



Liebe Patient*innen,

im Namen aller Mitarbeiter*innen begrüßen wir Sie sehr herzlich in der Mühlenbergklinik – Holsteinische Schweiz.

Auf den folgenden Seiten haben wir wissenswerte Informationen rund um Ihren Aufenthalt in unserem Hause zusammengestellt.

Einige dieser Informationen finden Sie auch auf dem hauseigenen TV-Kanal 49.

Sollten Sie darüber hinaus Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Personal. Wir sind jederzeit bemüht, Ihre Zeit in der Mühlenbergklinik so angenehm wie möglich zu gestalten.

Wir wünschen Ihnen einen erfolgreichen Aufenthalt und gute Genesung in unserer Klinik.

Dr. Melanie Hümmelgen
Ärztliche Direktorin

Johannes Struck
Kaufmännische Leitung



Verantwortlich in unserem Hause sind

Dr. Melanie Hümmelgen	Ärztliche Direktorin
Dr. med. Jens Riedel	Leitender Arzt Kardiologie
Dr. med. Barbara Mensing	Leitende Ärztin Verhaltensmedizin
Janet Siedler	Leitende Ärztin Verhaltensmedizin
Dr. med. Martin Vogel	Leitender Arzt Orthopädie
PD Dr. phil. Dieter Benninghoven	Leitender Psychologe
Petra Gronostay	Pflegedienstleitung
Reiner Lis	Therapeutische Leitung
Jörg Wiese	Küchenleitung
Jan Behnecke	Leitung technischer Dienst
Johannes Struck	Kaufmännische Leitung



Service

Die **Cafeteria** finden Sie unmittelbar vor dem Speisesaal.

Einen **Friseur*innensalon** finden Sie im Erdgeschoss in der Orangerie. Termine können Sie unter Tel.: 7025 vereinbaren, oder Sie besuchen den Salon direkt.

Unsere Mitarbeiter*innen an der Rezeption informieren Sie über das vielfältige **Freizeitangebot** unseres Hauses. Dazu gehören z. B. Kegeln, Schwimmen, Sauna oder musikalische Veranstaltungen im Saal.

Fahrräder können im Ort ausgeliehen werden. Auskunft erteilen Ihnen ebenfalls unsere Rezeptionsmitarbeiter*innen. Fahrradständer finden Sie links neben dem Haupteingang.

In der Kellerebene neben dem Haupttreppenhaus stehen **Waschmaschinen** und **Trockner**. Sie können die Geräte gegen eine Gebühr nutzen.

Bei Ihrer Aufnahme erhalten Sie die **OstseeCard** von Bad Malente, mit der Sie kulturelle Angebote in Bad Malente zu einem vergünstigten Preis in Anspruch nehmen können. In den Sommermonaten können Sie mit der Gästekarte die Strände an der ostholsteinischen Küste kostenlos besuchen. Weitere Informationen erhalten Sie am Tourismuscenter gegenüber vom Bahnhofsgebäude.

Ihre **Fahrtkosten** werden Ihnen nach den Bestimmungen ihres Kostenträgers erstattet.



Kommunikation

Freies WLAN steht Ihnen im Bereich der Cafeteria, der Bibliothek, der Orangerie sowie im Bettenhaus auf der 2. und 3. Etage über den Hotspot der Deutschen Telekom zur Verfügung. Eine Kurzanleitung finden Sie auf Seite 6.

Zwei gebührenpflichtige **Internetcomputer** stehen in der Patient*innenbibliothek für Sie bereit. Darüber hinaus können Sie auf Wunsch von Ihrem Zimmer aus im Internet per WLAN über den Anbieter „The Network Group“ mit Ihrem eigenen Laptop kostenpflichtig surfen. Eine Kurzanleitung finden Sie auf Seite 7.

Das **Telefon** auf Ihrem Zimmer ist für eingehende und hausinterne Gespräche freigeschaltet; dafür fallen keine Gebühren an. Sollten Sie ausgehende Anrufe tätigen wollen, so können Sie ab 14:00 Uhr das Zimmertelefon für Inlandsgespräche (**keine** Mobilfunk- oder Sondernummern) an der Rezeption anmelden.

Für die Dauer Ihres Aufenthaltes erheben wir eine Gebühr von 10,- €.

