

# Herzlich Willkommen in der Sonnenberg Klinik

## Vorwort

Wie heißt es doch im Schlager: Ich bin Hausfrau, Mutter, Sekretärin, Krankenschwester, Kummerkasten und alles andere für meine Familie in einer Person.

Vielleicht sind Sie aber auch Vater, Ernährer, Spielkamerad, Ehemann und noch vieles mehr in einer Person.

Beides ist eine Herausforderung für Sie und Ihre Familie.

Da will das Kind versorgt, der Hund gassi geführt, die Wasch- und Spülmaschinen gefüllt, die Wäsche gebügelt werden und das Telefon steht auch nicht still. Am Nachmittag kommen dann die Kinder aus der Schule und das Elterntaxi muss zum Sportplatz, in die Musikschule usw. fahren.

Alle die kleinen Dinge des Alltags - gepaart mit Zeitmangel für die eigene Fürsorge - können in der Summe zu einer chronischen Stressbelastung und körperlichen Beschwerden führen.

Mit Ihrer Entscheidung für eine Vorsorge- oder RehaMaßnahme in unser Haus zu kommen haben Sie eine gute Wahl getroffen, bzw. möchten wir Ihnen hier die Vorteile einer Maßnahme in unserem Haus zeigen.

Die Stärke der Sonnenberg Klinik Bad Bertrich ist das ganzheitliche Verständnis im Team: Ärzte, Schwestern, Therapeuten, Kinderbetreuer und alle anderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verständigen sich regelmäßig über gemeinsame Schritte für Ihr Wohlbefinden. Dabei geht es uns vor allen Dingen darum **Sie, aktiv** in Ihren Genesungsprozess mit einzubinden. Wir möchten gerne mit Ihnen arbeiten und nicht nur an Ihnen Arbeiten. Niemand kennt Ihre Probleme und Problemchen besser als Sie selbst.

Stellen Sie sich doch einfach mal vor Ihr Leben würde funktionieren wie ein Getriebe. Jedes Zahnrad braucht einen guten Kontakt zum nächsten Zahnrad. Wenn es an einer Stelle klemmt kann das ganze Getriebe nicht mehr einwandfrei funktionieren. Die Anzahl der Zahnräder ist beliebig hoch: Eines für jedes Kind, eines für den Partner / Partnerin, eines für Ihren Beruf usw. .

Unsere Kontaktmöglichkeiten:

Telefonnummer:

Tel. 0 26 74 – 28899 – 50

Fax: 0 26 74 – 28899 – 14

Klinik Sonnenberg

Auf der Sees, 56864 Bad Bertrich

Email: [info@klinik-sonnenberg.de](mailto:info@klinik-sonnenberg.de)

## Inhaltsverzeichnis

Seite	Thema
1	Vorwort
2	Inhaltsverzeichnis
3	Die Klinik stellt sich vor / Ausstattung
4	Unser Team
5	Besucher empfangen
6	Indikationen - welche Gesundheitsstörungen können wir behandeln? Indikationen bei Erwachsenen und Kindern
7	Basistherapie und Basisdiagnostik
8	Therapieangebote
9	Therapieangebote für therapiepflichtige Kinder
10	Kinderbetreuung / Stützunterricht für schulpflichtige Kinder
11	Kostenlose Begleitperson

## Die Klinik stellt sich vor:

Die Lage am Ortsrand des idyllischen Kurbades Bad Bertrich ist naturnah, dennoch nur wenige Gehminuten vom einladenden Ortszentrum entfernt.

Zwischen den weitläufigen, ruhigen Wäldern der südlichen Vulkaneifel und der faszinierenden Weinkulturlandschaft der Mosel liegt zwischen Trier und Koblenz das Staatsbad „Bad Bertrich“.



Zahlreiche Freizeitaktivitäten in der Gegend machen Ihren Aufenthalt zum Erlebnis.

## Ausstattung unserer Klinik:

Neben eigenen, langjährig in der Vorsorge und Rehabilitation von Eltern-Kind spezifischer Erkrankungen und Problemstellungen spezialisierten Therapeuten, steht durch räumliche und personelle Anbindung in die orthopädische „Elfenmaarklinik“ und deren Kooperationspartnern ein breites therapeutisches Spektrum zur Verfügung, wodurch eine hohe Flexibilität und ein bedarfsgerechtes Angebot unter Wahrung ökonomischer Grundsätze möglich ist.



