



KLINIK - BROSCHÜRE

KURZENTRUM NORDERNEY

Mutter – Kind –
Vorsorge- und Rehabilitationsklinik



Zur Information

Liebe Kursteilnehmerin!

Herzlich willkommen im Kurzentrum Norderney!

Wir freuen uns sehr, dass wir Sie bald in unserer Vorsorge- und Rehabilitationsklinik und auf unserer wunderschönen Insel begrüßen dürfen.

Für viele von Ihnen ist es die erste Mutter-Kind-Kur. Dadurch ergeben sich für Sie verständlicherweise viele Fragen.

Um Ihnen die Orientierung in unserem Haus zu erleichtern, haben wir dieses **Gäste-ABC** erstellt. Es ist alphabetisch nach Stichworten aufgebaut und informiert Sie über wichtige Abläufe und Regelungen, um deren Einhaltung wir in Ihrem und unserem Interesse bitten.

Ziel unserer Bemühungen ist die Wiederherstellung Ihrer Gesundheit und ein für Sie und Ihre Kinder angenehmer und erholsamer Aufenthalt im Kurzentrum Norderney.

Um dieses Ziel zu erreichen, kümmern sich hier Menschen um Sie, die neben ihrer beruflichen Qualifikation auch „das Herz am rechten Fleck“ und immer ein offenes Ohr für Sie haben.

Natürlich sind wir auch auf Ihre aktive Unterstützung angewiesen.

Eine große Hilfe für uns sind dabei Ihr „Lob und Tadel“ und Ihre persönlichen Eindrücke. Bitte wenden Sie sich vertrauensvoll an unsere MitarbeiterInnen, denn nur wenn wir um Probleme und Kritik wissen, können wir Abhilfe schaffen.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Kindern einen angenehmen Aufenthalt und eine gute Genesung.

Ihr Kurzentrum Norderney

Benekestr. 26

26548 Norderney

Telefon: 04932 / 931-0

Fax: 04932 / 931-152

e-mail:

kurzentrum-norderney@aw-kur.de

Homepage:

www.kurhaus-norderney.de

INHALT

Allergiebettwäsche, Anreise, Aufnahmeuntersuchung, Baby-Ernährung, Schlafen, Töpfchen, Bademantel, Bargeld, Begrüßungsgespräch, Benachrichtigungen	4
Besuch, Bettwäsche, Buggys + Babyphone, Beurlaubung, Brandschutz, Dauermedikation, Eingewöhnung, Erkrankung, Ernährung	5
Essenszeiten, Fahrräder, Fernseher, Fön, Fragebogen, Fragen, Freizeitaktivitäten (Therapiebecken, Turnhalle, Sauna, Fitnessraum)	6
Geld – Wertgegenstände und Garderobe, Gesetzliche Zuzahlung, Geschirr, Getränke, Handtücher, Haus, Lage und Klima	7
Klima und Lage, Haustiere, Hilfsmittel, Kinderbetreuung, Kleidung	8
Koffer, NC-Card (Kurkarte), Medizinische Anwendungen, Möwen, Nahrungsmittelzubereitung, Notfall	9
Operationen, Pampers, Parkplätze, Post, Rauchen, Reiseapotheke, Reparaturen, Rezeption	10
Ruhezeiten, Schwangerschaft, Spielzeug und Kinderbücher, Sport, Tag vor der Abreise, Tag Ihrer Abreise	11
Telefon, Therapie-Terminplan, Unterhaltung, Wäschepflege, Zimmerschlüssel, Zu guter Letzt, Schlusswort	12
Kinderseite	13

GÄSTE - A B C

Allergiebettwäsche/Encasing

Unsere Zimmer sind Allergiker freundlich ausgestattet. Bitte informieren Sie uns in jedem Falle, wenn Sie und/oder Ihre Kinder an einer Hausstaubmilbenallergie leiden.

Anreise

Auf Norderney angekommen erreichen Sie unsere Klinik vom Hafen aus mit dem Linienbus (*Linie 3, Haltestelle „Nordbad“*) oder mit dem Taxi in ca. 10 Minuten. Die Anreise sollte zwischen *15.00 Uhr* und *18.00 Uhr* erfolgen. Bitte achten Sie beim Programmieren eines Navigationssystems unbedingt darauf, dass Sie **Norddeich-Mole (PLZ 26506)** als Fahrziel angeben – sonst landen Sie in Schleswig-Holstein!!



