso bei Anwendungsterminen um 13:00 Uhr können Sie Ihr/e Kind/er um 12:45 Uhr in der entsprechenden Gruppe abgeben.

Unser Kleinkind-Konzept (Kinder unter 3 Jahren):

Kleinkinder unter 3 Jahren werden an fünf Tagen pro Woche vormittags und an drei Tagen nachmittags in altersgerechten Gruppen während der oben genannten Öffnungszeiten betreut.

An jeweils zwei Nachmittagen in der Woche findet keine Betreuung statt.

Sie haben dadurch die Möglichkeit, Zeit mit ihrem Kind oder Ihren Kindern zu verbringen, die Sie auf jeden Fall wahrnehmen sollten: Wann sonst können Sie sich ganz bewusst aufeinander einlassen, ohne etwas erledigen zu müssen oder etwas anderes im Hinterkopf zu haben?

Familienzeit (oder auch Qualitätszeit) mit Ihrem Kind bedeutet, sich ganz bewusst mit einem Kind zu beschäftigen und etwas zu machen, was das Kind sich wünscht.

Haus Junge Lüüd (Klinikschule)

Für die Aufnahme im Haus Junge Lüüd bekommen Sie einen Termin zugeteilt.

Aus Gründen der Hygiene bitten wir Sie, Ihrem Kind/Ihren Kindern in unserem Haus Hausschuhe, Socken o.ä. mitzugeben.



Haus Junge Lüüd (Klinikschule)

Bitte beachten Sie, dass die Betreuung **Haus Junge Lüüd von 12:00 bis 13:00 Uhr geschlossen** ist. Sollten Sie um 13:00 Uhr einen Termin haben, können Sie Ihr/e Kind/er ab 12:50 Uhr abgeben.

Öffnungszeiten Haus Junge Lüüd		
Montag bis Freitag	von	8:00 bis 12:00 Uhr
		13:00 bis 16:45 Uhr
Öffnungszeiten „Badehuus“ (Klassen: Asterix, Obelix, Idefix)		
Montag bis Freitag	von	8:00 bis 11:30/12.00 Uhr je nach Essenszeit

Abholen können Sie Ihr/e Kind/er jederzeit!

Terminplan

Kinder mit Vorsorgestatus sollten morgens ihren Terminplan bei einem Mitarbeiter/ einer Mitarbeiterin abgeben, damit diese Ihr Kind rechtzeitig zu den Therapien schicken können.

Wichtig: Bitte schauen Sie regelmäßig, d.h. **mindestens einmal täglich in Ihr Postfach**, ob evtl. ein aktuell geänderter Terminplan vorhanden ist.



„Badehuus“ (Badehaus)
Schulklassen: Asterix, Obelix, Idefix

Küche

<i>Essenszeiten</i>					
Frühstück	täglich		7:00	bis	9:00 Uhr
Mittagessen	Montag – Freitag (terminiert)	1. Zeit:	11:30	bis	12:00 Uhr
		2. Zeit:	12:30	bis	13:00 Uhr
	Samstag, Sonntag, Feiertag		11:30	bis	13:00 Uhr
Abendbrot	täglich		17:00	bis	19:00 Uhr

Um einen reibungslosen Ablauf im Speisesaal sicherzustellen, bitten wir Sie, mittags innerhalb der für Sie terminierten Zeit zu essen und allgemein die Essenszeiten einzuhalten.

- Holen Sie bitte nur so viel auf den Teller, wie Sie auch essen.
Vermeiden Sie Lebensmittel-Verschwendung!
- Sie können jederzeit nachholen.
- Vor allem Kinder laden sich oftmals zu viel auf den Teller.
Sprechen Sie mit Ihrem Kind/Ihren Kindern über einen sorgsamen Umgang mit Lebensmitteln.

Getränke-/Wasserautomaten stehen in den Speisesälen zu Ihrer Verfügung. Wasserflaschen und Kaffee-to-go-Becher bekommen Sie an der Rezeption.

