



Präventions- und Rehabilitationseinrichtung
für Mutter, Vater und Kind

Wegweiser von A – Z

Kurweg 1

18586 Ostseebad Sellin

Telefon 03 83 03 – 9 00

Fax 03 83 03 – 90 100

linik-sellin@mutter-kind.de

www.klinik-sellin.de



Inhaltsverzeichnis

- **Hygienevorschriften und Verhalten bei Durchfallerkrankungen/ansteckenden Krankheiten**
- **Sicherheitsmaßnahmen**
- **Allgemeine Informationen**
- **Wegweiser von A bis Z**
- **Telefonverzeichnis**
- **Artikel zum Verleih**
- **TV-Kanalbelegung**

Hygienevorschriften allgemein, sowie Verhalten bei Magen-Darm-Erkrankungen und anderen ansteckenden Erkrankungen

In einer großen Einrichtung ist es erforderlich, mehr Augenmerk auf die persönliche Hygiene als im Familienverband zu legen. Das Infektionsrisiko lässt sich gerade in Erkältungszeiten erheblich reduzieren, wenn auf ausreichende **Hygienemaßnahmen**, sowie **Handhygiene** geachtet wird.

Um keine Infektketten entstehen zu lassen, führen wir zahlreiche präventive Maßnahmen zur Vermeidung von Ansteckungen durch. Die Klinik steht unter ständiger Überwachung des Gesundheitsamtes.

Auch **Sie** können mithelfen, dass sich Infektionserreger nicht entwickeln können, wenn Sie die folgenden wichtigen Hinweise beachten:

- **Waschen Sie sich öfter als gewöhnlich die Hände**, auch die Ihrer Kinder! Besonders wichtig ist dies vor Einnahme der Mahlzeiten, nach dem Toilettengang und dem Windelwechsel bei Kleinkindern. In öffentlichen Toiletten stehen Ihnen Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- **Angefasste Speisen am Buffet bitte nicht wieder zurücklegen**. Probieren Sie nicht aus Töpfen oder Schüsseln.
- Bitte **duschen Sie sich und Ihre Kinder vor Benutzung des Therapiebades**. Schicken Sie Ihre Kinder vorher zur Toilette. Kleinkinder müssen eine Badewindel tragen. Die Badeaufsicht ist angewiesen, streng auf die Einhaltung dieser Regeln zu achten.

Bei starker Verschmutzung kann es vorkommen, dass das Therapiebad aus hygienischen Gründen für 1-2 Tage geschlossen werden muss.

Bei Auftreten einer Durchfallerkrankung/ansteckende Erkrankungen gilt es, folgende Verhaltensregeln besonders sorgfältig zu beachten:

- Nach dem Infektionsschutzgesetz sind Sie verpflichtet **ansteckende Erkrankungen** zu melden. **Informieren Sie unverzüglich die medizinische Abteilung (Tel. 280)** unserer Klinik und halten Sie die medizinischen Anweisungen genau ein.
- Achten Sie auf äußerste persönliche Hygiene. Windeln mit durchfallhaltigem Stuhl in einen Plastiksack stecken und verknoten.
- Benutzen Sie **während dieser Zeit nur Ihre eigene Toilette** im Appartement.
- **Gemeinschaftseinrichtungen** dürfen von Erkrankten **nicht aufgesucht** werden. Dazu zählen Speiseraum, Therapiebad und Saunabereich, Therapiebereich, Kinder- & Jugendtreff, Spielzimmer, der „Leuchtturm“ und alle Aufenthaltsräume.
- Die Mahlzeiten müssen Sie während dieser Zeit auf dem Zimmer einnehmen.
- Bitte bedenken Sie, dass Sie durch sorglosen Umgang mit einer Durchfallerkrankung andere Personen, insbesondere Kleinkinder, leicht anstecken können.

Sicherheitsmaßnahmen

Liebe Patientin, lieber Patient,

das gesamte Team der Klinik Sellin unternimmt alle Anstrengungen, um Ihnen einen sicheren Aufenthalt in unserer Einrichtung zu gewährleisten. Unser Haus ist gegen Feuer durch Alarm- und Löschanlagen gesichert.

Wir bitten Sie um Aufmerksamkeit für folgende Hinweise:

Um einen Brandfall zu vermeiden

- Rauchen auf den Zimmern, Balkonen und Terrassen ist verboten.
- Benutzung von Kerzen und Räucherkerzen ist in der gesamten Klinik nicht gestattet.
- Bitte nutzen Sie nur elektrische Geräte, die in einem einwandfreien Zustand sind (kein Kabelbruch oder kaputtes Gehäuse). Nehmen Sie die elektrischen Geräte nach ihrem Gebrauch wieder vom Strom.

Vorsichtsmaßnahme nach Ankunft in der Klinik

- Machen Sie sich bei Anreise mit den gekennzeichneten Fluchtwegen und Notfallsammelplatz vertraut.
- Gehen Sie den Flur entlang und merken Sie sich die Notausgänge. Orientieren Sie sich über den Standort des nächstgelegenen Feuerlöschers.

Die wichtigsten Verhaltensregeln im Brandfall

Wenn Sie einen Brand entdecken, Brandalarm sofort auslösen durch **Eindrücken der Scheibe am Feuermelder und den Alarmknopf drücken**, und/oder

- **informieren Sie unverzüglich die Rezeption (Tel. 9) und die Medizinische Abteilung (Tel. 280)**

Im Brandfall werden Sie durch ein akustisches Signal alarmiert!

Folgen Sie den Anweisungen des Personals bzw. der Rettungsmannschaft!