Aufnahmeuntersuchung

Am Anreisetag finden Sie in Ihrem persönlichen Postfach (Zimmernummer = Postfachnummer) die ersten Termine oder in der KosMe-App, u. a. für die Aufnahmeuntersuchung für sich und Ihre Kinder (sofern Kurkinder) vor. Die für Sie und die Kinder notwendigen Behandlungen veranlasst Ihr Arzt nach der Aufnahmeuntersuchung.

Befolgen Sie bitte alle Anweisungen und ärztlichen Ratschläge. Sie wirken so aktiv an Ihrer Behandlung mit.

Baby – Schlafen, Töpfchen

Bitte teilen Sie uns ebenso mit, ob Ihr Kind ein Gitterbettchen benötigt oder ob wir stattdessen am großen Bett ein Rausfallschutzgitter anbringen sollen. Selbstverständlich können wir Ihnen auch ein Töpfchen, einen Toilettensitz und einen „TripTrap“ für den Speisesaal zur Verfügung stellen. (Bitte teilen sie uns diese Information für die Zimmerausstattung per Email spätestens 14 Tage vor Anreise mit.)

Bademantel

Bademäntel sind im Haus nicht vorhanden und können auch nicht ausgeliehen werden. Bitte bringen Sie Ihren eigenen Bademantel mit.

Bargeld

Bargeld erhalten Sie über verschiedene Banken und Geldautomaten ganz in der Nähe. Die MitarbeiterInnen an der Rezeption geben Ihnen gerne Auskunft.



Begrüßungsgespräch

Für alle Patientinnen findet am Anreisetag eine Hausführung statt, die Begrüßungsansprache am Folgetag der Anreise. Den genauen Termin können Sie bereits dem Terminplan, der bei Anreise in Ihrem Postfach hinterlegt ist, entnehmen.

Bitte beachten Sie, dass **Hausführung** und **Begrüßungsansprache Pflichtveranstaltungen** sind.

Benachrichtigungen

Benachrichtigungen werden Ihnen, falls Sie im Zimmer nicht erreichbar sind, schriftlich in Ihrem Postfach hinterlegt.

Besuch

Eine Bewirtung und Unterbringung von Besuchern kann leider **nicht** erfolgen. Bitte beachten Sie, dass ein Besuch während der Maßnahme auch wieder eine erneute Trennung für Eltern und Kinder nach sich zieht. Gerade Kinder benötigen nach einem Besuch sehr oft wieder eine Eingewöhnungsphase in den Alltag der Kurmaßnahme.

Ihr wöchentlicher Therapieplan wird keine Zeit für lange Besuchskontakte erlauben.

Bettwäsche

Alle Zimmer sind mit Bettwäsche und Handtüchern ausgestattet. Die Bettwäsche wird während der laufenden Kurmaßnahme **nicht** gewechselt. Not-Bettwäsche zum Wechseln finden Sie in jeder Etagenküche.

Buggys, Babyphon

Bitte bringen Sie Buggys, Kinderwagen und Babyphone von daheim mit. Als Babyphon empfiehlt sich ein Funkgerät. Es stehen eine gewisse Anzahl an Babyphonen/ Funkgeräten sowie Bollerwagen als Leihgeräte zur Verfügung.

Beurlaubung

Eine Beurlaubung während der stationären Behandlung ist leider **nicht** möglich.



Brandschutz

Das Kurzentrum verfügt über Brandmelder im gesamten Haus, die Gefahren über die Brandmeldezentrale direkt der Feuerwache übermitteln.

Die genauen Verhaltensmaßnahmen im Brandfall entnehmen Sie bitte der Gästemappe auf Ihrem Zimmer.

Dauermedikation

Wir raten von einem Absetzen von Dauermedikamenten vor Kurbeginn ab. Für den Zeitraum der Maßnahme müssen Dauermedikamente mitgebracht werden.

Eingewöhnungsschwierigkeiten

Eingewöhnungsschwierigkeiten sind in einer fremden Umgebung normal und sowohl Sie selber als auch Ihre Kinder werden damit einige Tage zu kämpfen haben. Bitte nehmen Sie die Ratschläge der Erzieherinnen an, die zum Teil über jahrelange Erfahrungen im Bereich der Kurzzeitkinderbetreuung verfügen. Sie werden außerdem feststellen, dass sich die Betreuung in der Kindermaris-Insel von der im Regelkindergarten unterscheidet.