Speisesäle

Damit wir alle unsere Mahlzeiten mit möglichst viel Ruhe und Genuss erleben können, bitten wir Sie folgendes zu beachten:

- Während Ihres Aufenthaltes in den Speisesälen **bitte Handys ausschalten**, damit Sie und auch andere Patient*innen ungestört die Mahlzeiten einnehmen können.
- Kinder und Jugendliche dürfen nur in Begleitung der Eltern in den Speisesaal.
- Ihre Kinder sollten bei Ihnen am Tisch bleiben, solange Sie essen, um unnötige Unruhe zu vermeiden. Bitte **vermeiden Sie das Herumrennen der Kinder im Speisesaalbereich!**
- Bitte **unterhalten Sie sich in angemessener Lautstärke!**
Nehmen Sie **Rücksicht** aufeinander!
- Nehmen Sie kein Geschirr (und kein Essen) aus den Speisesälen mit auf Ihre Zimmer. In den Teeküchen ist Geschirr für Sie bereitgestellt.

Während der Maßnahme beantworten Ihnen die Diätassistentinnen, die Mitarbeiter*innen des Service-Personals oder der Küche jederzeit gerne aufkommende Fragen.

Medizinische Abteilung

Allgemeines

Im ersten Stock des Hauses Uphusum Süd befindet sich für alle Patient*innen unsere zentrale Ambulanz. Sie haben bei uns eine **Anfangs-, Zwischen- und Abschluss-Untersuchung**.

Für alle Anwendungen ist eine Verordnung aus dem medizinischen Bereich erforderlich.

Wir bitten, die Termine für Ihre Untersuchungen, Anwendungen und Gespräche wahrzunehmen und einzuhalten, damit Ihr Aufenthalt auch zu einem guten Gelingen führt. Bei Absagen aus persönlichen Gründen verfällt der Termin.

Sollten Sie wegen Erkrankungen Ihres Kindes/ Ihrer Kinder die eigene Anwendung nicht in Anspruch nehmen können, oder Sie selbst erkranken und Ruhe/ Entlastung benötigen, setzen sie sich auch mit der Medizinischen Abteilung telefonisch in Verbindung. Sofern möglich, werden wir uns rechtzeitig um die Organisation der Betreuung Ihres Kindes/ Ihrer Kinder kümmern.

Eine Mitarbeiterin ist immer (auch in der Nacht) über die Telefonnummer 91 (für Patient*innen der Rezeption Haus Uphusum Süd) und Telefonnummer 170 (für Patient*innen der Rezeption Haus Halligland) erreichbar, die bei medizinischen Belangen eine Krankenschwester informiert und bei Bedarf hinzuzieht. Notfalls wird der diensthabende Arzt/Ärztin herbeigerufen.

Sollten bei Ihnen akut körperliche Beschwerden jeglicher Art auftreten, suchen Sie bitte nicht direkt den Arztbereich auf, sondern rufen Sie uns zuerst über die Rezeption Uphusum, Telef.-Nr. 91, an.

Kurzübersicht Medizinische Abteilung			
Ärztliche Sprechstunden:	Mo — Fr	08:00 – 19:00 Uhr*	*18:30 Uhr letzter Aufnahmetermi bei akuten Erkrankungen
Rufbereitschaft Ärzte:	Sa, So, Feiertage		
Ambulanz/Krankenschwestern Nachtbereitschaft	TÄGLICH	8:00 – 19:00 Uhr 19:00 – 08:00 Uhr	
Leihen:	Wärmflasche		
	Kühlelement		
	Rotlicht-Lampe		
	Pariboy		
Kaufen: (an der Rezeption)	Fieberthermometer	} Preise auf Nachfrage	
	Peak-Flow-Meter		
	Akupunktur- Berechtigung		
			→ nur nach medizinischer Verordnung

Änderungen vorbehalten!

Anfangsuntersuchung

Für die Anfangsuntersuchung bitten wir die **ausgefüllten Fragebögen** für Sie und Ihrem Kind/ Ihren Kindern mitzubringen.

Die Anfangsuntersuchungen erfolgen ab dem Anreisetag. Diese Termine sind bereits für Sie festgelegt und auf Ihrem Terminplan eingetragen. Ihr/e Kind/er müssen mit zur Aufnahmeuntersuchung, wenn sie selbst Patienten (d.h. mit Status „Vorsorge“) sind, beim Status „Begleitkind“ können Sie auch ohne Ihr/e Kind/er kommen.

Im Rahmen der Aufnahme werden die erforderlichen Angaben zu Ihrer gesundheitlichen Situation erhoben, eine erste körperliche Untersuchung durchgeführt und gemeinsam mit Ihnen der Therapieplan für die Vorsorge-/ Rehabilitationsmaßnahme erstellt.

Häufig gibt es mehrere Gründe, warum Sie eine Vorsorge-/ Rehabilitationsmaßnahme beantragt haben, und warum diese Ihnen von Ihrer Krankenkasse bewilligt wurde.

Nach unserer Erfahrung ist es daher sehr wichtig, im Aufnahmegespräch gemeinsam zu klären, was Ihr wichtigstes Anliegen und damit Ihr **Vorsorge-/ Rehabilitationsziel** ist, und wie Sie für sich in dem Zeitraum von drei Wochen ein nachhaltig positives Ergebnis erzielen können.

Es ist für Sie wenig hilfreich, wenn wir hier gleichzeitig mehrere gesundheitliche Probleme angehen wollen. Sie werden in der Kürze der Zeit nicht spürbar profitieren können und eher in einen Therapie-Stress geraten.

Verhalten bei Magen-Darm-Infekt

Bitte melden Sie sich bei Übelkeit, Erbrechen und Durchfall **umgehend** bei der diensthabenden Krankenschwester/Arzt!

Wir verweisen hiermit ausdrücklich auf die für Sie verbindlich geltenden **Verhaltens- und Hygieneregeln**, auf die entsprechenden Aushänge oder auf die Ihnen ausgehändigten Informationen.

Wichtig: Die **Verhaltensregeln/ Maßnahmen** gelten auch für die Gäste des Hauses.

Die Ursachen von Erbrechen und Durchfall können bakterieller und viraler Natur sein.

Um eine Übertragung der Erkrankung auf dem Klinikgelände und in den Häusern zu vermeiden, müssen **gleich zu Beginn spezielle Maßnahmen** ergriffen werden.

Dazu gehören:

- **Vorstellung im Arztbereich**
- Häufiges Händewaschen und Händedesinfektion (Sterillium erhalten Sie im Arztbereich)
- Waschen Ihrer Wäsche mit Desinfektionswaschmittel (erhältlich an der Rezeption)
- Zusätzliche Reinigung und Flächendesinfektion der Appartements durch die Hauswirtschaft (wird über die Medizinische Abteilung angeordnet)
- Fernbleiben von Menschenansammlungen (Speisesaal, Kinderbetreuung, Schule, etc.)
- **Essen auf dem Zimmer, nicht** im Speisesaal, **nicht** auf den Wohnfluren!
- 48 h Beschwerdefreiheit, bevor man wieder an den Aktivitäten teilnehmen kann (erst nach Freigabe durch die Medizinische Abteilung)

Die wichtigste Konsequenz, um weitere Ausbreitung von Magen-Darm-Erkrankungen zu verhindern, ist die Notwendigkeit, dass erkrankte Kinder unbedingt von der Kinderbetreuung, dem Schulbesuch und ähnlichem ferngehalten werden. Gleiches gilt für erwachsene Patient*innen (keinerlei Therapien bei Erbrechen und Durchfall).

Medizinischer Notfall

Wählen Sie die Nummer 91 auf einem hausinternen Telefon oder 170. Sie erreichen 24 Stunden lang medizinisches Personal.

Terminplan

Ihren persönlichen Terminplan erhalten Sie in Ihr Postfach.

Eventuelle Korrekturen der Therapien können in Absprache mit dem Medizinischen Bereich vorgenommen werden.

Wir bitten, dass Sie täglich – am besten abends ab ca. 18:00 Uhr – in Ihrem Postfach nachschauen, ob ggfs. ein neuer Terminplan vorliegt.

Bitte bringen Sie Ihren Terminplan zu Ihren Therapien mit, damit Sie wissen, wo diese stattfinden, da die Räumlichkeiten manchmal wechseln.

Therapieabteilung

Allgemeines

Unsere therapeutischen Abteilungen Uphusum und im „Badehuus“ (Badehaus) bieten eine Vielzahl an Therapien und Anwendungen. Diese müssen grundsätzlich von der medizinischen Abteilung verordnet werden.

Die Therapieabteilungen koordinieren Ihre Termine für die Therapien und Anwendungen.

Beide Abteilungen verfügen über einen Empfangsbereich, an dem Sie sich anmelden können.

Wir freuen uns über Patient*innen, die aktiv an unseren Angeboten teilnehmen.

Falls Sie noch Fragen haben sollten, wenden Sie sich bitte an das Team Ihrer Therapieabteilung.

