

LAGE/KLIMA

Die Umgebung der Klinik ist landschaftlich geprägt von Bergen, Seen, Burgen und naturgeschichtlich bedeutsamen Höhlen. Die Klinik liegt auf einem Gutshof, mitten in Nordrhein-Westfalen in einem Landschaftsschutzgebiet. Das milde Mittelgebirgsklima mit der reinen Wald- und Höhenluft wirkt sich positiv auf Ihre Gesundheit aus. Vom Haus aus gelangen Sie schon nach wenigen Schritten in den Wald und entdecken zusammen mit den Kindern die Flora und Fauna im Sauerland.

Auf dem 80 Hektar gutseigenen Gelände leben Reitpferde, Ziegen, Schafe, Katzen und Therapie-Ponys. Es bieten sich vielfältige Möglichkeiten einer kreativen Outdoor-Freizeitgestaltung. Bis zur nächsten AB-Auffahrt sind es 20 km, der nächste Bahnhof in Iserlohn ist 9 km entfernt.



Vorsorge für Mutter, Vater und Kind. Ganzheitlich für Körper, Geist und Seele

UNIVITA GUT HOLMECKE

Hemer-Ihmert/Sauerland



Natur erleben, Seele bewegen, Kraft schöpfen – das ist das Motto, nach dem das kompetente Team von UNIVITA das hauseigene attraktive Kurkonzept durchführt. Dazu arbeiten wir systemisch - beziehen Ihre Lebensumstände mit ein - und richten uns nach den Grundsätzen der Salutogenese. Das nachhaltige Angebot stärkt Ihre Ressourcen, vermittelt Alltagskompetenzen und lädt ein, sich gesundheitsbewusster zu verhalten, um so das neugewonnene körperliche und seelische Wohlbefinden zu erhalten.

Einzigartig auf Gut Holmecke: tierunterstützte Therapie-Bausteine zu Erziehung & Elternschaft, Kommunikation und AD(H)S Elternteraining. Therapiehunde unterstützen die psychomotorische und psychosoziale Arbeit und unsere Kindergruppen.

UNIVITA GUT HOLMECKE

UNIVITA GmbH
Holmecker Weg 50
58675 Hemer-Ihmert / Sauerland
Telefon: 0 23 72 / 987 - 0
Fax: 0 23 72 / 987 - 499

Patientenanmeldung:
0 34 65 4 / 81 02 22 oder 0800 / 88 48 88 4 (kostenfrei)
info@univita.com / www.univita.com
IK Nummer 510 596 328



AUSSTATTUNG DES HAUSES

Die **Unterkünfte** der im Jahr 2017 umfangreich modernisierten Klinik liegen entweder im Haupthaus oder in einem der Appartementhäuser. In allen Häusern wohnen Sie mit Ihren Kindern oder Ihrer Familie in modernen Appartements (1-2 Räume) mit separater Dusche / WC sowie Telefon- und TV-Anschluss. Die Klinik verfügt über 165 Betten.

Gemeinschaftsräume: Für einen angenehmen Aufenthalt sorgen Eltern-Treff, Etagen-Teeküchen, unterschiedliche Gruppen- und Aufenthaltsräume, Fernsehräume, Kleinkinder-Treff (Blockhaushütte), Bewegungsbad, Whirlpool, Sauna, Infrarotkabine, Sport- bzw. Psychomotorik-Halle, Bewegungsraum, Kegelbahn, Tischtennisplatten.



FÜR DIE KLEINEN

Persönlichkeitsorientierte Entwicklungsförderung für Kinder: Während Ihrer Kur soll auch die körperliche und seelische Gesundheit Ihrer Kinder gestärkt werden. Dazu gehört neben der Stärkung des Selbstwertgefühls auch die Vermittlung von Impulsen für eine gesunde geistige, emotionale und körperliche Entwicklung. Zahlreiche Aktionen im waldrreichen Außengelände lassen Ihre Kinder die Natur mit allen Sinnen erleben.

Betreuung Kinder unter 3 Jahren: an allen Werktagen 8:45 – 11:30 und 14:00 – 15:45. Übermittagsbetreuung im Einzelfall möglich. Babysitter-Angebote während fester Zeiten und im Rahmen einiger Abendangebote.

Betreuung Kinder ab 3 bis 14 Jahren: altersgerechte, themenorientierte und psychomotorisch fundierte Kinderbetreuung an allen Werktagen durchgehend von 8:45 – 15:45. Samstags 9:00 – 12:00. An ca. fünf Abenden (je Kur) Abend-Angebote; Mittagessen in der Kindergruppe, Hausaufgabenaufsicht

Angebote für Patientenkinder:

- Psychomotorik / Heilpädagogik für Kinder
- Terrain-Training
- AktiWicht - Aktiv gegen Übergewicht
- Entspannung
- ELKI: Eltern-Kind-Interaktion



BESONDERHEITEN

- Interdisziplinäres, systemisches Therapiekonzept: lösungsorientiert mit Focus auf Selbstwert und Ich-Stärkung, Selbstmanagement und Achtsamkeit mit nachhaltiger Wirkung
- Bezugsbetreuung (ein Ansprechpartner für alle Belange während der ganzen Kur)
- Christliche Zusatzangebote und Seelsorge
- Elterntaining und „AD(H)S Verstehen“-Programm (tierunterstützt)
- Große Psychomotorik- bzw. Sporthalle mit Schwingboden und Kletterwand
- Naturgestützte Interventionen: therapiebegleitendes Reiten und geführtes Reiten auf eigenen Reitpferden; Therapie-Ponys
- Einsatz von Therapiehunden z.T. in den Kindergruppen und in Einzelgesprächen
- Gutshof-Kräutergarten, phytotherapeutische Angebote
- Umfangreiche Freizeit- und Kreativangebote
- Schwerpunkt auf Naturpädagogik und Psychomotorik
- Gutshofeingene kleine Landwirtschaftlich mit Ziegen-Streichelgehege
- Gesondertes U3-Konzept (Eingewöhnung für Kleinkinder unter 3 Jahren)
- Aufnahme von Großfamilien mit sechs und mehr Kindern möglich
- Unterbringung von Begleitpersonen möglich
- Eigener Waldparkplatz, kostenfreier Hol- und Bring-Service zum Bahnhof bei An- / Abreise

SCHWERPUNKTINDIKATIONEN ERWACHSENE

- Psychische Erschöpfungssyndrome
- Psychovegetatives Erschöpfungssyndrom, Burn-Out-Syndrom
- Physische Erschöpfungssyndrome / Verschleiß
- Rücken- / WS-Beschwerden, Haltungsschwäche / -schäden, Beckenbodeninsuffizienz, Arthrose
- Hypokinetosen: (durch Bewegungsmangel geförderte oder verursachte Erkrankungen und Symptome), Metabolisches Syndrom, Übergewicht, Leistungsschwäche von Herz / Kreislauf / Atmung / Stoffwechsel, funktionelle Herz-Kreislaferkrankungen, Blutdruckprobleme (Hypertonie / Hypotonie), Osteoporose, Arthroseentwicklung, nervöser Reizmagen, depressive Stimmungslage, Infektanfälligkeit, Alterungsprozess.

SCHWERPUNKTINDIKATIONEN KINDER

- Entwicklungs- und Verhaltensstörungen
- Motorische und psychosoziale Entwicklungsverzögerung, Störungen des Sozialverhaltens, ADS / ADHS
- Übergewicht
- Bewegungsmangel-Erkrankungen (s. o.- Hypokinetosen)

KONTRAINDIKATIONEN

- Erkrankungen, die eine Akutversorgung notwendig machen
- Suchterkrankungen

THERAPIEFORMEN

- Fachärztliche Versorgung
- Anwendung nach Kneipp, Bädertherapie
- Schmerzbehandlungen, z.B. Infrarot / Heusäckchen
- Klassische Massagen, Hydrojet
- Einzel-Krankengymnastik (indikationsspezifisch), CMD, Lymphdrainage, Dorn-Breuß
- Gruppengymnastik, Aqua-Fit Gymnastik, Rückenschule / Wirbelsäulengymnastik, Beckenbodengymnastik, Walking mit Coach
- Ernährungsberatung, Gewichtsreduktionsprogramm (Lehrküche), Diätkost nach Verordnung
- Gesundheitsvorträge: z.B. Brustkrebsfrüherkennung (SensoFem)
- Psychosoziale Beratung: Einzel- und Gruppengespräche
- Themenzentrierte Gesprächskreise und Coping-Gruppen
- Entspannungsangebote
- Seelsorge und Unterstützung bei Trauerbewältigung
- ELKI: Eltern-Kind-Interaktion
- Erziehungshilfe

