



Zeit für die Insel

Indikationsgerechte Vorsorge und Rehabilitation
bei psychosomatischen Krankheiten, Haut- und
Atemwegserkrankungen für Mütter, Väter und Kinder



Herzlich willkommen!

Kinder, Ehe, Beruf und Haushalt unter einen Hut zu bekommen ist ein Kraftakt. Die ständige Mehrfachbelastung stresst, sie kann sogar krank machen. Am Ende stehen Diagnosen wie Burn-out, Atemwegserkrankung, Magen-Darm-Störung, Adipositas. Psychosomatische Krankheiten entstehen in solchen Situationen und werden chronisch – bei Müttern, Kindern und immer öfter auch bei Vätern.

Dann hilft vor allem eines: stationäre Vorsorge und Rehabilitation in der Rehaklinik Borkum mit indikationsgerechter Therapie nach einem ganzheitlichen, psychosozialen Ansatz. Qualifizierte Ärzte, Psychologen, Physiotherapeuten, Pädagogen und Therapeuten kümmern sich um Sie und Ihre Familie.

Die beiden Häuser der Klinik Borkum liegen in unmittelbarer Nähe zum Strand und bieten Platz für jeweils bis zu 40 Mütter oder Väter und Kinder.

Mutter-Kind-Kur oder Vater-Kind-Kur: Wege aus der Krise, neue Perspektiven in einem gesünderen Leben. Auf Borkum entwickeln Sie Zukunftschancen.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung!

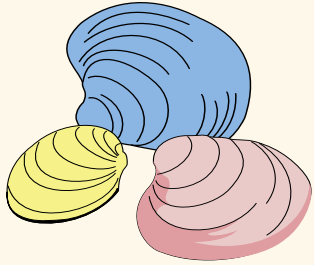


Haus Leuchtfeuer für Mütter, Väter und Kinder



Haus Frisia – nur für Mütter und Kinder





Borkum macht gesund



Drei Wochen Hochseeklima – der stationäre Aufenthalt in der Rehaklinik Borkum bietet beste Voraussetzungen, um gesund zu werden. Ihre Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt, das Therapieprogramm wird genau auf Sie und Ihre Gesundheitsbeschwerden zugeschnitten: ärztliche und therapeutische Behandlung, Entspannungstherapie und Gesundheitsschulung.

„Aktive“ Angebote stehen auch bei der Sport- und Bewegungstherapie im Vordergrund: Übungen und Bewegungsformen, die Sie zuhause ohne großen Aufwand weitermachen können, um kontinuierlich etwas für Ihre Gesundheit zu tun.

Neben all dem ist es wichtig, zur Ruhe zu kommen. Dazu haben Sie genügend Zeit, denn wir kümmern uns um Ihre Kinder. In altersgerechten Gruppen werden sie betreut und bei entsprechender Indikation natürlich ebenfalls behandelt. Unsere Angebote zur Förderung der Eltern-Kind-Beziehung bieten Chancen, das „Miteinander“ wieder zu ermöglichen oder zu verbessern.

Besonders wichtig ist, nach der Rückkehr nicht wieder in den alten Trott zu fallen. Wir geben Ihnen viele Tipps für daheim und bereiten die ambulante Weiterversorgung oder den Kontakt zu Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen an Ihrem Wohnort vor.



Die therapeutischen Konzepte der Rehaklinik Borkum

In den Kliniken der Kur + Reha GmbH haben wir für viele Krankheiten spezielle Behandlungskonzepte entwickelt. Qualität und Ergebnisse dieser „indikationsgerechten Therapie“ aus genau aufeinander abgestimmten Elementen sind sehr gut.

Psychische und psychosomatische Störungen

Körperliche und emotionale Erschöpfung, völlig ausgebrannt sein – immer mehr Eltern leiden unter einem Burn-out-Syndrom. Die Veränderung ist schleichend, Müdigkeit, Kraftlosigkeit, Stimmungsschwankungen und insbesondere Intoleranz den Kindern gegenüber sind Symptome dieser Krankheit.

Losgelöst vom Alltag gelingt es in einer stationären Mutter- oder Vater-Kind-Kur am besten, die negativen Kreisläufe zu durchbrechen. Um Wege aus der Krise zu finden, werden die individuellen Belastungsprofile und Verhaltensweisen analysiert. Mit medizinischer und psychosozialer Unterstützung können Bewältigungsstrategien erarbeitet und unterschiedliche Entspannungsmethoden erlernt werden. Daneben legen wir großen Wert auf die Verbesserung der Eltern-Kind-Beziehung.