Nachfolgend haben wir für Sie einige wichtige Informationen zusammengestellt:

- Zu den Einzelanwendungen wird selbstverständlich jegliche Wäsche, wie z.B. Handtücher gestellt.
- Zu Ihren Anwendungen kein/e Kind/er und keine Handys mitbringen, da Sie und andere Patient*innen sich entspannen wollen.
- Tragen Sie und Ihr/e Kind/er keinen Schmuck bei der Anwendung!
- Bitte denken Sie daran, falls ein Notfallmedikament vorhanden, dieses bei sich zu tragen, gegebenenfalls der Therapeutin oder dem Therapeuten auszuhändigen.
- Bitte haben Sie dafür Verständnis, dass Kinder, die noch nicht eingeschult sind, nur in Ihrer Begleitung ihre medizinischen Bäder wahrnehmen können.

Stress vermeiden – Zeit bewusst nutzen

Zeit ist eine kostbare Ressource! Wir geben Ihnen während Ihres Aufenthaltes genügend Zeit, die Sie bewusst nutzen können, aktiv an den Angeboten teilzunehmen. Bauen Sie keinen Terminstress auf!

Lassen Sie sich und Ihrem Kind /Ihren Kindern Zeit, sich einzugewöhnen. Sie werden bald spüren, dass Ihnen die Therapien helfen und sich Ihre Gemütslage verbessert, wenn Sie sich eingelebt haben und sich engagiert beteiligen.

In Ihrem Terminplan wird es immer wieder kleinere Lücken geben. Es kann sich zu Beginn seltsam anfühlen, eine Zeit lang „nichts“ zu tun zu haben, da man dies von seinem Alltag so nicht kennt.

Wie Sie die freie Zeit für sich gestalten, bleibt Ihnen überlassen. Überlegen Sie, was Ihnen besonders wichtig ist: die Ruhe genießen, ein Buch lesen, in Bewegung sein, Fahrradfahren, Sport oder Walken in Eigenregie, Nordseeluft schnuppern ...; dies ist Ihre ganz persönliche Qualitätszeit. Aber auch die Möglichkeit, Zeit mit Ihrem Kind/Ihren Kindern zu verbringen, sollten Sie auf jeden Fall wahrnehmen.

Sollten Sie dennoch Terminstress verspüren, sprechen Sie uns gerne an, um Ihren Terminplan zu optimieren.

Terminplan

Der Terminplan ist ein Dokument, in dem alle verordneten Anwendungen im Verlauf der Maßnahme eingetragen werden. Ihren Terminplan erhalten Sie nach der Planung an der Rezeption in Ihrem Postfach. Wir bitten, dass Sie **täglich – am besten abends ab ca. 18:00 Uhr – in Ihrem Postfach nachschauen**, ob ggfs. ein neuer Terminplan vorliegt.

Bringen Sie den Terminplan bitte zu allen Terminen mit!

Damit Sie wissen, wo Sie hinsollen, da die Örtlichkeiten der Therapien manchmal wechseln.

Den Terminplan Ihres Kindes bitten wir in die Kindergruppe mitzugeben, damit Ihr Kind gegebenenfalls von den Mitarbeiter*innen der Abteilung Kinder- und Jugendpädagogik zu den Behandlungen gebracht werden kann (Sie bekommen den Terminplan wieder zurück).

Termine

Bitte kommen Sie pünktlich und entsprechend gekleidet zu den Terminen, da sonst ein geordneter Ablauf nicht möglich ist. Bringen Sie den Terminplan auch zu jeder Einzelanwendung mit.

Absagen von Anwendungen sind aus medizinischen Gründen möglich und werden bei freier Kapazität ersetzt. Bei Absagen aus persönlichen Gründen verfällt der Termin. Eine Absage sollte möglichst frühzeitig erfolgen, damit der Termin anderen Patient*innen zugutekommen kann.

Wenn Sie Termine nicht einhalten können, geben Sie bitte der Rezeption entweder persönlich, telefonisch oder der Therapieabteilung Bescheid (Rezeption Haus Uphusum Süd Telefonnummer: 91; Rezeption Haus Halligland Telefonnummer: 170).

(Terminabsagen durch Kinder und Jugendliche werden nicht angenommen!).

