



Wir weisen vorsorglich darauf hin, dass dieses Dokument **urheberrechtlich geschützt ist**. Aus diesem Grund ist die Verbreitung dieses Dokuments – egal auf welchem Wege – ist nicht statthaft. Die Veröffentlichung – auch auszugsweise – bedarf nach § 23 S. 1 UrhG in jedem Falle der Zustimmung des Urhebers. Eine Zuwiderhandlung kann strafrechtlich verfolgt werden.



Warum dieser Hinweis? Wir machen zunehmend die Erfahrung, dass sich unsere Dokumente abgelichtet oder in Teilen kopiert in sozialen Medien wiederfinden. Korrekte und vollständige Informationen zu unseren Kuren erhalten Sie aus erster Hand nur von uns. Gerade in „Soziale Medien“ neigen einige Menschen leider dazu, sich mit Informationen (egal ob korrekt oder nicht), vermengt mit irgendwelchen Behauptungen, wichtigmachen zu wollen. Das hilft Ihnen als Kurteilnehmer*in nicht.

* * *

Dynamik in Zeiten der Covid-19-Pandemie

In allen Lebensbereichen der Gesellschaft kommt es im Rahmen der Pandemie in kurzen und nicht bestimm- baren Intervallen zu Veränderungen. Auch unser Kurgeschehen ist einer ständigen Anpassung von neuen o- der veränderten Bedingungen unterlegen. Die für Sie wichtigen Informationen pflegen wir regelmäßig auf unserer Homepage www.langeoogklinik.de („Informationen zu Covid-19“, oben rechts.) ein. Beachten Sie deshalb bitte, im Abstand von ca. zwei bis vier Wochen, die aktuellen Informationen auf unserer Homepage. Hinweis: Es ist schon häufiger vorgekommen, dass Patienten über Links veraltete Informationen über uns ge- funden haben und diese als aktuell wahrgenommen haben. Wir bitten darum, unsere Informationen nicht zu verlinken oder zu kopieren. Das ist gut gemeint aber nicht zielführend.

Aufnahmebedingungen in Zeiten von Covid-19:

- Kurbedürftige, die vollständig gegen Covid-19 geimpft sind, werden von uns aufgenommen, auch wenn Sie zu einer der Risikogruppen gehören. (Der Impfnachweis ist mitzubringen.)
- Wir nehmen ungeimpfte Personen nicht auf, die zu den Covid-19-Risikogruppen nach den Ausführungen des Robert-Koch-Instituts (RKI) gehören. Hierzu zählen:
 - RaucherInnen
 - stark adipöse Menschen (ab BMI 35)
 - Personen mit bestimmten Vorerkrankungen
 - des Herz-Kreislauf-Systems (z. B. koronare Herzerkrankung und Bluthochdruck)
 - chronische Lungenerkrankungen (z. B. COPD)
 - chronische Lebererkrankungen
 - Patienten mit Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
 - Patienten mit einer Krebserkrankung
 - Patienten mit geschwächtem Immunsystem (z. B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Im- munschwäche einhergeht oder durch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, wie z. B. Cortison)
- Wir nehmen keine Personen (ab sechs Jahren) auf, die vom Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung befreit sind. Dies gilt für alle, also auch für geimpfte oder genesene Personen.
- Wir nehmen nur Personen auf, die keine akuten Krankheitssymptome aufweisen, die auf eine Covid-19- Infektion hinweisen könnten, wie z.B. Husten, Fieber, Schnupfen, Störung des Geruchs- und/oder Ge- schmackssinns, Pneumonie



Hierfür benötigen wir für Sie und Ihre Kinder die beiliegenden Ärztlichen Bescheinigungen. Diese lassen Sie am Montag vor Anreise durch Ihren Arzt ausfüllen.