Die Klinik-Sonnenberg bietet Aufnahme in 19 Familien-Appartements und Studios mit bis zu

74 Betten für Klein- und Großfamilien, bei einer durchschnittlichen Belegung mit 50 Personen. Darüber hinaus können Mütter/Väter ohne Begleitung ihrer Kinder ebenfalls aufgenommen werden. Durch die Elfenmaarklinik werden – unmittelbar angebunden – 2 behindertengerechte Zimmer für den Bedarfsfall zur Verfügung gestellt.

Die überschaubare Größe trägt zu einer familiären Atmosphäre bei, die eine rasche Eingewöhnung in das therapeutische Umfeld ermöglicht und im Rahmen soziotherapeutischer Behandlungen genutzt wird.

Durch diese Organisationsstruktur kann die Klinik-Sonnenberg ihrem Motto - kleines Haus mit großen Möglichkeiten - gerecht werden.

## Zimmer und Studios

Die Sonnenberg-Klinik ist zweckmäßig und – natürlich– kinder- und familienfreundlich ausgestattet. Sie verfügt über große, helle Apartments und Studios, gerne auch für größere Familien mit 3-4 Kindern. Jedes Zimmer ist mit einem eigenen Bad mit Dusche und WC ausgestattet.

Alle Zimmer sind mit Telefonen ausgestattet auf welchen Sie kostenfrei erreichbar sind.



Ausgehende Gespräche sind in der kostenpflichtigen Medienflatrate inkl. Internet im Zimmer und TV buchbar.

Einen kostenfreien Hotspot und Fernseher bieten wir im Elternzimmer.

## Unser Team

Unser Team begleitet Sie und Ihre Kinder beim aktiven Gesundheitstraining.

**Ziel unserer ganzheitlichen Behandlung ist, dass sie Ihr Wohlbefinden wiedererlangen und Ihre Gesundheit auch Zuhause stabilisieren und erhalten können.**

Das Team der Sonnenberg-Klinik aus Ärztin, Psychologin, Physiotherapeut, Arzthelferin und Heilpraktikerin, Diätassistentin, Erzieherinnen, Bewegungstherapeutin, geschulte Assistenzen der Kinderbetreuung und Kreation arbeitet, unterstützt durch Ärzte, Krankenschwestern, Physiotherapeuten, Sozial- und Ergotherapeuten des orthopädischen Reha – Zentrums Elfenmaar, mit Ihnen für Ihre Gesundheit.

Nicht zu vergessen die Mitarbeiter und Helfer, die „hinter den Kulissen“ für Ihr Wohlbefinden Sorge tragen.

**Engagiert, qualifiziert und effizient an der Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation unserer Rehabilitanden zu arbeiten, haben sich alle Mitarbeiter verpflichtet.**

Getreu dem Motto „*Junge Köpfe - frische Ideen*“ werden in unserer Klinik junge Menschen auf dem Weg Ihrer Berufsausbildung begleitet. In Kooperation mit dem Bildungszentrum Eifel Mosel - Berufe im Gesundheitswesen bilden wir angehende Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten aus. Gerne können wir Ihnen auch einen ergänzenden Praktikumsplatz für die schulische Ausbildung oder eine Stelle für Ihr freiwilliges soziales Jahr anbieten.

## Besuch von Angehörigen



Der Besuch von Angehörigen und Freunden ist in unserem Hause sehr willkommen.

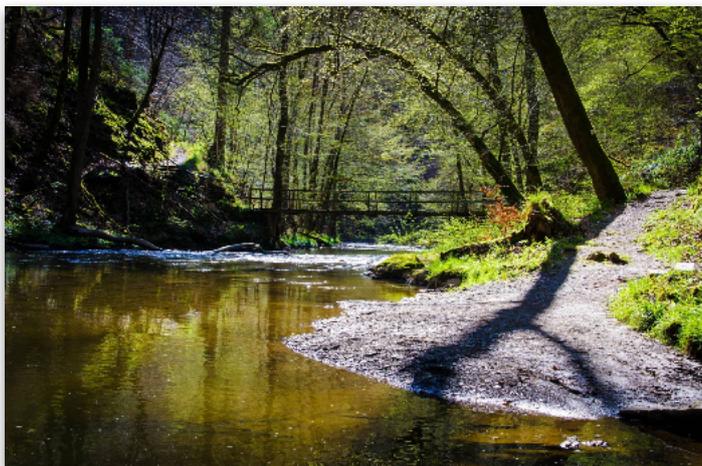
Schließlich ist jeder Kontakt während des Aufenthalts in unserer Klinik Sonnenberg von großer Bedeutung und kann die Genesung positiv beeinflussen.

