

Ihr Weg zu Ihrer Gesundheit



Kinderbetreuung

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

Bis 3 Jahre: Während der Therapiezeiten der Eltern

3 - 12 Jahre: 07:30 - 13:15 Uhr in altersspezifischen Gruppen, 14:00 - 16:45 Uhr in offenen und altersgemischten Spielgruppen (abwechslungsreiche Sport- und Bewegungsprogramme sowie kreative Aktivitäten)

Schulpflichtige Kinder haben die Möglichkeit, an der Hausaufgabenbetreuung (Mo - Fr, je 45 Min.) teilzunehmen.

BAERCHEN Projekt

Bewegung **Aufklärung** **Ernährung** **Ressourcen bündeln**. Dieses Projekt ist eine Zusammenarbeit mit der Bayerischen Sportjugend, um die Kinder frühzeitig für eine gesunde Lebensweise zu begeistern und durch die Mitgliedschaft in einem Sportverein eine Grundlage zu schaffen, um langfristig „dranzubleiben“. Das Kinderland der Klinik Maximilian ist eine zertifizierte Bewegungskita.

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 Maximilian liegt zwischen Bodensee und Allgäuer Hochgebirge, auf einer Sonnenterrasse am Berg Rücken des Pfänders. Von hier bietet sich eine großartige Aussicht auf die umliegende Allgäuer Alpenlandschaft.

Die Marktgemeinde Scheidegg trägt, als einer von zwei Orten deutschlandweit, die Titel „Heilklimatischer Kurort Premium Class“ und „Kneippkurort Premium Class“.

... Unsere Zimmer

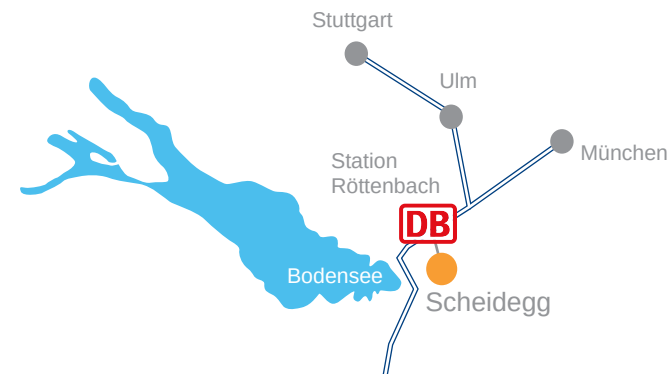
Zur Verfügung stehen 111 Zimmer, aufgeteilt auf drei Häuser, mit überwiegend separatem Schlafbereich für die Kinder. Alle Zimmer haben Balkon und sind mit Bad/Dusche/WC, Telefon, Babyphone und TV ausgestattet.

... Unsere Besonderheiten

- Gebirgsklima in ca. 900 m Höhenlage
- Ernährungskonzept „maxifit“ - ein eigens entwickeltes Abnehmprogramm, das in der Schwerpunktcur Adipositas beinhaltet ist
- Infrarotwärme-Therapieraum - Infrarotwärme kann bei regelmäßigen Anwendungen das Immunsystem stärken und die Durchblutung erhöhen. Ebenso den Stoffwechsel anregen, Verspannungen lösen und Rückenschmerzen lindern sowie die Behandlung von Hauterkrankungen positiv beeinflussen
- Licht-Aroma-Sound-Therapieraum - ein spezieller Ruheraum, der mit Hilfe unterschiedlicher Licht- und Farbefekte, ruhiger Musik und korrespondierenden Aromen Entspannung mit allen Sinnen ermöglicht
- Sole-Licht-Therapieraum - mineralstoffhaltige Luft und ihre positiven Eigenschaften wirken in diesem Raum auf die Gesundheit. Hinzu kommen Farbeffekte, die zusätzlich entspannen. Die Luft ist mit wertvollen Mineralien wie Jod, Magnesium, Kalzium, Brom und Eisen angereichert.
- BeKo® (Bewegungs- und Koordinationstraining)

Klinik
Maximilian

Kurstraße 21 . 88175 Scheidegg
T 08381 808-0 . F 08381 808-100
info@klinik-maximilian.de . www.klinik-maximilian.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

Klinik
Maximilian
Neue Kraft für's Leben



Schwerpunktcur wir2kompakt
... für Alleinerziehende

Natürlich.Gesund.Glücklich.