Wichtiger Hinweis:

Während der Therapien, den Schulungen und im Speisesaal
schalten Sie ihr **Handy** bitte grundsätzlich **aus**.



Post, die Sie versenden möchten, werfen Sie bitte in den Briefkasten, der sich an der Rezeption neben den Patient*innenpostfächern befindet. Bitte teilen Sie Ihren Angehörigen und Freund*innen Ihre Zimmernummer mit, zusammen mit der Bitte, diese auf Briefen und Postkarten zusätzlich zu Ihrem Namen zu vermerken.

Ihre Postadresse in unserer Klinik lautet:

Mühlenbergklinik – Holsteinische Schweiz

Vor- und Zuname, Zimmernummer

Frahmsallee 1 – 7

23714 Bad Malente - Gremsmühlen

In der Orangerie neben dem Sanitätshaus befindet sich ein „**schwarzes Brett**“. Hier können Sie **Kontakt zu Mitpatient*innen** aufnehmen, wenn Sie z.B. eine*n Partner*in zum Tischtennis- oder Billardspielen suchen.



HotSpot, kostenlos und kabellos ins Internet

In drei Bereichen der Mühlbergklinik haben Sie die Möglichkeit, über den HotSpot der Deutschen Telekom für 24 Stunden kostenfrei das Internet zu nutzen.

- Auf der 2. Etage im Bereich der Sitzecke vor der Pflegezentrale 2,
- auf der 3. Etage am sog. „Blubb“,
- Im Erdgeschoss in der Cafeteria und in der Patient*innenbibliothek.

Wir weisen darauf hin, dass es sich bei dem HotSpot der Telekom um ein öffentliches WLAN handelt, dass keine Sicherheitsstandards vorhält.

Es gelten die AGB`s der Deutschen Telekom, diese sind unter www.telekom.de zu finden.

Für die Nutzung des HotSpot öffnen Sie auf ihrem mobilen Gerät das Menü

Einstellungen und wählen WLAN an.

Dort wählen Sie bitte das Netzwerk

„Telekom offen“

aus und befolgen die weiteren Schritte.



Auf Ihrem Zimmer über „The Network Group“ ins Internet

Wir stellen Ihnen einen öffentlichen Internetzugang via WLAN/HotSpot für Ihre private Nutzung über den obigen Anbieter zur Verfügung.

... und so funktioniert's:

1. Verbinden Sie Ihr Mobilgerät (Smartphone, Laptop, Tablet etc.) mit dem Netzwerk „Patient*innen-WLAN“.
2. Öffnen Sie Ihren Browser und rufen Sie eine gewünschte Internetseite auf. Es erscheint die Registrierungsseite für die Freischaltung.
3. Wählen Sie Ihren Wunschartarif und akzeptieren Sie die AGB.
4. Wählen Sie die Bezahlungsmethode oder geben Sie die Zugangsdaten ihres Vouchers ein.
5. Bestätigen Sie ihre Auswahl mit Bezahlung oder wählen Sie Login.

Mühlenbergklinik
Holsteinische Schweiz
Bad Malente-Gremsmühlen

Bitte wählen Sie Ihren Tarif und die Bezahlungsmethode.
Voucher erhalten Sie auch am Kiosk.

7 Tage 7.00 EUR
 14 Tage 13.00 EUR
 21 Tage 19.00 EUR

Ich habe die AGB und Nutzungsbedingungen gelesen und akzeptiere diese.

Alle Tarife erlauben den gleichzeitigen Login für 1 Gerät.
Zum Gerätewechsel bitte aktives Gerät über <http://login.kraftcom.de> ausloggen.

Sie haben bereits Zugangsdaten?

Benutzername:

Passwort:

Anwenderhinweis:

- Der Voucher ist personenbezogen und nicht auf andere Personen übertragbar.
- Der Voucher ist auf ein Gerät bezogen. Weitere Geräte müssen extra angemeldet werden.
- Der Voucher darf nicht weiterverkauft werden.
- Die allgemeinen Nutzungsbedingungen entnehmen Sie den AGB. Diese finden Sie unter dem Link „Nutzungsbedingungen“ auf der Registrierungsseite.

Wenn Sie Fragen zur Registrierung haben, hilft „The Network Group“ Ihnen gerne weiter. Sie erreichen diese unter der **kostenlosen Hotline 0800 – 5723826**.



