

So funktioniert die Anreise bei uns:

Anreisetag: Mittwoch

Sie reisen in dem für Sie vorgegebene Zeitfenster bei uns an. Bitte planen Sie so, dass Sie bis spätestens 17:00 Uhr bei uns eingetroffen sind. Bei einer Anreise mit der Bahn werden sie von dem Taxiunternehmen Bahnsen (von uns beauftragt) am Bahnhof abgeholt und direkt vor unsere Eingangstür gebracht. Wenn Sie mit dem Auto kommen, stellen Sie bitte Ihr Fahrzeug auf unserem Parkplatz ab. Gepäckwagen stehen für Sie bereit.



An der Rezeption erledigen Sie Ihre Anmeldeformalitäten, halten Sie bitte Ihre Krankenkassenkarte, Ihre Handynummer und ggf. Autokennzeichen bereit.

Sie bekommen danach von einer Mitarbeiterin Ihr Zimmer gezeigt und werden dann zur medizinischen Aufnahme geführt. Dort werden Ihre weiteren Termine zur ärztlichen Untersuchung und zum psychosozialen Aufnahmegespräch koordiniert. Bitte bringen sie zu beiden Terminen etwas zum Spielen oder Lesen für ihre Kinder mit.

Nach den Aufnahmetermenin können Sie auf den Spielplatz gehen oder sich die weiteren Räumlichkeiten ansehen.



Zur kleinen Stärkung zwischendurch steht auf ihrem Zimmer eine Obstmahlzeit bereit.



Ab 17:45 Uhr steht das Abendbrot für Sie bereit. Halten Sie sich bitte an die Tischplatzeinteilung, die Sie an der Tür zum Speisesaal finden.

Die Bettruhe gestalten Sie entsprechend den Bedürfnissen Ihrer Kinder. Wir bitten aber ab 19:30 Uhr um Ruhe auf den Gängen, um allen kleinen und großen Patienten/innen einen erholsamen Schlaf möglich zu machen.

Der Anreisetag gestaltet sich je nach Pünktlichkeit der Züge oder Stau auf den Autobahnen manchmal anstrengend. Haben Sie bitte Verständnis, dass bestimmte Abläufe notwendig sind, um schnell in die Therapien starten zu können. Wir möchten, dass Sie die drei Wochen gut für sich nutzen können und nicht vorwiegend mit organisatorischen Fragen beschäftigt sind. Wir werden versuchen Ihnen diesen Tag so angenehm wie möglich zu gestalten.

Der Tag nach Anreise: Donnerstag

Am nächsten Tag lernen Sie und Ihre Kinder die Mitarbeiterinnen aus unserer Kinderbetreuung kennen. Die Kinder frühstücken gemeinsam im Kinderhaus.

Kinder unter zwei Jahren können mit Ihnen zusammen frühstücken und werden von Ihnen anschließend in die Kinderbetreuung gebracht.

Nach Ihrem Frühstück im Haupthaus erhalten Sie in einer gemeinsamen Runde alle notwendigen Informationen, um gut in die Kur zu starten. Die Kleinkinder (bis 3 Jahre), werden gegen 12:30 Uhr aus dem Kinderhaus abgeholt, für die größeren Kinder endet der erste Betreuungstag gegen 13.00/13:15 Uhr. Wann Sie ihr Kind abholen, richtet sich nach der Gruppenzugehörigkeit. Die Informationen dazu finden Sie auf dem Infoboard des Kinderhauses. Bei Rückfragen wenden Sie sich an die Erzieherinnen.

Das Abendessen findet von 18:00 Uhr bis 19.00 Uhr statt.

Ihren individuellen Therapieplan, finden Sie um ca. 20:00 Uhr in Ihrem Postfach, am nächsten Tag starten Sie mit den Therapien.



So funktioniert die Abreise bei uns

Tag vor der Abreise: Dienstag

Vor der Abreise wird eine ärztliche Abschlussuntersuchung durchgeführt. Dort werden mit Ihnen Empfehlungen für die Nachsorge besprochen. Es finden daneben noch diverse Therapien statt. Nach dem Mittagessen findet eine Abschlussveranstaltung zunächst für die Mütter und anschließend für die Mütter und Kinder gemeinsam statt. Am Nachmittag sind

alle, die möchten, zu einem gemeinsamen Gottesdienst eingeladen.



Bis zum Dienstagnachmittag müssen Sie in der Verwaltung alle Unkosten in bar begleichen. Dazu gehören z.B. Telefongebühren, Kosten für Postkarten, Kreativmaterial o.ä..

Alle Bahnfahrerinnen werden bereits Montag gebeten, die Abreisezeit vom Bahnhof Plön anzugeben. Die Information, wann Sie ein von uns bestelltes Taxi zum Bahnhof fährt, finden Sie per Aushang am Infoboard.

Bitte planen Sie Ihre Abreise so, dass es Ihnen am Mittwoch, dem Abreisetag, möglich ist das Haus bis 9.00 Uhr zu verlassen. Aus organisatorischen Gründen ist es uns nicht möglich Sie und Ihre Kinder länger in Ihrem Zimmer zu beherbergen.

Koffer, die Sie durch ein Transportunternehmen abholen lassen möchten, können Sie, mit Ihrem Namen versehen, in die Eingangshalle stellen.

Am Abend haben Sie die Möglichkeit die Mutter-Kind-Maßnahme in Ihrer Gruppe in Ruhe ausklingen zu lassen. Eine Abreise am Dienstagabend ist nicht vorgesehen!

Abreisetag: Mittwoch

Sie haben die Möglichkeit schon ab 7.00 Uhr zu frühstücken, falls Sie früh aufbrechen



wollen.

Wir müssen Sie bitten das Zimmer bis 8.00 Uhr zu räumen, so dass mit der Reinigung begonnen werden kann. Sie können anschließend in Ruhe frühstücken, dies ist bis 8.30 Uhr möglich. Wir stellen Ihnen Lebensmittel für Lunchpakete zur Verfügung, so dass Sie und Ihre Kinder sich während der Rückfahrt stärken können

Die Taxen fahren Sie und Ihre Kinder zur angegebenen Zeit zum Bahnhof. Achten Sie darauf, Ihr Gepäck vollständig wieder mitzunehmen. Kontrollieren Sie Ihr Wertfach, Ihr Postfach, die Schuhschränke, die Steckdosen (Handyladekabel) und denken Sie an die Sachen, die Sie mit in die Kinderbetreuung gegeben haben.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme und möglichst stressfreie Abreise und sagen Auf Wiedersehen in der



Sollten Sie Hilfe beim Umsteigen auf den Bahnhöfen benötigen, setzen Sie sich im Vorfeld mit der Bahnhofsmission in Verbindung. Die Mitarbeiter/innen dort helfen gern.