Hauswirtschaft

Allgemeines

Die Appartements werden zweimal wöchentlich vormittags gereinigt (siehe hierzu auch die nächste Seite → Zimmerreinigung):

- Geschirr und Gläser werden von unserem Reinigungspersonal nicht abgespült. Ebenso entsorgen Sie Ihren Müll bitte selbst.
- Bettwäsche zum Tauschen steht in ausreichendem Maße zur Verfügung. Die Handtücher werden zur Reduzierung von Umweltbelastungen nur dann gewechselt, wenn sie am Reinigungstag in der Duschwanne liegen.
- Wir bitten Sie, verschmutzte (hauseigene) Wäsche durch Erbrechen, Durchfall sofort in die blauen Müllsäcke zu entsorgen und gut verschlossen im Zimmer zu lagern. Geben Sie bitte an der Rezeption Bescheid, damit die Abholung veranlasst werden kann.
- Ersatzbettwäsche für Notfälle, Mülltüten, Toilettenpapier und Einmalhandschuhe finden Sie in den Kommoden bzw. Schränken auf den Etagen.
- Aus Sicherheitsgründen bitten wir, in den Zimmern weder Kerzen, Räucherstäbchen noch Teelichter abzubrennen.

Service-Center

Im Service-Center der Hauswirtschaft im Haus Uphusum Süd können Sie verschiedene Artikel, teilweise gegen eine geringe Gebühr oder kostenlos, ausleihen. Beachten Sie bitte die Öffnungszeiten.

Kurzübersicht Service-Center				
Öffnungszeiten	Montag bis Freitag	8:30 –9:00 Uhr		
	Mittwoch	geschlossen		
Leihen:		Pfand:	Gebühr	Zurück:
	Badehandtuch	10,00 €	2,00 €	8,00 €
	Bademantel	12,00 €	2,00 €	10,00 €
	Fußsack (Buggy)	10,00 €	2,00 €	8,00 €
	Krabbeldecke		kostenlos	
	Flaschenwärmer		kostenlos	
	Wolldecke		kostenlos	
	WC-Sitzbrillen		kostenlos	
	Nachttöpfe		kostenlos	
	Zahnputzbecher		kostenlos	

Änderungen vorbehalten!

Wichtig: Falls Sie sich die Haare färben möchten, lassen Sie sich bei der Wäscheausgabe extra Handtücher geben.

Teeküchen

Reinigungs-, Bügelzubehör und Mülltüten finden Sie für Ihren Eigenbedarf in den Teeküchen oder auf den Fluren in den Schränken.

Wir bitten Sie, die Wohnflure, Aufenthaltsräume und Teeküchen stets ordentlich zu hinterlassen und das Geschirr in den Teeküchen nach dem Gebrauch abzuwaschen.

Wir möchten Sie darauf aufmerksam machen, dass in den Teeküchen auf dem Herd sowie im Backofen (falls vorhanden), nicht gekocht bzw. gebacken werden darf. Dieses ist vom Brandschutz her untersagt, da die Teeküchen mit keiner Dunstabzugshaube ausgestattet sind.

Gerne dürfen Sie jedoch Kleinkindnahrung in Flaschen erwärmen oder sich Wasser für Tee kochen.

Zimmerreinigung

Die Zimmerreinigung findet zweimal die Woche in der Zeit von 8:00 bis 11:00 Uhr statt.

Einen Informationszettel zu Reinigungszeiten und Wochentagen finden Sie bei Anreise auf dem Tisch in Ihrem Appartement.

In der verbleibenden Zeit sind Sie selbst für die Sauberkeit und Ordnung in Ihren Zimmern zuständig.

Ihren Müll entsorgen Sie bitte selbst regelmäßig in die entsprechenden Müllcontainer, die Sie auf dem Gelände hinter den Palisadenzäunen bei den Häusern finden.

- Damit die Mitarbeiter*innen der Hauswirtschaft schnell und gründlich arbeiten können, lassen Sie nach Möglichkeit **nichts auf den Fußböden** liegen.
Stellen Sie keine Schuhe vor der Zimmertür ab.
- Benutzen Sie bitte **für die Mülleimer** in Ihrem Appartement **Mülltüten**, insbesondere für den Hygieneartikel-Mülleimer im Bad!
- **Bitte werfen Sie keine Binden, Tampons und Feuchttücher in die Toiletten!** (Diese gehören in die schwarze Restmülltonne!)
- Bitte handeln Sie nach dem Prinzip:
“Wir verlassen das Appartement so, wie wir es vorgefunden haben“.
- Schön wäre es, wenn Sie die Betten am Abreisetag selbst abziehen.
Die Mitarbeiter*innen der Hauswirtschaft danken es Ihnen!

Bei weiteren Fragen und Wünschen sprechen Sie uns bitte an, wir helfen Ihnen gerne.

Defekte/Schäden

Falls Sie einen Defekt/Schaden in Ihrem Appartement bemerken, bitten wir um Mitteilung an der Rezeption. Wir werden die notwendigen Arbeiten bei der Haustechnik in Auftrag geben.

Draisin-Räder

Wir verfügen über mehrere verschiedenen Räder der Firma Draisin. Diese Räder sind für die Beförderung von Menschen mit Handicap ausgelegt und teilweise mit einem Elektro-Antrieb ausgestattet.

Bei Interesse sprechen Sie bitte die Mitarbeiter*innen der Rezeption Uphusum Süd oder unseren zuständigen Haustechniker an. Sie erhalten dann eine Einweisung und können danach die Fahrräder zu den angegebenen Verleihzeiten ausleihen (4,00 € Leihgebühr + 5,00 € Pfand, pro Tag). Hinweis: Draisin-Räder stehen ausschließlich Patient*innen mit Handicap zur Verfügung.

Heizung

Sollten Sie in Ihrem Appartement Probleme mit der Heizung haben, geben Sie bitte der Rezeption Bescheid. Wir schicken jemanden von der Haustechnik vorbei.

(Anm.: bei Bedarf können Sie auf Nachfrage von der Hauswirtschaft auch eine zusätzliche Wolldecke bekommen. Melden Sie sich dafür bei der Rezeption).

Müllentsorgung

Die Abfallentsorgung aus den Appartements erfolgt eigenständig durch die Patient*innen.

Bringen Sie die Windeln bitte täglich selbst in die Müllcontainer.

Bitte werfen Sie keine Binden, Tampons und Feuchttücher in die Toiletten!

Die bereitstehenden Müllcontainer befinden sich auf dem Gelände hinter den Palisadenzäunen.

Wir möchten Sie dringend darum bitten, darauf zu achten, den Müll sorgfältig und gewissenhaft zu trennen und in die dafür vorgesehenen Tonnen zu entsorgen.

Sollte dieses nicht geschehen, kann es passieren, dass die Tonnen von der Abfuhr nicht geleert werden.

Restmülltonne (schwarz):

Hygieneartikel, Watte, Windeln, Glühbirnen, Staubsaugerbeutel, Gummi, alte kaputte Schuhe, Kleidung.

Alt-Glas: bitte in die Kübel entsorgen.

Gelbe Tonne:

Plastiktüten, Folien, Plastikflaschen u. -tuben, Joghurtbecher ohne Aludeckel, Margarinebecher, Styropor, Getränke- und Konservendosen, Kosmetikdosen und Tuben, Verschlüsse, Aludeckel vom Becher getrennt, Schalen und Folien aus Aluminium, Saft-, Milchkartons, Vakuumverpackungen.

Grüne Tonne:

Papier, Pappe, Kartonagen, Bücher, Kataloge, Prospekte, Schreibpapier, Schulhefte, Zeitungen und Zeitschriften. Bitte keine Papiertücher und Servietten!

Wasser und Energie

Wir bitten Sie, aus Umweltschutzgründen, mitzuhelfen, Energie einzusparen.

Schalten Sie das Licht aus, wenn Sie es nicht mehr benötigen und drehen Sie bitte die Heizung aus, wenn Sie lüften.

Denken Sie daran, bei Verlassen des Appartements, bei starkem Wind und Regen, die Fenster zu schließen. Helfen Sie mit, Wasser zu sparen.

Leiten Sie bitte auch Ihr/e Kind/er zu einem verantwortungsvollen Umgang mit Energien und Rohstoffen an.

Die Umwelt und wir danken es Ihnen! Und wir können das Ersparte sinnvoller für *Sie* verwenden.

Steckdosen

Sämtliche Steckdosen in Ihrem Appartement und in den Häusern der Fachklinik haben eine integrierte Kindersicherung, d.h. diese liegen *hinter* den Steckdosen und sind von außen nicht zu erkennen.

(Anm.: Wir benötigen also nicht die „klassischen Kindersicherungen zum Einclippen“, die Sie evtl. von zuhause kennen).

Freizeit und Abendangebote

Eltern-Kind-Angebote

Die entsprechenden Angebote finden Sie auf den Infotafeln der Rezeption oder in der jeweiligen Abteilung der Kinder- und Jugendpädagogik. Bitte tragen Sie sich dort verbindlich in die entsprechenden Listen zur Anmeldung ein.