Erkrankungen

Bedingt durch das Reizklima können bereits vorhandene, versteckte Infekte ausbrechen. Der Kurerfolg wird dadurch nicht beeinträchtigt.

Ernährung

Bitte teilen Sie uns Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Sonderkostformen (Vegetarier, nicht Vegan, Zöliakie u. ä.) bis 14 Tage vor Anreise mit.

Essenszeiten

Ihre Mahlzeiten nehmen Sie im Speisesaal gemeinsam mit den anderen Frauen und Kindern ein. Hier kann es schon einmal ein wenig turbulent zugehen. Bitte achten Sie auch hier verantwortungsbewusst auf Ihre Kinder. Mit ein wenig Rücksichtnahme kehrt dann auch Ruhe im Speisesaal ein. Mittags essen Frauen und Kinder getrennt.

Sollten Sie z. B. wegen Ihrer Anwendungen diese Zeiten nicht einhalten können, wenden Sie sich bitte im Speisesaal an Ihre Servicekraft.

Fahrräder

Bitte stellen Sie mitgebrachte oder geliehene Räder hinter dem Haus im Fahrradständer ab. Räder für den Freizeitbereich können in der Stadt ausgeliehen werden.

Fernseher

Unsere 3 Aufenthaltsräume sind mit Fernsehern ausgestattet. Außerdem befinden sich Fernseher auf den Zimmern.

Fön

Bitte bringen Sie Ihren Fön von zu Hause mit.

Fragebogen

„Ihre Meinung ist uns wichtig!“

Deshalb erhalten Sie vor Abreise einen Fragebogen. Um die Qualität des Hauses in Ihrem Interesse verbessern zu können, sind wir auf Ihre Informationen angewiesen. Bitte nutzen Sie die Gelegenheit sowohl Ihre Anregungen und Verbesserungsvorschläge als auch Ihre positiven Eindrücke anzubringen.

Fragen

Sollten während Ihres Aufenthaltes Fragen jeglicher Art auftauchen, so wenden Sie sich bitte an unsere Mitarbeiter/Innen an der Rezeption. Dort wird man Ihnen auf jeden Fall weiterhelfen können.

Freizeitaktivitäten

Einige Therapiebereiche können außerhalb der Therapiezeiten selbstständig genutzt werden.

Therapiebecken

Ein Therapiebecken und ein Kinderplanschbecken befinden sich in der Klinik. Die Öffnungszeiten richten sich nach den Therapiezeiten und werden Ihnen per Aushang zur Kenntnis gegeben.

In der Klimaadaptationsphase (die ersten 3 Tagen nach Anreise) bleibt das Therapiebecken geschlossen.

Turnhalle

Die Öffnungszeiten richten sich nach den Therapiezeiten und hängen aus.

Sauna

An der Rezeption können Sie die Wertmünzen für den Saunabetrieb erwerben. Eine Liste liegt in der Therapieabteilung aus, in der sich die Teilnehmer eintragen sollen, damit wir informiert sind, wann die Sauna in Betrieb ist.

Fitnessraum

Den kleinen Fitnessraum können Sie nach Wunsch benutzen.

Während der Mittagsruhe sind Therapiebecken und Turnhalle geschlossen.

Geld, Wertgegenstände, Garderobe

„Gelegenheit macht Diebe!“

Aus diesem Grund bitten wir Sie, Wertgegenstände in den Tresor einzuschließen nur dort sind sie versichert.

Verschließen Sie Ihr Zimmer (auch die Fenster) beim Verlassen sorgfältig und geben Ihren Schlüssel nicht an Dritte weiter.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir für sämtliche mitgebrachte Garderobe oder sonstigen Gegenstände, die innerhalb oder außerhalb des Zimmers aufbewahrt werden, keine Haftung übernehmen können.



Gesetzliche Zuzahlung

Zu Ihrer Mutter/Vater-Kind-Kur sieht der Gesetzgeber eine Eigenbeteiligung in Höhe von 10,- € kalendertäglich vor.

Diese Gebühr ist vor Anreise per Überweisung zu entrichten. (Außer für Barmer und Beihilfeberechtigte) Sie erhalten hierzu ca. 14 Tage vor Anreise eine Rechnung per Post.

