

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



Liebe Patient*innen!

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. Bei uns sind alle Familienkonstellationen willkommen, von Patchwork bis queer, alleinerziehend oder sorgende Großeltern!

Für viele von Ihnen ist es die erste Eltern-Kind-Kur. Dadurch ergeben sich für Sie verständlicherweise viele Fragen. Um Ihnen die Orientierung in unserem Haus zu erleichtern, haben wir dieses Info-ABC erstellt.

Ziel unserer Bemühungen ist die Förderung 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!

Ihr Kurzentrum Norderney
Benekestr. 26
26548 Norderney
Telefon: 04932 / 931-0
Fax: 04932 / 931-152
e-mail: kurzentrum-norderney@awo-ww.de
Homepage: www.kurhaus-norderney.de

Allergiker*innen

Unsere Zimmer sind Allergiker freundlich ausgestattet. Für Bettwäsche und Matratze nutzen wir Encasing Bezüge. Bitte informieren Sie uns, 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 Ihrer Klinik-App oder in Ihrem persönlichen Postfach (Zimmernummer = Postfachnummer) die ersten Termine, u. a. für die Aufnahmeuntersuchung für sich und Ihre Kinder (sofern Kurkinder) vor. Die für Sie und die Kinder notwendigen Therapien veranlasst Ihr Arzt nach der Aufnahmeuntersuchung.

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



Kleinkinder

Gerne stellen wir Ihnen die passende Ausstattung für Ihr Kind zur Verfügung. Bitte teilen sie uns spätestens 14 Tage vor Anreise per Mail mit, ob Sie ein Gitterbettchen, ein Rausfallschutz am Kinderbett und einen Trip Trap für den Speisesaal benötigen.

Als Babyphon empfiehlt sich ein Funkgerät. Es stehen eine gewisse Anzahl an Babyphonen/-Funkgeräten sowie Bollerwagen als Leihgeräte zur Verfügung.

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

Als Pflichttermine für alle Patientinnen finden am Anreisetag eine Hausführung und die Begrüßungsansprache am Folgetag der Anreise statt. Den genauen Termin können Sie Ihrer Klinik-App oder Ihrem analogen Therapieplan (am Anreisetag in Ihrem persönlichen Postfach) entnehmen.

Benachrichtigungen

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

Besuch

Eine Bewirtung und Unterbringung von Besuchern in der Klinik können leider **nicht** erfolgen.
Ihr wöchentlicher Therapieplan wird keine Zeit für lange Besuchskontakte erlauben.

Bettwäsche

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

Beurlaubung

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

Medikamente

Wir raten von einem Absetzen von Dauermedikamenten vor Beginn der Vorsorgemaßnahme ab. Für den Zeitraum der Maßnahme müssen Sie Ihre Medikamente selbst in ausreichender Menge mitbringen. Bitte denken Sie an eine gut ausgestattete Reiseapotheke und Ihre Krankenversicherungskarten! Wenn Ihr Kind ein eigenes Inhaliergerät hat, bringen sie es bitte mit.

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 Kurzeitkinderbetreuung verfügen. Sie werden außerdem feststellen, dass sich die Betreuung in der Kindermaris-Insel von der im Regelkindergarten unterscheidet.

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



Ernährung

Bitte teilen Sie uns Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Sonderkostformen (Vegetarier, Vegan bieten wir nicht an, Zöliakie u. ä.) bis 14 Tage vor Anreise mit, sofern nicht bereits über den Gesundheitsfragebogen erfolgt. Bitte beachten Sie, dass wir bei Nahrungsunverträglichkeiten generell ein ärztliches Attest benötigen.

Mahlzeiten

Ihre Mahlzeiten nehmen Sie im Speisesaal gemeinsam mit den anderen Patient*innen und Kindern ein. Mittags essen Erwachsene und Kinder getrennt. Sollten Sie z. B. wegen Ihrer Anwendungen Essenszeiten 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. Möchten Sie die Insel mit dem Rad erkunden, können Fahrräder in der Stadt ausgeliehen werden.

