

# Wissenswertes von A bis Z

---

Die Mutter-Kind-Kur im Lotte-Lemke-Haus in Bengersiel ist Ihre Zeit! Hier streifen Sie den Stress des Alltags ab und können wieder gut zu sich sein. Aus langjähriger Erfahrung wissen wir, dass einige Fragen während Ihres Aufenthaltes entstehen. Daher haben wir für Sie die wichtigsten Informationen zusammengestellt.

## Anreise

Im Lotte-Lemke-Haus verzichten wir bewusst auf eine wöchentliche Anreise, da uns gerade das „Miteinander“ der Familien am Herzen liegt. Am Anreisetag erfolgt der Check-In zwischen 16.00 Uhr und 18.00 Uhr. Bitte beachten Sie, dass eine vorherige Anreise nicht möglich ist.

Unser Haus öffnet am Anreisetag erst um 16.00 Uhr.

**Mit dem Auto** erreichen Sie Bengersiel über die A29 von Oldenburg in Richtung Wilhelmshaven. Abfahrt Autobahnkreuz Wilhelmshaven, auf die B210 an Jever und Wittmund vorbei in Richtung Küstenbäder nach Esens und weiter nach Bengersiel.

**Mit der Bahn** haben Sie über die Bahnhöfe Esens und Norden direkten Busanschluss bis zur Haltestelle Bengersiel/Oll Deep. Dort angekommen, können Sie unsere Einrichtung bereits sehen und erreichen uns in wenigen zu Fuß. Ein Tipp: Bitte lösen Sie die Fahrkarte immer bis Bengersiel/Oll Deep.

## Abreise

Aufgrund des An- und Abreisetages bitten wir Sie, uns die Zimmer am Tag der Abreise bis 09.00 Uhr zur Verfügung zu stellen. Alle Abreiseformalitäten bitten wir, bis 10.00 Uhr zu erledigen.

## Alkohol

Alkohol beeinträchtigt den Kurerfolg. In unserer Klinik besteht Alkoholverbot.

## Ausflüge

Informationen zu Ausflügen und Freizeitaktivitäten finden Sie an unserer Infowand.

# Wissenswertes von A bis Z

---

## **Babyphone**

Gegen Hinterlegung eines Pfandes (20 €) besteht die Möglichkeit, ein Babyphone, welches über den Telefonanschluss und Mobilfunk betrieben wird, an der Rezeption auszuleihen. Patienten mit einem Vertrag des Anbieters O2 können u.U. Empfangsschwierigkeiten haben.

## **Begleitperson**

Kinder, die von der Krankenkasse als Begleitkinder eingestuft sind, haben während der Gesundheitsmaßnahme keinen Anspruch auf Therapien. Im Allgemeinen gelten Kinder unter vier Jahren in unserem Haus als Begleitkinder. Genaue Angaben zum Begleit-/Therapiestatus entnehmen Sie ggfs. der Kostenzusage Ihrer Krankenkasse.

Weitere Begleitpersonen, Ehemänner/Väter/Lebenspartner nehmen wir in unserem Vorsorge Haus leider nicht mit auf.

## **Bettwäsche/Handtücher**

Beides wird für den Gebrauch innerhalb des Hauses gestellt. Für den Strand und das Schwimmbad bringen Sie bitte eigene Handtücher mit. Wir empfehlen „Milbenallergikern“ Schutzbezüge für Matratzen und eventuell vorhandene Spezialbettwäsche mitzubringen.

## **Besuch**

Wir möchten, dass Sie zur Ruhe und zu sich selber finden. Aus diesem Grund besteht in unserem Haus Besuchsverbot. Sollten Sie z.B. am Wochenende Besuch empfangen wollen, so bieten Bengersiel und Umgebung viele interessante Ausflugsziele. Ebenfalls verfügt Bengersiel über Hotels, Pensionen, Ferienwohnungen und Ferienhäuser. Die Bengersiel Tourismus GmbH ist Ihnen bei der Suche und Buchung gerne behilflich ([www.bengersiel.de](http://www.bengersiel.de)).

