



ARBEITSGEMEINSCHAFT
Eltern & Kind Kliniken

Neue Kraft für's Leben

Vorsorge- und Rehabilitationseinrichtungen
für Mutter und Kind/Vater und Kind



Natürlich.
Gesund.
Glücklich.

Schwerpunktkuren 2024

	Fachklinik Mikina	Klinik Maximilian	Klinik Sonnenalm	Klinik Alpenhof	Klinik Lindenhof	Klinik Inntaler Hof	Klinik Am Kurpark	Klinik Nordseeleich	Insel-Klinik Sylt	Klinik Schwedeneck	Klinik Ostseeleich	Kurklinik Sellin
Medizinische Vorsorge												
(01) Krankheiten des Herzens und des Kreislaufs (z. B. arterielle Hypertonie, funktionelle Herzbeschwerden)		X	X	X	X	X	X	X	X		X	X
(04) Degenerativ-rheumatische Erkrankungen (z. B. funktionelle Störungen des Bewegungsapparates, Erkrankungen der Muskulatur, Gelenk- und Wirbelsäulenfehlstellungen)			X	X	X	X	X	X				X
(06) Stoffwechselerkrankungen (z. B. Adipositas, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes Mellitus, Schilddrüsenerkrankungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
(07) Krankheiten der Atmungsorgane (z. B. Asthma bronchiale, Bronchitis, Heuschnupfen, häufige Atemwegsinfekte)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
(12) Hauterkrankungen (z. B. atopische Dermatitis, Ekzeme, Furunkulose Urtikaria, Psoriasis)		X						X	X	X	X	X
(13) Psychosomatisch psychovegetative Erkrankungen (z. B. psychovegetative Erschöpfung, Kopf- und Rückenschmerzkrankungen, Schlafstörungen, Anpassungsstörungen, leichtgradige depressive Episoden oder Angsterkrankungen)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Medizinische Rehabilitation

(06) Stoffwechselerkrankungen (z. B. Diabetes Mellitus Typ I & II, Mangelernährung/Untergewicht, Adipositas, Folgen der Überernährung, Störungen des Lipoproteinstoffwechsel)		X				X		X				
(13) Psychosomatisch psychovegetative Erkrankungen (z. B. psychovegetative Erschöpfung, Kopf- und Rückenschmerzkrankungen, Schlafstörungen, Anpassungsstörungen, leichtgradige depressive Episoden oder Angsterkrankungen)		X		X		X				X	X	
(10) „gemeinsam gesund werden“ - Onkologische Rehabilitationsmaßnahme für an Brustkrebs erkrankte Mütter und ihre Kinder											X	

Kontraindikationen (werden nicht behandelt)

- Schwere neurologische und psychiatrische Erkrankungen
- Suizidalität
- Suchterkrankungen
- Akute und/oder dekompensierte Krankheiten oder Zustände
- 1. & 3. Trimenon Schwangerschaft sowie Risikoschwangerschaft auch im 2. Trimenon
- Abweichend davon ist die Aufnahme von Schwangeren in der Insel-Klinik Sylt und in der Kurklinik Sellin aufgrund der Insellage und der daraus resultierenden, nicht zu garantierenden gynäkologischen Notfallversorgung nur nach vorheriger Aufnahmeprüfung möglich

Neue Kraft für's Leben



Die Arbeitsgemeinschaft Eltern & Kind Kliniken bietet seit über 30 Jahren in ihren 12 Kliniken Mutter-Kind- und Vater-Kind-Kuren an. Eine Mutter-Kind- oder Vater-Kind-Kur als medizinische Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme trägt dazu bei, die für die Gesundheit wichtige Balance zwischen Körper, Geist und Seele wiederherzustellen. Das erklärte Ziel darüber hinaus ist die langfristige Förderung der Gesundheit - die Hilfe zur Selbsthilfe.

Die ausgesuchte Lage der Kliniken in Nord- und Ostseeheilbädern, den baden-württembergischen sowie bayerischen Luftkurorten und Kurbädern mit ihren spezifischen allergenarmen heilklimatischen Vorzügen lässt die Behandlung der unterschiedlichsten Krankheitsbilder zu.

Alle Kliniken entsprechen aufgrund ihrer Lage und Ausstattung, ihrer medizinischen und therapeutischen Kompetenz sowie ihren Qualitätsstandards höchsten Ansprüchen. Die Kliniken sind von allen gesetzlichen Krankenkassen anerkannt.

Weitere Informationen: www.mutter-kind.de

Schwerpunktkuren

Ein wichtiger Bestandteil des vielfältigen Therapieangebotes der Kliniken sind sogenannte Schwerpunktkuren, die auf spezielle Krankheitsbilder oder bestimmte Lebenssituationen abstellen und zu bestimmten Terminen durchgeführt werden. Der zwischen den Patienten*innen stattfindende Erfahrungsaustausch trägt wesentlich zum Kurerfolg bei. Die Konzepte der einzelnen Schwerpunktkuren, die von interdisziplinären Ärzt*innen- und Therapeut*innenteams zu verschiedensten Indikations- und Themenbereichen entwickelt wurden, werden seit vielen Jahren erfolgreich umgesetzt.

Ganzjährige Therapieschwerpunkte

Im Rahmen der ganzjährigen Therapieschwerpunkte werden den Patienten*innen das ganze Jahr hindurch - zu jedem Anreisetermin - Kurmaßnahmen angeboten, die verschiedene Indikationen und Themen beinhalten. Die Schwerpunktkuren und ganzjährigen Therapieschwerpunkte erhalten durchweg positive Rückmeldungen von den Patienten*innen, so dass auch für 2024 neue Konzepte entwickelt und in das Programm aufgenommen wurden.

Im folgenden Inhaltsverzeichnis sind die Schwerpunktkuren und die ganzjährigen Therapieschwerpunkte nach Indikationen bzw. Themen mit dem Seitenvermerk zur jeweiligen Klinik aufgelistet.

Hinweis: Mit Beginn des Jahres 2024 werden behandlungsbedürftige Kinder klinikübergreifend ab dem vollendeten 6. Lebensjahr aufgenommen.

Inhaltsverzeichnis

Schwerpunktthema	Schwerpunktkur	Klinik	Seite
AD(H)S	AD(H)S verstehen und neue Wege in der Familie finden	Klinik Inntaler Hof	28
Adoptiv- und Pflegekinder	Adoptiv- und Pflegefamilien (Kinder ab dem vollendeten 3. Lebensjahr)	Klinik Am Kurpark	31
Adoptiv- und Pflegekinder	Mütter mit Adoptiv- und Pflegekindern	Klinik Schwedeneck	37
Alleinerziehend	Alleinerziehend - aber nicht allein	Fachklinik Mikina	17
Alleinerziehend	wir2kompakt - Bindungstraining für Alleinerziehende	Klinik Maximilian	22
Asthma bronchiale	Für Mütter und Väter mit asthmakranken Kindern	Klinik Nordsee-deich	32
Brustkrebs	„gemeinsam gesund werden“ - Onkologische Rehabilitationsmaßnahme für an Brustkrebs erkrankte Mütter und ihre Kinder	Klinik Ostsee-deich	39
Erziehung	Positive Erziehung - mehr Freude, weniger Stress mit Kindern	Klinik Schwedeneck	38
Mehrlinge	Mütter und Väter mit Mehrlingen	Insel-Klinik Sylt	36
Psychosomatische Folgen von Krebserkrankungen	„zusammen stark werden“ - Mutter-Kind-Schwerpunktkur nach überstandener Krebserkrankung	Klinik Inntaler Hof	26
Psychosomatische Folgen von Krebserkrankungen	„zusammen stark werden“ - Mutter-Kind-Schwerpunktkur nach überstandener Krebserkrankung	Klinik Nordsee-deich	34
Stressbewältigung	Stressbewältigung: Stark im Stress	Klinik Alpenhof	24
Trauer	Trauerbegleitung für nahe Angehörige	Fachklinik Mikina	18
Trauer	Hinter dem Horizont - Trauerbegleitung für Erwachsene	Klinik Am Kurpark	29
Trauer	Trauerbegleitung für Witwen und Witwer bei Suizid des Partners	Fachklinik Mikina	19
Trauer	Trauerbegleitung für Witwen und Witwer	Fachklinik Mikina	20
Trennung	Trennung: neue Wege finden	Klinik Alpenhof	25
Wege zum Wohlfühlgewicht	Ernährung, Bewegung & Selbstfürsorge	Fachklinik Mikina	16
Zöliakie	Zöliakie	Klinik Maximilian	21
Zöliakie	Zöliakie	Klinik Nordsee-deich	33
Zwillingspaare	Zwillingspaare und ihre Familien	Klinik Am Kurpark	30
Ganzjährige Therapieschwerpunkte			Seite
Adipositas	Adipositas in der Familie		8
Alleinerziehend	Alleinerziehend - Lebensformen ändern sich		10
Asthma bronchiale	Eltern und Kinder mit Asthma bronchiale		8
Chronische Schmerzen	Rückenschmerzen		9
Erschöpfung	Chronische Erschöpfungssyndrome und Stressbelastung		9
Erschöpfung	Psychovegetative Erschöpfungszustände		11
Klimatherapie	Klimatherapie		11
Kneipp	Gesundheitsvorsorge mit Kneipp		12
Kopfschmerz	Spannungskopfschmerz, Migräne		9
Psychische Gesundheit	Herausforderung und Chance nach Corona		13
Selbstfürsorge	Selbstfürsorge und Achtsamkeit		14
Vater-Kind-Kur	Aufnahme von Vätern		13

! Aktuellste Informationen finden Sie immer im Internet: www.mutter-kind.de
 ■ bzw. auf den Websites der einzelnen Kliniken.





Klinik
Maximilian

In traumhafter Lage zwischen Bodensee und Allgäuer Hochgebirge präsentiert sich auf ca. 800 Meter Seehöhe die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Klinik „Maximilian“. Das milde und heilende Bergklima trägt zur Erholung und Entspannung bei.

IK 510 975 908



Klinik
Sonnenalm

Die Mutter-Kind-Klinik „Sonnenalm“ befindet sich im staatlich anerkannten heilklimatischen Kurort Oberstaufen/Steibis in einer Höhenregion auf über 800 Meter über dem Meeresspiegel. Die Kräfte der Natur tragen dazu bei, wieder Energie zu tanken und fit für den Alltag zu werden. Die Klinik hat sich darauf spezialisiert, nur Mütter mit ihren Kindern aufzunehmen.

IK 510 974 736



Klinik
Alpenhof

Im Alpenvorland, direkt am Ufer des Chiemsees - dem „Bayerischen Meer“ - befindet sich die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Klinik „Alpenhof“, eine „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Einrichtung“, eingebettet in eines der reizvollsten Erholungsgebiete Bayerns. Ein erholsamer Kuraufenthalt gibt wieder Kraft für den Alltag.

IK 510 915 142



Klinik
Lindenhof

Die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Klinik „Lindenhof“ liegt im malerischen Ferienort Bayerbach, mitten im berühmten Rottaler Bäderdreieck mit seinen Heilbädern Bad Birnbach, Bad Griesbach und Bad Füssing. Sie bietet die optimalen Voraussetzungen für einen erfolgreichen Kurverlauf.

IK 570 920 058



Klinik
Inntaler Hof

Die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Klinik „Inntaler Hof“ liegt im Erholungsgebiet „Unteres Inntal“ im malerischen Örtchen Neuburg am Inn, umgeben von der niederbayerischen und oberösterreichischen Kulturlandschaft. Entspannung und Erholung inmitten unverfälschter Natur werden hier groß geschrieben.

IK 510 920 775



Klinik
Am Kurpark &
Haus Sonnenblick

Im Herzen des Luftkurortes Grafenau befindet sich die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Klinik „Am Kurpark & Haus Sonnenblick“ und gibt den Blick frei auf die weiche Hügellandschaft des Bayerischen Waldes. Die einzigartige, naturbelassene Umgebung und das klinikinterne Angebot tragen wesentlich zum Heilerfolg bei.

IK 510 923 426



Die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Fachklinik „Mikina“ befindet sich in Bad Schönborn, im „Land der 1000 Hügel“, wie man die Region Kraichgau im Nordwesten Baden-Württembergs zwischen Rhein und Neckar nennt. Bad Schönborn bietet die idealen Voraussetzungen für eine erfolgreiche Kurmaßnahme in einer der renommiertesten Heilbäderlandschaften Deutschlands.

