



DEUTSCHER ARBEITSKREIS
FÜR FAMILIENHILFE E.V.

„Vom Schwarzwald bis an die See“

Tina Barheine: Erfahrungsbericht über die Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide

Teil 1: Lage und Ausstattung

Wenn im Alltag jeder neue Punkt auf der ToDo-Liste einer kleinen Katastrophe gleich kommt, der Blutdruck zu hoch und die Stimmung dauerhaft zu tief sind, dann braucht Mama eine Auszeit. Und die Kinder brauchen die dann meistens auch. Deshalb führen wir zur Mutter-Kind-Kur in die **Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide** und ließen uns im Rahmen einer Mutter-Kind-Kur aufpäppeln und wieder auf Spur bringen. Im ersten Teil meines Erfahrungsberichts soll es um Lage und räumliche Ausstattung der Klinik gehen.

Die Lage:

Die Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide liegt grob gesagt zwischen Hamburg und Flensburg, also in Nordfriesland. Die nächste bekannte Stadt ist Husum. Beim Blick auf die Landkarte sieht man aber auch schnell die Nähe zu den beliebten Inseln Amrum, Föhr und Sylt.



Die Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide



Schafe mit Lämmchen



Rinder

Die direkte Lage der Klinik ist in dem Dorf Bordelum. Genauer in West-Bordelum. Es gibt dort nicht mehr als einen Bäcker und einen Souvenirladen. Dafür gibt es umso mehr Schafe, Rinder und Pferde. Diese grasen überall auf den weitläufigen Weiden rings um das Dorf und die Klinik. Denn in der direkten Umgebung gibt es eigentlich nichts nennenswert anderes als Natur.



Grünstrand in Lütmoorsiel

Richtung Meer, das etwa 10-15 Kilometer entfernt ist, ist das Land platt, grün und voller Windräder. Richtung B5 liegt der Naturerlebensraum Stollberg. Dieser grenzt direkt an die Klinik an und bietet jede Menge Wissenswertes über die Eisenzeit und über die Natur rund um Bordelum. Was man da so alles entdecken kann, werde ich in einem anderen Bericht noch beschreiben. Eins steht jedoch fest: Rund um Bordelum ist Natur und Ruhe zu finden.

Die Klinik:

Die Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide ist ein Dorf im Dorf. Mehrere Mehrfamilienhäuser verteilen sich auf einem dörflich anmutenden Gelände mit Spielplätzen, Ruhe-Oasen, Therapie- und Kinderbetreuungshäusern. Es gibt zwei Rezeptionen (Halligland und Uphusum) und zwei Speisesäle. Welche man in der Regel nutzt, hängt davon ab, ob man im vorderen oder hinteren Teil des Geländes untergebracht ist.

Medizinischer Bereich und Therapieräume.

Der medizinische Bereich befindet sich im Haus Uphusum Süd in der ersten Etage. Aufnahme-, Zwischen- und Abschlussuntersuchung finden hier statt. Für Notfälle und kleinere medizinische Anliegen wie Kopfschmerztabletten und Fiebersaft ist die Ambulanz rund um die Uhr besetzt. Die Psychosoziale Abteilung befindet sich dagegen im Haus Halligland. Hier finden auch die Einzelgespräche für psychische Notwendigkeiten statt.

Im Badehaus befindet sich das hauseigene Schwimmbad.

Das Therapiebecken ist 1,35 tief und ab 16:30 Uhr auch für die Freizeitgestaltung geöffnet. Ab 21 Uhr dürfen nur noch Erwachsene dort schwimmen. Im gleichen Gebäude befinden sich die Turnhallen, die Klinikschule und ein Teil der Physiotherapie (Massagen, Fango, Entspannung). Im zentral gelegenen Therapiezentrum Uphusum gibt es Wannenbäder, Ultraschallbehandlungen und ein paar Sportgeräte wie Stepper und co. Die Ergotherapie Räume sind zum großen Teil im Haus Büttjebüll.



Badehaus



Haus Uphusum Süd mit Speisesaal und
Rezeption



Therapiezentrum Uphusum

Der Speisesaal:

Der Speisesaal im Bereich Uphusum ist in mehrere Räume wie Kapitänsstube oder Friesenstube unterteilt. Hier finden jeweils etwa 20 Familien Platz an Dreier- bis Achter-Tischen. Das Buffet ist doppelt vorhanden. Es gibt also zwei Salat-, Aufschnitt/Käse-Theken und auch zwei mal die Ausgabestelle für warme Mahlzeiten. Für Kaffee aus dem Vollautomaten oder Wasser aus dem Spender (still, medium, classic) muss man aber schon mal anstehen. Daneben gibt es Tee, Milch und zum Frühstück Säfte.



Die Kapitänsstube im Speisesaal Uphusum

Jeder Familie wird zu Beginn der Kur ein Tisch zugewiesen.