Sehr nahe Angehörige können auch hier in der Klinik übernachten. Wenn möglich werden Ihre Angehörigen in Ihrem Zimmer einquartiert.

## Aktiv Freizeit gestalten

Ob im „Kinderland“, in der „Krabbelgruppe“, auf dem Spielplatz und der Spielwiese unmittelbar vor dem Haus oder einfach in der nahegelegenen Natur werden Ihre Kinder von kompetenten und liebevollen Erzieherinnen nicht nur betreut und sorgsam behütet, sondern darüber hinaus zu sinnvollem Erleben angeregt und individuell gefördert.

Auch stützender Unterricht gehört – nach vorheriger Absprache – zum Angebot. Gemeinsam mit Ihren Kindern steht Ihnen das großzügige Hallenschwimmbad mit zwei Schwimmbecken des benachbarten Reha-Zentrums ELFENMAAR jeden Tag zur Verfügung. Sie können aber auch die vielfältigen Freizeit- und Sportangebote wie z.B. Nordic-Walking, Wanderungen oder die Sauna im Hause nutzen.



Wenn Sie „die Seele einmal baumeln lassen“ wollen und das Wetter es zulässt – relaxen Sie auf unserer Sonnen-Dach-Terrasse, oder im nahegelegenen Naturfreibad Pulvermaar in Gillenfeld.

Zur Freizeitgestaltung gehören auch Basteln unter Anleitung, gemeinsame Spiele, Musik und Busausflüge in die reizvolle Umgebung von Mosel und Vulkaneifel. Und weil bekanntlich die „Liebe auch durch den Magen geht“, bietet unsere gesunde, regionale Frischküche jeden Tag Gerichte mit leckeren Alternativen für jeden Geschmack.

Übrigens: Ihre Besucher und Gäste sind während der Kurmaßnahme hier jederzeit herzlich willkommen und können gerne unsere Gesundheits- und Wellnessangebote buchen.

## Indikationen

Unsere Stärke ist das ganzheitliche Verständnis im Team: Ärzte, Schwestern, Therapeuten, Kinderbetreuer und alle anderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verständigen sich regelmäßig über gemeinsame Schritte für Ihr Wohlbefinden.

Durch die Enge Zusammenarbeit mit dem benachbarten Reha-Zentrum für Orthopädie sowie weiteren Kooperationspartnern vor Ort, können wir ein außergewöhnlich breites und spezialisiertes Behandlungsspektrum anbieten.

### Bei Müttern / Vätern

Mit folgenden Erkrankungen oder Gesundheitsstörungen nehmen wir in der Sonnenberg Klinik unsere erwachsenen Patienten auf:

- Erschöpfungen und psychosomatische Erkrankungen
- Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Entzündliche rheumatische Erkrankungen
- Fehlernährung und Verdauungsstörungen

Sollte eine nicht aufgeführte Erkrankung bei Ihnen bestehen, besprechen wir gerne mit Ihnen, ob unsere Klinik für Sie geeignet ist.

### Bei Kindern

- Störungen des Bewegungsapparats
- Störungen der Atmung und Immunität
- Störung der allgemeinen Entwicklung und der Sozialpädiatrie
- Störung der Ernährung

## Kontraindikationen

Wann können wir Sie **nicht** in unserer Klinik aufnehmen?

