



TANNENHOF HAHNENKLEE



DIE KRAFTQUELLE. FÜR MUTTER UND KIND.

**ReGenesa
Frauen und Mutter-Kind Vorsorge & Reha
Therapiezentren des Frauenwerks
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers e.V.**

**Ich bitte nicht um Wunder und Visionen, Herr,
sondern um die Kraft für den Alltag.
Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte.**
ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY (1900–1944)



In der heutigen schnelllebigen Zeit ist es tatsächlich eine Kunst, kleine Schritte zu machen, wenn ständig große gefordert werden, die uns so viel Kraft rauben. Vor allem Mütter leiden unter vielfältigen Belastungen. Physische und psychische Überforderungen, erschwert durch schwierige soziale Lebensumstände, führen häufig zu Erschöpfungszuständen und Krankheiten mit teilweise chronischem Verlauf.

Fühlen Sie sich krank oder erschöpft? Fehlt **Ihnen** die Kraft für den Alltag? Sind auch Ihre Kinder – bedingt durch negative Umwelteinflüsse und besondere Lebens- bzw. Familiensituationen – zunehmend gesundheitsgefährdet?

Dann ist eine Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme bei ReGenesa genau das Richtige für Sie. ReGenesa sorgt mit speziellen Therapiekonzepten dafür, dass Ihre gesundheitlichen Beeinträchtigungen und Schädigungen – natürlich auch die Ihrer Kinder – verringert oder sogar beseitigt werden. Ziel ist es, die lebenswichtige Balance zwischen Körper, Geist und Seele wiederherzustellen. Machen Sie den ersten kleinen Schritt!

ReGenesa Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen sind frauenspezifisch, ganzheitlich und kindgerecht ausgerichtet und berücksichtigen neben den physischen, psychischen und sozialen Faktoren besonders die Förderung der Mutter-Kind-Beziehung.

Wer ist ReGenesa?

ReGenesa ist Trägerin von fünf evangelischen Therapiezentren in Niedersachsen, die vom Müttergenesungswerk (MGW) anerkannt sind. Alle Therapiezentren haben einen Versorgungsvertrag nach § 111 a SGB V und sind gemäß den Beihilferichtlinien bzw. der Gewerbeordnung als Sanatorien anerkannt.

In den ReGenesa Therapiezentren werden Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen für Frauen bzw. für Mutter und Kind (gemäß §§ 24 und 41 des SGB V) durchgeführt, die von den Krankenkassen finanziert werden und entsprechenden Qualitätsstandards unterliegen.



TANNENHOF HAHNENKLEE



Hahnenklee

Im Oberharz, umgeben von Wäldern, Seen und Bergwiesen, liegt der heilklimatische Kurort Hahnenklee. Das Reizklima des Mittelgebirges mit einer Höhe von 700m über NN bietet eine überdurchschnittlich reine Luft und lässt Sie mal so richtig durchatmen. Die geographische Nähe zum Heilstollen in Bad Grund ist ideal, um Patientinnen mit Atemwegserkrankungen die Höhlentherapie als ein erfolgreiches Heilmittel zu ermöglichen.

Das Haus

Wir von ReGenesa wissen, wie wichtig eine angenehme Atmosphäre für den Therapieerfolg ist: Der *Tannenhof* mit seinem familiären Charakter eignet sich besonders für Mütter mit kleineren Kindern. Im pädagogischen Kinderbereich werden Ihre Kinder in Gruppen- und Krabbelräumen betreut und gefördert. Direkt an den pädagogischen Kinderbereich schließt sich ein kleinkindgerechter Spielplatz an. Die älteren Kinder können sich auf einem separaten, großzügig angelegten Spielplatz hinter dem Haus vergnügen. Neben Physiotherapie und Sauna finden Sie im Haus auch einen Gymnastik- und einen Kreativraum. Eine Bibliothek, Fernseh- und Gemeinschaftsräume sowie gemütliche Teeküchen sorgen für einen komfortablen Rahmen Ihrer Vorsorge- / Rehabilitationsmaßnahme.

