

## Menü

- [Home](#)
- [Die Klinik](#)
  - [Herzlich willkommen](#)  
in der Mutter-Kind-Klinik Saarwald
  - [Therapie in Nohfelden](#)  
Indikationsgerechte Behandlung
  - [Das Team](#)  
interdisziplinär und sehr erfahren
  - [Die Ausstattung](#)  
Unterbringung und Ernährung
  - [Fotos](#)  
der Mutter Kind Klinik Saarwald
  - [Wir kümmern uns um Ihre Gesundheit](#)  
Grundlage der täglichen Arbeit: unser Leitbild
  - [Qualität + Patientenzufriedenheit](#)  
Gradmesser für unsere Arbeit
- [Mutter-Kind-Kur](#)
  - [Mutter-Kind-Kur](#)  
Das Gesundheitsprogramm für Frauen
  - [Indikationen, Diagnostik, Therapie](#)  
für erfolgreiche Rehabilitation
  - [Schwerpunkte und Fachkonzepte](#)  
Indikationsgerechte Therapieprogramme
  - [Schwerpunktkuren](#)  
zu festen Terminen
  - [Winterkuren](#)  
Saisonale Angebote
  - [Mutter-Kind-Interaktion](#)  
für eine bessere Beziehung
- [Vater-Kind-Kur](#)
  - [Vater-Kind-Kur](#)  
Das besondere Angebot für Männer
  - [Indikationen, Diagnostik, Therapie](#)  
für erfolgreiche Rehabilitation
  - [Schwerpunkte und Fachkonzepte](#)  
Indikationsgerechte Therapieprogramme
  - [Vater-Kind-Interaktion](#)  
für eine bessere Beziehung
- [Kinder](#)
- [Freizeit](#)
- [News](#)
- [Beratung + Service](#)
  - [Beratung](#)  
zu Mutter-Kind-Kuren
  - [Infomaterial](#)

direkt zum Download oder kostenlos bestellen

- [Antrag](#)  
auf eine Mutter-Kind-Kur
- [Reservierung](#)  
direkt und online
- [Freie Plätze](#)  
in der Mutter-Kind-Klinik Saarwald
- [Nutzungsbedingungen](#)  
für das Internetangebot der Kliniken der Kur + Reha GmbH
- [Kontakt + Anreise](#)
  - [Kontakt](#)  
Wir sind gerne für Sie da
  - [Ansprechpartner](#)  
der direkte Draht in die Klinik
  - [Anreise](#)  
Der Weg nach Nohfelden im Saarland
- [Kur + Reha GmbH des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Baden-Württemberg](#)
- [Beratung](#)
- [Antrag](#)
- [Reservieren](#)
- [Prospekte](#)
- [Newsletter](#)
- [Kontakt](#)
- [Karriere](#)
- Beratung 0800 2 23 23 73
- Morgen ab 8:00 Uhr wieder erreichbar

- [Home](#)
- [Die Klinik](#)
  - [Herzlich willkommen](#)  
in der Mutter-Kind-Klinik Saarwald
  - [Therapie in Nohfelden](#)  
Indikationsgerechte Behandlung
  - [Das Team](#)  
interdisziplinär und sehr erfahren
  - [Die Ausstattung](#)  
Unterbringung und Ernährung
  - [Fotos](#)  
der Mutter Kind Klinik Saarwald
  - [Wir kümmern uns um Ihre Gesundheit](#)  
Grundlage der täglichen Arbeit: unser Leitbild
  - [Qualität + Patientenzufriedenheit](#)

Gradmesser für unsere Arbeit

- [Mutter-Kind-Kur](#)
  - [Mutter-Kind-Kur](#)  
Das Gesundheitsprogramm für Frauen
  - [Indikationen, Diagnostik, Therapie](#)  
für erfolgreiche Rehabilitation
  - [Schwerpunkte und Fachkonzepte](#)  
Indikationsgerechte Therapieprogramme
  - [Schwerpunktkuren](#)  
zu festen Terminen
  - [Winterkuren](#)  
Saisonale Angebote
  - [Mutter-Kind-Interaktion](#)  
für eine bessere Beziehung
- [Vater-Kind-Kur](#)
  - [Vater-Kind-Kur](#)  
Das besondere Angebot für Männer
  - [Indikationen, Diagnostik, Therapie](#)  
für erfolgreiche Rehabilitation
  - [Schwerpunkte und Fachkonzepte](#)  
Indikationsgerechte Therapieprogramme
  - [Vater-Kind-Interaktion](#)  
für eine bessere Beziehung
- [Kinder](#)
- [Freizeit](#)
- [News](#)
- [Beratung + Service](#)
  - [Beratung](#)  
zu Mutter-Kind-Kuren
  - [Infomaterial](#)  
direkt zum Download oder kostenlos bestellen
  - [Antrag](#)  
auf eine Mutter-Kind-Kur
  - [Reservierung](#)  
direkt und online
  - [Freie Plätze](#)  
in der Mutter-Kind-Klinik Saarwald
  - [Nutzungsbedingungen](#)  
für das Internetangebot der Kliniken der Kur + Reha GmbH
- [Kontakt + Anreise](#)
  - [Kontakt](#)  
Wir sind gerne für Sie da
  - [Ansprechpartner](#)  
der direkte Draht in die Klinik
  - [Anreise](#)  
Der Weg nach Nohfelden im Saarland



- Sie befinden sich hier:
- [Mutter-Kind-Klinik Saarwald | Mutter Kind Kur | Behinderungen | Brustkrebs](#)
- [Mutter-Kind-Kur](#)
- [Winterkuren](#)
- [PDF](#) [Als PDF drucken](#)

suchen

**Saarwald**  
Mutter - Kind - Klinik

## Reha im Herbst und Winter - die beste Zeit für Ihre Gesundheit

Reha in der Mutter-Kind-Klinik Saarwald im Herbst und Winter – das ist ein Kuraufenthalt in der entspannten Jahreszeit. Ruhe und trockenes Winterklima im Naturpark Hunsrück (leichte Mittelgebirgslage) bieten beste Bedingungen, um frei durchzuatmen und gestärkt ins neue Jahr zu starten.

