

# Die Klinik für Frauengesundheit



## Ihr kompetenter Partner für Rehabilitation & Vorsorge

# st. anna

**Gesundheitszentrum  
in Bad Peterstal-Griesbach**

Das Gesundheitszentrum St. Anna liegt im oberen Renchtal am Fuße des Kniebis inmitten einer wunderschönen Wald- und Wiesenlandschaft. Ideale bioklimatische Verhältnisse tragen rasch zum Wohlbefinden des ganzen Organismus bei. Eine Kur in St. Anna lässt Sie Kraft für den Alltag schöpfen und bedeutet Erholung für Körper, Geist und Seele.

### ■ Gesundheit für Körper, Geist und Seele

Mütter und Frauen mit Familienverantwortung brauchen und verbrauchen viel Energie für Kinder, Haushalt, Beruf und häufig auch für Angehörige, die sie pflegen. Wenn dann noch eine Krankheit oder eine Krise im Leben dazukommt – dann ist es höchste Zeit für eine Prävention- oder Rehabilitationsmaßnahme in unserer Frauen- und Mütterkurklinik „Gesundheitszentrum St. Anna“ in Bad Peterstal-Griesbach. Durch unsere anerkannten ganzheitlichen Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen finden Sie in unserer Klinik optimale, indikationsgerechte und individuelle Behandlungen. Unser frauenspezifisches Gesundheitsverständnis berücksichtigt während Ihres Aufenthaltes in unserem Haus körperliche-, seelische und soziale Belastungsfaktoren (bio-psycho-soziales Modell) und bezieht diese in Ihren individuellen Behandlungsplan mit ein. So kann die Förderung, Erhaltung und Wiedererlangung der Gesundheit erreicht, eine Verschlimmerung der Krankheit verhütet und drohende Beeinträchtigungen abgewendet werden.

In unserer Einrichtung haben Sie die Möglichkeit sich während Ihrer Kurmaßnahme bei Bedarf mit Lebens- und Glaubensfragen auseinander zu setzen oder seelsorgerliche Begleitung in Anspruch zu nehmen. Besonders in krisenhaften Zeiten kann dies eine wohltuende Unterstützung des persönlichen Lebensweges sein. Die Belegung im Haus ist konfessions- und religionsunabhängig.

### Eine stationäre Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahme für Mütter/Frauen ist angezeigt bei:

- Erschöpfungszuständen
- Multiplen psychosomatischen Befindlichkeitszuständen
- Somatoforme Beschwerden und Erkrankungen
- Burn-Out-Syndrom
- Multimorbidität (weitgehend im frühen Befundstadium) – Fähigkeitseinbußen (impairment)
- Multiaxialität
- multiple psychische und soziale Belastungen führen zu:
  - Überbelastungs- und Gratifikationskrisen
  - funktionelle Störungen (disabilities)
  - soziale Beeinträchtigungen (handicaps)
- Psychosoziale Probleme

### St. Anna ist eine Rehabilitationsklinik und vereint folgende Fachdisziplinen unter einem Dach:

- Psychosomatik
- Orthopädie
- Innere Medizin

### ■ Stationäre Maßnahmen

St. Anna hat als Einrichtung mit Versorgungsvertrag nach § 111 SGB V und nach § 111a SGB V und führt seit Jahrzehnten Gesundheitsmaßnahmen mit speziellen Konzepten für Vorsorge und Rehabilitation durch. Diese Therapiekonzepte berücksichtigen die unterschiedlichen Ausgangssituationen der Patienten, die stark vom Alter und der jeweiligen Lebenssituation beeinflusst wird.

### ■ Medizinische Therapie und Diagnostik

Unser besonderes Merkmal ist ein ganzheitlich angelegtes Therapiekonzept. Nach eingehender ärztlicher Untersuchung und Diagnostik wird in enger Zusammenarbeit mit den verschiedenen therapeutischen Fachrichtungen der Behandlungsplan festgelegt. Der ganzheitlichen Medizin wird damit Rechnung getragen.