Die Zimmer / Appartements

Insgesamt können wir 20 Frauen und 35 Kinder im Alter von 0–10 Jahren im *Tannenhof* aufnehmen. Sie bewohnen mit Ihren Kindern gemütliche Zimmer / Appartements mit Dusche, WC und Telefon. Einige Zimmer sind barrierefrei bzw. allergenarm eingerichtet. Im Haus ist ein Aufzug vorhanden.

Die Küche

Der *Tannenhof* bietet Ihnen eine reiche Auswahl an frischen, vitalstoffreichen und naturbelassenen Speisen. Neben vollwertiger Ernährung nach DGE und vegetarischer Kost wird entsprechend ärztlicher Verordnung Sonderkost gereicht. Natürlich berücksichtigen wir auch die Essgewohnheiten der Kinder und bieten kleinkindgerechte Speisen an.

Der Kinderbereich

Von Montag bis Freitag werden Ihre Kinder in altersspezifischen Gruppen ganztags betreut und gefördert. Außerdem bieten wir schulpflichtigen Kindern im *Tannenhof* ganzjährig Unterricht an.



Indikationen

Die Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen richten sich an Mütter und Kinder mit folgenden medizinischen Indikationen:

- psychosomatische / psychovegetative Erkrankungen (für Mutter und Kind)
- Krankheiten der Atmungsorgane / Höhlentherapie (für Mutter und Kind)
- Muskel-, Skelett- und Bindegewebserkrankungen

Alle Vorsorge- und Reha-Maßnahmen richten sich insbesondere an Mütter mit Kleinkindern. Bestimmte Maßnahmen richten sich speziell an **Teenagemütter** mit ihrem Kind (spezielles medizinisch-therapeutisches Behandlungskonzept).

Ärztliche und therapeutische Versorgung

Im *Tannenhof* werden Sie und Ihre Kinder von einem erfahrenen Team – den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des ärztlich-medizinischen, des psychosozialen und des physiotherapeutischen Bereichs – behandelt und beraten.

Verständnisvoll betreut unser Arzt Sie und **unsere Kinderärztin/unsere Kinderarzt** Ihre Kinder. Er führt die Aufnahme-, Zwischen- und Abschlussuntersuchung durch und ist in regelmäßigen Sprechstunden für Sie da. In Zusammenarbeit mit dem interdisziplinären Team stimmt er den Therapieplan individuell auf Ihre Indikationen und persönlichen Ziele ab. Der Therapieplan ist ein wichtiger Leitfaden für Sie und Ihre Kinder.

Psychosoziale Therapie

Die Balance zwischen Körper, Geist und Seele ist ein wichtiger Aspekt der Gesundheit. Wir helfen Ihnen dabei, dieses lebensnotwendige Gleichgewicht wiederherzustellen und zu bewahren.

Das Therapieangebot umfasst:

- psychosoziale Einzelgespräche
- psychosoziale Gruppengespräche u.a. zu den Themen:
 - Stressbewältigung
 - Ressourcenanalyse
 - Trennung und Scheidung
 - Ehe und Partnerschaft
 - Kindererziehung
 - Selbstidentifikation
 - Sinn und Glauben
 - Themen, die Ihre Indikationen betreffen



THERAPIE



Bewegungstherapie

Im Hinblick auf die Erhaltung Ihrer Gesundheit bzw. Ihr Gesundwerden steht in unserem Therapiekonzept grundsätzlich die eigene bewusste körperliche Aktivität im Vordergrund:

- Krankengymnastik
- Rückenschule
- Beckenbodengymnastik
- Gymnastik
- Muskelaufbautraining
- Walking
- Wassergymnastik (extern)

Physiotherapie

In unserer Physiotherapie erhalten Sie und Ihre Kinder je nach ärztlicher Verordnung folgende Anwendungen:

- Inhalationen / Höhlentherapie
- Klimatherapie
- Massagen
- Thoraxmassagen (bei Atemwegserkrankungen)
- medizinische Bäder
- Hydro- und Thermoerapie
- Kneipp'sche Anwendungen
- Heusäcke
- Asthmaschulung (bei Atemwegserkrankungen)

Entspannungstherapie

- progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- autogenes Training
- Entspannungsübungen
- Phantasiereise

Ernährungstherapie

- indikationsübergreifende Vorträge
- indikationsspezifische Gruppengespräche
- individuelle Beratung
- Tipps und Tricks in der Kinderernährung

Kreativtherapie

- Seidenmalerei
- kreatives Gestalten mit Gips / Ton
- Serviettentechnik
- Werken mit unterschiedlichen Materialien

Gesundheitsschulung

Im Rahmen der unterschiedlichen Therapien finden Schulungen in Form von Vorträgen und praktischen Übungen statt, um eine selbständige und dauerhafte Fortführung zu Hause im Alltag zu erreichen. So wird der Therapieerfolg nachhaltig gesichert.



Mutter-Kind-Interaktionstherapie

Ziel der Therapie ist die Verbesserung der Mutter-Kind-Beziehung.

- Mutter-Kind-Gymnastik
- Mutter-Kind-Entspannung
- Mutter-Kind-Beobachtung und reflektierende Gespräche
- Mutter-Kind-Naturerlebnis
- Mutter-Kind-Spiele
- individuelle Gestaltung des Abnabelungsprozesses

Pädagogische Kindertherapie

Das Erlernen der sozialen Kompetenz in der Gruppe sowie die Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten stehen im Vordergrund. Ebenso sind auch Reflexionsgespräche mit der Mutter Bestandteil der Kindertherapie.

- altersspezifische Kindergruppenbetreuung
- Einzelförderung und -therapie
- Verhaltensbeobachtung
- Entspannungsübungen
- Kleinkindförderung
- Erlebnispädagogik
- Kreativförderung

Anspruch auf eine Vorsorge- / Rehabilitationsmaßnahme haben berufstätige und nicht berufstätige Frauen mit entsprechender Indikation sowie deren Kinder. Wenden Sie sich an Ihre Ärztin / Ihren Arzt und klären Sie, ob eine stationäre Vorsorge- / Rehabilitationsmaßnahme sinnvoll ist. Für den Antrag auf Kostenübernahme bei Ihrer Krankenkasse ist ein ärztliches Attest erforderlich.

Wir beraten Sie gern

Wünschen Sie weitere Informationen? Benötigen Sie Hilfe bei der Antragsstellung? Dann rufen Sie uns einfach an oder besuchen Sie uns im Internet. Wir senden Ihnen Informationsmaterial zu und beraten Sie gern. Selbstverständlich können Sie sich auch an Ihr örtliches Diakonisches Werk wenden.

**TANNENHOF****Ev. Therapiezentrum für Mutter und Kind**

Triftstraße 24
38644 Goslar-Hahnenklee

Tel. 0 53 25 / 51 41-21
Fax 0 53 25 / 51 41-41

www.muettergenesung.de
hahnenklee@muettergenesung.de



NIEDERSACHSEN

ReGenesa Vorsorge & Reha

für Frauen



Die Insel
Juist



Antonie-Nopitsch-Haus
Bad Bevensen

für Mutter und Kind



Sonnenwinkel
Bad Essen



Tannenhof
Goslar-Hahnenklee



Haus am Deich
Norden-Norddeich



**Frauen und Mutter-Kind Vorsorge & Reha
Therapiezentren des Frauenwerks
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers e.V.**

Postfach 2720
30027 Hannover

Tel. 05 11 / 9 90 45-0
Fax 05 11 / 9 90 45-45

www.muettergenesung.de
info@muettergenesung.de



Elly-Heuss-Knapp-Stiftung
Müttergenesungswerk



Ev. Arbeitsgemeinschaft
für Müttergenesung e.V.

Diakonie

Qualitätssicherung durch den Forschungsverbund der MHH, Hannover