Wenn Sie von der Zuzahlung befreit sind, bringen Sie bitte Ihre Befreiungskarte mit und legen uns diese vor.

Bei geringen Einkommensverhältnissen ist eine Zuzahlungsbefreiung möglich. Bei Fragen, wie Sie eine Zuzahlungsbefreiung bei Ihrer Krankenkasse erwirken können, wenden Sie sich direkt an Ihre Krankenkasse oder an eine Kurberatungsstelle (AWO, Caritas, Diakonie).

Geschirr

Aus hygienischen Gründen bitten wir Sie, kein Geschirr oder Besteck mit aus dem Speisesaal zu nehmen. Sollten Sie einmal Geschirr oder Besteck benötigen, wenden Sie sich bitte an das Servicepersonal im Speisesaal.

Getränke

Zu den Mahlzeiten werden Ihnen Getränke kostenfrei bereitgestellt.

Auf jeder Etage gibt es eine Teeküche mit Kochgelegenheit, Wassersprudler und Kühlschrank. Ein Nettomarkt befindet sich in unmittelbarer Laufnähe.

Bitte beachten Sie, dass aus medizinisch-therapeutischen Gründen im Kurzentrum Norderney grundsätzlich auf Alkohol verzichtet werden sollte.

Handtücher

In Ihrem Zimmer finden Sie Hand- und Duschtücher in ausreichender Menge vor. Handtuchwechsel erfolgt in festgelegten Abständen durch die Reinigungskräfte. Im Therapiebereich erhalten Sie für Ihre Anwendungen ein gesondertes Tuch, welches Sie bitte jeweils zu Ihren Anwendungen wieder mitbringen.

Für Strandaufenthalte oder private Schwimmbadbesuche hier im Haus und im Thalassozentrum in der Stadt benutzen Sie bitte Ihre eigenen, privaten Handtücher.

Haus, Lage und Klima

Unsere Zimmer verfügen alle über Dusche/WC, Radio und Telefon, teils mit Balkon und Meerblick. Das Haus ist barrierefrei und verfügt über drei behindertengerechte Wohneinheiten, die über zwei Fahrstühle erreichbar sind.

Unsere Kurklinik bietet in ihrer Ausstattung 59 Erwachsenen und 86 Kindern Platz.

Klima und Lage:

Die ostfriesischen Inseln bieten ein weltweit einmaliges Zusammenspiel von natürlichen Heilfaktoren, die in erster Linie durch das Meer und den Einfluss des nahen Golf-Stromes, mit seinen relativ konstant warmen Wassertemperaturen, das Meeresklima und den heilenden Wirkungen des Meeresschlicks geprägt werden. Obwohl das Nordseeklima als rau gilt, besitzt es für den Menschen schonende Faktoren, die auf den Inseln naturgemäß stärker ausgeprägt sind als im Küstenbereich.

Die Reinheit der Luft und die ausgeglichenen Temperaturen wirken schonend, während der Wind und die Ultraviolettstrahlung, mit ihren immunologisch bedeutsamen Wirkungen, dosiert als Reizfaktoren eingesetzt werden können. Nahezu zu jeder Jahreszeit lassen sich unter Aufsicht unseres klimatherapeutisch geschulten Fachpersonals die einzigartigen Wirkungen und Reize der Naturheilkräfte zur Linderung von Beschwerden und zur Heilung von chronischen Erkrankungen erfolgreich anwenden. Dies gilt insbesondere für den erwachsenen aber auch für den immunologisch noch unreifen kindlichen Organismus. Für die Behandlung von chronischen Hauterkrankungen, wie Neurodermitis und Schuppenflechte, Atemwegserkrankungen, wie häufig auftretende Infektionen der oberen und unteren Atemwege oder Asthma bronchiale sowie für Allergiker und psychosomatisch belastete Menschen, sind die klimatischen Bedingungen unvergleichbar ideal.

Das AWO-Kurzentrums Norderney liegt inmitten dieses einmaligen Biotops. Die Klinik befindet sich direkt am 12 Kilometer langen, weißen Sandstrand, umgeben von einer zauberhaften Dünenlandschaft, sauberster Luft und in unmittelbarer Meeresnähe. Der Ortskern ist zu Fuß in 15 Minuten erreichbar.

Seit 2009 trägt auch das Wattenmeer von Norderney den Titel „Weltnaturerbe“.

