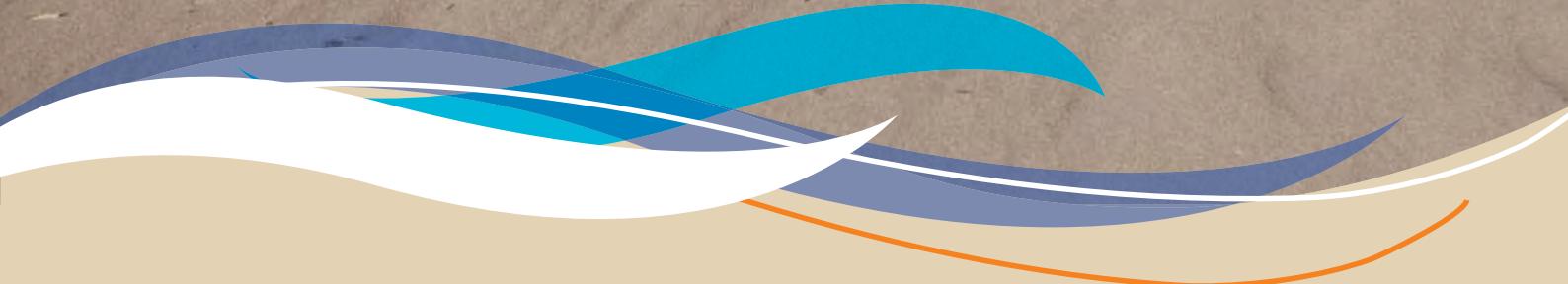
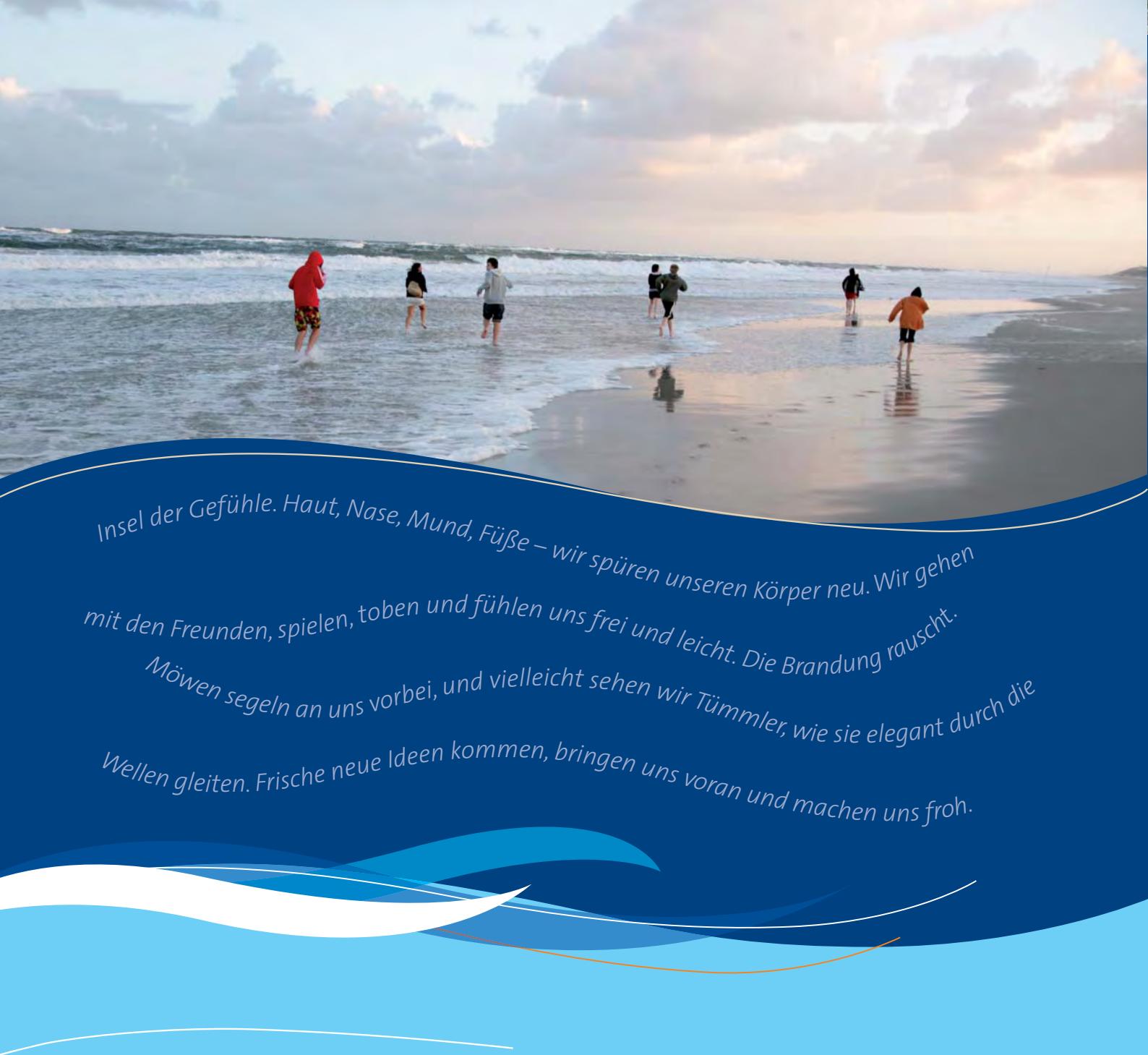