Unsere Ärzte und Therapeuten nehmen sich viel Zeit für Sie und Ihre Kinder – ohne den Trubel der Sommersaison. Physiotherapie, Sport- und Bewegungstherapie, Gesundheitsschulungen stehen auf dem Programm, die Kinder werden gut betreut und bei Bedarf ebenfalls behandelt.

Wenn der Herbst kommt, fällt bei vielen das Stimmungsbarometer. Und wenn die Advents- und Weihnachtszeit anbricht, wird der Stress leicht unerträglich. Dann ist es höchste Zeit für eine Mutter-Kind-Kur. In unseren Kliniken finden Sie besondere Angebote für die erholsame Jahreszeit – natürlich auch über die Feiertage!

Die Programme (zum Aus- oder Einklappen bitte anklicken):

# Winterfrust? Das Alternativprogramm für Alleinerziehende



Im Sommer ist für Alleinerziehende vieles „einfacher“: bei schönem Wetter steigt die Stimmung, alles geht leichter, die Kinder sind aufgrund der Aktivitäten im Freien entspannter und toben sich nach Lust und Laune aus.

Im Winter, wenn das Kinderprogramm in den eigenen 4 Wänden stattfinden muss, wird es für die Mütter weitaus anspruchsvoller. Die Mehrfachbelastungen erscheinen doppelt schwer und schnell ist der Punkt des Frustes und der totalen Erschöpfung erreicht. Körperliche Symptome folgen und der Negativ-Kreislauf beginnt. Um dem vorzubeugen ist es wichtig, sich Ruhepausen zu nehmen, die eigenen Ressourcen zu verwalten - und zu lernen, wie das geht!

Das Therapieangebot mit Bewegung, Entspannung, Gesprächskreisen, Freizeitprogramm und Mutter-Kind-Angeboten für Alleinerziehende gibt Ihnen das nötige Werkzeug an die Hand, auch im Winter gesund zu leben.

## Weihnachtszeit ohne Weihnachtsstress



Die Anforderungen in der Weihnachtszeit übertreffen bei weitem die schon im „Normalbetrieb“ nicht immer einfache Aufgabe des Familienmanagements. Große Erwartungen auf ein friedliches Weihnachtsfest stehen vor der Tür. Nicht selten führt dies zu erneuten Erschöpfungszuständen.

Gerade in dieser Zeit ist es wichtig, die eigenen Ressourcen richtig einzuschätzen. Nehmen Sie sich bewusst zurück und planen für diese Zeit Ihre Reha. Spezielle Therapieprogramme helfen Ihnen, wieder zu Kräften zu kommen. Themenzentrierte Gruppen-

gespräche vermitteln wirkungsvolle Hilfen, wie Sie mit diesen Doppelbelastungen ressourcenorientiert haushalten können und sich den hohen Erwartungen der anderen gegenüber abgrenzen können.

## **Kräfte sammeln. Die Kur für Menschen mit Behinderungen**



Integration statt Ausgrenzung! Menschen mit Behinderungen sind in vielen Fällen benachteiligt. Obendrein fehlt oft das Verständnis für ihre Probleme. Deshalb arbeiten wir in zwei Kliniken mit integrativen Konzepten. Hier werden indikationsgerechte Therapien mit Aufklärung und Gelegenheit zum Austausch kombiniert.

Die Klinik Saarwald ist auch baulich bestens auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen eingerichtet. Unterstützung finden dort Familien, die Angehörige mit körperlichen und / oder geistig-seelischen Behinderungen haben. Sowohl die Förderung der von Behinderung Betroffenen, wie auch die Unterstützung der Betreuenden und Pflegenden ist Ziel unseres multiprofessionellen Teams.

weiter zur [Mutter-Kind-Interaktion](#)



- [Mutter-Kind-Kur](#)
- [Indikationen, Diagnostik, Therapie](#)
- [Schwerpunkte und Fachkonzepte](#)
- [Schwerpunktkuren](#)
- [Winterkuren](#)
- [Mutter-Kind-Interaktion](#)
- [kur.org](#)
- [Mutter-Kind-Klinik Saarwald | Mutter Kind Kur | Behinderungen | Brustkrebs](#)

**Kontakt:**

*Kur + Reha GmbH*

*Eggstraße 8*

*79117 Freiburg*

*Beratungsteam 0800 2 23 23 73*

*Firmentelefon 0761 / 4 53 90 - 0*

*E-Mail [info\(at\)kur.org](mailto:info(at)kur.org)*

◦

◦

© 2018 Kur + Reha GmbH

- [Home](#)
- [Impressum](#)
- [Datenschutz](#)
- [Sitemap](#)
- [Karriere](#)
- [Mitarbeiter](#)