

Patienteninformation: Wichtiges von A-Z

Inhaltsverzeichnis	Seite
Allgemeine Informationen	4
Hygienevorschriften und Verhalten bei Erkrankungen	4
Abreise	5
Alkoholverbot	5
Anregungen, Vorschläge	5
Aufsichtspflicht	5
Aufzugbenutzung	6
Babyphone	6
Basteln	6
Begleitpersonen	6
Besen	6
Besucherregelung	6
Bettgitter	7
Bettwäsche	7
Bezahlung	7
Brandschutz	7
Briefmarken	7
Deutsche Bahn	7
Einkaufsmöglichkeiten	7
Energie	7
Fahrradverleih	8
Fernsehen	8
Freizeitangebote	8
Geldautomaten	8
Gepäck	8
Haftung	8
Handtücher	8
Handys	8
Hausaufgabenbetreuung	9
Hausordnung	9
Infowand	9
Internet	9
Kaffee	9
Kaution	9
Kindersicherung	9
Kindertreff	9
Kino	10
Lüften	10
Mahlzeiten	10
Medizinische Betreuung – Notfall – Medikamente	10
Minibar	10
Minigolf	10
MTT-Raum	10
Mülltrennung	10
Rauchverbot	11
Ruhezeiten	11
Safe	11
Schlüssel	12
Schlüssel- & Postfach	12
Servicepauschale	12
Spielplatz	12

Telefon.....	12
Terminänderungen.....	12
Therapiebad.....	12
Therapien	13
Trinkwasserspender und Getränke	13
Waschen und Bügeln.....	13
Wettervorhersage	13
Winter	14
Zimmerreinigung	14
Hausordnung der Klinik Alpenhof.....	15
Sicherheitsmaßnahmen - Brandschutz	16
Hinweise zur Handhygiene	17
Telefonverzeichnis innerhalb des Hauses.....	18
Artikel zum Ausleihen	19
Bedienungsanleitung Babyphone.....	20

Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die zusätzliche Formulierung der weiblichen Form sowie des dritten Geschlechts verzichtet. Wir möchten deshalb darauf hinweisen, dass die ausschließliche Verwendung der männlichen Form explizit als geschlechtsunabhängig verstanden werden soll.

Allgemeine Informationen

Liebe Patientin, lieber Patient,

herzlich willkommen in unserer Mutter-Kind-&Vater-Kind-Klinik Alpenhof!

Diese Information soll Ihnen einige Hinweise zu unserer Klinik geben und Ihnen gleichzeitig ein Wegweiser für die Zeit Ihres Aufenthaltes sein, die Ihnen die Eingewöhnung in unserem Haus erleichtern soll. Bitte lesen Sie diese Informationen sorgfältig durch.

Im Namen des gesamten Teams wünschen wir Ihnen eine gute und erholsame Zeit in unserer Präventions- und Rehabilitationseinrichtung für Mutter, Vater & Kind im wunderschönen Chiemgau.

Mit herzlichen Grüßen



Annegret Obermaier
Klinikleitung

Hygienevorschriften und Verhalten bei Erkrankungen

Besonders in einer großen Einrichtung ist es erforderlich, großen Wert auf die persönliche Hygiene zu legen. Unsere Hände spielen eine große Rolle bei der Übertragung von Krankheiten. Bakterien, Pilze und Viren kommen an die Hände, wenn wir anderen die Hand geben. Auch bei der Berührung von Türklinken, Treppengeländern und Einkaufswagen kann dies passieren. Das Infektionsrisiko lässt sich erheblich reduzieren, wenn auf ausreichende **Handhygiene und Händedesinfektion** geachtet wird.

Auch Sie können mithelfen, dass sich Infektionserreger nicht verbreiten können, wenn Sie die folgenden wichtigen Hinweise beachten.

- Waschen Sie sich öfter als gewöhnlich die Hände, auch die Ihrer Kinder! Beachten Sie hierbei das korrekte Händewaschen. Waschen Sie Ihre Hände mit Seife und massieren Sie diese für mindestens 20 Sekunden gründlich in die Hände und Handgelenke ein. Besonders wichtig ist dies vor der Einnahme der Mahlzeiten sowie nach dem Toilettengang. Eine Anleitung nach WHO-Standard finden Sie auf Seite 16.
- Benutzen Sie die Desinfektionsspender im Haus und auch die Seife auf Ihrem Zimmer.

Bei Auftreten von Krankheitssymptomen gilt es, folgende Verhaltensregeln besonders sorgfältig zu beachten:

- Informieren Sie unverzüglich die medizinische Abteilung (T -333) unserer Klinik telefonisch und folgen Sie den Anweisungen des geschulten Pflegepersonals. Wichtig ist, dass Sie sich unbedingt telefonisch und nicht persönlich in der Medizinischen Abteilung melden.
- Achten Sie auf äußerste persönliche Hygiene.
- Benutzen Sie während dieser Zeit nur Ihre eigene Toilette im Appartement.
- Gemeinschaftseinrichtungen dürfen von Erkrankten nicht aufgesucht werden. Dazu zählen die Speiseräume, Therapiebereich, Kindertagesstätte und alle Aufenthaltsräume.
- Bitte bedenken Sie, dass Sie durch sorglosen Umgang mit einer Durchfallerkrankung andere Personen leicht anstecken könnten.

Abreise

Wenn Sie mit der Bahn reisen, melden Sie sich bitte **bis spätestens Freitag** vor Ihrer Abreise, 12:00 Uhr, an der Rezeption, damit wir die Abholung mit dem Taxi für Sie organisieren können. Ihr Zimmer steht Ihnen am Abreisetag bis 09:00 Uhr zur Verfügung, die Verpflegung endet mit dem Frühstück. Denken Sie bitte daran, den Zimmerschlüssel an der Rezeption abzugeben.

Alkoholverbot

In der Klinik besteht absolutes Alkoholverbot. Ein Zuwiderhandeln kann eine disziplinarische Entlassung zur Folge haben.

Anregungen, Vorschläge

Möchten Sie uns Verbesserungswünsche mitteilen oder stört Sie etwas im Haus, teilen Sie dies gern der entsprechenden Abteilung mit oder nutzen Sie den Briefkasten an der Rezeption. Das Formular „Anregungen, Vorschläge...“ finden Sie in dieser Mappe und Sie erhalten es auch an der Rezeption. Gerne stehen Ihnen für ein persönliches Gespräch die Klinikleitung und/oder unser Chefarzt zur Verfügung.

Aufsichtspflicht

Grundsätzlich haben Sie die Aufsichtspflicht für Ihr Kind, Ihre Kinder.

Die Räumlichkeiten der Klinik - Kinderbetreuungsbereich ausgenommen - wie z. B. Flure und

Treppenhäuser und vor allem auch der Parkplatz sind keine Spielplätze.

Aufzugbenutzung

Aus Sicherheitsgründen dürfen Kinder und Jugendliche unter 14 Jahren den Fahrstuhl nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten benutzen. Bitte halten Sie den Fahrstuhl nicht länger als nötig auf und nutzen Sie nach Möglichkeit die Treppenhäuser – Bewegung tut gut und fördert die Gesundheit.

Babyphone

Um Ihren Aufenthalt in unserem Haus so angenehm wie möglich zu gestalten, ist jedes Zimmer mit einem Telefon inkl. einer "Babyphone" - Einrichtung ausgestattet. Das dazu gehörige Zweitgerät können Sie sich gegen eine einmalige Kautions an der Rezeption ausleihen.

Das Babyphone gibt Ihnen die Möglichkeit, den Schlaf Ihrer Kinder zu überwachen und sollte erst dann eingeschaltet werden, wenn Ihr Kind zur Ruhe gekommen ist, Ihre Kinder zur Ruhe gekommen sind. Weitere Hinweise zur Handhabung des Babyphons entnehmen Sie bitte dem gesonderten Info-Blatt in dieser Mappe.

Basteln

Unsere Bastelangebote finden Sie in Ihrem Therapieplan und als Aushang an der Freizeit-Info-Tafel. Zusätzlich können Sie gebührenpflichtig eine Bastelkiste ausleihen. Der Inhalt der Kiste gehört anschließend Ihnen. Die Kiste geben Sie bitte spätestens bei Ihrer Abreise wieder an der Rezeption ab.

Bastelscheune

Die Bastelscheune befindet sich beim Spielplatz.

Begleitpersonen

Aufnahme von Kindern als Begleitpersonen

Begleitende Kinder wurden von der Krankenkasse als nicht-behandlungsbedürftig eingestuft. Es erfolgt keine medizinische Aufnahme, ebenso wenig werden Anwendungen oder Therapien verordnet.

Für begleitende Kinder sind folgende Leistungen vorgesehen:

- Unterbringung und Verpflegung
- Kinderbetreuung während Ihrer therapeutischen Anwendungen
- Teilnahme an den z. T. kostenpflichtigen Freizeitangeboten der Einrichtung

Wenn Sie und/oder Ihr Kind/Ihre Kinder ein medizinisches Problem haben, wenden Sie sich bitte **telefonisch** an die diensthabenden Pflegemitarbeiter (T-333). Sie bekommen dann einen Termin beim Arzt.

Die medizinische Notfallversorgung von Begleitpersonen erfolgt in jedem Fall durch uns, die Weiterversorgung durch einen niedergelassenen Arzt.

Besen

Besen, Handfeger und Kehrschaufel finden Sie in Ihrem Zimmer.

Besucherregelung

Unsere Erfahrung zeigt, dass es nicht immer sinnvoll ist, wenn Angehörige während der Kurmaßnahme zu Besuch kommen, da der räumliche und seelische Abstand häufig mit zu Ihrem Heilerfolg beitragen kann. Eine Konfrontation mit den Alltagsproblemen und erneute Trennungsschwierigkeiten für die Kinder können unter Umständen diesem Ziel entgegenstehen. Sprechen Sie daher schon zu Hause mit Ihren Angehörigen ab, ob Sie Besuch während der Kurmaßnahme wünschen.

Um ein geschütztes und ruhiges Umfeld für die anwesenden Familien sicherzustellen, ist das Betreten des Klinikgeländes oder der Besuch von Angehörigen oder Freunden/Bekannten im Haus nicht gestattet.

Bettgitter

Wenn Sie für das untere Etagenbett einen Rausfallschutz benötigen, verwenden Sie bitte das sich in dieser Mappe befindliche Formular „Zimmersausstattung vor Ort“ und geben Sie dieses ausgefüllt an der Rezeption ab. Sie können sich auch gerne an die Rezeption oder an die Reinigungskraft auf Ihrer Etage wenden.

Bettwäsche

Auf Wunsch erhalten Sie von unserem Reinigungspersonal frische Bettwäsche zum selbstständigen Beziehen. Bitte beachten Sie, dass ein Satz Bettwäsche bereits in Ihrem Kleiderschrank hinterlegt ist.

Bezahlung

Akupunkturkosten, Briefmarken, Postkarten usw. können Sie bar an der Rezeption begleichen. Bitte beachten Sie, dass wir nur bedingt Wechselgeld zur Verfügung haben!

Brandschutz

Siehe hierzu bitte Rubrik „Sicherheitsmaßnahmen“.

Briefmarken

Briefmarken erhalten Sie an der Rezeption. Hier können Sie auch Ihre frankierten Briefe und Postkarten abgeben. Die Post von Chieming befindet sich in der Stötthamer Straße 4.

Busfahrplan

Der aktuelle Busfahrplan hängt am Infobrett neben den Patienten-Postfächern aus. Sie können die Busverbindungen auch über die Deutsche-Bahn-App abrufen, einfach die App „DB-Navigator“ im App-Store oder in Ihrem Play-Store auf Ihr Handy downloaden. In der App ist keine Anmeldung erforderlich.

Deutsche Bahn

Einen Schalter der DB AG finden Sie am Bahnhof in Traunstein. Bei Fragen wenden Sie sich gerne auch an das Rezeptionsteam.

Eigenanteil

Sollten Sie den gesetzlichen Eigenanteil in Höhe von 10,00 € kalendertäglich im Vorfeld nicht überwiesen haben, zahlen Sie diesen bitte nach Ihrer Anreise mit der EC-Karte oder bar im Büro der Buchhaltung im 2. Stock. Die Termine hierzu finden Sie in Ihrem Therapieplan. Anhand der Kostenzusage Ihrer Krankenkasse für die Maßnahme in unserem Haus können Sie feststellen, ob Sie den Eigenanteil an uns bezahlen müssen oder mit Ihrer Krankenkasse direkt abrechnen. Befreiungsausweise legen Sie bitte bis Freitag der Anreisewoche im Büro der Reservierung vor.

