



Präventions- &
Rehabilitationseinrichtung
für Mutter/Vater und Kind

Alles rund um Ihre Eltern & Kind-Kur

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

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Information.....	3
Anreise	3
Abreise	4
Begleitkinder.....	4
Besucherregelung.....	4
Bettwäsche und Handtücher	4
Brandschutz.....	4
Eigenanteil.....	5
Eigene Medikamente	6
Einkaufsmöglichkeiten	6
Fahrräder.....	6
Freizeitangebote	6
Hausordnung	6
Hygiene	6
Kaution	6
Kinder- und Hausaufgabenbetreuung	7
Mahlzeiten	7
Medizinische Betreuung – Notfall – Medikamente.....	7
Rauch- & Alkoholverbot	8
Ruhezeiten.....	8
Servicepauschale.....	8
Therapeutische Maßnahmen (verordnet)	8
Therapiebad.....	9
Trinkwasserspender und Getränke	9
Wäsche.....	9
Zusätzliche Kosten.....	9
Nicht vergessen - sehr wichtig!	9
Ratschläge für Ihr Gepäck	10
Hausordnung der Klinik.....	11
Lageplan der Klinik	12
Notizen	13

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 Information

Um Ihnen die Vorbereitung für Ihren Kuraufenthalt zu erleichtern, möchten wir Ihnen einige Informationen geben.

Unsere Klinik verfügt über 105 Zimmer für Mütter/Väter mit ihren Kindern. Die Erwachsenen wohnen mit ihrem/n Kind/ern in freundlichen Zimmern mit Dusche/WC, familienfreundlichem Erwachsenenbett mit 140 cm Breite, hellem separaten Schlafbereich mit Stockbett für Kinder, gemütlicher Leseecke mit kuscheligem Ohrensessel, modernen Schalenstühlen mit einem kleinen Tisch zum Lesen, Spielen, Malen oder Ratschen, Flachbildfernseher, Allergiker freundlichen Fußböden in modernem Eichendekor, Telefon, WLAN und Kühlschrank.

In der Klinik werden Sie und Ihr Kind, Ihre Kinder von Arzt/Ärztinnen, Dipl. Psycholog*innen, Dipl. Sozialpädagog*innen, Ernährungstherapeut*innen sowie Physiotherapeut*innen, Erzieher*innen, Kinderpfleger*innen und med. Fachpersonal betreut. Auch die Mitarbeiter der Verwaltung, Haustechnik, das Team der Patientenverpflegung und das Reinigungspersonal tragen zu einem erholsamen Aufenthalt bei.

Weitere Informationen zu Therapien, Besonderheiten, Lage und Ausstattung können Sie bequem über den hier abgebildeten QR-Code unserer Klinik-Webseite entnehmen.



Anreise

Beachten Sie bitte die Reisebestimmungen Ihrer Krankenkasse, da die Fahrtkosten für Ihre An- und Abreise nur im Rahmen dieser Bestimmungen erstattet werden.

Ihre **Anreise** sollte am Anreisetag in der Zeit **von 14:00 Uhr bis spätestens 17:00 Uhr** erfolgen. Sollte sich Ihre Anreise durch äußere Umstände (z.B. Stau) verzögern, teilen Sie uns dies bitte mit.

Bitte beachten Sie bei Anreise vor 14:00 Uhr ist das Zimmer noch nicht verfügbar.

Für Reisende mit dem PKW steht eine begrenzte Kapazität an Parkplätzen auf dem Klinikgelände zur Verfügung, aus diesem Grund ist eine **vorherige Reservierung** 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 83383 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.

Der Parkschein ist 3 Wochen gültig.

Für Wohnmobile können wir leider keinen Stellplatz zur Verfügung stellen.

Sollten Sie mit der Deutschen Bahn anreisen, ist Ihr Zielbahnhof **Traunstein/Obb.**

Damit wir den Abholservice koordinieren können, informieren Sie uns bitte rechtzeitig, falls Änderungen über Ihre Ankunftszeit des Zuges vorliegen.

