



## Direkt am Meer

Das Westfalenhaus liegt unmittelbar am Meer, der Ostseestrand ist direkt vom Gelände aus zugänglich. Der Ortskern von Niendorf ist in wenigen Minuten zu Fuß erreichbar.

Das **Ostseeheilbad Niendorf** ist ein kleiner Badeort mit idyllischem Hafen am Timmendorfer Strand. Zwischen **Scharbeutz** und **Travemünde** gelegen ergeben sich zahlreiche Ausflugs- und Unternehmungsmöglichkeiten, geradezu ideal, um vom Alltag abzuschalten. Die barrierefreie Bauweise und Ausstattung ermöglicht auch Menschen mit Behinderung weitgehende Teilhabe.

Mit Platz für bis zu 38 Mütter mit Ihren Kindern gehört das Westfalenhaus zu den kleineren Kurkliniken. Dies führt zu einer familiären Atmosphäre, die Ihnen und Ihren Kindern hilft, sich schnell wohlfühlen.

## Weitere Informationen

### St. Anna – Caritas gGmbH

Trägerin des Caritas Westfalenhauses  
Danziger Str. 66  
20099 Hamburg

Die St. Anna – Caritas gGmbH gehört zum  
Caritasverband für Hamburg e.V.

### Caritas Westfalenhaus

Vorsorge für Mutter und Kind  
Travemünder Landstr. 1  
23669 Timmendorfer Strand

+49 4503 8706-0

+49 4503 8706-800

info@caritas-westfalenhaus.de

www.caritas-westfalenhaus.de



## Caritas Westfalenhaus Vorsorge für Mutter und Kind am Timmendorfer Strand

Für Mütter

- mit Erschöpfungszuständen
- mit sozialen und familiären Belastungen sowie bei Trauer
- mit psychosomatischen Beschwerden und bei Infektanfälligkeit
- mit Asthma bronchiale
- mit Erkrankungen des Herzens und des Kreislaufsystems



## Unsere Leistungen

- Medizinische Vorsorge und Therapie
- Aquagymnastik
- Entspannungs- und Stressbewältigungsstrategien wie z. B. EFT
- Ernährungsberatung und Ernährungskurse
- Erziehungsberatung
- Kunsttherapie
- Massagen und Tuina-Massagen
- Mutter-Kind-Aktionen
- Naturheilverfahren
- Physiotherapie
- Psychomotorik für Kinder
- Entspannungstrainings für Kinder
- Rekreatiionsangebote
- Künstlerisch-kreative Angebote
- Psychosoziale Beratung
- Psychotherapie
- Schulbegleitender Unterricht



## Unser Konzept

Das Therapiekonzept des Westfalenhauses ist **frauen-spezifisch, ganzheitlich und familienorientiert**. Schwerpunktmäßig ist unser Behandlungsangebot auf stressbedingte Erkrankungen ausgerichtet.

**Medizinische, psychologische, soziale und pädagogische Konzepte** werden aufeinander abgestimmt, Zusammenhänge zwischen Belastungen und psychosomatischen Störungen aufgezeigt und Bewältigungsstrategien erarbeitet.

Ausschlaggebend für Ihr persönliches Therapieprogramm ist immer die **individuelle Schwerpunktdiagnose**. Unsere interdisziplinären Teams stimmen sich auf Ihre besondere Indikation ab. Neben den verordneten **medizinischen und psychosozialen** Therapieleistungen halten wir zahlreiche zusätzliche Programmpunkte und Veranstaltungen vor. Je nach Indikation bieten wir Ihnen beispielsweise **Märchentherapie, Yoga, Qi Gong** oder **Klopfakupressur (EFT)** an.

## Für Kinder

Ein **fröhliches und zugewandtes Team** übernimmt die pädagogische Kinderbetreuung im *Auenland*, dem Kinderbereich im Caritas Westfalenhaus.

Nach einer Eingewöhnungsphase werden die Kinder von Montag bis Samstag zwischen 08.00 und 15.00 Uhr in **vier altersdifferenzierten Gruppen** betreut. Mit Sport, Spiel und Spaß!

Die Nachmittage ebenso wie das mittlere Wochenende bieten ganz bewusst Zeit für Mutter & Kind, um **gemeinsam zu spielen und zu entspannen**. Natürlich bieten wir zusätzlich Mutter-Kind-Aktionen an.

Neben den Gruppenräumen finden Kinder in unserem **Bewegungsraum** und auf unserem **Spielplatz** Gelegenheit zum Toben und Spielen. Der **Ostseestrand** und das **Meerwasserschwimmbad** erweitern die Freizeit- und Entspannungsmöglichkeiten ideal.

## Körper und Seele

Die Vorsorgeklinik verfügt über eine kleine **Kapelle**, einen Raum der Stille, in dem jederzeit die Gelegenheit zur Andacht und Einkehr besteht. Darüber hinaus bieten wir Ihnen hier Mutter-Kind-Gottesdienste an.

Für das körperliche Wohlbefinden stehen Ihnen unser **Fitnessraum**, unser **Kneippbecken**, eine großzügig angelegte **Sauna** mit Lichttherapiebereich und eine **Salzoase** sowie das sich nebenan befindende **Meerwasserhallenbad** ohne Aufpreis bereit.

Ein **Atelier mit Werkstatt** ermöglicht kreative Betätigung, ein modern eingerichteter **Salon mit Meerblick** steht für die Entspannung der Mütter bereit.



## Gemeinsam leben

Bei uns wohnen Sie in **freundlich eingerichteten 2-Raum-Appartements** mit eigenem Duschbad, begehbarem Kleiderschrank, Babyfon und Telefon (Appartements in der Villa sind leicht abweichend ausgestattet). Einige Appartements sind auch geeignet für Menschen mit Behinderungen, die in jeder Kur willkommen sind.

**Aufenthaltsräume mit Teeküche**, Hauswirtschaftsräume, eine **Sonnenterrasse** mit Meerblick und ein gepflegter und geschützter **Außenbereich** sorgen für Wohlgefühl auf dem ganzen Gelände. Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung liegt uns am Herzen. In unserem hellen und freundlichen Speiseraum bieten wir Ihnen alle Mahlzeiten in Buffetform an.

An vielen Abenden bieten wir Ihnen **Gemeinschaftsaktivitäten**, wie zum Beispiel Klangschaalenmeditation, Pezziballtrommeln und Handarbeiten an. Über die haus-eigene Babyfon-Anlage bleiben Sie während dieser Zeit mit ihren Kindern in Kontakt.