Einkaufsmöglichkeiten

Der Ortskern Chieming ist in ca. 10 Minuten Fußweg zu erreichen. Im Ort gibt es verschiedene Geschäfte z. B. Edeka, Dorfladen, Eisdielen sowie zwei Bankfilialen mit Geldautomaten.

Energie

Bitte helfen Sie uns, die Umwelt zu schonen. Gehen Sie so bewusst wie möglich mit Strom und Wasser um und achten Sie beim Verlassen des Zimmers darauf, alle Lampen auszuschalten sowie die Fenster

bei laufender Heizung zu schließen.

Fahrradverleih

Die herrliche Umgebung von Chieming lädt zum Fahrradfahren ein. Für Ihre Fahrräder stehen Ihnen auf dem Klinikgelände Fahrradständer zur Verfügung. Wir übernehmen keine Haftung für mitgebrachte Fahrräder, denken Sie daher bitte an Fahrradschlösser. Außerdem besteht die Möglichkeit für Groß und Klein, Fahrräder in Chieming unter T 08664-9280015 auszuleihen.

E-Bikes dürfen aus brandschutztechnischen Gründen nicht im und am Klinikgebäude aufgeladen werden. Die nächste Ladestation finden Sie unter www.chieming.de/e-bike-ladestationen.

Fernsehen

Jedes Zimmer ist mit einem Fernseher ausgestattet, der Ihnen kostenfrei zur Verfügung steht. Die Fernbedienung befindet sich auf dem Zimmer.

Freizeitangebote

Die Mitarbeiter unserer Freizeitabteilung stellen ein abwechslungsreiches Programm zusammen. Die Freizeitangebote entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan.

Gästekarte

Den QR-Code mit Informationen über mögliche Ermäßigungen finden Sie an der Infotafel neben den Postfächern.

Geldautomaten

Finden Sie in der Ortsmitte. Einen Ortsplan erhalten Sie an der Rezeption.

Gepäck

Gepäckstücke, die mit dem Kofferkurierdienst nach Hause geschickt werden, müssen am Abholtag bis 8 Uhr an der Rezeption (an der Säule rechts) stehen. Bitte achten Sie darauf, dass an jedem Gepäckstück Ihr Name steht. Das Geld für die Abholung hinterlegen Sie bitte spätestens am Vortag an der Rezeption.

Haftung

Für den Verlust von Geld, Wertpapieren oder anderen Wertsachen oder die Beschädigung von Fahrzeugen, Booten/Boards, Fahrrädern, Kleidung oder anderen Gegenständen, die im Klinikgebäude und auf dem Gelände offen abgestellt sind, übernimmt die Klinik keine Haftung.

Eine Haftung von Seiten der Klinik besteht nur, sofern der Schaden aufgrund grob fahrlässigen oder vorsätzlichen Verhaltens der Klinik oder ihrer Mitarbeiter entstanden ist. Bargeld und Wertgegenstände können an der Rezeption im Safe hinterlegt werden. Wir übernehmen keine Haftung für Wertgegenstände, die nicht unter Verschluss sind.

Handtücher

Der Handtuchwechsel erfolgt dreimal wöchentlich (Montag, Mittwoch und Freitag).

Handys

Um Ihre Erholung sicherzustellen und aus Rücksichtnahme auf Ihre Mitpatienten, ist die Nutzung von Handys während der Therapiezeiten von 08:00 Uhr bis 16:45 Uhr nicht gestattet. Bitte stellen Sie sicher, dass das Handy ausgeschaltet oder auf lautlos gestellt ist. Bitte verzichten Sie auch im Speisesaal sowie in den Gemeinschaftsräumen auf Ihr Handy. Bitte beachten Sie außerdem, dass in der Medizinischen Abteilung, im Kindertreff sowie während aller Anwendungen ein Handyverbot gilt.

Eine Klinik ist ein besonders sensibler Ort und unterliegt speziellen rechtlichen Bestimmungen. Uns

sind vor allem das Recht der Privatsphäre der Patienten, Kinder und Mitarbeiter und der respektvolle Umgang miteinander sehr wichtig. Dies betrifft folglich auch das Fotografieren und Filmen. Es ist daher aufgrund des Persönlichkeitsrechts verboten, andere Patienten, Kinder oder Mitarbeiter ohne deren vorherige Zustimmung zu fotografieren oder zu filmen. Das Fotografieren und Filmen ist Patienten und deren Angehörigen ausschließlich zu privaten und persönlichen Zwecken erlaubt.

Hausaufgabenbetreuung

Die aktuellen Zeiten für die Hausaufgabenbetreuung entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan. Arbeitsblätter/Seitenzahlen von Büchern/Aufgaben kann der/die Klassenlehrer*in (bitte Name und Vorname des Kindes angeben) per E-Mail direkt an hausaufgabenbetreuung@klinik-alpenhof.de schicken oder per Fax an 08664/986-100. Die Unterlagen werden täglich um 11:00 Uhr ausgedruckt.

Hausordnung

Das Leben in einer Gemeinschaft erfordert klare Regeln. Diese sind in unserer Hausordnung festgeschrieben.

Infowand

An unserer Infotafel im Eingangsbereich neben der Rezeption bzw. bei den Postfächern finden Sie Freizeitangebote, wichtige Informationen über die Gegend, Busfahrzeiten und vieles mehr.

Über kurzfristige Therapieplanänderungen informieren wir Sie an der Infotafel neben dem MTT-Raum.

Internet

WLAN steht Ihnen in allen Bereichen kostenlos zur Verfügung. Die Zugangsdaten lauten wie folgt: Netzwerkname **alpenhof** mit Passwort **alpenhof-101**. Wir bitten darauf zu achten, dass durch die Nutzung eines Handys, Tablets o.ä. Mitpatienten nicht gestört werden.

Kaffee

Sie haben die Möglichkeit, am Kaffeeautomaten im 1. Stock Kaffee oder an der Rezeption Kaffeepads für die Kaffeemaschinen in den Etagentreffs zu erwerben.

Kaution

An unserer Rezeption können Sie sich verschiedenste Utensilien ausleihen, z. B. Wasserkocher, Zweitschlüssel für Ihre Zimmer, Babyphone, Nordic-Walking-Stöcke, Thermoskannen, etc. Dafür hinterlegen Sie eine Kaution von 60,00 €, die Sie bei vollständiger und unbeschädigter Rückgabe der ausgeliehenen Gegenstände zurückerhalten.

