

Hausbeschreibung

Das Mutter / Vater und Kind Kurheim "Alpenhof" befindet sich seit Januar 2010 in Hinterberg, einem Ortsteil der Gemeinde Rettenberg in einer Höhenlage von 1000 Meter mit Blick auf den Grünten und die Allgäuer Alpen.



Der Alpenhof ist umgeben von Wald und Wiesen. Nach Rettenberg sind es ca. 3 km Entfernung. Der 2010 entstandene Bau bietet Apartments mit 2 Zimmern, Bad und kleinem Vorraum oder Einzelzimmer. Im Haus gibt es 20 Apartments, die unterschiedlich groß mit zwei bis fünf Betten ausgestattet sind. Für Kinder unter 3 Jahren stellen wir ein Kinderbett in das Zimmer, es sei denn Sie wünschen es anders. Bitte teilen Sie uns mit, ob das Kleinkind in Ihrem Zimmer oder im Nebenzimmer schlafen soll. Die Zimmer sind mit eigenem Bad mit Dusche und WC ausgestattet. 3 dieser Apartments sind behindertengerecht gebaut.

Alle Zimmer sind mit einem Telefon ausgestattet, über das mittels einer Notrufnummer Tag und Nacht Hilfe erreichbar ist. Ein Baderaum mit Badewanne steht zur Verfügung, wenn Sie ein Bad nehmen möchten oder ihr Kind baden wollen. Die im Haus befindliche Sauna mit Ruheraum können Sie jederzeit nutzen.

Das Haus ist in biologischer Holzbauweise errichtet und bietet so ein warmes, gesundes Raumklima. In allen Zimmern sind Holzböden. Die massiven Vollholztüren wie auch die sonstige Bauweise bieten bestmögliche akustische Dämmung.



Die Kinder-Betreuungsgruppen Wurzelstube (0-3 Jahre), Spielstube (3-6 Jahre) und die Grüntenstube (6-12 J.) bilden entwicklungsgemäß einen heilsamen geschützten Rahmen. Betreut werden die Kinder von ausgebildeten Waldorfpädagogen.



Medizinisch-Therapeutisches Konzept

Grundlage unseres Kurkonzeptes ist das anthroposophische Menschenbild Rudolf Steiners. Ausgehend von der medizinischen Aufnahmeuntersuchung (ca. 45 min bei einem unserer beiden anthroposophischen Ärzte) wird ein individueller Therapieplan erstellt mit dem Ziel einer Harmonisierung der geistigen, seelischen und körperlichen Lebensprozesse. Besondere Beachtung findet die sich aktualisierende Lebenssituation von Mutter und Kind.

Indikationen für Kinder und Erwachsene

Stoffwechselerkrankungen
Hauterkrankungen
Krankheiten der Atemwege
Psychosomatische Erkrankungen
Psychovegetative Erkrankungen

Therapeutisches Programm im Hause

Rhythmische Massagen
Öldispersionsbäder nach Junge
Heileurythmie
Krankengymnastik
Packungen - Inhalationen - Wickel – Rhythmische Einreibungen
künstlerische Therapien: Eurythmie - Malen - Plastizieren - Musiktherapie
psychologische Einzel- und Gruppengespräche
alle Diäten - Vollwertkost - vegetarische Kost
die Sauna (im Hause) kann die therapeutischen Anwendungen unterstützen
geführte Wanderungen und ansteigendes Belastungstraining in der Natur des Voralpenlandes



Die Ärzte bieten in abwechselnder Präsenz eine tägliche Sprechstunde an und sind nachts und am Wochenende bei Akutsituationen erreichbar. Auch eine psychologische Sprechstunde wird angeboten.

Die Kinderbetreuung versuchen wir individuell zu gestalten, je nach Alterszusammensetzung der Kinder. So bilden sich 3 - 4 Gruppen. Kinder bis zu drei Jahren werden Montag bis Freitag vormittags betreut, Kindergartenkinder und Schulkinder werden Montag bis Samstag vormittags (incl. Mittagessen) und 4 x / Woche nachmittags betreut. Dabei legen wir Wert auf eine alters- und entwicklungsgemäße Betreuung in Anlehnung an die Waldorfpädagogik.