IK 570 820 057



Im Nordseeheilbad Friedrichskoog befindet sich die Mutter-Kind-Kur bzw. Vater-Kind-Klinik „Nordseedeich“ direkt auf einer weit in das Meer hineinragenden Landzunge. Das allergenarme Nordseeklima bildet ideale Voraussetzungen für einen erholsamen Kuraufenthalt direkt am Meer.

IK 510 107 484



In Westerland, dem Herzstück der Nordseeinsel Sylt, befindet sich - nur wenige Meter vom Hauptstrand entfernt - die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Klinik „Insel-Klinik Sylt“. Die Naturheilkräfte Sylts bilden den idealen Rahmen für einen erfolgreichen Therapieverlauf.

IK 510 109 910



Das Ostseebad Schwedeneck - direkt an der Kieler Bucht gelegen - gehört zu den reizvollsten Gegenden Schleswig Holsteins. Die Mutter-Kind-Klinik „Schwedeneck“ bietet ideale Voraussetzungen für einen naturnahen und erholsamen Kurverlauf. Die Klinik hat sich darauf spezialisiert, nur Mütter mit ihren Kindern aufzunehmen.

IK 510 102 924



Der familienfreundliche Ort Grömitz zählt zu den schönsten Seebädern Schleswig-Holsteins. Die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Klinik „Ostseedeich“ liegt direkt am breiten Südstrand. Mit ihrem allergenarmen Reizklima empfiehlt sich die Region für einen erfolgreichen Kuraufenthalt.

IK 510 107 521



Auf Deutschlands schönster und größter Insel, der Insel Rügen, mit ihren kilometerlangen Sandstränden, liegt inmitten eines ausgedehnten Buchenwaldes die Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Kurklinik „Sellin“. Die reine, jodhaltige Luft und das Seeklima tragen zu einer erfolgreichen Therapie bei.

IK 511 303 188



GANZJÄHRIGE THERAPIE- SCHWERPUNKTE



Adipositas in der Familie

Übergewicht stellt sich zunehmend als ein „schwerwiegendes“ Gesundheitsproblem der westlichen Industriegesellschaft dar. Adipositas ist zumeist eine Familienkrankheit. Eine erfolgreiche Behandlung adipöser Kinder und Jugendlicher kann langfristig nur durch die Mitarbeit und Unterstützung der Eltern erreicht werden.

Unser multimodaler Behandlungsansatz umfasst die Anwendung und Umsetzung moderner ernährungsphysiologischer Erkenntnisse zur Ernährungsumstellung in Verbindung mit interaktiver Ernährungsberatung, Bewegungstherapie und psychologischen Maßnahmen.

Nur so können Kinder, Jugendliche und Erwachsene lernen, langfristig und eigenverantwortlich mit ihrer individuellen Adipositasproblematik umzugehen. Unser Ansatz versucht, die Familie insgesamt mit einzubeziehen, um so die Eltern-Kind-Beziehung zu stärken und diese zu einer Verbesserung der Motivation und des Durchhaltevermögens zu nutzen.

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- Klinik Maximilian
- Klinik Sonnenalm
(nur Mütter mit ihren Kindern)
- Klinik Alpenhof
- Klinik Lindenhof
- Klinik Inntaler Hof
- Klinik Nordsee-deich
- Insel-Klinik Sylt
- Klinik Schwedeneck
(nur Mütter mit ihren Kindern)
- Klinik Ostsee-deich
- Kurklinik Sellin

Eltern und Kinder mit Asthma bronchiale

Die Betreuung und Behandlung asthmakrankter Mütter/Väter und Kinder in unseren Häusern wird im Hinblick auf die heilklimatischen Lagen der Kliniken mit Unterstützung der Klimatherapie durchgeführt. Vorgeschichte, Beschwerden, Symptome und Befunde werden zur Überprüfung und ggf. Optimierung der individuellen Therapie herangezogen. Die Therapie erfolgt gemäß der aktuellen Nationalen Versorgungsleitlinie Asthma.

Mit der Schulungsmaßnahme soll die Behandlungs- und Krankheitsakzeptanz gefördert sowie eine Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustandes erzielt werden. Die Betroffenen können gleichzeitig weitere gesundheitliche und seelische Beschwerden entsprechend der Indikationsliste unserer Häuser behandeln lassen.

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- Fachklinik Mikina
- Klinik Maximilian
- Klinik Sonnenalm
(nur Mütter mit ihren Kindern)
- Klinik Alpenhof
- Klinik Lindenhof
- Klinik Am Kurpark & Haus Sonnenblick
- Klinik Nordsee-deich
- Insel-Klinik Sylt
- Klinik Schwedeneck
(nur Mütter mit ihren Kindern)
- Klinik Ostsee-deich
- Kurklinik Sellin



Chronische Erschöpfungssyndrome und Stressbelastung Spannungskopfschmerz, Migräne sowie Rückenschmerzen

Unsere Kliniken verfolgen eine ganzheitliche Wahrnehmung des Menschen unter Einbeziehung der medizinischen, psychologischen und psychosozialen Besonderheiten. Im Vordergrund werden die Lebensgewohnheiten (Ernährung, Bewegung, Sport), allgemeine Stressfaktoren (Mehrfachbelastung, Kommunikation und Konflikte) und die besondere psychosoziale Problemsituation von Familien, z. B. Partnerschafts- und Erziehungsprobleme, berücksichtigt.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Unterstützung der Therapie durch erprobte und bewährte Behandlungsansätze aus dem Bereich Naturheilverfahren.

Die individuell angepassten Therapien sollen:

- Das Zusammenspiel von Körper, Geist und sozialem Umfeld aufzeigen
- Möglichkeiten der Regeneration und Entspannung vermitteln
- Stressbewältigungs- und Konfliktlösungsstrategien vermitteln
- Den Bewegungsapparat durch Haltungskorrektur und Muskelaufbautraining stabilisieren
- Sport und Bewegung in einem dem Beschwerdebild angepassten Maß vermitteln
- Das Bewusstsein für eine gesunde Lebensweise wecken
- Positives, gegenseitiges Erleben von Erwachsenen und Kindern fördern
- Positive Gemeinschaftserlebnisse vermitteln
- Kreative Fähigkeiten entdecken und fördern

Diese o. g. Zielvorstellungen können in einem gewissen Umfang bereits während des Aufenthaltes in den Kliniken erreicht werden, wichtiger jedoch ist es, dieses Ergebnis darüber hinaus auch nach dem stationären Aufenthalt über einen längeren Zeitraum zu erhalten und zu intensivieren. In diesem Zusammenhang werden Möglichkeiten zur Nachsorge am Heimatort aufgezeigt.

Diese Therapieschwerpunkte werden in folgenden Kliniken angeboten:

- | | |
|--|--|
| • Fachklinik Mikina | • Klinik Am Kurpark & Haus Sonnenblick |
| • Klinik Maximilian | • Klinik Nordsee-Deich |
| • Klinik Sonnenalm (nur Mütter mit ihren Kindern) | • Insel-Klinik Sylt |
| • Klinik Alpenhof | • Klinik Schwedeneck (nur Mütter mit ihren Kindern) |
| • Klinik Lindenhof | • Klinik Ostsee-Deich |
| • Klinik Inntaler Hof | |



GANZJÄHRIGE THERAPIE- SCHWERPUNKTE

Alleinerziehend - Lebensformen ändern sich

Die Institution Familie befindet sich in der Krise; darauf deutet die zunehmende Scheidungs- und Trennungsrate hin. Als Folge nimmt die Zahl der Ein-Eltern-Familien zu. Alleinerziehende Mütter/Väter hat es immer und zu allen Zeiten gegeben; früher waren meist Witwen oder Witwer alleinerziehend. Heute steigt die Zahl der Alleinerziehenden, die diese Lebensform selbst gewählt haben oder die durch die Entscheidung des Partners zur Trennung alleinerziehend wurden und nun die neue Familiensituation mit den Kindern gemeinsam tragen müssen.

Der Therapieschwerpunkt ist ausgerichtet auf die betroffenen Mütter/Väter:

- Wir bieten den alleinerziehenden Müttern/Vätern Hilfestellung bei weiterführender Perspektiven- und Rollenfindung in diesem Bereich
- Im Vordergrund stehen die Kontaktaufnahme und der Austausch mit anderen Betroffenen

In gemeinsamer Absprache ergeben sich folgende Behandlungs- und Unterstützungsmöglichkeiten:

- Gesprächskreise
- Psychologische Einzelberatung
- Sozialberatung (bei Bedarf)
- Gesundheitstraining mit integrierten Entspannungsübungen

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- Klinik Maximilian
- Klinik Lindenhof
- Klinik Sonnenalm
- Klinik Inntaler Hof
(nur Mütter mit ihren Kindern)
- Klinik Am Kurpark & Haus Sonnenblick
- Klinik Alpenhof



Klimatherapie

Dieses spezielle Konzept richtet sich an Mütter und Väter, die das besondere Heilklima der Nord- und Ostsee nutzen möchten, um ihr angegriffenes Abwehrsystem zu stärken, der psychophysischen Erschöpfung und der bestehenden Atemwegserkrankung heilsam entgegenzuwirken. Erhöhte Infektanfälligkeit ist häufig die Folge von dauerhaftem Stress, belastenden Lebensumständen und zunehmender Umweltbelastung.

Das Seeklima bietet ideale Bedingungen zur körperlichen sowie seelischen Erholung und gleichzeitig den nötigen Abstand vom Alltag. Dabei steht eine ganzheitliche Stärkung der Abwehrkräfte im Vordergrund. Die Faktoren Konstitution, Kondition und Ansteckung mit Viren und Bakterien verursachen die sogenannten Erkältungskrankheiten. Durch Abhärtung lässt sich die Widerstandsfähigkeit des Körpers verbessern. Abhärtung in der Klimatherapie bedeutet schrittweise Gewöhnung an Kältereize. Sie verhilft zu gesteigerter Leistungsfähigkeit. Abhärtung und Heilerfolge werden durch die klimatischen Besonderheiten, Meerwasser, Meeresluft und Abkühlungsreize sowie Sonneneinstrahlung erreicht. Das Seereizklima bietet mit ausgeglichenen Temperaturen, maritimem Aerosol und allergenarmer, sauberer Luft ideale Klimafaktoren zur Stabilisierung von Körper und Seele.

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- **Klinik Nordseedeich**
- **Insel-Klinik Sylt**
- **Klinik Schwedeneck** (nur Mütter mit ihren Kindern)
- **Klinik Ostseedeich**
- **Kurklinik Sellin**

Psychovegetative Erschöpfungszustände

Die Lebenswelten und Lebenslagen von Frauen und Männern in familiärer Verantwortung haben sich in den letzten Jahren verändert. Häufig betroffen sind davon Mütter aber auch Väter, die den komplexen Anforderungen ausgesetzt sind. Sie sind mehr und mehr Familien-Manager*innen, müssen verschiedene Anforderungen wie Alltagsorganisation, Erziehung, Haushalt, Berufstätigkeit, Pflege und Versorgung kranker Angehöriger erfüllen.

Dauerhafte und ungewohnte Beanspruchungen des Körpers und der Seele können zu Erschöpfung führen. Sollte der Erschöpfungszustand längere Zeit anhalten, können körperliche und seelische Beschwerden die Folge sein und zu eingeschränkter Leistungsfähigkeit führen. Kurz gesagt: so entsteht Burnout-Gefährdung und damit Handlungsbedarf.

In den Kliniken der Arbeitsgemeinschaft haben Mütter und Väter in therapeutisch geleiteten Gesprächsgruppen oder in Einzelgesprächen die Möglichkeit, sich darüber klar zu werden, welche Aspekte besonders zur Gefährdung beitragen, und mit welchen Ansätzen dem entgegengewirkt werden kann. Es wird die Möglichkeit zur Selbstreflexion gegeben und die Verbesserung der Selbstfürsorge gefördert. Ebenso unterstützen die zahlreichen bewegungstherapeutischen Angebote die innere Balance und nachhaltige gesundheitliche Stabilisierung.

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- **Fachklinik Mikina**
- **Klinik Maximilian**
- **Klinik Sonnenalm** (nur Mütter mit ihren Kindern)
- **Klinik Alpenhof**
- **Klinik Lindenhof**
- **Klinik Inntaler Hof**
- **Klinik Am Kurpark & Haus Sonnenblick**
- **Klinik Nordseedeich**
- **Insel-Klinik Sylt**
- **Klinik Schwedeneck** (nur Mütter mit ihren Kindern)
- **Klinik Ostseedeich**
- **Kurklinik Sellin**



GANZJÄHRIGE THERAPIE- SCHWERPUNKTE



Gesundheitsvorsorge mit Kneipp

Die eigene Gesundheit mit Freude und Spaß im Alltag zu erhalten, ist eine Herausforderung für jedermann. Infektanfälligkeit, Müdigkeit und Kopfschmerzen, chronische Erkrankungen sowie eine geringe Leistungsfähigkeit führen häufig zu Einschränkungen der Lebensqualität und gefährden die Gesundheit dauerhaft. Hektik, Stress und Reizüberflutung beeinflussen unser Leben - ein Teufelskreis, von dem Erwachsene und auch Kinder betroffen sind.

