

Wir kümmern  
uns um Ihre  
Gesundheit.

+

# LOG- BUCH A-Z

[www.klinik-borkum.de](http://www.klinik-borkum.de)

Rehaklinik  
**Borkum**  
für Mutter - Vater - Kind



## Liebe Patientinnen und Patienten,

wir freuen uns, Sie in unserem Haus begrüßen zu dürfen und wünschen Ihnen einen angenehmen und erfolgreichen Kuraufenthalt.

Mit unserem Lesebuch möchten wir Ihnen die ersten Schritte in unserem Haus sowie auf unserer schönen Insel Borkum erleichtern.

Bitte zögern Sie nicht, uns Anregungen, Wünsche und Kritik mitzuteilen. Nur so können wir auf Ihre Wünsche reagieren und dazu beitragen, dass Sie sich bei uns wohl fühlen.

Im Namen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der  
Rehaklinik Borkum für Mutter-Vater-Kind

Sebastian Pleick

Klinikleiter

# BORKUM

## Optimale Bedingungen für Ihre Gesundheit

### Herzlich willkommen!

Ihr Aufenthalt bei uns ist für Sie eine Chance, Ihre Gesundheit wiederherzustellen, Kräfte für den Alltag zu sammeln und krankmachende Alltagsprobleme anders angehen zu lernen.

Mit unseren Fachkräften und den verschiedenen Angeboten möchten wir Ihnen dabei helfen, dass Ihr Aufenthalt ein voller Erfolg wird. Ihre eigene Aktivität, Ihr Tun und Lassen, sind mitentscheidend für diesen Erfolg.

Das Zusammenleben unterschiedlicher Menschen und Lebensstile kann durchaus Probleme mit sich bringen. Bitte bedenken Sie, dass jeder das Recht auf Achtung seiner Persönlichkeit hat und dass in unserer Gemeinschaft ein gewisses Maß an Toleranz notwendig ist.

In Ihrem und im Interesse aller anderen Patienten möchten wir Sie daher bitten, die Hinweise zu beachten, die das Zusammenleben in unserer Klinik erleichtern sollen, damit der Aufenthalt für alle Patient\*innen möglichst wenig durch Konflikte beeinträchtigt wird.

# BORKUM

## Der schönste Sandhaufen der Welt

Sie haben die Wahl: Ob am Strand, in den Dünen, in kleinen Wäldchen, an Süßwasserseen oder pittoresken Binnenweiden, dank des Hochseeklimas können Sie überall auf Borkum tief durchatmen, entspannen und das Beste für Ihre Gesundheit tun. Auf der Insel finden Sie alle Einrichtungen eines modernen Nordseeheilbades mit langer Kur-Tradition.

Die größte der sieben Ostfrisischen Inseln bietet auf rund 32 Quadratkilometern auch in der therapiefreien Zeit zahlreiche Freizeitangebote und Erkundungsmöglichkeiten. Sei es eine Teezeremonie, der Besuch des Leuchtturms, des Museums, des Aquariums oder eine Kutschfahrt. Weitere Möglichkeiten stellen wir Ihnen auch auf Seite 29 dieses Le-sebuches vor.

Nehmen Sie sich Zeit, Borkum zu erkunden, sich zu erholen und wieder neue Kraft zu tanken. „Auf Borkum ist alles anders“, heißt es nicht nur unter den Insulanern. Das Meer, der Strand, die Wanderwege. Pure Erholung für Sie und Ihre Kinder.

Bitte erkundigen Sie sich vor Ihren Entdeckungsreisen über das Notfall-Orientierungssystem auf Borkum: [www.nos-borkum.de](http://www.nos-borkum.de) Bei Absetzen eines Notrufs ist die Information, **dass und wo genau Sie auf Borkum sind**, sehr wichtig!



Quelle: Nordseeheilbad Borkum GmbH



Weitere Informationen finden Sie auf:  
[www.borkum.de](http://www.borkum.de)

### Tourist-Information Borkum

Georg-Schütte-Platz 5, 26757 Borkum

Telefon 04922 933 0 (Mo - Fr 08:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 17:00 Uhr)

Fax 04922 933 400

[info@borkum.de](mailto:info@borkum.de)

[www.borkum.de](http://www.borkum.de)

### Öffnungszeiten (wetterbedingte Änderungen vorbehalten):

An Karfreitag, Klasonn und Neujahr sind alle Einrichtungen der Tourist-Information geschlossen.

#### Counter (gegenüber des Bahnhofs):

April – Oktober:	Mo - Fr	10:00 – 17:00 Uhr
	Sa, So, Feiertage	10:00 – 13:00 Uhr
November – März:	Sa	10:00 – 12:00 Uhr

#### Neuer Leuchtturm

April – Oktober:	Mo, Di, Do, Fr	11:00 – 16:00 Uhr (letzter Einlass 15:30 Uhr)
	Sa, So, Feiertage	14:00 – 16:30 Uhr (letzter Einlass 16:00 Uhr)
November – März:	Mi, Sa, So	14:00 – 16:00 Uhr

## Die Rehaklinik Borkum

Mit den beiden  
Häusern Frisia ...

# Haus Frisia

- 4. OG** Patientenzimmer 502 – 506
- 3. OG** Patientenzimmer 401 – 415  
Konferenzraum 400 (ZSW)  
Teeküche 417 (ZSW hinteres Treppenhaus)
- 2. OG** Patientenzimmer 302 – 315  
Entspannungsraum 300 (ZSW)  
Personalpausenraum 317 (ZSW, hinteres Treppenhaus)
- 1. OG** Patientenzimmer 201 – 215  
Kreativraum 200 (ZSW)  
Teeküche 217 (ZSW hinteres Treppenhaus)
- EG** Verwaltung  
Aufenthaltsraum mit Getränkeautomaten  
Büro Psychosozialer Dienst  
Speisesaal  
Kaminzimmer (nur für Mütter)  
Spielzimmer  
Großer Aufenthaltsraum  
Nachtbereitschaftszimmer  
Büro Klinikleitung
- UG** **Treppenaufgang beim Haupteingang:**  
Versorgung/Küche  
Buggy-Abstellfläche, Bollerwagen  
Bewegungsraum  
Ausgang Hof, „Sandschleuse“  
Zugang zum Kinderhaus  
Patientenwaschmaschinen  
**Zugang über EG, hinterer Treppenaufgang:**  
Relax-Sessel, Schwimmbad, Sauna

# Haus Leuchtfleur

- 3. OG** Patientenzimmer 801 – 812  
Friesenstube 3 (Aufenthaltsraum)  
Hauswirtschaftsraum Patient\*innen
- 2. OG** Patientenzimmer 701 – 713  
Friesenstube 2 (Aufenthaltsraum)  
Hauswirtschaftsraum Patient\*innen
- 1. OG** Patientenzimmer 601 – 608  
Seeblick I und Seeblick II  
Hauswirtschaftsraum Patient\*innen
- Außen-Bereich** Patientenzimmer 609 – 612  
Sandspielzeugverleih, Bollerwagen,  
Kicker, Kletterturm
- EG** **Medizinischer Dienst**  
Arzt- und Schwesternzimmer  
Borkumstube (Aufenthaltsraum mit  
Getränkeautomaten)  
Büro Psychosozialer Dienst  
Speisesaal  
Kinderbetreuung Gruppenräume:
  - Dünenzwerge
  - Inselkäfer
  - StrandpiratenKreativraum
- UG** Seminarraum  
Relax-Sessel  
Patientenwaschmaschinen

Die Rehaklinik  
Borkum  
... und Leuchtfleur.



## Herzlich willkommen in unserer Rehaklinik und auf unserer schönen Nordseeinsel!

Gesundheit ist nicht nur das Fehlen von Krankheit, sondern das vollkommene körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden. Möge dieses Credo zum Leitbild Ihres Aufenthaltes werden. Unsere Insel bietet ganzjährig die idealen Bedingungen, kleine Abenteuer für sich alleine, als Familie oder in Kleingruppen zu erleben. Mit unseren Therapeutischen Angeboten möchten wir einen steten Wechsel zwischen aktiven Bewegungselementen und Entspannung herbeiführen und in den Seminaren gemeinsam nach Lösungsstrategien für die alltäglichen Herausforderungen suchen.

Als Teil des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes sind uns wechselseitiger Respekt und Wertschätzung besonders wichtig und sollen den Ablauf und die Strukturen in unserem Haus prägen. Insofern wünschen wir einen angenehmen Aufenthalt.

Ich verbleibe mit herzlichen Grüßen

Ihr  
Sebastian Pleick  
Klinikleiter

# Haus Frisia: Wichtige Telefonnummern

Vorwahl Borkum 04922

## Medizinischer Bereich (im Haus Leuchttfeuer)

Schwesternzimmer (306) 112  
Notrufnummer (0) 112

## Gemeinschaftsräume

Aufenthaltsraum Eingangsbereich (306) 188  
Kaminzimmer (306) 101  
Spielzimmer/Gr. Aufenthaltsraum (306) 104  
Teeküche, 1. Etage (306) 217  
Teeküche, 3. Etage (306) 417  
Kreativraum, Zwischenstock 2 (306) 200  
Entspannungsraum, Zwischenstock 3 (306) 300  
Konferenzraum, Zwischenstock 4 (306) 400  
Bewegungsraum, UG (306) 513  
Therapiebecken/Sauna, UG (306) 123

## Kinderbetreuung

Dünenzwerge (306) 511  
Inselkäfer (306) 510  
Strandpiraten (306) 512

(306) gilt nur bei Einwahl über ein externes Telefon. Den medizinischen Bereich erreichen Sie über die Anschlüsse des Hauses mit der Direktwahl 112.



**Bitte beachten!**  
Unser medizinischer  
**NOTDIENST** ist 24  
Stunden über Tel.  
**112** erreichbar.

# Haus Leuchfeuer: Wichtige Telefonnummern

Vorwahl Borkum 04922  
Medizinischer Dienst (306) 900

## Medizinischer Bereich

Schwesternzimmer (306) 112  
Notrufnummer, intern 112 (vom Haustelefon)

## Notruf (bundesweit)

Notrufnummer 0 112 (vom Haustelefon)  
Notrufnummer 112 (von privaten Telefonen)

Bei externem Notruf nennen Sie die "Nordseeinsel Borkum" als Standort.

## Gemeinschaftsräume

Friesenstube 2, 2. Etage (306) 720  
Friesenstube 3, 3. Etage (306) 820  
Seeblick I, 1. Etage (306) 621  
Seeblick II, 1. Etage (306) 620

## Kinderbetreuung

Dünenzwerge (306) 911, 912  
Inselkäfer (306) 906  
Strandpiraten (306) 908  
Fritz Haus (306) 900

(306) gilt nur bei Einwahl über ein externes Telefon. Den medizinischen Bereich erreichen Sie über die Anschlüsse des Hauses mit der Direktwahl 112.

# Erste Informationen

## Öffnungszeiten Verwaltung Haus Frisia:

Mo, Di, Mi 08:30 – 12:00 Uhr  
14:00 – 15:00 Uhr  
Do nur mit Termin  
Fr 08:30 Uhr – 12:00 Uhr  
(außer an Feiertagen)



Die **Verwaltung** finden Sie im Haus Frisia, am Haupteingang die erste Türe rechts. Hier können Sie Ihre Eigenanteile bezahlen (mit Termin), Aufenthaltsbescheinigungen erhalten, das Internet freischalten oder einfach bei offenen Fragen vorbeikommen.

## Öffnungszeiten Medizinischer Dienst Haus Leuchfeuer:

Mo - Fr 08:30 – 12:00 Uhr  
13:00 – 18:00 Uhr

Abends und an den Wochenenden melden Sie sich bitte erst telefonisch (vom Haustelefon 112, von extern 306 112).

Sollten Sie einen Arzttermin benötigen, melden Sie sich bitte beim Medizinischen Dienst (112). Ein Aushang informiert Sie dort über den aktuellen Notdienst.

## Zur Orientierung

Damit Sie in wenigen Minuten von einem Haus zum anderen zu gelangen, finden Sie eine **Karte** auf S. 20 – 21.



**Bitte beachten!**  
Unser medizinischer  
**NOTDIENST** ist 24  
Stunden über Tel.  
**112** erreichbar.

# Borkum von A bis Z



## Aufenthaltsräume (Haus Frisia)

Nach Betreten des Hauses durch den vorderen Eingang finden Sie unseren **Aufenthaltsraum** durch die erste Türe links. Dieser Aufenthaltsraum steht für all unsere Patientinnen zur Verfügung.

Hier steht Ihnen zu kostenfreien Selbstversorgung ein **Wasserautomat** zur Verfügung. Er versetzt auf Wunsch Leitungswasser mit oder ohne Kühlung mit Sprudel. Alternativ befüllen Sie Trinkflaschen bitte auf dem Zimmer oder in den Patientenküchen.

Am **Kaffeeautomaten** erhalten Sie kostenfrei heißes Wasser für die Teestation. Die kostenpflichtigen Kaffeespezialitäten stehen gegen Aufpreis (50 Cent bis 1 €) zur Verfügung. Den zur Zahlung notwendigen Kaffeechip erhalten Sie auf Wunsch in der Verwaltung. Das Pfand erhalten Sie bei Rückgabe zurück, aufgeladene Beträge können nicht ausbezahlt werden.

Das **Kaminzimmer** ist ein Rückzugsraum **nur für Mütter**, OHNE Kinder.

In den **Teeküchen** im 2. und 4. Stock (ZSW) befinden sich kleine Küchenzeilen mit Zweiplattenherd zur Zubereitung warmer Getränke (mit Zimmerschlüssel bzw. Zeitschaltuhr zu entsichern), Mikrowelle und Spülmöglichkeit. **Bitte lagern Sie hier keine Medikamente oder Speisen!** Bitte achten Sie auf die Ruhezeiten und nehmen Sie Rücksicht auf Ihre Mitpatientinnen.

## Aufenthaltsräume (Haus Leuchfeuer)

Nach Betreten des Hauses durch den vorderen Eingang finden Sie unsere **Borkumstube** auf der rechten Seite. Hier steht Ihnen zu kostenfreien Selbstversorgung ein Wasserautomat zur Verfügung.

Am **Kaffeeautomaten** erhalten Sie kostenfrei heißes Wasser für die Teestation. Die kostenpflichtigen Kaffeespezialitäten stehen gegen Aufpreis (50 Cent bis 1 €) zur Verfügung. Den zur Zahlung notwendigen Kaffeechip erhalten Sie auf Wunsch in der Verwaltung. Das Pfand erhalten Sie bei Rückgabe zurück, aufgeladene Beträge können nicht ausbezahlt werden.

**Bitte achten Sie darauf, dass die Borkumstube ab 20.00 Uhr ausschließlich Erwachsenen zur Verfügung steht.**

In den **Friesenstuben** im 2. und 3. OG befinden sich kleine Küchenzeilen mit Zweiplattenherd (Sicherung mit Zimmerschlüssel bzw. Zeitschaltuhr entsichern), Mikrowelle, Kühlschrank und Spülmöglichkeit. **Bitte keine Medikamente in diesem Kühlschrank aufbewahren!** Bitte halten Sie die Ruhezeiten ein und nehmen Sie Rücksicht auf die anderen Gäste.

## Aufnahmegespräch Medizin

Zu Beginn Ihres Aufenthalts findet im Medizinischen Dienst ein Aufnahmegespräch statt. Den Termin entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan.

**Bitte finden Sie sich 10 Minuten vor dem Termin im Medizinischen Dienst ein.**

## Arzttermin/ Akutprechstunde

Montags bis freitags ab 9:15 Uhr. Bitte melden Sie sich ab 8:30 Uhr bei der diensthabenden Schwester telefonisch an.

## Aufzug

Danke, dass Ihre Kinder **unter 6 Jahren** unsere Aufzüge nur in Begleitung eines Erwachsenen benutzen.



## Babyphone

Wenn Sie eine Umleitung auf ein hausinternes Gerät veranlassen, können Sie für die Dauer eines Seminars sicherstellen, dass Sie per Babyphone einen Anruf auf dem hausinternen Apparat erhalten (das Gerät zeigt bei Anruf die Zimmernummer an). Bitte stellen Sie das aktivierte Mobiltelefon dann etwa 1 Meter von Ihrem Kind entfernt auf. Wenn Sie die Babyphone-Funktion mit Umleitung auf Ihr Mobiltelefon (extern) nutzen, stellen Sie bitte Ihre Erreichbarkeit sicher. Eine Anleitung dazu finden Sie auf Seite 28.

## Bollerwagen

Finden Sie vor dem Durchgang zum Kinderhaus und dürfen gerne ausgeliehen werden. Nehmen Sie bitte eine Wolldecke mit! Stellen Sie den Bollerwagen bitte „aufgeräumt“ wieder in den Gang zurück.

**Die Nutzung der Bollerwagen erfolgt auf eigene Gefahr**

## Briefkästen

Wir haben im Eingangsbereich zwei Briefkästen für Sie angebracht. Bitte nutzen Sie diese für **Rückmeldungen** während Ihres Aufenthaltes. Unser Ziel ist, dass Sie einen unbeschwerten Aufenthalt in unserem Haus haben. Das Haus oder Ihren Aufenthalt betreffende Anregungen, Wünsche sowie Rückmeldungen zu aufgetretenen Schwierigkeiten nehmen wir ernst und auf diesem Weg gerne entgegen. So können wir direkt reagieren.



## Fahrräder

Kindersitze, Anhänger etc. können Sie sich an zahlreichen Stellen auf Borkum ausleihen und vor unseren Häusern an den Fahrradständern abstellen. Bitte sichern Sie Ihr Rad mit einem Fahrradschloss.

## Freizeitangebote

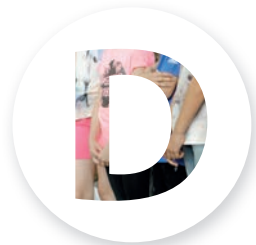
Im Verlauf Ihrer Kurmaßnahme haben Sie die Gelegenheit an Freizeitangeboten der Kurverwaltung und privaten oder kommerziellen Veranstaltern teilzunehmen. Aktuelle Informationen entnehmen Sie bitte den Aushängen an den Infotafeln im Erdgeschoss und/oder der Touristeninformation gegenüber dem Bahnhof.

## Fundsachen

Wir bewahren Fundsachen drei Wochen für Sie auf. Bitte hängen Sie bei Verlust eines Gegenstandes (Trinkflasche, Spielzeug, Kleidung o.ä.) zunächst einen Zettel am schwarzen Brett aus und kontaktieren Sie bitte außerdem unser Personal der Hauswirtschaft. Sollten Sie selbst einen verlorenen Gegenstand finden, geben Sie es bitte bei unserem Personal ab.

## Desinfektionsspender

Desinfektionsspender befinden sich im Foyer, im Speiseraum, sowie in allen öffentlichen Bereichen.



## Im Falle eines Feueralarms bewahren Sie bitte Ruhe!

1. Verlassen Sie bitte sofort das Haus
2. Markieren Sie bitte Ihre Zimmertür von außen mit einem Handtuch o.ä. an der Türklinke und schließen die Tür (wir wissen dann, dass Sie nicht mehr im Appartement sind!)
3. Informieren Sie ggf. Ihre\*n Nachbar\*in und leisten Sie, wenn notwendig, Hilfe
4. Folgen Sie den gekennzeichneten Fluchtwegen. **Benutzen Sie auf keinen Fall die Aufzüge!**
5. Begeben Sie sich bitte schnellstmöglich zum Sammelpunkt:

**Sammelpunkt 1 (Haus Frisia):** vor dem Haupteingang, gegenüber auf der Wiese zum Fritzhaus

**Sammelpunkt 2 (Haus Frisia):** vor dem Hoftor am Spielplatz im Hof

**Sammelpunkt (Haus Leuchfeuer):** rechts am Haus, zwischen Haus „Helena am Meer“ und den Fahrradständern am Haus Leuchfeuer

**Den Anweisungen unseres Personals, das Sie an den Rettungswesten erkennen können, ist Folge zu leisten!**

Zu Beginn Ihres Aufenthaltes laufen Sie bitte den Weg zu den Notausgängen mit Ihrem Kind / Ihren Kindern ab.

## Fluchtwege

**Bitte halten Sie die Flure von allen Gegenständen frei!** Flure sind Fluchtwege und dürfen nicht zugestellt werden, seien es Schuhe, Koffer oder Kinderwägen.



## Handy

Bitte nehmen Sie Ihr Handy nicht mit zu den Anwendungen oder schalten Sie es vor Beginn aus. Sollte ein Notfall dies erfordern, erreicht unser Personal Sie während der Anwendungszeiten über das Haustelefon im jeweiligen Raum. Während den Mahlzeiten bitten wir Sie auf Ihr Handy zu verzichten. Aus Ihrem Zimmer können Sie kostenfrei in alle Netze anrufen.

## Haustür

**Die Eingangstüren werden gegen 20:30 Uhr geschlossen.** Bitte nehmen Sie immer Ihren Zimmerschlüssel mit und denken Sie an die Regelung zum abendlichen Ausgang.



## Haustechnik

Bei technischen Problemen und Reparaturen hilft Ihnen unser Team der Haustechnik. Das **Hausmeisterbuch** zum Eintragen notwendiger Reparaturen finden Sie in der Verwaltung (Haus Frisia) beziehungsweise auf dem Tresen des Medizinischen Dienstes (Haus Leuchtfleur). Präsenzzeiten unserer Haus-techniker:

Mo - Do            07:00 – 16:00 Uhr  
Fr                    07:00 – 13:00 Uhr

## Housekeeping



Bei Fragen, Problemen und Anmerkungen sprechen Sie bitte unsere Mitarbeiter\*innen direkt an.

### Zimmerreinigung:

Die Vollreinigung Ihres Zimmers erfolgt zweimal wöchentlich bis 13 Uhr. Unser Personal reinigt ausschließlich frei geräumte Flächen. Ein Aufräumen Ihrer persönlichen Gegenstände auf Tischen, Abstellflächen oder dem Boden ist unserem Personal nicht gestattet. Die Bettwäsche wechseln Sie selbst (auf Ihrer Etage im Flur finden Sie frische Bettwäsche im Schrank). Sie unterstützen unser Housekeeping, wenn Sie am Tag Ihrer Abreise die Betten abziehen.

### Handtuchwechsel:

Wir wechseln ihre Handtücher zwei Mal wöchentlich (Mo und Do bzw. Di und Fr).  
16

Sollten Sie über den regulären Handtuchwechsel hinaus neue Handtücher wünschen, sprechen Sie unser Reinigungspersonal bitte persönlich darauf an.



