

## LAGE/KLIMA

Die Eltern-Kind-Fachklinik Ursee liegt unmittelbar am Naturschutzgebiet Urseetal am Rande des heilklimatischen Luftkurortes Lenzkirch im Naturpark Südschwarzwald. Oberhalb des eiszeitlichen Urseetals erstrecken sich die Schwarzwaldhöhen mit blühenden Hochweiden und Sicht bis zu den Alpen. Die Landschaft erstreckt sich über die quellfrischen Bergseen des Windgfällweihers, Titisees und Schluchsees zum Feldberg, dem höchsten Gipfel des Schwarzwaldes hinunter in die wildromantische Wutachschlucht.



Vorsorge und Rehabilitation für Mutter, Vater und Kind

# ELTERN-KIND-FACHKLINIK URSEE

Lenzkirch



## AUSSTATTUNG DES HAUSES

Die Fachklinik Ursee liegt in ruhiger Lage. Es stehen Ihnen 46 Zwei-Zimmer Appartements in einem in schwarzwälderischem Flair gehaltenen Haus zur Verfügung. Alle Appartements sind mit Telefon (auch Notruf) und TV ausgestattet. Über die hausinterne Telefonanlage sind Sie jederzeit erreichbar. Pro Etage steht eine Teeküche zur Verfügung.

Waschmaschinen, Trockner, ein öffentlicher Fernsprecher, ein PC-Terminal und WLAN im Foyer können wir Ihnen gegen Gebühr anbieten.

Die Fachklinik Ursee verfügt über einen modernen Therapiepark mit hellen und funktionalen Therapieräumen, einem Fahrradergometeraum und zwei Saunen. Nutzen Sie zur Entspannung und Fitness unser attraktives Hallenbad mit separatem Kinderbecken.

Auf dem Spielplatz mitten im Außengelände können sich Ihre Kinder vergnügen.

Parkmöglichkeiten für Ihren Pkw bestehen vor dem Haus.

Unsere Küche verwöhnt Sie mit vitaminreicher, vollwertiger und vegetarischer Kost, die täglich frisch zubereitet wird. Wir sind auf verschiedene Diäten eingestellt. Unser Gemüse kommt aus der Region und unsere Backwaren stammen alle aus eigener Herstellung.

*Das familienfreundliche Lenzkirch bietet ein vielfältiges Freizeitangebot für Jung und Alt. Es ist der ideale Ausgangspunkt für Wanderungen und Spaziergänge zu Attraktionen wie Geopark, Vogelwelten und alten Schwarzwaldhöfen. Die reizvolle Berglandschaft ist ganzjährig gut geeignet zum aktiven Sport auf seinen gut ausgebauten Walkingrouten und einem 30 km langen Loipennetz.*

*Gut erreichbar begrüßt Sie die Schwarzwaldmetropole Freiburg mit dem weltberühmten Münster und dem attraktiven, quirligen Wochenmarkt direkt auf dem Münsterplatz zum Bummeln und kulturellem Erleben.*

## ELTERN-KIND-FACHKLINIK URSEE

Grabenstraße 18  
79853 Lenzkirch

Telefon: 0 76 53 / 68 80  
Telefax: 0 76 53 / 68 81 10

Kostenlose Hotline: 0800 / 9 32 11 11

ursee@ak-familienhilfe.de  
www.ak-familienhilfe.de

IK Nummer 510 834 543



DEUTSCHER ARBEITSKREIS  
FÜR FAMILIENHILFE E.V.



## IHRE KINDER

Für die Kinder und Jugendlichen bieten wir von montags bis freitags eine qualifizierte Betreuung von 8:45 Uhr bis 12:00 Uhr und 13:00 Uhr bis 16:15 Uhr in vier altersentsprechenden Gruppen an. Zwischen 12:00 – 13:00 Uhr können Kinder ab 4 Jahren die Mittagsmahlzeit in einer Sammelgruppe einnehmen. Große und helle Gruppenräume mit kindgerechten Sanitäranlagen stehen zur Verfügung.