Bevor Sie das Zimmer verlassen, schließen Sie Fenster und Türen.

Auf **keinen Fall** die Aufzüge benutzen, weil sie bei Stromausfall stehen bleiben.

Falls Ihnen der Fluchtweg aus dem Zimmer nicht mehr möglich ist, machen Sie sich bemerkbar z. B. am Fenster, Balkon oder mittels Telefon.

Notfallsammelplatz ist der Parkplatz vor dem Haus, dort folgen Sie den Anweisungen des Personals bzw. der Rettungsmannschaft!

Allgemeine Informationen

Liebe Mütter, liebe Väter, liebe Kinder,

herzlich willkommen in unserer Kurklinik Sellin, im Ostseebad Sellin. Die Insel Rügen ist zu jeder Jahreszeit ein hervorragender Ort um wieder neue Kraft für den Alltag gewinnen zu können. Neben den Anwendungen und Therapien erhalten Sie Natur pur, Luft und Wasser als kostenloses Geschenk dazu.

Um Ihren Aufenthalt in unserem Hause so angenehm wie möglich zu gestalten, geben wir Ihnen gerne einige allgemeine Informationen mit auf dem Weg, die Ihnen die Eingewöhnung in unserem Hause erleichtern sollen.

Bitte lesen Sie diese Informationen sorgfältig durch, sie helfen Ihnen bei Ihrem Kureinstieg.



Ihre Klinikleitung



Wegweiser von A – Z

A

Alkohol

In der Klinik und auf dem gesamten Klinikgelände besteht grundsätzlich Alkoholverbot.

Anregungen

Lassen Sie uns wissen, was wir Ihrer Meinung nach verbessern können. Schreiben Sie uns. Im Foyer finden Sie das Formular **„Lob, Anregung und Kritik“** und darunter den **blauen** Postkasten. Nach Prüfung Ihres Vorschlages erhalten Sie auf Wunsch eine Rückmeldung.



Aufenthaltsräume

Im Haus Ruden und Haus Hiddensee stehen Ihnen je ein Aufenthaltsraum mit Fernseher, Kühlschrank und Wasserkocher zur Verfügung. Gemütliche Sitzmöglichkeiten sind vorhanden. Bitte verlassen Sie den Aufenthaltsraum so, wie Sie ihn auch vorzufinden wünschen.

Im Haus Hiddensee, Dachgeschoss, befindet sich auch ein **„Rückzugsraum für Mütter /Väter“**. Hier können Sie von **17 Uhr bis 23 Uhr** ohne Ihre Kinder, ganz unter sich gemütlich beisammensitzen, lesen oder sich unterhalten.

Ausflüge

Sie können auf Rügen allerhand entdecken! Was genau, haben wir für Sie auf der Infotafel **„Rügen entdecken“** und **„Highlights“** rund um Sellin und auf der Insel Rügen zusammengestellt. Gehen Sie auf Entdeckungstour, es ist sicher auch für Sie etwas dabei!



Abreise

Um Ihre Vorbereitungen zur Heimreise zu erleichtern, erhalten Sie am letzten Kurwochenende die Checkliste **„Erledigungen vor der Abreise“**.

Bahnreisende tragen sich bitte zum letzten Kurwochenende vor Ihrer Abreise in die **„Abreiseliste“** am Infobrett im Foyer ein.

Am Abreisetag sollten Sie die Zimmer bis **9 Uhr** verlassen. Gerne stehen Ihnen auch noch anschließend die Aufenthaltsbereiche zur Verfügung.

Aufsichtspflicht

Die Aufsichtspflicht der Eltern besteht grundsätzlich, sowohl in der Kurklinik, als auch auf dem gesamten Außengelände der Klinik.

B

Babyphone

Um Ihren Aufenthalt in unserem Haus so angenehm wie möglich zu gestalten, ist jedes Zimmer mit einem Telefon incl. einer "Babyphone" - Funktion und dem dazu gehörigem Zweitgerät ausgestattet.



Das Babyphone gibt Ihnen die Möglichkeit, den Schlaf Ihrer Kinder zu überwachen und sollte erst dann eingeschaltet werden, wenn Ihr/e Kind/er zur Ruhe gekommen ist/sind.

Bitte lassen Sie alle Netzstecker der Geräte in den Steckdosen, damit sich die Geräte bei einer Nichtnutzung innerhalb Ihrer 3 Wochen, nicht tiefenentladen. Herzlichen Dank! 😊

Banken

Sie finden im Ort die **Sparkasse** und die **Pommersche Volksbank**. Für Postbankkunden gibt es eine Auszahlungsstelle im Edeka-Markt und die örtliche Shell-Tankstelle verfügt über Auszahlungsmöglichkeiten für alle Bankkunden.

Bargeld

Bargeld und Wertgegenstände können Sie in Ihrem Zimmersafe deponieren. (siehe auch Safe)

Basteln

In der „**Mal- und Kleckskiste**“ können Sie gegen ein geringes Entgelt kreativ sein. Die Angebote entnehmen Sie bitte den Aushängen an der Freizeitinfotafel bei der Mal- und Kleckskiste.

Begleitpersonen

Begleitpersonen wurden von Ihrer Krankenkasse als nicht behandlungsbedürftig eingestuft. Es erfolgt keine medizinische Aufnahme, ebenso werden keine Anwendungen/Therapien verordnet. Im Krankheitsfall ist ein Arzt im Ort aufzusuchen.

Wenn Sie bei einer Begleitperson ein medizinisches Problem haben, wenden Sie sich bitte wie gewohnt bei der diensthabenden Schwester (**Tel. 280**). Sie wird Ihnen bei der Auswahl der niedergelassenen Ärzte gerne behilflich sein.