Kindersicherung

In allen Steckdosen ist eine Kindersicherung installiert.

Kindertreff

Ihr Kind wird, Ihre Kinder werden in altersspezifischen Gruppen betreut. Die Betreuungszeiten entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan. Das Mittagessen nehmen die Kinder an Anwendungstagen im Kindertreff ein.

Denken Sie bitte an **Ersatzkleidung** und Bekleidung für draußen (mit Namen versehen). Gönnen Sie Ihrem Kind, egal wie alt es ist, eine gewisse Zeit, um sich an die neue Umgebung mit vielen fremden Gesichtern zu gewöhnen. Alle müssen sich erst ein wenig orientieren. Sollten Sie Fragen oder Anregungen haben, wenden Sie sich bitte an die Betreuer oder die Kindertreffleitung.

Kino

Die nächstgelegenen Kinos befinden sich in Traunstein und Traunreut. Beide Orte sind jeweils ca. 15 km von unserer Klinik entfernt.

Lüften

Für ein gesundes Raumklima ist mehrmaliges Stoßlüften der Zimmer erforderlich und aus hygienischen Gründen unverzichtbar.

Bitte beachten Sie die Information zum Hygrometer in Ihrer Informationsmappe.

Mahlzeiten

Freuen Sie sich auf Ihre Mahlzeiten! Sie haben freie Platzwahl im Speisesaal. Danke für Ihr Verständnis dafür, dass Kinder unter 10 Jahren sich nicht allein am Buffet bedienen dürfen.

Die Essenszeiten entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan.

Vergessen Sie bitte nicht, sich am Vortag bis 09:00 Uhr für das Mittagessen am nächsten Tag in die Essensliste einzutragen.

Natürlich erhalten Sie auch ein Mittagessen, wenn Sie sich nicht eingetragen haben. Allerdings ist dann keine Wahlmöglichkeit gegeben.

Wenn Sie am Wochenende oder an Feiertagen nicht an den Mahlzeiten teilnehmen möchten, haben Sie die Möglichkeit, selbstständig ein Lunchpaket zusammenzustellen.

Bitte melden Sie sich einen Tag vorher beim Servicepersonal für das Essen ab.

Medizinische Betreuung – Notfall – Medikamente

Die Medizinische Abteilung arbeitet wie eine Ambulanz mit regelmäßigen täglichen Sprechstunden. Die Pflegekräfte gewährleisten einen 24-h-Dienst, sodass Sie im medizinischen Notfall immer einen Ansprechpartner unter T -333 haben.

Sollten Sie oder Ihr Kind, Ihre Kinder während des Kuraufenthaltes erkranken (z. B. Durchfall, Erbrechen, Erkältungssymptome, etc.), melden Sie sich bitte unverzüglich **telefonisch** (T -333) in der Medizinischen Abteilung, um einen Termin zu vereinbaren.

Sollten Sie Medikamente dabei haben, die gekühlt gelagert werden müssen, geben Sie diese bitte in der Medizinischen Abteilung zur sicheren und korrekten Aufbewahrung ab. Bitte lagern Sie diese **nicht** in den Minibars in Ihren Zimmern.

Minibar

Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Minibar im Zimmer bei Abreise zu leeren.

Minigolf

Eine Minigolfanlage finden Sie in der Nähe des Strandbads in Chieming.

MTT-Raum

Der MTT-Raum kann nach einer vorhergehenden Einweisung durch einen Therapeuten des Vital-Centers während Ihrer therapiefreien Zeit genutzt werden. Die Öffnungszeiten des MTT-Raums entnehmen Sie bitte dem Aushang am MTT-Raum.

Mülltrennung

Restmüll entsorgen Sie bitte im Abfalleimer im Zimmer. Zudem bitten wir Sie, Glas nicht in den Mülleimer zu geben, sondern neben den Abfallbehälter im Zimmer abzustellen oder selbst weg-

zubringen (Glascontainer am Parkplatz Chiemseering vor dem Klinikgelände). Bitte sortieren Sie entsprechend und helfen uns so, die Umwelt zu schonen.

Parkplätze

Für Reisende mit dem PKW steht eine begrenzte Kapazität an Parkplätzen auf dem Klinikgelände zur Verfügung, aus diesem Grund ist eine vorherige Voranmeldung über den Anreise-Fragebogen zwingend notwendig. Die Parkplatzgebühren betragen für den gesamten Kuraufenthalt 30,00 €. Diese können Sie vorab überweisen oder nach Ihrer Anreise in bar oder mit EC-Karte zahlen. Die Parkgebühren sind nicht rückerstattungsfähig.

Sind alle Plätze belegt, parken Sie bitte außerhalb des Klinikgeländes links und rechts der Zufahrtsstraße zur Klinik.

Lösen Sie bitte vorerst ein Ticket für ein bis zwei Euro (Parkster App 83339 Chiemseering), um keine kostenpflichtige Verwarnung zu riskieren. Etwaige Bußgelder übernimmt die Klinik hierbei nicht. Nach dem Check-In erhalten Sie von uns einen Parkausweis für Ihr Auto. Für diesen hinterlegen Sie eine Kaution von € 60,00 in bar oder per EC-Kartenzahlung. Der Parkschein ist 3 Wochen gültig. Für Wohnmobile können wir leider keinen Stellplatz zur Verfügung stellen.

Rauchverbot

In der Klinik besteht absolutes Rauchverbot, auch auf den Balkonen, den Terrassen und vor dem Klinikeingang. Das Rauchen ist auf dem Klinikgelände nur in dem dafür vorgesehenen Raucherpavillon gestattet. Halten Sie aus Infektionsschutzgründen auch im Raucherbereich genügend Abstand zu anderen Personen.

Reparaturservice

Wenn Sie reparaturbedürftige Gegenstände in Ihrem Zimmer vorfinden, melden Sie dies bitte an der Rezeption, damit der gemeldete Mangel zu Ihrer und der Sicherheit Ihres Kindes, Ihrer Kinder schnellstmöglich von unseren Haustechnikern behoben werden kann.

Rezeption

Unsere Rezeptionsmitarbeiter sind Ihnen gern behilflich. Die Öffnungszeiten der Rezeption entnehmen Sie bitte dem Aushang.

Ruhezeiten

Da sich viele Patienten zur Mittagszeit ausruhen möchten, bitten wir Sie, sich auf den Fluren, im Foyer und auf Ihrem Zimmer entsprechend leise zu verhalten. Ihre Mittagsruhezeit entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan.

Die Nachtruhe beginnt für die Kinder täglich um 21:00 Uhr. Wir bitten Sie, auf schlafende Kinder Rücksicht zu nehmen. Ab 21:00 Uhr ist die Klinik eine kinderfreie Zone. Bitte achten Sie darauf, dass Ihr Kind nicht mehr in der Klinik oder auf dem Klinikgelände unterwegs ist. Für die Erwachsenen beginnt die Nachtruhe um 23:00 Uhr (siehe Hausordnung). Die Klinik wird um 23:00 Uhr abgeschlossen.

Safe

Bargeld, Kredit- und EC-Karten können an der Rezeption zur Verwahrung im Safe hinterlegt werden. Jeweils zu den Rezeptionsöffnungszeiten können Sie das Depot in Anspruch nehmen. Die Klinik übernimmt keine Haftung für mitgebrachte Wertgegenstände. Lassen Sie deshalb bitte Geld, Handy, Schmuck, Ausweispapiere, Autoschlüssel etc. auch in Ihrem Zimmer nicht unbeaufsichtigt liegen.

Schlüssel

Ihren Zimmerschlüssel können Sie beim Verlassen des Hauses gerne an der Rezeption (bitte Öffnungszeiten beachten) hinterlegen. Bei Verlust des Zimmerschlüssels werden Ihnen 50,00 € in Rechnung gestellt. Einen Zweitschlüssel erhalten Sie gegen eine einmalige Kautions an der Rezeption. Bitte tragen Sie den Chip für die elektronische Schließanlage immer bei sich. Der Haupteingang und die Gartentore zum See und zum Parkplatz lassen sich nur damit öffnen.

Schlüssel- & Postfach

Bitte kontrollieren Sie mehrmals täglich Ihr Postfach in der Eingangshalle sowie das Schlüsselfach an der Rezeption, ob Briefe, Mitteilungen oder Terminänderungen für Sie hinterlegt sind! Bei Verlust des Postfachschlüssels berechnen wir € 10,00.

Servicepauschale

Im Verlauf Ihrer Maßnahme bietet die Klinik ein attraktives Leistungsspektrum für Sie an wie z.B. Bügeleisen, Bücher, Gesellschaftsspiele (je nach Verfügbarkeit), Nutzung der Fernsehprogramme, Bereitstellung von Tafelwasser ohne Mengenbegrenzung incl. einer PET-Flasche, Bereitstellung des Telefons im Zimmer ohne Freischaltung, WLAN-Nutzung, Nutzung der Wäschetrockner sowie zusätzliches, umfangreiches Therapiematerial (wie z. B. Therapieplanmappe und Tasche). Die Kosten für diese Leistungen können durch den vereinbarten Pflegesatz nicht abgedeckt werden. Die Klinik erhebt daher eine Servicepauschale in Höhe von 30,00 € pro hauptversicherte Person/je Bewilligung.

Sollten Sie die Servicepauschale in Höhe von € 30,00 nicht überwiesen haben, zahlen Sie diese bitte nach Ihrer Anreise mit der EC-Karte oder bar im Büro der Buchhaltung im 2. Stock. Die Termine hierzu finden Sie in Ihrem Therapieplan.

Für Patient*innen, die von der Zahlung der gesetzlichen Eigenanteile befreit sind und eine gültige Befreiungskarte besitzen, beträgt die Pauschale 15,00 € je hauptversicherte Person/je Bewilligung (Mutter/Vater). Die Servicepauschale ist nicht rückerstattungsfähig.

Spielplatz

Auf dem hauseigenen Spielplatz liegt die Aufsichtspflicht bei den Eltern. Bitte beachten Sie die Öffnungszeiten auf dem Aushang!

Telefon

Unsere Telefonnummer lautet 08664/986-0. Wenn Sie vom Zimmer aus telefonieren wollen, wählen Sie bitte die 0 vorweg. Für ein Telefonat von Zimmer zu Zimmer wählen Sie bitte nur die entsprechende Zimmernummer.

Terminänderungen

Sollte es aufgrund Krankheit oder eines Arzttermins notwendig sein, einen individuellen Behandlungstermin zu verschieben, melden Sie sich bitte zur Sprechstunde der Therapieplanung. Bitte beachten Sie, dass eine Terminänderung aus Rücksicht auf Ihre Mitpatienten nur im äußersten Notfall möglich ist. Die Psychosoziale Abteilung und die Therapieplanung halten gemeinsam eine persönliche Sprechstunde ab. Die entsprechenden Zeiten entnehmen Sie bitte dem Aushang an der Info-Tafel.

Therapiebad

Informationen zur Nutzung des Therapiebads entnehmen Sie bitte den Informationen vor Ort.

Therapien:

Verordnete therapeutische Maßnahmen

Die Therapien finden Montag bis Freitag in den jeweiligen Abteilungen statt. Die Anwendungszeiten, den Namen Ihres Therapeuten und den Behandlungsort entnehmen Sie bitte Ihrem persönlichen Therapieplan, der nach Abschluss des Erstgespräches für Sie zusammengestellt wird. Ihre Therapiepläne sammeln Sie bitte bis zum Ende Ihrer Kur und geben diese am Abreisetag in der Medizinischen Abteilung ab. Für die Erreichung Ihrer Therapieziele und Ihren Kurerfolg ist Ihre aktive Mitarbeit von entscheidender Bedeutung.

- Jeder Patient erhält einen auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittenen Therapieplan.
- Bitte halten Sie Ihre Termine ein, erscheinen Sie pünktlich.
- Die Gruppentherapien sind zeitlich so strukturiert, dass ggf. ein gemeinschaftliches Aufräumen nach der Aktivität möglich ist (Matten, Decken, Pezzibälle o.ä.).
- Die Teilnahme an allen verordneten Anwendungen ist verpflichtend.
Einzeltherapien werden von Ihnen und dem behandelnden Therapeuten auf Ihrem Therapieplan abgezeichnet.
Bei Gruppentherapien wird die Teilnahme vom Therapeuten dokumentiert. Änderungen der verordneten Anwendungen können nur durch den Arzt oder Psychologen vorgenommen werden.
- Bei unentschuldigtem Fehlen besteht kein Anspruch auf Ersatz. Wenn Termine krankheitsbedingt abgesagt werden müssen, melden Sie dies bitte telefonisch in der medizinischen Abteilung.
- Therapieausfälle aufgrund von Erkrankung des Therapeuten werden frühzeitig durch Aushänge an der Infotafel im Erdgeschoss – neben dem MTT-Raum – bekanntgegeben. Bitte prüfen Sie jeden Morgen die Aushänge.

