



BEWEGUNG IST LEBEN

Hausinformation

Werner-Messmer-Klinik





- F1 Seebad
- F2 Minigolfplatz
- F3 Haus B
- F4 Fahrradverleih / Parkplatz WMK
- F5 Mettnaupark

- F6 Strandbad
- F7 Restaurant Strandcafé
- F8 Fahrradverleih / HAK
- F9 METTNAU-Tennisplätze / Beachvolleyball
- F10 Mettnau Turm

- H1 Bushaltestelle „Seehalde“
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Klinik Seehalde)
- H2 Bushaltestelle „Mettnau Stadion“
- H3 Bushaltestelle „Mettnau Klinik“
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Werner-Messmer-Klinik und der Kurpark-Klinik)
- H4 Bushaltestelle „Strandbad“, Wendeplatte
Treffpunkt für Wanderungen (Gäste der Hermann-Albrecht-Klinik und der Undine)

- U1 Hermann-Albrecht-Klinik (HAK)
Strandbadstr. 106
- U2 Werner-Messmer-Klinik (WMK)
mit Haus B
Strandbadstr. 80
- U3 Klinik Seehalde (KSH)
mit Villa und Apartmenthaus
Scheffelstr. 14
- U4 Kurpark-Klinik (KPK)
Strandbadstr. 72
- U5 Haus Undine
Istres-Promenade 16
- U6 Hotel Christine
Strandbadstr. 62

- M1 Kurmittelhaus (KMH)
Arztstation, med. Diagnostik, Gymnastik-/Sporthallen, Massage, Sauna, Bewegungsbäder, Ergometertrainings- und Kraftraum
- M2 Scheffelschließchen
Kurdirektion
- M3 Verwaltungsgebäude
Reservierungsabteilung und Patientenabrechnungsstelle
Reservierungsabteilung Tel. +49 7732 151-810
Patientenabrechnungsstelle Tel. +49 7732 151-811
- P Parkplätze
- E E-Mobil-Tankstelle

= Rad- und Fußwege
= Ruderboote

Naturschutzgebiet

HERZLICH WILLKOMMEN

Sehr geehrter Gast,

herzlich willkommen auf unserer wunderschönen Bodensee-Halbinsel Mettnau.

Ich freue mich, Sie in unserer Werner-Messmer-Klinik zu begrüßen und lade Sie ein, den außergewöhnlichen Standort unserer Gesundheitseinrichtung mit freiem Blick über den See bis zur Alpenkette, intakter Natur und einladender Ferienstadt mit allen Sinnen zu genießen. Durch das Qualitätsniveau bei Gesundheitsprävention und Rehabilitation tragen unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gerne dazu bei, Ihnen einen rundum angenehmen

und auf vielerlei Weise wohltuenden Aufenthalt zu bieten.

Unabhängig davon, ob Sie aufgrund einer Erkrankung oder zur Prävention an den Bodensee gekommen sind, wir von der METTNAU stehen Ihnen mit all unserer Kompetenz, aber auch mit von Herzen kommender Zuwendung und einem aufmerksamen Service zur Seite.

Unsere Hausinformation soll Ihnen als Orientierungshilfe dienen und Ihnen die wichtigsten Hinweise für Ihren Aufenthalt geben.

Ich wünsche Ihnen einen angenehmen und erholsamen Aufenthalt bei uns auf der METTNAU.

Ihr



Eckhard Scholz
Geschäftsführer und Kurdirektor



SIE FINDEN...

Ablauf Ihrer Anreise
Anregungen und Wünsche
Ärztlicher
Bereitschaftsdienst
Bademäntel
Begleitpersonen
Begrüßung
Bewegungstherapie

4

Bibliothek
Briefmarken, Briefkästen
Busverbindungen
Café am Kurpark
E-Bike Ladestation
E-Mobil-Tankstelle
Einkaufsmöglichkeiten
Ernährungsberatung
Fahrräder
Fahrdienst
Fernsehen
Feuer