Bitte begeben Sie sich nach der Ankunft des Zuges zum Haupteingang des Bahnhofs. Dort wartet bereits ein bestelltes Taxi der Firma Schwarzenlander auf Sie. Das Taxi fährt immer 15 Minuten vor der vollen Stunde am Bahnhof ab. Der Fahrservice beginnt um 13:45 Uhr.

Abreise

Wenn Sie mit der Bahn reisen, melden Sie sich bitte bis **spätestens Freitag** vor Ihrer Abreise, 16:00 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.

Begleitkinder

Kinder, welche von der Krankenkasse als nicht behandlungsbedürftig eingestuft werden, sind bei der medizinischen Aufnahme nicht dabei, ebenso wenig werden Anwendungen oder Therapien verordnet.

Für diese sind folgende Leistungen vorgesehen:

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

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

Besucherregelung

Unsere Erfahrung zeigt zudem, dass es nicht immer sinnvoll ist, wenn Angehörige Sie während der Kurmaßnahme besuchen, da der räumliche und seelische Abstand zum Kurerfolg beitragen kann. Eine Konfrontation mit den Alltagsproblemen und erneute Trennungsschwierigkeiten der Kinder können unter Umständen diesem Ziel entgegenstehen. Sprechen Sie dies daher schon zu Hause mit Ihren Angehörigen ab.

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.

Bettwäsche und Handtücher

Bettwäsche, Hand-/ Badetücher (jedoch nicht für Strand und Therapiebad) werden gestellt.

Brandschutz

Offenes Feuer und Kerzenlicht sind in der Klinik Alpenhof und auf dem gesamten Klinikgelände untersagt. Aus brandschutz- und versicherungstechnischen Gründen ist der Anschluss und Betrieb von mitgebrachten elektrischen Geräten wie Kochplatten, Kaffeeautomaten, Grills, Kühlschränke, Wasserkocher usw. nicht erlaubt. Ausgenommen sind Geräte, die der Körperpflege dienen (Zahnbürste, Fön) sowie Handy und Laptop, soweit diese in einwandfreiem Zustand sind. Die Verantwortung für diese Geräte liegt jedoch bei Ihnen.

Unsere Klinik ist durch eine Rauch- und Feuermeldeanlage gesichert. Im Alarmfall ertönt ein Dauerton. Bitte verlassen Sie daraufhin mit Ihrem Kind/Ihren Kindern umgehend die Klinik auf den ausgeschilderten Fluchtwegen. Die Sammelstelle ist der Spielplatz beim Kindertreff.

Gehbehinderte und/oder Rollstuhlfahrer nutzen bitte den Fluchtweg über die zimmereigene Terrasse bzw. warten auf dem Balkon auf Hilfe durch die Feuerwehr.

Im eventuellen Brandfall tun Sie bitte Folgendes:

- Befinden sich die Kinder im Kindertreff oder in einer Anwendung, werden sie von Erzieher*innen oder Therapeut*innen nach draußen geleitet. Ansonsten bitten wir Sie, zuallererst Ihr Kind/Ihre Kinder zu sich zu nehmen und dann nur die allerwichtigsten Papiere und Wertsachen mitzunehmen, alles andere bitte 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 Tür schließen und gegen den Qualm die Ritzen mit nassen Tüchern verstopfen.
- Am Fenster die Rettungsmannschaft auf sich aufmerksam machen. Auf keinen Fall versuchen, sich selbst mit Bettlaken oder ähnlichen provisorischen Hilfsmitteln abzuseilen.

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

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

Eigenanteil

Für die Dauer der stationären Maßnahme ist von Ihnen eine Zuzahlung in Höhe von 10,00 € pro Tag zu leisten, die **vor Beginn der Kurmaßnahme** zu entrichten ist.

