

Vorweihnachtliche Adventskur

In wohltuend ruhiger und vorweihnachtlich besinnlicher Atmosphäre unserer Klinik lassen ausschließlich Mütter mit ihren Kindern das alte Jahr Revue passieren und sammeln neue Energie. Das heilende Reizklima der Ostsee wirkt positiv auf den Organismus aus. Insbesondere Allergiker, Menschen mit Atembeschwerden und chronischen Hauterkrankungen profitieren davon. Es gibt im Winter kaum Schöneres, als in kalter, glasklarer Ostseeluft den freien Blick zum Horizont zu genießen.

Vorweihnachtszeit in unserer Klinik Schwedeneck:

- Adventsbasteln
- Weihnachtsbäckerei
- Knusperhäuschenwettbewerb
- Nikolaustag
- Musik und Geschichten rund um Weihnachten
- Rodeln (je nach Witterung)

Mögliche Behandlungsziele:

- Therapie von gesundheitlichen Problemen laut Indikation bei Erwachsenen und Kindern
- Abbau von Alltagsproblemen, Überforderung und Stress in der Familie
- Therapie von psychischen Problemen in der Familie, die insbesondere in der „dunklen Jahreszeit“ vermehrt auftreten - mit einem individuellen Therapieplan werden Behandlungsmethoden aufgezeigt und Hilfestellung gegeben, um auch in den Wintermonaten gesund und aktiv zu bleiben

Termine:

18.11.2020, 25.11.2020



weitere Infos unter
www.mutter-kind.de
Menüpunkt Schwerpunktkuren

Ganzjährige Therapieschwerpunkte:

Im Rahmen unserer Mutter & Kind-Kuren bieten wir verschiedene ganzjährige Therapieschwerpunkte an. Hier besteht das ganze Jahr hindurch die Möglichkeit einer Kurmaßnahme mit vielfältigem spezifiziertem Therapieangebot für Sie:

- Adipositas in der Familie
- Chronische Erschöpfungssyndrome und Stressbelastung Spannungskopfschmerz, Migräne sowie Rückenschmerzen
- Klimatherapie
- Mütter und Kinder mit Asthma bronchiale
- Psychovegetative Erschöpfungszustände



HINWEIS

Wir sind darauf spezialisiert, nur Mütter mit ihren Kindern aufzunehmen.



Klinik
Schwedeneck

Kieler Straße 1 · 24229 Schwedeneck
T 04308 184-0 · F 04308 184-100
info@klinik-schwedeneck.de · www.klinik-schwedeneck.de



Klinik
Schwedeneck
Neue Kraft für's Leben



Schwerpunktkuren

Im Verbund der
ARBEITSGEMEINSCHAFT
Eltern & Kind Kliniken
www.mutter-kind.de

Natürlich.Gesund.Glücklich.

Unsere Schwerpunkt- kuren



Was sind Schwerpunktkuren und warum sind sie so besonders?

Ein wichtiger Bestandteil unseres vielfältigen Therapieangebotes sind unsere Schwerpunktkuren, die wir zu bestimmten Terminen durchführen. Diese ganz besonderen Maßnahmen dienen der medizinischen und therapeutischen Begleitung bei speziellen Krankheitsbildern oder in besonderen Lebenssituationen. Hierbei leistet der zwischen den Patienten stattfindende Erfahrungsaustausch einen wesentlichen Beitrag zum Kurerfolg.

Im Rahmen der Aufnahmeuntersuchung wird ein individueller Therapieplan anhand der vorliegenden Indikation verordnet. Dieser dient der Erreichung der vereinbarten Therapieziele und kann einige der hier aufgeführten Beispiele enthalten:

- Sport-/Bewegungstherapie
- Medizinische Bäder
- Elektrotherapie
- Wasser-/Schwimmtherapie
- Krankengymnastik/Massagen
- Schulungen/Vorträge
- Ernährungsberatung/Lehrküche

Diese, im Rahmen einer Mutter & Kind-Kur, „klassischen“ Therapieangebote finden in den einzelnen Schwerpunktkuren entsprechende Ergänzungen.

systemQM
Eltern – Kind
VERSION 2.0



Zertifizierung: Die Klinik ist zertifiziert nach systemQM Eltern-Kind 2.0. Dies ist ein anerkanntes Verfahren nach den Kriterien der Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (§ 37 Abs. 3 SGB IX) und basiert auf den Vorgaben der DIN EN ISO 9001:2015.

Positive Erziehung - Mehr Freude, weniger Stress mit Kindern

Eltern sind die wichtigsten Menschen für ihre Kinder. In der Aufgabe als Erziehende wägen sie zwischen dem richtigen Maß an Freiraum für Erfahrungen und Grenzen zum Schutz der Kinder ab. Das klingt so einfach - ist es aber nicht! Tägliche Streitereien, Machtkämpfe und Missverständnisse verursachen Stress und können zu verschiedenen körperlichen und seelischen Beschwerden bei Eltern und/oder Kindern führen. In Anlehnung an den Elternkurs „Starke Eltern - starke Kinder“® des Deutschen Kinderschutzbundes haben wir den Kurs „Positive Erziehung“ entwickelt.

Im Rahmen unserer Schwerpunktkur werden in vier Gruppensitzungen und einem Schulungsfilm die Grundzüge des Modells der „anleitenden Erziehung“ vermittelt und geübt:

- Welche Werte und Erziehungsvorstellungen leben wir in der Familie?
- Die psychischen Grundbedürfnisse von Kindern - was unterstützt sie, was hemmt sie in ihrer Entwicklung?
- Mehr Klarheit in der Kommunikation
- Probleme erkennen Probleme lösen

Für ein neues Selbstvertrauen als Erziehende und für mehr Freude im Zusammenleben mit den Kindern gibt das Modell der anleitenden Erziehung eine ideale Hilfestellung und zeigt neue Perspektiven auf.