Für Erste-Hilfe-Maßnahmen bei allen anwesenden Personen sind selbstverständlich die Ärzte unserer Kurklinik zuständig.

Besen

Große Besen finden Sie an den Stirnseiten auf jeder Etage. Handfeger und Schaufel finden Sie im Schrank Ihres Zimmers.

Besucherregelung

Aus Rücksichtnahme auf Ihre Mitpatient*innen, zur Gewährleistung von größtmöglicher Ruhe und Entspannung und des Schutzes der anwesenden Kinder **ist das Betreten der Klinik** bzw. der Besuch von

Angehörigen und/oder Freunden und Bekannten **nicht gestattet**. Bitte vereinbaren Sie ggf. einen Treffpunkt **außerhalb** des Klinikgeländes.

Unsere Erfahrung zeigt, dass es nicht immer sinnvoll ist, wenn Angehörige und/oder Freunde während der Kurmaßnahme zu Besuch kommen, da der räumliche und seelische Abstand häufig mit zu Ihrem Heilerfolg beitragen. Eine Konfrontation mit den Alltagsproblemen und erneute Trennungsschwierigkeiten für die Kinder können unter Umständen diesem Ziel entgegenstehen.

Bettgitter

Wenn Sie für das untere Etagenbett ein Bettgitter (Rausfallschutz) benötigen, wenden Sie sich bitte an die Rezeption.

Bettwäsche

Auf Wunsch erhalten Sie frische Bettwäsche, mit der Sie Ihr **Bett selbst beziehen** können. Wenden Sie sich in diesem Fall bitte an die Rezeption oder Ihre Hausdame bzw. Nachtschwester. Ihre schmutzige Bettwäsche werfen Sie bitte in den roten Sack auf dem Etagenflur.

Bücherei

Unsere Bücherei befindet sich im Erdgeschoss Haus Vilm neben der „Mal- und Kleckskiste“. Hier finden Kinder und Erwachsene außer Bücher auch Gesellschaftsspiele. Die Öffnungszeiten können Sie der Freizeitinfotafel bei der Mal- und Kleckskiste entnehmen.



Buffet

Kinder unter 10 Jahren dürfen sich **nicht** selber am Buffet bedienen. Bitte weisen Sie Ihre Kinder darauf hin.

Bügeln

Bügelbretter und -eisen befinden sich im Waschraum: Haus Hiddensee, Kellergeschoss
Hinweis: Die Tür ist verschlossen, der Schlüssel hängt aber auf Erwachsenenhöhe neben der Tür.

D

Drogerieartikel

Sie können Drogerieartikel in den nahegelegenen Supermärkten und Discounter kaufen.
Fußläufige Beispiele sind:

Edeka Zwinkmann - Ostbahnstraße 20

Lidl - Göhrener Ch 1a, 18586 Baabe

Drogeriemärkte der Insel

ROSSMANN 2x im Ostseebad Binz - Hauptstraße 23 und Proraer Chaussee 2 18609 Binz

dm Drogeriemarkt - Bahnhofstraße 54a, 18528 Bergen auf Rügen

E

Eigenanteil

Die gesetzliche Eigenbeteiligung in Höhe von 220,- € (22 Tage [gesetzliche Vorgabe der Krankenkasse] x 10,- €) sollte im Voraus an die Klinik überwiesen werden.

Ist das nicht geschehen, sollte die Zahlung hier im Haus **in der ersten Kurwoche** an der Rezeption erfolgen.

Ernährungsberatung

Die Verordnung erfolgt durch den behandelnden Arzt. Das Büro der Ernährungsberatung finden Sie gegenüber von dem Eingang des Restaurants „**Mönchgut**“.

F



Fahrradverleih

Die herrliche Umgebung des Ostseebades Sellin lädt zum Fahrrad fahren ein. Für Sie und Ihre Kinder gibt es die Möglichkeit, Fahrräder mit/ohne Kinderfahrradsitze und Kinderfahrräder bei einem **externen** Fahrradverleih auszuleihen. Nähere Informationen erhalten Sie an der Rezeption oder den blauen Infotafeln.

Die Unterbringung der Fahrräder erfolgt in unserem Fahrradschuppen auf dem Klinikgelände. Die Tür lässt sich mit dem Zimmerschlüssel aufschließen. Auch eigene Räder können dort untergestellt werden. **Eine Haftung schließen wir jedoch aus!**

Fahrstuhlbenutzung

Aus Sicherheitsgründen dürfen Kinder den Fahrstuhl nur in Begleitung Erwachsener benutzen.

Fitnessraum

Im Haus Ruden im 1. OG befindet sich ein kleiner Fitnessraum. Die Öffnungszeiten finden Sie auf dem Türschild. Der Zugangscode lautet: 1359 Sie handeln eigenverantwortlich und auf eigene Gefahr.

Freizeitprogramm

Um die therapiefreie Zeit mit ihrem Kind/Ihren Kindern zu verbringen, bietet die Klinik ein wechselndes Freizeitprogramm an. Siehe Infotafel Freizeitinfotafeln an der Mal- und Kleckskiste.

G



Gepäck

Gepäckstücke, die mit dem Kofferkurierdienst nach Hause geschickt werden, **müssen** am Abholtag **bis spätestens 8 Uhr** im Foyer stehen. Bitte achten Sie darauf, dass an **jedem** Gepäckstück Ihr Name steht und das Maximalgewicht nicht überschritten wird. Für nicht im Voraus bezahlte Gepäckstücke muss der Betrag an der Rezeption entrichtet werden.

