

# IMPRESSUM

## Kontakt

Ronald Claaßen | Tel. 0521 96733281  
r.claassen@teutoburgerwald.de

## Projekträger und Herausgeber

OstWestfalenLippe GmbH  
Fachbereich Teutoburger Wald Tourismus  
Walter-Rathenau-Straße 33–35 | 33602 Bielefeld  
Tel. 0521 96733250

V.i.S.P.: Herbert Weber, Geschäftsführer | Redaktion: Beate Schiewer  
und Ronald Claaßen | Gestaltung: deterringdesign, Bielefeld |  
Fotos: Berolina Klinik, Fotostudio Externest, Lueder Lindau,  
Teutoburger Wald Tourismus: D. Ketz, T. Conrad, Tourismus NRW e.V.

Auflage: 3.000 Stück | Stand: August 2022

Alle Angaben ohne Gewähr. Der Fachbereich Teutoburger Wald  
Tourismus der OstWestfalenLippe GmbH ist nicht Anbieter oder  
Veranstalter der aufgeführten Angebote, sondern stellt diese nur  
werblich dar. Verantwortlich für Inhalt und Durchführung von  
Angeboten und Programmen sind die genannten Anbieter. Der  
Fachbereich Teutoburger Wald Tourismus der OstWestfalenLippe  
GmbH übernimmt hierfür keine Haftung.

Der Nachdruck von Beiträgen und Abbildungen ist nur mit  
Genehmigung des Herausgebers erlaubt.



Das Projekt „Auszeit in OWL – Kur-Angebote für  
pflegende Angehörige“ wird gefördert vom:

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



# DER WEG ZUR REHA

- Die Pflegebedürftigkeit der/des Angehörigen ist vom Medizinischen Dienst der Krankenversicherung offiziell festgestellt worden.
- Die Pflegesituation hat für den Angehörigen vor mehr als 6 Monaten begonnen.
- Der behandelnde Arzt oder die Ärztin bestätigt mit einer Verordnung, dass eine stationäre Vorsorgemaßnahme oder Rehabilitation notwendig ist. Die Genehmigung des zuständigen Kostenträgers (in der Regel Krankenkasse oder Rentenversicherung) ist erforderlich.

Falls Sie weitere Informationen zum Antrag und zum Ablauf der Reha-Maßnahme erhalten möchten, wenden Sie sich bitte direkt an die jeweilige Klinik.

Der Pflegewegweiser NRW informiert auf seiner Website [www.pflegewegweiser-nrw.de](http://www.pflegewegweiser-nrw.de) über Beratungs- und Hilfsstrukturen in NRW. Eine spezielle Themenseite zum Thema Vorsorge-Kuren und Rehas für pflegende Angehörige befasst sich mit Antragstellung, speziellen Kur-Konzepten und Organisationsfragen. Der Pflegewegweiser NRW ist ein Projekt der Verbraucherzentrale NRW und wird gefördert vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW sowie den Landesverbänden der Pflegekassen in NRW.

# BAD OEYNHAUSEN

Mitten in Bad Oeynhausen liegt der Lenné-Kurpark, der durch ein europaweit einzigartiges Ensemble historistischer Bäderarchitektur beeindruckt. Fußläufig davon liegen vier ausge dehnte Landschaftsgärten. Die Heilquellen der Stadt werden für Wannenbäder und Trinkkuren in den glanzvollen Kulissen des 19. Jahrhunderts genutzt.

# BAD DRIBURG

In den Moorbädern und in sprudelndem Thermalwasser in Bad Driburg finden Gäste seit über 240 Jahren Gesundheit und Entspannung. Die natürlichen Heilmittel bilden die Grundlage vielfältiger medizinischer Anwendungen. Besonders anregend sind Spaziergänge durch den mehrfach prämierten Landschaftspark „Gräflicher Park“.

# BAD LIPPSPRINGE

Dank der umliegenden Wälder und der sehr reinen Luft verfügt der „Heilklimatische Kurort der Premium Class“ über ein reizarmes Mittelgebirgsklima und den ersten Heilwald Nordrhein-Westfalens, die sich positiv auf den Organismus auswirken. Die Blumenpracht in der angrenzenden Gartenschau erfreut Patient\*innen der Reha-Kliniken, Urlauber und Tagesgäste gleichermaßen.

# HORN-BAD MEINBERG

Das lippische Heilbad Bad Meinberg und der Luftkurort Holzhausen-Externsteine laden zum Entspannen in der Natur ein. In der reizvollen Mittelgebirgslandschaft und nahe am Naturdenkmal der Externsteine gibt es Angebote zum Gesundwerden und Gesundbleiben. In Bad Meinberg ist eine große Yoga-Gemeinschaft aktiv.



# REHA-ANGEBOTE



# Auszeit

## IM TEUTOBURGER WALD

STATIONÄRE REHA-ANGEBOTE  
FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

[www.teutoburgerwald.de/auszeit](http://www.teutoburgerwald.de/auszeit)





# HEILGARTEN & THERAPIEANGEBOTE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Ostwestfalen-Lippe mit dem Teutoburger Wald gilt mit seinem Reichtum an natürlichen Heilmitteln als Heilgarten Deutschlands. Die Thermalbäder, Kurparks und kulturellen Angebote der sieben Heilbäder werden von Gästen und Patient\*innen gerne besucht, um sich zu erholen und loszulassen. In der Region sind rund 40 Rehabilitations-Kliniken mit verschiedenen Spezialisierungen ansässig. Einige Häuser bieten eine stationäre Rehabilitation (Reha) für pflegende Angehörige an.