Trinkwasserspender und Getränke

Wasser mit Kohlensäure oder stilles Wasser können Sie an den Wasserspendern vor dem Speisesaal in Ihre Trinkflaschen abfüllen. Bitte nutzen Sie dafür ausschließlich die blauen, hygienisch geeigneten Wasserflaschen, die Sie an unserer Rezeption erwerben können. Bitte achten Sie darauf, den Abfüllstutzen des Wasserspenders nicht zu berühren. Bitte desinfizieren Sie sich vor jeder Nutzung die Hände.

Auch unser Leitungswasser hat Trinkwasserqualität. Weitere Getränke wie Kaffee, Cappuccino, Cola etc. können am Kaffee- bzw. Getränkeautomaten erworben werden. Für Ihre Kinder stehen während der Betreuungszeiten in der Kindertagesstätte Tee, Säfte und Wasser zur Verfügung.

Waschen und Bügeln

Im „Waschmaschinen-Raum“ im Erdgeschoss können Sie von 07:00 Uhr bis 21:00 Uhr gegen Entgelt waschen, der Wäschetrockner ist kostenlos. Ein Waschmittelausgabeautomat steht ebenfalls zur Verfügung. Bitte tragen Sie in die aufliegenden Listen ein, wann Sie „Ihre“ Waschmaschine eingeschaltet haben und wie lange der Waschgang dauert. Eine „Vorreservierung“ von Waschmaschinen und Trocknern ist nicht möglich.

Entnehmen Sie bitte zeitnah Ihre Wäsche, sobald die Maschine Ihren Arbeitsablauf beendet hat. Bitte entleeren Sie keine Waschmaschine mit fremder Wäsche! Für Wäsche wird keine Haftung übernommen.

Einen ausziehbaren Wäschetrockner finden Sie auf Ihrem Balkon/Ihrer Terrasse, einen Wäschekorb in Ihrem Zimmer.

Bügeleisen erhalten Sie an der Rezeption, Bügelbretter stehen in den Etagentreffen. Bitte geben Sie die Bügeleisen nach der Benutzung wieder an der Rezeption ab.

Wettervorhersage

Gewitter und Unwetter können relativ schnell aufziehen. Ein Badeverbot erkennen Sie daran, dass orange Blinklichter um den Chiemsee aufleuchten (Starkwind- und Sturmwarnung). Es gibt zu jeder

Wetterlage verschiedene Strömungen im Chiemsee. Bitte beachten Sie dies vor allem dann, wenn Sie oder Ihr Kind, Ihre Kinder mit der Luftmatratze oder dem Schlauchboot auf dem See unterwegs sind!

Winter

Im Winter können Sie bei unserem Hausmeister gegen eine Gebühr Schlitten ausleihen. Die Ausleihzeiten entnehmen Sie bitte dem Aushang an der Rezeption.

Bitte beachten Sie, dass trotz Winterdienst vor und rund um die Klinik Rutschgefahr wegen Glatteis bestehen kann.

Zimmerreinigung

Die Zimmer werden nach vorgegebenem Qualitätsstandard Montag, Mittwoch und Freitag gereinigt. Bitte haben Sie Verständnis, dass nur freie Flächen gereinigt werden können. Verstauen Sie Ihre persönlichen Gegenstände im Zimmer so, dass die Reinigungskräfte ihren Reinigungsarbeiten ungehindert nachgehen können. Am Wochenende werden lediglich Sichtkontrollen durchgeführt und die Mülleimer geleert.

Sollten Sie und Ihr Kind/Ihre Kinder in Quarantäne/Isolation sein, wird Ihr Zimmer täglich gereinigt.

Hausordnung der Klinik Alpenhof

Liebe Patientin, lieber Patient,
das Leben in einer Gemeinschaft erfordert feste Regeln. Diese sind in unserer Hausordnung festgeschrieben.

1. Die Klinik wird um **23:00 Uhr abgeschlossen**.
2. Die **Nachtruhe** für Erwachsene beginnt um 23:00 Uhr, für Kinder um 21:00 Uhr.
3. Die **Mittagsruhezeit** entnehmen Sie bitte ihrem Therapieplan.
4. Die **Mahlzeiten** werden von Müttern/Vätern und Kindern gemeinsam während der in ihrem Therapieplan festgelegten Zeit im Speisesaal eingenommen.
5. In der Klinik besteht absolutes **Rauch- und Alkoholverbot**.
Das Rauchen ist auf dem Klinikgelände nur im Raucherpavillon gegenüber vom Haupteingang erlaubt.
6. Das Therapiebad kann nur im Rahmen der Therapien genutzt werden.
7. Der Raum für die med. Trainingstherapie (**MTT-Raum**) befindet sich im Erdgeschoss. Der MTT-Raum kann nach einer vorhergehenden Einweisung durch einen Therapeuten des Vital-Centers außerhalb Ihrer Therapiezeit genutzt werden. Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte dem Aushang am MTT-Raum.
8. Grundsätzlich haben Sie die **Aufsichtspflicht** für Ihr Kind, Ihre Kinder. Bitte beachten Sie, dass **Flure, Hauseingänge und Parkplätze** keine Spielplätze sind. **Kindern unter 14 Jahren** ist es untersagt, ohne Begleitung Erwachsener im **Aufzug** zu fahren.
9. In der medizinischen Abteilung, während aller Anwendungen sowie im Kindertreff besteht **Handyverbot**. Generell möchten wir Sie bitten, auch im Speisesaal sowie den Gemeinschaftsräumen weitgehend auf die Handynutzung zu verzichten. Seien Sie ein gutes Vorbild für Ihr Kind, Ihre Kinder!
10. Die **Einnahme der Mahlzeiten und das Rauchen** auf der Terrasse sind untersagt.
11. **Kerzenlicht und offenes Feuer** sind nicht gestattet.
12. Für den Kurerfolg ist Ihre eigene aktive Mitarbeit gesetzlich vorgeschrieben und auch für die Erreichung Ihrer Therapieziele von entscheidender Bedeutung. Jeder Patient, jede Patientin erhält einen auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittenen **Therapieplan**. Die **Teilnahme** an allen verordneten Anwendungen ist **verpflichtend** und wird sowohl vom behandelnden Therapeuten als auch vom Patienten im Therapieplan abgezeichnet. **Änderungen können nur durch den Arzt/die Ärztin oder den/die Psychologen/in vorgenommen werden.**

Sicherheitsmaßnahmen - Brandschutz

Unsere Klinik ist durch eine Rauch- und Feuermeldeanlage gesichert. Im Alarmfall ertönt ein Dauerton. Bitte verlassen Sie daraufhin mit Ihren Kindern umgehend die Klinik auf den ausgeschilderten Fluchtwegen.

Bitte machen Sie sich bereits nach der Anreise mit den gekennzeichneten Fluchtwegen, den Notausgängen sowie mit dem Standort des nächstgelegenen Feuerlöschers vertraut.

Im eventuellen Brandfall tun Sie bitte Folgendes

- Wenn Sie einen Brand entdecken, sofort Brandalarm auslösen durch Eindrücken der Scheibe am Feuermelder, den Alarmknopf drücken und/oder unverzüglich die Rezeption (**T -448**) und medizinische Abteilung (**T -333**) informieren.
- Folgen Sie den Anweisungen des Personals bzw. der Rettungsmannschaft.
- Bevor Sie das Zimmer verlassen, schließen Sie Fenster und Türen.
- Benachrichtigen Sie die Bewohner der Nachbarzimmer und helfen Sie hilfsbedürftigen Personen und Kindern beim Verlassen des Gefahrenbereiches.
- Befinden sich Ihre Kinder im Kindertreff oder in einer Anwendung, werden sie von den Erzieherinnen oder den Therapeuten nach draußen geleitet. Ansonsten bitten wir Sie, zuallererst Ihre Kinder zu sich zu nehmen und dann nur die allerwichtigsten Papiere und Wertsachen mitzunehmen, alles andere liegen lassen.
- Niemals Aufzüge benutzen, da diese bei Stromausfall nicht mehr funktionieren.
- Nur auf gekennzeichneten Fluchtwegen die Klinik verlassen.
- Wenn der Gang nicht mehr passierbar ist, im Zimmer verbleiben, die Türe schließen und die Ritzen mit nassen Tüchern gegen den Qualm verstopfen.
- Falls der Fluchtweg aus Ihrem Zimmer nicht mehr genutzt werden kann, am Fenster oder Balkon die Rettungsmannschaft oder per Telefon auf sich aufmerksam machen. Auf keinen Fall versuchen, sich selbst mit Bettlaken oder ähnlichen provisorischen Hilfsmitteln abzuseilen.

Sammelplatz

Sammelplatz ist der Spielplatz am Kindertreff neben dem Haus in Richtung Chieming, dort folgen Sie den Anweisungen des Personals bzw. der Rettungsmannschaft! Gehbehinderte und/oder Rollstuhlfahrer nutzen bitte den Fluchtweg über die zimmereigene Terrasse bzw. warten auf ihrem Balkon auf die Rettungskräfte!

Sie können selbst dazu beitragen, dass ein Brand erst gar nicht ausbricht

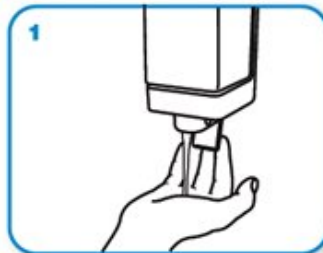
- Rauchen auf den Zimmern, Balkonen oder Terrassen ist nicht gestattet.
- Bitte Zigaretten in dem dafür vorgesehenen Raucherpavillon sorgfältig im Aschenbecher ausdrücken und sie auf gar keinen Fall in einen Abfalleimer werfen.
- Seien Sie bitte im Umgang mit elektrischen Geräten achtsam. Bitte nutzen 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.
- Kerzenlicht, Räucherkerzen und offenes Feuer ist in der gesamten Klinik nicht gestattet.

Hinweise zur Handhygiene

Unsere Hände sind die häufigsten Überträger von Keimen, Bakterien und Viren. Berührt man mit den Händen dann das Gesicht, können die Erreger über die Schleimhäute von Mund, Nase oder Augen in den Körper eindringen und eine Infektion auslösen. Händewaschen unterbricht diesen Übertragungsweg, erfordert aber ein sorgfältiges Vorgehen mit Seife und/oder Desinfektionsmittel.



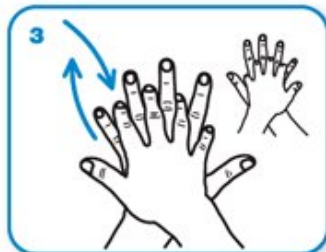
Hände nass machen



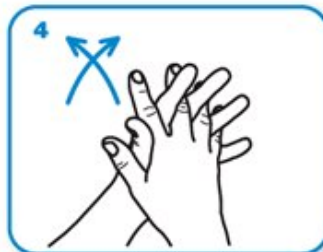
Seife über beide Hände verteilen



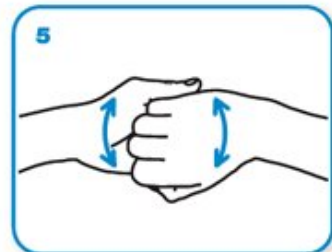
Handflächen aneinander reiben



Mit der Handfläche über den Handrücken der anderen Hand reiben und umgekehrt



Handflächen mit verschränkten Fingern aneinander reiben



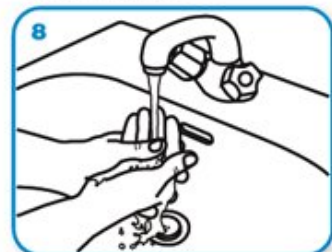
Finger ineinander verhaken und nach oben und unten reiben



Linken Daumen mit der rechten Hand umfassen, mit Drehbewegungen reinigen und umgekehrt



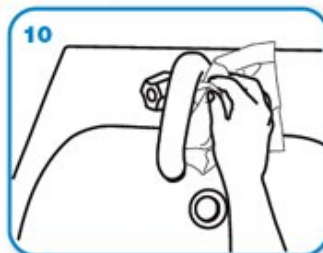
Handfläche der linken Hand mit drehenden Bewegungen der rechten Hand reinigen und umgekehrt



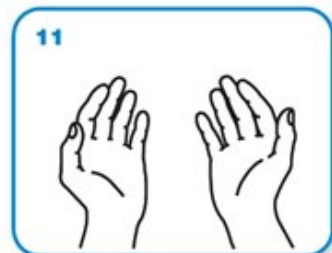
Hände mit klarem Wasser abspülen



Mit einem Handtuch trocken reiben



Mit dem Handtuch den Wasserhahn abdrehen



Jetzt sind die Hände wirklich sauber

Bildquelle: Business Insider / WHO

Telefonverzeichnis innerhalb des Hauses

Rezeption T -448

Speisesaal	T -153
Speisesaal 2	T -154
Diätküche	T -155
Hauswirtschaft	T -250
Vortragsraum	T -263
Freizeitteam	T -660

Vital-Center

Anmeldung	T -420
Turnhalle klein	T -422

Medizinische Abteilung T -333

Die Anmeldung bei Ihrem behandelnden Arzt, Ihrer behandelnden Ärztin erfolgt in der Medizinischen Abteilung beim Med. Fachpersonal.

Kindertreff

Gruppe „Muscheln“	T -433
Gruppe „Chiemseepiraten“	T -430
Gruppe „Delphine“	T -435
Gruppe „Hochplatte“	T -437
Gruppe „Kampenwand“	T -439
Gruppe „Wilder Kaiser“	T -441

Artikel zum Ausleihen

Artikel	Abteilung	Bemerkung	Gebühr / Kaution
Fallschutz	Hauswirtschaft		kostenlos
Hocker	Hauswirtschaft	gehört zur Zi.-ausstattung	kostenlos
Wäschekorb	Hauswirtschaft	gehört zur Zi.-ausstattung	kostenlos
Wäscheklammern	Hauswirtschaft		kostenlos
Kehrschaukel & Besen	Hauswirtschaft	gehört zur Zi.-ausstattung	kostenlos
Eimer & Lappen	Hauswirtschaft		kostenlos
Bügelbrett	Hauswirtschaft	verleiht die Hausdame	kostenlos
Autositzkissen (3 - 12 J.)	Haustechnik/Rez	begrenzt verfügbar	kostenlos
Pariboy	Medizin. Abt.	auf medizinische Anordnung	kostenlos
Kühlakku	Medizin. Abt.	auf medizinische Anordnung	kostenlos
Wärmflasche	Medizin. Abt.	auf medizinische Anordnung	kostenlos
Fieberthermometer	Medizin. Abt.	auf medizinische Anordnung	kostenlos
Rotlichtlampe	Medizin. Abt.	auf medizinische Anordnung	kostenlos
Nordic-Walking-Stöcke	Vitalcenter		Kaution
Thermoskanne	Rezeption/Küche		Kaution
Babyphone/Ladegerät	Rezeption		Kaution
Bügeleisen	Rezeption		kostenlos
Zweitschlüssel	Rezeption		Kaution
Bälle	Rezeption		Verkauf
Federball-Set	Vitalcenter		Kaution
Tischtennis-Schläger	Vitalcenter		Kaution
Kickerball	Vitalcenter		Kaution
Yoga-Matte	Vitalcenter		Kaution
Wasserkocher	Rezeption		Kaution
Parkausweis Chiemseering	Rezeption		Kaution

Bitte beachten Sie: für die Ausleihgegenstände ist eine einmalige Kaution von insgesamt 60,- € zu leisten. Diese können Sie gern per EC-Karte oder bar bezahlen. Die Auszahlung der Kaution bei Rückgabe der ausgeliehenen Gegenstände erfolgt per Überweisung auf Ihr Konto.

Bedienungsanleitung Babyphone

Mit Ihrem Zimmertelefon können Sie das Babyphone aktivieren, das auf ein Schnurlostelefon weitergeleitet werden kann.

Die Weiterleitung zu einem Schnurlostelefon erfolgt mit speziellen Geräten, die Sie an der Rezeption gegen eine einmalige Kaution erhalten. Diese empfangen den Babyalarm auf dem gesamten Klinikgelände.

Achten Sie bitte jedoch trotzdem auch auf die Empfangsanzeige (Netz) des Gerätes, insbesondere dann, wenn Sie sich im Außengelände aufhalten.

Bitte beachten Sie, dass Ihr Zimmertelefon nur im Zimmer funktioniert.



Zur Aktivierung des Babyphones gehen Sie wie folgt vor:

1. Drücken Sie die Steuer-Taste (siehe Bild) nach rechts, das Telefonmenü wird angezeigt.
2. Navigieren Sie nun mit der Steuer-Taste nach unten, bis zum Menüpunkt „Extras“.
3. Bestätigen Sie mit „OK“ (rechte Taste unter dem Display).
4. Bestätigen Sie „Babyalarm“ ebenfalls mit „OK“

Nun können Sie die gewünschten Einstellungen über die Steuer-Taste vornehmen.

„Aktivierung:“	zum Einschalten „Ein“ auswählen
„Alarm an:“	geben Sie hier die Rufnummer Ihres Schnurlostelefons ein, die sich auf der Rückseite befindet.
„Empfindl.:“	Hier können Sie die Empfindlichkeit für den Geräuschpegel wählen.

Speichern Sie Ihre Einstellungen mit „Sichern“, der Babyalarm ist nun aktiviert.

Sie können den Babyalarm deaktivieren, indem Sie „Aus“ (linke Taste unter dem Display) betätigen.

Hinweise:

Während der Babyalarm aktiv ist, sind alle Töne des Gerätes deaktiviert, auch Anrufe werden nur noch optisch signalisiert. Falls der Babyalarm ausgelöst wurde, können Sie in den Raum horchen, jedoch nicht sprechen.

Der Abstand zwischen Mobilteil und Baby sollte optimal 1-2 Meter betragen. Das Mikrofon muss zum Baby zeigen.

Bitte beachten Sie den Ladestand Ihres Mobilteils, im Zweifel stellen Sie das Gerät in die Ladeschale. Überprüfen Sie die Funktionsfähigkeit des Babyalarms bereits bei Inbetriebnahme.