FRISCHE FANGEN





Insel der Gefühle. Haut, Nase, Mund, Füße – wir spüren unseren Körper neu. Wir gehen mit den Freunden, spielen, toben und fühlen uns frei und leicht. Die Brandung rauscht. Möwen segeln an uns vorbei, und vielleicht sehen wir Tümmler, wie sie elegant durch die Wellen gleiten. Frische neue Ideen kommen, bringen uns voran und machen uns froh.

INHALT

<i>Zeit für Ideen</i>	3
<i>Fit für's Leben</i>	4
<i>Wohnen mit Freunden</i>	6
<i>Stark für die Zukunft</i>	8
<i>Jeden Tag eine neue Idee</i>	10
<i>Mit allen Sinnen lernen</i>	12
<i>Zuhause auf der Insel</i>	14



Zeit für Ideen

DIE NATUR IST DEIN FREUND

„Sylt für die Seele“, „Luft ist Leben“. Wer einmal am endlosen weißen Strand von Sylt gestanden hat, weiß, was dieses bedeutet. Sommerstrand: Sonne, Wind und Meer und eine reine Luft ohne Pollen und Schadstoffe. Winterstrand – geheimnisvoller Seenebel, Eisschollen und verschneites Dünengras – gerade in den kühleren Monaten stimuliert das Reizklima der Nordsee und stärkt die Abwehrkräfte besonders. Salz liegt in der Luft und reinigt deine Haut und Lunge.

BESTE LAGE, BESTE AUSSTATTUNG

Direkt hinter der Düne, kaum hundert Meter vom Strand entfernt, liegt unser Haus. Bestens ausgestattet im diagnostischen und therapeutischen Bereich, bieten wir eine qualifizierte medizinische, pädagogische und psychologische Betreuung. Unser neues Haus paart attraktiven Komfort mit medizinischem Hightech und bietet außerdem vielfältige künstlerische und pädagogische Anreize. Auf der Basis der Verhaltensmedizin und aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse behandeln wir Atemwegserkrankungen, Erkrankungen der Haut, Allergien, Stoffwechselstörungen und Übergewicht. Nach einem ganzheitlichen Ansatz betrachten wir Körper, Seele und die soziale Situation des Patienten im Zusammenhang. Bei Bedarf kommen auch Erfahrungen aus der Naturheilkunde, der traditionellen chinesischen Medizin und der Homöopathie zur Anwendung.





Fit für's Leben

STÄRKEN UND MOTIVIEREN

Mit unseren in ganz Deutschland anerkannten Trainingsangeboten und therapeutischen Maßnahmen verbessern wir den Krankheitsverlauf und tragen zur Heilung bei. Die Kinder und Jugendlichen werden seelisch und körperlich stabiler. Wir fördern ihre Selbstwahrnehmung und machen sie dadurch selbstbewusster. Vor allem aber werden sie fit für den Alltag zu Hause, indem sie Methoden an die Hand bekommen und motiviert werden, ihre Krankheit eigenständig zu bewältigen. Sie übernehmen Verantwortung für sich selbst und haben mehr Freude am Leben und am Lernen.

„Ich persönlich bin Freundin, Mutter, Animatorenin, Psychologin, das ‚große offene Ohr‘ für alles mit Herzlichkeit und Güte. Ich vermittele ihnen, wie schön die Insel ist und was man hier alles erleben kann, und das nicht nur im Sommer.“

GERLINDE STEINER,
STAATLICH GEPRÜFTE ERZIEHERIN,
NEURODERMITISTRAINERIN



*Mir geht es gut. Ich merke, wie viele Erlebnisse
- von Action bis zum Chillen - Körper und Geist beleben.*

Spüre, die anderen sind auch gut drauf.

Vieles hab ich schon erreicht. Ich bin stolz auf mich.



BREITES ANGEBOTSSPEKTRUM – INDIVIDUELL ABGESTIMMT

DIAGNOSTIK

- Regelmäßige ärztliche Untersuchungen
- Lungenfunktions- und Allergietests, Suchdiät, Nahrungsmittelprovokation
- Laboruntersuchungen, Sonographie, EKG
- ggf. 24h-Blutdruckmessung
- Diagnostik nach traditioneller chinesischer Medizin
- Psychologische Diagnostik

THERAPIEN UND ANWENDUNGEN

- Individueller medizinischer Behandlungsplan
- Eincremetherapie
- Physiotherapie
- Medizinische Bäder, Packungen, Sauna, Massage, Kneippkuren
- Akupunktur, Bestrahlung
- Klimatherapie, Meerwasserinhalationen

ERNÄHRUNGSBERATUNG/ SPEZIELLE KOSTFORMEN

- Diät- und Ernährungsberatung
- Allergenarme Kost
- Diät bei Stoffwechselkrankungen
- Optimierte Mischkost bei Übergewicht
- Vegetarische Kostformen
- Schweinefleischfreie Kost

SPORT

- Schwimmen im haus-eigenen Meerwasserbad
- Fußball, Handball
- Basketball, Volleyball
- Fitness- und Krafttraining
- Baden im Meer
- Joggen, Nordic Walking,
- Trendsportarten

KÖRPERWAHRNEHMUNG

- Entspannungstechniken
- Haltungsturnen
- Antistress-Training
- Atemtherapie
- Qi Gong
- Trampolin, Kletterwand
- Sinnesschulung (Fühlpfad)
- Psychomotorik, Rückenschule

SCHULUNGEN

- Asthmaschulung „Sausewind“
- Neurodermitisschulung „Pingu Piekfein“ und „Fühl Mal“
- Diabetesschulung „Topfit mit Diabetes“
- Adipositas-Schulung „EMI“ (Essen mit Intelligenz)
- Psoriasis-Schulung „PSORA“





Wohnen mit Freunden

„AUSTRALIEN LIEGT IM ZWEITEN STOCK“

Du wohnst zusammen mit ein oder zwei anderen Kindern oder Jugendlichen in einem hellen gemütlichen Zimmer mit eigener Dusche und WC. Alle Bewohner eines Stockwerks bilden mehrere Wohngruppen, benannt nach Ländern spezieller Kontinente. Du wohnst dann entweder in Afrika oder Australien und gehörst zum Beispiel zur Gruppe Victoria oder Tasmanien. Eure Gruppe startet jeden Morgen mit einem kräftigen Frühstück in unserer Kantine. Danach gehst du zu deinen Anwendungen, z. B. Inhalationen, Bäder, Eincremen, Schule, Bewegungsübungen, Sport oder zu einer Patientenschulung. Nach dem leckeren und abwechslungsreichen Mittagessen – besonders beliebt sind auch die Nachspeisen – hast du weitere Anwendungen.

SNOEZELEN ODER CHILLEN

Keine Angst, für Freizeit und einfach Abhängen in den gemütlichen Sesseln der Gemeinschaftszimmer bleibt genügend Zeit. Ihr hört Musik, spielt Billard und Kicker und könnt auch Fernsehen oder Videos schauen. Nachmittags und am Abend trefft ihr euch für Aktivitäten, spielt am Strand Basketball oder Beach-Volleyball. Abends geht ihr manchmal schwimmen in unserem Meerwasserhallenbad oder tanzt in unserer Disco. Vor allem aber genießt ihr die neuen Freundschaften.