Fernseher

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

Föhn

Bitte bringen Sie Ihren Föhn von zu Hause mit.

Fitnessraum/Turnhalle

Unseren kleinen Fitnessraum können Sie nach Wunsch benutzen. Die Öffnungszeiten der Turnhalle richten sich nach den Therapiezeiten und hängen aus (während der Mittagsruhe geschlossen).

Geld, Wertgegenstände, Garderobe

Bitte schließen Sie Wertgegenstände in den Tresor ein, 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 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

Bitte beachten Sie, dass in Kliniken wie dem Kurzentrum Norderney grundsätzlich Alkoholverbot herrscht.

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



Handtücher

Hand- und Duschtücher sind in ausreichender Menge selber mitzubringen. Sie können sich vorab ein Handtuchpaket leihen (5,00 pro Handtuchpaket - ein großes und kleines Handtuch). Die Handtücher werden nicht gewechselt. Denken Sie auch an Handtücher für die Massageliege, Strandaufenthalte oder private Schwimmbadbesuche hier im Haus und im Thalassozentrum in der Stadt.

Haustiere

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

Hilfsmittel

Bitte geben Sie die vom Kurzentrum Norderney zur Verfügung gestellten Hilfsmittel (z.B. Peakflow, 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).

Koffer

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

Küchen/Nahrungsmittelzubereitung

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.

Möwen

Möwen sehen schön aus und 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. Möwen greifen auch gerne Eistüten und Pommes frites am Strand direkt aus der Hand. Füttern Sie diese Vögel nicht bewusst, denn Sie werden sie nicht mehr los.

NC-Card - Servicegebühr (Kurtaxe) + Fährticket

Auf der Fähre erhalten Sie die NC-Card. 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 Schiffahrtkarte 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.

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



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 sind diese jedoch problemlos erhältlich.

Parkplätze

Direkt am Haus stehen Ihnen **keine** Parkplätze zur Verfügung.
Sie können bei An- und Abreise mit dem Auto direkt ans Haus fahren und entladen.
Danach müssten Sie 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.

Rauchverbot

In der gesamten Klinik gilt ein striktes Rauchverbot. Auch auf den Balkonen ist das Rauchen nicht gestattet!

Reparaturen

Auftretende Schäden in Ihrem Zimmer melden Sie bitte schnellstmöglich der Rezeption, damit unsere Haus-techniker 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

Ruhezeiten

Sind sehr wichtig für den Therapieerfolg 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.

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



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.

Sauna

An der Rezeption können Sie die Wertmünzen für den Saunabetrieb erwerben. Bitte tragen sie sich in die ausliegende Liste in der Therapieabteilung ein, damit wir aus Sicherheitsgründen informiert sind, wann die Sauna in Betrieb 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.

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.

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 (während der Mittagsruhe geschlossen).

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.

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



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 zugängig ist – Kinder haben aufgrund besonderer Sicherheitsbestimmungen alleine keinen Zutritt.

Wäsche

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.

Wir danken Ihnen für die Einhaltung unserer Hausordnung und den respektvollen Umgang mit unserem Inventar. Das Team des Kurzentrums Norderney wünscht Ihnen eine erfolgreiche Vorsorgemaßnahme und eine unvergessliche Zeit mit Ihren Kindern auf der Insel!

Informationsbroschüre: Vorsorgemaßnahme

Ihr Aufenthalt im Kurzentrum Norderney



Liebe Kinder,
liebe Jugendliche,

im Rahmen Eurer Eltern-Kind Maßnahme freuen wir uns, Euch 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 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. Alle Kinder ab zwei Jahren nehmen in der Kindermaris Insel 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 Murmelbilder entwerfen; Windräder basteln; Perlentiere auffädeln, Freundschaftsbänder knüpfen

Freizeitpädagogische Angebote: Inselkunde im Nationalparkhaus; Piratenschatzsuche;

Mutter-Kind-Angebote: Stoffartikel bemalen, offene Kreativwerkstatt, Sandburgen bauen am Strand, Strandolympiade, Inselrallye, Abendwanderung

Abendangebote für ältere Kinder: 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 wie zuhause 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:

