

Zeit **zum** **Durchatmen**

**Augustinum Vorsorgeklinik
Berchtesgadener Land**

Vorsorgekur für Mütter und Väter



Augustinum Φ

Berchtesgadener Land

Zeit für sich

Der alltägliche Balanceakt zwischen Berufstätigkeit und Familie, Haushalt und ggf. Partnerschaft wird für Mütter und Väter immer öfter zur Belastung.

Diese führt nicht selten aufgrund von Überforderung und Erschöpfung zu verschiedenen gesundheitlichen Problemen. Aber auch Probleme in der Familie und der Partnerschaft können die Folge sein. Während einer Vorsorgekur in unserem Haus können Sie für einige Wochen Abstand gewinnen, sich um sich selbst kümmern und frei von Verpflichtungen einfach durchatmen.

In der Augustinum Vorsorgeklinik arbeiten wir nach einem ganzheitlichen Konzept. Wir sind auf die Behandlung und Beratung von Stoffwechselerkrankungen, Übergewicht und psychosozialen Gesundheitsstörungen ausgerichtet. Wir geben Ihnen die Möglichkeit Ihre eigenen Bedürfnisse zu erkennen, diese zu beachten, und Ihre Gesundheit zu stärken.



Unser Therapieangebot

Wir arbeiten interdisziplinär und stimmen die Behandlungen auf die Indikation, Bedürfnisse und persönliche Biografie der Patient*innen ab. Entsprechend der vorhandenen Symptomatik werden Therapiemaßnahmen verordnet.



- Ärztliche Aufnahme, Beratung und Versorgung
- Psychosoziale Einzel- und Gruppengespräche
- Entspannungstherapie
- Ernährungsberatung
- Sportliche Aktivitäten, z.B. geführte Wanderungen, Rückenfit, Krafttraining, Ausdauertraining, Ballsport
- Physiotherapie und Bio-Sauna im Haus
- Körper- und Kreativtherapie
- Audiovisuelles Entspannungssystem (Brainlight)
- Seelsorgerliche Gespräche
- Vorträge und Beratungsmöglichkeiten (Familienkrisen, Kommunikation und Medienkonsum in der Familie, Selbstmanagement, Gewichtsreduktion, Ernährung in Alltag)



Ziele der Vorsorgekur

- Gesundheitsförderung und seelisch-geistige Balance
- Selbstfürsorge-Stressbewältigung-Lebensfreude
- Verbesserung der Fähigkeit zur Problem- und Konfliktlösung
- Verbesserung der sozialen Kompetenz und des Kommunikationsverhaltens
- Stärkung des Selbstwertgefühls und der Erziehungskompetenz
- Steigerung des körperlichen Wohlbefindens und der körperlichen Aktivität

Ihre Zeit bei uns

Die Augustinum Vorsorgeklinik liegt in ruhiger Plateaulage mit einem faszinierenden Blick auf die grandiose Bergwelt des Berchtesgadener Landes. Die Natur und die gesunde Bergluft tragen sehr zum Wohlbefinden bei und laden auch in der therapiefreien Zeit zu Wanderungen, Spaziergänge oder Ausflügen in die Umgebung ein.

Unsere geräumigen Einzelzimmer mit Dusche/WC und Balkon sind alle mit Telefon, Notrufanlage, Kabel-TV und W-Lan ausgestattet.

Außerdem gibt es eine Bio-Sauna, ein Brainlight-Audiovisuelles Entspannungssystem sowie eine Teeküche zur kostenfreien Nutzung. Die Sport- und Therapieräume befinden sich direkt auf dem Gelände.



Über die **Augustinum Vorsorgeklinik**

Die Augustinum Vorsorgeklinik ist Teil der Augustinum Berchtesgadener Land gGmbH, vormals Evang.-Luth. Diakoniewerk Hohenbrunn e. V. („Insula“). Seit März 2023 ist sie Tochtergesellschaft der Augustinum Gruppe mit seinen drei Geschäftsbereichen: Leben im Alter, Pädagogische Einrichtungen und eine Fachklinik. Unter dem Dach der gemeinnützigen Augustinum Stiftung vereint, entwickelt die Augustinum Gruppe seit 1954 wegweisende Konzepte, um Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen zu begleiten, ihnen Freiräume zu eröffnen und ihnen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.



Augustinum Vorsorgeklinik Berchtesgadener Land
Insulaweg 7 · 83483 Bischofswiesen
IK-NR: 510 906 904
Tel. 08652 59-522
(Petra Ostertag, Doris Angerer)
abl.vorsorgeklinik@augustinum.de
www.augustinum.de/berchtesgadenerland