Eine kleine Buchauswahl steht im Haus zur Verfügung. Das Abendprogramm beinhaltet verschiedene Angebote wie Puppenkurs, Korbflechten, Vortrag oder Gesprächsabend über medizinische Themen, Abendwanderungen, musikalische Abende etc.. Sonntag vormittag bieten wir je nach Wetterlage gemeinsame Wanderungen oder Ausflüge an.



Ihr Weg zu einer Mutter/Vater und Kind Kur

Der Alltagsbelastungen wachsen Ihnen über den Kopf. Kopfschmerzen, Verspannungen im Schulterbereich, Rückenschmerzen, Konzentrationsstörungen, Nervosität, Herz-, Kreislauf- und Magenbeschwerden machen sich bemerkbar. Häufige Infekte bei Ihnen oder Ihrem Kind / Ihren Kindern wirken zudem kräftezehrend. Sie haben das Gefühl, dass eine Grenze der Belastbarkeit erreicht ist. Sie müssten dringend etwas für Ihre Gesundheit tun, um nicht chronisch krank zu werden.

„Eine Kur würde mir und meinem Kind / meinen Kindern gut tun!“

In diesem Falle bietet sich eine **Mutter/Vater und Kind Kur** an.

Hier eine Übersicht über die einzelnen Schritte zur Kurbeantragung:

Füllen Sie bitte den beiliegenden Antrag und den Selbstauskunftbogen aus. Bitte nennen Sie im Selbstauskunftbogen die Erkrankungen im Laufe des letzten Jahres, ob Sie Unterstützung in der Familie haben und ob für Sie die Möglichkeit von Therapien am Wohnort besteht bzw. welche bereits stattfinden.

Lassen Sie die beiliegenden Atteste von Ihrem Arzt und/oder Kinderarzt ausfüllen. Achten Sie bitte darauf, dass alle Erkrankungen und Beschwerden sowie bisher stattgefundene Therapien genannt sind, damit für die Krankenkasse die Kurnotwendigkeit ersichtlich ist. Eine Kurdauer von vier Wochen kann von der Krankenkasse nur genehmigt werden, wenn eine Kur zur Behandlung von Krankheiten attestiert ist.

Falls die Indikation nur für Sie oder für Ihre Kinder zutrifft, eine Trennung aber wegen der engen Mutter/Vater-Kind-Bindung nicht zumutbar ist, gibt es auch die Möglichkeit, dass entweder Sie oder eines bzw. mehrere Ihrer Kinder als „Begleitpersonen“ mit zur Kur kommen können.

Senden Sie bitte die vom Arzt ausgefüllten Atteste zusammen mit einer Selbstauskunft (einer Darstellung der Kurgründe aus Ihrer Sicht) an Ihre Krankenkasse zur Begutachtung.

Bei eventuellen Rückfragen wird sich die Krankenkasse mit Ihnen in Verbindung setzen. Wenn die Kostenübernahmeerklärung der Krankenkasse vorliegt, rufen Sie uns an, damit wir für Sie einen Kurplatz reservieren können. Die Einladung zur Kur erhalten Sie dann umgehend.

Typische Indikationen für eine Mutter/Vater und Kind Kur sind:

- Körperliche und nervöse Erschöpfung der Mutter/des Vaters
- Häufig wiederkehrende Infekte bei Mutter und / oder Kind
- Neurodermitis
- Atemwegserkrankungen
- psychovegetative Syndrome von Mutter/Vater und/oder Kind
- Schlafstörungen bei Mutter/Vater und /oder Kind
- depressive Verstimmung der Mutter/des Vaters
- Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen
- Funktionsstörungen des Bewegungsapparates
 - z.B. Rheuma, Bandscheibenschäden, Arthrosen der Mutter /des Vaters
 - Haltungstörungen der Kinder
 - Übermotorik
- Rekonvaleszenz nach Operationen, Unfällen



Mutter / Vater Kind Kur: Antrag / Selbstauskunft zur Vorlage bei der Krankenkasse