Termine:

22.01.2020, 05.02.2020, 19.02.2020, 04.03.2020, 18.03.2020, 01.04.2020, 15.04.2020, 29.04.2020, 13.05.2020, 27.05.2020, 10.06.2020, 24.06.2020, 08.07.2020, 22.07.2020, 05.08.2020, 19.08.2020, 02.09.2020, 16.09.2020, 30.09.2020, 14.10.2020, 28.10.2020, 11.11.2020, 25.11.2020

Mindestteilnehmerzahl: 6
Höchstteilnehmerzahl: 12

Dem Burnout vorbeugen - raus aus dem „Hamsterrad“

Gerade Mütter sind komplexen Anforderungen ausgesetzt. Sie sind mehr und mehr Familien-Managerinnen, müssen verschiedene Anforderungen wie Alltagsorganisation, Erziehung, Haushalt, Berufstätigkeit, Pflege und Versorgung kranker Angehöriger erfüllen. Sie sind also besonders burnout-gefährdet!

Burnout „passiert“ nicht von einem Tag zum anderen, sondern es ist ein langsamer, schleichender Prozess. Um es gar nicht so weit kommen zu lassen, ist eine möglichst frühzeitige Wahrnehmung und Beachtung von ersten Erschöpfungssymptomen entscheidend.

Mit unserem ganzjährigen Schwerpunktangebot möchten wir Frauen die Möglichkeit bieten, rechtzeitig inne zu halten und sich körperlich und seelisch zu erholen. Durch den Abstand vom Alltag und den Ausstieg aus dem alltäglichen „Hamsterrad“ wird ein Perspektivenwechsel möglich, der dazu einlädt, die persönliche und familiäre Lebenssituation zu reflektieren. Unterstützt durch ein gezieltes medizinisches, psychologisches und physiotherapeutisches Angebot werden nicht nur bestehende Symptome gelindert. Darüber hinaus bieten wir zahlreiche Anregungen zum kompetenteren Umgang mit alltäglichen Herausforderungen.

Folgende Therapieangebote sind möglich:

- Schulungsvortrag „Wege aus der Erschöpfung - Stress und Stressbewältigung“
- Stressbewältigungstraining
- Entspannungstherapien
- Ggf. psychologische Einzelberatung
- Teilnahme an motivierenden und entspannenden Bewegungsangeboten
- Kneipp-Therapie, Sauna
- Wasserdruckstrahlmassage (Hydrojet), klassische Massagen
- Terraintraining in der wunderschönen und naturbelassenen Umgebung
- Kreativ- und Sportangebote
- Kinderbetreuung

Termine:

15.01.2020, 29.01.2020, 12.02.2020, 26.02.2020, 11.03.2020, 25.03.2020, 08.04.2020, 22.04.2020, 06.05.2020, 20.05.2020, 03.06.2020, 17.06.2020, 01.07.2020, 15.07.2020, 29.07.2020, 12.08.2020, 26.08.2020, 09.09.2020, 23.09.2020, 07.10.2020, 21.10.2020, 04.11.2020, 18.11.2020

Mindestteilnehmerzahl: 6
Höchstteilnehmerzahl: 12

Mütter mit Adoptiv- und Pflegekindern

Familien mit Adoptiv- und Pflegekindern haben im Alltag ganz besondere Herausforderungen zu meistern. So ist häufig eine intensive Zusammenarbeit mit verschiedenen Institutionen erforderlich. Die Kinder benötigen oft spezielle Unterstützung und Förderung aufgrund von traumatisierenden Erfahrungen. Besuchskontakte zur Herkunftsfamilie können sich verstörend auf die Kinder auswirken und das Zusammenspiel in der Familie durcheinanderbringen. Sorgen um die Entwicklung der Kinder können Adoptiv- und Pflegemütter ganz besonders belasten. Es kann schwierig sein, ein Adoptiv- oder Pflegekind in die Familie zu integrieren, wenn es außerdem leibliche Kinder in der Familie gibt. In ihrem Engagement im Interesse ihrer Kinder kann es passieren, dass Adoptiv- und Pflegemütter über eigene Belastungsgrenzen hinausgehen, sich überfordern und in einen Erschöpfungszustand geraten. Dies kann sich in verschiedenen körperlichen und seelischen Beschwerden zeigen. Während der Maßnahme wird unser psychologisches Angebot speziell auf die Probleme von diesen Familien abgestimmt und erweitert.

Das Schwerpunktangebot umfasst:

- Gesprächsgruppe für Adoptiv- und Pflegemütter
- Bei Bedarf psychologische Einzelberatungen
- Soziales Kompetenztraining für Adoptiv- und Pflegekinder ab 8 Jahren
- Vortrag einer Fachanwältin für Familienrecht zum Thema „Rechte von Pflegekindern“
- Informationsveranstaltung des Landesverbandes für Kinder in Adoptiv- u. Pflegefamilien Schleswig-Holstein
- Teilnahme an motivierenden und entspannenden Bewegungsangeboten
- Kneipp-Therapie, Sauna
- Wasserdruckstrahlmassage (Hydrojet), klassische Massagen
- Terraintraining in der wunderschönen und naturbelassenen Umgebung
- Kreativ- und Sportangebote
- Kinderbetreuung

Termine:

15.01.2020, 25.11.2020

Mindestteilnehmerzahl: 6
Höchstteilnehmerzahl: 12

weitere Infos unter
www.mutter-kind.de
Menüpunkt Schwerpunktkuren