

Wieder aufleben!



Katharinenhöhe

Rehabilitationsklinik
für Kinder mit ihren Familien
und für junge Menschen

Oberkatzensteig 11
78141 Schönwald/Schwarzwald
Telefon 0 77 23/65 03-0
Telefax 0 77 23/65 03-100
www.katharinenhoehe.de
verwaltung@katharinenhoehe.de

Wir beantworten gerne Ihre Fragen:

Dr. med. Siegfried Sauter
Ärztlicher Leiter
Telefon 0 77 23/65 03-123
siegfried.sauter@katharinenhoehe.de

Stephan Maier
Psychosozialer Leiter
und Verwaltungsleiter
Informationen zu Kostenrecht,
Hilfestellung bei Bewilligungen
Telefon 0 77 23/65 03-111
stephan.maier@katharinenhoehe.de

Manuela Beck
Anmeldung
Telefon 0 77 23/65 03-114
jugendreha@katharinenhoehe.de

Hansjörg Seeh
Vorsitzender des Verwaltungsrates
Erster Bürgermeister a. D., Freiburg



Träger: Arbeiterwohlfahrt
Bezirksverband Baden e.V.
www.awo-baden.de

Spendenkonto:

Volksbank Triberg
Konto-Nr. 47 47 03
BLZ 694 917 00

Stiftungskonto für Zustiftungen und Spenden:

Bank für Sozialwirtschaft
Karlsruhe
Konto-Nr. 673 00 00
BLZ 660 205 00



Wo erkrankte junge
Menschen gemeinsam in
ihr Leben zurückfinden

Jung sein und leben



Wieder aufleben!

Katharinenhöhe

Rehabilitationsklinik
für Kinder mit ihren Familien
und für junge Menschen



Ein richtungsweisendes
Konzept: Die Katharinenhöhe

Das Schwarzwaldhaus auf der Katharinenhöhe wurde vor etwa **100 Jahren** für die Erholung kranker Kinder errichtet und nach dem 1. Weltkrieg von der Arbeiterwohlfahrt übernommen. Während der wechselvollen Geschichte änderten sich zwar die Aufgaben und Zielsetzungen, doch das Wohl von Kindern und Jugendlichen blieb immer das zentrale Anliegen auf der Katharinenhöhe. So fand **1987** die erste stationäre Nachsorgebehandlung für krebskranke Jugendliche statt. **1988** folgte die erste kleingruppenorientierte Maßnahme für junge Erwachsene.

Diese Pionierleistungen stellten die Weichen für die heutige Spezialisierung der Klinik, die immer schnell auf die Bedürfnisse ihrer Patienten reagiert. So wurde die Rehabilitationsklinik für ihre Aufgaben schrittweise ausgebaut und modernisiert. Die Zukunft wird gesichert durch die neu gegründete „Stiftung Katharinenhöhe für krebskranke und chronisch kranke Kinder“.

Das bewährte, richtungsweisende Konzept der Katharinenhöhe hilft, die Gesundheit zu stabilisieren und die vielfältigen Belastungen zu verarbeiten. Als führende Spezialklinik für die Rehabilitation onkologischer, hämatologischer und kardiologischer Erkrankungen bei Kindern und jungen Menschen bietet die Katharinenhöhe umfassende medizinische, physiotherapeutische und psychologische Unterstützung.

Dafür gibt es heute mehr und mehr Bedarf. Denn beim Patienten und seiner Familie entstehen durch die besonderen Belastungen der Akuttherapie schwere psychische Reaktionen und Belastungen. Während sich die stationären Aufenthalte zunehmend verkürzen, verlagert sich ein Großteil der Behandlung in die stationäre Rehabilitation.



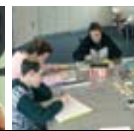


Nach der
Intensivbehandlung:
Ein Ort um wieder aufzuleben

Ein junger Mensch hat eine Intensivbehandlung durchgemacht oder lebt mit einem angeborenen Herzfehler. Die Krankheit, ob Krebs oder Herzerkrankung, ist zunächst überwunden. Doch nichts ist mehr so wie vorher. Ob es sich um körperliche Veränderungen handelt, um einen neuen Freundeskreis, um Abhängigkeiten, Unsicherheiten, Behinderungen, körperliche Schwäche, Arbeitslosigkeit, Gefühls-Chaos, Verliebtsein, Zukunftsängste, Müdigkeit, Einsamkeit, man fühlt sich immer wieder eingeholt von den Folgen der Krankheit. **Wir wollen helfen, aus diesem Zustand herauszukommen.** Wer mit der Krankheit fertig geworden ist, sollte nun auch mit den Folgen besser fertig werden. Durch eine geeignete Rehabilitation.