Bitte überweisen Sie **den Betrag von 220,00 EUR** (22 Tage, d. h. Anreise bis Abreise x 10 EUR = 220 EUR) **unter Angabe Ihres Namens und der Aufenthaltsnummer (diese finden Sie auf dem Einladungsschreiben)** auf folgendes Konto:

Empfänger: Klinik Alpenhof GmbH & Co. Betriebs KG
Bank Raiffeisenlandesbank Passau
IBAN DE10 7402 0100 0008 1120 05
BIC RZOOODE77

Im Ausnahmefall können Sie den Eigenanteil aber auch mit EC/Debit-Karte, Kreditkarte oder in bar spätestens am Tag nach Ihrer Anreise am Empfangs- und Patientenservice begleichen.

Eine Befreiung von der gesetzlichen Zuzahlung durch die Krankenkassen nach § 61 SGB ist bedingt möglich. Liegt Ihnen ein Befreiungsausweis vor, bringen Sie diesen bitte mit zur Kur. Bitte beachten Sie auch, dass einige Krankenkassen den Eigenanteil direkt mit ihren Versicherten verrechnen. Dies entnehmen Sie bitte Ihrem Bewilligungsschreiben, denn in diesem Fall überweisen Sie direkt an die Krankenkasse.

Fällt der Kuraufenthalt auf den Zeitraum des Jahreswechsels, ist zu beachten, dass mit dem 31.12. des Jahres der Befreiungsausweis abläuft und ggf. bereits ein neu erhaltener für das Folgejahr mitzubringen ist. Ansonsten ist der Eigenanteil für das neue Jahr vor Ort zu entrichten.

Patient*innen, die bei der BARMER versichert sind, müssen den Eigenanteil nicht an die Klinik Alpenhof leisten. Die Krankenkasse übernimmt hier selbst den Zuzahlungseinzug mit ihren Versicherten.

Falls Sie Fragen oder Probleme bei der Zuzahlung haben, rufen Sie uns bitte unter der Telefonnummer 08664/986-400 an. Sie können uns von Montag bis Freitag von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr, sowie mittwochs von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr telefonisch erreichen.

Eigene Medikamente

Denken Sie bitte daran, dass Sie nicht verordnungsfähige Dauermedikamente (welche regelmäßig eingenommen werden) von uns nicht kostenfrei erhalten können. Bringen Sie diese deshalb bitte in ausreichender Menge mit.

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.

Fahrräder

Erkundungen der Umgebung mit Fahrrädern sind möglich. Mitgebrachte Fahrräder können auf dem Klinikgelände abgestellt werden. Bitte beachten Sie, dass wir für mitgebrachte Fahrräder und Helme keine Haftung übernehmen. Denken Sie daher bitte an ein Fahrradschloss. In Chieming besteht die Möglichkeit, Fahrräder auszuleihen (Tour me und Fahrradverleih Chiemsee-Kaufmann).

Freizeitangebote

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

Hausordnung

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

Hygiene

An einem Ort, an dem sich viele Menschen aufhalten, ist auch ein hohes Maß an persönlicher Hygiene notwendig, um eine mögliche Ansteckung zu vermeiden. Damit die erforderliche Händedesinfektion immer und überall gewährleistet werden kann, stehen in den öffentlichen Bereichen unterstützende Desinfektionsspender zur Verfügung.

Melden Sie sich bitte bei den ersten Anzeichen einer Erkrankung (z.B. Magen-Darm-Infekt, Erkältungssymptome) telefonisch unter der Durchwahl 333 in der medizinischen Abteilung.

Bitte tragen Sie und/oder Ihre Kinder ab 6 Jahre zum Schutz anderer mindestens eine medizinische Maske, wenn Sie an Erkältungssymptomen leiden, um das Ansteckungsrisiko in der Klinik zu meiden. Falls Sie keine Masken mitgebracht haben, können Sie diese in der medizinischen Abteilung erhalten.

WLAN steht Ihnen im ganzen Haus zur Verfügung. Die Zugangsdaten erhalten Sie an der Rezeption. Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Mitpatient*innen sich durch die Nutzung von Smartphones, Tablets, o. ä. nicht gestört fühlen.

Kaution

In dieser Kaution sind folgende Utensilien enthalten: Parkausweis, 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 zurück erhalten.

Kinder- und Hausaufgabenbetreuung

Um Ihnen und Ihren Kindern einen entspannten Aufenthalt in der Klinik Alpenhof zu ermöglichen und um zu gewährleisten, dass Sie Ihre Therapien wahrnehmen können, kümmern wir uns täglich von Montag bis Freitag in der Zeit von 08:00 Uhr bis 16:00 Uhr um die Betreuung Ihr Kind/Ihre Kinder.

Bitte beachten Sie, dass Sie Ihr Kind/Ihre Kinder nicht zu den Anwendungen mitnehmen können. Eine Fremdbetreuung in einer Gruppe mit bis zu 25 Kindern ist daher für Ihren Kurerfolg unumgänglich. Bei einer 3-wöchigen Maßnahme ist eine Eingewöhnung in die Betreuung, wie zum Beispiel in einer Kita, nicht möglich.

Die Kurmaßnahme schafft einen geschützten Raum, um abseits des hektischen Alltags die Bindung zu Ihrem Kind zu stärken. Durch die gemeinsam verbrachte intensive Zeit bei Eltern-Kind-Interaktionen im Rahmen der Therapie sowie Freizeitangeboten im Haus und der Umgebung, wird die Beziehung zu Ihrem Kind nachhaltig verbessert.

Am Tag nach Ihrer Anreise erhalten Sie weitere Informationen durch unsere Betreuer*innen in der jeweiligen Kindergruppe.

Denken Sie bitte an

- der Jahreszeit und dem Wetter entsprechende Ersatzkleidung und Bekleidung für draußen (mit Namen versehen)
- Hausschuhe für die Kinderbetreuung
- Bücher, Spiele, Puppen, die in die Kinderbetreuung mitgebracht werden können, (wir übernehmen dafür keine Haftung)
- Schmusetuch o. ä., falls Ihr Kind bzw. Ihre Kinder dies in der Kinderbetreuung benötigen
- Brotbox für Ihr Kind

Während der drei Kurwochen bieten wir Ihrem Kind/ Ihren Kindern die Möglichkeit an unserer Hausaufgabenbetreuung teilzunehmen, die von pädagogisch erfahrenen Mitarbeiter*innen geleitet wird.

Die Schulkinder bearbeiten die von der Heimatschule mitgebrachten Schulunterlagen. Die Hausaufgaben werden durch Ihr Kind/ Ihre Kinder selbstständig erledigt und von der Betreuung beaufsichtigt. Gern gibt diese den Kindern bei Erledigung der Aufgaben Hilfestellung. Wir weisen darauf hin, dass unsere Mitarbeiter*innen nicht den Unterricht der Schule nachholen oder fortführen bzw. mögliche Defizite ausgleichen können. Die Schulkinder werden ermutigt, sich mit den Hausaufgaben auseinanderzusetzen und können diese in einem entsprechenden Rahmen erledigen.

Mahlzeiten

Freuen Sie sich auf Ihre Mahlzeiten, die Sie in unserem Speiseraum einnehmen. **Die Essenszeiten entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan.** Sie haben freie Platzwahl im Speiseraum. Wenn Sie einmal nicht an den Mahlzeiten teilnehmen möchten, haben Sie die Möglichkeit, sich ein Lunchpaket zusammenzustellen.

An den Anwendungstagen nehmen die Kinder das Mittagessen im Kindertreff ein.

Medizinische Betreuung – Notfall – Medikamente

In unserer Medizinischen Abteilung bieten wir Ihnen tägliche Sprechstunden an. Die Pflegekräfte gewährleisten einen 24-h-Dienst, sodass Sie im medizinischen Notfall immer einen Ansprechpartner unter der Durchwahl 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** (Durchwahl 333) in der Medizinischen Abteilung, um einen Termin zu vereinbaren.

Sollten Sie Medikamente mitgebracht 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 Kühlchränken in Ihren Zimmern.

Rauch- & Alkoholverbot

In der Klinik besteht absolutes Rauch- & Alkoholverbot. Auch der Verzehr und das Lagern von alkoholischen Getränken in der Klinik ist untersagt. Das Rauchen ist **nur** in dem dafür vorgesehenen Pavillon gestattet.