ACHTUNG:

In der Klimaadaptationsphase (die ersten 3 Tagen nach Anreise) bitten wir Sie, nicht an den Strand zu gehen.

Haustiere

Das Mitbringen von Haustieren in die Klinik ist Patienten und Besuchern nicht gestattet.

Hilfsmittel

Bitte geben Sie die vom Kurzentrums Norderney zur Verfügung gestellten Hilfsmittel (z.B. Peak-flow, PortaNeb, Wärmflaschen, Babyphone usw.) rechtzeitig vor Verlassen der Klinik an der Rezeption oder im Arztzimmer wieder ab.

Kinderbetreuung

Die Kinder- und Jugendbetreuung ist von Montag bis Freitag geöffnet. Samstags findet eine Betreuung statt, wenn Therapien für Sie angeboten werden. Kinder ab 3 Jahren essen in der Kinderbetreuung zu Mittag. Kinder die an einer Nahrungsmittelunverträglichkeit leiden, essen immer bei der Mutter.

Außerhalb der Betreuungszeiten tragen Sie selber die Verantwortung für die Beaufsichtigung Ihrer Kinder (näheres weiter hinten auf der Info-Seite für Kinder).

Kleidung

Wetterfeste Kleidung (Regenjacken und Hose) ist auf Norderney das ganze Jahr über sinnvoll. Außerdem ist eine Kopf- bzw. Ohrbedeckung (Stirn-Ohrenband z. B. aus Baumwolle) auch im Sommer besonders für kleine Kinder wichtig. Der Seewind ist nicht zu unterschätzen. In den sonnenreichen Monaten ist unbedingt an eine Kopfbedeckung zum Sonnenschutz zu denken sowie an Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (mindestens LF30). Warme Kleidung und festes Schuhwerk ist bis ins späte Frühjahr hinein wichtig und natürlich ab dem Spätsommer wieder bis über den Winter. Bitte unbedingt an Mützen, Schal, Handschuhe, Stiefelsocken.

[Mit den aufgezählten Dingen möchten wir lediglich auf einen Teil Ihres Reisegepäcks hinweisen, der bei einem Inselaufenthalt nicht fehlen sollte.](#)



Koffer

Sollten Sie Koffer vorschicken wollen, bringen sie diese spätestens Donnerstag vor Anreise auf dem Weg.



NC-Card - Servicegebühr (Kurtaxe) + Fährticket

Auf der Fähre erhalten Sie die NC-Card.

Bei der NC-Karte handelt es sich um eine Servicekarte mit 2 Funktionen.

Diese Karte dient:

1.) der Kurverwaltung der Stadt Norderney als **ServiceCard**.

Hierüber wird die Servicegebühr (Kurtaxe) entrichtet. Die Entrichtung dieser Gebühr erfolgt durch die Klinik und nicht zu Ihren Lasten! Sollten sie Ihre Schifffahrtkarte online buchen müssen sie hier das Häkchen entfernen. Während ihres Aufenthaltes benötigen wir einmal diese Karte. Beachten Sie hierfür den ausgehängten Termin, an dem wir die Freischaltung vornehmen möchten.

Außerdem erhalten Sie durch Vorlage der NC-Card an zahlreichen Stellen in der Stadt Vergünstigungen, z. B. beim Kinobesuch, im Nationalparkhaus, im Badehaus / Spaßbad u.v.m.

2.) der Reederei Norden-Frisia als **Fährticket**.

Bitte achten Sie sorgfältig auf diese Karte und tragen sie immer bei sich, damit Sie sie bei Verlangen vorzeigen können.

Medizinische Anwendungen

Die Therapieabteilung befindet sich selbstverständlich in der Klinik.

Möwen

Möwen sehen schön aus, sind elegante Flieger, aber sind und bleiben Raubvögel!

Bitte lassen Sie keine Lebensmittel im Zimmer liegen, wenn Sie die Fenster geöffnet haben. Auch auf dem Balkon sind Lebensmittel vor den Möwen nicht sicher.

Essen am Strand und beim Spazierengehen auf der Promenade kann zum Abenteuer entarten. Möwen greifen auch gerne Eistüten und Pommes frites direkt aus der Hand.

Füttern Sie diese Vögel nicht bewusst, denn Sie werden sie nicht mehr los.

Und nicht vergessen – wer viel frisst, der lässt beim Fliegen auch gerne mal etwas fallen!