# Wissenswertes von A bis Z

---

## **Briefmarken / Pakete / Post**

An der Rezeption erhalten Sie Briefmarken für Postkarten und Standardbriefe. Unser Briefkasten wird täglich gegen 11:00 Uhr geleert (außer sonntags). Eingehende Post liegt in Ihren Postfächern.

Gerne nehmen wir Ihre Päckchen und Pakete für Sie entgegen. Diese können Sie sich dann zu den Öffnungszeiten (Mo-Fr 08.30 – 14.00 Uhr, Sa 09.00 – 12.00 Uhr) an der Rezeption abholen.

## **Bücherei**

Im Aufenthaltsraum unserer Klinik befindet sich ein großes Bücherregal mit Büchern für Kinder und Erwachsene. Spiele und Ratgeberbücher können Sie kostenlos in unserer kleinen Bücherei (über der Rezeption) ausleihen.

## **Eigenanteil**

Nach dem geltenden Sozialrecht sind von erwachsenen Patienten Eigenbeteiligungen zu zahlen, die in der Regel in der Klinik zu entrichten sind, soweit nicht der Kostenträger etwas anderes bestimmt hat. Dieser ist spätestens am Tag nach der Anreise am Empfang zu bezahlen (Bar oder EC-Karte).

## **Ernährung / Sonderkost**

Unsere Diplom-Ökotrophologin/Diätassistentin berät Sie gerne im Rahmen einer Ernährungsberatung. Sollten Sie oder Ihr Kind an einer Nahrungsmittelunverträglichkeit leiden, bereiten wir Ihnen Ihre individuelle Kostform nach Absprache zu.

## **Erkrankungen**

Wie auch in Kindergärten und Schulen lässt es sich leider nicht vermeiden, dass Infektionskrankheiten auftreten und sich verbreiten. Ein krankes Kind braucht die Betreuung der Mutter und kann in dieser Zeit das Kinderhaus nicht besuchen. In diesem Fall nehmen Sie die Mahlzeiten mit Ihrem Kind separat ein.

# Wissenswertes von A bis Z

---

## Essenszeiten

Während der Woche nehmen Sie das Mittagessen getrennt von Ihren Kindern ein. Die Mütter essen im Speisesaal, die Kinder gemeinsam im Kinderhaus. Das Frühstück, Abendessen und die Mahlzeiten am Wochenende nehmen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern in unseren Speisesälen ein.

## Fahrräder

Sie können eigene Fahrräder, z.B. auch mit Kindersitz, mitbringen und in unserem Fahrradschuppen sicher unterstellen. Fahrradverleihe gibt es in Bensen und Esens.

## Fernsehen und Radio

Alle Zimmer sind mit Fernseher und Radio ausgestattet. Bitte beachten Sie, dass wir für die Freischaltung Ihres Fernsehers (inkl. Zugangsdaten für das kostenpflichtige Speed-WLAN) eine Gebühr in Höhe von 20,00 Euro berechnen. Um eine Anmeldung im Vorfeld Ihrer Anreise wird gebeten (Anreisebogen).

## Hausrundgänge

Hausrundgänge mit unseren Mitarbeitern der Verwaltung finden immer am Abend des Anreisetags statt. Treffpunkt und Uhrzeit erhalten Sie beim Check-In.

## Haustiere

Haustiere sind in unserer Klinik leider nicht erlaubt.

## Internet

Mit Ihrem Laptop, Tablet oder Smartphone haben Sie Gelegenheit, sich ins kostenlose Gästernetzwerk einzuwählen. Bitte haben Sie Verständnis, dass dieses aufgrund vorhandener Leitungen nicht immer stabil ist. Ein Empfang ist nicht überall gewährleistet und wird nicht garantiert. Der Empfang via Mobilfunk (Telekom bzw. Vodafone) ist sehr gut.

Bei Buchung des Medienpakets (siehe Rubrik Fernsehen und Radio) erhalten Sie einen WLAN Code für die Dauer Ihres Aufenthaltes (max. 3 Endgeräte). Mit diesem Zugang ist eine deutliche schnellere Internetverbindung garantiert.