Ruhezeiten

Da sich viele Patient*innen zur Mittagszeit (11:00 Uhr bis 13:00 Uhr) ausruhen möchten, bitten wir Sie, sich auf den Fluren, im Foyer und auf Ihrem Zimmer entsprechend leise zu verhalten. Die Nachtruhe beginnt für Erwachsene um 23:00 Uhr, für Kinder um 21:00 Uhr. Wir bitten Sie deshalb, bereits ab 19:30 Uhr auf schlafende Kinder Rücksicht zu nehmen. Der Haupteingang wird aus Sicherheitsgründen um 23:00 Uhr geschlossen.

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.

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.

Telefon- und Babyphone-Anlage

Um Ihnen auch mit kleinen Kindern einen Freiraum zu ermöglichen, ist jedes Zimmer mit einer Babyphone-Anlage ausgestattet. Das Empfängergerät ist in der oben beschriebenen Kautions enthalten.

Gespräche in das deutsche Festnetz sind vom Zimmertelefon aus kostenfrei. Von Zimmer zu Zimmer telefonieren ist ebenfalls kostenfrei.

Bitte beachten Sie, dass im Rahmen des Datenschutzes von unserer Seite keine Zimmernummern ausgegeben und Telefonate nicht durchgestellt werden. Etwaige Anrufer*innen müssen also von Ihnen über die Durchwahlmöglichkeit informiert werden. Selbstverständlich dürfen Sie auf Ihrem Zimmer auch Ihr eigenes Handy benutzen.

Therapeutische Maßnahmen (verordnet)

Diese finden montags bis freitags statt. Die Anwendungszeiten, den Namen Ihres Therapeuten/Ihrer Therapeutin und den Behandlungsort können Sie Ihrem persönlichen Therapieplan entnehmen. Für die Erreichung Ihrer Therapieziele und Ihrem Kurerfolg ist Ihre aktive Mitarbeit von entscheidender Bedeutung.

- Jeder Patient/Patientin erhält einen auf seine individuellen Bedürfnisse zugeschnittenen Therapieplan
- Bitte halten Sie Ihre Termine ein! Erscheinen Sie pünktlich, gerne ein paar Minuten vor der Zeit
- Die Gruppentherapien sind zeitlich so strukturiert, dass ggf. ein gemeinschaftliches Aufräumen nach der Aktivität möglich ist (Matten, Decken, Bälle o.ä.)
- Die Teilnahme an allen verordneten Anwendungen wird vom behandelnden Therapeuten/Therapeutin abgezeichnet. Änderungen können nur durch die Ärzt*innen und die Mitarbeiter*innen der psychosozialen Abteilung vorgenommen werden
- Bei unentschuldigtem Fehlen besteht kein Anspruch auf Ersatz
- Wenn Termine krankheitsbedingt abgesagt werden müssen, melden Sie dies bitte in der medizinischen Abteilung

Detaillierte Informationen zu unseren Therapie- und Behandlungsmöglichkeiten finden Sie auf unserer Klinik-Webseite.

Therapiebad

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

Trinkwasserspender und Getränke

Vor Speisesaal 1 und 2 befinden sich unsere Trinkwasserspender, an denen Sie jederzeit kostenlos Ihre Wasserflasche auffüllen können. Hygienisch dafür geeignete Flaschen können an der Rezeption erworben werden. Eine „Klinik Alpenhof“- PET-Flasche ist in der Servicepauschale enthalten.

Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit, am Getränkeautomaten verschiedene Softdrinks und Kaffee außerhalb des Frühstücks an einer Kaffeemaschine zur Selbstbedienung zu erwerben.

Wäsche

Waschmaschinen stehen Ihnen gegen Gebühr zur Verfügung. Wäschetrockner können Sie kostenlos benutzen. Bügeleisen können Sie an der Rezeption ausleihen. Sollten Sie ein Bügelbrett benötigen, wenden Sie sich bitte an die Rezeption.

Zusätzliche Kosten

Nebenkosten entstehen für Kreativangebote sowie z. B. für das Ausleihen von Schlitten direkt im Haus und Fahrrädern im Ort.