## Stationäre Rehabilitation

In Deutschland gibt es etwa 4 Millionen pflegende Angehörige aller Altersstufen. Sie sind oft über Jahre belastet durch die großen Herausforderungen der Vereinbarkeit von Pflege, Familie und Beruf. Dies kann bei pflegenden Angehörigen zu psychischer Überbelastung und körperlichen Erkrankungen führen.

Um die Gesundheit pflegender Angehöriger zu fördern, haben sich einzelne Reha-Kliniken auf die Stärkung pflegender Angehöriger spezialisiert. In diesen Rehabilitations-Maßnahmen finden Pflegende eine „Auszeit“ von der Pflegesituation, können sich auf ihre gesundheitlichen Bedürfnisse konzentrieren, sich regenerieren und Strategien erlernen, um ihren Pflegealltag in Zukunft einfacher zu bewältigen. Die Möglichkeit zum Gespräch mit anderen Pflegenden wird sehr häufig als persönliche Hilfe wahrgenommen. Die Programme dauern meistens drei Wochen.

Falls gewünscht, können pflegende Angehörige und pflegebedürftige Begleitpersonen in der Regel gemeinsam anreisen. Die Betreuung und Unterbringung beider Personen erfolgt räumlich getrennt, aber in nächster Nähe zueinander.

**„Es ist wichtig, dass es dir gut geht.  
Nur, wenn es dir gut geht, kannst du  
dich gut um andere kümmern.“**

Frederieke Meyer, Bielefeld

## AUSGEWÄHLTE REHA-KLINIKEN

### BAD DRIBURG

Pflegearbeit kann zu langwierigen Überlastungen oder körperlichen Schmerzen führen. Die stationäre Rehabilitation der Klinik Berlin für pflegende Angehörige umfasst die Bereiche Orthopädie sowie Innere Medizin und bietet ein umfangreiches Unterstützungsprogramm aus den Bereichen Sozialarbeit, Psychologie, Ergotherapie und aktivierende Pflege. Die Klinik kooperiert mit dem nahe gelegenen Philipp-Melanchthon-Zentrum, das für begleitende pflegebedürftige Personen Plätze der Kurzzeitpflege bereithält.



#### Kontakt und Beratung

Reha-Zentrum Bad Driburg | Klinik Berlin  
Brunnenstraße 11 | 33014 Bad Driburg  
Tel. 05253 980368  
www.reha-klinik-berlin.de



### BAD LIPPSPRINGE

Die Ziele des Angebots sind die körperliche und psychische Stabilisierung, der Erhalt der Leistungsfähigkeit, die Reduktion von Schmerzen, das Erlernen von Pflegetechniken und die Steigerung der Lebensqualität. Orthopädische und verhaltensmedizinische Therapien werden durch Gesprächskreise, Einzelpflegetrainings, Pflegekurse und Pflegeberatung ergänzt. Je nach Pflegegrad kann die pflegebedürftige Begleitperson in der Klinik oder in einer kooperierenden Einrichtung versorgt werden.



#### Kontakt und Beratung

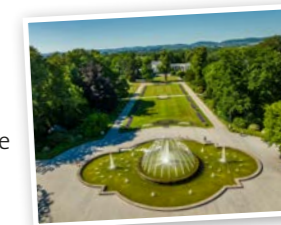
Medizinisches Zentrum für Gesundheit  
Bad Lippspringe GmbH – MZG Westfalen  
Teutoburger-Wald-Klinik  
Kurparkstraße 21 | 33175 Bad Lippspringe  
Tel. 05252 953131 oder -3132 (Patientenverwaltung)  
www.medizinisches-zentrum.de/einrichtungen/teutoburger-wald-klinik



Beratungsstelle für pflegende Angehörige  
Tel. 05252 95241 bzw.  
rehaberatung-pflegende-angehörige@medizinisches-zentrum.de

### LÖHNE / BAD OEYNHAUSEN

Mit dem Ziel „Entlasten – Erholen – Stärken“ bietet die Berolina Klinik ein umfangreiches Behandlungsprogramm für pflegende Angehörige in den Fachbereichen Psychosomatik und verhaltensmedizinische orthopädische Rehabilitation, ergänzt durch den Behandlungsschwerpunkt Migräne- und Kopfschmerztherapie. Das Angebot richtet sich an pflegende Angehörige sowohl ohne als auch mit Begleitung der zu pflegenden Person.



#### Kontakt und Beratung

Berolina Klinik  
Bültestraße 21  
32584 Löhne/Bad Oeynhausen  
Tel. 0800 587265243 (gebührenfrei)  
www.berolinaklinik.de



### HORN-BAD MEINBERG

Die Reha in der MEDICLIN Rose Klinik beinhaltet Bewegungstherapie, Sporttherapie, Entspannung und Stressbewältigung. Vermittelt werden hilfreiche Tipps für den Pflegealltag. Pflegebedürftige Begleitpersonen können auf Wunsch in der benachbarten Senioreneinrichtung betreut werden.



#### Kontakt und Beratung

MEDICLIN Rose Klinik  
Parkstraße 45-47  
32805 Horn-Bad Meinberg  
Tel. 05234 907237  
www.rose-klinik.de



Einen aktuellen Überblick der Reha-Angebote in Ostwestfalen-Lippe finden Sie auch auf [www.teutoburgerwald.de/auszeit](http://www.teutoburgerwald.de/auszeit)