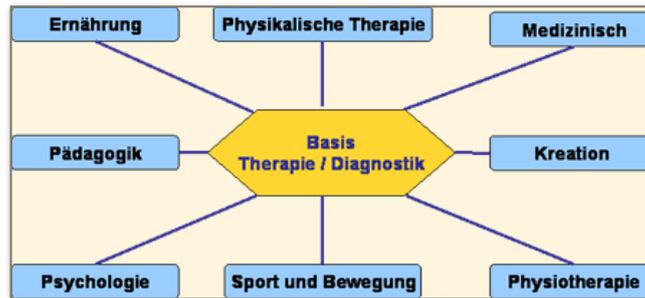
- Wenn Sie an einer akuten Erkrankung leiden, welche eine stationäre Behandlung in einem Krankenhaus notwendig macht.
- Wenn Sie an einer schweren psychiatrischen Erkrankung leiden
- Wenn Sie an einer Suchterkrankung leiden
- Wenn Sie an einer ansteckenden Erkrankung leiden
- Während der Schwangerschaft nehmen wir Sie nur nach Rücksprache auf

Wir integrieren unsere Patienten und deren Kinder aktiv in den Behandlungsprozess. Dies bedeutet das Sie in die Lage versetzt werden kleine Wehwehchen ohne Fremde Hilfe zu kurieren. Nach unserem Verständnis ist jeder für seine eigene Behandlung der beste Spezialist. Sie erhalten von uns einen Therapieplan mit vorgegebenen Therapien, welche Sie aktiv ergänzen können. Hierzu bestehen reichhaltige Therapie- und Freizeitangebote an den Nachmittagen. Wählen Sie z.B. aus physio- und sporttherapeutischen Angeboten oder Selbsthilfegruppen, oder psychologischen Seminaren und Übungen oder kommen Sie mit Ihren Kindern zu einem gemeinsamen Bastelangebot.

Alles was Sie selber in die Hand nehmen, dient Ihrer Gesundheit und somit auch der Familie.

Gerne Zeigen wir Ihnen den Weg zur Gesundheit - gehen müssen wir alle diesen Weg jedoch selber. Machen wir uns doch einfach gemeinsam auf den Weg.

## Unsere Basis-Diagnostik

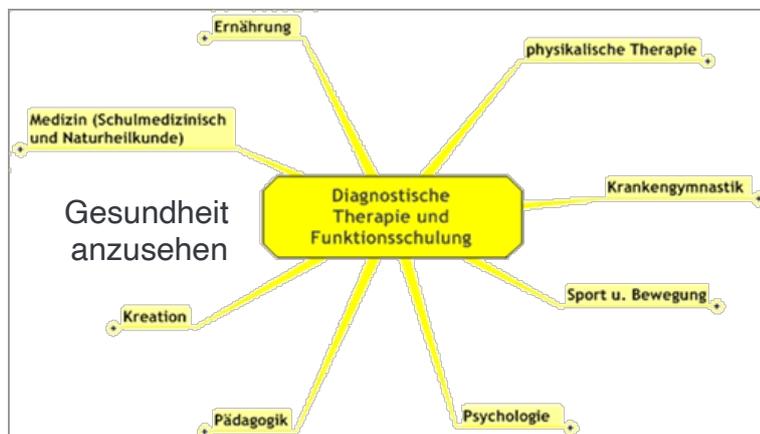


Nach ärztlicher Aufnahme mit umfangreicher Anamnese basierend auf grundlegenden Vorgaben der Rentenversicherungsträger und den Vorgaben für Mutter-Kind-Vorsorge- und Rehabilitationseinrichtungen, erfolgt eine Funktions- und Fähigkeitsdiagnostik in den Bereichen

- Bewegungsapparat
- Psychisches Befinden
- Ernährung
- Erziehungs- und Sozialverhalten, familiäre und soziale Kompetenz, die durch Verlaufsbeobachtungen u. Verlaufsdagnostik ergänzt werden.

Als **besondere Stärke** erweist sich hierbei die überschaubare Größe der **Sonnenberg Klinik**, die **rasche Information** durch **kurze Wege** ermöglicht.

## Unsere Basis Therapie



Viele unterschiedliche Faktoren wirken sich auf unsere Gesundheit und auch auf bestehende Erkrankungen aus. Hieraus ergibt sich, dass unsere als ganzheitlicher Prozess ist. Das Wissen um solche Faktoren eröffnet verschiedene Behandlungsansätze, die wir im Bestreben der Harmonisierung von Körper- Seele- und Geist nutzen.

Sie alle kennen die Phänomene, dass sich Schmerzen unter Stress verstärken oder Stress zu Rücken oder Kopfschmerz führen kann. „Rückengeplagte“ Übungen durchführen sollten, sie diese aber nicht kennen oder in den Alltag integrieren können.

**Wir haben für unsere Patienten ein Basis Programm entwickelt, dass all diese Zusammenhänge berücksichtigt.** Hierbei wurden insbesondere auch auf die Bedürfnisse von Müttern mit kleinen Kindern beachtet.

# Therapieangebote



## *Physiotherapie*

Wir behandeln mit konventionellen Techniken aus dem Bereich der Physiotherapie wie z.B. manuellen Techniken, klassische Massagen, Wickeln oder heiße Rolle

Eine individuelle Therapieplanung übernimmt unsere Ärztin bei Ihrer Aufnahmeuntersuchung.

## *Sport- und Bewegungstherapie*

- Wassergymnastik
- Gruppengymnastik
- Selbsthilfegruppen



## *Psychotherapie*

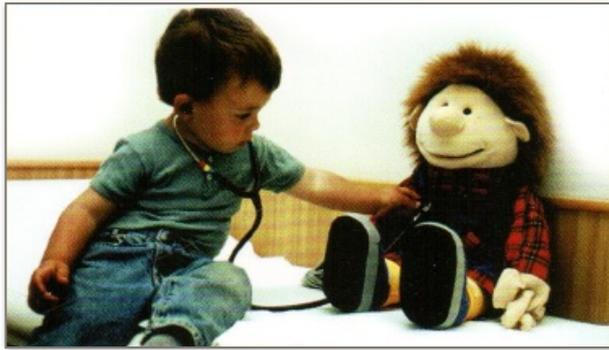
- Gruppenseminare
- Achtsamkeitstraining
- Verschiedene Entspannungstechniken wie z.B. Progressive Muskelentspannung
- Gesprächstherapie

## *Ärztliche Therapie*

- Medizinische Vorträge
- Praktische Anleitungen zur Selbsthilfe
- Visitationen
- Homöopathie



## Unser Therapieangebot bei Kindern



Ziel unserer Behandlung ist vordringlich die Selbstheilungskräfte anzuregen und eine natürliche Entwicklung zu unterstützen.

Wir begleiten die Kinder soweit als möglich in ihrem Gesundungsprozess und ihrer Entwicklung mit beübenden und umstimmenden Verfahren der ganzheitlichen Medizin.

- Atem- und Haltungsgymnastik
- Entspannungstraining
- Bewegungstherapie wie Frühsport und Fußgymnastiken
- Rückenschulung für Schulkinder
- Kneipp' Behandlungen gehören zum regelmäßigen Angebot.

Zudem werden entsprechend der Erkrankung und des Verlaufes weitere individuelle Behandlungen sowie begleitende Therapien der Naturheilkunde eingesetzt.

Die Kinder werden zur regelmäßigen Eigenbeübung, abgestimmt mit dem Entwicklungsstand befähigt. Die Behandlungen dienen darüber hinaus der Förderung des Sozialverhaltens und werden in abgestimmten Gruppen durchgeführt.

Ganz bewusst werden die Kinder für die überwiegenden Behandlungen von den Therapeuten aus der Kinderbetreuung abgeholt. Ein unnötiger Stress für die selbstbehandlungsbedürftigen Mütter wird hierdurch vermieden. Sowohl die Kinder wie auch die Mütter können sich auf ihren eigenen Therapieplan konzentrieren.

Aber auch gemeinsame Aktivitäten sind im Behandlungsprogramm vorgesehen.

## Kinderbetreuung

Eltern wünschen sich die Gewissheit, dass ihre Kinder während der Therapiezeit gut aufgehoben sind und liebevoll betreut werden. Die Sicherheit einer professionellen Betreuung wirkt sich letztendlich auf den Behandlungserfolg aus. Unabhängig ob Ihre Kinder selbst als therapiebedürftig oder als Begleitung mitkommen, bieten wir in der Sonnenberg Klinik Bad Bertrich eine ganztägige Betreuung an den Therapietagen sowie an Samstagvormittagen (mit Anmeldung). In altersgerecht und entwicklungsfördernden Gruppen erleben die Kinder Spaß-Spiel-Kreativität und Bewegung.

Zur Stärkung der Mutter/ Vater- Kind Beziehung sind gemeinsame Aktivitäten vorgesehen, z.B. Mutter/Vater-Kind Turnen, Ausflüge und Bastelangebote.

Unser Ziel ist es ihre Kinder in ihren Stärken und Fähigkeiten zu fördern, aber auch Schwächen zu erkennen. Im Sozialverbund werden ihre Kinder pädagogisch angeleitet. Die Beobachtung der Kinder während der Betreuung hilft uns darüber hinaus Sie in Erziehungsfragen zu beraten.

### Betreuungszeiten:

Kinder ab 3 Jahren werden in der „Kinderlandgruppe“ betreut.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 08:30 – 12:00 und von 13:15 – 17:00 Uhr

Für Schulkinder gibt es eine separate Gruppe mit den gleichen Betreuungszeiten.



Individuelle Fragen zu den einzelnen Betreuungsgruppen und Zeiten lassen sich am besten in einem persönlichen Gespräch erläutern – rufen Sie uns hierzu gerne an.

### Stützunterricht für Schulkinder:

Kinder, welche während des Kuraufenthaltes schulpflichtig sind, erhalten nach Voranmeldung Hilfe bei der Ausarbeitung der Schularbeiten.

Durch die Schule der Kinder wird im Vorfeld festgelegt welcher Stoff hier in der Klinik bearbeitet werden sollte. Während der Schulferien ihrer Kinder, findet kein Stützunterricht statt.

Ihr Kind kann nur dann am Stützunterricht teilnehmen, wenn von der Schule des Kindes eine Aufgabenstellung erfolgt.

## Kostenlose Begleitpersonen

Patienten, die mit mehr als zwei Kindern (3 oder mehr Kinder) zur Kur anreisen, haben die Möglichkeit, eine Begleitperson kostenfrei mitzunehmen – beispielsweise den Vater oder die Mutter.

Die einzige anfallende Gebühr ist die Kurtaxe in Höhe von ca. 45,- €, die einmalig für die gesamte Aufenthaltsdauer erhoben wird. Die Begleitperson muss eine Bezugsperson für die Kinder sein und wird in der Regel im selben Zimmer wie die Familie untergebracht.

Während Sie sich vollständig auf Ihre Kur konzentrieren, übernimmt die Begleitperson die Betreuung Ihrer Kinder.

### Voraussetzungen für eine Begleitperson

- Die Begleitperson muss während des Großteils der Kur anwesend sein, insbesondere in der ersten Woche.
- Eine nur tageweise Anwesenheit ist nicht ausreichend – in diesem Fall können wir die Begleitperson nicht kostenfrei unterbringen.

### Welche Erwartungen haben wir an eine Begleitperson?

- Mindestalter: 18 Jahre
- Rolle: Sie sind ausschließlich als Unterstützung für Ihren Partner bzw. Ihre Partnerin vorgesehen.
- Kinderbetreuung: Im Krankheitsfall Ihrer Kinder übernehmen Sie die Betreuung, damit Ihr Partner bzw. Ihre Partnerin die Kur ohne Unterbrechung fortsetzen kann.
- Wenn Ihre Kinder Trennungsschwierigkeiten haben oder noch keine Fremdbetreuung gewöhnt sind, dann übernehmen Sie die Betreuung der Kinder.
- Zurückhaltung: Während der Maßnahme stehen die Bedürfnisse Ihres Partners bzw. Ihrer Partnerin im Vordergrund – eigene Interessen treten in den Hintergrund.

Damit wir den Aufenthalt bestmöglich planen können, benötigen wir spätestens drei Wochen vor Kurantritt eine **verbindliche** Anmeldung.

**Wichtig:** Die Kosten für die Begleitperson werden vollständig von der Sonnenberg GmbH getragen und nicht von den Krankenkassen an uns erstattet. Es besteht daher kein Anspruch auf die Mitnahme einer Begleitperson.

Erst wenn Sie von uns eine Bestätigung erhalten haben, ist die verbindliche Aufnahme einer kostenfreien Begleitperson gesichert und möglich.