Für schulpflichtige Kinder bieten wir eine sachkundige Hausaufgabenbetreuung an.



## BESONDERHEITEN

- Aufnahme von Mehrkinderfamilien
- Hallenbad/Sauna
- Weihnachts-Silvester Kur
- Unterstützung bei Ihrer aktiven Freizeitgestaltung
- Organisation von Fahrten zu Ärzten anderer Fachrichtungen
- Kostenfreie Benutzung der öffentlichen Verkehrsmittel für alle Patienten während des Aufenthalts (KONUS-Karte)
- Kostenfreier Transfer von/nach Bahnhof Titisee bei An- und Abreise
- Kostenpflichtiger WLAN-Hotspot
- Unterbringung von Angehörigen gegen Gebühr und nach vorheriger Absprache



## INDIKATIONEN/HEILANZEIGEN

### Für Erwachsene:

- Psychosomatisch /psychovegetative Erkrankungen
  - Psychophysischer/psychovegetativer Erschöpfungszustand
  - Burnout-Syndrom
  - Probleme mit Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung
  - Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen insbesondere familiäre Belastungs- und Konfliktreaktionen
  - Somatoforme Störungen z.B. Fibromyalgie, Schmerzstörungen, Reizdarmsyndrom, etc.
  - Kopfschmerzen/Migräne
  - Essstörungen in Form von Essattacken bei anderen psychischen Störungen
  - Affektive Störungen, insbesondere leichte und mittelgradige depressive Episoden, rezidivierende depressive Episoden
  - Phobische Störungen und Angststörungen
  - Nichtorganische Schlafstörungen
  - Störung der Eltern-Kind-Beziehung
  - Unwohlsein und Ermüdung
- Stoffwechselerkrankungen
  - Übergewicht/Adipositas
- Erkrankungen der Atemwege
- Orthopädische Erkrankungen
- Hauterkrankungen

## GEGENINDIKATIONEN

### Für Erwachsene:

- Akute und /oder dekompensierte Krankheiten und Zustände
- Schwere neurologische und psychiatrische Erkrankungen
- Suchterkrankungen
- Schwere depressive Episoden mit/ohne psychotische Symptome
- Persönlichkeits-/Verhaltensstörung
- Akute Erkrankungen, die einen Krankenhausaufenthalt erforderlich machen
- Infektiöse Erkrankungen

## THERAPIEFORMEN

### Therapieangebote für Erwachsene

Physiotherapeutische und physikalische Therapieangebote: Bewegungstherapie (Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule, Beckenbodengymnastik, Walking), Atemtherapie, Massagen, medizinische Bäder, Kneipp'sche Anwendungen, Wärmeanwendungen, Einzel-Krankengymnastik, Lichttherapie, Inhalationen, Reizstromtherapie, Unterwasserdruckstrahlmassage, Lymphdrainage, Fußreflexzonenmassage

### Beratungs- und Schulungsangebote:

Psychosoziale und familientherapeutische Einzelberatungen, Entspannungstherapie (PMR), Gruppengespräche zu den Themen Angstbewältigung, Stress und Erziehung; Ernährungsberatung, Asthma(eltern)schulung, Neurodermitis Elternschulung, Raucherentwöhnung

Ernährungsangebote: normale Mischkost, vegetarische Kost, bei Bedarf energiereduzierte Mischkost und verschiedene Sonderkostformen z.B. bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten/-allergien.

### Therapien für die behandlungsbedürftigen Kinder

Ernährungsschulung mit Sportprogramm ab 6 Jahren, Entspannungsübungen/orthopädisches Haltungsturnen ab 3 Jahren/ psychomotorische Übungen/Eltern-Kind-Entspannung/Atemtherapie jeweils ab 4 Jahren, medizinische Bäder, Inhalationen.

Weitere Angebote: Für die Kleinen im offenen Angebot Eltern-Kind-Sport ab 2 Jahren.

Nachsorgeberatung durch qualifizierte trägereigene Beratungsstellen ist möglich.