Diesen Platz behält man denn für den Rest der Kur, so dass man auch hier feste Rituale etablieren kann. Kinder dürfen erst ab 10 Jahren allein ans Buffet. Zu den Mittagszeiten wird das Essen direkt an den Tisch gebracht und kann auch nur durch die Mutter/den Vater bestellt werden.

Mittags gibt es immer ein vegetarisches und ein „normales“

Menü sowie ein Kindermenü. Die einzelnen Menübestandteile können jedoch bunt gemischt zusammengestellt werden. Wenn gar nichts dabei ist, gibt es immer noch die Salattheken und den Nachtisch.

Alles in allem war das Essen wirklich gut und als Mama ist

es ja wirklich schon ein Luxus, alles einfach vorgesetzt zu bekommen und sich um nichts kümmern zu müssen. Allerdings war der Geräuschpegel während der Mahlzeiten meist wirklich unangenehm hoch. Das liegt zum einen daran, dass selbst Mütter mit Kleinkindern zum Teil wirklich mehr als eine Stunde dort saßen und sich von ihren zappligen und lauten Kindern nicht beim Klönen stören ließen. Zum anderen aber auch daran, dass alle gleichzeitig zum Essen stürmten. Dem wirkt man inzwischen aber wohl durch festgelegte Essenszeiten für jede Familie entgegen.



Im Badehaus sind Schwimmbad und Turnhalle



Einer der vielen Spielplätze

Die Kinderbetreuung:

Die Kinderbetreuung in der Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide findet je nach Alter der Kinder im Spielhaus oder im Haus „Junge Lüüd“ statt. Im Spielhaus befinden sich Kinderkrippe, Kindergarten und Vorschule, das Haus „Junge Lüüd“ ist den Schulkindern vorbehalten. Hier waren meine Kinder und vertrieben sich die Freizeit mit Tischkicken, Billard und Basteln oder auf dem Spielplatz mit Tischtennisplatte gleich daneben. Das große Spielplatzgelände mit Basketballkorb und großer Rutsche wurde auch viel genutzt, allerdings nur zu bestimmten Zeiten und dann mit fast allen Betreuern als Aufsicht.



Das Teehaus lockt mit Kuchen und kinderfreier Zone

Schulkinder haben montags bis donnerstags von 8-11:30 Uhr Unterricht in der Klinikschule. Die Klassenaufteilung erfolgt nicht nach Jahrgangsstufe, so dass Geschwister meist in einem Raum sind. ADHS-Kinder werden gesondert in der Snoopy-Klasse unterrichtet, um hier auch spezielle Lerntechniken trainieren zu können. Wenn im Heimatbundesland Ferien sind, hat das Kind auch bei der Kur Ferien.

Es werden die mitgebrachten Aufgaben aus der Heimatschule bearbeitet. Diese werden von den Lehrern nach dem Unterricht bzw. freitags kontrolliert. Bei Fragen oder auftretenden (fachlichen) Schwierigkeiten wird Nachhilfe gegeben und ggf. mit den Eltern gesprochen.

Die Zimmer:

Wir hatten unser Appartement im zweiten Stock des Hauses Uphusum Nord. Direkt durch die Eingangstür kam man in ein geräumiges Zimmer mit Erker und Blick aufs Teehaus und Feld dahinter. In diesem Zimmer stand mein Bett, unter dem noch ein zweites hervorgezogen werden konnte. Auch gab es einen großen Kleiderschrank, eine Kommode mit TV-Gerät darauf und ein Tisch mit drei Korbstühlen.



Erker mit Sitzgruppe und Fernsehgerät

Die Kinderbetreuung ist montags bis freitags von 8-12 Uhr und von 13-17 Uhr geöffnet. Die Lehrer und Betreuer achten darauf, dass die Kinder rechtzeitig zu ihren Therapien gehen, sofern sie dies allein oder in der Gruppe dürfen. Hier möchte ich auch noch einmal betonen, dass die Betreuer wirklich einen guten Draht zu den Kindern haben. Meine beiden konnten es jedenfalls mittags kaum erwarten, wieder in die Betreuung zu kommen und haben sich am Ende der drei Wochen nur sehr schwer von Georg, Malte und Co verabschieden können.

Im nächsten Teil meines Erfahrungsberichts zur Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide im Juli geht es dann um Therapie- und Freizeitangebote und um die Ausflugstipps rund um Bordelum. Wenn ihr Fragen zur Klinik habt, schreibt einfach einen Kommentar. So haben alle etwas davon.

Im Kinderzimmer waren zwei Betten, zwei Kindertische (wurden von uns als Nachtschrank benutzt), ein geräumiges Regal und mehrere Wandhaken. Hier gab es auch lichtdurchlässige Vorhänge an den Fenstern. Das Bad ist mit Waschbecken, Dusche und WC ausgestattet. Alles in allem hätten wir uns mehr Ablagefläche gewünscht, aber Platz für alles andere war mehr als genug.

webmaster@tulpentopf.de
www.tulpentopf.de

Alle Bilder des Berichts: ©Tina