Name, Vorname: _____ Geburtsdatum: _____

Anschrift: _____ Tel.Nr. _____

Kranken-Versicherung, Adresse: _____

selbstversichert familienversichert bei: _____ Vers. Nr.: _____

1. Ich nehme mein(e) Kind(er) mit:

1. Kind: _____ geb.: _____ vers. bei: _____

als gesundes Begleitkind oder als Kurkind? _____

2. Kind: _____ geb.: _____ vers. bei: _____

als gesundes Begleitkind oder als Kurkind? _____

3. Kind: _____ geb.: _____ vers. bei: _____

als gesundes Begleitkind oder als Kurkind? _____

Wenn Sie weitere Kinder mitbringen, schreiben Sie diese bitte auf ein Extrablatt. Gerne nehmen wir Sie auch mit mehr Kindern auf!

2. Haben Sie in den letzten vier Jahren eine Kur oder ein Heilverfahren durchgeführt ?

Ja Nein

Falls ja, wann (von – bis) und wer war der Kostenträger:

3. Waren Sie in den letzten vier Jahren bei einer anderen Krankenkasse versichert ?

Ja Nein

Falls ja, welche (genaue Anschrift)

4. Familienstand

ledig verheiratet getrennt lebend

verwitwet geschieden Sonstiges _____

5. Zahl der im Haushalt lebenden Personen: _____

6. Sind Sie berufstätig ? Ja Nein

Vollzeit Teilzeit

Falls ja, welche Tätigkeit üben Sie derzeit aus? _____

7. Besteht zur Zeit eine Schwangerschaft: Ja Nein

8. Gründe für die Kurmaßnahme bei der Mutter / dem Vater

9. Gründe für die Kurmaßnahme beim Kind / bei den Kindern (bei Mehrbedarf bitte gesondertes Blatt verwenden)

Name: _____ Kurgrund: _____

Name: _____ Kurgrund: _____

Name: _____ Kurgrund: _____

10. Gibt es in Ihrem häuslichen, familiären oder beruflichen Umfeld Probleme oder Belastungen, die eine stationäre Kurmaßnahme erfordern ?

11. Welche Fachärzte haben Sie wegen Ihrer Beschwerde/n aufgesucht ? (Name und Anschrift der Ärzte)

12. Welche ambulanten Behandlungsmaßnahmen haben Sie in den letzten zwölf Monaten erhalten ?

	Anzahl	(Zeitraum der Behandlungen)
<input type="checkbox"/> Massagen	_____	von _____ bis _____
<input type="checkbox"/> Krankengymnastik	_____	von _____ bis _____
<input type="checkbox"/> Packungen (Fango o.ä.)	_____	von _____ bis _____
<input type="checkbox"/> Strombehandlungen	_____	von _____ bis _____
<input type="checkbox"/> Bäder-/Wasserbehandlungen	_____	von _____ bis _____
<input type="checkbox"/> Medikamente (Namen)	_____	von _____ bis _____
<input type="checkbox"/> Sonstiges	_____	von _____ bis _____

13. Ist die Krankheit auf Fremdeinwirkung zurückzuführen ? Ja Nein

- Arbeitsunfall sonstiger Unfall
 Berufskrankheit Versorgungsleiden nach dem Bundesversorgungsgesetz/Opferentschädigungsgesetz

14. Liegen Risikofaktoren vor ?

- Rauchen Bewegungsmangel Alkohol
 Stress Sonstiges _____

15. Persönliche Angaben:

Größe: _____ Gewicht: _____

16. Welche Erwartungen haben Sie an eine Kur ?

17. Warum haben Sie das Kurheim Alpenhof ausgewählt ?

Ort, Datum

Unterschrift

Ärztliches Attest für die Mutter / den Vater

Name: _____ Geb. Datum _____

Krankenkasse: _____ Versicherungs-Nr.: _____

Frau / Herr _____ ist seit _____ in meiner Behandlung.

Sie /er bedarf einer **Mutter / Vater Kind Kur**.