Sicherheit

Mitgebrachte **Elektrogeräte**, wie z.B. Tauchsieder, Kaffeemaschinen, Bügeleisen etc. dürfen aus Sicherheitsgründen in der Klinik **nicht** genutzt werden.

Akkus von **E-Bikes** dürfen **auf keinen Fall** in den Zimmern aufgeladen werden, da von diesen Geräten eine hohe Brandlast ausgeht.

Auf allen Ebenen befinden sich **Feuerlöscher** und Alarmgeber. Fluchtpläne hängen in Ihrem Zimmer aus und weisen zu den Ausgängen. Jegliches offenes Feuer (z.B. Kerzenlicht) ist aus Brandschutzgründen gesetzlich verboten.

Fundsachen bitten wir Sie, an der Rezeption abzugeben.

Im **Notfall** betätigen Sie bitte die Notrufanlage (rote Schnur in der Dusche, roter Knopf neben der Toilette, die roten Tastflächen am Telefon bzw. am Hörer). Ein*e Mitarbeiter*in des Pflorgeteams wird sich umgehend bei Ihnen melden.

Bitte halten Sie zu ihrer Sicherheit Ihren persönlichen Besitz unter Verschluss. Eventuell mitgebrachte **Wertsachen und Bargeld** bewahren Sie bitte in dem dafür vorgesehenen abschließbaren Schrankfach in Ihrem Zimmer auf.

Wir sind dankbar für **Kritik**. Diese darf sowohl Gutes wie auch Schlechtes zum Ausdruck bringen. In der Sitzecke zwischen dem Sanitätshaus und den Friseur*innen befindet sich dazu ein „Kummerkasten“. Ebenso können Sie dort die ausgefüllten Patient*innenfragebögen in den dafür vorgesehenen Kasten werfen.



Brandschutz

In jedem Zimmer befindet sich hinter der Tür ein Lageplan, dem Sie die Fluchtwege entnehmen können. Wir bitten Sie, während ihres Aufenthaltes mindestens einmal den nächsten Fluchtweg zu gehen. Die Mühlenbergklinik ist in diverse Brandschutzabschnitte aufgeteilt. In den Flurbereichen existieren verschiedene Brandschutzsysteme, die automatisiert im Brandfall aktiviert werden. Das gesamte Haus ist mit einer voll automatischen Brandmeldeanlage ausgestattet.

Diverse Sensoren, die überall im Haus montiert sind, registrieren jegliche Art von Rauchbildung und lösen in ihren Teilbereichen entsprechenden Alarm aus. Diese Systeme sind automatisch mit der integrierten Regionalleitstelle Süd verbunden. Bitte beachten Sie die Hinweise der Lautsprecherdurchsagen bzw. die Anweisungen des Personals im Brandfall.

Jegliches offene Feuer sowie das Rauchen auf den Zimmern sind verboten. Dies regelt ein Gesetz in Deutschland. Da sich auch in Ihrem Zimmer ein Rauchsensor befindet, löst dieser bei Nichtbeachtung aus und die Feuerwehr Bad Malente rückt mit zahlreichen Einsatzkräften aus. Dies kann den*die Verursacher*in im Ernstfall bis zu 2.000 Euro kosten. Wir können jederzeit minutengenau feststellen, in welchem Bereich die Alarmierung erfolgt ist.

Sammelplätze sind auf der Piazza (Vorplatz vor dem Haupteingang) und in der Nähe der Minigolfanlage (Weg zum Parkhaus). Im Brandfall werden Sie vom Personal und den Rettungskräften darauf hingewiesen, in welchem Bereich Sie sich zu versammeln haben. Im Außenbereich sind die Sammelplätze durch Schilder (s.u.) gekennzeichnet. Die Sammelplätze können sich aber auch innerhalb des Gebäudes in einem brandfreien Bereich befinden. Dies regeln das Personal vor Ort und die Rettungsleitkräfte.

Die Klinikleitung bittet um Beachtung





Reinigung

Ihr Zimmer wird wie folgt gereinigt:

Die Bäder werden von Montag bis Freitag täglich gereinigt. Die Ablageflächen können von der Reinigungskraft nur dann gereinigt werden, wenn sie vorher von Ihnen freigeräumt worden sind.

Am Montag, Mittwoch und Freitag wird das gesamte Zimmer gereinigt (Parkettböden und Bad).