# Wissenswertes von A bis Z

---

## Kinderbetreuung

Eine Kinderbetreuung wird werktags von 08.30 Uhr bis 14.00 Uhr (Kernbetreuung) in unserem Kinderhaus angeboten. Bis 16:30 Uhr gibt es dann eine zusätzliche Betreuung, wenn Sie noch Anwendungen am Nachmittag haben. Die Schulaufgabenbetreuung findet ebenfalls am Nachmittag statt.

Sie bestimmen mit, wieviel Zeit Ihre Kinder im Kinderhaus verbringen. Außerhalb dieser Betreuungszeit sind Sie selber für die Betreuung bzw. Beaufsichtigung Ihrer Kinder verantwortlich.

Wir bieten bei voller Belegung drei Gruppen an. Die Gruppenzugehörigkeit richtet sich nach dem Alter der Kinder. Geschwister können dabei unterschiedlichen Gruppen zugeordnet werden. Bitte bereiten Sie Ihre Kinder darauf vor.

Montags bis freitags nehmen die Kinder das Mittagessen gemeinsam mit den Erzieherinnen im Kinderhaus ein. So haben Sie selbst Gelegenheit, in Ruhe zu essen. Das Frühstück und das Abendessen sowie alle Mahlzeiten am Wochenende finden gemeinsam für Mütter und Kinder im Speisesaal – bzw. bei schönem Wetter auf unserer Terrasse – statt.

## Koffer

Sollten Sie Ihr Gepäck aufgeben wollen, so empfehlen wir, dies einige Tage vor der geplanten Anreise durchzuführen (Hermes, Bundespost). Für den Fall, dass Ihre Koffer nicht rechtzeitig eintreffen, raten wir, im Handgepäck Wäsche zum Wechseln und Hygieneartikel für die Nacht mitzunehmen.

Ihr Gepäck senden Sie bitte an folgende Anschrift:

AWO Mutter-Kind-Klinik  
Lotte-Lemke-Haus  
Lammertshörn 19 B  
26427 Esens-Bensersiel

## Lob & Kritik

Um uns weiter verbessern zu können, bitten wir Sie, Ihre Beschwerden, Kritik, Anregungen sowie Lob an uns weiterzugeben. Die Sprechzeiten erfahren Sie an der Rezeption. Sie haben weiterhin die Möglichkeiten, uns Ihre Anregungen per Email an [info@lotte-lemke-haus.de](mailto:info@lotte-lemke-haus.de) mitzuteilen.

# Wissenswertes von A bis Z

---

## Medikamente

Nehmen Sie bereits vor dem stationären Aufenthalt Medikamente, informieren Sie bitte den behandelnden Arzt über diese Präparate und füllen bitte dazu den Fragebogen aus. Wenn Sie dauerhaft Medikamente einnehmen, bitten wir Sie, diese in ausreichender Zahl mitzubringen.

## Parkplätze

Wir empfehlen Ihnen, mit dem Zug anzureisen, da auf unserem Gelände keine, sowie im Ort Bengersiel nur kostenpflichtige Parkplätze für Sie zur Verfügung stehen.

Sollten sie mit dem Auto anreisen, so nehmen Sie gern die Reservierung des Parkplatzes über uns vor. Wir können Ihnen Stellplätze auf dem Großraumparkplatz an der Hauptstraße von Bengersiel (ca. 800 m von unserem Haus entfernt) aufgrund von Sonderkonditionen zum Preis von 75 € pro Kur anbieten (regulärer Preis wären 126 €). Hierzu wird Ihr Kennzeichen benötigt (Angabe auf dem Anreisebogen).

## Rauchen

Das Rauchen ist auf dem gesamten Gelände des Lotte-Lemke-Hauses nicht gestattet. Für die Ausnahme ☺ bieten wir einen kleinen Raucherbereich im Innenhof.

## Rezeption

Die Rezeption ist Anlaufstelle für all Ihre Fragen. Sie können die gängigen Briefmarken und einige Postkarten kaufen. Auch Wechselgeld für Waschmaschine oder Kaffeeautomat haben wir für Sie.