Nicht vergessen - sehr wichtig!

- Personalausweis für Sie und Ihre Kinder
- Wichtige Befunde vom Hausarzt (z. B. Röntgenbilder, EKG, Laborbefunde)
- Ihre Versicherungskarte der Krankenkasse sowie die Ihrer Kinder
- Gebührenbefreiungsausweis, falls vorhanden
- Kindervorsorgeuntersuchungsheft
- Ihren Impfausweis und den Ihres Kindes/Ihrer Kinder
- Informieren Sie sich bei Ihrem Hausarzt bezüglich der Zeckenschutzimpfung
- Bei bestehender Schwangerschaft benötigen wir:
 - Mutterpass
 - Nachweis von Röteln- und Windpockenschutz
 - Bescheinigung, dass es sich um eine unkomplizierte Schwangerschaft handelt
- Fieberthermometer
- Denken Sie bitte bei der Mitnahme des Taschengeldes daran, dass für eine Reihe von Aktivitäten wie Basteln, Ausflüge und nicht zuletzt für die Rückreise und eine eventuelle

Gepäckbeförderung Kosten entstehen. Des Weiteren wird für das Ausleihen von Utensilien wie z. B. Thermoskannen und Babyphone eine einmalige Kautions von 60,- € erhoben.

- Aus der Mitteilung Ihrer Krankenkasse erfahren Sie, ob Sie einen Eigenanteil bezahlen müssen. Diesen entrichten Sie bitte bei Anreise in der Klinik, wenn Sie ihn nicht bereits im Vorfeld überwiesen haben (€ 10,00 pro Tag; insgesamt € 220,00). Siehe hierzu bitte Stichwort Eigenanteil.

Sollten in der Zeit zwischen Antragstellung und Anreise Erkrankungen auftreten oder eine Schwangerschaft bekannt werden, kontaktieren Sie bitte die medizinische Abteilung vor Anreise unter der Telefonnummer 08664 986-333. Es bedarf der erneuten Prüfung, ob eine Aufnahme unter den geänderten Voraussetzungen noch möglich ist.

Ratschläge für Ihr Gepäck

Bei der Auswahl der Kleidung sollten Sie unbedingt darauf achten, dass sie praktisch, strapazierfähig und pflegeleicht ist. Nehmen Sie für sich und Ihr Kind/Ihre Kinder **ausreichend wetterfeste Kleidung** und angemessene Schuhe mit, da sowohl therapeutische Anwendungen als auch die Aktivitäten in der Kinder- und Jugendbetreuung vermehrt **im Freien** stattfinden.

- Jahreszeitgemäße Kleidung (z. B. Regenjacke, Gummistiefel, Kopfbedeckung für Kinder)
- Turn-, Haus- und flache Straßenschuhe, Wanderschuhe (z. B. für die Edelweiß-Tour)
- Badebekleidung, Bademantel, Badeschuhe (Chiemsee)
- Badetücher und evtl. Schwimmhilfen, Schwimmwindeln
- Jogginganzug, Leggings, Sweatshirts
- Warme Socken für das Entspannungstraining
- Sonnen- und Mückenschutzmittel
- Körperpflege-, Hygiene- und Kosmetikartikel wie Duschgel, Waschlappen etc.
- Regenschirm
- Armbanduhr
- Föhn
- Lieblingsspielzeug Ihrer Kinder
- Utensilien zur eigenen Freizeitbeschäftigung
- Fahrräder können mitgebracht und auf dem Klinikgelände abgestellt werden; E-Bikes dürfen aus brandschutztechnischen Gründen nicht im und am Klinikgebäude aufgeladen werden. Die nächste Ladestation finden Sie bei „Tour-me“, Markstatt 2a, 83339 Chieming.
- Kinderfahrradhelme
- kleinen Rucksack für Ausflüge
- evtl. Buggy
- Für Patienten mit einer Hausstaubmilbenallergie: bringen Sie bitte eigene Allergiker-Bettbezüge (Encaser) mit.