Vater-Kind-Reha

Auch Väter leiden zunehmend an einer Mehrfachbelastung aus Beruf, Haushalt, Kindererziehung. Viele Krankheiten entstehen oder verschärfen sich unter diesem Stress. Väter psychisch und physisch zu stärken und Gesundheitsstörungen zu rehabilitieren, das ist das Ziel der Vater-Kind-Reha auf Borkum. Dabei kommt der Auseinandersetzung mit den belastenden Faktoren und dem Erlernen neuer „Wege, als Mann mit diesem Stress umzugehen“ besondere Bedeutung zu.

Vater-Kind-Reha in der Klinik Borkum bietet **seit über 10 Jahren** speziell auf Väter zugeschnittene Hilfe, die ausschließlich im Haus Leuchtfeuer angeboten wird.

Weitere Informationen erhalten Sie von Montag bis Freitag 8 bis 19 Uhr bei unserem Beratungsteam.

Anruf genügt: **0 800 2 23 23 73**



INDIKATIONEN

bei Eltern:

- Psychische Störungen wie reaktive Depression und Angststörungen
- Körperliche Beschwerden mit psychischer Beteiligung, z. B. Magen-Darm-Störungen, Spannungskopfschmerzen
- Atemwegserkrankungen (z.B. rezidivierende Infekte, Asthma)
- Hauterkrankungen

bei Kindern:

- Atemwegserkrankungen
- Hauterkrankungen



DIAGNOSTIK

- Ärztliche Anamnese und Untersuchung
- Organmedizinische Funktionsdiagnostik
- Beobachtung der Eltern-Kind-Interaktion
- Sozialanamnese

THERAPIE

Im Rahmen eines ganzheitlichen Behandlungskonzepts, entsprechend den individuellen Bedürfnissen, wird der Therapieplan aus diesen Elementen zusammengestellt:

- Medizinische Beratung und Untersuchung
- Medizinische Schulung
- Balneo-physikalische Maßnahmen
- Wasseranwendungen
- Klimatherapie
- Physiotherapie
- Entspannungstherapie
- Psychotherapie
- Sozialtherapie und Beratung

TEAM

Fachkräfte aus

- Medizin (Innerer Medizin, Sozialmedizin, Konsiliardienst Dermatologie)
- Psychologie
- Gesundheits- und Krankenpflege
- Sozial- und Heilpädagogik
- Physiotherapie
- Pädagogik
- Ernährungsberatung



Eltern-Kind-Interaktion

Unter dem Druck einer Krankheit verschlechtert sich oft die Beziehung von Eltern und Kindern. Dann verhalten sich die „lieben Kleinen“ nicht so, wie es sich die Erwachsenen wünschen. Kinder provozieren, um Aufmerksamkeit zu erhalten.

Die Angebote zur Eltern-Kind-Interaktion helfen, zur Normalität zurück zu kehren. Elternschulung, gemeinsame Gesundheitsschulung für Eltern und Kinder, pädagogische Betreuung in den Kindergruppen und sozialpädagogische Förderung tragen dazu bei, die emotionale Beziehung zwischen Mutter bzw. Vater und Kind zu verbessern oder wieder herzustellen.

Übrigens: Nach drei Wochen heißt es dann: „Mama und mir geht es wieder richtig gut“.



Sand, Meer und mächtig was los

- **Kinderbetreuung:** werktags min. 45 Stunden in der Woche. Im Haus Frisia können Kinder ab 4 Jahren mittags in den Kindergruppen essen.
- **Jugendhaus „Fritz“:** ein eigenes Gebäude für ältere Kinder (geöffnet während der Hauptferienzeiten)
- **Hausaufgabenbetreuung:** (ganzjährig 5 x wöchentlich 60 Min.)
- **Gruppenangebote:** Bewegung, Entspannungsübungen für Kinder



Hi Papa
Stell dir vor, mein Kisten ist
ganz weg überfallen mache ich jeden
Tag mit Mama einen Spaziergang am
Strand.
Dort haben wir schon viele Muscheln für
dich gesammelt. Es ist echt
koll hier, viele andere Kinder und alle
sind nett.



Jubi



Wenn eine Kostenzusage für eine behandlungsbedürftige Indikation vorliegt, werden die Kinder nach einem individuellen, indikationsgerechten Therapieplan behandelt. Speziell für sie gibt es entsprechende medizinische Behandlung, Bewegungstherapie und Physiotherapie.