Getränke

Wasser mit Kohlensäure oder stilles Wasser können Sie sich kostenlos von der Trinkwasseranlage in Ihre eigenen oder bei uns gekaufte Kliniktrinkflaschen abfüllen. Andere Getränke, wie z.B. Kaffee, Cappuccino, Cola etc., können an Getränkeautomaten käuflich erworben werden. Für Ihre Kinder stehen während der Betreuungszeiten in dem Kinder- & Jugendtreff Tee, Säfte und Wasser bereit. Das Abfüllen von Apfel- und Orangensaft beim Frühstück in die Trinkflaschen ist **nicht** erwünscht.

H

Haftung/Schadensregulierung

Für Kleidungsstücke, Schmuck etc. im Schwimmbad, in der physikalischen Abteilung, im Waschraum, auf den Zimmern und an den Garderoben wird grundsätzlich keine Haftung übernommen. Wir übernehmen auch keine Haftung für Fahrzeuge oder Fahrräder, die auf dem Parkplatz oder in der Tiefgarage abgestellt werden.

Für Beschädigungen oder Verluste am Klinikeigentum die, während der Kurdauer eintreten, haftet der Kurgast der Klinik, sofern nicht der Schaden im Verantwortungsbereich der Klinik liegt oder durch einen Dritten verursacht wurde.

Der Kurgast hat die Einrichtung der Klinik sowie die Zimmer pfleglich zu behandeln und insbesondere grobe Verschmutzungen und Beschädigung zu vermeiden. Falls sich Verschmutzungen oder Beschädigungen, die über das normale Maß der Inanspruchnahme hinaus gehen, auch noch nach der Abreise des Kurgastes herausstellen, ist die Klinik berechtigt dem Gast die Reparaturkosten, Kosten für Ersatz oder für Reinigung nachträglich in Rechnung zu stellen. Dies gilt auch für Gegenstände auf dem Klinikgelände.

Dies gilt insbesondere für die Wiederbeschaffung von

- Hand- und Badetüchern und Bademänteln
- Bettwäsche
- elektronischen Kleingeräten
- Sonstigen Einrichtungsgegenständen
- Zimmerschlüssel (**Ersatzkosten: 62 €**)
- Schließfachschlüssel (**Ersatzkosten: 50 €**)
- Tresorschlüssel (**Ersatzkosten: 11 €**)

Handtuchwechsel

Die Klinik hat sich einen schonenden Umgang mit der Umwelt auf die Fahnen geschrieben und sich deshalb für einen Handtuchwechsel zweimal wöchentlich entschieden. Sie können uns dabei unterstützen dieses Ziel zu erreichen. Vielen Dank dafür.

Handy

Bitte benutzen Sie **kein** Handy im Restaurant und während der Therapien/Anwendungen.



Hausaufgabenbetreuung

Wir bieten ihren Kindern eine kostenfreie Hausaufgabenbetreuung durch eine Pädagogin in unseren Räumen an. Hierbei ist es wichtig, dass **Sie** Ihrem Kind Aufgaben sowie Schulbücher mitgeben. Die

Hausaufgaben werden durch Ihr Kind selbstständig erledigt und von der Pädagogin beaufsichtigt. Gerne gibt sie den Kindern bei Erledigung der Aufgaben Hilfestellungen.

Wir weisen darauf hin, dass unsere pädagogische Fachkraft **nicht** den Unterricht der Schule nachholen oder fortführen bzw. mögliche Defizite ausgleichen kann. Sie kann jedoch die Schulkinder ermutigen, sich mit den Hausaufgaben auseinanderzusetzen, und ihnen ermöglichen, dies in einem ansprechenden Rahmen (Arbeitsklima) zu tun.

Hausrecht

Die Klinikleitung oder deren Beauftragte bzw. der das Hausrecht ausübende MitarbeiterInnen dürfen die Zimmer zur Zimmerreinigung, bei drohender Gefahr, notwendigen Reparaturen oder aus besonderem Anlass betreten.



Infostunde

Sie erhalten zu Beginn Ihrer Kur, eine Infostunde durch die Klinikleitung oder Ihrer Vertretung im **Schulungsraum** im „Haus Hiddensee“. Die Uhrzeit entnehmen Sie Ihrem Therapieplan. Ihre Kinder werden dann zeitgleich in dem Kinder- & Jugendtreff betreut.

Infotafel Foyer

An der **grauen** Informationstafel im Eingangsbereich finden Sie alle wichtigen Mitteilungen, die durch die Klinikleitung an Sie übermittelt werden. An der „**Patienten an Patient-Tafel**“ neben der „**Mal- und Kleckskiste**“ haben Sie die Möglichkeit eigenständige Aushänge/Gesuche auszuhängen. Stift und Papier hängen dort bereits für Sie aus.

Internet

Ihnen steht ein kostenfreies **WLAN** in der Klinik zur Verfügung. Das aktuelle Passwort finden Sie an der Rezeption.

Interaktionsangebote

Die Bindung eines Kindes an seine Eltern oder eine andere Bezugsperson ist einer der wichtigsten Faktoren für eine gesunde seelische Entwicklung. Das Interaktionsangebot der Klinik soll Eltern und Kinder gezielt bei einer Verbesserung ihrer Beziehung unterstützen. Die Zeiten der Angebote finden Sie auf Ihrem Therapieplan.



Kaffee und Kuchen

Sie haben die Möglichkeit täglich von 14:30 – 15:30 Uhr Kaffee und Kuchen gegen ein geringes Entgelt käuflich im Restaurant zu erwerben. Tee, Milch und Kakao erhalten Sie kostenfrei.