Hausordnung der Klinik

Liebe Patientin, lieber Patient,

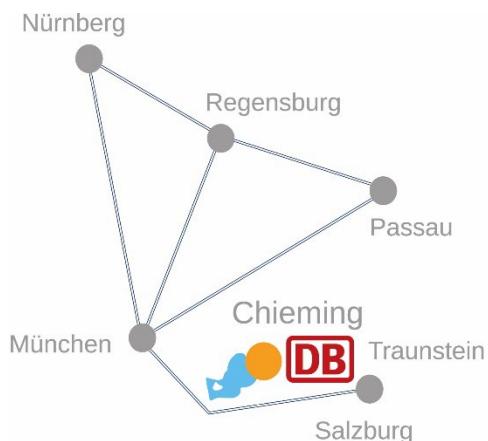
das Leben in einer Gemeinschaft erfordert feste Regeln. Diese sind in der Hausordnung festgeschrieben.

- 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. Darüber hinaus bitten wir, dass bereits ab 19:30 Uhr auf die Ruhesuchenden Rücksicht genommen wird.**
- 3. Essenzeiten**
Freuen Sie sich auf Ihre Mahlzeiten, die Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, Ihren Kindern in unserem Speisesaal einnehmen.
Kinder unter dem vollendeten 10. Lebensjahr dürfen sich aus hygienischen Gründen nicht selbst am Buffet bedienen.

Die Essenszeiten entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan.

Wenn Sie am Wochenende oder an therapiefreien Feiertagen nicht an den Mahlzeiten teilnehmen möchten, haben Sie die Möglichkeit, selbstständig ein Lunchpaket zusammenzustellen. Bitte melden Sie sich einen Tag vorher beim Servicepersonal vom Mittagessen ab.
- 4. Etagentreffs**
Bitte hinterlassen Sie die Etagentreffs in einem sauberen Zustand. Achten Sie darauf, dass beim Verlassen alle elektrischen Geräte ausgeschaltet sind.
- 5. In der Klinik besteht Rauch- und Alkoholverbot. Das Rauchen ist auf dem Klinikgelände nur im Raucherpavillon gegenüber dem Haupteingang erlaubt.**
- 6. MTT-Raum:** Der Raum für die med. Trainingstherapie befindet sich im Erdgeschoss. Die Benutzung während der Anwendungszeiten nach vorheriger Einweisung durch den Therapeuten vom Vitalcenter ist, möglich.
- 7. Grundsätzlich haben Sie die Aufsichtspflicht für Ihre Kinder.**
 - **Flure, Hauseingänge und Parkplätze** sind keine Spielplätze.
 - **Die Benutzung des Fahrstuhls** ist Kindern nur in Begleitung ihrer Eltern gestattet.
- 8. In der medizinischen Abteilung und während aller therapeutischen Anwendungen besteht Handyverbot.**
- 9. Die Einnahme der Mahlzeiten und das Rauchen auf der Terrasse sind untersagt.**
- 10. Kerzenlicht und offenes Feuer** sind nicht gestattet.

Lageplan der Klinik



Klinik Alpenhof
 Chiemseering 1
 83339 Chieming
 T 08664 986-0
 F 08664 986-100
klinik-alpenhof@mutter-kind.de
www.mutter-kind.de

So finden Sie uns:

A8 / E 52 München Richtung Salzburg Abfahrt 109 Grabenstätt
 Sie verlassen den ersten Kreisverkehr an der Ausfahrt Richtung Grabenstätt. Sie kommen zum zweiten Kreisverkehr und nehmen die Abzweigung Richtung Traunreut / Chieming.
 Sie folgen dieser Straße ca. 12 km bis in den Ort Chieming
 Mitten in Chieming in einer 90°-Rechtskurve links in die Stötthamer Straße abbiegen und der Beschilderung „Klinik Alpenhof“ folgen. Kurz vor Ortsende biegen Sie links ab in den Chiemseering.

Ihr Auto können Sie auf dem Klinikgelände oder den öffentlichen Parkplätzen am Chiemseering parken. Parkausweise erhalten Sie an der Rezeption.

Wir wünschen Ihnen eine gute Fahrt!

Notizen