O Kur zur Behandlung von Krankheiten - gemäß §§ 41 und 111 a SGB V

- Zielsetzung:**
- eine Krankheit erkennen/heilen,
 - die Verschlimmerung einer Krankheit verhüten,
 - Krankheitsbeschwerden lindern,
 - einer drohenden Behinderung vorbeugen,
 - eine Behinderung beseitigen/bessern,
 - einen Verschlimmerung der Behinderung verhüten,
 - Pflegebedürftigkeit vermeiden/vermindern

O Kur zur Verhütung von Krankheiten – Vorsorge-Kur gemäß §§ 24 und 111 a SGB V

- Zielsetzung:** eine Schwächung der Gesundheit, die in absehbarer Zeit voraussichtlich zu einer Krankheit führen würde, beseitigen.

Anamnese:

Medizinische Diagnose: (bitte fügen Sie aktuelle Spezialbefunde bei und geben Sie ggf. Gegenindikationen an)

Hauptdiagnose:

Nebendiagnose:

Blutdruck: _____ Gewicht: _____ Körpergröße: _____

Behinderung: nein ja, und zwar:

Ist eine Begleitperson erforderlich: nein ja

Anfallsleiden: nein ja

Ärztliches Attest für die Mutter / den Vater, Seite 2

Bisherige Therapie: (verordnete Medikamente, physikalische Behandlung, evtl. Dauermedikation)

Sind ambulante Maßnahmen am Wohnort ausgeschöpft? nein ja

Psychosoziale Situation: (bitte unbedingt angeben)

voraussichtlich notwendige Kurdauer: _____ Tage

Datum, Stempel und Unterschrift der Ärztin/des Arztes

Adresse und Telefonnummer des Hausarztes zur Versendung des Kurberichtes bzw. zur Absprache für Weiterbehandlungen:

Ärztliches Attest für das Kind
(bei mehreren Kindern bitte für jedes Kind ausfüllen)

Vom Arzt auszufüllen:

Name des Kindes: _____ geb.: _____

Seit wann in Behandlung?

Liegt beim Kind Kurbedürftigkeit vor? nein, das Kind kommt als Begleitkind mit
 ja

wenn ja, bitte Angabe, um welche Maßnahme es sich handelt:

Kur zur Behandlung von Krankheiten - gemäß §§ 41 und 111 a SGB V

- Zielsetzung:**
- eine Krankheit erkennen/heilen,
 - die Verschlimmerung einer Krankheit verhüten,
 - Krankheitsbeschwerden lindern,
 - einer drohenden Behinderung vorbeugen,
 - eine Behinderung beseitigen/bessern,
 - einen Verschlimmerung der Behinderung verhüten,
 - Pflegebedürftigkeit vermeiden/vermindern

Kur zur Verhütung von Krankheiten - gemäß §§ 24 und 111 a SGB V

- Zielsetzung:** eine Schwächung der Gesundheit, die in absehbarer Zeit voraussichtlich zu einer Krankheit führen würde, beseitigen.

Soll das Kind die Mutter aus psychosozialen Gründen begleiten? ja nein

Anamnese:

Medizinische Diagnose: (bitte fügen Sie aktuelle Spezialbefunde bei und geben Sie ggf. Gegenindikationen an)

Hauptdiagnose:

Nebendiagnose (frühere Erkrankungen):

Ärztliches Attest für das Kind: _____, Seite 2
(Name bitte nochmals eintragen)

Blutdruck: _____ Gewicht: _____ Körpergröße: _____

Behinderung: nein ja, und zwar:

Ist eine Begleitperson erforderlich: nein ja

Anfallsleiden: nein ja

Bisherige Therapie: (verordnete Medikamente, physikalische Behandlung, evtl. Dauermedikation)

Sind die ambulanten Maßnahmen am Wohnort ausgeschöpft? nein ja

Bestehen Erkrankungen, die gegen einen Aufenthalt in Bergregionen sprechen? nein ja

voraussichtlich notwendige Kurdauer: _____ Tage

Datum, Stempel und Unterschrift der Ärztin/des Arztes

Adresse und Telefonnummer des Hausarztes / Kinderarztes zur Versendung des Kurberichtes bzw. zur
Absprache für Weiterbehandlungen: