

Kur- und Erholungsangebote

für Mütter, Väter, Kinder und pflegende Angehörige



Vorwort / Vorstellung AW-Kur und Erholungs GmbH

Wir stärken Familien

der Soziologe Antonovsky entwickelte eine neue Blickrichtung auf den Zusammenhang zwischen Gesundheit und Krankheit und stellte die Frage: Warum bleiben Menschen gesund? Die Bedeutung der gesundheitlichen Prävention verdeutlicht er in der Skifahrermetapher:

Die Medizin kümmert sich zumeist um diejenigen Skifahrer, „die an einen Felsen gefahren sind, an einen Baum, mit einem anderen Skifahrer zusammengestoßen sind oder in eine Gletscherspalte fielen“. Die Medizin repariert den Schaden oder rät gar vom Skifahren ab, um die Gesundheit zu schonen. Dieser Reparatur- und Vermeidungsgedanken steht für Antonovsky nicht im Fokus. Er fragt sich eher: wie kann es gelingen, "...die Menschen zu sehr guten Skifahrern..." zu machen.

Wir orientieren uns an Antonovsky: durch eine gezielte

Förderung der Gesundheit außerhalb des Alltags und durch eine erfolgsversprechende Behandlung von Erkrankungen machen wir unsere Patient*innen - im übertragenen Sinne - zu guten Skifahrer*innen auf der Piste des Lebens. Dieses Ziel verfolgen wir mit unseren stationären Vorsorge- und Rehabilitationseinrichtungen an der Ostsee, der Nordsee und im Mittelgebirge.

Neben den „Kurangeboten“ für Mutter- Kind/ Vater-Kind nehmen wir hierbei das Gesamtsystem Familie gezielt in den Blick. Familientherapeutische Konzepte und Angebote für Menschen in Pflegeverantwortung ergänzen unser Angebot.

Einige Informationen zu unseren Kliniken finden Sie auf den nächsten Seiten. Darüber hinaus freuen wir uns auf das Gespräch mit Ihnen. Unsere Kur- und Gesundheitsberatungsstellen sind gerne für Sie da.

Inhalt



Andreas Frank
Geschäftsführer



Ein Unternehmen der
Arbeiterwohlfahrt
Bezirksverband
Westliches Westfalen e.V.

Kliniken für pflegende Angehörige

Landhaus Fernblick	4
Gesundheitszentrum Altastenberg	6

Mutter-Vater-Kind-Kliniken

Haus am Meer	8
Huus achtern Diek	10
Nordseeklinik Erlengrund	12
Kurhaus Baltic	14
Kurzentrums Norderney	16

Kurberatungsstellen	18
---------------------	----



Landhaus Fernblick

Vorsorgeklinik für pflegende Angehörige in Winterberg

Das Landhaus Fernblick ist eines der wenigen Häuser, in dem Pflegende gemeinsam mit ihrem pflegebedürftigen Angehörigen eine stationäre Vorsorgemaßnahme durchführen können - ohne Angst vor Kontaktabbriss. Unser Schwerpunkt liegt dabei auf der Versorgung von pflegebedürftigen Begleitpersonen mit Demenz.

Bei einer stationären Vorsorgemaßnahme im vollständig barrierefreien Landhaus Fernblick, wunderschön gelegen im heilklimatischen Luftkurort Winterberg, tanken Sie Kraft und Energie für den Pflegealltag daheim. Während Ihrer Therapiezeiten kümmern wir uns in der Tagesbetreuung liebevoll um Ihren an Demenz erkrankten Angehörigen.

Die Aussicht auf waldbedeckte Berge oder blühende Wiesen im Tal versprechen Erholung zu jeder Jahreszeit. Im weitläufigen Garten des Landhauses lädt ein Sinnesgarten zum Entspannen ein.

Schwerpunkte / Angebote

- Psychosomatische / psychovegetative Erkrankungen wie Schlafstörungen oder Burn-out
- Erkrankungen des Muskel- / Skelettsystems z.B. Arthrose, Myalgien und Krankheiten der Wirbelsäule
- Physiotherapie, Entspannungstherapie, Ergotherapie und Bewegungstherapie
- Angehörigengesprächskreise rund um das Thema Pflege / Krankheitsbilder
- Tagesbetreuung für pflegebedürftige Begleitpersonen mit Demenz



Wernsdorfer Str. 44
59955 Winterberg

Tel.: 02981 898-0
Fax: 02981 898-299

landhaus-fernblick@aw-kur.de
www.aw-kur.de/landhaus-fernblick

Kurtermine

01.01.—21./22.01.2023

22.01.—11./12.02.2023

12.02.—04./05.03.2023

05.03.—25./26.03.2023

26.03.—15./16.04.2023

16.04.—06./07.05.2023

07.05.—27./28.05.2023

28.05.—17./18.06.2023

18.06.—08./09.07.2023

09.07.—29./30.07.2023

30.07.—19./20.08.2023

20.08.—09./10.09.2023

10.09.—30.09./01.10.2023

01.10.—21./22.10.2023

22.10.—11./12.11.2023

12.11.—02./03.12.2023

10.12.—30./31.12.2023

31.12.2023—21./22.01.2024

Der Abreisetag ist abhängig von der Bewilligung der Krankenkasse





Gesundheitszentrum „Altastenberg“

Vorsorgeklinik für pflegende Angehörige
in Winterberg

Im Gesundheitszentrum „Altastenberg“ können pflegende Angehörige Kraft und Energie tanken für den Pflegealltag zu Hause.

Der zu Winterberg gehörende Ort ist mit 740 Meter über N. N. der höchstgelegene Ort des Sauerlandes.

Als staatlich anerkannter heilklimatischer Kurort herrscht dort ganzjährig ein sauberes, die Gesundheit förderndes Klima.

Im Sommer lädt die Region zum Wandern und Radfahren ein. Im Winter stehen großzügige Pisten und Loipen für die Skifahrer zur Verfügung.

Schwerpunkte / Angebote

- Psychosomatische / psychovegetative Erkrankungen wie Schlafstörungen oder Burn-out
- Erkrankungen des Muskel- / Skelettsystems z.B. Arthrose, Myalgien und Krankheiten der Wirbelsäule
- Physiotherapie, Entspannungstherapie, Ergotherapie und Bewegungstherapie
- Angehörigengesprächskreise rund um das Thema Pflege / Krankheitsbilder
- Keine Aufnahme von Personen mit Mobilitätseinschränkungen möglich



Bildchenweg 15
59955 Winterberg

Tel.: 02981 9246-0
Fax: 02981 9246-29

gesundheitszentrum-altastenberg@aw-kur.de
www.aw-kur.de/gesundheitszentrum-altastenberg

Kurtermine

18.01.—07./08.02.2023

08.02.—28.02./01.03.2023

01.03.—21./22.03.2023

22.03.—11./12.04.2023

12.04.—02./03.05.2023

03.05.—23./24.05.2023

24.05.—13./14.06.2023

14.06.—04./05.07.2023

05.07.—25./26.07.2023

26.07.—15./16.08.2023

16.08.—06./07.09.2023

06.09.—26./27.09.2023

27.09.—17./18.10.2023

18.10.—07./08.11.2023

08.11.—28./29.11.2023

29.11.—19./20.12.2023

20.12.2023—11./12.01.2024

Der Abreisetag ist abhängig von der Bewilligung der Krankenkasse





Haus am Meer

Wir machen uns stark für Familien. Arbeiten Sie bei uns an Ihrer Gesundheit, an einem entspannten Miteinander. Tanken Sie Kraft und entwickeln Sie neue Ideen für den Alltag.

Und das alles, ganz weit oben, an einem der schönsten Strände Deutschlands, mitten im Nationalpark, 50 Meter hinter dem Deich.

Wir denken und handeln mit einem Gesamtblick auf jeden einzelnen Patient*In, auf jede einzelne Familie.

Wir arbeiten mit Ihnen an Ihren Zielen für Ihre Gesundheit. Transparenz und Humor sind uns wichtig.

Sie finden uns auch bei Facebook und Instagram unter „Haus am Meer“ in Zingst, Eltern-Kind-Vorsorgeklinik.

Schauen Sie doch mal vorbei. Und hören kann man uns da auch - unser eigenes Lied „Ganz weit oben“.

Vorsorgeklinik für Eltern und Kinder in Zingst

Schwerpunkte / Angebote

- Mutter-Kind-Maßnahmen
- Vater-Kind-Maßnahmen
- Familienmaßnahmen
- Schulbegleitender Unterricht zu bestimmten Maßnahmen
- Kostenpflichtige Kurbegleitung für 21 Tage zu bestimmten Maßnahmen möglich
- Besonderes Angebot für Angehörige nach Suizid und bei erschwerter Trauer
- Leben mit Verlust, Leben mit und nach Krebs, Leichtigkeit für Paare
- Rückenwind bei Depressionen und Angststörungen, Paarberatung, Familientherapie und –beratung



Birkenstraße 4
18374 Zingst

Tel.: 038232 820-254
Fax: 038232 820-258

haus-am-meer@aw-kur.de
www.aw-kur.de/haus-am-meer

Kurtermine

17.01.—07.02.2023	05.09.—26.09.2023
07.02.—28.02.2023	26.09.—17.10.2023
28.02.—21.03.2023	17.10.—07.11.2023
21.03.—11.04.2023	07.11.—28.11.2023
11.04.—02.05.2023	28.11.—19.12.2023
02.05.—23.05.2023	19.12.2023—09.01.2024
23.05.—13.06.2023	
13.06.—04.07.2023	
04.07.—25.07.2023	
25.07.—15.08.2023	
15.08.—05.09.2023	





Huus achtern Diek

Das Huus achtern Diek liegt direkt hinter dem Deich an der Nordsee. Ein salzhaltiges Brandungsklima ist garantiert. Menschen mit Erkrankungen der Atemwege, Hauterkrankungen und Allergien haben alleine durch die geographische Lage einen großen Therapieerfolg. Die ruhige Lage des Hauses schafft eine idyllische entspannende Atmosphäre, die auch für einen therapeutischen Nutzen sorgt.

Ganz gleich, ob Sie Rad fahren, laufen, baden oder das Umland erkunden, in Norddeich können Sie Ihre Freizeit abwechslungsreich gestalten. Mit dem Erlebnisbad „Ocean Wave“, dem Kinderspielhaus, der Seehundaufzuchtstation, dem Yacht- und Fischereihafen oder dem Nationalpark Ostfriesisches Wattenmeer wird es Ihnen und Ihren Kindern garantiert nicht langweilig werden.

Vorsorgeklinik für Mütter und Kinder bis zu 17 Jahren in Norden

Schwerpunkte / Angebote

- Psychosomatische / psychovegetative Erkrankungen
- Sport- und Bewegungstherapie, Aquafitness
- Aufnahme von Kindern / Jugendlichen bis 17 Jahre (Hausaufgabenhilfe, freizeitpädagogische Angebote)
- Leben mit Kindern und Jugendlichen
- Kreativtherapeutische Angebote
- Therapeutische Intensivangebote: Erziehungs- und Sozialkompetenz (Triple P[®]), Systemische Familienberatung, Klimatherapie, Stressbewältigung und Selbstwertstärkung, Gesprächskreise zu Leben mit Kindern, Trauerbewältigung
- Ernährungsberatung
- Mutter-Kind-Interaktionen



Tunnelstraße 45
26506 Norden-Norddeich

Tel.: 04931 9819-19
Fax: 04931 9819-98

huus-achtern-diek@aw-kur.de
www.aw-kur.de/huus-achtern-diek

Kurtermine

28.12.2022—18.01.2023	16.08.—06.09.2023
18.01.—08.02.2023	06.09.—27.09.2023
08.02.—01.03.2023	27.09.—18.10.2023
01.03.—22.03.2023	18.10.—08.11.2023
22.03.—12.04.2023	08.11.—29.11.2023
12.04.—03.05.2023	29.11.—20.12.2023
03.05.—24.05.2023	27.12.2023—17.01.2024
24.05.—14.06.2023	
14.06.—05.07.2023	
05.07.—26.07.2023	
26.07.—16.08.2023	





Nordseeklinik Erlengrund

Vorsorgeklinik für Mütter und Kinder in Büsum

Die Nordseeklinik Erlengrund befindet sich direkt hinter dem Deich am Ortsrand des uralten Fischerortes Büsum in optimaler Lage, denn hier verbindet sich Ruhe und Erholung mit kleinstädtischem Leben. Es sind nur wenige Meter bis zum Meer und zur Familienlagune mit einem großen Bade- und Freizeitareal. Erleben Sie die vielfältige Landschaft Wattenmeer -die von der UNESCO als Weltnaturerbe ausgezeichnet wurde- hautnah.

Unser ganzheitliches Behandlungskonzept wendet sich speziell an Mütter mit psychosomatischen Erkrankungsbildern. Gemeinsam mit Ihren Kindern bewohnen Sie ein geräumiges Ein- oder Zweiraumapartment.

Die Kinder werden in altersentsprechenden Gruppen von unseren erfahrenen pädagogischen Fachkräften betreut.

Schwerpunkte / Angebote

- Meeresnah
- Aufnahme von Kindern 1-13 Jahre
- Gesunde Ernährung: Diät- und Ernährungsberatung, Sonderkostformen
- Therapeutische Intensivgruppen für Frauen, wie z.B. Stress-/ Zeitmanagement, Resilienztraining zur Selbststärkung, Familien-/ Lebensberatung, Motivation und Selbstwertstärkung
- Medienprävention
- Soziales Kompetenztraining
- Hausaufgabenbetreuung



Nordseestraße 100
25761 Büsum

Tel.: 04834 9511-0
Fax: 04834 9511-77

nordseeklinik-erlengrund@aw-kur.de
www.aw-kur.de/nordseeklinik-erlengrund

Kurtermine

17.01.—07.02.2023

05.09.—26.09.2023

07.02.—28.02.2023

26.09.—17.10.2023

28.02.—21.03.2023

17.10.—07.11.2023

21.03.—11.04.2023

07.11.—28.11.2023

11.04.—02.05.2023

28.11.—19.12.2023

02.05.—23.05.2023

27.12.2023—16.01.2024

23.05.—13.06.2023

13.06.—04.07.2023

04.07.—25.07.2023

25.07.—15.08.2023

15.08.—05.09.2023





Kurhaus Baltic

Vorsorgeklinik für Mütter, Väter und Kinder in Großenbrode

Die Mutter-/Vater-Kind-Kurklinik Baltic liegt am Ortsrand von Großenbrode, umgeben von Grünanlagen und nur ca. 300 Meter vom Naturstrand der Ostsee entfernt. Es herrscht ein mildes Reizklima mit sehr sonnigen, kalten Wintern. Der Herbst hat mit seinen milden Temperaturen bis Anfang Dezember eine allergenarme und aerosolhaltige Luft.

Ein Ziel unserer zertifizierten Vorsorgemaßnahmen ist es, unter fachkundiger Betreuung eine medizinisch indizierte Ruhephase einzulegen, die es möglich macht, Erkrankungen außerhalb des Alltagstrotts gezielt und Erfolg versprechend zu behandeln.

Schwerpunkte / Angebote

- Schulbegleitender Unterricht, auch teilweise in den Oster- und Herbstferien
- Medienachtsamkeit
- Aufnahme von Kindern/Jugendlichen mit besonderem Betreuungsbedarf nach Prüfung durch die Klinik
- Aufnahme von Schwangeren (bei Beginn der Maßnahme max. 27. Schwangerschaftswoche)
- Kinder unter 3 Jahren
- Aufnahme von Familien (Mutter + Vater jeweils von Krankenkasse bewilligt)