### ■ Psychosoziale Therapie

- Seelische Belastungen und Konflikte erkennen.
- Lösungswege erarbeiten.
- Ziele festlegen.
- Das Selbstwertgefühl stärken.

Elemente der psycho-soziale Therapie sind bspw. Themenzentrierte Gruppengespräche, psychotherapeutische Einzelgespräche, Bewegungs-/Atem- und Entspannungstechniken erlernen.

### ■ Ernährungstherapie

Im Hinblick auf den ganzheitlichen Ansatz gehört die Ernährungstherapie ebenfalls zum therapeutischen Angebot. Neben unterschiedlichen Kostformen bieten wir Ihnen Beratung und Information rund um das Thema Ernährung.

### ■ Balneo-physikalische Therapie

Ergänzender therapeutischer Baustein sind die balneo-physikalischen Anwendungen: Thermalbad (32 °C), Krankengymnastik, Massage, Elektrotherapie, Bäder, Packungen, Kneipp'sche Anwendungen und Inhalationen.

### ■ Kostenübernahme

Die Kosten für Ihre stationäre Maßnahme übernehmen auf Ihren Antrag ganz oder teilweise

### Krankenkassen

- Müttergenesungsmaßnahmen für Vorsorge und Rehabilitation nach §§ 24 und 41 SGB V.
- Vorsorge und Rehabilitationsmaßnahmen und Anschlussheilbehandlung (AHB) nach §§ 23 und 40 SGB V.

### Beihilfe und private Krankenkassen

(Unser Gesundheitszentrum ist beihilfefähig!)

### Kirchliche diakonische Stellen

(gewähren Zuschüsse in Notsituationen)

Lt. § 61 SGB V ist vom Versicherten ein Eigenanteil von 10,00 € pro Tag zu bezahlen. Bei einem geringen Einkommen können Sie bei Ihrer Krankenkassen eine Befreiung beantragen. Für die Teilnahme an einer stationären Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahme müssen Sie keinen Urlaub bei Ihrem Arbeitgeber beantragen.

[www.sankt-anna-online.de](http://www.sankt-anna-online.de)

## Wir gehen neue Wege in der Medizin

Ihre Gelenke schmerzen oder Sie haben bereits eine Endoprothese im/am Knie oder Hüfte. Sie leiden an Osteoporose und/oder einer Einengung des Spinalkanals und sind deshalb nicht schmerzfrei. Auch für die langfristige Schmerzfreiheit und Erhaltung der körperlichen Stabilität zur eigenständigen Versorgung ist dieses **Spezialangebot** bestens geeignet:

**Zellsensomotorische Bewegungs- und Regulationstherapie**, bestehend aus folgenden Therapieelementen **unter internistisch/orthopädischer Betreuung**:

### Passiv-Therapieelemente

6 x zellbiologische Regulationstherapie (ZRT®), (Matrixtherapie, Wärmetherapie, Bionik-Therapie, manuell-osteopathische Behandlung, Reflex-Therapie)

### Aktiv-Therapieelemente

10 x sensomotorisches Training (Posturemed, Propriomed, Kinesio-Taping, Kybuntraining)  
6 x Medizinisches Gehtraining  
2 x Gesundheitsinstruktionsprogramm  
2 x Feldenkrais Relaxationstraining  
2 x Wirbelsäulenhaltungsgymnastik  
2 x Rückenbürstenmassage

### Ergänzende, kostenlose Therapiebausteine

- Sauna
- Schwimmen
- Quellfrisches Mineralwasser
- Konus-Gästekarte
- Hydrogymnastik im Thermalbad

### Pauschalpreis

14 ÜN im Einzel- oder Doppel-/Zweibettzimmer, inkl. Vollpension sowie der aufgeführten Leistungen und des individualisierten Therapiepakets

**pro Person 1990,00 €**



## Buchen Sie Gesundheit, statt Luxus - mit unseren Gesundheitspauschalen!

### Schnupperkur – der St. Anna Gesundurlaub

inkl. 10 med. Anwendungen und ärztliches Eingangsgespräch

14 ÜN/VP ab 900,00 €

### Gesundheitswoche

#### 4 verschiedene Schwerpunkte

- Vorsorge Wirbelsäule/ Gelenke/ Osteoporose
  - Vorsorge Herz-Kreislauf
  - Rundum Wohlfühlen
  - Aktiv gegen Stress
- inkl. 8 bis 10 med. Anwendungen und ärztliches Eingangsgespräch