Kinderprogramme

Die Klinik verfügt über ein umfangreiches Freizeitprogramm. Neben Spiel und Sport erfreuen auch Unterhaltungsprogramme wie beispielsweise Clown Pelli, Puppentheater oder Zaubershow die Kinderherzen.

Kinder- & Jugendtreff „Sandburg“

Die Betreuung Ihrer Kinder erfolgt durch unsere MitarbeiterInnen in dem Kinder- & Jugendtreff „**Sandburg**“.

Die Kinder werden in altersspezifischen Gruppen durch unsere MitarbeiterInnen betreut. So werden auch jüngere Kinder nicht in die Gruppen der Älteren aufgenommen oder umgekehrt.

Mittagsschlaf

Kinder die mittags schlafen, können nicht in dem Kinder- & Jugendtreff, sondern in den Patientenzimmern in ihren eigenen Betten Mittagsschlaf halten. Eltern haben in dieser Zeit mit dem hauseigenen Babyphone die Möglichkeit, sich außerhalb des Zimmers (im Foyer, in Aufenthaltsräumen oder vorm Klinikgebäude) aufzuhalten.

Kino

befindet sich in der Kreisstadt Bergen.

Kirche

Die Gottesdienstzeiten entnehmen Sie bitte dem Aushang am Infobrett der Kirche.

Krankheit

Sollten Sie oder Ihre Kinder durch eine interkurrente Erkrankung an einer Anwendung nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich umgehend in der **medizinischen Abteilung (Tel. 280)** zu melden. Wie Sie vorgehen, wenn Sie bei einer Begleitperson ein medizinisches Problem haben, können Sie dem Punkt **Begleitpersonen** entnehmen.

Magen-Darm-Erkrankungen können jeden treffen. Melden Sie das Auftreten einer Magen-Darm-Erkrankung (Durchfall/Erbrechen) bitte immer **sofort telefonisch** in der medizinischen Abteilung. Nach dem Infektionsschutzgesetz ist **jeder** – d.h. Patienten und auch die Kurklinik – **gesetzlich verpflichtet**, das Auftreten der Erkrankung zu **sofort** melden.

Kurkarte

Die Kurkarte ermöglicht Ihnen vieles **kostenfrei** zu nutzen: z. B. Strandbenutzung, Benutzung der Bäderbahn/Bäderbus in Sellin, Baabe, Göhren, Bus Linie 20 zwischen Sellin und Klein-Zicker (ganzjährig), Schiffsfahrten der Weißen Flotte ab Hafen Sellin und weitere, Besuch Seefahrerhaus etc....

Ermäßigungen für Kurkartenbesitzer erhalten Sie beim: Eintritt ins Bernsteinmuseum in Sellin, Minigolfanlage im Seepark Sellin, Eintritt Theater Putbus, 10%-ige Ermäßigung auf Eintritt Schwimmbad



Lehrküche

Die Lehrküche finden Sie im unteren Bereich Haus „Ruden“ gegenüber von dem Aufenthaltsraum „Leuchtturm“.

Lunchbeutel

Wenn Sie einen Ausflug planen und ihr Mittagessen nicht in der Klinik einnehmen, können Sie gern einen Lunchbeutel erhalten. *(Tragen Sie sich einfach in die Liste Abmeldung vom Mittagsbuffet ein.)*

Oder Sie genießen die langen Sommerabende anders! Stellen Sie sich Brote und Obst nach Ihrem Geschmack zusammen und machen Sie Picknick am Strand/im Standkorb, auf dem Spielplatz, am Selliner See, im Wald...oder, oder! Ein gemütliches Plätzchen findet sich immer. Vor allem Ihren Kindern wird es gefallen, denn der Genuss im Freien macht einfach Spaß!

Butterbrotbeutel stellen wir Ihnen zur Verfügung. Es ist jedoch nicht möglich einen Warmanteil aus dem Restaurant mitzunehmen. Bitte beachten Sie, dass Lebensmittel nur begrenzt haltbar sind!

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass wir keine Haftung für Lebensmittel übernehmen, die außerhalb der Kurklinik verzehrt werden. Bitte beachten Sie dazu weitere Informationen auf unserem Ausgang im Restaurant.

M

Mahlzeiten

Alle Mahlzeiten reichen wir in unserem Restaurant „Mönchgut“ Ihre Essenszeiten finden Sie auf Ihrem Therapieplan, sowie auf dem Restaurantaushang.

Damit ein ruhiger und harmonischer Ablauf während der Mahlzeiten gewährleistet werden kann, bitten wir Sie, diese Zeiten unbedingt einzuhalten.

Sollten Sie einen **Wochenendausflug** geplant haben und **nicht am Mittagsbuffet teilnehmen**, tragen Sie sich bitte in die Liste „**Abmeldung vom Mittagsbuffet**“ ein. Sie können sich an diesen Tagen einen Lunchbeutel selbstständig beim Frühstück zusammenstellen. Sprechen Sie einfach unser Servicepersonal an.

Bitte beachten Sie!

Eine Mitnahme von Speisen aus dem Restaurant auf die Zimmer ist generell nicht gestattet. Ausgenommen sind kalte Speisen, wie Obst oder rohes Gemüse sowie Brote zum sofortigen Verzehr. Für Ausflüge oder ein Picknick empfehlen wir Lunchbeutel. Nähere Informationen finden Sie unter dem Stichwort „Lunchbeutel“.



Medikamente

Haben Sie Medikamente die kühl gelagert werden müssen, dann besteht die Möglichkeit die Medikamente im Kühlschrank des Schwesternzimmers (Haus Vilm, Dachgeschoss) zu deponieren.