SPIEL, SPORT UND BEWEGUNG

Am und im Haus gibt es tolle Angebote, für jeden ist etwas dabei:

- TISCHTENNIS, BILLARD, KICKER
- SPORTHALLE, KLETTERWAND, TRAMPOLIN
- STREETBALL, RASENVOLLEYBALLFELD, FUSSBALLPLATZ
- EIGENER STRANDABSCHNITT MIT BEACH-VOLLEYBALL
- MEERWASSERSCHWIMMBAD, SAUNA, SAUNAGARTEN
- FITNESSRAUM, KRAFTRAUM, BOGENSCHIESSEN
- MEDIEN- UND COMPUTERRAUM MIT INTERNET- UND EMAILZUGANG
- BIBLIOTHEK MIT BÜCHERN, GESELLSCHAFTSSPIelen, VIDEOS
- DISCO, MUSIKRAUM MIT SCHLAGZEUG
- GRILLPLATZ, FUNKÜCHE, KRÄUTERGARTEN, FÜHLPFAD



PROFESSIONELL UND LIEBEVOLL BETREUT

Unsere Pädagogen, Schwestern und Pfleger sind rund um die Uhr für die Kinder und Jugendlichen da, helfen ihnen durch den aufregenden Alltag in der neuen Gemeinschaft. Sie unterstützen und motivieren sie, ihren individuellen Therapieplan umzusetzen und behalten die besondere Krankheitssituation des einzelnen Kindes und Jugendlichen im Auge. Sie sorgen dafür, dass die Gruppen ihre Mahlzeiten gemeinsam einnehmen und regeln Absprachen in Bezug auf die Eltern, Lehrer, Ärzte oder andere Berufsgruppen im Haus. Sie fördern Freundschaften, beraten und leiten die Kinder und Jugendlichen an. Sie machen Freizeitangebote – mit vielen Spielen und Ausflügen, zum Beispiel ins Freizeitbad Sylter Welle oder zur Strandpromenade. Sie organisieren Inselaktivitäten wie Wattwanderungen, Schiffstouren zu den Seehundsbänken oder gehen einfach mit ihnen „Shoppen“.

„Ich möchte den Kindern und Jugendlichen in den vier bis sechs Wochen, die sie hier sind, eine gemütliche Unterbringung, eine Art ‚Zuhause‘, geben.“

Claudia Christiansen,
STAATL. ANERKANNTE ERZIEHERIN

„Ich bringe Kindern und Jugendlichen durch Ermutigung und Lob gleichbleibende Zuneigung entgegen und schaffe eine lustbetonte und vertrauensvolle Atmosphäre von Echtheit und Aufrichtigkeit.“

Christel Bernsdorf,
DIPLOM-SPORTLEHRERIN,
ANERKANNTE QI-GONG-LEHRERIN





Stark für die Zukunft

TRAININGSCAMP GESUNDHEIT

Die Kinder und Jugendlichen werden von qualifizierten Schulungspädagogen angeleitet, bestimmte Aspekte ihrer Erkrankung gemeinsam anzugehen. In der Gruppe lernen sie von den anderen, spielerisch und ohne Druck. Unsere Schulungsprogramme wurden von unserem Team selbst entwickelt und erfahren mittlerweile große Beachtung in Öffentlichkeit, Politik und Wissenschaft. In der Praxis bewährt und in Forschungsprojekten auf ihre Wirksamkeit untersucht, werden sie auch von anderen Einrichtungen angewendet.