Kreativangebote für Erwachsene

Im Multifunktionsraum des Hauses Uphusum Süd können Sie sehen, was an Kreativangeboten alles angefertigt wird. Zum Kreativangebot hängt immer ein Wochenplan mit den Uhrzeiten an der Infotafel bei der Rezeption aus.

Fitnessraum

Unser Fitnessraum ist von 8:00 bis 16:30 Uhr **für Erwachsene** geöffnet. Wenn Sie eine Einweisung an den Fitnessgeräten benötigen, können Sie sich in der Therapieabteilung im Badehaus melden.

Wochenendfahrten

Für die Wochenenden werden vom Haus organisierte kostenpflichtige Fahrten angeboten.

Die Aushänge zu den Wochenendfahrten finden Sie auf der Infotafel bei Ihrer Rezeption.

Bitte melden Sie sich bei der für Sie zuständigen Rezeption an, da es manchmal unterschiedliche Abfahrtszeiten für die Abteilungen Uphusum oder Halligland gibt. **Beachten Sie bitte die Anmeldezeiten.**

Bei den Wochenendausflügen handelt es sich um ein zusätzliches Freizeitangebot der Fachklinik auf freiwilliger Basis.

Im Übrigen verdienen wir nichts an den Fahrten: Wir geben lediglich die tatsächlichen Kosten der Veranstalter sowie die Fahrtkosten (Bus, Schiff) anteilmäßig an Sie weiter.

- Die **Anmeldung ist von Dienstag ab 8:30 Uhr bis Donnerstag 11:30 Uhr** zu den Bürozeiten der Rezeption und **gilt immer nur für das jeweils kommende Wochenende.**
- Wir bitten um sofortige Bezahlung der Ausflugsfahrten bei Anmeldung. **Vorausbuchungen oder Reservierungen sind nicht möglich.**
- Die Wochenendfahrten können „bei höherer Gewalt“ (z.B. witterungsbedingt) vom Veranstalter kurzfristig abgesagt werden. In diesem Fall erhalten Sie ihr Geld zurück.
- Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass aus ökonomischen Gründen bei Unterschreitung der Mindest-Teilnehmerzahl Fahrten nicht stattfinden können.
(Eine kurzfristige Umbuchung auf ein anderes Fahrtziel ist uns, sowie auch dem Busunternehmen, aus logistischen und organisatorischen Gründen nicht möglich).

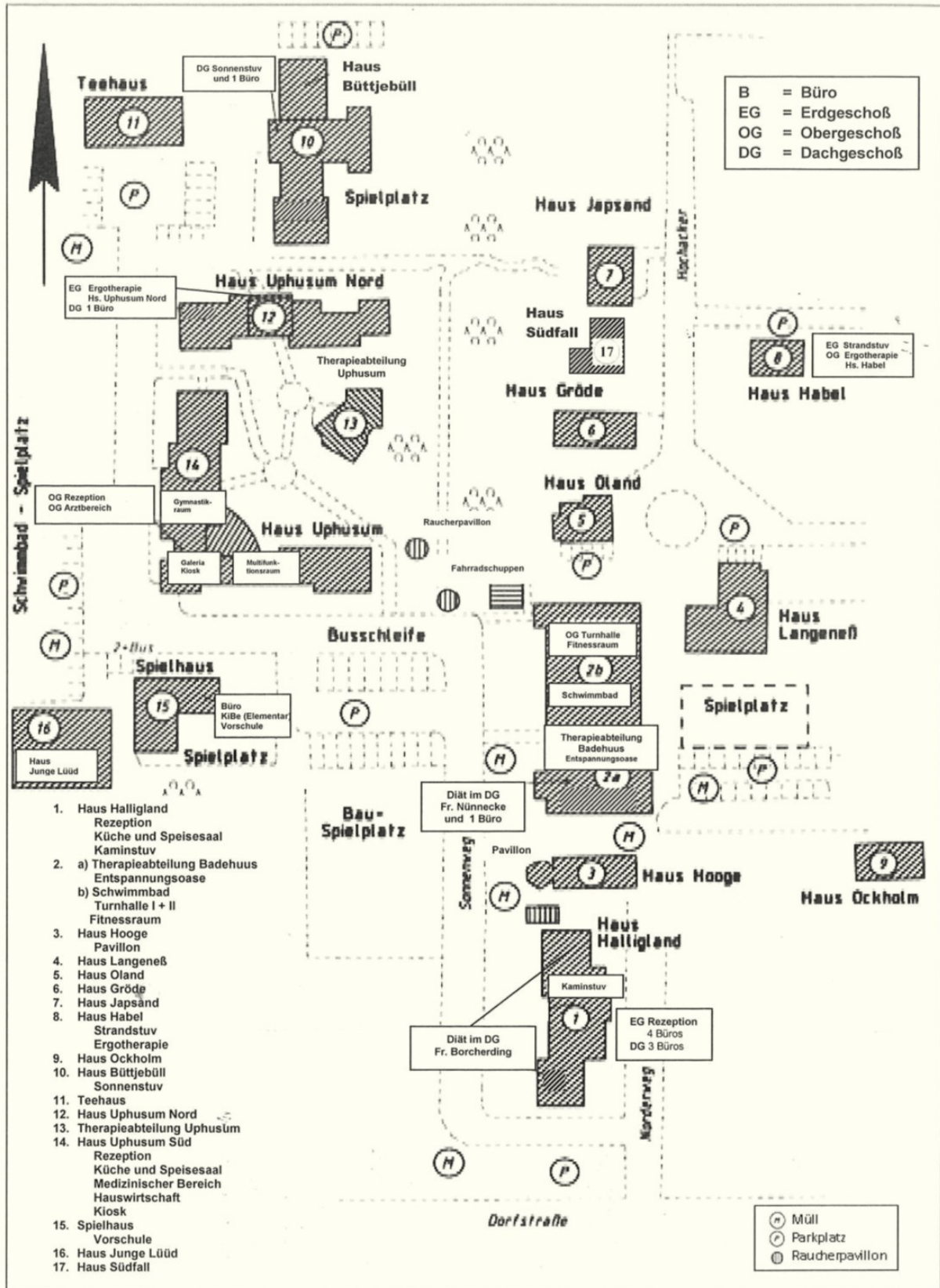
Bitte beachten Sie, dass wir Ihnen nach Anmeldeschluss, bei Rücktritt oder Nicht-Teilnahme (auch bei Krankheit) das Geld für die Fahrten nicht mehr zurückzahlen können, da wir die Kosten vom Veranstalter und von den Transferunternehmen nicht zurückerstattet bekommen.