Medizinische Betreuung

Die medizinische Abteilung arbeitet wie eine Ambulanz, mit regelmäßigen täglichen Sprechstunden. Außerhalb der Sprechstunden gibt es für jeden Tag einen diensthabenden Arzt. Die Pflegekräfte gewährleisten einen 24-h-Dienst, sodass Sie immer einen Ansprechpartner haben (**Tel. 280**).

Mittagsruhe

Die Mittagsruhe in der Klinik ist täglich einzuhalten. Aus Rücksicht auf alle, die sie nutzen möchten, bitten wir Sie, die Ruhezeit einzuhalten. Die „Nichtschläfer“ verhalten sich bitte rücksichtsvoll!

N

Nachtruhe

Die Nachtruhe beginnt täglich für Kinder um **21 Uhr**. Zu dieser Zeit gehen alle Kinder zu Bett oder können leisen Beschäftigungstätigkeiten in den Zimmern nachgehen. Ausnahme sind Freizeitangebote mit einer Sonderregelung.

Für die Erwachsenen beginnt die Nachtruhe um **23 Uhr**.

Die Nachtruhe **endet** für alle um **06:00 Uhr**

Bitte nehmen Sie Rücksicht aufeinander!

P



Patientenarmbänder

Jeder Erwachsene Kurgast erhält zu Beginn der Kur ein Patientenarmband von uns. Damit können wir schnell und einfach feststellen, wer Gast in unserem Haus ist und sich somit in unserer Klinik frei bewegen darf und wer nicht. Dies dient Ihrer und unserer Sicherheit.

Post

Die Post befindet sich im Edeka-Markt in der Ostbahnstraße. Die Öffnungszeiten sind Montag bis Freitag von **8 Uhr - 18 Uhr** und Samstag von **8 Uhr - 13 Uhr**. In den Sommermonaten gibt es verlängerte Öffnungszeiten (siehe Aushang am Edeka-Markt).

Briefmarken erhalten Sie aber auch an der Rezeption. Ihre frankierten Briefe können Sie in den gelben Briefkasten neben der Rezeption einwerfen. Die Leerung erfolgt von Mo – Fr um jeweils **12 Uhr**.

Psychosoziale Betreuung

Die MitarbeiterInnen der Psychosozialen Abteilung bieten Ihnen eine telefonische Sprechzeit, sowie eine Büchereizeit an. In diesen Zeiten können Sie Einzelgespräche mit der Abteilung vereinbaren bzw. psychologische und pädagogische Fachliteratur ausleihen.

Die Sprechzeiten können Sie der Infotafel in der medizinisch-psychosoziale Abteilung oder die im Foyer entnehmen.

Die Telefonnummer von der Abteilung lautet: **414**

Diese Nummer können Sie auch von Ihrem Handy anrufen: **038303 - 90414**

R

Rauchen

Rauchen ist in der Klinik (in den Zimmern, auf dem Balkon/der Terrasse, dem Eingangsbereich) sowie auf dem gesamten Klinikgelände strengstens untersagt. Ausnahme ist der Raucherpoint.



Reinigung

Die Reinigung der Zimmer und der Handtuchwechsel erfolgen jeweils an festgelegten pro Woche nach vorgegebenen Qualitätsstandards.

Zur Unterstützung der Reinigungsarbeiten bitten wir Sie an diesen Tagen, **die Boden- und Ablageflächen** Ihres Apartments **von persönlichen Gegenständen frei zu räumen**. Stellen Sie Ihre Schuhe zusammen und lassen Sie bitte Spielsachen und andere Gegenstände nicht auf dem Boden liegen. Andernfalls kann eine ordnungsgemäße Reinigung unter Umständen nicht geleistet werden.

Weitere Hinweise zur Reinigung, Handtuchwechsel oder Bettwäschewechsel entnehmen Sie bitte dem Zimmerrufsteller oder den Informationsaushängen auf den Etagen.

Rezeption

Die aktuellen Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte dem Aushang an der Rezeption.

Rückzugsmöglichkeiten

Um Ruhe zu finden, hat die Klinik im Dachgeschoss Haus Hiddensee einen „**Rückzugsraum**“ für Mütter und Väter eingerichtet. Hier können Sie gemütlich beisammensitzen, lesen oder sich mal in entspannter Atmosphäre unterhalten.

Weiter bieten im Sommer die Strandkörbe im Eingangsbereich oder der Kräutergarten Ruhe und Erholung. Im Winter empfehlen wir den Abend in den Aufenthaltsräumen im Haus Hiddensee oder Ruden sowie in der Sauna* ausklingen zu lassen.



Auch Spaziergänge am Strand, am Hochufer entlang oder durch den Wald bieten ausreichend Ruhe und den Kindern dennoch Möglichkeiten auf Entdeckungsreise zu gehen.

S

Schlüssel

Sie erhalten mit Ihrem Zimmerschlüssel weitere Schlüssel für den Tresor und Ihr Patientenschließfach. Beim Verlassen des Hauses nehmen Sie diesen bitte immer mit.

Es besteht die Möglichkeit, einen weiteren Zimmerschlüssel für die Kinder zu erhalten. Bitte gehen Sie sorgsam mit den Schlüsseln um.

Bei Verlust siehe Punkt **Haftung**.

Schließfach

Im Eingangsbereich zu den jeweiligen Bettenhäusern finden Sie Ihr ganz persönliches Schließfach. Bitte sehen Sie mehrmals täglich nach, ob Post, Hausmitteilungen oder Terminänderungen für Sie dort liegen. Auch Ihre Wasserflasche oder Ihren Klinikbeutel können Sie zwischen den Therapien dort deponieren.