Während des Therapieschwerpunktes profitieren Kinder und Erwachsene von den ganzheitlichen Methoden der kneippischen Gesundheitslehre, beruhend auf den Elementen Ernährung, Bewegung, Lebensordnung, Heilpflanzen und Wasser. Das Besondere ist das harmonische Zusammenspiel dieser unter einem Dach. Mütter/Väter und Kinder finden ideale Bedingungen vor, um drei Wochen vielfältige Möglichkeiten, Hinweise und Anregungen für eine gesunde Lebensweise kennen zu lernen. Einerseits wirken die kneippischen Anwendungen gegen verschiedenste akute und chronische Krankheiten und helfen andererseits, die Selbstheilungskräfte des Menschen zu aktivieren. Sie entfalten mit einfachsten Mitteln eine große Wirkung und kräftigen Körper, Geist und Seele.

Kneipp-Zertifikate für die Kinder- und Jugendtreffs der Kliniken:

Bereits 2013 wurde dem Kinder- und Jugendtreff der Kurklinik Sellin vom Kneipp-Bund e. V. das „Kneipp-Zertifikat“ verliehen und seitdem erfolgreich praktiziert. Auch die Mitarbeiter*innen des Kinder- und Jugendtreffs der Klinik Alpenhof sind seit 2017 „Kneipp-Gesundheitserzieher“ und können ihr Gesundheitswissen an die Kinder weitergeben und auch die Erwachsenen mit einbeziehen. Das Konzept der Kneippischen Lehre und ihre Wasseranwendungen wurde fest in den Tagesablauf des Kinder- und Jugendtreffs integriert und bietet zusammen mit Klimawanderungen, Igelballmassagen und Entspannungsübungen eine optimale Anwendungspalette zur Gesundheitsvorsorge der Kinder. So lernen sie spielerisch die Grundlagen einer gesunden und natürlichen Lebensweise kennen. Das geht von Wasseranwendungen, über spielerische Bewegung, dem verantwortungsvollen Umgang mit der Natur, z. B. im eigenen Kräutergarten, bis hin zu gesunder und leckerer Ernährung.

Die Eigenverantwortung des Einzelnen und die Notwendigkeit der privaten Vorsorge rücken mehr und mehr in den Fokus unserer Gesellschaft. Umso wertvoller ist heutzutage eine ganzheitliche Betrachtung der eigenen Situation und Lebensordnung. Mal die Seele baumeln lassen, Neuorientierung finden, gesund schlemmen und sich wohlfühlen - gute Gründe, für die eigene Fitness vorzusorgen. Wir zeigen, wie die Kneipp-Anwendungen am besten zur Wirkung kommen und wie diese auch zu Hause Anwendung finden. Je früher auch Kinder eine gesunde Lebensführung erleben und erlernen, umso größer ist die Chance, dass sie diese verinnerlichen und auch ein Leben lang anwenden.

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- Klinik Alpenhof
- Kurklinik Sellin

Die Klinik Alpenhof ist eine „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannte Einrichtung“ und bietet als solche nicht nur den Kindern, sondern insbesondere den Erwachsenen im Rahmen ihres Therapieplanes eine Vielzahl an Kneipp'schen Anwendungen.

Psychische Gesundheit – Herausforderung und Chance nach Corona

Die Corona-Pandemie hat uns tiefgreifende Veränderungen in allen Lebensbereichen gebracht. Gesellschaft und Wirtschaft sind in ihren Grundfesten erschüttert, Familien - Eltern und Kinder - sehen sich mit vielschichtigen Herausforderungen konfrontiert. Die Corona-Pandemie zeigt auf, wie verletzlich äußere und innere Strukturen sind trotz Weitsicht, Verantwortung und Planung.

Dauerhafte Beanspruchungen des Körpers und der Seele können zu Erschöpfung führen - insbesondere in der jetzigen Zeit. Das Belastungserleben wird durch Homeoffice, Kinderbetreuung, räumliche Enge, soziale Isolation und weitere individuelle Faktoren stark beeinflusst. Ebenso sind die Möglichkeiten den eigenen Bedürfnissen und der Gesunderhaltung durch z. B. Entspannung, Sport und Gespräche nachzukommen, stark eingeschränkt. Wir stellen uns diesen Themen und Belastungen, um negativen Auswirkungen und möglichen Langzeitfolgen der Pandemie entgegenzuwirken.

Die Stärkung der eigenen Ressourcen sowie der Selbstbestimmung und des Selbstwertes rücken wir in den Fokus. Ebenso werden Themenfelder wie psychosomatische Beschwerden, Konzentrationsprobleme, Verlust von Beruf, Existenzängste und die familiäre Interaktion als Schwerpunkte angesehen.

Viele Familien hinterfragen in diesen Zeiten das eigene Wertesystem und die Prioritäten. Dieser Prozess kann positiven Einfluss auf bestehende und manchmal festgefahrene Handlungs- und Denkmuster ausüben, somit eine Chance zur Entwicklung aus der Krise bedeuten und zu mehr Selbstfürsorge und Achtsamkeit führen. Auf diesem Weg möchten wir Familien bei der Entspannung und der Reaktivierung der Ressourcen unterstützen, sodass das eigene Befinden und das Zusammenleben in der Familie nachhaltig gestärkt wird.

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgender Klinik angeboten:

- Klinik Inntaler Hof
- Klinik Nordseedeich
- Klinik Schwedeneck
- Kurklinik Sellin

Vater-Kind-Kur, Aufnahme von Vätern

Immer mehr Väter übernehmen, dank veränderter Rollenbilder innerhalb der Familie, immer größere Anteile an der Familien-, Haushalts- und Erziehungsarbeit. So sind sie weitaus mehr in diese Themen eingebunden als noch vor zehn Jahren. Die damit verbundenen Strapazen einer Mutter spüren nun auch vermehrt die Väter: Durch die Mehrfachbelastung in Familie, Beruf und Haushalt kann sich auch beim „starken Geschlecht“ ein Ungleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele einstellen.

Depressive Verstimmungen, aus der sich ein Burnout entwickeln kann, Erschöpfung, Angstzustände, Schlafstörungen, aber auch Rückenschmerzen und Gelenkbeschwerden können die Folgen der sich manifestierenden multiplen Belastungen sein. Auch veränderte Lebenssituationen, wie eine schmerzhaft Trennung, Alleinerziehend zu sein (jeder fünfte Alleinerziehende ist heute männlich!), Familienangehörige zu pflegen oder einen Trauerfall in der Familie zu haben, können eine Vater-Kind-Kur sinnvoll machen.

Außerdem gestehen sich Väter die Tatsache, dass sie an die Grenze ihrer Belastbarkeit kommen, später ein als Mütter.

Väter finden in der Kurmaßnahme - ebenso wie Mütter - auf ihrem individuellen Therapieplan ein Plus an Gesundheit in Form von Anwendungen, Therapien, Entspannungsübungen, Vorträgen, Gesprächskreisen, Ruhephasen und Interaktionsangeboten gemeinsam mit dem Kind, den Kindern. Idealerweise stellt die Kurmaßnahme die Weichen für eine langanhaltende Wirkung, denn eine Kur versteht sich auch immer als Hilfe zur Selbsthilfe. Immer mehr Väter nehmen inzwischen das Angebot einer Vater-Kind-Kur in Anspruch. So hat sich die Anzahl der Väter in den letzten 10 Jahren durchaus erhöht, wenngleich sie aktuell nur etwa 5% der Patient*innen unserer Kliniken stellen.

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- Fachklinik Mikina
- Klinik Maximilian
- Klinik Alpenhof
- Klinik Lindenhof
- Klinik Inntaler Hof
- Klinik Am Kurpark & Haus Sonnenblick
- Klinik Nordseedeich
- Insel-Klinik Sylt
- Klinik Ostseedeich
- Kurklinik Sellin

Ganzjährige Therapieschwerpunkte



GANZJÄHRIGE THERAPIE- SCHWERPUNKTE

Selbstfürsorge und Achtsamkeit

„Achtsamkeit ist eine einfache und zugleich hoch wirksame Methode, uns wieder in den Fluss des Lebens zu integrieren, uns wieder mit unserer Weisheit und Vitalität in Berührung zu bringen.“

Zitat: Jon Kabat-Zinn

Die mütter- und väterspezifischen Anforderungen unterliegen einem permanenten Wechsel und sind häufig mit einer Steigerung an Leistungsanforderungen verbunden. Mütter und Väter sehen sich mit vielschichtigen Belastungen und Rollenaufgaben konfrontiert und versuchen, diese zu erfüllen, zum Teil über physische und psychische Grenzen hinaus. Folgeerscheinungen dieser ständigen Überbelastung zeigen sich auf der körperlichen Ebene durch unterschiedliche Überlastungszeichen, wie ständige Erkältungen oder Schmerzen, aber auch zunehmend auf psychischer Ebene, in Form von Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, Stimmungsschwankungen usw.

Durch Selbstfürsorge (d. h. sich um sich selbst sorgen, um den eigenen Körper, den eigenen Geist, die eigene Seele) und Achtsamkeit (der achtsame Umgang mit sich selbst und der Umwelt) können Mütter/Väter lernen, eine gesündere Balance zwischen Anforderungen und eigenen Bedürfnissen herzustellen und den Alltagsbelastungen anders zu begegnen.

Es werden theoretische und praktische Grundlagen der Selbstfürsorge und Achtsamkeit vermittelt sowie angeleitete Achtsamkeitsübungen durchgeführt.

Mütter und Väter können durch diese kleinen Übungen des Innehaltens im „Hier und Jetzt“ die Besonderheit des Augenblicks neu erfahren, sich spüren, sich wahrnehmen und eine somit wohltuende Sensibilität für den eigenen Körper und Geist entwickeln um Grenzen rechtzeitig zu setzen und „Nein“ sagen zu können - ehe es zu spät ist.

Es werden neue Impulse zur Stärkung der persönlichen Selbstfürsorge und Achtsamkeit ermöglicht und die Leichtigkeit des Transfers in den Alltag aufgezeigt.

Im Rahmen der klassischen Therapieangebote einer Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Kur nehmen die Patienten*innen teil an:

- Psychologischen Gruppen für Erwachsene
- Psychologischen Einzelgesprächen bei Bedarf
- Entspannungstraining für Erwachsene
- Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Interaktionsangeboten
- Vorträgen und Schulungen
- Bewegungstherapeutischen Angeboten

Dieser Therapieschwerpunkt wird in folgenden Kliniken angeboten:

- Fachklinik Mikina
- Klinik Maximilian
- Klinik Sonnenalm
- Klinik Nordseedeich
- Kurklinik Sellin





Wege zum Wohlfühlgewicht – Ernährung, Bewegung & Selbstfürsorge

Sie haben viele Diäten ausprobiert – und mal früher, mal später, aufgegeben. Das kennen wir fast alle – viele bereits seit der Kindheit. Wer gesund und dauerhaft abnehmen möchte, muss Verhalten, Ernährung und Bewegungsgewohnheiten dauerhaft verändern. Es fehlt nicht an Wissen über gesunde Ernährung, vielmehr stellt sich die Frage, wie kann ich mich und meine Familie gesund ernähren, Freude an der Bewegung und einen entspannten Lebensstil entwickeln sowie Stress reduzieren? Da fehlen die richtigen Antworten.

Wir sind auf die spezifischen Anforderungen des Familienalltages spezialisiert und werden gemeinsam mit Ihnen neue Ansätze erarbeiten. Im Mittelpunkt steht die Freude an Sport und Bewegung, die geweckt werden soll, sowie die Vermittlung neuester physiologischer Ansätze, Einkaufstrainings und auf Wunsch ein psychologisches Einzelcoaching für Ihren individuellen Weg zu Ihrem Wohlfühlgewicht. Nur so können Erwachsene und Kinder lernen, langfristig und eigenverantwortlich mit ihrer individuellen Adiposithematik umzugehen. Es ist unser Ansatz, die Familie insgesamt mit einzubeziehen, um so die Eltern-Kind-Beziehung zu stärken und diese zu einer Verbesserung der Motivation und des Durchhaltevermögens zu nutzen. Der Start in der Gruppe motiviert zusätzlich, da alle das gleiche Ziel haben. Wir unterstützen bei persönlichen Hürden und vermitteln nachhaltige Tipps und Anregungen für zu Hause.