... und das kann sehr ätzend sein.

Nahrungsmittelzubereitung in den Tee- oder Etagenküchen

Auf jeder Etage gibt es eine Küche, in der Sie Babynahrung und/oder Tee für Ihr Kind zubereiten können. Ebenso stehen in der Teeküche eine Mikrowelle, eine Kaffeemaschine, ein Kühlschrank sowie ein SodaStream bereit.

Notfall / Unfall

Bei medizinischen Notfällen erreichen Sie Hilfe unter der hausinternen Rufnummer **444**, auch nachts! Achtung! Über Ihr Handy ist diese Nummer nicht zu erreichen.

Externe Notrufnummern entnehmen Sie der Informationstafel in der Eingangshalle.

Operationen

Sollten Sie oder Ihr Kind in den letzten sechs Monaten operiert worden sein, bitte wir Sie um eine sofortige Kontaktaufnahme mit unserer Medizinischen Abteilung: 04932-931 174

Pampers

Pampers können vom Haus nicht gestellt werden. In den örtlichen Drogerie- und Supermärkten (z.B. Rossmann, Penny, Netto) sind diese jedoch problemlos erhältlich.

Parkplätze

Direkt am Haus stehen Ihnen **keine** Parkplätze zur Verfügung.

Sie können jedoch in jedem Fall mit dem Auto direkt ans Haus fahren und entladen.

Danach müssten Sie ggf. Ihren Pkw auf einem in unmittelbarer Nähe befindlichen, öffentlichen Parkplatz abstellen.

Post

Ihre Post liegt täglich ab ca. 14:00 Uhr an der Rezeption bereit.

Sie erleichtern uns die Verteilung, indem Ihre Angehörigen Ihre Zimmernummer auf der Post angeben.

Ein Briefkasten befindet sich im Eingangsbereich.

Briefmarken können wir **nicht** zur Verfügung stellen. Diese sind jedoch an vielen Stellen in der Stadt erhältlich.



Rauchen

Bitte bedenken Sie, dass Rauchen extrem gesundheitsschädlich ist. Deshalb gilt in der gesamten Klinik ein **Rauchverbot**. Dies gilt insbesondere für Zimmer, die über einen Balkon verfügen. Auch auf den Balkonen ist das Rauchen nicht gestattet!

Reiseapotheke

Bitte vergessen Sie Ihre kleine Reiseapotheke nicht!

Dauermedikamente müssen vom Hausarzt verschrieben und in ausreichender Menge für die Zeit des Kuraufenthaltes mitgebracht werden!

Wenn Ihr Kind ein eigenes Inhaliergerät hat, bringen Sie es bitte mit.

Bitte denken Sie an Ihre Krankenversicherungskarte!

Reparaturen

Auftretende Schäden in Ihrem Zimmer melden Sie bitte schnellstmöglich der Rezeption, damit unsere Haustechniker umgehend Abhilfe schaffen können.

Rezeption

Die Rezeption ist zu folgenden Zeiten besetzt:

Montag bis Freitag

08:00 - 12:00 Uhr

14:00 - 16:00 Uhr

Samstag und Sonntag

lt. Aushang

am 2 u. 3 Wochenende sonntags geschlossen

Bitte organisieren Sie sich.

Viele Dinge erledigen Sie an der Rezeption. Außerhalb der Öffnungszeiten ist dies aber nicht möglich. Achten Sie in Ihrem eigenen Interesse darauf, dass Sie alles was Sie benötigen, während der Öffnungszeiten geregelt haben.

Ruhezeiten



Sind sehr wichtig für den Kurerfolg und unbedingt einzuhalten.

Bitte sorgen Sie dafür, dass ihre Kinder ab 20:00 Uhr auf den Zimmern sind.

Ausnahme: Kinder ab 10 Jahren dürfen sich noch bis 22:00 Uhr in den Räumen Langeoog und Borkum aufhalten.

Um 22:00 Uhr beginnt die Nachtruhe!

Während der Ruhezeiten sollten Besuche auf den Zimmern vermieden werden.

Bitte bedenken Sie, dass es Patienten bzw. kleine Kinder gibt, die schon früher schlafen möchten. Nehmen Sie deshalb Rücksicht und vermeiden Sie Lärm im Treppenhaus, in den Fluren und am Eingang.

Achten Sie bitte auf Ihre großen Kinder und erklären Sie ihnen, wie wichtig diese Rücksichtnahme ist.