Orthfeld
23775 Großenbrode

Tel.: 04367 995-291
Fax: 04367 995-299

kurhaus-baltic@aw-kur.de
www.aw-kur.de/kurhaus-baltic

Kurtermine

10./11.01.—31.01/01.02.2023

31.01/01.02.—21./22.02.2023

21./22.02.—14./15.03.2023

14./15.03.—04./05.04.2023

04./05.04.—25./26.04.2023

25./26.04.—16./17.05.2023

16./17.05.—06./07.06.2023

06./07.06.—27./28.06.2023

27./28.06.—18./19.07.2023

18./19.07.—08./09.08.2023

08./09.08.—29./30.08.2023

29./30.08.—19./20.09.2023

19./20.09.—10./11.10.2023

10./11.10.—31.10./01.11.2023

31.10/01.11.—21./22.11.2023

21./22.11.—12./13.12.2023





Kurzentrum Norderney

Vorsorge-/Rehabilitationsklinik für Mütter und Kinder

Die ostfriesische Insel Norderney liegt im Nationalpark "Niedersächsisches Wattenmeer". Sie bietet ein weltweit einmaliges Zusammenspiel von natürlichen Heilfaktoren. Die frische Meeresluft, das intensive Sonnenlicht, der kühlende Wind und der Meeresschlick stärken die Abwehrkräfte, sodass Sie und Ihre Kinder sich nach Abschluss der Kurmaßnahme deutlich gesünder fühlen werden.

Die Klinik liegt direkt hinter den Dünen an einem 12 km langen weißen Sandstrand und in der Nähe des Stadtkerns von Norderney.

Das heilende Reizklima der Nordsee, ein maritimes Inselflair und die malerische Dünenlandschaft schaffen ideale Voraussetzungen, damit Sie Ihre Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahme im Kurzentrum Norderney wirklich genießen können.

Schwerpunkte / Angebote

- Kindermaris-Insel, Märchentherapie und Meerespädagogik für Kinder
- Qi-Gong für Kinder
- Anti-Stress-Training für Kinder
- Schulungseinheit für Mütter und Kinder: Massagetechniken erlernen
- Highlight – Sportprogramme: Aqua-Fitness, Nordic-Walking, Zumba für Kinder und Mütter
- Kurse zur Selbstverteidigung
- Kreativtherapeutische Angebote für Kinder
- Ressourcen- und lösungsorientierte systemische Beratung



Benekestraße 26
26548 Norderney

Tel.: 04932 931-181
Fax: 04932 931-152

kurzentrum-norderney@aw-kur.de
www.aw-kur.de/kurzentrum-norderney

Kurtermine

24.01.—14.02.2023

12.09.—03.10.2023

14.02.—07.03.2023

03.10.—24.10.2023

07.03.—28.03.2023

24.10.—14.11.2023

28.03.—18.04.2023

14.11.—05.12.2023

18.04.—09.05.2023

12.12.2023—02.01.2024

09.05.—30.05.2023

30.05.—20.06.2023

20.06.—11.07.2023

11.07.—01.08.2023

01.08.—22.08.2023

22.08.—12.09.2023



Kur- und Gesundheitsberatungsstellen

AWO Kur- und Gesundheitsberatung Berlin

Frau Janett Röthig
Dunckerstraße 1a
10437 Berlin

Tel.: 030 40301410
Fax: 030 40056567

kurberatung-berlin@aw-kur.de



AWO Kur- und Gesundheitsberatung für pflegende Angehörige Winterberg

Frau Christiane Borgmann
Wernsdorfer Str. 44
59955 Winterberg

Tel.: 02981 899-9822
Fax: 02981 898-299

christiane.borgmann@aw-kur.de

AWO Kur- und Gesundheitsberatung Marl

Frau Regine Kleinfengels
Rappaportstraße 8
45768 Marl

Tel.: 0151 10870607
regine.kleinfengels@aw-kur.de



AWO Kur- und Gesundheitsberatung Kreis Unna

Frau Sabrina Linde
Unnaer Straße 29a
59174 Kamen

Tel.: 02307 9122-128
Fax: 02307 9122-119
sabrina.linde@aw-kur.de



Kur- und Präventionsberatung für Mütter, Väter und pflegende Angehörige

AWO Kur- und Gesundheitsberatung Dortmund

Frau Kristina Sadrinna
Kronenstraße 63—69
44139 Dortmund

Tel.: 0231 5483-332

Fax: 0231 5483-140

Kristina.sadrinna@aw-kur.de





Ein Unternehmen der
Arbeiterwohlfahrt
Bezirksverband
Westliches Westfalen e.V.

AW Kur und Erholungs GmbH

Kronenstraße 63—69

44139 Dortmund

0231-5483-249

service@aw-kur.de

www.aw-kur.de