Die Reinigung der Oberflächen (Tisch, Nachttisch, Schreibplatte) erfolgt am Montag, Mittwoch und Freitag, **sofern sie freigeräumt sind**.

Handtücher werden bei Bedarf von Montag bis Freitag am Vormittag getauscht. Bitte beachten Sie den Hinweis an Ihrem Badspiegel. Wünschen Sie einen Tausch, so legen Sie die Handtücher bitte bis **7:30 Uhr** auf den Boden im Bad ab.

Nach 14 Tagen wird die Bettwäsche gewechselt, bei weiterem Bedarf wenden Sie sich bitte an den Pflegestützpunkt im 2. Obergeschoss.

Für eventuelle Rückfragen zum Brandschutz und zur Reinigung steht Ihnen unsere Hausdame zur Verfügung.



Information

Ziel der Rehabilitation ist es, Patientinnen und Patienten möglichst umfassend über Ihre Erkrankung zu informieren. Dazu bieten wir Vorträge, Seminare und Übungen an. Die Menge an Informationen, die dabei vermittelt wird, übersteigt zuweilen das, was man sich in der Kürze der Zeit merken kann. Daher haben wir die Inhalte für Sie jeweils in Kurzform zusammengefasst. Diese **Patient*inneninformationen** finden Sie sowohl in einem Regal im 1. Obergeschoss der **Patient*innenbibliothek** in den dort vorgesehenen Schubfächern als auch auf der **Homepage** der Mühlenbergklinik in der Rubrik *Für Patient*innen* unter dem Punkt **Infomaterial als Download**.

Als weitere Möglichkeit, sich über Ihre Erkrankungen und deren Bewältigung zu informieren, bieten wir Ihnen einige **Informationsfilme im hauseigenen TV-Kanal 49** an. Folgende Beiträge laufen dort täglich zu den angegebenen Zeiten:

- 13:00 Uhr: Entspannungsradio –
Übungen zu Atemtechniken und zur progressiven Relaxation
- 16:00 Uhr: Gesund leben
- 17:00 Uhr: Rote Karte dem Schlaganfall
- 17:30 Uhr: Das schwache Herz
- 18:30 Uhr: Durch die Erinnerung – Wege der Traumatherapie
Informationsfilm über die Posttraumatische Belastungsstörung von der
Deutschsprachigen Gesellschaft für Psychotraumatologie (DeGPT)
- 19:30 Uhr Die Veränderbarkeit von Haltung und Geist aus neurobiologischer Sicht
von Prof. Dr. G. Hüther
- 21:00 Uhr: Entspannungsradio –
Übungen zu Atemtechniken und zur progressiven Relaxation



Nachsorge

Medizinische Rehabilitation zielt immer darauf ab, Menschen zu vermitteln, was sie selbst dazu beitragen können, um Ihre Gesundheit zu fördern. Die in der Regel dazu erforderlichen Änderungen von Lebensgewohnheiten fallen oft schwer.

Während der zeitlich begrenzten Behandlung in unserer Klinik können wir Ihnen wichtige Informationen geben und gemeinsam mit Ihnen die Weichen für die Zukunft richtig stellen. Entscheidend für den Verlauf Ihrer Krankheit ist aber das, was Sie danach im Alltag tatsächlich umsetzen. Ambulante Nachsorgeangebote sollen Sie dabei unterstützen. Welche Angebote für Sie in Frage kommen und wie sie finanziert werden, hängt von Ihrer Erkrankung und dem Kostenträger ab. Wir informieren Sie darüber während Ihres Aufenthaltes bei uns und leiten geeignete wohnortnahe Nachsorgemaßnahmen von hier aus ein.



Datenschutz

Der sorgfältige Umgang mit Ihren Daten ist uns wichtig. Wir versichern Ihnen, dass wir Ihre gespeicherten Daten den Bestimmungen des Datenschutzes entsprechend behandeln und dass Ihre Angaben sowie die Untersuchungsbefunde streng vertraulich bleiben. Ein Informationsblatt, das den genauen Umgang mit Ihren Daten beschreibt sowie die Verantwortlichkeit der Datenverarbeitung entsprechend den neuen Datenschutzrichtlinien des EU-DSGVO benennt, wurde Ihnen bereits vor Antritt der Rehabilitation zugeschickt. Alternativ können Sie dieses gerne auch bei der Pflege auf Stationsebene 2 erhalten.