LUFT ZUM ATMEN

Durch Spiel, Sport und Spaß wirst du stärker und fühlst dich insgesamt besser. Das Atmen wird leichter, die Asthmaanfälle werden seltener. Mit Lungenfunktions- und Allergietests schauen wir uns deine Situation noch einmal genauer an. In unserer Asthmaschule „Sausewind“ lernst du, Ursachen und Auslöser deines Asthmas einzuschätzen, richtig zu inhalieren und die verschiedenen Medikamente richtig einzunehmen. Du übst, wie du auch ohne Medikamente einen Asthmaanfall gut überstehst. Atemgymnastik oder Intervalltraining helfen dir, deine Atmung zu steuern und dich so auf sportliche Aktivitäten vorzubereiten. Schwimmen macht deine Atmung und Muskulatur schön kräftig. Mit Qi Gong oder Bogenschießen schaffst du es, dich noch besser zu konzentrieren.





Klar im Kopf. Ich atme durch und sauge die Impulse aus der Natur in mich auf.
Die Sonne scheint auf mein Gesicht, der Wind massiert meine Wangen.

WOHLFÜHLEN IN DER HAUT

Mit dem täglichen Eincremtraining helfen wir dir, deine Haut zu verbessern. Wir spüren gemeinsam mit dir die Auslöser auf, die deine Haut reizen. Du lernst verschiedene Möglichkeiten der Behandlung kennen und kannst sie unter Anleitung ausprobieren. Am Anfang untersuchen wir deine Haut natürlich noch einmal gründlich und machen ein paar Tests, zum Beispiel Allergietests. Du wirst sehen, wie allein das frische Syltklima, die salzhaltige Meeresbrise und die freie Sonneneinstrahlung dir und deiner Haut gut tun. Dazu probierst du außerdem medizinische Bäder wie ein Meerwasser-Ölbad, du machst Kneippanwendungen, gehst in die Sauna, bekommst eine Massage oder kühlst deine Haut mit dem Sylter Thermasolwasser. In unserer Schulung „Fühl mal“ übst du Kratzalternativen und lernst noch andere Techniken kennen, den Juckreiz zu bewältigen. In Antistress-Trainings erfährst du, wie du dich besser entspannen kannst.

„Ich gebe den Kindern das Wissen, dass ich sie für voll nehme. Ich möchte, dass sie mitentscheiden und verrate ihnen Tricks und Tipps, mit denen sie als chronisch kranke Kinder fast alles genauso machen können wie die anderen. Mein Motto ist ‚Eincremen nicht als Therapie sondern so wie Zähneputzen‘.“

INGEBORG MÜLLER,
KINDERKRANKENSCHWESTER,
NEURODERMITISTRAINERIN





Diese unglaubliche Frische fühlen: Sand, Sonne, Wind und Weite überall.

Die Kraft der Elemente ist überwältigend: der Himmel und die Wolken,
die Brandung und die Wellen.

Jeden Tag eine neue Idee



LERNEN, ÜBEN, ANWENDEN

Wir helfen den Kindern und Jugendlichen, aus festgefahrenen Situationen herauszukommen und gestärkt in den Alltag zurückzukehren. Sie lernen, wie sie mit ihrer Krankheit noch besser umgehen. Aufgrund ihres gestärkten Selbstbewusstseins kümmern sie sich selbst um ihr Wohlergehen und werden insgesamt leistungsfähiger. Als Ergebnis stellt sich, fast wie von selbst, ein verbesserter Gesundheitszustand ein.

DIABETES IM GRIFF

Bei uns erfährst du die Sicherheit, das Insulin an deinen Alltag anzupassen, du bekommst den Diabetes in den Griff, bist fit und hast Spaß beim Essen. Dazu schauen wir uns noch einmal genauer deinen Stoffwechselverlauf an und erstellen ein Blutzucker-Tagesprofil. Du erfährst noch einmal alles Wichtige zum Umgang mit Blutzuckerschwankungen und Entgleisungen. Und unser Kompetenz-Training hilft dir, schwierige Situationen besser durchzustehen. So lernst du trotz Diabetes und mit normalen Blutzuckerwerten ohne Einschränkung an allen Aktivitäten mit deinen Freunden teilzuhaben.