Bei uns findet die Rehabilitation **in einer kleinen Gruppe von ungefähr 12 bis max. 16 Gleichbetroffenen statt** mit einem sehr vielfältigen Angebot. Solche Gruppen bilden während des gesamten Aufenthaltes von vier Wochen eine Gemeinschaft, die auch durch spätere Kontakte noch lebendig bleibt. Dabei gibt es Gruppen für Jugendliche (15 bis 17 Jahre), für Heranwachsende (18 bis 21 Jahre) und für junge Erwachsene über 21 Jahre.

Diese jungen Menschen erhalten die Möglichkeit, körperlich wieder aufzubauen und fit zu werden, die Motivation und die Willenskräfte zu verbessern, Spaß zu haben, den Austausch miteinander zu vertiefen, Perspektiven und Ideen zu finden, Erfahrungen zu sammeln, Neues auszuprobieren, das innere Gleichgewicht zu finden, sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen, aktiver zu werden, Lebenslust zu entdecken und wieder eigene Verantwortung zu übernehmen. In der Gemeinschaft kann man kreative Dinge gestalten und sich dabei selbst entdecken. Das Gruppenerleben wird dabei helfen. Und das vielfältige und spezielle Therapie-Angebot wird ganz auf die persönlichen Bedürfnisse, Fähigkeiten und Ansprüche eingestellt auf dem Weg zu einer umfassenden Gesundheit.





Der äußere Rahmen: Gut aufgenommen sein

Die therapeutischen Maßnahmen brauchen geeigneten Raum. **Deshalb haben wir 2006 einen Erweiterungsbau fertiggestellt.** Der Neubau bietet uns eine gute räumliche Anbindung an unseren Klinikkomplex auf der Katharinenhöhe. So haben die jungen Patienten den direkten Zugang zu unseren medizinischen, therapeutischen und sportlichen Einrichtungen. **Ein wichtiger Fortschritt für eine effiziente Rehabilitation.**

Das neue Gebäude ist klar gegliedert nach Funktionen. Auf der unteren Ebene entfaltet sich die medizinische Betreuung. Physiotherapeuten und weiteres Fachpersonal erhalten hier modern eingerichtete Behandlungsräume. **Das Herzstück des Sportbereichs ist der Fitnessraum mit einer Kletterwand, die sich über mehrere Stockwerke erstreckt.** Auf der nächsthöheren Ebene befindet sich der psychosoziale Bereich. Die Schule, die Räume der psychosozialen Mitarbeiter und ein Mehrzweckraum für Gruppengespräche, Kunsttherapie oder Freizeitaktivitäten ordnen sich um eine zentrale Aufenthaltsfläche mit Tischtennis, Billard, Tischfußball, Dart und vielem mehr. In den darüber liegenden Etagen befinden sich die Wohn- und Schlafräume, in denen sich die kleinen Gruppen wohlfühlen.

In allen Bereichen sind mit dem Neubau Verbesserungen für die betroffenen jungen Menschen verbunden. Besonders freuen sie sich über den Musik- und Partyraum. Dort ist es jetzt möglich, die Musikanlage aufzudrehen, ohne jemand zu stören, und mit Rollstuhl oder Prothese auf die Tanzfläche zu gehen. **Wieder richtig jung sein ist für alle das Ziel der Rehabilitation.**





Psychosoziale Betreuung: Erfahrungen besser verarbeiten

Zusammen mit
Gleichaltrigen:

Wohlfühlen in der Gruppe

Zusammen mit anderen kann man hier viele Dinge auf die Beine stellen. Was gemeinsam gemacht werden soll, bestimmt die Gruppe durch das Mitspracherecht beim Erstellen des Wochenplans. **Es herrscht eine Atmosphäre, in der sich alle wohlfühlen können.** Das hängt auch davon ab, wie die Gruppe zusammengesetzt ist.

Die Teilnehmer sind alle im jugendlichen Alter und aus ganz Deutschland. Ob groß, klein, dick oder dünn, ob keine Haare, kurze Haare, lange Haare, man trifft hier Leute, die schick oder groovig, fit oder müde sind – und mit denen man auch einfach mal auf der Sonnenterrasse die freie Zeit genießen kann.

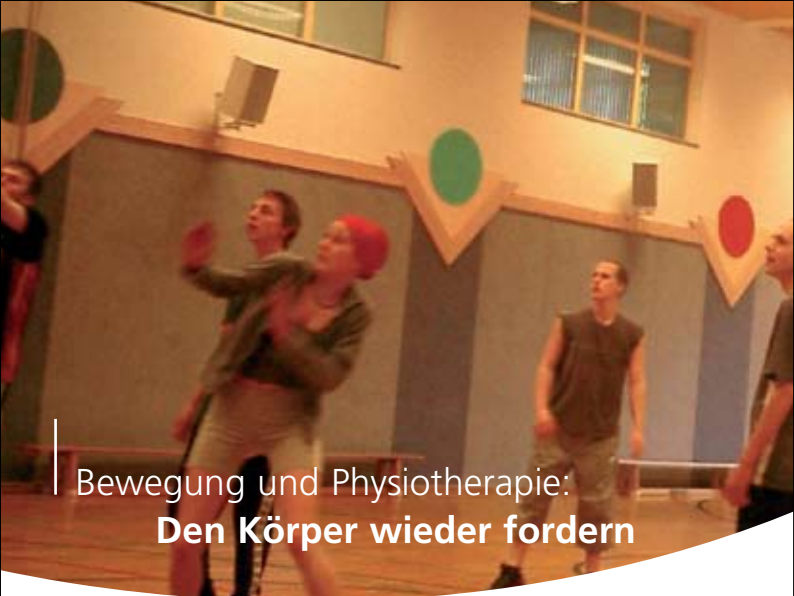
Über die Krankheit und andere Themen tauscht man sich in der Gruppe aus. Die jungen Menschen können auch in Einzelgesprächen in Ruhe Probleme besprechen und aufarbeiten.

Durch das kunsttherapeutische Angebot kann man mit verschiedenen Ausdrucksmitteln experimentieren und den Selbstaussdruck fördern. Wir werden mit den Betroffenen zusammen Ideen für zu Hause entwickeln und weiterführende Kontakte herstellen.

Außerdem bieten wir verschiedene Entspannungstechniken an, die man in der Gruppe lernen kann, um in Stress-Situationen besser zurechtzukommen.

Die Einzel- und Gruppengespräche, Kunsttherapie, Entspannungsgruppen und die Beratung für die Weiterbehandlung zu Hause sind noch nicht alles. Dazu kommen psychotherapeutische Angebote, Beratung, pädagogische und psychologische Betreuung, Ergotherapie, erlebnispädagogische Aktivitäten.



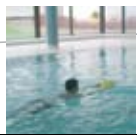


Bewegung und Physiotherapie: Den Körper wieder fordern

Bewegung und Sport bilden einen Schwerpunkt in unserem Konzept, denn alle wollen wieder fit werden.

Ein intensives Sport-Programm unter Anleitung einer promovierten Sporttherapeutin bildet das Kernstück. Neben den Trainingsmöglichkeiten in unserem eigenen Fitnessbereich mit Sporthalle, Schwimmbad und Sauna besucht die Gruppe ebenfalls unter kompetenter Betreuung ein öffentliches Fitness-Studio. Hier ist es wichtig, durch Training für zu Hause zu üben und Hemmungen abzubauen, vor allem die Angst zu nehmen: „Das kann ich nie.“ **Unser Sportangebot umfasst Skifahren und Rodeln, Tischtennis, Boule, Badminton, Volleyball, Basketball und Fußball ebenso wie Schwimmen, Sauna, Reiten, Nordic-Walking, Mountain-Biking, Klettern an der Kletterwand und im Hochseilgarten sowie andere Aktivitäten.**

Wer Physiotherapie braucht, bekommt eine professionelle Behandlung durch erfahrene Krankengymnasten und Masseure. Eine unserer Stärken ist die **Betreuung von Prothesenträgern** von der Überprüfung und gegebenenfalls Veränderung der Prothese, täglicher Gehschulung auf dem Laufband bis hin zu Lymphdrainage, Ergometertraining und Rückenschule.