Es gelten bei uns folgende Regeln:

- **Abstandswahrung** von mind. 1,50 Metern
- **Hygieneregeln** einhalten: insbesondere das regelmäßige Händewaschen von mind. 20 Sekunden und die Hust- und Niesetikette
- **Medizinische Masken tragen:**
 - Das Tragen einer medizinischen Maske (**Erwachsene -> FFP2**) ist für alle Personen ab sechs Jahren im Haus Pflicht. Die medizinische Maske ist konsequent über Mund und Nase zu tragen.
 - Gewünscht ist das Tragen einer medizinischen Maske auch bei Kindern unter sechs Jahren, sofern sie dies gelernt haben und dies für diese nicht eine außerordentliche Last bedeutet.



Hinweise zur Mund-Nasen-Bedeckung

- Bitte bringen Sie medizinische Masken in ausreichender Anzahl für sich und Ihre Kinder mit.
- Folgende Formen der Mund-Nasen-Bedeckung sind bei uns nicht zulässig: Stoffmasken, Visiere, Halbvisiere, Face Shields, einfache Tücher, gehäkelte oder gestrickte MNB, Schals und Schlupftücher.
- Kinder können auch Stoffmasken tragen, sofern, diese besser Mund und Nase abdecken, als medizinische Masken.

Ihre Kur unter Covid19-Bedingungen:

Der Anreisetag/ Ihre Ankunft

- Im Idealfall reisen Sie mit dem PKW an - bis zum Anleger in Bensenziel. Das verringert die Infektionsmöglichkeiten bei der Anreise.
- Auf dem gesamten Weg vom Festland bis zum Bahnhof Langeoog gelten die Bestimmungen des öffentlichen Nahverkehrs - also die Pflicht, eine medizinische Maske zu tragen.
- Wir holen Sie vom Bahnhof Langeoog ab. Setzen Sie die medizinische Maske erst ab, wenn Sie auf Ihrem Zimmer sind.
- Die **Ärztliche Bescheinigungen**, den **Nachweis des negativen PCR-Tests**, Ihre **Einverständniserklärung** und ggf. eine **Covid-19-Impfbescheinigung** führen Sie bitte im **Handgepäck** mit. Diese Unterlagen müssen Sie vor dem Betreten des Hauses vorlegen. Diese werden dann geprüft. Wenn alles vollständig und unterschrieben ist, können Sie die Klinik betreten. Fehlen diese Unterlagen, können wir Ihnen keinen Zutritt zum Haus gewähren.
- Über den weiteren Ablauf am Anreisetag, werden Sie dann vor Ort informiert. Durch die bereits erwähnte Dynamik des Corona-Geschehens verbunden mit der sich stetig ändernden Verordnungen der zuständigen Stellen, sind Änderungen sowohl in den Abläufen, als auch in den nachfolgenden Punkten möglich.

Was Sie 5 Tage vor Kurbeginn tun sollten

Tun Sie sich und allen anderen Kurteilnehmer:innen zur **Reduzierung des Infektionsrisikos** bitte folgenden Gefallen:

- Am Wochenende vor der Kur keine Verabschiedungsbesuche bei Oma, Klassenkameraden und Co und zu Hause bleiben.
- Montag und Dienstag vor der Kur das Kind/die Kinder vom Besuch in Kindertagesstätte oder Schule befreien und zu Hause bleiben.
- Montag und Dienstag von der Kur im Homeoffice arbeiten oder Urlaub für die beiden Tage nehmen.

Ihr Aufenthalt

- Immer dann, wenn Sie oder Ihre Kinder das Familienzimmer verlassen, sind Sie bzw. Ihre Kinder verpflichtet, im Haus eine medizinische Maske zu tragen.

- Da im Haus an verschiedenen Stellen zusätzlich Desinfektionsmittelspender aufgestellt sind, ist es nicht gewünscht, dass sich Ihre Kinder ohne Ihre Aufsicht im Haus bewegen. Diese könnten sich durch Unachtsamkeit oder Übermut selbst gefährden.