„Ich möchte den Kindern und Jugendlichen gerne Selbstvertrauen in sich und ihre Entscheidungen geben, sie in ihrem Selbstmanagement unterstützen. Für mich ist es wichtig, dass ich das Ganze hier mit etwas Spaß an der Sache „würze“.“

KATHARINA B.,
KINDERKRANKENSCHWESTER,
DIABETESBERATERIN

ÜBERWICHT: BESSER ESSEN, MEHR BEWEGEN

Bei uns bekommst du Ideen, wie du – auch längerfristig – von deinem erhöhten Gewicht herunterkommst. Deshalb schauen wir zunächst einmal, warum es zum Übergewicht gekommen ist. Wir wissen, auch Stress und seelische Belastungen können die Entstehung von Übergewicht begünstigen. Deshalb lernst du Techniken, wie du besser mit solchen Problemen umgehen kannst. Unsere spezielle Ernährungsschulung heißt „EMI“, die Abkürzung steht für „Essen mit Intelligenz“. Das ist keine Diät, und du musst nicht hungrig sein. Trotzdem kannst du abnehmen, weil du Tipps und Tricks anwendest und die Ernährungspyramide dir hilft, dein Essen zu steuern und dich ausgewogen zu ernähren. Und vor allem bekommst du wieder Spaß, dich zu bewegen. Beim Schwimmen im Meerwasserhallenbad und beim Fitnesstraining baust du Muskeln auf, Haltungstraining entlastet deine beanspruchten Gelenke. Du lernst moderne Trendsportarten kennen und hast Spaß an Fußball- oder Handballturnieren in unserer großen Turnhalle oder am Strand.





*Innere Schätze entdecken. Ich genieße den Duft
der würzigen Kräuter und spüre den Sand
unter meinen Füßen, werde eins mit der Natur.
Die Zeit steht still.*

Mit allen Sinnen lernen

UNSERE SCHULE: EINE KLASSE FÜR SICH

Schule kommt bei uns nicht zu kurz. Im Gegenteil, täglich arbeiten die Kinder und Jugendlichen mit dem Material, das sie vorher mit ihren Lehrern zuhause abgestimmt haben. Das Besondere an unserem Unterricht ist die persönliche Betreuung, angepasst an die Belastbarkeit und das individuelle Lerntempo des jeweiligen Kindes oder Jugendlichen. Ausgebildete Lehrer kümmern sich darum, dass der Stoff systematisch durchgearbeitet wird und der Anschluss an die Schule nicht verloren geht. Viele Kinder und Jugendliche genießen diese Einzelbetreuung, sie werden individuell gefördert und arbeiten dadurch sehr intensiv. Dieses Lernumfeld motiviert viele so sehr, dass sie dadurch in der Schule anschließend sogar besser werden.

„Ich möchte Kindern zeigen, dass Lernen Spaß machen kann, dass sie sich mir anvertrauen können, dass ich als Erwachsener ihre Probleme verstehe und Probleme im geschützten Raum des Gesprächs lassen kann. Ich möchte, dass sie durch mich lernen, kompetenter mit ihrer Erkrankung umzugehen.“

ROLF BEHLEN,
SCHULUNGSPÄDAGOGE





ABWEHRKRÄFTE STÄRKEN

Wir versuchen herauszufinden, warum Kinder und Jugendliche öfter krank sind, und geben euch Informationen über Vorbeugungsmaßnahmen. Das Nordseeklima ist bestens geeignet, die körpereigenen Abwehrmechanismen zu stärken und euch abzuhärten. Mit täglichen Spaziergängen und Aktivitäten in guter Luft nutzen wir die Angebote der Natur wie Meeresbrise, Meersalzgehalt, Sonne und Wasser.

Je nach Außentemperatur und Wetterlage steigern wir die Reize stufenweise. Mit Physiotherapie, Sport und Sauna bringen wir den Stoffwechsel zusätzlich auf Touren. Meerwasserinhalationen erfrischen die Atemwege und machen sie frei.





Balance genießen. Die Schönheit der Umgebung, die Farben und die Sinnlichkeit der Natur haben eine fast meditative Kraft. Ich komme wieder mehr zu mir und genieße die Ruhe, kann Entscheidungen treffen.