5

Fön
Freizeitangebote
Gästekarte/Busticket
Getränke
Golf
Gottesdienste

6

Gutscheine
Handtücher/Bettwäsche
Handy

Haustiere
Internetzugang
Krafttraining
Küchengespräch
Kur und Kultur
Mahlzeiten

7

Medizinische Fußpflege
Medizinischer Notfall
METTNAU-Artikel
METTNAU-Card
METTNAU-Kochbuch
METTNAU-Schriften
Mülltrennung
Newsletter
Parkplätze
Patientenabrechnung
Pflegedienst und
Medikamentenausgabe
Postfach

8

Rauchen
Reservierung
Restaurant Strandcafé
Rezeption

9

Ruderboote
Ruhezeiten
Safe
Sauna

Schließfächer
Schwimmbad
Seelsorge
Sozialberatung
Telefon
Therapiedisposition
Therapieplan

10

Tourist-Information
Traditionelle Chinesische Medizin
Verordnungskarte
Waschmöglichkeiten
Wasserdruckstrahlmassage/
Medy Jet
Zeitungen
'zeller magazin
Zusatzangebote
Wichtige Informationen zu Ihrem
Abreisetag

11



A

Ablauf Ihrer Anreise

Ihr Zimmer steht Ihnen ab 13.00 Uhr zur Verfügung. Bei der Anmeldung an der Rezeption erhalten Sie Ihren Termin für Ihre Aufnahmeuntersuchung. Anhand der ärztlichen Untersuchung wird die erforderliche Diagnostik sowie Ihr persönlicher Therapie- und Trainingsplan erstellt. Dieser wird von der Dispositionsstelle terminiert und berücksichtigt Ihre individuellen Ziele nach Beratung mit dem behandelnden Arzt.

Anregungen und Wünsche

Ihre Meinung und Wünsche sind uns wichtig. Ihre persönlichen Eindrücke und Rückmeldungen helfen uns dabei, die Qualität unserer Arbeit zu überprüfen und zu verbessern. Aus diesem Grund erhalten Sie, als unser Gast, am Ende des Aufenthaltes einen Fragebogen auf Ihrem Zimmer. Auch für Ihre kurzfristigen Anregungen, Wünsche, Lob und Kritik sind wir dankbar. Hierfür erhalten Sie bei Ihrer Anreise an der Rezeption einen METTNAU-Box-Zettel. Die Gästebefragung sowie den METTNAU-Box-Zettel können Sie in den „METTNAU-Briefkasten“ im Postfachraum, neben der Cafeteria, einwerfen.

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Den ärztlichen Bereitschaftsdienst erreichen Sie über den Pflegedienst in der zweiten Etage oder über die Rezeption unter der internen Durchwahl -600.

B

Bademäntel

Gegen eine Nutzungsgebühr von 10,- € und ein Pfand von 25,- € können Sie an der Rezeption einen Bademantel ausleihen.

Begleitpersonen

Für Ihren Besuch können Sie gegen separate Berechnung eine Übernachtungsmöglichkeit im Doppelzimmer oder in einem Einstellbett an der Rezeption buchen. Die Preise für Übernachtungen und Verpflegung entnehmen Sie bitte unserer aktuellen Preisliste. Bitte melden Sie Ihren Besuch rechtzeitig bei der Rezeption an.

Begrüßung

Donnerstags um 13.00 Uhr findet im Raum Mainau der Werner-Messmer-Klinik eine Begrüßung durch Vertreter der Ärzte, Psychologen, Sport, Küche und dem Sozialdienst statt. Sie sind hierzu herzlich eingeladen.

Bewegungstherapie

Die Termine der Bewegungstherapie entnehmen Sie bitte Ihrem Therapieplan in Ihrer Verordnungskarte. Bitte beachten Sie, dass ohne Absprache mit der Therapiedisposition der Wechsel in eine andere Gruppe oder die Teilnahme an Veranstaltungen, die nicht in Ihrem Therapieplan aufgeführt sind, nicht möglich ist.

Von Nordic Walking über Bogenschießen bis hin zu Sportrudern oder Beckenbodengymnastik erwarten Sie attraktive und vielfältige Zusatzangebote. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie an unserer Info-Wand und an den Therapiedispositionen.

Bibliothek

Die Stadtbibliothek im Österreichischen Schlösschen finden Sie am Marktplatz 8 in Radolfzell.

Öffnungszeiten:

Dienstag, Donnerstag und Freitag von 12.00 Uhr bis 18.30 Uhr,
mittwochs von 10.00 Uhr bis 18.30 Uhr,
samstags im Winterhalbjahr von 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr.

Eine zwei Monate gültige Gästekarte erhalten Sie für 5,00 €.

Briefmarken, Briefkästen

Briefmarken können Sie an der Rezeption der Werner-Messmer-Klinik erwerben. Dort steht Ihnen auch ein Briefkasten zur Verfügung.

Busverbindungen

Mit der Stadtbuslinie 5 können Sie stündlich zum Zentralen Omnibusbahnhof Radolfzell/Stadtmitte fahren. Die Bushaltestelle befindet sich direkt gegenüber der Klinik (Haltestelle: Mettnau-Klinik). Einen Fahrplan erhalten Sie an der Rezeption.

C

Café am Kurpark

Das Café am Kurpark in der St. Wolfgang-Str. 2 liegt direkt gegenüber der Werner-Messmer-Klinik. Die Öffnungszeiten können Sie dem Aushang am Eingang entnehmen. Genießen Sie in einer schönen Kulisse bei einer Tasse Kaffee oder einem Stück Kuchen entspannte Stunden.

E

E-Bike-Ladestation

Sie können Ihre E-Bikes an unseren E-Bike-Ladestationen am Restaurant Strandcafé sowie an den Fahrradstellplätzen der Werner-Messmer-Klinik, der Hermann-Albrecht-Klinik sowie an der Klinik Seehalde kostenfrei aufladen.

E-Mobil-Tankstelle

Eine Ladestation für Ihr Elektromobil finden Sie an der Hermann-Albrecht-Klinik und an der Klinik Seehalde. Dort können Sie kostenfrei Strom tanken.

Einkaufsmöglichkeiten

Einkaufsmöglichkeiten unterschiedlichster Art finden Sie im Stadtzentrum Radolfzell vor. Mit dem Stadtbus können Sie stündlich in die Stadt fahren, die Haltestelle ist der Zentrale Omnibusbahnhof. Rabattcoupons für das Seemaxx Factory Outlet Center Radolfzell erhalten Sie an unseren Rezeptionen.

Ernährungsberatung

Wir bieten Ihnen eine qualifizierte Ernährungsberatung in Form von Einzelberatungen oder Gruppenseminaren an. Unsere Mitarbeiterinnen sind staatlich anerkannte Diätassistentinnen und verfügen darüber hinaus über vielfältige Zusatzqualifikationen. Besprechen Sie bei Interesse mit Ihrem behandelnden Arzt, welches Angebot für Sie am geeignetsten ist.

F

Fahrräder

Sie können Ihr eigenes Fahrrad von zuhause mitbringen und an den Fahrradständern auf dem Klinikgelände abstellen. Sie haben zudem die Möglichkeit, sich für Ihren Aufenthalt von einem örtlichen Anbieter ein Fahrrad zu mieten. Die Kontaktdaten erfragen Sie bitte an unserer Rezeption. Wir empfehlen Ihnen, zu Ihrer eigenen Sicherheit den Abschluss einer Diebstahlversicherung über den Fahrradverleih.

Fahrdienst

Für Ihre Rückreise mit der Bahn haben Sie die Möglichkeit, nach Absprache Montag bis Donnerstag zwischen 7.30 Uhr und 10.30 Uhr stündlich unseren Fahrdienst zum Bahnhof Radolfzell in Anspruch zu nehmen. Bitte melden Sie dies mindestens 24 Stunden vorher an der Rezeption an.

Fernsehen

Auf allen Zimmern stehen Ihnen kostenfreie Fernsehgeräte zur Verfügung.

Feuer

Im Falle eines Feuers wählen Sie bitte die 0-112. Bitte beachten Sie die ausgehängten Brandschutzordnungen.



Fön

Einen Fön können Sie für 10,- € an der Rezeption erwerben.

Freizeitangebote

Hausinterne Veranstaltungen können Sie den Aushängen unter der Rubrik Freizeitangebot an der Informationstafel entnehmen. Für einzelne hausinterne Veranstaltungen, insbesondere bei unseren kulturellen Exkursionen „Kur und Kultur“, ist eine entsprechende Belastungsstufe zur Teilnahme vorausgesetzt. Externe Freizeitangebote werden separat durch Aushänge oder Prospekte im Eingangsbereich beworben.

G

Gästekarte/Busticket

Als Gast unseres Hauses erhalten Sie für die Dauer Ihres Aufenthaltes ein Ticket, mit dem Sie Bus und Bahn im gesamten Landkreis Konstanz kostenlos nutzen können. Genauere Informationen hierzu erhalten Sie an der Rezeption.

Getränke

Zu Beginn Ihres Aufenthaltes können Sie auf Wunsch an der Rezeption eine PET-Trinkflasche erwerben, die Sie kostenfrei an unserem Wasserbrunnen (Quellwasser) in der Cafeteria befüllen können. Tee erhalten Sie in der Cafeteria, dort befindet sich auch ein Automat mit gekühlten Getränken und Heißgetränken.

Golf

Wir kooperieren mit einigen Golfplätzen in der Umgebung. Als unser Gast erhalten Sie dort vergünstigte Tarife. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie an der Rezeption.

Gottesdienste

[Katholische Gottesdienste im Münster ULF, Marktplatz:](#)

Samstag, 18.45 Uhr und Sonntag, 9.15 Uhr und 11.15 Uhr.

[Katholischer Gottesdienst im HBH-Klinikum Radolfzell, Hausherrenstr. 12:](#)

Samstag, 16.00 Uhr.

[Evangelischer Gottesdienst in der Christuskirche, Brühlstr. 5a:](#)

Sonntag, 10.00 Uhr.

Gutscheine

Verschenken Sie Gesundheit! Ob zu Ostern, zu Weihnachten, zum Geburtstag, zur Hochzeit oder zu vielen anderen Gelegenheiten – verschenken Sie doch einmal „Gesundheit durch Bewegung“. Wir halten Geschenkgutscheine für Ihre individuellen Bedürfnisse bereit. Unsere Patientenabrechnung unter der internen Durchwahl -811 ist gerne für Sie da.

H

Handtücher/Bettwäsche

Bitte wechseln Sie der Umwelt zuliebe nur nach Bedarf Ihre Handtücher. Legen Sie die Handtücher bitte vor oder in die Dusche, damit diese für Sie ausgewechselt werden. Die Bettwäsche wird einmal pro Woche gewechselt.

Handy

Bitte benutzen Sie Ihr Handy nicht im Restaurant und während der Anwendungen. Bitte beachten Sie, dass Sie sich im Grenzgebiet zur Schweiz befinden und sich Ihr Mobiltelefon ggfls. in das Schweizer Mobilfunknetz einwählen kann. Wir empfehlen Ihnen – je nach Anbieter – die Roaming-Funktion Ihres Mobiltelefons zu deaktivieren.



Haustiere

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir in unseren Kliniken keine Haustiere dulden können. Weitere Informationen zu einem Aufenthalt mit Ihrem vierbeinigen Begleiter finden Sie in unserem Flyer „Mit dem Hund auf die METTNAU“.

Internetzugang

Wir bieten Ihnen nach Ihrer Anmeldung an unserer Rezeption kostenfreies Internet an. Im Gästezimmer steht ein LAN Anschluss zur Verfügung. Im Erdgeschoss der Werner-Messmer-Klinik stehen Ihnen Internetterminals zur Verfügung. In der Lobby, im Lesezimmer und im Café am Kurpark können Sie über WLAN auf das Internet zugreifen. Einen Leitfaden zur Nutzung erhalten Sie an der Rezeption.

Krafttraining

Ein Kraftraum zum freien Training steht Ihnen in der Kurpark-Klinik zur Verfügung. Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte dem Aushang an der Infowand. Im Kurmittelhaus der Hermann-Albrecht-Klinik bieten wir Ihnen zusätzlich ein überwachtes und computergestütztes Krafttraining gegen zusätzliches Entgelt an, die Anmeldung erfolgt über die Therapie-disposition. Voraussetzung für das Krafttraining ist die ärztliche Erlaubnis.

Küchengespräch

Fragen rund um die Zubereitung unserer Speisen beantworten wir Ihnen gerne in unserem Küchengespräch jeweils freitags um 13:10 Uhr im Musikzimmer.

Kur und Kultur

Zweimal wöchentlich bieten wir Ihnen kulturelle Exkursionen in die Umgebung an, durchgeführt von erfahrenen Historikern. Das aktuelle Monatsprogramm erhalten Sie an den Rezeptionen, auf den Tagesaushängen an der Info-Wand erhalten Sie genaue Informationen zu Zielen, Themen und Kosten der Exkursionen.

Mahlzeiten

Unsere Essenszeiten:

Frühstück	07.15 Uhr bis 09.00 Uhr
Mittagessen	12.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Abendessen	17.45 Uhr bis 19.00 Uhr

Bitte halten Sie sich an die Restaurantzeiten und achten Sie auf angemessene Kleidung. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Bade- und Sportbekleidung nicht erwünscht sind. Beim Mittagessen können Sie zwischen Hauptmenü, Wahlmenü, ovo-lactovegetabler Kost oder einer Salatplatte wählen. Das Frühstück und Abendessen erwartet Sie in Buffetform. Nährwertberechnungen mit beispielhaften Frühstück- und Abendessenvarianten erleichtern Ihnen das Zusammenstellen der Mahlzeiten. Informationen zu den Speiseplänen und die Bonbücher für die Menüwahl finden Sie vor dem Restaurant.

Bitte beachten Sie, dass das Mitbringen und Mitnehmen von Speisen in/aus dem Restaurant nicht gestattet ist.

Medizinische Fußpflege

Kommen Sie bei Bedarf auf den Pflegedienst zu. Dort wird man Ihnen gerne einen Termin bei einer Podologin/einem Podologen vereinbaren.

Medizinischer Notfall

Bei einem medizinischen Notfall benutzen Sie bitte die Taste „Notruf“ an Ihrem Telefon oder eine der anderen Notruftasten.

METTNAU-Artikel

Für Ihr weiterführendes Training zu Hause erhalten Sie an der Rezeption Sport-DVDs sowie weitere METTNAU-Artikel (METTNAU-T-Shirts, METTNAU Caps, Hand- und Duschtücher, ...)

METTNAU-Card

Ab Ihrem zweiten Aufenthalt erhalten Sie Ihre persönliche METTNAU-Card. Mit der Karte genießen Sie besondere Vorteile auf der METTNAU sowie bei unseren regionalen touristischen und gastronomischen Partnern in Radolfzell und Umgebung. Detaillierte Informationen erhalten Sie an Ihrer Rezeption.

METTNAU-Kochbuch

In unserem „METTNAU Kochbuch ... von Herzen genießen!“ finden Sie zahlreiche gesunde und leckere Rezepte für eine bewusste Ernährung im Alltag. Die Rezepte wurden von unserem Chefkoch und unserem Team der Ernährungsberatung zusammengestellt. Das METTNAU Kochbuch können Sie an Ihrer Rezeption sowie in unserem Online-Shop auf www.mett nau.com erwerben.

METTNAU-Schriften

In unserer Reihe „METTNAU-Schriften“ erhalten Sie wertvolle Ratschläge und Informationen unserer Ärzte/Ärztinnen und Therapeuten/Therapeutinnen begleitend und vor allem im Nachgang zu Ihrem Aufenthalt bei der METTNAU. Derzeit sind folgende Schriften an den Rezeptionen erhältlich:

METTNAU-Schrift Nr. 01: Ernährungsleitfaden für eine herzgesunde Kost

METTNAU-Schrift Nr. 05: Ernährungsleitfaden für Menschen mit Diabetes mellitus

METTNAU-Schrift Nr. 06: Belastung und Krankheit (Psychologischer Leitfaden)

„Ratgeber Herz und Kreislauf“ von Herrn Dr. Schulze

Mülltrennung

Wir bitten Sie um die aktive Unterstützung bei der Mülltrennung, der Natur zuliebe. Bitte trennen Sie nach „Grüner Punkt“, Papier, Biomüll und Glas. Die Müllbehälter finden Sie auf den Fluren, die Mülleimer in Ihrem Zimmer sind ausschließlich für Restmüll vorgesehen.

N

Newsletter

Wünschen Sie aktuelle Informationen zur METTNAU, beispielsweise über Last-Minute-Angebote? Wir informieren Sie gerne regelmäßig per E-Mail. Um unseren Newsletter zu erhalten, hinterlegen unsere RezeptionsmitarbeiterInnen gerne Ihre E-Mail-Adresse in unserem Verteiler oder melden Sie sich online unter www.mett nau.com an.