Zielgruppe:

Patienten*innen mit Übergewicht/Adipositas (Body-Mass-Index > 30 - 40), die langfristig ihr Gewicht reduzieren möchten.

Neben den klassischen Therapieangeboten, die nach den individuellen Bedürfnissen verordnet werden, sehen wir folgendes für Sie vor:

Für Mütter/Väter:

- Analyse der Körperzusammensetzung (Muskelmasse, Wasser und Fett)
- Motivationscoach und tägl. Gesundheits-Check - 3 Wochen mit Fitnessuhr
- Kennenlernen, Austausch sowie Theorie und Praxis in der Gruppe
- Bei Bedarf Einzelberatung (Diätetik)
- Koch- und Ernährungsclub in unserer großen Lehrküche mit Tipps für die praktische Umsetzung der Mahlzeiten (z. B. "schnelle" Küche)
- Einkaufstraining
- Individuelles psychologisches Einzelcoaching
- Umfangreiche Sportangebote/Sporttherapie
- AquaFit
- Entspannungstraining (z. B. Achtsamkeit in der Natur, Yin Yoga, Qi Gong, PMR oder Autogenes Training)

Tiergestützte Eltern-Kind-Interaktion mit Kindern ab 6 Jahren oder Tierkontakt mit Kindern ab 3 Jahren.

Termine 2024:

06.02.2024 27.02.2024 14.08.2024
15.10.2024 05.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchsteilnehmerzahl: 10



Alleinerziehend – aber nicht allein

Mittlerweile wird fast jede zweite Ehe in Deutschland geschieden. Lebenspartner trennen sich, das bedeutet als Mann und Frau getrennte Wege zu gehen, als Vater und Mutter aber einen gemeinsamen Weg für und mit den Kindern zu finden. Diese Aufgabe zu bewältigen, stellt für alle Beteiligten eine große Herausforderung dar.

Der Alltag muss neu organisiert werden, ein Wiedereinstieg in das Berufsleben kann anstehen, evtl. kommen finanzielle und existenzielle Ängste hinzu. Eine hohe emotionale Belastung im Umgang mit der Trennung und der notwendigen Bearbeitung prägen vielfach die Zeit, bis Eltern und Kinder sich an die neue Lebensform anpassen.

Wir begleiten Sie gerne ein Stück in dieser schwierigen Phase und werden gemeinsam mit Ihnen Perspektiven für Sie und Ihre Kinder entwickeln.

Ein wichtiger Baustein während Ihres Aufenthaltes ist der Austausch mit anderen Betroffenen in einer themenspezifischen Gruppe. Der Inhalt kann je nach Bedarf der Gruppe sein:

- Umgang mit dem anderen Elternteil
- Die Gefühle der Kinder
- Wie kann der Alltag gestaltet werden - Beruf, Haushalt, Erziehung der Kinder - alles muss neu aufgestellt werden.

Weiterhin werden die Trennungsphasen und Unterstützungsmöglichkeiten für Ihre neue Situation intensiv besprochen.

Neben den klassischen Therapieangeboten, die nach den individuellen Bedürfnissen verordnet werden, sehen wir folgendes für Sie vor:

Therapieangebote Erwachsene:

- Themenspezifische Gesprächsgruppe und psychosoziale Einzelberatung
- Sport- und Physiotherapie
- Entspannungstraining
- Vorträge nach Wahl
- Bewegungstherapeutische Angebote
- Achtsamkeit in der Natur

Tiergestützte Eltern-Kind-Interaktion mit Kindern ab 6 Jahren oder Tierkontakt mit Kindern ab 3 Jahren und weitere Interaktionen zur Bindungsförderung.

Termine 2024:

16.01.2024 02.07.2024 24.09.2024
26.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 8



Trauerbegleitung für nahe Angehörige

Der Tod eines nahestehenden Menschen ist ein einschneidendes Lebensereignis.

Der Verlust ist unwiederbringlich - das Erleben, einen Menschen wie Mutter, Vater, Großeltern oder Geschwister zu verlieren, beeinflusst die Seele der Hinterbliebenen auf lange Zeit.

Die Trauer endet nicht irgendwann. Die Gefühle wie Schmerz verändern sich und man lernt mit der Zeit, besser damit umzugehen. Die Akzeptanz des Verlustes ist ein wichtiger Teil in der Trauerbewältigung, ebenso wie der Umgang damit innerhalb der Familie mit Partner und oder Kindern. Dies kann im alltäglichen Leben durch die Fülle der Aufgaben sehr belastend sein.

Daraus resultierend können körperliche und seelische Probleme auftreten, die sich in Erkrankungen manifestieren. Diese zu vermeiden und zu bewältigen, ist ohne Hilfestellung oft nicht mehr möglich. Das ist das Ziel dieser Schwerpunkt- kur - Hilfe auf dem individuellen Trauerweg.

Neben den klassischen Therapieangeboten, die nach den individuellen Bedürfnissen verordnet werden, sehen wir folgendes für Sie vor:

- Themenspezifische Gesprächsgruppe
Mögliche Themen: Trauerprozess, Trauerrituale, Symptome, Umgang mit trauernden Kindern
- Bei Bedarf psychosoziale Einzelberatung
- Entspannung
- Bewegungstherapeutische Angebote
- Kunsttherapie oder tiergestützte Interventionen

Behandlungsbedürftige Kinder werden im Rahmen unseres allgemeinen Therapieangebotes begleitet.

Dazu können folgende Behandlungen gehören:

- Kunsttherapie oder tiergestützte Therapie
- Sportgruppen
- Bewegungstherapeutisches Angebot
- Psychomotorik
- Entspannung für Kinder

Tiergestützte Eltern-Kind-Interaktion mit Kindern ab 6 Jahren oder Tierkontakt mit Kindern ab 3 Jahren und weitere Interaktionen zur Bindungsförderung.

Anmeldeschluss: 4 Wochen vor Anreiseternin

Der Kurantritt sollte frühestens 6 Monate nach dem Verlusterebnis sein.
Kontraindikation: Schwangerschaft

Termine 2024:

07.02.2024	20.03.2024	10.04.2024
22.05.2024	16.10.2024	27.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 8



Trauerbegleitung für Witwen und Witwer bei Suizid des Partners

Der Tod durch Suizid stellt einen ganz besonderen Verlust dar. Es ist ein schicksalhaftes Ereignis, das in vielen Fällen unerwartet und plötzlich eintritt. Nach dem Schockerleben können Emotionen wie Wut, Schmerz, Einsamkeit und Angst entstehen. Häufig entwickeln sich Schuldgefühle und unzählige offene Fragen finden keine Antworten. Im Falle eines Suizides begegnen die Betroffenen zudem einem Tabuthema in unserer Gesellschaft. Das eigene Leben gerät ins Wanken, viele Dinge werden durch das tragische Ereignis in Frage gestellt. Viele Betroffene teilen ihr Leben in ein „Davor“ und „Danach“ ein. Als Mutter und Vater ist man nicht nur mit den eigenen Gefühlen konfrontiert - auch die Kinder benötigen Unterstützung mit dieser schwierigen Lebenserfahrung. Es kann nichts ungeschehen gemacht werden und doch müssen die Betroffenen lernen, mit dem Geschehenen umzugehen. Im Rahmen der Schwerpunktcur möchten wir Sie begleiten, dem Tabuthema einen Raum geben und den Austausch mit anderen Betroffenen ermöglichen.

Neben den klassischen Angeboten einer Mutter-Kind- und Vater-Kind-Kur werden angeboten:

Für Mütter/Väter:

- Themenspezifische Gesprächsgruppe
Mögliche Themen: Trauerprozess, Trauerrituale, Symptome, Umgang mit trauernden Kindern
- Bei Bedarf psychosoziale Einzelberatung
- Entspannung
- Bewegungstherapeutische Angebote
- Kunsttherapie oder tiergestützte Therapie

Für Kinder:

- Interaktionsgruppe für Kinder ab 6 Jahren
- Entspannung für Kinder
- Kunsttherapie oder tiergestützte Therapie
- Sportgruppen
- Bewegungstherapeutisches Angebot

Eltern-Kind-Interaktion mit Kindern ab 6 Jahren oder Tierkontakt mit Kindern ab 3 Jahren und weitere Interaktionen zur Bindungsförderung.

Für die therapeutische Arbeit mit Kindern sollte ein Vorsorgestatus und ein Mindestalter von 6 Jahren vorhanden sein. Jüngere Kinder können die Kur gern als Begleitkinder mit antreten.

Termine 2024:

28.02.2024 25.09.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 8

Hinweis: Der Kurantritt sollte frühestens 6 Monate nach dem Verlusterlebnis sein.

Kontraindikation: Schwangerschaft, Anmeldeschluss ist 4 Wochen vor Anreisetermin.



Trauerbegleitung für Witwen und Witwer: Schwerpunktkur zur Trauerbewältigung für verwitwete Frauen und Männer und deren Kinder

Der Tod des Partners oder der Partnerin gehört zu den schwierigsten Lebenserfahrungen. Das Leben verändert sich, manchmal innerhalb eines Augenblicks. Seelisch durchwandern Trauernde nach dem ersten Schock emotionale Ausnahmezustände verschiedenster Art: tiefe Verzweiflung, Schmerz, Wut, Einsamkeit, Angst, Schuldgefühle, totale Hoffnungs- und Freudlosigkeit.

Diese Gefühlswelt auszuhalten und zu durchschreiten, ist ein schwerer Prozess für Trauernde. Umso wichtiger auf dem Weg dahin ist, dass die seelischen Wunden anfangen können zu heilen. Der Verlust muss als Realität anerkannt werden, ebenso wie die veränderte Lebensplanung. Die Kinder, die oft so ganz anders trauern, brauchen, neben der eigenen Trauer, Unterstützung.

Im Rahmen der Schwerpunktkur möchten wir die Trauernden ein Stück auf ihrem ganz individuellen Trauerweg begleiten und vor allem seelisch unterstützen.

Neben den klassischen Therapieangeboten, die nach den individuellen Bedürfnissen verordnet werden, sehen wir folgendes für Sie vor:

- Themenspezifische Gesprächsgruppe
Mögliche Themen: Trauerprozess, Trauerrituale, Symptome, Umgang mit trauernden Kindern
- Bei Bedarf psychosoziale Einzelberatung
- Entspannung
- Bewegungstherapeutische Angebote
- Kunsttherapie oder tiergestützte Therapie

Behandlungsbedürftige Kinder werden im Rahmen unseres allgemeinen Therapieangebotes begleitet. Dazu können folgende Behandlungen gehören:

- Interaktionsgruppe für Kinder ab 6 Jahren
- Kunsttherapie oder tiergestützte Therapie
- Sportgruppen
- Bewegungstherapeutisches Angebot
- Entspannung für Kinder

Tiergestützte Eltern-Kind-Interaktion mit Kindern ab 6 Jahren oder Tierkontakt mit Kindern ab 3 Jahren und weitere Interaktionen zur Bindungsförderung.

Anmeldeschluss: 4 Wochen vor Anreiseternin

Der Kurantritt sollte frühestens 6 Monate nach dem Verlustelebnis sein.
Kontraindikation: Schwangerschaft

Termine 2024:

17.01.2024 01.05.2024 12.06.2024
06.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 8



Zöliakie

Zielgruppe: Betroffene Mütter/Väter und Kinder mit Diagnosestellung Zöliakie seit mindestens einem Jahr.

Krankheitsbild Zöliakie:

Bei der Erkrankung Zöliakie handelt es sich um eine dauerhafte Unverträglichkeit gegenüber dem Klebereiweiß Gluten. Enthalten ist dieses Eiweiß in den Getreideprodukten Weizen, Dinkel, Roggen, Hafer, Gerste und alten Getreidesorten wie Kamut, Einkorn oder Emmer und allen daraus hergestellten Lebensmitteln wie Brötchen, Brot, Nudeln, Frühstückscerealien usw.. Außerdem wird Gluten oft auch in der Industrie in Aromen, Gewürzmischungen, Farbstoffen, Bindemitteln oder als Zutat von Getränken verwendet. Die Kontamination in der Herstellung sowie die Zubereitung von Lebensmitteln stellt eine weitere Herausforderung dar. Dies macht den Einkauf und damit die Zubereitung glutenfreier Produkte so schwierig.