Schwangerschaft

Bei vorliegender Schwangerschaft setzen Sie sich bitte unverzüglich vorab mit unserer Klinik in Verbindung.

Spielzeug und Kinderbücher

Bitte bringen Sie das Lieblingsspielzeug bzw. das Schmusetier Ihres Kindes mit.

Wir haben hier auch eine kleine Auswahl von Spielen und Kinderbüchern, die wir gern ausleihen.

Sport

Innenbereich:

Für alle Angebote in der **Turnhalle** sind Turnschuhe **mit nicht-färbender Sohle** erwünscht. Für kleine Kinder sind Turn- oder Hausschuhe (ggf. Socken mit rutschfester Sohle) ausreichend.

Außenbereich:

Für sportliche Aktivitäten im Außenbereich (z. B. Joggen, Nordic Walking) benötigen Sie geeignetes festes Schuhwerk.

Tag vor Ihrer Abreise

Falls Sie Koffer mit DHL oder Hermes vorausschicken, stellen Sie sicher, dass der Koffer am Abend vor der Abholung in der Empfangshalle steht. Bitte beachten Sie die Aushänge.

Bitte denken Sie daran, Folgendes zu erledigen:

- Rückgabe des Therapie-Terminplans
- Rückgabe ausgeliehener Bücher, Spiele etc.
- Rückgabe medizinischer Geräte (PariBoy, Peakflow etc.)
- Entgegennahme der Teilnahmebescheinigung

Tag Ihrer Abreise

Bitte ziehen Sie die Betten und die Laken ohne den Schutzbezug ab.

Fegen sie das Zimmer einmal durch und entsorgen sie ihren Müll.

Am Tag Ihrer Abreise endet Ihr Aufenthalt hier mit dem Frühstück.

Bitte geben Sie Ihr Zimmer bis 09:00 Uhr frei.

Bitte denken Sie an die **Rückgabe des Zimmerschlüssels!**

Telefon

Ihnen steht ein Telefon auf Ihrem Zimmer zur Verfügung mit dem Sie jederzeit Ihre Telefonverbindung selbst herstellen können (*siehe Hinweis in der Gästemappe auf Ihrem Zimmer*).

Therapie-Terminplan

Bitte bringen Sie Ihren Therapie-Terminplan zu jeder Anwendung mit und lassen die Anwendung durch den entsprechenden Therapeuten abzeichnen. Auch freiwillige Angebote werden abgezeichnet.

Unterhaltung

Wir sind bemüht, Ihnen auch außerhalb der Therapiezeiten verschiedene Unterhaltungsmöglichkeiten anzubieten. Eine Reihe von fachlichen Vorträgen, verschiedene Bastelangebote, Spielabende etc. stehen neben weiteren Angeboten auf dem Programm.

Hierzu können Sie sich durch die Aushänge an der Informationstafel im Eingangsbereich informieren.

Außerdem bieten wir auch Ausflugsfahrten über die Insel und Wattwanderungen an.

Der Werkraum / Kreativraum kann im Rahmen der angeschlagenen Öffnungszeiten genutzt werden. Materialausgabe erfolgt ebenfalls zu den angegebenen Zeiten. Bitte beachten Sie, dass der Werkraum nur für Erwachsene zugänglich ist – Kinder haben aufgrund besonderer Sicherheitsbestimmungen alleine keinen Zutritt.

Wäschepflege

Gegen Gebühr (3,00 € Waschmaschine, 1,50 € Trockner) stehen Ihnen Waschmaschinen und Wäschetrockner zur Verfügung.

Gebührenfrei ist die Nutzung von Bügelbrett und Bügeleisen.

Waschmittel steht nicht zur Verfügung und kann auch in der Klinik nicht käuflich erworben werden. Bitte bringen Sie sich Ihre benötigte Menge Waschmittel von zu Hause mit (vielleicht in Form von Tabs). Ansonsten ist es selbstverständlich möglich, in der Stadt bei z.B. Rossmann, Penny oder Netto Waschmittel zu kaufen.

Zimmerschlüssel

Der Zimmerschlüssel ist gleichzeitig Ihr Haustürschlüssel.

Lassen Sie Ihre Zimmer- und Balkontüre niemals unverschlossen, wenn Sie Ihr Zimmer verlassen.