Zuhause auf der Insel

AUSTAUSCH UND GEBORGENHEIT

Im Haus-Vater-Mutter-Kind, kurz „HaVaMuK“, wohnen die jüngeren Kinder zusammen mit dem begleitenden Elternteil in wohnlichen Appartements. Die Innengestaltung ist ganz auf die Landschaft der Insel Sylt zugeschnitten. Wandmalereien zur Unterwasserwelt, Wiesen, Meer, Strand und Luft und besondere Spielgeräte wie Leuchtturm, Luftsessel und ein Schiffswrack in den weiträumigen Fluren und Gemeinschaftsbereichen lassen den Kindern viel Raum zum Spielen und regen ihre Phantasie an.



EIN TEAM – EIN ZIEL: DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Unser Angebot ist auf einem qualitativ hohen Niveau, das sich an bestehenden fachlichen Leitlinien orientiert und diese mitentwickelt. Das Team ist hoch motiviert und arbeitet interdisziplinär: Krankenschwestern, Arzthelferinnen, Psychologen, Sozial- und Schulungspädagogen, Erzieher, Lehrer, Sport- und Physiotherapeuten, Diätassistenten und natürlich Kinderärztinnen und Ärzte mit Zusatzausbildung in Allergologie, Lungenheilkunde, Diabetologie, Naturheilkunde und Akupunktur. Im Mittelpunkt



„Ich möchte den Eltern Tipps geben, wie sie auch zuhause mit ihren Kindern gesundheitsfördernde Maßnahmen durchführen. Durch Bewegungs- und Atemübungen sowie Akupressur möchte ich ihre Atemtechnik verbessern. Ich wende ‚heilsame Laute‘ an, die wie Seelenbalsam entspannend wirken. Ich möchte das vermitteln, was die Patienten mit nach Hause tragen können.“

JASMIN SCHICHLER-KLEIPSTIES,
PHYSIOTHERAPEUTIN,
MED. BADEMEISTERIN

unserer Bemühungen steht der Mensch. Gegenseitige Wertschätzung, Offenheit und Vorurteilsfreiheit zeichnen unser Betriebsklima aus. Wir tun alles, damit unsere Patienten und Begleitpersonen zu jeder Zeit gut versorgt sind.

RUHE UND KRAFT FINDEN – VON ANDEREN LERNEN

Auch wenn das kranke Kind im Zentrum der Therapien und Anwendungen steht, profitieren die Begleitpersonen von den unterstützenden und informativen Angeboten. Mütter und Väter lernen in unseren Gesprächsrunden, wie sie mit der Erkrankung ihres Kindes besser umgehen können. Sie tauschen sich aus mit anderen und bekommen wertvolle Tipps und emotionale Unterstützung, insbesondere was die familiäre Belastung betrifft. Unsere Sozialpädagogen vermitteln ihnen zusätzlich Wissen, wie sie ihr Kind besser fördern und unterstützen können. Die Mütter und Väter begleiten ihr Kind zu den Einzelanwendungen und Arztvisiten und haben – neben den medizinischen und pädagogischen Schulungen – auch ein bißchen Zeit für sich selbst.





Fachklinik Sylt
für Kinder und Jugendliche
Steinmannstr. 52-54
25980 Westerland / Sylt

Fon 04651/852-0
Fax 04651/852-412
E-Mail: fachklinik-sylt@t-online.de

www.fachklinik-sylt.de

Ein Haus der Deutschen
Rentenversicherung Nord



NACH SYLT REISEN

Sylt ist mit allen Verkehrsmitteln sehr gut
zu erreichen – ob Bahn, PKW, Schiff oder Flugzeug.

Bahn

Westerland ist IC-Station
Infos unter: **www.bahn.de**

PKW

Sie fahren über die A7, B199, B5 bis Niebüll. Dort können
Sie Ihr Auto entweder auf einem kostenpflichtigen Park-
platz abstellen oder fahren mit dem Autozug über den
Hindenburg-Damm nach Westerland. Weitere Infos unter:
www.syltshuttle.de, www.syltparker.de

Flugzeug

Westerland wird von einigen Fluggesellschaften
direkt angeflogen. Infos beim Flughafen Sylt unter
der Telefonnummer 04651/92 06 12 oder unter
www.flughafen-sylt.de

Autofähre

Die Fähre fährt von Havneby/Römö in Dänemark nach
List/Sylt. Fahrzeit ca. 1 Stunde. Reservierung empfohlen.
Infos unter: 0180 - 310 30 30
www.sylt-faehre.de