Bauchschmerzen, Gewichtsverlust, Durchfall, Missmutigkeit, Konzentrationsschwäche, Wachstumsverzögerung vor allem bei Kindern sind nur einige Symptome der Zöliakie. Lediglich eine strikte, lebenslängliche Ernährungsumstellung ohne das krankmachende Eiweiß führt zur Beschwerdefreiheit und zum Rückgang der Schleimhautveränderungen im Bereich des Dünndarms. Die Notwendigkeit und die Durchführung einer glutenfreien Ernährung wirken sich auf die gesamte Familie aus. Umso wichtiger ist es also, dass alle Familienmitglieder den Sinn und die praktische Umsetzung der erforderlichen Ernährungsweise kennen lernen und verstehen. Unser Ziel ist es, den Kindern und Erwachsenen Freude am glutenfreien Leben zu vermitteln. Hierbei steht der Erfahrungsaustausch im Vordergrund.

Wir können unseren Patienten*innen in den Bereichen Ernährung, Psychologie und Medizin Hilfe in Form von kompetenter Beratung und Therapie anbieten. Schulungen, Lehrküche, Vorträge, Einkaufstipps und Gesprächsgruppen geben reichlich Gelegenheit, sich über Neuigkeiten und Erfahrungen im Umgang mit dem Krankheitsbild Zöliakie auszutauschen. Neben dem Aspekt der glutenfreien Ernährung sind uns auch psychologische Aspekte wie Krankheitsverarbeitung der Zöliakie, emotionale Reaktionen, Akzeptanz durch die nicht betroffenen Familienmitglieder und die Nachsorge zur Verbesserung der Nachhaltigkeit der Kurmaßnahme wichtig.

Programmelemente für Erwachsene:

- Medizinische Aufnahmeuntersuchung, Zwischengespräch und Abschlussuntersuchung
- Psychologische Gruppenaufnahme mit einer/m Diätassistenten*in
- Psychologische Sprechstunde zur Absprache von Einzelgesprächen
- Entspannungsverfahren
- Ernährungstherapeutische Gesprächsrunden mit einer/m Psychologen*in
- Glutenfreie Lehrküche (nur für die Betroffenen)
- Bei Bedarf Einzelernährungsberatung
- Vortrag über glutenfreie Ernährung
- Abschlussrunde

Programmelemente für Kinder:

- Medizinische Aufnahmeuntersuchung, Zwischengespräch und Abschlussuntersuchung
- Vorstellungsrunde aller Zöliakie Kinder
- Kinderschulung Ernährung
- Glutenfreie Lehrküche (nur für die Betroffenen)
- Einkaufstraining (ab 8 Jahren)
- Psychologische Gesprächsgruppe Zöliakie Kinder (ab 6 Jahren)

Termine 2024:

31.01.2024	21.02.2024	13.03.2024
17.09.2024	09.10.2024	20.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 8
Höchstteilnehmerzahl: 12



wir2kompakt - Bindungstraining für Alleinerziehende

In Deutschland lebten 2016 2,7 Millionen Ein-Elternteil-Familien mit Kindern. Die Zahl ist weiter steigend.

Wenn eine(r) für alles zuständig ist, wächst die wirtschaftliche und soziale Verwundbarkeit einer Familie beträchtlich.

Neben der finanziellen Belastung ist auch oft die zunehmende soziale Isolierung und fehlende Erholungszeit ein belastender Faktor. Wenn die/der Mutter/Vater krank wird, ist die Familie schnell von existentiellen Sorgen betroffen. Dazu kommen noch die gesundheitlichen Risiken durch die Mehrfachbelastungen. Schlafstörungen, psychosomatische Erkrankungen, depressive Verstimmungen, Burnout und Belastungsstörungen nehmen zu. Kinder zeigen somatische Beschwerden und Verhaltensauffälligkeiten.

Genau hier setzt **wir2kompakt** als Elterntraining für Alleinerziehende mit ihren Kindern an. Das strukturierte Gruppenprogramm basiert auf entwicklungspsychologischen Grundlagen und widmet sich dem Erleben und dem Umgang mit Gefühlen.

Vor mehr als 10 Jahren entwickelte Prof. Dr. Matthias Franz von der Universität Düsseldorf das Bindungstraining für Alleinerziehende. Durch die tatkräftige Unterstützung der Walter Blüchert-Stiftung konnte das Programm auch für den Klinik-Alltag umgesetzt werden.

Wir waren an der Entwicklung des **wir2kompakt**-Trainings aktiv beteiligt und halfen dabei mit, das Programm für eine dreiwöchige Kurmaßnahme zu gestalten. Wir freuen uns über die weiterhin enge Zusammenarbeit mit der Universität Düsseldorf.

Für Alleinerziehende in einer belastenden Lebenslage bietet **wir2kompakt** mit seinem hochwirksamen Konzept ein sehr hilfreiches Kur-Angebot:

- Maßgeschneidert für Alleinerziehende mit einem oder mehreren Kindern
- Abgestimmt auf Ihre besondere Lebenssituation
- Nachweislich und nachhaltig wirksam

Das Programm gliedert sich in 13 Termine mit folgenden Inhalten:

- Selbstbild und soziale Rollen
- Umgang mit Stress, die Bedeutung von Gedanken und Emotionen
- Einfühlen in die Bedürfnisse und Belastungen des Kindes
- Erlernen von Strukturen, die Kinder sichern und stabilisieren
- Trennung von Paarkonflikt und Elternverantwortung
- Bedeutung des anderen Elternteils, Konflikt- und Alltagsbewältigung auf Verhaltensebene



wir2kompakt wirkt und stärkt:

- Mütterliches und väterliches Selbstvertrauen
- Elterliche Feinfühligkeit
- Die Eltern-Kind Bindung
- Die gemeinsame Elternverantwortung angesichts des Paarkonflikts
- Das seelische Gleichgewicht
- Soziale Kompetenzen für den Alltag
- Das Wohlbefinden der Kinder

Viele Alleinerziehende sind nach dem wir2-Training deutlich optimistischer und selbstbewusster als vorher. Was uns besonders freut: Ihr Erfolg spiegelt sich auch im Wohlbefinden Ihrer Kinder wieder - das bestätigen die teilnehmenden Eltern und zeigen auch die wissenschaftlichen Auswertungen der Kurse.

Therapieangebote für Erwachsene:

- Psychologische Gruppenaufnahme
- 13 Gesprächsgruppen, die von zwei Therapeuten*innen geleitet werden
- Intensives Achtsamkeitstraining
- Einzelgespräche und therapeutische Stabilisierung bei Bedarf
- Sport- und Physiotherapie

Therapieangebote für Kinder:

- Interaktion mit Mutter/Vater
- Kinderentspannung
- Psychomotorik bzw. Beko-Training
- Durch die Planung der Gruppen gibt es viel Zeit, um gemeinsam etwas mit den Kindern zu unternehmen
- Fragen zu Erziehungsthemen können im Einzelgespräch und/oder in der Gruppe bearbeitet werden, so kann die Beziehung zum Kind positiv unterstützt werden

Termine 2024:

10.01.2024 30.10.2024

Mindestteilnehmerzahl: 10

Höchstteilnehmerzahl: 14



Stressbewältigung: Stark im Stress

Zeitdruck, schreiende Kinder, Ärger in der Arbeit, lauter rote Ampeln... Kennen Sie das? Das alles verursacht „Stress“. Sie fühlen sich erschöpft? Haben das Gefühl, Ihre Kraftreserven sind leer und füllen sich auch bei kurzen Pausen nicht mehr auf? Sie schlafen schlecht ein? Wollen Sie sich Ihrem Stress nicht mehr ausgeliefert fühlen, sondern selbst bestimmen, wie Sie mit den Anforderungen umgehen?

Sie fragen sich:

Warum fühle ich mich immer so gestresst?

Wie kann ich mal runterkommen?

Warum werde ich im Stress laut, leise, hektisch, langsam...?

Wie bekomme ich das alles hin?

Auf diese und viele weitere Fragen wollen wir gemeinsam Antworten finden! Dabei ist nicht wichtig, „was“ Sie stresst, sondern nur, dass Sie etwas ändern wollen!

Ziele:

Unsere Schwerpunktkur „Stressbewältigung: Stark im Stress“ baut auf das gleichnamige, sehr erfolgreiche Training auf. In den Stressbewältigungskursen werden Sie lernen, wie wichtig (kurzfristiger) Stress ist, warum es ihn gibt und warum wir ihn trotzdem manchmal nicht gebrauchen können. Sie bekommen zahlreiche Übungen und Techniken an die Hand, die Ihnen helfen, einen guten und gesunden Umgang mit Stress und Emotionen zu finden. All das Gelernte können Sie bereits hier bei uns ausprobieren und umsetzen. So gestärkt werden Sie mit den beruflichen und privaten Anforderungen gelassener umgehen.

Für Kinder sind eine gute Stressbewältigung und ein guter Umgang mit Emotionen eine der wesentlichsten Kompetenzen, um sich gesund entwickeln zu können. Daher haben Kinder (zwischen 7 und 12 Jahren) bei uns die Möglichkeit, an dem speziell für sie angebotenen Kurs teilzunehmen. Dort lernen schon die Jüngsten, was sie brauchen, um mit ihrem Stresserleben anders umgehen zu können. Darüber hinaus trägt allein schon die wunderbare Lage der Klinik direkt am Ufer des Chiemsees einen großen Teil zur Erholung und Stressreduktion bei.

Die Mütter/Väter erhalten:

- Stressbewältigungstraining
- Entspannungstraining
- Achtsamkeitstraining
- Ggf. ergänzende psychologische Einzelgespräche
- Ggf. Sozialberatung

Die behandlungsbedürftigen Kinder erhalten:

- Stressbewältigungstraining
- Entspannungstraining
- Ggf. ergänzende psychologische Einzelgespräche

Termine 2024:

10.01.2024 18.12.2024

Mindestteilnehmerzahl: 4

Höchstteilnehmerzahl: 10



Trennung: neue Wege finden

Menschen lieben sich, teilen den Alltag, planen die Zukunft, bekommen Kinder und werden eine Familie. Im Beziehungsverlauf kommt es jedoch oft zu Problemen, die zur Trennung führen. Selten finden diese von „jetzt“ auf „gleich“ statt. Zumeist ziehen sie sich phasenweise über einen längeren Zeitraum hin. Prioritäten und intensive Gefühle verlagern sich, der Stellenwert des Partners verändert sich.

Hat die Beziehung noch eine Chance? Was wird aus den Kindern? Ein Wechselbad der Gefühle ist vorprogrammiert, die Fehlersuche beginnt. Partnerbezogene Kommunikation findet kaum mehr statt. Noch vorhandene Liebe bleibt oftmals einseitig und unerfüllt. Es entwickeln sich andere Emotionen wie Verzweiflung, Selbstzweifel, Wut und auch Hass. Auf dem Weg zur Neuorientierung werden unspezifische Ängste erlebt. Man fühlt sich wertlos und isoliert sich. Einsamkeit setzt ein, wenn sich vertraute Freunde zurückziehen und sich der gemeinsame Freundeskreis auflöst.

Die Schwerpunktkur „Trennung: neue Wege finden“ wurde für Personen entwickelt, die die belastende Veränderung ihrer Lebenssituation bearbeiten wollen. Die Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte fördert die Entwicklung eines positiven Selbstbezugs, stärkt die Person und macht sie zuversichtlicher. Unsere Psycholog*innen bieten Einzelgespräche, spezielle Gesprächsgruppen und themenspezifische Vorträge an. Durch das Entspannungstraining lernen die Patienten*innen zudem, sich selbst wieder positiv wahrzunehmen. Oft ergeben sich Fragen zur Sozialarbeit, teils hinsichtlich der Vermittlung konkreter Hilfen, aber auch Beratung und Information aus Familien- und Jugendrecht.

In unserem Kindertreff erhalten die „Kleinen“ liebevolle und professionelle Betreuung. Für viele Kinder stellt die Trennung der Eltern ein großes, meist belastendes Lebensereignis dar. Daher bietet die psychologische Abteilung eine **Regenbogengruppe** für Kinder ab 6 Jahren an. In dieser Gruppe wird den Kindern die Möglichkeit gegeben, sich im geschützten Rahmen mit dem Thema Trennung und den damit verbundenen Gefühlen, Gedanken und Vorstellungen auseinander zu setzen.

Ziel der Schwerpunktkur ist es, durch den Abstand zum Alltag, die Zeit für sich und im Austausch mit anderen Betroffenen zu erkennen, wo man sich im Prozess der Trennungsverarbeitung aktuell befindet, um die nächsten Verarbeitungsschritte setzen zu können.