Bei Verlust siehe Punkt **Haftung**.

Safe

Wertgegenstände (z.B. EC-Karte; Kreditkarte; Fahrscheine etc.) und Bargeld können Sie in Ihren Zimmersafe, der im Kleiderschrank zu finden ist, sicher verwahren. Den passenden Schlüssel erhalten Sie zusammen mit Ihrem Zimmerschlüssel.

Sauna

Es gibt keine Alterseinschränkung bei der Nutzung der Sauna. Beachten Sie, dass die Sauna Platz für max. 10 Personen hat. Die Saunazeiten entnehmen Sie dem Aushang der Freizeitinformationstafel der „Kleckse“.

Spielplatz

Der hauseigene Spielplatz steht Ihren Kindern jederzeit zur Verfügung. Bitte beachten Sie die Aufsichtspflicht. Alternativ steht ein weiterer Spielplatz bei der Kurverwaltung zur Verfügung.

Spielzimmer

Die Spielzimmer befinden sich im Foyer. Wir bitten Sie im Interesse Ihrer Kinder eindringlich Ihre Aufsichtspflicht wahrzunehmen und Ihre Kinder nicht unbeaufsichtigt in den Spielzimmern zu lassen. Auch bei uns ist es wie zu Hause - nach dem Spielen wird **aufgeräumt**! Bitte unterstützen Sie uns dabei.

T

Telefongebühren:

Auf Ihrem Zimmer sind Sie unter T 038303-90 und Ihrer Zimmernummer erreichbar. Um nach draußen zu telefonieren, wählen Sie bitte immer die 0 vorweg.

Von Zimmer zu Zimmer telefonieren Sie kostenfrei, wählen Sie hierzu lediglich die entsprechende Zimmernummer.

Teilnehmerlisten

Bei einigen Veranstaltungen sind Teilnehmerlisten erforderlich, weil diese nur eine gewisse Teilnehmerzahl zulassen. Wenn Sie sich eintragen, sollten Sie auch sicher sein, dass Sie wirklich teilnehmen möchten, denn der Eintrag in die Teilnehmerliste ist bindend. Ein späteres Austragen ist für alle diejenigen zum Nachteil, die vorher keinen Platz bekommen haben. Sollten Sie einmal keinen Platz mehr bekommen, ist das nicht schlimm, denn viele Veranstaltungen werden regelmäßig wiederholt.

Teenielounge

Im Foyer haben wir eine Teenielounge für alle Kinder ab 10 Jahren eingerichtet. Dort kann man nach Herzenslust ohne Eltern mit Gleichaltrigen chillen, Spiele spielen oder TV/Filme sehen. Für einen ausgezeichneten WLAN-Empfang haben wir gesorgt.



Therapien

haben immer Vorrang! Verordnete Therapien sind für Sie verpflichtend. Sollten Sie oder Ihre Kinder durch eine Erkrankung an einer Anwendung nicht teilnehmen können, bitten wir Sie, sich **in der medizinischen Abteilung (280)** zu melden. *(siehe Punkt Krankheit)*

Therapieplan

Ihre Verordnungen ergeben sich aus den vorliegenden Attesten/Indikationen sowie aus dem gemeinsam mit dem behandelnden Arzt festgelegten Therapieziel. Der erste Therapieplan wird nach Abschluss des Erstgesprächs individuell für Sie zusammengestellt und Ihnen am Abend ab 20 Uhr zur Verfügung gestellt. Alle folgenden Wochenpläne erhalten Sie dann immer zum Ende der Woche in Ihr Postschließfach.

Zum Ende Ihrer Vorsorgemaßnahme müssen alle Therapiepläne abgegeben werden. Dazu erhalten Sie einen Hinweis mit einem Abgabezeitfenster vor der Abreise auf Ihrem Therapieplan.

Terminänderungen

Sollte es notwendig sein einen Behandlungstermin zu verschieben, melden Sie sich bitte telefonisch zu den Sprechzeiten in der Therapieplanung unter **251**.



Wäsche

Im Keller von Haus Hiddensee stehen für Sie gegen Entgelt Waschmaschinen, Wäschetrockner und Waschmittel zur Verfügung. Bügeleisen und Bügelbretter können kostenfrei genutzt werden.

In diesem Raum befindet sich auch ein Waschmittelautomat. Sie können aber auch eigene Tabs nutzen. Waschmaschine und Trockner zeigen je nach gewählten Programmen die Dauer an. Für Wäsche wird keine Haftung übernommen.

Wäscheplatz

Hinter der Klinik finden Sie unseren Wäscheplatz. (Ausgang zum Wäscheplatz Treppenhaus Haus Vilm – neben dem Infrarotraum) Dort können Sie ebenfalls Ihre Wäsche trocknen. Wäscheklammern sind bereits vorhanden.

Das Trocknen nasser Wäsche ist in den Zimmern **nicht** gestattet. Durch zu hohe Luftfeuchtigkeit besteht die Gefahr von Schimmelbildung. Hier sieht das Gesundheitsamt eine Gefährdung für Asthmatiker und Allergiker.

Windeln

Für die Windeln steht Ihnen in Ihrem Zimmer extra ein Windeleimer und auf Ihrem Etagenflur zusätzlich ein großer Müllbehälter zur Verfügung.

Wellnessangebote für Groß und Klein

Wir bieten Wellness- und Wohlfühlangebote für alle Altersstufen an. Informieren können Sie sich an der Infotafel Zusatzangebote der Physiotherapie. Die Anmeldung für Ihre Wellnessanwendungen erfolgt über das Anmeldeformular, das sich direkt an der Infotafel der Physiotherapie befindet.