P

Parkplätze

Direkt an der Werner-Messmer-Klinik steht Ihnen auf der gegenüberliegenden Straßenseite ein kostenloser Parkplatz zur Verfügung. Bei Verfügbarkeit kann über die Rezeption ein Tiefgaragenplatz angemietet werden.

Patientenabrechnung

Bei unserer Patientenabrechnung im Erdgeschoss der Werner-Messmer-Klinik können Sie Ihre Vorauszahlung oder Zuzahlung leisten. Sie können Ihre Zahlung in bar oder mit EC-Karte tätigen. Die Service-Zeiten sind Montag bis Freitag von 08.30 Uhr bis 12.00 Uhr. Telefonisch erreichen Sie die Patientenabrechnung unter der internen Durchwahl -652.

Pflegedienst und Medikamentenausgabe

Der Pflegedienst befindet sich in der zweiten Etage der Werner-Messmer-Klinik. Sprechzeiten sind Montag bis Freitag 08.30 Uhr bis 12.00 Uhr und 15.00 Uhr bis 19.00 Uhr, Samstag und Sonntag 08.30 Uhr bis 12.00 Uhr, sowie nach Vereinbarung. In dringenden Fällen melden Sie sich bitte über die Notrufanlage oder über die Rezeption.

Postfach

Sie bekommen Ihre interne und externe Post in Ihr Fach gelegt, bitte schauen Sie mehrmals täglich (vor und nach den Mahlzeiten) hinein. Die Postfächer der Werner-Messmer-Klinik und die des Haus B befinden sich neben der Cafeteria in der Werner-Messmer-Klinik.

R

Rauchen

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass in unseren Kliniken sowie auf dem Klinik- und Therapiegelände das Rauchen untersagt ist. Wir bitten Sie deshalb, ausschließlich in den eigens dafür aufgestellten Pavillons zu rauchen. Der Pavillon für die Gäste der Werner-Messmer-Klinik befindet sich auf dem Parkplatz gegenüber der Klinik. Bitte beachten Sie, dass wir Ihnen bei Nichteinhaltung der Regelung eine Reinigungspauschale i.H.v. 100 € in Rechnung stellen.

Reservierung

Die Reservierungsabteilung befindet sich im Verwaltungsgebäude am Standort der Hermann-Albrecht-Klinik. Unsere MitarbeiterInnen sind gerne Montag bis Freitag von 08.00 Uhr bis 12.00 Uhr persönlich für Sie da. Telefonisch erreichen Sie die Reservierungsabteilung Montag bis Donnerstag von 08.00 Uhr bis 17.00 Uhr (Freitag bis 16.00 Uhr) unter der internen Durchwahl -810.

Restaurant Strandcafé

Das Restaurant Strandcafé, Strandbadstr. 102 in Radolfzell (bei der Hermann-Albrecht-Klinik/Verwaltungsgebäude) ist in der Sommerzeit ab 09.00 Uhr und in der Winterzeit ab 11.00 Uhr geöffnet. Genießen Sie lokale Spezialitäten vor einer bezaubernden Kulisse direkt am Bodensee. Telefonnummer: +49 7732 1650.

Rezeption

Die Rezeption ist Montag bis Sonntag von 07.00 Uhr bis 21.30 Uhr besetzt. Sie erreichen die Rezeption unter der internen Durchwahl -600.

Ruderboote

Im Therapiegelände der Hermann-Albrecht-Klinik stehen Ihnen im Sommer kostenlos Ruderboote zur Verfügung.

Ruhezeiten

Die Ruhezeiten sind mittags zwischen 12.45 Uhr und 14.00 Uhr und nachts zwischen 22.30 Uhr und 07.00 Uhr (Aufzüge zwischen 24.00 Uhr und 07.00 Uhr bitte nicht benutzen). Bitte nehmen Sie Rücksicht auf die anderen Gäste und halten Sie die angegebenen Ruhezeiten ein.

S

Safe

In Ihrem Zimmer im Kleiderschrank befindet sich ein Safe zur Aufbewahrung Ihrer Wertsachen. Ihre persönlichen, im Safe untergebrachten Wertsachen sind bis zu einem Wert von 500,- € versichert. Für nicht im Safe untergebrachte Wertsachen können wir keine Haftung übernehmen.