7 ÜN/VP ab 595,00 €

### Aufatmen – die Kur für erschöpfte Menschen

Wenn Stress und belastende Situationen beginnen Ihr Leben zu bestimmen, dann wird es Zeit abzuschalten und zu entspannen. Ziel ist es Körper wie Geist und Seele wieder in Einklang zu bringen.

Unser Angebot inklusive umfangreichem Therapieprogramm:

ärztl. Eingangs-, Zwischen- und Abschlussuntersuchung, Schwerpunkt dieses Angebotes ist unsere psychosoziale Betreuung mit Einzel- und Gruppengesprächen sowie med. Anwendungen nach Verordnung des Arztes.

14 ÜN/VP ab 1205,00 €

### St. Anna – Kompakt – die umfassende Vorsorgekur

Sie haben konkrete Beschwerden bei

- Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems
- Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems
- psychosomatisch, psychovegetativen Erkrankungen?

Sie erhalten ein individuell abgestimmtes Therapieprogramm inklusive ärztl. Eingangs-, Zwischen- und Abschlussuntersuchung, Verordnung der med. Anwendungen (abgestimmt entsprechend ihrem Gesundheitsbild) sowie psychosoziale Betreuung in der Gruppe oder in Einzelgesprächen

14 ÜN/VP ab 1415,00 €

## Neujahrsangebot

14 ÜN buchen – 12 ÜN bezahlen  
7 ÜN buchen – 6 ÜN bezahlen

Sie erhalten bei Anreise in den Monaten Januar und Februar auf unsere Pauschalpreise der Angebote „Schnupperkur“, „Gesundheitswoche“, „St. Anna-Kompakt“ und „Aufatmen“ bei

7 ÜN – 1 Tag geschenkt /Wert 70,00 €  
14 ÜN – 2 Tage geschenkt /Wert 140,00 €

[www.sankt-anna-online.de](http://www.sankt-anna-online.de)

## Wanderwochen

15.03.-22.03.2011 und 05.04.-12.04.2011

St. Anna lädt alle Wanderfreunde zum Wandern und Genießen ein. Begleitet werden Sie durch unser erfahrenes Wanderteam. Eine besondere Wanderwoche mit vielen Höhepunkten.

### Leistungen/Programm:

Vollpension mit abwechslungsreicher, leichter und gesunder Küche, Salatbuffet sowie verschiedene Diätformen

Auszug aus unserem Wanderprogramm

- Wanderung auf dem Premium Rundwanderweg „Wiesensteig“
- Wanderung zum Glaswaldsee
- Ganztagesausflug, bspw. Baden-Baden
- Wanderung zur Staufenburg mit Weinprobe
- Abendwanderung mit gemütlichem Beisammensein beim „Hüttenzauber in der Renchtalhütte“

Programmpunkte teilweise gegen Gebühr!

### Anwendungen:

- Wechselgüsse oder Tautreten am Morgen
- Kneipp für den Hausgebrauch Vortrag und Praxis
- Schwimmen in der St. Anna Therme
- Saunanutzung



### Pauschalpreis der Wanderwochen

7 ÜN/VP ab 450,00 €

### Unser Tipp zum Entspannen & Genießen

Buchen Sie individuell dazu: Massagen, Ölbäder, Moorpackungen, Heubäder etc. – rufen Sie uns an!

## Ostern in St. Anna

Schnupperkur mit österlichem Begleitprogramm

ab 430,00 €

Rufen Sie uns an, wir informieren Sie gern:

07806/77-0

### Impressum/ V.i.S.d.P.:

Gesundheitszentrum St. Anna g GmbH • GF Marios Tampris  
Kniebisstr. 46 • 77740 Bad Peterstal-Griesbach • Tel. 07806/77-0  
FAX 07806/77-180 Ausgabe 01/11 • Auflage: 16.000  
Irrtümer vorbehalten. Keine Haftung für Satz- und Druckfehler.  
**Alle Preise pro Person und zzgl. Kurtaxe!**

## Unsere besonderen Winter-Pauschalen

### Winter Relaxwoche



### Entspannen, aufatmen, wohlfühlen -

Genießen Sie Bad Peterstal-Griesbach in einer traumhaften, romantischen Winterlandschaft. Viele geräumte Spazier- und Wanderwege laden zum aktiven Erholen ein.

### Leistungen:

- 4 oder 7 ÜN/VP, inklusive
- ärztliches Eingangsgespräch
- 1 Rückenmassage
- 1 Hydrogymnastik
- Bewegungs- und Entspannungsübungen in der Gruppe, z. B. Wassergymnastik etc.
- Schwimmen in der St. Anna-Therme
- Saunanutzung

4 ÜN/VP ab 305,00 €

7 ÜN/VP ab 510,00 €

### Wohlfühltag mit Medical Wellness



### 3 bzw. 4 Tage Wellness- oder Erholungspauschale

### Genießen Sie etwas länger?

Dann sind die St. Anna-Wellness-Tage genau das Richtige für Sie! 2 bzw. 3 Übernachtungen mit Vollpension im Einzel- oder Doppelzimmer.

Verschiedene Anwendungen wie z.B. Massagen, Hydrogymnastik, Pflegebäder (Nachtkerzen-Cremebad oder Sole-Öl-Hautpflege), Ganzkörpermoorpackung, Sauna und Schwimmen in unserer Therme ab

### Preis

ab 185,00 €

[www.sankt-anna-online.de](http://www.sankt-anna-online.de)

## Unsere Indikationen

### ■ Psychosomatische und psychovegetative Erkrankungen

psychovegetatives Erschöpfungssyndrom, Trauerreaktion, familiäre Konfliktsituationen, Pflege und Versorgung behinderter oder kranker Angehöriger, körperliche und seelische Überbelastung, Zustand nach Krankheiten und Operationen, Depressive Störungen, Burn-out – Syndrom, Psychogene Reaktion (akute Belastungsreaktion), Anpassungsstörung, Angststörung

### ■ Erkrankungen des Haltungs- und Bewegungsapparates

Zustand nach Operation an Knochen und Gelenken einschl. Gelenkersatz, Zustand nach Frakturen (Knochenbrüchen) der Bewegungsorgane, Fibromyalgie, Arthrosen, degenerative Wirbelsäulenerkrankungen, chronisch-entzündliche rheumatische Erkrankungen, Osteoporose

### ■ Erkrankungen aus dem Bereich der Inneren Medizin

Funktionelle Herz-Kreislaufstörungen, Hypertonie (Bluthochdruck)  
Chronisch-venöse Insuffizienz, Lymphödem  
Kompensierte Herzinsuffizienz, Herzrhythmusstörungen

### ■ Nebenindikationen

Stoffwechselerkrankungen, Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen, Erkrankungen der Atmungsorgane, der Niere und ableitenden Harnwege, Übergewicht, gynäkologische Erkrankungen, Klimakterium

### St. Anna ist eine anerkannte Klinik für

- Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen und Anschlussheilbehandlungen nach § 23 SGB V und § 40 SGB V
- Müttergenesungsmaßnahme für Vorsorge und Rehabilitation nach § 24 SGB V und § 41 SGB V

### Aufnahmetermine 2011 für Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen

04.01.2011– 25.01.2011	10.05.2011– 31.05.2011	13.09.2011– 04.10.2011
25.01.2011– 15.02.2011	31.05.2011– 21.06.2011	04.10.2011– 25.10.2011
15.02.2011– 08.03.2011	21.06.2011– 12.07.2011	25.10.2011– 15.11.2011
08.03.2011– 29.03.2011	12.07.2011– 02.08.2011	15.11.2011– 06.12.2011
29.03.2011– 19.04.2011	02.08.2011– 23.08.2011	29.11.2011– 20.12.2011
19.04.2011– 10.05.2011	23.08.2011– 13.09.2011	