## Internet

**Kostenfreie Hotspots** befinden sich im Bereich des Musikpavillons an der unteren Promenade, am Aquarium, an der Kulturinsel, am Gezeitenland, an der Tourist-Info, am Bahnhof, auf dem Boule Platz und an den Stadtwerken. Nutzen Sie hierfür die WLAN-Verbindung „Borkum“. Im Haus ist die WLAN Nutzung gegen eine Gebühr von 5 Euro pro Woche oder 10 Euro für 3 Wochen möglich.



## Kinderbetreuung

Mo, Di, Do, Fr: 8:15 – 16:30 Uhr  
Mittwochs und an den Wochenenden findet keine Kinderbetreuung statt. Am Mitt-

woch dient die Familienzeit "MeerZeit" der Förderung der Eltern-Kind-Interaktion. Die Wochenenden stehen Ihnen zum Beispiel für ganztägige Ausflüge alleine oder in selbstorganisierten Gruppen zur Verfügung.

### Hausaufgabenbetreuung:

Mo, Di, Do, Fr: 8:30 – 9:30 Uhr

Diese Zeit dient der durch eine Aufsicht betreuten Anfertigung der Hausaufgaben, nicht dem Erlernen neuer Inhalte.

## Kinderwagen

Buggys und Kinderwagen stellen Sie bitte in den Abstellraum im Durchgang zum Kinderhaus ab. Bitte nehmen Sie alle Wertsachen mit auf Ihr Zimmer.

**Aus Sicherheitsgründen dürfen Kinderwagen & Buggys nicht in den Fluren, Etagen oder im Foyer abgestellt werden. Hier müssen die Fluchtwege freigehalten werden!**

## Kleine Helfer

Bettwäsche, Müllsäcke, Toilettenpapier, sowie Putzutensilien (Besen und Kehrblech) finden Sie im Hauswirtschaftsraum auf Ihrer Etage. Für die schmutzige Wäsche stehen dafür vorgesehene Abwurfwagen bereit.

**Danke, dass Sie unsere hauseigenen Handtücher in der Klinik belassen! Für den Strand gibt es eine tolle Auswahl in den Geschäften an der Promenade.**

## Krankheit

Bei Erkrankungen während Ihres Aufenthaltes werden Sie ärztlich bei uns im Haus betreut. Bitte wenden Sie sich bei ersten Krankheitsanzeichen (z.B. Übelkeit, Erbrechen, Fieber etc.) **unverzüglich telefonisch** beim Medizinischen Dienst **(306) 112**.

Wenn zum Schutz Ihrer Mitpatient\*innen vor Ansteckung eine vorübergehende **Isolation** (z.B. 24h) ausgesprochen wird, kümmern wir uns umgehend auch um Ihre Speisversorgung: Gehen Sie nicht in den Speisesaal.

**Für die Dauer einer Isolation ist der Aufenthalt in den allgemein genutzten Räumlichkeiten, insbesondere im Speisesaal sowie in den Teeküchen, verboten. Helfen Sie im Interesse Aller eine Ausbreitung der Erkrankung in der Klinik zu verhindern.**

## Krankheit des Kindes

Bei **allen akuten Symptomen** (z.B. Fieber ab 38,0°C, Trockener Husten oder Störungen des Geschmacks- oder Geruchssinns) kontaktieren Sie bitte **unverzüglich telefonisch** den Medizinischen Dienst **(306) 112**. Dieser entscheidet über das weitere Vorgehen und darüber, ob Ihr Kind an der **Kinderbetreuung** teilnehmen darf.

Schnupfen ohne weitere Krankheitszeichen ist, genauso wie leichter oder gelegentlicher Husten bzw. Halskratzen, kein Grund zum Ausschluss des Kindes aus der Kinderbetreuung. Auch Symptome einer bekannten chronischen Erkrankung sind nicht relevant.

**Gesunde Geschwisterkinder**, die keinen Isolationsauflagen durch die Klinik unterliegen, dürfen die Kinderbetreuung uneingeschränkt besuchen.

**Es ist nicht gestattet, offene Speisen und Geschirr mit dem Tablett aufs Zimmer zu holen oder anderen Personen auf diese Weise Speisen zu bringen.**

Wenn Sie in der Isolation sind, erhalten Sie das Speisenangebot und die gewählten Getränke **durch den Medizinischen Dienst**. Dieser veranlasst ggf. die Abholung einer **blauen Hygienebox** im Service.

**Bitte beauftragen Sie keine Dritten oder Kinder mit der Speisenversorgung.**



## Mahlzeiten

Die aktuellen Speisezeiten entnehmen Sie bitte den Aushängen am Eingang zum Speisesaal. Ihre Kinder ab 3 Jahren essen bei uns in der Kindergruppe. Unsere Speisepläne werden nach Richtlinie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung erstellt.

Für Rücksprachen zu notwendigen Anpassungen des Speiseangebotes auf eine bestehende **Nahrungsmittelunverträglichkeit oder allergische Reaktionen auf Lebensmittel** steht Ihnen zu Anfang Ihres Aufenthaltes ein Gesprächstermin mit unserem Küchenpersonal zur Verfügung. Dieser ist **kein Pflichttermin**. Er ist als solcher wahrzunehmen, wenn eine bekannte Nahrungsmittelunverträglichkeit vorliegt und aufgrunddessen eine Anpassung der Speisenangebote (sog. "Sonderkost") notwendig ist.

Sie können sich zu den Mahlzeiten Ihre Trinkwasserflaschen mitbringen und an unserem Wasserautomaten auffüllen. Der Wasserautomat versetzt Leitungswasser mit Sprudel (optional gekühlt). Das Leitungswasser auf Borkum hat eine sehr gute Trinkwasserqualität.



## Leitbild

Das Leitbild der Kur + Reha GmbH ist für sie im Eingangsbereich ausgehängt.

## Medikamentenkühlschrank

**Medikamente lagern** wir bei Bedarf gerne im Medikamentenkühlschrank im Medizinischen Bereich. Bitte vereinbaren Sie die Lagerung und tägliche Dosis mit dem Medizinischen Dienst. Unser medizinisches Personal pendelt regelmäßig zwischen den Häusern.

**Eine Lagerung von Medikamenten in anderen Bereichen ist nicht möglich!**

## Mülltrennung

Umweltschutz ist uns wichtig. Falls Sie größere Mengen Müll wegbringen möchten, finden Sie am Hofausgang Müllcontainer für Papier (grün), Kunststoff (gelb) und Restmüll (grau). Verschmutzte Windeln gehören in den Restmüll (graue Tonne) im Hof.

## Müttergenesungswerk

Unser Haus ist eine vom Müttergenesungswerk anerkannte Einrichtung und entspricht den MGW Qualitätskriterien.

Mit Gründung der Elly Heuss-Knapp-Stiftung im Jan. 1959 vertritt das MGW die Interessen der Mütter, indem es krankmachende Lebensbedingungen von Müttern öffentlich macht und diese im politischen Raum thematisiert. Das MGW bietet in wohnortnahen Beratungs- und Vermittlungsstellen gezielte Beratungen zum therapeutischen Konzept der ausgewählten Einrichtung an. Darüber

hinaus unterstützt das MGW auch hilfebedürftige Mütter während der Vorsorgemaßnahme. Sollten die Mütter nach der Maßnahme weitere Unterstützung benötigen, ist es dem MGW ein Anliegen entsprechende Nachsorge zu veranlassen.

## Muscheln

Gehören – ohne Frage – zu Borkum. Im Zusammenhang damit haben wir jedoch ein dringendes Anliegen: **Bitte waschen Sie die Muscheln unten am Meer** und spülen Sie sie im Haus nur noch nach. Unnötigerweise verstopft der Sand und Muschelreste immer wieder die Abflüsse der Becken und Duschen. Das ist für Sie und unser Personal gleichermaßen unangenehm.



## Nachtbereitschaft

Auch bei nächtlichen **Notfällen** erreichen Sie unsere Nachtbereitschaft im Medizinischen Dienst unter der internen **Durchwahlnummer 112**. Vom externen Telefon unter der 04922 / 306 112.



- V** Verwaltung
- M** Medizinischer Dienst



# Nordstrand

## Notruf auf Borkum

Bitte machen sie sich mit dem auf Borkum besonderen Notfall-Orientierungs-System vertraut. Zur Orientierung außerhalb des Ortskerns wurden Geh- und Fahrradwege kartografiert und Metallplatten mit "SOS-Nr." an markanten Wegmarken angebracht, am Strand beispielsweise im Abstand von je 500 Metern an blauen Säulen in Düennähe und an Sitzbänken). Sollten Sie einmal den bundesweiten Notruf 112 tätigen müssen, geben Sie die Nordseeinsel Borkum als Ihren Standort durch und nennen die nächstliegende SOS-Nr. Weitere Informationen finden Sie unter [www.borkum-stiftung.de](http://www.borkum-stiftung.de)

A large, stylized letter 'P' in a light blue color, set against a white circular background with a soft shadow.

## Parken

Am Tag der An- und Abreise können Sie mit dem Auto zum Aus- bzw. Einladen vorfahren. Danach müssen Sie das Fahrzeug umgehend auf einem der öffentlichen Parkplätze (z.B. „Am Oppermanns Pad“) abstellen. Der Borkumer Ortskern darf saisonbedingt **nicht** mit dem PKW befahren werden.

## Post/Postadresse

Ihre **Ausgangspost** können Sie gerne in der Verwaltung zu den Öffnungszeiten abgeben. Eingehende Post erreicht die Insel um die Mittagszeit. Pakete und Päckchen erreichen uns bedingt durch die Inselwege mitunter mit Verzögerung. Manchmal wird eine Endlieferung an den Empfänger angezeigt, obwohl das Päckchen erst einem Transporteur (Flugdienst, Fähre) übergeben wurden. Gedulden Sie sich in diesem Fall bitte noch ein bis zwei Tage. **Unsere Hausanschrift: Bubertstraße 5-7, 26757 Borkum**

## Postfächer

**Interne Post**, das heißt Informationen des Hauses oder Ihrer Therapeut\*innen, finden Sie ebenso wie Ihre persönliche Post in Ihren Postfächern. Im **Haus Frisia** sind sie im Gang zum Speisesaal. Im **Haus Leuchtfeuer** sind sie gegenüber des Medizinischen Dienstes. Aus hygienischen Gründen bitten wir Sie, keine Lebensmittel in den Fächern aufzubewahren.



## Rauchen

Im Klinikgebäude und auf dem gesamten Klinikgelände herrscht **absolutes Rauchverbot**. In der Touristeninformation (Öffnungszeiten siehe Seite 5) können Sie einen kostenlosen **Strandaschenbecher** oder für 1,50 Euro kleine Metall Dosen mit einem Borkum-Aufdruck als **Taschenaschenbecher** erwerben: Schützen Sie damit aktiv unsere Umwelt vor Mikroplastik und Giftstoffen. Zigarettenfilter bestehen aus Kunststoff. Sie sind das weltweit am häufigsten und meist direkt in die Natur geschnipste Abfallprodukt. Ihre Zersetzung wird in Salzwasser verlangsamt und kann dadurch mehrere hundert Jahre dauern.

## Relax-Sessel

Den Entspannungssessel können Sie zu Ihren Anwendungszeiten eigenständig betätigen. Wählen Sie eines der beiden Programme (24 oder 25). Jedes Programm dauert 20 Minuten. Um das Programm abzurechnen, drücken Sie die Raute-Taste. Den Not-Aus-Knopf finden Sie auf der rechten Seite. Zur Einführung in die Nutzung hängt eine Anleitung aus.

## Ruhezeiten

Die **Mittagsruhe** ist **von 13 bis 15 Uhr** und gilt im Haus wie auf dem Außengelände.

**Abendruhe: ab 20:00 Uhr**

Danke, dass Sie auf den Fluren leise sind und unsere jüngsten Gäste in Ruhe schlafen können. Die Eingangstüren werden zu Ihrer Sicherheit **ab 20:30 Uhr verschlossen**. Sie lassen sich mit Ihrem Zimmerschlüssel öffnen und abschließen.

**Nachtruhe: ab 22:00 Uhr**

Ab jetzt sollte es im ganzen Haus still und auch die größeren Kinder auf ihren Zimmern sein. Und sollte es neben Ihrem Zimmer doch mal etwas geräuschvoller zugehen, wenden Sie sich bitte an den Bereitschaftsdienst.

A large, stylized letter 'S' in a light blue color, set against a white circular background with a soft shadow.

## Sand

Strandsand gehört zu Borkum – **aber nicht ins Haus! Daher:** Säubern Sie bitte immer Schuhe und Kinderwagen vor Betreten des Hauses. Handfeger und Fußabtritte finden Sie im vorderen und hinteren Eingangsbereich. Wenn Sie mit Buggy oder Kinderwagen unterwegs waren, benutzen Sie bitte ausschließlich den Hofeingang.

## Schwimmbad



Bitte beachten Sie bei der Nutzung des Schwimmbades die Badeordnung auf Seite 30.

## Strandgut

... sammeln gehört zu einem Borkumaufenthalt unbedingt dazu. Bedenken Sie aber bitte, dass Krebse, Seesterne o.ä. Lebewesen sind, die in den Hosentaschen Ihrer Kinder zu verwasen beginnen. Bitte nehmen Sie im eigenen und im Interesse Ihrer Mitpatientinnen diese „Errungenschaften“ nicht mit auf Ihr Zimmer.

## Steckdosen

Die Steckdosen sind im kompletten Haus mit nicht sichtbarem integriertem Kinderschutz vorschriftsmäßig gesichert.

## Strom / Licht

Um die Umwelt und Ressourcen zu schonen schalten Sie bitte beim Verlassen Ihres Zimmers alle Licht- und Stromquellen aus.



## Therapiebecken und Sauna (Haus Frisia)

**Das Schwimmbecken** im Haus Frisia steht außerhalb der Therapiezeiten zur Verfügung. Die Zeiten entnehmen Sie bitte den Aushängen.

Am **Dienstag, Freitag und Sonntag** steht das Schwimmbecken den Gästen des Hauses Frisia und am **Montag, Donnerstag und Samstag** unseren Gästen des Hauses Leuchtfleur zur Verfügung. Die Badeordnung finden Sie auf Seite 30. **Den Schlüssel für das Therapiebecken erhalten Sie vom Medizinischen Dienst (Haus Leuchtfleur).**

**Die Sauna** schalten Sie vor Verwendung selbst ein. Das Bedienelement befindet sich rechts an der Wand. Drücken Sie die drei Knöpfe, um die gewünschte Temperatur einzustellen. **Schalten Sie bitte nach Verlassen der Sauna die Anlage aus.**

## Therapieplan

Bitte finden Sie sich 3–5 Minuten vor Beginn Ihrer Anwendung im Wartebereich ein. Bitte schalten Sie Ihr Handy für die Dauer der

Anwendung aus. Die Anwendungen der Erwachsenen finden grundsätzlich ohne Kinder statt.

Der erste Therapieplan liegt nach Ankunft in Ihrem Appartement für Sie bereit. Die jeweils neuen Pläne erhalten Sie in einem geschlossenen Umschlag über Ihr Postfach.

## Teeküchen

Im hinteren Gebäudeteil befindet sich auf der 1. und der 3. Zwischentage jeweils eine kleine Teeküche. **Kinder dürfen diese Räume nicht alleine nutzen.** Es gibt einen Zweiplattenherd zur Zubereitung warmer Getränke (vor Benutzung Zeitschaltuhr starten), eine Mikrowelle und eine Spülmöglichkeit. **Bitte bewahren Sie keine Medikamente oder Speisen in der Teeküche auf.**



## Verordnete Therapien / Anwendungen

Beim Aufnahmegespräch erhalten Sie indikationsbezogenen Anwendungen. Die Termine für diese Anwendungen werden zu

einem **Therapieplan** zusammengestellt. Bitte kommen Sie zu den Anwendungen **ohne Ihre Kinder. Ein Tausch oder Wechsel der verordneten Therapien ist prinzipiell nur im Zwischengespräch mit Ihrem Arzt möglich.**

Sollten Sie aus medizinischen Gründen an einer Therapie/Verordnung nicht teilnehmen können, melden Sie sich bitte beim Medizinischen Dienst. Hier bekommen Sie einen Arzttermin, um dies zu besprechen.

## Verbandskasten

**Erste Hilfe** erhalten Sie rund um die Uhr unter **Tel. 112**. Bei kleinen Verletzungen können Sie sich selbstverständlich auch aus den im Haus vorhandenen Verbandskästen bedienen.

## Verlängerung

Eine Verlängerung der Vorsorge- bzw. Rehabilitationsmaßnahme ist nach medizinischer Notwendigkeit möglich. Dies ist in der Regel mit einem Zimmerwechsel verbunden. Voraussetzung ist weiterhin die Genehmigung ihrer Krankenkasse (oder anderer Kostenträger) sowie eine entsprechende Zimmerkapazität im Hause.



## Waschen

**Die Waschzeiten sind 06:00 Uhr bis 22:00 Uhr. Bitte lassen Sie nach 22:00 Uhr keine Wäsche mehr in den Maschinen oder Trocknern.** Die Maschinen werden von der Nachtbereitschaft ausgeschaltet. Sie können sie mit Münzen oder auch bargeldlos über ein Kartensystem bedienen. Ein allergikerfreundliches Waschmittel ist vorhanden. Sie können sie mit Coins - nicht mit Münzgeld - oder bargeldlos über ein Kartensystem bedienen. Ihre Geldkarte muss für die bargeldlose Bezahlungsfunktion bei Ihrem Kartenanbieter freigeschaltet sein. Bitte prüfen Sie dies vor Inbetriebnahme. Die Coins erhalten Sie in der Verwaltung. Bei Bedarf eines allergikergereinigten Waschmittels kontaktieren Sie bitte unsere Hausdame Frau Szoltaniak (Hauswirtschaft). Prüfen Sie bitte **vor** der Verwendung einer Maschine, ob der Filter gereinigt wurde – falls dies nicht der Fall ist, stellen Sie bitte die Reinigung des Filters sicher.

**Bitte holen Sie Ihre Wäsche nach dem angegebenen Waschzeitraum zeitnah aus den Maschinen. Entnehmen Sie bitte ausschließlich Ihre eigene Wäsche aus den Maschinen!**

## Waschmaschinen/Trockner (Haus Frisia)

Im **Haus Frisia** finden Sie den Waschraum im Gebäude des Kinderhauses. Sie erreichen ihn über die Treppen am Haupteingang (im Untergeschoss beim Hintereingang). Hier können Sie Ihre persönliche Wäsche waschen und trocknen (5,50 € inkl. Trockner und Waschmittel).

## Waschmaschinen/Trockner (Haus Leuchtfuer)

Im **Haus Leuchtfuer** finden Sie den Waschraum mit dem Aufzug vor dem Medizinischen Dienst über das Untergeschoss (erste Türe rechts). Hier können Sie Ihre persönliche Wäsche waschen und trocknen (5,50 € inkl. Trockner und Waschmittel).

## Waschen im Krankheitsfall

Unsere Maschinen verfügen über einen Hygienewaschgang. Im Krankheitsfall wird durch Erbrechen o.ä. stark verunreinigte Wäsche **durch unser Personal** separat gereinigt. Zu diesem Zweck verpacken Sie bitte die verunreinigte Wäsche auf dem Zimmer in einem **blauen Sack** und melden sich beim Medizinischen Dienst: **Tel. (306) 112**. Dieser veranlasst eine Abholung, falls Sie vorerst auf Ihrem Zimmer bleiben müssen ("Isolation").

Auf Ihrer Etage finden Sie einen Raum mit fri-

scher Bettwäsche und Reinigungsutensilien (u.a. Müllbeutel, blaue Säcke). Sollte etwas nicht enthalten sein, geben Sie dem Medizinischen Dienst bitte **telefonisch** Bescheid. Dieser versorgt Sie ggf. mit ergänzendem Desinfektionsmaterial.

## Wasserflaschen

Sie erhalten auf Wunsch ergänzende blaue Wasserflaschen der Kur + Reha GmbH für 4,50 € in der Verwaltung.

Bitte beachten:

Das Leitungswasser auf Borkum ist trinkbar.



## Zimmerschlüssel

Ihr Zimmerschlüssel passt auf alle für Sie zugänglichen Räume in unserem Haus, einschließlich der Haustür. Einen Zweitschlüssel erhalten Sie gegen 10,-€ Pfand in der Verwaltung.

**Bei Verlust oder Defekt (z.B. abgebrochener Schlüssel) erheben wir einen Wiederbeschaffungswert in Höhe von 60 Euro!**



### Fehlt etwas?

Wir sind immer für Sie da und freuen uns auf Ihre Anregungen!

# Anleitung für das Babyphone

1. Die Babyphonetaste gedrückt halten
2. Aktivierung: Ein
3. Alarm an: „Extern“ einstellen
4. Nummer: eine „0“ fürs Amt eingeben und dann die komplette Nummer eingeben.
5. Sichern

Nach ca. 20 Sek. ist das Babyphone aktiv.

## Weitere Informationen zum Babyphone:

- Das Babyphone sollte mind. 1 m Abstand zum Kind haben.
- Wenn Sie eine externe Nummer anwählen (z.B. Handynummer) prüfen Sie unbedingt ob ein Verbindungsaufbau möglich ist!
- Beachten Sie, dass der Handyempfang im Bereich der Strandpromenade unter Umständen sehr schlecht sein kann.
- Das Babyphone muss für externe Nummern freigeschaltet werden. Bitte denken Sie daran, die Weiterleitung an Ihre selbst eingetragene externe Rufnummer am Ende Ihres Aufenthaltes wieder zu löschen.



# Strand, Dünen und Meer

## Freizeitmöglichkeiten auf Borkum



Angeln, Wattwandern, Reiten, Kletterparks, Baden oder Seehunde beobachten. Auf der Seite der **Ostfriesland Tourismus GmbH** finden Sie viele Möglichkeiten und weitere Informationen dazu.



Radfahren ist auf Borkum der bequemste Weg der Fortbewegung. Sie können Räder ausleihen, einfach losfahren oder mit dieser **Tour** die Insel erkunden.

Viele weitere Freizeitangebote und Informationen erhalten Sie bei der **Tourist-Information Borkum** (siehe Seite 5) und natürlich helfen wir Ihnen auch gerne weiter.



# Badeordnung (Haus Frisia)

**Bitte unterschreiben Sie vor der ersten Nutzung des Schwimmbades die rechtsverbindliche Erklärung.**

1. Tagesbesucherinnen und Tagesbesucher ist die Nutzung des Schwimmbads aus versicherungsrechtlichen Gründen nur gestattet, sofern Sie eine Rechtsverbindliche Erklärung abgegeben haben.
2. Kindern ist das Betreten und die Nutzung des Schwimmbades ohne Begleitung eines Erwachsenen, der die Verantwortung übernimmt, untersagt. Eltern haften für ihre Kinder!
3. Kindern ist die Nutzung der Sauna untersagt.
4. Kranke Personen sind von der Nutzung der Sauna und des Schwimmbades ausgeschlossen. Im Zweifel beraten Sie sich mit einem der Ärzte. Eine diesbezügliche Entscheidung des Arztes/der Ärztin ist bindend.
5. Kinder unter 2 Jahren dürfen nur mit altersentsprechender Aquawindel das Schwimmbad nutzen. Diese erhalten Sie im medizinischen Bereich Haus Frisia.
6. Das Schwimmbad sowie die Sauna-

und Duschräume dürfen nur mit sauberen Badeschuhen betreten werden.

7. Lebensmittel oder Getränke dürfen grundsätzlich nicht in das Schwimmbad, in die Sauna sowie in die Dusch- und Umkleieräume mitgenommen bzw. dort konsumiert werden. Ebenfalls untersagt ist die Mitnahme von Glasbehältnissen aller Art.
8. Zu Ihrer Sicherheit sollten Sie das Bad nicht allein nutzen. Wir empfehlen, dass sich mindestens drei Erwachsene gleichzeitig im Schwimmbad aufhalten sollten.
9. Vor dem Schwimmen/Baden ist immer gründlich zu duschen; nach der Nutzung des Schwimmbades empfehlen wir, nochmals zu duschen.
10. Vom Beckenrand ins Wasser zu springen, ist streng verboten (Unfallgefahr).
11. Therapiegeräte (z. B. „Nudeln“, die offen im Schwimmbad liegen), dürfen benutzt werden. Bitte räumen Sie diese wieder an den dafür vorgesehenen Platz.
12. Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Kinder nicht im Vorbereich des Schwimmbades toben.
13. Es wird niemand ins Becken geschubst oder untergetaucht!
14. Nicht im Bereich des Schwimmbeckens rennen oder toben.
15. Nicht mit vollem Magen ins Wasser gehen.

16. Bitte die Toilette nutzen.
17. Kein Wasser aus dem Becken trinken.
18. **Anweisungen des Personals sind zu befolgen. Bei Nichteinhaltung der Badeordnung behält sich die Klinikleitung vor, das Schwimmbad für die Nutzung außerhalb der verordneten Therapien zu schließen.**





# Hausordnung

## Liebe Mütter, liebe Väter,

unser Ziel ist, dass Sie sich bei uns wohl fühlen. Für ein gutes Miteinander ist es bei einer so großen Zahl von Patient\*innen äußerst wichtig, eine gut funktionierende Hausordnung aufzustellen.

Natürlich enthält sie teilweise Selbstverständlichkeiten und ist dennoch, wie die Erfahrung zeigt, nicht ganz unwichtig, da nicht jedem alles bekannt ist, was für einen Reha-Erfolg aus organisatorischen Gründen für die betrieblichen Abläufe unerlässlich ist.

Dieses Zusammenleben unterschiedlicher Menschen und Lebensstile kann durchaus Herausforderungen im Umgang miteinander bringen. Bitte bedenken Sie daher, dass jeder ein Recht auf Achtung seiner Persönlichkeit hat, und dass in dieser Gemeinschaft ein gewisses Maß an Toleranz notwendig ist. Damit ein harmonisches Miteinander möglich bleibt und auch Ihrem Kurerfolg nichts im Weg steht, ist die Hausordnung auf den gesamten Bereich der Klinik einschließlich der Außenanlagen (Haus Leuchtfeuer, Haus Frisia und Fritzhaus) anzuwenden.

## Außerhalb der Betreuungszeiten liegt die Aufsichtspflicht für Ihre Kinder bei Ihnen.

- Kindern bis 8 Jahren ist es nicht gestattet, sich alleine im Appartement, im Haus und/oder auf dem Gelände aufzuhalten.
- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Kinder während der Essenszeiten bei Ihnen im Speisesaal bleiben, und **nicht allein im Haus unterwegs** sind. Bei der Menge an Kindern entwickelt sich schnell ein sehr großer Lärmpegel. Bitte nehmen Sie Rücksicht aufeinander!
- Kinder bitte nicht durch Flure und Treppenhäuser toben lassen: **Vorsicht Verletzungsgefahr!**
- Kindern unter 6 Jahren ist das Benutzen des Aufzugs ohne Begleitung eines Erwachsenen nicht gestattet. Hier heißt es „**gut Acht geben!**“

## Abendliche „außer Haus“ Regelung

- Ihr Zimmerschlüssel ist gleichfalls der Hausschlüssel. So können Sie das Haus grundsätzlich jederzeit verlassen bzw. wieder betreten. Für Ihren stationären Aufenthalt beachten Sie bitte folgende Regulative:
- Wenn Sie abends das Haus verlassen,

**stellen Sie** bitte sicher, dass sich eine erwachsene Aufsichtsperson (Freundin, Zimmernachbarin, Babysitter) um Ihr Kind kümmert und Sie im Notfall erreichbar sind.

- **Bedenken Sie bitte**, dass Wochentags bereits ab 08:30 Uhr die ersten Anwendungen stattfinden. Daher erwarten wir Sie sonntags bis donnerstags spätestens um 23:00 Uhr zurück. Freitag- und Samstagabend darf es auch ein Stündchen später sein. Hier erwarten wir Sie also bis spätestens 0:00 Uhr wieder zurück.
- **Zur eigenen Absicherung müssen wir Sie an dieser Stelle darauf hinweisen, dass es zum Abbruch der Maßnahme kommen kann, wenn Sie Ihre Kinder unbeaufsichtigt lassen bzw. nach 23:00 Uhr/00:00 Uhr noch außer Haus sind.**

## Die Einnahme der Mahlzeiten erfolgt im Speisesaal

- Die Einnahme von Mahlzeiten im Appartement ist nur im Falle einer Isolierung gestattet. Hier wird der Medizinische Dienst Ihnen das Essen auf Ihr Zimmer bringen.
- Bitte haben Sie Verständnis, dass ver-

derbliche Speisen auf den Zimmern aus hygienischen und medizinischen Gründen **nicht erlaubt** sind. Im Zuge der Zwischenreinigung werden deshalb Speisen, die verderben können, entsorgt.

- Bitte bringen Sie keine eigenen Lebensmittel in den Speisesaal mit.
- Geschirr aus dem Speisesaal bitte nicht mit ins Zimmer oder die Teeküchen nehmen.
- Wir bitten Sie, die Teeküchen stets in einem sauberen Zustand zu hinterlassen.

Sollten Sie an den Mahlzeiten einmal nicht teilnehmen können oder wollen, melden Sie dies im Speisesaal mindestens einen Tag vorher an, spätestens jedoch zum Frühstück des aktuellen Tages.

**Medikamente dürfen nicht in den Teeküchen gelagert werden.**

**Die Benutzung elektrischer Geräte**, wie Bügeleisen, Wasserkocher etc. auf **Ihrem Zimmer** ist aus versicherungstechnischen Gründen **nicht gestattet**.

**Das Abbrennen von Kerzen oder anderweitiges offenes Feuer ist nicht gestattet.**

**Die Einrichtung des Hauses haben wir für Sie mit Liebe zum Detail ausgesucht und wir möchten Sie bitten sorgfältig mit dieser umzugehen.**

- Beschädigungen hauseigener Einrichtungen werden auf Ihre Kosten behoben.
- Leihweise überlassene Gegenstände (z. B. Schlüssel, Spiele, Bücher usw.), die Sie verlieren oder defekt zurückgeben, müssen auf Ihre Kosten neu beschafft werden.
- Wir möchten Sie bitten, auf Ihrem Zimmer keine Haare zu färben! Schäden, die dadurch entstehen (im Bad, im Zimmerbereich oder an Wäschestücken etc.), werden auf Ihre Kosten behoben bzw. Gegenstände neu angeschafft.
- Eine Schadensrechnung kann auch nach Abreise erfolgen.

**In der Klinik sowie auf dem gesamten Klinikgelände ist das Rauchen untersagt!**

- Wer trotzdem nicht darauf verzichten kann, darf gerne einen Spaziergang in näherer Umgebung machen. Bitte achten Sie besonders in den Wintermonaten darauf, dass Ihre Kinder in dieser Zeit angemessen gekleidet sind und nicht gezwungen sind passiv mitzurauchen.
- Bitte beachten Sie die Informationen zum Thema "Rauchen" auf S. 22.

**Der Genuss von Alkohol während Ihres Aufenthaltes ist nicht gestattet.** Wir sehen den Genuss von Alkohol während der Dauer der Rehabilitationsmaßnahme als Verstoß gegen Ihre Mitwirkungspflicht, im Rahmen der Ihnen bewilligten medizinischen Rehabilitation.

- Patient\*innen, die unter übermäßigem Alkoholeinfluss angetroffen werden, müssen mit sofortiger Beendigung der Kurmaßnahme rechnen.
- Das Mitbringen von alkoholischen Getränken, sowie deren Verzehr in die Klinik ist untersagt.

**In der Klinik und auf dem Klinikgelände, besteht ein absolutes Waffenverbot.**

Zu Waffen zählen z. B. Schusswaffen jeglicher Art, feststehende Messer, Elektroschocker, Schlaginstrumente usw.

Bitte versehen Sie Kleidung und Eigentum Ihrer Kinder mit einem Namensschild. Bei Verlust übernehmen wir keine Haftung. Fundsachen geben Sie bitte beim Personal der Hauswirtschaft ab. Wir bewahren sie ab dem Zeitpunkt der Abgabe bei uns für den Zeitraum von vier Wochen auf. Unsere Hausdame steht Ihnen für Rückfragen gerne zur Verfügung.

Am Tag der Abreise muss das Zimmer aus organisatorischen Gründen vor 8:00 Uhr geräumt sein. Ein Aufenthalt nach 8:00 Uhr auf dem Zimmer ist unabhängig von Ihren Reisezeiten leider nicht möglich.

**Der Klinikleitung obliegt das Hausrecht. Sie ist berechtigt, Verstöße, die dem Kurerfolg entgegenstehen, zu ahnden und ggf. Ihre Kurmaßnahme disziplinarisch zu beenden.**

Wir danken Ihnen, dass Sie sich die Zeit genommen haben die Hausordnung zu lesen, wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt und einen guten Kurerfolg.

**Vielen Dank! Ihre Klinikleitung**



## Zum Schluss (Haus Frisia)...

- Frühstück bei frühem Aufbruch gibt es ab **07:15 Uhr** (April bis Oktober) beziehungsweise ab **06:45 Uhr** (November bis März). Für die Reise können Sie sich gerne einen Verpflegungsbeutel richten.
- Das Zimmer muss bis **08:00 Uhr** geräumt sein. Bis zu Ihrer Abreise können Sie Ihr Gepäck im Kaminzimmer deponieren.
- Ihren Zimmerschlüssel lassen Sie einfach **in der Zimmertür von innen stecken**.
- Geben Sie bitte **ausgeliehene Medizinprodukte** im Medizinischen Bereich zurück (Inhalationsgeräte, Moorwärmflasche, Kühlpacks etc.)
- Leeren Sie Ihr Postfach.
- Bringen Sie bitte alle Pfandsachen (Schlüssel, Kaffeechip) zum Empfang.
- Regeln Sie die Verwaltung betreffende Angelegenheiten **frühzeitig** vor Abreise.

### ... und Ihr Gepäck:

**Informationen** über verschiedene Möglichkeiten der Gepäckaufgabe finden Sie auf unserer Website in der Rubrik "Ihr Gepäck":

<https://www.klinik-borkum.de/kontakt-und-anreise/anreise>

Wenn Sie Ihr Gepäck über Hermes versenden, muss das Gepäck am Tag der Abholung (Abreisetag) **vor 08:00 Uhr** an der Abholstation **im Eingangsbereich** stehen.

**Lokalgepäck** wird von der „Borkumer Kleinbahn“ in Verbindung mit Ihrem Fahrticket abgeholt. Beachten Sie bitte die von der Kleinbahn vorgegebenen Abholzeiten. Nähere Auskünfte bekommen Sie am Fahrkartenschalter am Bahnhof.

**Bei Fragen zur Abreise wenden Sie sich bitte an die Verwaltung oder Haustechnik.**



## Zum Schluss (Haus Leuchtfeuer)...

- Frühstück bei frühem Aufbruch gibt es ab **07:15 Uhr** (April bis Oktober) beziehungsweise ab **06:45 Uhr** (November bis März). Für die Reise können Sie sich gerne einen Verpflegungsbeutel richten.
- Das Zimmer muss bis **08:00 Uhr** geräumt sein. Bis zu Ihrer Abreise können Sie Ihr Gepäck in der Borkumstube deponieren.
- Ihren Zimmerschlüssel lassen Sie einfach **in der Zimmertür von innen stecken**.
- Geben Sie bitte **ausgeliehene Medizinprodukte** im Medizinischen Bereich zurück (Inhalationsgeräte, Moorwärmflasche, Kühlpacks etc.)
- Leeren Sie Ihr Postfach.
- Bringen Sie bitte alle Pfandsachen (Schlüssel, Kaffeechip) zum Empfang.
- Regeln Sie die Verwaltung betreffende Angelegenheiten **frühzeitig** vor Abreise.

### ... und Ihr Gepäck:

**Informationen** über verschiedene Möglichkeiten der Gepäckaufgabe finden Sie auf unserer Website in der Rubrik "Ihr Gepäck":

<https://www.klinik-borkum.de/kontakt-und-anreise/anreise>

Wenn Sie Ihr Gepäck über Hermes versenden, muss das Gepäck am Tag der Abholung (Abreisetag) **vor 08:00 Uhr** in den dafür bereitgestellten **Kofferwagen im Hinterhof** stehen.

**Lokalgepäck** wird von der „Borkumer Kleinbahn“ in Verbindung mit Ihrem Fahrticket abgeholt. Beachten Sie bitte die von der Kleinbahn vorgegebenen Abholzeiten. Nähere Auskünfte bekommen Sie am Fahrkartenschalter am Bahnhof.

**Bei Fragen zur Abreise wenden Sie sich bitte an die Verwaltung oder Haustechnik.**



## Impressionen

Wir wünschen Ihnen  
einen schönen und  
kurzweiligen  
Aufenthalt!



# Impressum

Rehaklinik Borkum  
Bubertstraße 5-7  
26757 Borkum



04922 / 30 60



[www.klinik-borkum.de](http://www.klinik-borkum.de)



[klinik.borkum@kur.org](mailto:klinik.borkum@kur.org)



[facebook.com/kurorg](https://facebook.com/kurorg)



[instagram.com/kurorg](https://instagram.com/kurorg)

Eine Klinik der

**Kur + Reha**<sup>GmbH</sup>  
des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes BW

Eggstraße 8  
79117 Freiburg  
Telefon 0761 / 4 53 90 0  
[www.kur.org](http://www.kur.org)



Zertifiziertes Qualitätsmanagement für Rehakliniken  
nach § 37 Abs. 3 SGB IX