Unterrichtsangebot:

Nicht den Anschluss verlieren

Nach den krankheitsbedingten Fehlzeiten in der Schule können die jungen Menschen intensiv mit unseren Lehrern den verpassten Schulstoff im Einzel- und Kleingruppenunterricht aufarbeiten. Berufsberater werden individuell auf die schulischen und beruflichen Pläne eingehen. In der Gruppe kann man sich darüber informieren, wie sich die beruflichen Chancen verbessern lassen. Darüber hinaus ist auch eine rechtliche Beratung möglich.

Im Einzelnen umfasst das Angebot:

Fachunterricht für verschiedene Schularten, Berufsformationszentrum, Gedächtnistraining, Bewerbungstraining sowie individuelle und allgemeine rechtliche Beratung, z. B. über Schwerbehindertenrecht.





Ideen und Projekte: Wieder zu sich selbst finden

Alle können hier kreativ sein. In der Gruppe lässt sich **Neues ausprobieren** mit vielen Materialien. Wir bieten einen Werkraum und eine digitale Bildbearbeitung im Computerraum. Gemeinschaftlich können wir auch größere Projekte angehen, wie Skulpturen, eine DVD oder CD-ROM, eine Reha-Zeitung oder Ähnliches.

Das Kreativangebot umfasst die Materialien Holz, Ton, Speckstein, Gips, Keramik, Silberringe sowie die Techniken Seidenmalen, Batiken, Mappenbau, Schminken, Naturkosmetik, Body-Painting, Foto, Video, Computer, digitale Medien und Internet. Dazu kommen spielpädagogische Highlights.

Freizeitangebot: Erlebnisse suchen

Viel Spaß wollen wir in der Gruppe haben und wieder lachen können bei verschiedenen gemeinsamen Aktivitäten. **Denn nur so kommt die Normalität in den Alltag zurück.** Es ist wichtig, nach der langen Klinikzeit wieder raus zu kommen ins Leben.

Die Angebote im Freizeitbereich bieten **grenzenlose Vielfalt und Abwechslung:** Ausflüge in Städte, (z. B. nach Freiburg, in andere schöne Schwarzwaldorte oder in den Europapark) sowie in die Natur, Bootfahren, Konzerte, Besichtigungen, Billard spielen, Kegeln, Bowling, Kinobesuche, Feste, Kulturevents, kleine Wanderungen, Spaziergänge, **Klettergarten**, gemeinsame Kochabende, Spielerunden, Disco und andere Ideen und Aktionen.





Hilfen und Ratschläge:

Die Aufnahme bei uns

Sie möchten zu uns kommen zur Rehabilitation? Zu Betroffenen in Ihrer Altersstufe? **Dann melden Sie sich auf der Katharinenhöhe bei Frau Beck, Tel. (07723) 6503-114 an**, und stellen Sie gleichzeitig bei Ihrem Kostenträger einen Antrag auf eine stationäre Rehabilitation. Unterstützung gibt es dazu in der Akutklinik und bei dem jeweiligen Kostenträger, in der Regel bei den Krankenkassen. Ein ausführliches Attest mit Begründung sollte beigefügt werden (medizinisch / psychosozial).

Beim Kostenträger sollten Sie auf Folgendes hinweisen: Die Katharinenhöhe ist eine altersadäquate, gruppenorientierte Rehabilitationseinrichtung. Dem Austausch in der Gruppe der Gleichbetroffenen kommt besondere Bedeutung zu.

Falls Sie noch mehr Informationen wünschen: Es gibt eine **DVD** über die kleingruppenorientierte Rehabilitation, diese hat den Titel **„Leben in Bewegung“** und ist in der Klinik erhältlich, die Sie behandelt hat, oder auf der Katharinenhöhe.



Der Standort

Im schönsten Schwarzwald

Die Katharinenhöhe liegt bei Schönwald, an der Bahnstrecke Offenburg-Konstanz, Bahnstation: Triberg. Mit dem Auto ist die Klinik von Westen über die Autobahn A 5, von Osten über die Autobahn A 81 zu erreichen.

Hinweis für Autofahrer:
Bitte geben Sie als Navigationsziel Furtwanger Str. 8 / 78141 Schönwald als Zwischenziel ein. Von dort führt Sie eine Beschilderung direkt zur Katharinenhöhe.