Essen

- Um das Distanzgebot einzuhalten, gibt es zwei Gruppen, die zu unterschiedlichen Zeiten essen. Zu welcher Gruppe Sie gehören, legen wir fest. Das ist nicht änderbar.
- Um die Anzahl der Kontakte zu reduzieren, wird Ihnen ein fester Tisch zugewiesen. An welchem Tisch Sie sitzen, legen wir fest. Das ist nicht änderbar.
- Am Tisch dürfen Sie Ihre medizinische Maske absetzen. Wenn Sie oder Ihre Kinder sich im Raum bewegen, ist die medizinische Maske zu tragen.

Trinken

- Kaffee, Tee etc. gibt es im Speisesaal am Platz und für zwischendurch in unseren Teeküchen.
- Wir haben im Haus einen Wasserspender. Dieser kann nach den dort aushängenden Hygiene-Regeln ausschließlich von Erwachsenen genutzt werden. Es ist sinnvoll, wenn Sie Ihre Wasserflasche vor den Mahlzeiten auffüllen.



- Bringen Sie sich dafür bitte mindestens eine Wasserflasche mit, die eine große Öffnung aufweist (ca. 3-4 cm), also solche, wie man sie üblicherweise an Sodastream-Geräten nutzt. Diese können Sie auch hier in der Klinik erwerben.

Zimmerreinigung

- Um die Gefahr, Viren von einem in das nächste Zimmer zu tragen, auszuschließen, reinigen und desinfizieren wir Ihr Zimmer vor der Anreise.
- Für das Reinigen zwischendurch erhalten Sie für Ihr Zimmer von uns die üblichen Reinigungsutensilien. Hierbei können Sie nach Ankunft zwischen einem ökologisch gut verträglichen Allzweck- und WC-Reiniger oder einer desinfizierenden Variante dieser Produkte wählen.
- Für die sachgerechte Aufbewahrung im Zimmer sind Sie verantwortlich. Verwahren Sie diese so, dass Ihre Kinder nicht gefährdet werden.

Bettwäsche Handtücher

- Bei Anreise sind die Betten bezogen, ebenso finden Sie Handtücher vor. Badehandtücher für den Strand bringen Sie sich bitte in jedem Fall selber mit.
- Während des Kuraufenthaltes haben Sie die Möglichkeit, Bettwäsche und Handtücher zu wechseln.



- Ergänzend zur Bettdecke stellen wir aktuell keine „Kuscheldecken“ zur Verfügung. Sofern Sie eine solche benötigen, legen Sie diese bitte in Ihr Gepäck.

Therapien

- Nach all dem, was wir heute wissen, mag Covid-19 keine frische Luft. Deshalb werden alle Angebote, die sich nach draußen verlegen lassen, auch draußen stattfinden. Das betrifft insbesondere die Bewegungsangebote.



- Da nicht nur immer Sonnenschein ist, und wir mit Ihnen auch bei Schmuddelwetter vor die Tür gehen, bringen Sie in jedem Fall für sich und Ihre Kinder wetterfeste Kleidungsstücke mit:
 - Regenjacke
 - Regenhose
 - Wasserfestes Schuhwerk (keine Gummistiefel)

- Es wird Veranstaltungen im Haus geben, bei denen wir aufgrund der Größe der Räume den Mindestabstand nicht einhalten können, dann ist auch dabei das Tragen der medizinischen Maske erforderlich.

- Ihr Therapieplan weist Termine aus. Seien Sie bitte pünktlich. Kommt es zu einem kleinen „Stau“, z.B. vor dem Arztzimmer, halten Sie bitte die Abstandsregeln ein.
- Bewegungsequipment**
- Einen Satz persönlich nutzbarer Materialien, die Sie für Ihre sportliche Betätigung benötigen (Matte, NordicWalking-Stöcke, ...), stellen wir Ihnen für die Dauer Ihrer Kur zur Verfügung.
 - Wenn diese nicht im Einsatz sind, bewahren Sie diese bitte auf Ihrem Zimmer auf. Beachten Sie, dass Ihre Kinder diese nicht als Spielzeug nutzen. Wir möchten diese am Ende ohne Beschädigung zurück erhalten.
- Türklinken**
- Betätigen Sie die Türklinken der Behandlungsräume des Ärztlichen Dienstes, des Pflegerischen Dienstes, sowie der Beratungsbüros des Psychosozialen Dienstes aus hygienischen Gründen bitte nicht. Dies gilt auch beim Verlassen des Raumes. Klopfen Sie, wenn Sie hinein möchten, es wird Ihnen geöffnet.
- Mehrzweckhalle
Bewegungsbad
Sauna
Trainingsraum
Kreativangebote**
- Üblicherweise bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in Ihrer Freizeit die Mehrzweckhalle, unser Bewegungsbad, die Sauna, den Trainingsraum, sowie Angebote im Kreativraum zu nutzen.
Dies ist aufgrund der verschärften Hygiene-Regelungen aktuell nicht möglich.
- Ärztliche Sprechstunde**
- Wir bieten Ihnen montags bis freitags eine ärztliche Sprechstunde an. Die genauen Zeiten sind an der Tür des Ärztlichen Dienstes ersichtlich.
 - Äußern sich bei Ihnen oder Ihrem Kind Krankheitssymptome, die auch auf Covid-19 hinweisen, suchen Sie bitte nicht die ärztliche Sprechstunde auf und verlassen Sie Ihr Zimmer nicht, sondern wählen Sie vom Telefonapparat in Ihrem Zimmer die hausinterne Notrufnummer 800 an. Dann wird das weitere Vorgehen mit Ihnen abgesprochen.
- Fieberthermometer**
- Bitte bringen Sie neben den für Sie und Ihre Kinder benötigten Medikamenten inkl. Reiseapotheke in jedem Fall auch ein Fieberthermometer mit, damit Sie regelmäßig selbst Temperatur messen können.
- Aktivitäten**
- Um die Kontakte zu anderen Personen so minimal wie möglich zu halten, bitten wir darum, auf weitere Gruppen-Freizeitaktivitäten mit Dritten (außerhalb der Kurgemeinschaft) zu verzichten.
- Besuch**
- Verwandte und Freunde aus der Heimat etc., welche Sie auf Langeoog besuchen möchten, sind aufgrund des erhöhten Infektionsrisikos während der Kurmaßnahme ausdrücklich nicht erwünscht. Die Gefährdung aller Kurteilnehmer*innen steigt mit jeder Art von Kontakt – insbesondere, wenn das Distanzgebot nicht eingehalten wird/ werden kann.

Verdachtsfall und Ausbruchsfall

Für den Fall der Fälle, wird es so sein, dass für Familien mit Verdacht auf Covid-19 oder bestätigtem Covid-19 im ersten Schritt Isolation auf dem Zimmer angeordnet wird. Das Gesundheitsamt wird dann detailliert über

die weiteren Maßnahmen (z.B. Testung, Quarantäne) entscheiden. Eine spontane Abreise ist aufgrund der Insellage nicht möglich.

Abreise

Für den Abreistag planen Sie bitte eine frühe Fährverbindung ein.

Nach der Kur

Sollten Sie oder eines der mitgereisten Kinder in den 14 Tagen nach der Abreise als Covid-19-Verdachtsfall eingestuft werden oder bei Ihnen oder einem der Kinder Covid-19 nachgewiesen werden, rufen Sie uns bitte unmittelbar an, damit wir für unser Personal und andere Kurteilnehmerinnen entsprechende Maßnahmen veranlassen können. Selbstverständlich wird Ihr Name dabei nicht genannt.

Auch wenn es gerade so ist, wie es ist, wir freuen uns auf Sie. Sofern Sie Fragen haben, melden Sie sich bitte bei uns telefonisch unter 04972/ 91 66 91