Termine 2024:

31.01.2024 20.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 4

Höchstteilnehmerzahl: 10



„zusammen stark werden“

Mutter-Kind-Schwerpunktkur nach überstandener Krebserkrankung

Tumorerkrankungen gehören zu den schwerwiegendsten körperlichen und seelischen Belastungen im Erwachsenen- und Kindesalter. In den letzten Jahrzehnten kommen Krebserkrankungen mit zunehmender Häufigkeit auch im jungen Erwachsenenalter vor. Trifft es Mütter in Erziehungsfunktion, so leidet stets die ganze Familie mit. Am Anfang der Therapie geht es zunächst darum den Alltag neu zu organisieren und zu funktionieren. Die Verarbeitung der lebensverändernden Diagnose kann erst nach und nach erfolgen.

Wir legen zielgruppenspezifisch unser besonderes Augenmerk auf die psychosomatischen und psychosozialen Folgen von Krebserkrankungen bei Müttern mit ihren Kindern; wobei die Mutter im Vordergrund steht. Nach der abgeschlossenen Erstbehandlung der Tumorerkrankung setzt die Schwerpunktkur „zusammen stark werden“ an.

Aufnahmekriterien:

- Psychosomatisch psychovegetative Folgeerkrankungen der betroffenen Mütter
- Die überstandene Krebserkrankung kann/soll einen längeren Zeitraum zurückliegen (mind. sechs Monate bei Brustkrebs und vier Monate bei anderen Krebserkrankungen - vorbehaltlich der Attestprüfung können alle Tumorerkrankungen aufgenommen werden)
- Die Kinder sind über die Krebserkrankung der Mutter informiert
- Keine Aufnahme von Müttern mit schnell wachsenden Tumoren, Tumoren mit hoher Rezidivbereitschaft, vorhandenen Metastasen, Tumorkachexie, einer Erkrankung, die einer stationären Behandlung in einem Akutkrankenhaus bedarf oder einer Erkrankung, die den Aufenthalt in entsprechenden Fachkliniken notwendig macht

Ziel ist es, den Patientinnen Strategien zur Verbesserung der Lebensqualität und im Umgang mit der Krankheit zu vermitteln, sie zur positiven und aktiven, im Alltagsleben anwendbaren Gestaltung, ihrer wiedergewonnenen Zukunft zu motivieren.

Für die 7- bis 12-jährigen Kinder, die sowohl behandlungsbedürftig als auch nicht behandlungsbedürftig sein können, ist eine ressourcenorientierte Begleitung vorgesehen, d. h. die Kinder werden thematisch mit eingebunden. Ein weiterer Fokus wird auf die Gestaltung und Stärkung der intrafamiliären Beziehung gerichtet.



Medizinisches & therapeutisches Programm für die Schwerpunktcurpatienten*innen (Erwachsene):

Mögliche Anwendungen:

- Aufnahmeuntersuchung mit symptomorientierter Untersuchung, gemeinsamer Festlegung von Therapiezielen und Erstellung eines individuellen Therapieplans
- Zwischenuntersuchung mit der Möglichkeit der Erörterung individueller medizinischer Probleme
- Abschlussuntersuchung
- Psychologisches Aufnahmegespräch
- Gesundheitstraining mit Entspannungseinheiten für Erwachsene
- Gesprächskreis kombiniert mit Kunsttherapie für Erwachsene
- Psychologische Einzelgespräche
- Vorträge
- Anregung zur Familiengesundheit
- Lymphdrainage
- Massage
- Wasserdruckstrahlmassage (Hydrojet)
- Nordic Walking
- Aquatherapie
- Medizinische Bäder
- Krankengymnastik nach Bedarf
- Kinderbewegungstherapien und -sport
- Kneipptherapie
- Indoor-Kneipplehrpfad

Besondere Angebote für behandlungsbedürftige Kinder:

- Kunsttherapie für Kinder ab 6 Jahren
- Eltern-Kind-Kunsttherapie für Kinder von 3 - 5 Jahren
- Öko-Selbstversorger-Bauernhofbesuch mit Selbsterfahrung
- Bewegungsangebote
- Eltern-Kind-Interaktionsspiele
- Besuch des Salzariums oder Salzinis zur Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung
- Therapiebegleitendes Reiten für Kinder ab 6 Jahren

Termine 2024:

10.01.2024 31.01.2024 21.02.2024
03.04.2024 15.05.2024 07.08.2024
20.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 12



AD(H)S verstehen und neue Wege in der Familie finden „Eine Modediagnose?“ oder „Struwwelpeter lässt grüßen!“

AD(H)S ist gekennzeichnet durch eine verminderte Aufmerksamkeit, Unruhe und Impulsivität, wobei es ganz unterschiedliche Ausprägungsgrade der jeweiligen Störung gibt. Genauso individuell wie die Ausprägung der jeweiligen Symptome ist, sind die Behandlungs- und Unterstützungsansätze. AD(H)S tritt weltweit und in allen sozialen Schichten auf. Eine Fehlregulierung der Hirnbotsstoffe zeigt die biologische Verankerung der Erkrankung an. Auch tragen gesellschaftliche Veränderungen (Erziehungsstil, Familiensituation, zunehmende Technologisierung, Homeschooling, Schulsituation, Reizüberflutung, Bewegungsmangel...) zu einem heute häufigeren Auftreten der Erkrankung bei. Oft sind die betroffenen Familien „am Ende ihrer Nerven“ und stehen unter großem Leidensdruck.

Die Schwerpunktcur ist ausgerichtet auf die Mütter/Väter und ihre betroffenen Kinder (bis max. 11 Jahre):

- Unser Anliegen besteht in einer besseren Aufklärung und Beratung über das Krankheitsbild
- Durch Herausnahme aus dem Alltag sollen insbesondere die Mütter/Väter Entlastung finden
- Die Diagnostik muss bereits am Heimatort erfolgt sein
- Wir beraten über die verschiedenen Therapiemöglichkeiten und versuchen, negative Teufelskreisläufe aufzudecken und Möglichkeiten zu finden, diese zu durchbrechen
- Gerade bei einer bestehenden AD(H)S Problematik erfordert jede neue Umgebungssituation eine besondere Anpassungsleistung für alle Familienmitglieder. Hier unterstützt unser multiprofessionelles Team Mütter/Väter und Kinder bei der Eingewöhnung im Haus. Wichtig hierbei ist, dass bei bestehender medikamentöser Therapie, diese während der Kur fortgesetzt werden muss.

In gemeinsamer Absprache ergeben sich folgende Behandlungsmöglichkeiten: Für Erwachsene:

- Themenzentrierte Gesprächskreise in der Gruppe für Erwachsene
- Elternarbeit in Einzelgesprächen
- Medizinischer Vortrag
- Lehrfilm zur Erziehungshaltung und Hilfestellung

Für Kinder:

- Sport- und Bewegungsangebote, z. B. AD(H)S-PowerKids, Kinderymnastik
- Kunsttherapie
- Therapiebegleitendes Reiten für Kinder ab 6 Jahren (externer Anbieter)
- Autogenes Training (bei ADS-Indikation)
- Bewegungs- und Koordinationstraining (BeKo)
- Öko-Selbstversorger-Bauernhofbesuch mit Selbsterfahrung
- Förderung der sozialen Kompetenz in der Gruppeninteraktion und durch geführte Freizeitangebote
- Gesprächskreise in der Gruppe für Kinder

Für Erwachsene und Kinder:

- Therapeutisch geführte Eltern-Kind-Interaktionsangebote
- Gemeinsame Besuche des Salzariums

Termine 2024:

13.03.2024 26.06.2024 18.09.2024
30.10.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6 / Höchstteilnehmerzahl: 10



Hinter dem Horizont - Trauerbegleitung für Erwachsene

Der Tod eines nahen Angehörigen löst eine Vielfalt intensiver Emotionen aus. Die Traurigkeit überschattet alles, jedoch folgen auch Wut, Schuldgefühle, Verzweiflung, Angst und das Gefühl verlassen worden zu sein. Die Trauer ist ein lebensbegleitender Prozess, den jeder Mensch anders erlebt.

Trauer folgt nicht unbedingt bestimmten Phasen, sondern verläuft wellenförmig. Sie ist keine eindimensionale Erfahrung und wird individuell sehr unterschiedlich erlebt.

Den Verlust eines geliebten Menschen zu begreifen und gleichzeitig die eigene Endlichkeit zu spüren, sind einschneidende Erlebnisse.

Nachdem die Zeit des reinen Überlebens geschafft ist, geht es um den Umgang mit den Trauergefühlen, der bedingt durch biografische, kulturelle und mentale Voraussetzungen unterschiedlich ablaufen kann.

Im geschützten Rahmen einer Mutter-Kind- und Vater-Kind-Kurmaßnahme finden Menschen zusammen, die eines verbindet: die Trauer um einen geliebten Menschen.

In der Gruppe sollen sie Geborgenheit und Verstandesein erleben. Ein Gedankenaustausch als stützendes Element der Gruppenarbeit soll helfen im Trauerprozess weiter voranzukommen.

Die Therapieangebote sind individuell abgestimmt und enthalten neben den klassischen Inhalten:

- Psychologisch angeleitete Gruppengespräche bei Erwachsenen
- Psychologische Einzelgespräche bei Erwachsenen
- Vorträge
- Gemeinsames Abschlusserlebnis (Wanderung bei sternklarem Abendhimmel, Luftballons in den Himmel steigenlassen u. ä.)

Termine 2024:

10.01.2024 03.04.2024 19.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 7

Höchstteilnehmerzahl: 10



Zwillingspaare und ihre Familien

(Kinder ab dem vollendeten 3. Lebensjahr)

„Halb so schlimm und doppelt so schön“

Für viele Frauen und Männer ist es erst einmal ein Schock, wenn sie erfahren, dass sie Zwillinge erwarten. Die Schwangerschaft ist anstrengend und nach der Geburt geht der Stress erst richtig los - schließlich wollen gleich zwei Kinder gestillt, gewickelt und getragen werden und das am besten gleichzeitig.

Symptome wie Erschöpfungszustände, Schweißausbrüche und Schlafstörungen, ja sogar Depressionen können die Folge sein. Viele Zwillingse Eltern fühlen sich, egal wie die Situation sich auch gestaltet, häufig extrem überfordert.

Aber nicht nur die Mütter bzw. Väter werden überdurchschnittlich belastet, auch die älteren Kinder haben Probleme, sich plötzlich mit zwei neuen Familienmitgliedern auseinander zu setzen und sich der Geschwisterrivalität zu stellen.

Diese spezielle Maßnahme setzt genau bei diesen Problematiken an und richtet seinen Schwerpunkt auf die Besonderheiten in der Beziehung:

- Zwillinge untereinander
- Zwillinge und Geschwister
- Eltern und Zwillinge

Programmelemente für Mütter/Väter:

- Intensive und umfangreiche indikationsgerechte medizinische Betreuung
- Themenzentrierte Gruppengespräche
- Vorträge
- Psychologische Einzelgespräche
- Entspannungstraining
- Eltern-Kind-Entspannung
- Indikationsgerechte physikalische Anwendungen

Programmelemente für Kinder:

Neben der professionellen Kinderbetreuung bieten wir für die behandlungsbedürftigen Kinder eine indikationsgerechte medizinische und physiotherapeutische Betreuung an.

Speziell abgestimmte Freizeitangebote, die sowohl gemeinsam als auch getrennt wahrgenommen werden können, ergänzen unser Konzept harmonisch. Durch intensive Kinderbetreuung steht den Zwillingse Eltern ausreichend Zeit für Therapie und Erholung zur Verfügung.

Ziel dieser Schwerpunktcur ist es, der Mutter bzw. dem Vater die Gelegenheit zu geben, sich wieder mehr Zeit für sich selbst zu nehmen und somit das Familiengefüge zu stabilisieren.

Termine 2024:

07.02.2024 28.02.2024 25.09.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 12



Adoptiv- und Pflegefamilien

(Kinder ab dem vollendeten 3. Lebensjahr)

„Ein Kind braucht so viel Wahrheit wie möglich und so wenig Wahrheit wie nötig.“

Adoptiv- bzw. Pflegeeltern zu sein bedeutet nicht nur die Freuden einer Elternschaft, sondern beinhaltet auch die Herausforderung, unterschiedliche Lebensgeschichten zusammen zu führen. Ein Kind bei sich aufzunehmen bedarf nicht nur großer Liebe, sondern auch der Fähigkeit, mit „seiner“ Geschichte umzugehen. So möchte das Kind wissen, woher es kommt, wem es ähnelt und warum es fortgegeben wurde. Diese existentiellen Fragen seitens des Kindes sind wichtig für sein Selbstbild und seine emotionale Bindung an die Pflege- und Adoptiveltern. Gerade auf psychosozialer und emotionaler Ebene sind Adoptiv- und Pflegefamilien besonderen Belastungen ausgesetzt. Insbesondere der Umgang mit Kindern, die in frühester Kindheit durch Bindungsverluste oder Gewalt traumatisiert waren, sowie der Umgang mit älteren Kindern, bei denen zu pubertätsspezifischen Problemen noch Identifikationsschwierigkeiten kommen, fordern diese Eltern besonders heraus.

Inhalte der Schwerpunktur:

- **Bindungsentwicklung bei Adoptiv- und Pflegekindern**
Problematik eigene Kinder und Adoptiv- bzw. Pflegekinder; Suche nach der eigenen Identität; Kontakt zu leiblichen Eltern; Hilfestellung bei Umgang mit Problemfeldern; Erarbeitung neuer Perspektiven
- **Erziehung**
Darstellung des Erziehungsalltags; Vermeidung uneffektiver Auseinandersetzungen; Strategien für elterliche Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit; Umgang mit Auffälligkeiten, Vertrauensdefiziten und früheren Verhaltens-erfahrungen; Entwicklung von Lösungsstrategien
- **Hilfe zur Selbsthilfe**
Kommunikation und Austausch mit anderen Müttern/Vätern

Mögliche Programmelemente für Mütter/Väter:

- Intensive und umfangreiche indikationsgerechte medizinische Betreuung
- Psychologische Einzelgespräche
- Themenzentrierte Gruppengespräche
- Vortrag
- Physiotherapeutische Anwendungen
- Entspannungstraining
- Eltern-Kind-Entspannung
- Eltern-Kind-Interaktion
- Massagen

Mögliche Programmelemente für Kinder:

Neben der professionellen Kinderbetreuung bieten wir für die behandlungsbedürftigen Kinder eine intensive und umfangreiche indikationsgerechte medizinische und physiotherapeutische Betreuung an. Ziel unserer Ärzte*innen, Psychologen*innen, Physiotherapeuten*innen und Ernährungsberater*innen ist es, den Müttern/Vätern in ihrer besonderen Situation zu helfen, ein Alltagsmanagement zu entwickeln, Stressbewältigungsstrategien zu erarbeiten sowie körperliche Erholung und Konditionierung zu erfahren. Nicht die biologische Herkunft bildet die Basis für das gemeinsame Leben von Adoptiv-/Pflegefamilien, sondern der gemeinsame Lebensweg. Die Vermittlung dieses Leitgedankens an die betroffenen Mütter/Väter und ihre Kinder ist das Hauptziel des interdisziplinären Teams der Klinik.

Termine 2024:

24.04.2024 04.09.2024 06.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 12

Klinik Am Kurpark & Haus Sonnenblick



Asthma bronchiale

Für Mütter und Väter mit asthmakranken Kindern

Asthma bronchiale ist die häufigste chronische Erkrankung im Kindes- und Jugendalter, von der in Deutschland ca. 10 % aller Kinder betroffen sind. Das Erstmanifestationsalter liegt in über 80 % der Fälle vor dem 5. Lebensjahr. Ungefähr ein Drittel der asthmakranken Kinder leiden unter der Erkrankung durch Einschränkung ihrer täglichen Aktivitäten und Schulfehltage. Als Folge eines Krankheitsverständnisses, welches der dem Asthma zugrundeliegenden, chronischen Entzündung der Atemwege eine zentrale Bedeutung beimisst, steht heute nicht mehr die Behandlung des Asthmaanfalls, sondern dessen Prävention im Mittelpunkt des Interesses. Aus medizinischer Sicht sind dabei neben der möglichst weitgehenden Vermeidung der Auslöser eine vorbeugende anti-entzündliche Dauertherapie sowie die Vermittlung von Handlungskompetenzen bei beginnenden Symptomen von zentraler Bedeutung. Dieser präventive Ansatz erfordert jedoch eine gute Mitarbeit der erkrankten Kinder bzw. ihrer Familie. Daher wird Patienten*innenschulung heute als wesentlicher Bestandteil des Asthmanagements angesehen (nationale Versorgungsleitlinie Asthma bronchiale, Leitlinien „Asthma bronchiale“ der Gesellschaft Pädiatrische Pneumologie sowie im Rahmen des Disease-Management-Programms Asthma bronchiale).

Als Ziele der Asthmaschulung im Kindes- und Jugendalter gelten:

- Steigerung des Wissens über die Krankheit Asthma
- Erlernen von Notfallvermeidungsmaßnahmen
- Größere Selbständigkeit im Umgang mit der Erkrankung
- Unterstützung bei der psychischen Krankheitsbewältigung auf der persönlich-individuellen und der familiären Ebene
- Teilnahme an sportlichen Aktivitäten
- Weniger Fehlzeiten in der Schule
- Weniger Krankenhausaufenthalte

Strukturierte Asthmaschulungsprogramme als tertiärpräventive Maßnahmen verbessern nachweislich den Umgang asthmakranker Kinder und ihrer Eltern mit dem Asthma wie auch deren Verhalten im Anfall und senken damit sowohl die Zahl der Notfalleinweisungen als auch die Anzahl der Schulfehltage. Aufgeteilt in entsprechende Themenmodule werden Mütter/Väter und Kinder im Rahmen des dreiwöchigen Aufenthaltes geschult.

Mögliche medizinische und therapeutische Anwendungen:

Programmelemente für Erwachsene:

- Med. Aufnahmeuntersuchung, Zwischengespräch und Abschlussuntersuchung
- Psychologisches Aufnahmegespräch
- Psychologische Einzelgespräche
- Vorträge/Elternschulung Asthma in Modulen
- Aquatherapie, medizinische Sporttherapie
- Nordic Walking
- Kneipptherapie
- Wasserdruckstrahlmassage (Hydrojet)
- Infrarot-Wärmetherapie

Besondere Angebote für behandlungsbedürftige Kinder:

- Med. Aufnahmeuntersuchung und Abschlussuntersuchung
- Kinderschulung Asthma in Modulen
- Asthmasport
- Entspannungstraining Kinder
- Mutter-Kind-Interaktion kreativ und aktiv

Aufnahmekriterium ist die gesicherte Diagnose eines Asthma Bronchiale bestätigt durch ein ärztliches Attest.

Termine 2024:

11.01.2024 / 29.08.2024 für Kinder im Alter von 6 - 9 Jahren

16.05.2024 / 21.11.2024 für Kinder im Alter von 10 - 13 Jahren

Mindestteilnehmerzahl: 4 / Höchstteilnehmerzahl: 8



Zöliakie

Im täglichen Leben sind nicht nur die Zöliakie-Betroffenen selbst eingeschränkt, sondern auch das familiäre Umfeld dieser Patienten*innen ist mitbelastet. Die Mütter/Väter sehen sich damit konfrontiert, ihr Kind ständig vor glutenhaltigen Nahrungsmitteln zu schützen. Diese dauernde Wachsamkeit kostet immense Energie. Die Sonderstellung des betroffenen Kindes birgt häufig Eifersuchtpotential unter Geschwistern und löst oftmals unterschwellig auch Partnerschaftskonflikte aus. Die Mütter/Väter fühlen sich dann schuldig.

Eine Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Kur bietet die Möglichkeit, diese besondere Situation mit speziell geschultem Fachpersonal zu überdenken und zu klären. Die Küche ist auf die Bedürfnisse der Patienten*innen bestens vorbereitet. Zum Frühstück, Mittagessen sowie zum Abendessen steht den betroffenen Patienten*innen ein separates glutenfreies Buffet zur Verfügung. In der Schauküche/Lehrküche gibt es zahlreiche Tipps zur Zubereitung glutenfreier Speisen sowie Hinweise auf Bezugsquellen für Nahrungsmittel sowie viele glutenfreie Kochrezepte. Es besteht eine enge Zusammenarbeit mit der Deutschen Zöliakie Gesellschaft e.V.

Mütter/Väter und Kinder lernen von- und miteinander neue Wege im Umgang mit der Krankheit. In medizinischen und psychologischen Einzelgesprächen werden alle Fragen fachlich kompetent beantwortet und Lösungsansätze erarbeitet. Aufgenommen werden betroffene Mütter/Väter und Kinder mit Zöliakie. Liegen neben der Glutenunverträglichkeit weitere Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder -allergien vor, besteht die Möglichkeit, zu Terminen außerhalb der Schwerpunktkuren nach Absprache anzureisen. Die Diagnosestellung sollte möglichst 9 Monate zurückliegen.

Zielgerichtet wird der Erfahrungsaustausch von Müttern/Vätern und Kindern genutzt, um die eigene Lebenssituation zu verbessern. Das Aufnahmealter der Kinder liegt zwischen 3 und 12 Jahren. Die Aufnahme von Kindern außerhalb des Alterslimits bedarf im Rahmen einer Einzelfallentscheidung einer besonderen Prüfung.

Mögliche medizinische und therapeutische Anwendungen:

Programmelemente für Erwachsene:

- Med. Aufnahmeuntersuchung, Zwischengespräch und Abschlussuntersuchung
- Psychologisches Aufnahmegespräch
- Ernährungsberatung Einzel- sowie Gesprächsgruppe
- Psychologische Einzelgespräche
- Vorträge
- Aquatherapie, medizinische Sporttherapie
- Nordic Walking
- Kneipptherapie
- Wasserdruckstrahlmassage (Hydrojet)
- Infrarot-Wärmetherapie

Besondere Angebote für behandlungsbedürftige Kinder:

- Med. Aufnahmeuntersuchung und Abschlussuntersuchung
- Glutenfreie Schauküche/Lehrküche Eltern-Kind
- Einzelernährungsberatung Kinder (ab 10 Jahren)
- Entspannungstraining Kinder (ab 6 Jahren)
- Psychologische Kindergruppe (ab 7 Jahren)
- Mutter-Kind-Interaktion kreativ und aktiv
- Eltern-Kind-Schulung Zöliakie

Termine 2024:

09.01.2024	30.01.2024	20.02.2024
12.03.2024	23.04.2024	14.05.2024
04.06.2024	27.08.2024	17.09.2024
29.10.2024	19.11.2024	

Mindestteilnehmerzahl: 4

Höchstteilnehmerzahl: 6



„zusammen stark werden“

Mutter-Kind-Schwerpunktkur nach überstandener Krebserkrankung

In den letzten zwanzig Jahren kann man auch in Deutschland eine deutliche Zunahme der Häufigkeit von Krebserkrankungen beobachten.

Davon sind auch jüngere Frauen und Männer unter 50 Jahren betroffen, also in einem Alter der aktiven Familienphase. Tumorerkrankungen gehören zu den schwerwiegendsten körperlichen und seelischen Belastungen im Erwachsenen- und Kindesalter. Die Angst, eventuell sterben zu müssen, ist ein ganz massiver Eingriff in die Integrität der Familie.

Wir legen zielgruppenspezifisch ein besonderes Augenmerk auf die psychosomatischen Folgen von Krebserkrankungen bei Müttern und ihren Kindern; wobei die Mutter im Vordergrund steht. Die Schwerpunktkur „zusammen stark werden“ setzt nach der abgeschlossenen Behandlung der Tumorerkrankung an.

Aufnahmekriterien:

- Psychosomatisch psychovegetative Folgeerkrankungen der betroffenen Mütter
- Die überstandene Krebserkrankung kann/soll einen längeren Zeitraum zurückliegen (mind. sechs Monate bei Brustkrebs und vier Monate bei anderen Krebserkrankungen - vorbehaltlich der Attestprüfung können alle Tumorerkrankungen aufgenommen werden)
- Die Kinder sind über die Krebserkrankung der Mutter informiert
- Keine Aufnahme von Müttern mit schnell wachsenden Tumoren, Tumoren mit hoher Rezidivbereitschaft: z. B. Astrocytom, Bronchial-Carzinom, vorhandenen Metastasen, Tumorkachexie, einer Erkrankung, die einer stationären Behandlung in einem Akutkrankenhaus bedarf, einer Erkrankung, die den Aufenthalt in entsprechenden Fachkliniken notwendig macht oder während einer Hormontherapie mit Biologicals

Ziel ist es, den Patientinnen Strategien zur Verbesserung der Lebensqualität und im Umgang mit der Krankheit zu vermitteln, sie zur positiven und aktiven, im Alltagsleben anwendbaren Gestaltung, ihrer wiedergewonnenen Zukunft zu motivieren.

Für Kinder (ab 7 Jahren), die sowohl behandlungsbedürftig als auch nicht behandlungsbedürftig sein können, ist eine ressourcenorientierte Begleitung vorgesehen, d. h. die Kinder werden thematisch mit eingebunden. Ein weiterer Fokus wird auf die Gestaltung und Stärkung der intrafamiliären Beziehung gerichtet.



Mögliche medizinische und therapeutische Anwendungen für Erwachsene:

- Aufnahmeuntersuchung mit symptomorientierter Untersuchung, gemeinsamer Festlegung von Therapiezielen und Erstellung eines individuellen Therapieplans
- Psychologisches Aufnahmegespräch
- Zwischenuntersuchung mit der Möglichkeit der Erörterung individueller medizinischer Probleme
- Abschlussuntersuchung
- Entspannungstraining für Erwachsene
- Gesprächskreis für Erwachsene
- Psychologische Einzelgespräche
- Vorträge
- Aquatherapie, medizinische Sporttherapie
- Medizinische Bäder
- Krankengymnastik nach Bedarf
- Lymphdrainage
- Nordic Walking
- Kneipptherapie
- Wasserdruckstrahlmassage (Hydrojet)
- Infrarotwärme-Therapie

Besondere Angebote für Kinder:

- Gesprächskreis für Kinder ab 7 Jahren
- Mutter-Kind-Interaktion kreativ und aktiv

Termine 2024:

10.01.2024	31.01.2024	21.02.2024
13.03.2024	03.04.2024	24.04.2024
15.05.2024	05.06.2024	26.06.2024
28.08.2024	18.09.2024	09.10.2024
30.10.2024	20.11.2024	

Mindestteilnehmerzahl: 4

Höchstteilnehmerzahl: 12



Mütter und Väter mit Mehrlingen

(Kinder ab dem 3. Lebensjahr)

Mehrlingsgeburten stellen in Familien häufig eine Mehr- und Dauerbelastung dar, die mit freien Wochenenden allein nicht ausreichend aufgefangen werden kann. Zudem haben es Mütter und Väter mit unterschiedlichen Besonderheiten innerhalb und außerhalb der eigenen Familie zu tun.

Die Schwerpunktcur bietet hier im Rahmen einer themenspezifischen Gruppe betroffenen Vätern und Müttern die Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen sowie fachlich begleitet und unterstützt zu werden.

Das ganzheitliche Therapiekonzept unserer Klinik bezieht psychische, physische und soziale Aspekte mit ein.

Wir möchten Ihnen die Gelegenheit geben, drei Wochen aus dem Alltag auszusteigen und neue Ideen, Möglichkeiten und Lösungen mit nach Hause zu nehmen, die eine körperliche und seelische Stabilisierung darstellen können.

Therapeutische Angebote:

- Fachärztliche allgemeinmedizinische Betreuung
- Therapeutische Einzel- und Familiengespräche
- Physiotherapie bei Bedarf
- Bewegungstherapeutische Angebote
- Entspannung
- Gesprächsgruppe zur Stressreduktion und Stressbewältigung
- Alltagsbewältigung mit Mehrlingen
- Mehrlinge und ihre Identität
- Diskussion allgemeiner und mehrlingsspezifischer Erziehungsfragen
- Umgang mit Geschwisterrivalität

Termine 2024:

18.01.2024 29.02.2024 05.09.2024
07.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchsteilnehmerzahl: 12



Mütter mit Adoptiv- und Pflegekindern

Familien mit Adoptiv- und Pflegekindern haben im Alltag ganz besondere Herausforderungen zu meistern. So ist häufig eine intensive Zusammenarbeit mit verschiedenen Institutionen erforderlich. Die Kinder benötigen oft eine spezielle Unterstützung und Förderung aufgrund von traumatisierenden Erfahrungen in ihrer Vorgeschichte. Besuchskontakte zur Herkunftsfamilie können sich verstörend auf die Kinder auswirken und das Zusammenspiel in der Familie immer wieder durcheinanderbringen. Sorgen um die Entwicklung der Kinder können Adoptiv- und Pflegemütter ganz besonders belasten. Es kann schwierig sein, ein Adoptiv- oder Pflegekind in die Familie zu integrieren, wenn es außerdem leibliche Kinder in der Familie gibt.

In ihrem Engagement im Interesse ihrer Kinder kann es passieren, dass Adoptiv- und Pflegemütter über eigene Belastungsgrenzen hinausgehen, sich überfordern und in einen Erschöpfungszustand geraten. Dies kann sich in verschiedenen körperlichen und seelischen Beschwerden zeigen, z. B. in Kopf- und Rückenschmerzen, Schlafstörungen oder depressiven Verstimmungen.

Mit unserem langjährig bewährten Schwerpunktangebot möchten wir Adoptiv- und Pflegemüttern die Möglichkeit bieten, im Austausch mit anderen Adoptiv- und Pflegemüttern Sorgen und Belastungen zu teilen sowie sich gemeinsam für die verantwortungsvollen Aufgaben im Alltag zu stärken. Während der Schwerpunktkur wird unser psychologisches Angebot speziell auf die Probleme von Adoptiv- und Pflegefamilien abgestimmt und erweitert.

Das Schwerpunktangebot umfasst:

- Gesprächsgruppe für Adoptiv- und Pflegemütter
- Bei Bedarf psychologische Einzelberatungen
- Soziales Kompetenztraining für Adoptiv- und Pflegekinder ab 8 Jahren
- Vortrag einer Fachanwältin für Familienrecht zum Thema „Rechte von Pflegekindern“
- Informationsveranstaltung des Landesverbandes für Kinder in Adoptiv- und Pflegefamilien Schleswig-Holstein
- Teilnahme an motivierenden und entspannenden Bewegungsangeboten wie z. B. Walking, Wassergymnastik, Yoga
- Kneipp-Therapie
- Hydrojetbehandlung
- Terraintraining in der wunderschönen und naturbelassenen Umgebung
- Kreativ- und Sportangebote
- Kinderbetreuung

Termine 2024:

10.01.2024 21.02.2024 20.11.2024

Mindestteilnehmerzahl: 5

Höchstteilnehmerzahl: 10

Die Klinik Schwedeneck ist darauf spezialisiert, nur Mütter mit Kindern aufzunehmen.



Positive Erziehung - Mehr Freude, weniger Stress mit Kindern

Eltern sind die wichtigsten Menschen für ihre Kinder. In der Aufgabe als Erziehende wägen sie zwischen dem richtigen Maß an Freiraum für Erfahrungen und Grenzen zum Schutz der Kinder ab.

Das klingt so einfach - ist es aber nicht!

Denn Werte, Normen und Strukturen werden immer weniger von der Gesellschaft vorgegeben und unterliegen einem enormen Wandel. Im Umgang mit ihren Kindern fühlen sich Eltern heute häufig verunsichert und orientierungslos. Im angestregten Bemühen, alles richtig machen zu wollen, wird Erziehung zu einer schwierigen Aufgabe, bei der Freude und Leichtigkeit im Zusammenleben mit Kindern manchmal auf der Strecke bleiben. Tägliche Streitereien, Machtkämpfe und Missverständnisse verursachen Stress und können zu verschiedenen körperlichen und seelischen Beschwerden bei Eltern und/oder Kindern führen.

In Anlehnung an den Elternkurs „Starke Eltern - starke Kinder“[®] des Deutschen Kinderschutzbundes haben wir den Kurs „Positive Erziehung“ entwickelt, den wir als Schwerpunktcur im Rahmen einer Mutter-Kind-Kurmaßnahme anbieten.

Wir möchten mit diesem Angebot Mütter in ihrer Erziehungskompetenz stärken und ihnen die Möglichkeit bieten, ihre eigenen Herangehensweisen an diese Lebensaufgabe zu reflektieren.

In der Schwerpunktcur „Positive Erziehung“ werden in vier Gruppensitzungen und einem Schulungsfilm die Grundzüge des Modells der „anleitenden Erziehung“ vermittelt und geübt.

- Welche Werte und Erziehungsvorstellungen leben wir in der Familie?
- Die psychischen Grundbedürfnisse von Kindern - was unterstützt sie/was hemmt sie in ihrer Entwicklung?
- Mehr Klarheit in der Kommunikation
- Probleme erkennen - Probleme lösen

Für ein neues Selbstvertrauen als Erziehende und für mehr Freude im Zusammenleben mit den Kindern gibt das Modell der anleitenden Erziehung eine ideale Hilfestellung und zeigt neue Perspektiven auf. Unser multiprofessionelles Team bietet darüber hinaus zahlreiche Anregungen zum Umgang mit alltäglichen Herausforderungen. Wir laden ein zum Erfahrungsaustausch mit anderen Frauen, zur Selbsterforschung und zu einem liebevollen und fürsorglichen Umgang mit sich selbst.

Termine 2024:

31.01.2024	02.04.2024	15.05.2024
26.06.2024	07.08.2024	18.09.2024
30.10.2024		

Mindestteilnehmerzahl: 6

Höchstteilnehmerzahl: 12

Die Klinik Schwedeneck ist darauf spezialisiert, nur Mütter mit Kindern aufzunehmen.



„gemeinsam gesund werden“ - Onkologische Rehabilitationsmaßnahme für an Brustkrebs erkrankte Mütter und ihre Kinder

unterstützt von der Rexrodt von Fircks Stiftung

Stationäre Rehabilitationsmaßnahmen nach Krebserkrankungen sind schwerpunktmäßig auf die erkrankte Frau ausgerichtet und finden in der Regel in onkologischen Kliniken statt, in denen die Aufnahme von Kindern nicht vorgesehen ist. Mütter, die durch eine erneute Trennung eine weitere Destabilisierung ihrer Kinder befürchten, verzichten oft ganz auf eine Rehabilitationsmaßnahme. Etwa 30 % der Kinder körperlich schwerkranker Eltern entwickeln über zeitweilige Anpassungsstörungen hinausgehende klinisch relevante Symptome vor allem im Bereich von Angst, depressiven oder psychosomatischen Störungen. „Gemeinsam gesund werden“ bietet eine stationäre Rehabilitationsmaßnahme für Mütter mit der Erstdiagnose Brustkrebs gemeinsam mit ihren Kindern innerhalb eines Zeitraums von 6 Wochen bis zu einem halben Jahr nach Abschluss der Ersttherapien. Bei eigener Indikation können auch Väter als Patienten aufgenommen werden, was die Rehabilitation der gesamten Familie unterstützt.

Unsere therapeutischen Angebote für Mütter:

- Medizinische Rehabilitation mit fachärztlicher Betreuung und entsprechender physiotherapeutischer Behandlung
- Steigerung der allgemeinen körperlichen Belastbarkeit
- Medizinische Fachvorträge
- Sozialberatung
- Psychologische Rehabilitation und ganzheitlich orientierte Gesundheitsförderung durch psychologische Gruppenangebote
- Ergänzende Einzelberatung je nach individueller Problemlage
- Psychoedukatives Seminar zum Thema „Kommunikation in der Familie“
- Psychologische Elternberatung begleitend zu allen Kindertherapien
- Gemeinsame Zeit und Aktivitäten mit dem Kind

für Schulkinder:

- Alters- und bedarfsdifferenzierte psychologische Themengruppen für Schulkinder bis 12 Jahren zur Förderung aktiver Bewältigungsmechanismen
- Angebote zur Kinderentspannung für Schul- und Vorschulkinder
- Einzelgespräche zur ergänzenden individuellen Unterstützung und Problemlösung
- Einbeziehung diagnostischer Beobachtungen aus den Kindertherapien in die Beratung der Eltern

für Väter:

- Information, Austausch und Beratung: „Männergruppe“
- Möglichkeit zur Teilnahme an Beratungsgesprächen bezüglich der Kinder sowie an Vorträgen

Ziel der Maßnahme ist, neben der onkologischen Rehabilitation für die Mutter, die Prävention psychischer Störungen bei den Kindern und eine Unterstützung des gesamten Familiensystems.

Termine 2024:

09.01.2024	30.01.2024	20.02.2024
12.03.2024	02.04.2024	23.04.2024
14.05.2024	04.06.2024	25.06.2024
16.07.2024	06.08.2024	27.08.2024
17.09.2024	08.10.2024	29.10.2024
19.11.2024		

Mindestteilnehmerzahl: 8



Vorsorge- und Rehabilitationseinrichtungen für Mutter und Kind/Vater und Kind

Im Verbund der
Arbeitsgemeinschaft Eltern & Kind Kliniken

Dr.-Emil-Brichta-Straße 1 · 94036 Passau
Unser Beratungsteam erreichen Sie unter T 0851 49060-060

arge@mutter-kind.de · www.mutter-kind.de

