



Herzlich Willkommen

Unser **AWO Gesundheitszentrum am Spiegelwald** befindet sich im reizvollen Westertal und ist eine großzügig gestaltete Mutter-/Vater-Kind-Vorsorgeklinik mit starkem Fokus auf die Gesundheitsvorsorge. Das qualitätsgeprüfte Konzept zielt darauf, Müttern oder Vätern mit Kindern eine dreiwöchige Auszeit zu ermöglichen. Mit speziellen und individuellen Therapiemaßnahmen sollen die Folgen von Überforderungen verhindert werden, die Mutter-/Vater-Kind-Beziehung gestärkt und neue Kraft für den Alltag geschöpft werden.

Zum Gesundheitszentrum gehören ein romantischer Kurpark mit altem Baumbestand, Teich, Bach und ein großer Interaktionsspielplatz. Zudem bietet die Umgebung attraktive Angebote, wie zum Beispiel einen Reiterhof, ein Naturbad, Rad- und Wanderwege und Skiloipen. Für einen großen Erholungswert sorgt ganzjährig ein mittleres Reizklima, das einen wohltuenden Einfluss auf Körper und Seele hat.

In unserer Einrichtung werden Mutter-Kind-Vorsorgemaßnahmen durchgeführt. In speziellen Belegungen sind auch Väter mit ihren Kindern zur Vater-Kind-Kur anwesend.

Unser Therapiekonzept orientiert sich an einem übergreifenden mütterspezifischen Präventionsprogramm. Dabei arbeiten wir in einem interdisziplinären Team. Entsprechend der Diagnostik wird gemeinsam eine Zielvereinbarung getroffen, ein Therapieplan erstellt und das therapeutische Programm durchgeführt. In unserer Physiotherapie werden Besonderheiten der Mütter berücksichtigt. Ziele sind die nachhaltige Aktivierung und Schmerzlinderung. Innerhalb von Kursen und Schulungen werden die vielfältigen Rollen der Mütter angesprochen, Ressourcen aktiviert, alltagstaugliche Strategien entwickelt und Entspannungstechniken kennengelernt. Mutter-Kind-Interaktionen gibt es für unterschiedliche Altersgruppen.

Sie haben Zeit für sich selbst. Gemeinsam mit Ihren Kindern können Sie wertvolle Zeit im Erzgebirge gestalten.

Indikationen für Mütter, die für eine Aufnahme bei uns sprechen:

- › psychosomatische Erschöpfung im Zusammenhang mit Risikofaktoren der Umgebung oder des Verhaltens und körperlichen Beschwerden sowie Erkrankungen des Bewegungsapparates
- › anspruchsvolle Mutter-Kind-Beziehung, z.B. durch Erkrankungen/Auffälligkeiten von Kindern, wie ADHS, ADS und Wahrnehmungsstörungen
- › Adipositas und Übergewicht
- › Migräne und Kopfschmerz

Wir geben Ihnen Unterstützung in speziellen Lebenssituationen mit den Zielen:

- › Linderung starker Erschöpfungszustände
- › Bewältigung der aktuellen Lebenssituation
- › Vorbeugung von Burnout oder anderer manifester Erkrankungen
- › Umgang mit Trauer
- › Kraft schöpfen zur Pflege Angehöriger
- › Stärkung der Mutter-Kind-Beziehungen
- › Umgang mit Erziehungskonflikten und Verhaltensauffälligkeiten
- › Raucherentwöhnung
- › Umgang mit Übergewicht und gestörtem Essverhalten
- › Umgang mit Kopfschmerz und Migräne
- › Stärkung von Selbsthilfepotenzialen und Ressourcen



Kinderbetreuung wird bei uns groß geschrieben

Die Möglichkeit der Mitaufnahme von Kindern besteht für die Altersgruppen von 0 bis 12 Jahren, in besonderen Fällen bis 14 Jahren. Für Kinder mit Behinderung gelten keine Altersgrenzen. Damit sich die jungen Gäste bei uns wohlfühlen, gibt es innerhalb der Kinderbetreuung verschiedene altersgerechte Angebote. Dafür stehen mehrere liebevoll eingerichtete Gruppen- und Spielräume im Kinderland und Teenie-Treff zur Verfügung. Sie sind direkt von den Apartments aus erreichbar. Bei der pädagogisch-therapeutischen Betreuung werden unsere Physiotherapie, Sauna, das Bewegungsbad und das Außen Gelände der Vorsorgeklinik mit einbezogen.

Um auch den schulischen Anschluss nicht zu verlieren, werden alle schulpflichtigen Kinder durch qualifizierte Lehrkräfte innerhalb der pädagogischen Arbeit betreut. Den schulischen Stützunterricht gestalten zweimal wöchentlich eine Grundschul- und Mittelschullehrerin.