Sie hätten in diesen Fällen die Möglichkeit, die Busplätze/Fahrkarten an Mitpatient*innen weiter zu verkaufen.

Selbstverständlich steht es Ihnen frei, Ihr eigenes Freizeitprogramm zu gestalten. Bitte melden Sie sich bei eigenen Ausflugsfahrten vom Essen ab.

Wir wünschen Ihnen eine erfolgreiche Maßnahme!
Ihr Team der Fachklinik Norderheide

Anhang Geländeplan



1. Haus Halligland

Erdgeschoß: Rezeption Tel. 170
Speisesaal
Kaminstuv
4 Büros

Dachgeschoß: Büro Diät (Fr.
Borcherding)
3 Büros

2. a.) Badehuus

Erdgeschoß: Schulklassen

Obergeschoß: Therapieabteilung
Badehuus:
Fango / Massage
Krankengymnastik
(Einzel)
Entspannungsoase

Dachgeschoß: Büro Diät (Fr. Nünnecke)
Büro

2. b.) Badehuus

Keller: Schwimmbad/Sauna*

Obergeschoß: Turnhalle I und II
Fitnessraum

3. Haus Hooge

Erdgeschoß: Pavillon

8. Haus Habel

Erdgeschoß: Strandstuv

Dachgeschoß: Ergotherapie (Hs. Habel)

10. Haus Büttjebüll

Dachgeschoß: Sonnenstuv
Büro

12. Haus Uphusum Nord

Erdgeschoß: Ergotherapie
(Hs. Uphusum Nord)

Dachgeschoß: Büro

13. Therapieabteilung Uphusum

Fango / Massage
Bäder
Sauna*

14. Haus Uphusum Süd

Erdgeschoß: Speisesaal / Küche

Obergeschoß: Arztbereich
Rezeption Tel. 91
Verwaltung

Dachgeschoß: Gymnastikraum
Galeria
Kiosk
Multifunktionsraum
(Kreativ Angebote)

15. Spielhaus

Kinderbetreuung (Krippe
Elementar)

Vorschule

16. Haus Junge Lüüd / Klinikschule

Freizeit-/Betreuung
Schulkinder

17. Haus Südfall

Erdgeschoß: ADHS-Klasse (Snoopy)

Dachgeschoß: 3 Büros

Anm.: *Änderungen in Krisen-Zeiten vorbehalten!