Weitere Angebote für Kinder: Spielplatz, Kreativangebote, Ausflüge ins Nordsee-Aquarium, Heimatmuseum oder zum Leuchtturm

Aufnahmealter der Kinder: 2-12 Jahre



Die Insel in der Nordsee

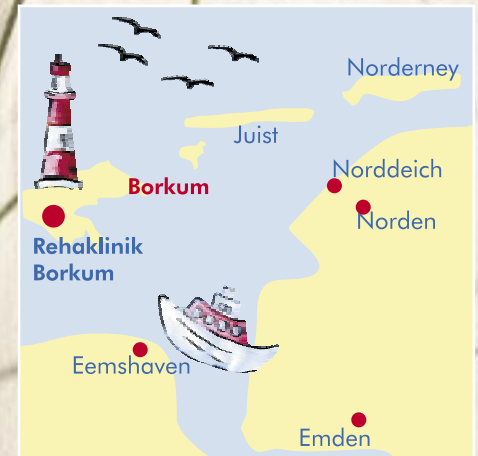
„Auf Borkum ist alles anders“, heißt es nicht nur unter den Insulanern. Es ist wirklich anders – das Meer, der Strand, die Wanderwege. Pure Erholung im Hochseeklima. Das spürt man, das genießt man, hier entspannt man. Nehmen Sie sich Zeit, Borkum zu erkunden – bei einem Rundgang durch den Ort oder bei einer Tour auf den wildromantischen Rad- und Wanderwegen der Insel.

Die Rehaklinik Borkum liegt in der verkehrsberuhigten Kurzone der Insel. Nur wenige Schritte trennen die Häuser vom Strand. Bewegungstherapie am Meer (z.B. Nordic Walking), Drachen steigen lassen, Sandburgen bauen, mit dem Rad durch die faszinierende Dünenlandschaft streifen – alles Gute liegt direkt vor der Haustür. Genießen Sie die frische Brise und die Ruhe – besonders außerhalb der Sommerferienzeiten.



Familienappartements

In den beiden Häusern der Rehaklinik Borkum werden Sie in Familienappartements untergebracht. Je nach Anzahl Ihrer Kinder wohnen Sie in entsprechenden Appartements, zur Ausstattung gehören natürlich Dusche, WC, TV, Durchwahltelefon, Babyfon und WLAN (kostenpflichtig).



► **Bequeme Anreise: mit dem Zug z.B. nach Emden, dann mit der Fähre und anschließend mit der Inselbahn. Das Gepäck kann vorausgeschickt werden.**

Frisia und Leuchtfeuer – Traditionshäuser im Nordseeheilbad



Die historischen Mauern verleihen der Rehaklinik Borkum eine familiäre Atmosphäre. In den vergangenen Jahren wurden die beiden Häuser Frisia und Leuchtfeuer regelmäßig umgebaut und renoviert. Alle Zimmer verfügen nun über einen modernen Vinylboden in Holzoptik. Durch die Farbgestaltung von Wasser und Sand sowie die neuen Dekorationselemente erhalten die Zimmer gleichzeitig ein maritimes wie auch modernes Ambiente. Zur Ausstattung beider Gebäude gehören:

- o Physikalische Abteilungen
- o Bewegungs- und Sporträume
- o Therapiebäder
- o Saunen
- o Aufenthaltsräume
- o Spiel- und Werkräume
- o Kinderspielplätze, Jugendhaus „Fritz“
- o Teeküchen
- o Waschmaschinen, Trockner, Bügeleisen

In Haus Frisia werden nur Mütter mit Kindern aufgenommen, in Haus Leuchtfeuer Mütter, Väter und Kinder.



druck 02 18

Rehaklinik

Borkum

für Mutter - Vater - Kind

Postfach 1640

26742 Nordseebad Borkum

Telefon 0 49 22/3 06-0

Telefax 0 49 22/3 06-199

Klinik.Borkum@kur.org

IK-Nr. 510 344 937

Träger: Kur + Reha GmbH



Zertifiziertes Qualitätsmanagement für Rehakliniken nach §20 Abs. 2a SGB IX

Fragen zur Kur – Einfach anrufen!

Wenn Sie Fragen zur Kur haben oder Hilfe bei der Antragstellung benötigen: Rufen Sie einfach an!

Unsere Mitarbeiterinnen helfen Ihnen gerne weiter – kostenlos unter **0800 2 23 23 73**, Montag bis Freitag von 8 - 19 Uhr.

Übrigens: Mutter-Kind- bzw. Vater-Kind-Kuren sind Pflichtleistungen der Krankenkassen.

Infos: www.klinik-borkum.de

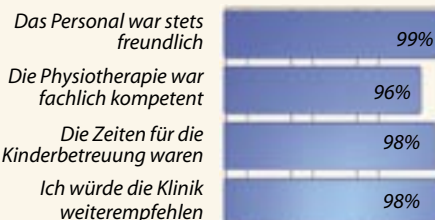
Das Haus Frisia der Rehaklinik Borkum ist eine anerkannte Einrichtung der



Ely Heuss-Knapp-Stiftung
Müttergenesungswerk

Bestnoten für die Rehaklinik Borkum

Ihre Meinung ist uns wichtig: wir befragen unsere Patienten systematisch, ob sie mit der Klinik und den Leistungen zufrieden waren. Die Rehaklinik Borkum bekommt dabei gute Noten in allen Bereichen. Hier einige repräsentative Ergebnisse aus den über 50 Fragen:



0% sehr gut und gut 100%