Ihr Weg zu Ihrer Gesundheit

Kinderbetreuung

Von Montag bis Freitag werden die Kinder im Kindertreff in altersspezifischen Gruppen betreut.

Bis 3 Jahre:	07:45 - 12:00 Uhr (Mo - Fr) & 13:50 - 16:30 Uhr (Mo - Do)
3 - 12 Jahre:	07:45 - 16:30 Uhr (Mo - Do) & 07:45 - 14:00 Uhr (Fr)

In unserem Kindertreff erhalten die „Kleinen“ liebevolle und professionelle Betreuung. Im Einzelfall - wenn es die Voraussetzungen des Kindes zulassen - sind weitergehende Maßnahmen möglich, z.B. die Teilnahme an der Regenbogengruppe oder Einzelgespräche.

Im Kindertreff wird das Kneippsche Gesundheitskonzept umgesetzt und gelebt. Die 5 Säulen Wasseranwendungen, Heilkräuter/Heilpflanzen, Bewegung, Gesunde Ernährung, Harmonischer Tagesrhythmus/Lebensordnung werden auf spielerische Art und Weise in den Alltag integriert. Der Kindertreff hat eine Zertifizierung als Kneipp-Kindergarten.

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.

... Unsere Klinik

Unsere Klinik Alpenhof liegt direkt am Ufer des malerischen Chiemsees, Bayerns königlichem See. Das Voralpenland des Chiemsees hat viele Vorzüge, die zur Genesung beitragen: Die ursprüngliche Natur, das saubere Wasser und die reine Luft sowie ein gesundes Reizklima.

... Unsere Zimmer

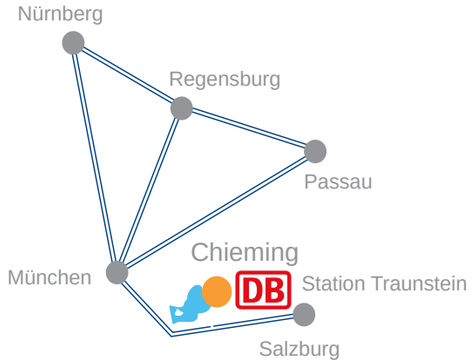
Zur Verfügung stehen 105 Zimmer, teilweise mit separatem Schlafbereich für die Kinder. Die Zimmer haben größtenteils Balkon oder Terrasse. Alle sind mit Dusche/WC, Telefon, Babyphone und TV ausgestattet.

... Unsere Besonderheiten

- Medizinische Trainingstherapie - ein wichtiger Bestandteil zur Vorbeugung gegen Alltagsbeschwerden, Muskel- und Haltungsschwäche durch Trainingsmangel. Das Ziel ist dabei der physiologische Aufbau der Muskulatur sowohl im Bereich Dehnfähigkeit, als auch Kraftfähigkeit. Weiter wird eine allgemeine Koordination und Stabilisation des gesamten Bewegungssystems angestrebt
- Schulbesuch in der Grund- und Hauptschule im Ort möglich
- Zertifizierter Kneipp-Kindergarten
- BeKo® (Bewegungs- und Koordinationstraining)

Klinik Alpenhof

Chiemseering 1 . 83339 Chieming
T 08664 986-0 . F 08664 986-100
info@klinik-alpenhof.de . www.klinik-alpenhof.de



Im Verbund der Arbeitsgemeinschaft Eltern & Kind Kliniken
Millberger Weg 1 . 94152 Neuhaus a.Inn
T 08503 9004-0 . F 08503 9004-39
arge@mutter-kind.de . www.mutter-kind.de

Arbeitsgemeinschaft Eltern & Kind Kliniken 25 Jahre Qualität. Kompetenz & Patientenzufriedenheit Neue Kraft für's Leben

Klinik Alpenhof
Neue Kraft für's Leben

Schwerpunktkur Trennung

Natürlich.Gesund.Glücklich.

Kraft für den Alltag tanken

Schwerpunktkur Trennung: “Neue Wege finden”

Wir unterstützen Mütter/Väter und Kinder im Umgang mit der neuen Lebenssituation, die durch eine Trennung entstanden ist.