Bitte vermeiden Sie, Ihren Zimmerschlüssel unbeaufsichtigt liegen zu lassen, auch nicht in den Umkleiden im Schwimmbad.

Bei Verlassen des Hauses nehmen Sie Ihren Schlüssel bitte mit, da die Rezeption nicht rund um die Uhr besetzt ist.



Zu guter Letzt

Am Abreisetag geben Sie bitte Ihren Schlüssel an der Rezeption ab.

Wenn Sie sehr früh abreisen und die Rezeption noch nicht besetzt sein sollte, können Sie Ihre Schlüssel einer Servicekraft im Speisesaal aushändigen.

Schlusswort

Verbunden mit dem Dank für Ihre Bereitschaft, unsere Hausordnung zu respektieren und einzuhalten, wünschen wir Ihnen einen angenehmen Aufenthalt und eine gute Genesung in unserem Hause.

Ihr Kurzzentrum Norderney

Liebe Kinder,
liebe Jugendliche,



im Rahmen Deiner Kurmaßnahme freuen wir uns, Dich bald in der Kindermaris-Insel zu betreuen. Hier bei uns gibt es verschiedene Gruppen, in denen Ihr spielen und Spaß haben könnt. Unsere Gruppen heißen Seestern-, Robben-, Sturmmöwen- und Walgruppe.

In unserem Team arbeiten Erzieherinnen, Ergotherapeuten und Sozialpädagogen, die sich freuen mit Euch die Insel zu erkunden.

Die Öffnungszeiten der Kindermaris-Insel sind Montag bis Freitag von 8.00 – 15.00 bei Bedarf bis 16.00 Uhr. Samstags finden für euch Mutter-Kind-Angebote statt. Alle Kinder ab drei Jahren nehmen in der Kinder- und Jugendinsel gemeinsam das Mittagessen ein.

Wir gehen jeden Tag mit euch nach draußen, weil es spannend ist am Meer zu spielen. Wir bauen zum Beispiel Sandburgen oder große Staumauern, sammeln Krebse und unzählige Muscheln und nebenbei stärkt die gesunde Luft direkt am Meer eure Gesundheit. Hier eine kleine Auswahl unserer Programme, die für jüngere oder ältere Kinder angeboten werden:



Kreativangebote: Sandpostkarten und Marmorbilder entwerfen; Windräder basteln; Perletiere auffädeln, Freundschaftsbänder knüpfen



Freizeitpädagogische Angebote: Inselkunde im Nationalparkhaus; Piratenschatzsuche;



Mutter-Kind-Angebote: Türschilder gestalten, Herstellen von Gipsmasken, offene Kreativwerkstatt, Sandburgen bauen am Strand; Strandolympiade; Inselrallye; Abendwanderung



Abendangebote für ältere Kinder: Fit for Fun (Sport & Spiel im Schwimmbad), Filmabend oder Disco; Rope-Skipping, Zumba

Falls Ihr schon in die Schule geht, habt Ihr die Möglichkeit, in Begleitung einer Fachkraft, eure Hausaufgaben zu erledigen. Ein Schulunterricht kann leider nicht stattfinden.

Toll wäre es, wenn Ihr im Koffer noch Platz habt für euer Lieblingsspielzeug und Hausschuhe. Ein kleiner Tipp zum Schluss, wenn es Ebbe ist, könnt Ihr nach ca. 20 Minuten Fahrzeit mit dem Schiff, Seehunde auf der Sandbank sehen.

**Wir freuen uns auf DICH und grüßen Euch,
nach altem Norderneyer Piratengesetz mit**



(Wellen, Wind und raue See – der Norderneyer sagt nur: He!)

WIR SEHEN UNS AUF NORDERNEY!



AW Kur und Erholungs GmbH
Tel.: 0231 5483-249
service@aw-kur.de
www.aw-kur.de



Ein Unternehmen der
Bezirk Westl. Westfalen e. V.



Unsere Vorsorge- und/oder Rehabilitationskliniken (gem. § 24 für Vorsorge bzw. § 41 für Reha SGB V) sind zertifiziert nach DIN EN ISO 9001 und den fachspezifischen AWO-Qualitätsstandards (gem. Anforderungen § 137 d SGB V). Sie sind anerkannt durch das MGW gemäß der entsprechenden Qualitätsanforderungen und verfügen über einen Versorgungsvertrag gem. § 111a SGB V.