Sauna

Im Kurmittelhaus der Hermann-Albrecht-Klinik sowie in der Kurpark-Klinik können Sie die Sauna nutzen. Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte den Aushängen an der Rezeption. Bitte bringen Sie Ihre Verordnungskarte mit, da für die Benutzung der Sauna die Erlaubnis Ihres behandelnden Arztes vermerkt sein muss. Die Saunabnutzung ist ab drei Personen erlaubt. Für das Schließfach benötigen Sie ein 1€-Stück.





Schließfächer

Schließfächer zur Aufbewahrung Ihrer persönlichen Sachen während der Therapieanwendungen finden Sie bei den Umkleiden (Pfand 1,- €).

Schwimmbad

Im Erdgeschoss der Werner-Messmer-Klinik steht Ihnen ein Bewegungsbad zur Verfügung. Bitte beachten Sie die Zeiten für freies Schwimmen am Eingang zum Schwimmbad. Wir bitten Sie, aus hygienischen Gründen vor der Schwimmbadnutzung zu duschen.

Seelsorge

Die Seelsorgerin bietet Ihnen ein Forum zum Gespräch – in der Gruppe oder in Einzelgesprächen. Sprechstunden und Kirchenführungen entnehmen Sie bitte den Aushängen an der Info-Wand.

Sozialberatung

Unsere SozialarbeiterInnen beraten unsere Gäste in einer Vielzahl sozialrechtlicher Fragen, die in Zusammenhang mit Krankheit, Klinikaufenthalt und Rehabilitation auftreten. Sie erreichen die MitarbeiterInnen des Sozialdienstes unter der internen Durchwahl -297 und -299, die Zeiten der freien Sprechstunden entnehmen Sie bitte dem Aushang an der Info-Wand.

T Telefon

Bitte melden Sie Ihr Telefon bei Bedarf an der Rezeption an. Ihre Telefonnummer entspricht Ihrer Zimmernummer. Anrufer von extern wählen +49 7732 151- [Zimmernummer]. Wenn Sie im Haus B untergebracht sind +49 7732 151-2-[Zimmernummer]. Für abgehende Gespräche außerhalb des Hauses bitte die 0 vorwählen. Bitte beachten Sie, dass eingehende Gespräche zwischen 22.30 Uhr und 07.00 Uhr aus Rücksicht auf andere Gäste nicht auf Ihr Telefon weitergeleitet werden. Abgehende Telefonate sind möglich. Die Preise werden Ihnen an der Rezeption mitgeteilt. Hausinterne Gespräche sind auch ohne Freischaltung des Telefons möglich.

Therapiedisposition

Die Therapiedisposition befindet sich im Erdgeschoss der Werner-Messmer-Klinik. Bei Rückfragen und Änderungen zu Ihrem Therapieplan, zu Informationen und Buchung von Zusatzangeboten stehen Ihnen unsere MitarbeiterInnen täglich von 8.30 Uhr bis 12.00 Uhr sowie montags bis donnerstags von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr gerne unterstützend zur Seite.

Therapieplan

Ihr individueller Therapieplan wird wochenweise auf Grundlage Ihrer ärztlichen Untersuchung von der Therapiedisposition erstellt. Der Plan wird Ihnen nach der Erstellung rechtzeitig in Ihr Postfach gelegt. Eine mögliche Nichtteilnahme fest vereinbarter Termine für ärztlich verordnete Leistungen und Angebote (Gruppen- und Einzeltherapien) sind im Verhinderungsfall spätestens 24 Stunden vor dem Termin bei der Therapiedisposition zu melden. Ohne Vorlage einer Bescheinigung aus medizinischen Gründen zur Nichtteilnahmemöglichkeit, werden die Leistungen in Rechnung gestellt.

Tourist-Information

Die Tourist-Information befindet sich am Bahnhofplatz 2 in Radolfzell. Dort steht man Ihnen gerne bei der Planung Ihrer Ausflüge rund um den Bodensee beratend zur Seite.

Traditionelle Chinesische Medizin

In der Traditionellen Chinesischen Medizin wird der Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele betrachtet. Die aus ihr abgeleiteten Therapiemöglichkeiten haben alle gemeinsam zum Ziel, Yin und Yang wieder in ihr Gleichgewicht, bzw. das Qi zum freien Fließen zu bringen. Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt mit Ihrem behandelnden Arzt auf oder vereinbaren Sie einen Termin im Arztsekretariat unter der internen Durchwahl -453.

V

Verordnungskarte

Die Verordnungskarte ist Ihr ständiger Begleiter. Bitte führen Sie diese Karte mit Eintragung der verordneten und erlaubten Aktivitäten stets mit sich. Die verordnete Bewegungstherapie und Empfehlungen zu unserem Zusatzangebot wie z.B. Bogenschießen, Sportrudern oder Nordic Walking werden hier festgehalten. Bitte geben Sie die Verordnungskarte am Abreisetag an der Rezeption ab.

W

Waschmöglichkeiten

Sie haben die Möglichkeit Ihre Wäsche selbst zu waschen. Pro Wasch- und Trockengang benötigen Sie je eine Marke, die Sie an der Rezeption erwerben können, ebenso das Waschpulver. Der Waschraum befindet sich im Wirtschaftsraum des Kellergeschosses. Eine Bügelmöglichkeit finden Sie im Bügelzimmer im 3. Stockwerk.

Wasserdruckstrahlmassage/ Medy Jet

Entspannen Sie sich bei einer Anwendung auf unserer Medy-Jet-Liege und wählen Sie das für Sie passende Programm aus. Karten und weitere Informationen zur Nutzung der Massage-Liege erhalten Sie an der Therapiedisposition im Kurmittelhaus und an der Schwimmbadkasse im Kurmittelhaus der Hermann-Albrecht-Klinik.

Z

Zeitungen

Verschiedene Tageszeitungen und Magazine können Sie an der Rezeption erwerben. Tageszeitungen, die Sie sich nachsenden lassen, werden in Ihr Postfach verteilt.

`zeller magazin

Das `zeller magazin erscheint jeden zweiten Monat und informiert Sie über das aktuelle Geschehen und die Neuigkeiten auf der METTNAU sowie in Radolfzell und der Umgebung. Sie erhalten das `zeller magazin in unseren Kliniken und online unter www.metttau.com.

Zusatzangebote

Es erwarten Sie attraktive und vielfältige Zusatzangebote von Nordic Walking über Bogenschießen bis hin zum Sportrudern sowie verschiedene Angebote und Seminare aus der Küche. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie an unserer Info-Wand und an den Therapiedispositionen.

Wichtige Informationen zu Ihrem Abreisetag

Wir bitten Sie, am Abreisetag Ihr Zimmer bis 09.30 Uhr freizugeben. Ihr Gepäck können Sie gerne bei der Rezeption deponieren. Auf Wunsch und sofern freie Kapazitäten gegeben sind können Sie an diesem Tag noch am Sportprogramm teilnehmen. Dusch- und Umkleidemöglichkeiten befinden sich im Schwimmbadbereich.

Bitte geben Sie am Abreisetag Ihre Verordnungskarte sowie alle Schlüssel an der Rezeption ab.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt bei uns auf der METTNAU, erfolgreiche und entspannte Tage für Körper, Geist und Seele.

Ihr METTNAU-Team

METTNAU

Medizinische Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell
Strandbadstraße 106
D-78315 Radolfzell am Bodensee

Telefon +49 7732 151-0
Fax +49 7732 151-871

info@mettnau.com · www.mettnau.com



WERNER-MESSMER-KLINIK

Strandbadstraße 80
D-78315 Radolfzell am Bodensee

Telefon +49 7732 151-0
Fax +49 7732 151-650
Reservierungsanfragen +49 7732 151-810

Wir sind Partner im Qualitätsverbund
Gesundheit - gemeinsam für die beste Reha.



QUALITÄTSVERBUND GESUNDHEIT
Gemeinsam für die beste Reha



Radolfzell

Bahnhof und
Busbahnhof

Krankenhaus

Hotel Christine

Kurpark-Klinik

Werner-Messmer-Klinik

Klinik Seehalde

Haus Undine

Mettnau

Kurmittel- und Ärztehaus
Hermann-Albrecht-Klinik



METTNAU 02/18