Menschen lieben sich, teilen den Alltag, planen die Zukunft, bekommen Kinder und werden eine Familie. Im Beziehungsverlauf kommt es jedoch oft zu Problemen, die zur Trennung führen. Selten finden diese von „Jetzt“ auf „Gleich“ statt. Zumeist ziehen sie sich phasenweise über einen längeren Zeitraum hin. Prioritäten und intensive Gefühle verlagern sich, der Stellenwert des Partners verändert sich.

Die Schwerpunktkur „Trennung“ wurde für Personen entwickelt, welche die belastende Veränderung ihrer Lebenssituation bearbeiten wollen.

Ziel der Schwerpunktkur

Ziel der dreiwöchigen Mutter/Vater & Kind-Kur ist es, durch den Abstand zum Alltag, die Zeit für sich und den Austausch mit anderen Betroffenen, zu erkennen in welchem Prozess der Trennungsverarbeitung Sie sich gerade befinden. Damit können Sie weitere Schritte in der Bewältigung festlegen, um sie zu Hause fortzuführen.

Kommt es zu einer Trennung, führt diese, unabhängig davon, wer den Entschluss gefasst hat, zu vielseitigen Veränderungen im Leben der Eltern und Kinder.

Zunächst stehen etliche Entscheidungen an, gleichzeitig müssen sich alle mit dem Erlebten auseinandersetzen und in der veränderten Lebenssituation neu einfinden. Dieser Prozess ist völlig natürlich und raubt dennoch viele Kräfte. Hier wird es oft als sehr hilfreich empfunden, einen Austausch mit anderen Betroffenen und Unterstützung durch Fachpersonal nutzen zu können.

Deshalb möchten wir Ihnen einerseits Informationen vermitteln, die ihnen helfen, weitere Schritte für sich und Ihre Kinder zu Hause umzusetzen und ermöglichen Ihnen anderseits den Erfahrungsaustausch. Darüber hinaus können in Einzelberatungen Probleme und Fragestellungen zielorientiert bearbeitet werden.

Für die Kinder bieten wir ebenfalls die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches in unserer Regenbogengruppe (Trennungsgruppe für Kinder ab 6 Jahren) und in Einzelgesprächen. Hier können sich die Kinder im geschützten Rahmen mit dem Thema Trennung und den damit verbundenen Gefühlen, Gedanken und Vorstellungen auseinander setzen.

Oft ergeben sich Fragen zur Sozialarbeit, teils hinsichtlich der Vermittlung konkreter Hilfen, aber auch Beratung und Information aus Familien- und Jugendrecht.

Psychologische Einzelgespräche verhelfen den Patienten dazu, einzelne Probleme zu erkennen, Erwartungen realistisch zu prüfen und gegebenenfalls zu modifizieren. Die Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte fördert die Entwicklung eines positiven Selbstbezugs, stärkt die Person und macht sie zuversichtlicher.

Durch das Entspannungstraining und das Bewegungs- und Koordinationstraining BeKo® lernen die Patienten zudem, sich selbst wieder positiv wahrzunehmen.

Die Eltern erfahren Unterstützung

- Reflektion der Trennungsgeschehnisse
- Akzeptanz der neuen Familiensituation
- Einordnung der Trennungsphasen
- Unterstützung der Kinder in der Trennungsverarbeitung
- Informationen zum Sorge- und Umgangsrecht
- Kommunikations- und Konfliktbewältigungsstrategien

Die Kinder erfahren Unterstützung

- Reflektion der Trennungsgeschehnisse
- Einordnung der eigenen Emotionen und Wünsche
- Akzeptanz der neuen Familiensituation
- Benennen der eigenen Bedürfnisse

Mögliche Therapiebausteine

- Gesprächskreis Trennung (Eltern)
- Regenbogengruppe (Kinder ab 6 Jahren)
- Psychologische Einzelgespräche
- Vorträge zu den Themen (Eltern)
  - Sorge und Umgangsrecht
  - Kinder und Trennung
- Sozialberatung (Eltern)
- Entspannungstraining (Eltern/Kinder)

Aktuelle Termine finden Sie unter
www.klinik-alpenhof.de
im Punkt Schwerpunktkuren