Ihre Wünsche fließen mit in Ihren Therapieplan ein. Bitte bedenken Sie, die Therapien haben immer Vorrang! Sobald Ihre Wünsche durch unsere Therapieplanung eingeplant worden sind, gilt Ihr Wunsch auch von uns als bestätigt.



Folgende Artikel können Sie in der Klinik ausleihen:

Artikel	Abteilung	Bemerkung	Gebühr/Kaution
Autositzkissen (3 - 12 J.)	Rezeption		pro Tag 1,- €
Bademantel f. Erw.	Rezeption	Begrenzt verfügbar	kostenfrei
Ball/TT – Schläger	Bücherei		Kaution 10,- €
Bettgitter	Rezeption		kostenfrei
Bücher/Spiele	Bücherei		Kaution 0,00 bis 10,- €
Eimer & Lappen	Aufenthaltsraum		kostenfrei
Fernbedienung	Rezeption		kostenfrei
Fieberthermometer	Medizin. Abt.		kostenfrei
Gesellschaftsspiele	Bücherei		Kaution 0,00 bis 10,- €
Hocker	Rezeption	gehört zur Zi.-Ausstattung	kostenfrei
Kühlakkus	Medizin. Abt.		kostenfrei
Nachtlicht	Rezeption		kostenfrei
Nackenkissen	Medizin. Abt.		kostenfrei
Pariboy	Medizin. Abt.	auf medizinische Anordnung	kostenfrei
Rotlichtlampe	Medizin. Abt.	auf medizinische Anordnung	kostenfrei
Thermoskannen	Restaurant		Kaution 10,- €
Töpfchen	Rezeption		kostenfrei
Wärmflasche	Medizin. Abt.		kostenfrei
Wäschekorb	Rezeption	gehört zur Zi.-Ausstattung	kostenfrei
WC-Sitz	Rezeption		kostenfrei
Wickelaufgabe	Rezeption		kostenfrei
Wolldecke	Rezeption		kostenfrei

Telefonverzeichnis innerhalb des Hauses

Die **Anmeldung** bei Ihrem behandelnden **Arzt/Ärztin** erfolgt über die **Med. Anmeldung bei den Schwestern**.

Med. Anmeldung 280

Psychosoziale Sprechstunde 414

Klinikleitung 404

Rezeption 9

Restaurant „Mönchgut“ 366

„Leuchtturm“ 364

Diätassistentin 361

Waschküche 467

Fitnessraum 319

Physiotherapeutische Abteilung:

Physio Anmeldung 299

Therapieplanung 251

Therapiebad 465

Gymnastikraum 1 254

Gymnastikraum 2 456

Telefonverzeichnis innerhalb des Hauses

Kinder- & Jugendtreff „Sandburg“:

Leiterin Kinder- & Jugendtreff:	460
Gruppe „Nautilus“	450
Gruppe „Atlantis“	451
Gruppe „Palmgarten“	452
Gruppe „Unterwasserwelt“	453
Gruppe „Strandkorb“	454
Gruppe „Seepferdchen“	455
Gruppe „Frösche“	456
Gruppe „Pinguine“	457
Gruppe „Cäpten Blaubär“	458

Freizeit Abteilung:

Mal- und Kleckskiste (ab 14 Uhr)	255
----------------------------------	-----

TV - Sender			
1	ARD	35	Tele 5
2	ZDF	36	ANIXE
3	N3 MV	37	DMAX
4	KIKA	38	NITRO
5	Super RTL	39	TOGGO plus
6	RTL II	40	Eurosport Deutschland
7	RTL	41	1-2-3.tv
8	VOX	42	Sonnenklar tv
9	SAT 1	43	QVC
10	PRO 7	44	QVC Style
11	Kabel 1	45	mein TV Shop
12	N TV	46	Pro 7 MAXX
13	N24 Doku	47	Euronews
14	Tagesschau 24		
15	Phoenix		
16	Arte		
17	3sat		
18	MDR Thüringen		
19	WDR Bonn		
20	rbb Brandenburg		
21	SWR BW		
22	SR		
23	BR Süd		
24	one		
25	ARD alpha		
26	Kabel 1 Doku		
27	ZDF info		
28	ZDF neo		
29	EURONEWS Europa		
30	Sport 1		
31	SIXX		
32	TLC		
33	Disney Channel		
34	SAT 1 Gold		

Radio - Sender			
50	SWR 4 BW	84	Bremen Eins
51	NDR 1 Radio MV	85	Bremen Zwei
52	NDR 2 NDS	86	Bremen Next
53	NDR 90,3	87	Antenne Brandenburg
54	N-Joy	88	JAM FM
55	NDR Blue	89	radio eins
56	NDR Info	90	Fritz
57	NDR Kultur	91	SR 1 Europawelle
58	NDR 1 Welle Nord	92	SR 2 Kulturradio
59	NDR 1 Niedersachsen	93	SR 3 Saarlandwelle
60	NDR Schlager	98	SWR 1 RP
61	Bremen Vier	99	SWR 2
62	Bayern 1	100	SWR 3
63	Bayern 2	109	Puls
64	BR Schlager		
65	BR Klassik		
66	BR 24 live		
67	BR 24		
68	TOGGO Radio		
69	BR Heimat		
70	hr 1		
71	hr 2		
72	hr 3		
73	hr 4		
74	You FM		
75	hr info		
76	MDR Sachsen DD		
77	MDR S.-Anhalt MD		
78	MDR Thüringen Mitte		
79	MDR Kultur		
80	MDR Jump		
81	MDR Sputnik		
82	MDR Aktuell		
83	MDR Klassik		