

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen!

Indikationen

- Allergien
- Erkrankungen des Atmungssystems
- Psychosomatische und psychovegetative Erkrankungen

Gegenindikationen

- Schwere Herzerkrankungen
- Psychosen
- Nicht eingestellte Anfallsleiden

Therapieformen

Ärztliche Vorträge, Physiotherapie und Bewegung, Atemgymnastik, Wärmetherapie mit Schlick oder Infrarot, medizinische Bäder, Massagetherapie (klassisch und Sonderformen), Rückenschule, Kneipp-Anwendungen, Lymphdrainage, Krankengymnastik, Nordic Walking, Body workout, Cardio-Fitness

Ernährung

- Reduktions- und Sonderkost
- Individuelle Ernährungsberatung

Psychosoziale Therapie

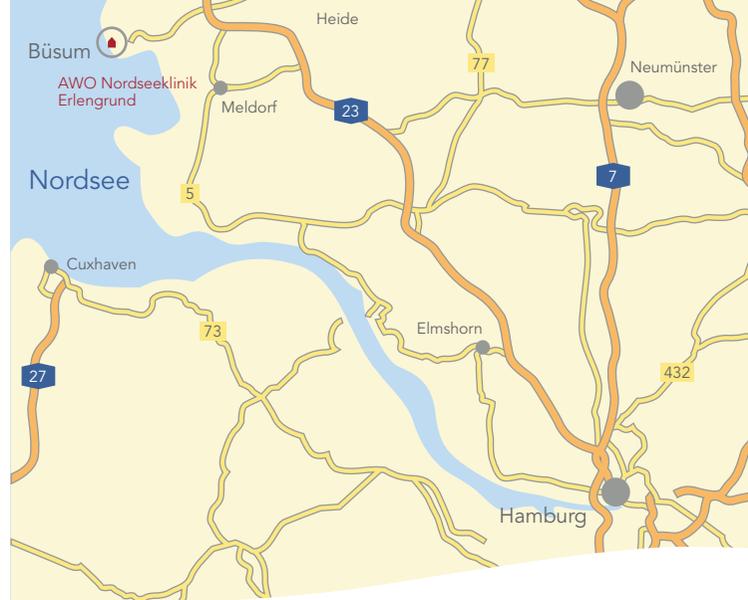
Einzel- und Gruppengespräche: Psychosoziale Aufnahme, Verlauf und Abschlussgespräch, psychosoziale und psychotherapeutische Einzelgespräche, Allgemeine Familien- Lebensberatung, Partnerschafts- und Erziehungsberatung, Krisenintervention, Selbsterfahrung, Resilienzstärkung, Selbstsicherheits- und Motivationstraining, Entspannungsverfahren (z.B. PMR, Qi-Gong, Klangschalen-therapie, Yoga)

Pädagogische Angebote

Logopädie; Hausaufgabenbetreuung (1h pro Tag)

Besonderheiten

- Medienfreies Haus



Tief Luft holen an der Nordsee

Zurück zu neuer Balance und Stärke

Sie wünschen eine Beratung oder weitere Informationen?
Wir beraten Sie gern:

AWO Nordseeklinik
Erlengrund
Nordseestr. 100
25761 Bülsum
Telefon 04834 / 95110
Telefax 04834 / 951177
nordseeklinik-
erlengrund@aw-kur.de
www.aw-kur.de
IK: 510 106 472

AW Kur und
Erholungs GmbH
Kronenstr. 63 - 69
44139 Dortmund
Telefon 0231 5483-249
Telefax 0231 5483-140
service@aw-kur.de
www.aw-kur.de

AWO Nordseeklinik Erlengrund

Mutter-Kind-Kurmaßnahmen





Nordseeklinik Erlengrund

Mutter-Kind-Kurmaßnahmen

Lage

Die AWO Nordseeklinik Erlengrund ist eine zertifizierte Vorsorgeklinik und befindet sich direkt hinter dem Deich und am Ortsrand des ursprünglichen Fischerortes Büsum und somit in optimaler Lage, denn hier verbindet sich Ruhe und Erholung mit kleinstädtischem Leben. Es sind nur wenige Meter bis zum Meer und zur Familienlagune mit einem großen Bade- und Freizeitareal.

Ob Sie wattwandern oder baden, am Strand liegen oder sich durch kulinarische Spezialitäten verwöhnen lassen wollen, Büsum bietet für jeden etwas! Erleben Sie die außergewöhnliche, vielfältige Landschaft Wattenmeer -die von der UNESCO als Weltnaturerbe ausgezeichnet wurde- hautnah.

Klima

Der Hafenort Büsum liegt direkt an der Nordsee und ist seit dem 19. Jahrhundert Seebad und drittgrößter Fremdenverkehrsort in Schleswig-Holstein. Das Meeresküstenklima wird hier vom Golfstrom temperaturnausgleichend beeinflusst. Dadurch ist es im Winter deutlich wärmer als im Binnenland und im Sommer dagegen nicht so heiß. Durch die Seewinde, der erhöhten UV-Strahlung herrscht ein kräftiges Reizklima. Besonders intensiv wirkt es direkt am Meeresstrand, denn gesundheitsfördernd sind vor allem die winzigen, salzhaltigen Tröpfchen Meerwasser, die beim Brechen der Wellenkämme in die Luft gelangen. Der hohe Gehalt an Salz, Jod, Magnesium und Spurenelementen in der Seeluft regen besonders die Immunreaktion der Haut und der Atemorgane an. Zudem wirkt sich die erhöhte UV-Strahlung durch die Bildung von Melatonin positiv auf die Psyche aus.

Ausstattung der Klinik

Unser ganzheitliches Behandlungskonzept wendet sich speziell an Mütter mit psychosomatischen Erkrankungsbildern und bietet Platz für 34 Mütter mit 50 Kindern. Gemeinsam mit Ihren Kindern sind Sie in einem geräumigen, Allergie gerechtem Ein- oder Zweiraumapartment mit Telefon, Dusche/ Badewanne und WC untergebracht. Ein Großteil der Zimmer verfügt über einen Wintergarten, einige auch über einen Balkon sowie Meerblick.

Gemeinschaftsräume

Auf jeder Etage des Haupthauses befindet sich eine Teeküche.

Unser gemütliches Kaminzimmer, die Strandkörbe und Liegen auf unserer Sonnenterrasse laden Sie ein, sich zu entspannen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Für Ihre sportlichen Aktivitäten bieten wir Ihnen einen

Fitnessraum mit Crosstrainer, Ergometer, Laufband und Rudergehärt.

Mutter-Kind-Angebote sowie Sport- und Bewegungstraining finden in unserer kleinen Turnhalle oder in unserem weitläufigen Außengelände statt.

Die physikalischen Anwendungen werden in der Therapieabteilung durchgeführt.

Ein Spielplatz befindet sich geschützt direkt auf dem Klinikgelände.

Für die Kinder

Jeder Tag ein Erlebnistag!

Ihre Kinder im Alter von 1-13 Jahren werden bei uns erlebnisreiche, unvergessliche und eindrucksvolle Wochen erleben.

Die Kinder werden in altersentsprechenden Gruppen von unseren erfahrenen pädagogischen Fachkräften auf Basis eines partnerschaftlichen Miteinanders betreut. Unsere Mitarbeite-

Innen nehmen Ihre Kinder als Persönlichkeiten wahr und respektieren sie in ihrer Individualität. Im Rahmen der Terrain- und Klimatherapie werden die Kinder zu zahlreichen Aktivitäten an der heilsamen Seeluft angeregt, erfahren viel über die Besonderheiten der Umgebung wie das Leben an der Nordsee oder die Tiere im und am Meer.

Anwendungen, wie Krankengymnastik, Atemtherapie und logopädische Leistungen, werden je nach Indikation für die kurbefürhtigen Kinder von unseren Ärzten verordnet. Daneben stehen für alle Kinder verschiedene Aktivitäten auf dem Programm, die die Kreativität, die Grob- und Feinmotorik sowie die sozialen Kompetenzen fördern.

Öffnungszeiten Kindergruppen

Bis 3 Jahren:

Montag bis Freitag

8:00 -11:30 Uhr

Ab 3 Jahren:

Montag bis Freitag

8:00 – 15:00 Uhr

Je nach Alter und Entwicklung nehmen die Kinder ab 3 Jahren das Mittagessen gemeinsam in der Gruppe ein.

Natürlich liegt die Entscheidung bei Ihnen, ob Sie Ihre Kinder ganztags betreuen lassen oder ob Sie möglichst viel selbst mit Ihren Kindern unternehmen möchten.

Wir freuen uns auf Sie!