Kraft für den Alltag tanken



Schwerpunktkur wir2kompakt - Bindungstraining für Alleinerziehende

In Deutschland lebten 2016 2,7 Millionen Ein-Elternteil-Familien mit Kindern. Die Zahl ist weiter steigend.

Wenn eine(r) für alles zuständig ist, wächst die wirtschaftliche und soziale Verwundbarkeit einer Familie beträchtlich.

Neben der finanziellen Belastung ist auch oft die zunehmende soziale Isolierung und fehlende Erholungszeit ein belastender Faktor. Wenn die/der Mutter/Vater krank wird, ist die Familie schnell von existentiellen Sorgen betroffen. Dazu kommen noch die gesundheitlichen Risiken durch die Mehrfachbelastungen. Schlafstörungen, psychosomatische Erkrankungen, depressive Verstimmungen, Burnout und Belastungsstörungen nehmen zu. Kinder zeigen somatische Beschwerden und Verhaltensauffälligkeiten.

Genau hier setzt **wir2kompakt** als Elterntraining für Alleinerziehende mit ihren Kindern an. Das strukturierte Gruppenprogramm basiert auf entwicklungspsychologischen Grundlagen und widmet sich dem Erleben und dem Umgang mit Gefühlen.

Vor mehr als 10 Jahren entwickelte Prof. Dr. Matthias Franz von der Universität Düsseldorf das Bindungstraining für Alleinerziehende. Durch die tatkräftige Unterstützung der Walter Blüchert-Stiftung konnte das Programm auch für den Klinik-Alltag umgesetzt werden.

Die Klinik Maximilian war an der Entwicklung des **wir2kompakt**-Trainings aktiv beteiligt und half dabei mit, das Programm für eine dreiwöchige Kurmaßnahme zu gestalten. Wir freuen uns über die weiterhin enge Zusammenarbeit mit der Universität Düsseldorf.

Für Alleinerziehende in einer belastenden Lebenslage bietet **wir2kompakt** mit seinem hochwirksamen Konzept ein sehr hilfreiches Kur-Angebot:

- Maßgeschneidert für Alleinerziehende mit einem oder mehreren Kindern
- Abgestimmt auf Ihre besondere Lebenssituation
- Nachweislich und nachhaltig wirksam

Das Programm gliedert sich in 13 Termine mit folgenden Inhalten:

- Selbstbild und soziale Rollen
- Umgang mit Stress, die Bedeutung von Gedanken und Emotionen
- Einfühlen in die Bedürfnisse und Belastungen des Kindes
- Erlernen von Strukturen, die Kinder sichern und stabilisieren
- Trennung von Paarkonflikt und Elternverantwortung
- Bedeutung des anderen Elternteils, Konflikt- und Alltagsbewältigung auf Verhaltensebene

wir2kompakt wirkt und stärkt:

- Mütterliches und väterliches Selbstvertrauen
- Elterliche Feinfühligkeit
- Die Eltern-Kind Bindung
- Die gemeinsame Elternverantwortung angesichts des Paarkonflikts
- Das seelische Gleichgewicht
- Soziale Kompetenzen für den Alltag
- Das Wohlbefinden der Kinder

Viele Alleinerziehende sind nach dem wir2-Training deutlich optimistischer und selbstbewusster als vorher. Was uns besonders freut: Ihr Erfolg spiegelt sich auch im Wohlbefinden Ihrer Kinder wieder - das bestätigen die teilnehmenden Eltern und zeigen auch die wissenschaftlichen Auswertungen der Kurse.

Therapieangebote für Erwachsene:

- Psychologische Gruppenaufnahme
- 13 Gesprächsgruppen, die von zwei Therapeuten geleitet werden
- Intensives Achtsamkeitstraining
- Einzelgespräche und therapeutische Stabilisierung bei Bedarf
- Sport- und Physiotherapie

Therapieangebote für Kinder:

- Interaktion mit Mutter/Vater
- Kinderentspannung
- Psychomotorik bzw. Beko-Training
- Durch die Planung der Gruppen gibt es viel Zeit, um gemeinsam etwas mit den Kindern zu unternehmen
- Fragen zu Erziehungsthemen können im Einzelgespräch und/oder in der Gruppe bearbeitet werden, so kann die Beziehung zum Kind positiv unterstützt werden

Mindestteilnehmer: 10

Höchstteilnehmer: 14



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