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag: 08.30 Uhr bis 14.00 Uhr

Samstag: 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr

An- und Abreise: 07.15 Uhr bis 19.00 Uhr

# **Wissenswertes von A bis Z**

---

## **Schulaufgabenbetreuung**

Damit Ihr Kind den schulischen Anschluss nicht verpasst, bieten wir außerhalb der niedersächsischen Schulferien in der Zeit von 13.30 Uhr bis 16.30 Uhr unter pädagogischer Leitung eine Schulaufgabenbetreuung an. Diese findet in zwei Gruppen (also jeweils 1,5 Stunden) statt.

Da es sich hierbei um eine Betreuung (keinen Unterricht) handelt, bitten wir Sie, das entsprechende Material mitzubringen. Sollte Ihr Kind mit einem Laptop bzw. online arbeiten wollen, bieten wir eine eigene WLAN Verbindung an.

## **Schwangerschaft**

Sollte in der Zwischenzeit eine Schwangerschaft festgestellt werden, so gratulieren wir Ihnen herzlichst. Bitte nehmen Sie dennoch Kontakt mit uns auf.

## **Smartphone / Handy**

Bitte telefonieren Sie mit Ihrem Smartphone nicht in Gemeinschaftsräumen, Fluren oder im Speisesaal. Schalten Sie es während der Therapiestunden ab.

## **Staubsauger**

Staubsauger und Besen finden Sie im Waschkeller. Bitte nach Benutzung direkt wieder zurückbringen!

## **Telefon**

Ihr Zimmer ist mit einem Telefon ausgestattet, welches von außerhalb direkt erreichbar ist. Eine Bereitstellungsgebühr wird nicht erhoben.

## **Wasserflaschen/Getränke**

Unsere Patientinnen und Kinder können sich frei an Mineralwasser, Stille Wasser, Tee sowie wechselnden selbstgemachten Schorlen bedienen, welche wir kostenfrei anbieten.

## Wissenswertes von A bis Z

---

### Wäsche

Für unsere Patienten stehen Münzwaschautomaten und –trockner, Bügeleisen und Bügelbrett zur Verfügung. Bitte sorgen Sie selbst für Waschmittel und Wäscheklammern. Eine Wasch- bzw. Trocknerfüllung wird mit 2,00 Euro (2 x 1-Euro-Stück) berechnet. Gern können Sie Geld an der Rezeption wechseln.

### Wäsche im Krankheitsfall

Kontaminierte/infektiöse Wäsche bitte auf dem Zimmer in einen Plastikbeutel geben und im Keller in den Wäschekorb „Wäsche im Krankheitsfall, kontaminiert“ legen. Bitte achten Sie hierbei auf Ihre Händehygiene.

Bitte wenden Sie sich an die Mitarbeiter\*innen des medizinischen Bereiches, sollten Sie aufgrund der Krankheit das Zimmer nicht verlassen können.

### Zimmer

Im Lotte-Lemke-Haus stehen insgesamt 44 Appartements zur Verfügung. Hiervon sind 2 Appartements Einraumzimmer und 4 Zimmer auch für Personen mit Handicaps geeignet. Alle anderen Zimmer sind 2-Raum-Appartements. Die Verteilung der Appartements erfolgt über unsere Bettendisposition. Bei besonderen Wünschen bitten wir um vorzeitige Mitteilung (Anreisebogen).

Die Reinigung der Zimmer erfolgt zweimal wöchentlich durch unser Reinigungsteam. Wenn Sie zwischendurch Staubsauger oder Besen benötigen, finden Sie diesen im Keller (Waschmaschinenraum).

-----

Schon jetzt wünschen wir Ihnen eine gute Anreise nach Bengersiel und stehen Ihnen bei Rückfragen zu Ihrem geplanten Kuraufenthalt gerne zur Verfügung.

E-Mail [info@lotte-lemke-haus.de](mailto:info@lotte-lemke-haus.de)

Telefon Verwaltung 04971 201 - 0

Montag bis Freitag von 08.30 Uhr bis 14.00 Uhr

Samstag von 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr