

DIE INSEL

Was Kinder und Jugendliche zur Aufnahme bei uns oft wissen wollen und was Sie wissen sollten.

Auf den nächsten Seiten findest Du ein paar Informationen über ***Die Insel*** und über die therapeutische Behandlung bei uns. Wir werden zunächst auf ein paar Fragen eingehen, die Du Dir vielleicht schon gestellt hast, aber die Du Dir nicht selbst beantworten kannst.

Im zweiten Teil werden wir Dich über unsere Station informieren. Im dritten Teil werden wir Dir unsere „Hausordnung“ vorstellen. Du kannst Dir sicher denken, dass auch bei uns Regeln gelten, die die Kinder und Jugendlichen einhalten müssen, damit es bei uns nicht „drunter und drüber“ geht und alle sich sicher fühlen können.

Bestimmt werden wir nicht alle Fragen im Voraus beantworten können. Wenn Du also weitere Fragen hast oder wenn Dir etwas an unseren Erklärungen unverständlich geblieben ist, so sprich uns doch bitte einfach darauf an. ***Wir sind gern für Dich da!***



Teil I: Allgemeines

Wie lange dauert meine Behandlung auf der **Insel**?

Wir wissen, dass sich die meisten Menschen leichter auf neue und zum Teil belastende Situationen einstellen können, wenn sie genau wissen, was auf sie zukommt. Trotzdem können wir auf die wichtige Frage der Behandlungsdauer meist keine genaue Antwort geben. Das ist keine böse Absicht von uns, sondern hat einen ganz einfachen Grund. Bei anderen medizinischen Behandlungen kann man oft ganz gut wissen und voraussagen, wie lange zum Beispiel ein Medikament braucht, um im Körper etwas zu bewirken, oder wie lange es dauert, bis eine Operationsnarbe einigermaßen verheilt ist. Bei Deiner Erkrankung gibt es aber seltener Medikamente für die Behandlung, und eine Operation kommt auch nicht in Betracht. Was bei Deiner Erkrankung hilft, sind Gespräche, das Eingehen auf Deine Gefühle und Vorstellungen und Therapien. Im Hinblick auf die Gespräche, die Aktivitäten und die Gruppensituation mit den anderen Kinder und Jugendlichen, die Du in unserer Behandlung antreffen wirst, lässt sich anfangs kaum voraussagen, wie lange es dauert, bis das bei Dir gut wirkt. Erfahrungsgemäß wird Dein Aufenthalt einige Wochen dauern. Besprich das in den ersten beiden Wochen mit Deiner Therapeutin oder Deinem Therapeuten. Bei einigen Krankheiten kann sich der Aufenthalt sogar einige Monate hinziehen. Vor allem bei einer Magersucht können wir Dir nicht genau sagen, wie lange Du auf der Insel sein wirst, weil das vor allem von Dir selbst abhängt. Eines können wir Dir aber schon jetzt ganz genau sagen und versprechen: Du kannst Dich darauf verlassen, dass wir bei unseren wöchentlichen Visiten die Frage danach, wann Du entlassen werden kannst, immer berücksichtigen und neu überlegen!



Was heißt „psychosomatisch“?

Du hast vielleicht schon gesehen oder gehört, dass die **Insel** eine „psychosomatische“ Station ist und bei uns eine *psychosomatische Behandlung* stattfindet. Viele Menschen können das Wort kaum richtig aussprechen, und die meisten wissen nicht so recht, was es eigentlich bedeuten soll. Manche denken, wenn da was mit „Psycho“ drin vorkommt, wird es wohl bedeuten, dass man „irgendwie nicht ganz richtig im Kopf“ ist? Das bedeutet es aber nicht!!!

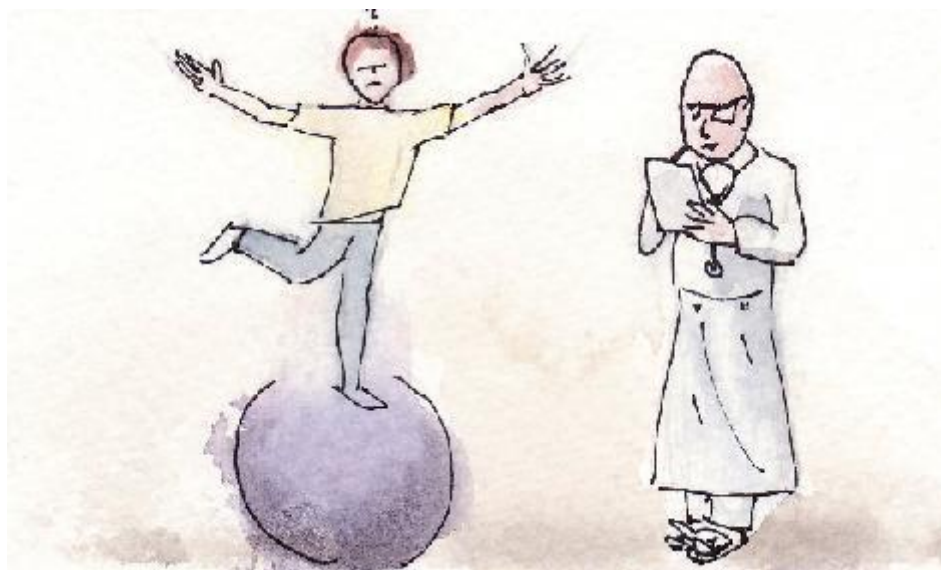
Die Silbe „Psych“ kommt von „Psyche“ und bedeutet, dass es um unsere Seele geht, also um unsere Gefühle und eigene Vorstellungen von sich und der Welt. Und „somatisch“ kommt von „Soma“ und bedeutet, dass es um etwas im Körper geht. „Psychosomatisch“ heißt also, dass es auf unserer der **Insel** und in unserer Behandlung um etwas geht, was sowohl die Seele als auch den Körper betrifft. Im Alltagsleben kennt jeder Mensch bei sich selbst psychosomatische Reaktionen. Ein Beispiel ist, dass man vor lauter Aufregung ein bisschen mehr schwitzt oder einen schnelleren Herzschlag hat. Der Körper macht dann von sich aus etwas, was irgendwie zu der Situation und zu den Gefühlen in der Situation passt. Solche körperlichen Zeichen sind so normal, dass wir uns meist gar nicht klarmachen, dass es sich dabei um gesunde psychosomatische Vorgänge handelt.



Manchmal ist es aber auch viel weniger klar, was eigentlich in einem selbst vor sich geht. Also, warum zum Beispiel eine panische Angst vor dem Zunehmen entsteht. Oder warum nachts das Bett nass ist, wo der Körper vorher doch eigentlich schon längst gelernt hatte, die Blase auch im Schlaf dicht zu halten. Dies sind Beispiele für psychosomatische Vorgänge, die man nicht sofort versteht, auch wenn wir oft im Verlauf der Therapie gemeinsam herausfinden, dass auch solche körperlichen Reaktionen irgendwie zu den Situationen passen, in denen sie aufgetreten sind. Oft haben sie mit Erlebnissen zu tun, die uns „Stress“ machen.

Was heißt eigentlich „Therapie machen“?

Wahrscheinlich ist bereits im Vorgespräch davon die Rede gewesen, dass Du bei uns „Therapie“ machen wirst, um gesund zu werden. Damit gemeint ist vor allem „Milieuthherapie“ (im Alltag miteinander) und „Psychotherapie“, in den Gesprächen mit Deiner Therapeutin, allein oder mit Deiner Familie. Aber auch therapeutische Gruppen, Malen, Musik oder Bewegung gehören dazu. Du wirst Dir bald Dein eigenes Bild davon machen. Für den Anfang versuchen wir kurz, das zu erklären: „Therapie machen“ soll bedeuten, dass wir im Gespräch oder im Spiel miteinander versuchen herauszufinden, welche möglichen Gründe es dafür gibt, dass es Dir zur Zeit nicht gut geht. Mindestens genauso wichtig sind uns aber die möglichen Lösungswege, die aus der jetzigen Situation herausführen können und auch, was Dir besonders gut gefällt oder gelingt, Deine Stärken, also. Mal wird es dabei mehr um das innere Erleben und um Deine Gefühle gehen, wie in der Kunsttherapie, der Musiktherapie oder in der Einzeltherapie, mal wird es mehr um die Ehrlichkeit im Umgang mit sich und miteinander gehen, wie in der Gruppentherapie oder in der Familientherapie. Wichtig ist also auch, dass Du auf Deinem Weg von allen Erwachsenen unterstützt wirst, die Dir wichtig sind.



Und die Schule?

Du hast jetzt von uns erfahren, dass Dein Aufenthalt im Krankenhaus auf jeden Fall einige Wochen dauern wird. Es könnte sein, dass Du Dir nun Sorgen machst, dadurch in der Schule weit zurückzufallen und wo möglich am Ende das Schuljahr wiederholen zu müssen. Hier können wir Dir aber mitteilen, dass Du während des Aufenthalts bei uns Schulunterricht in den Hauptfächern bekommen wirst. Du wirst also durch den Schulunterricht bei uns selbst etwas dafür tun können, den Anschluss an den Stoff Deiner Klasse einigermaßen zu halten. Du findest zum Thema Schule später noch ein paar Hinweise.

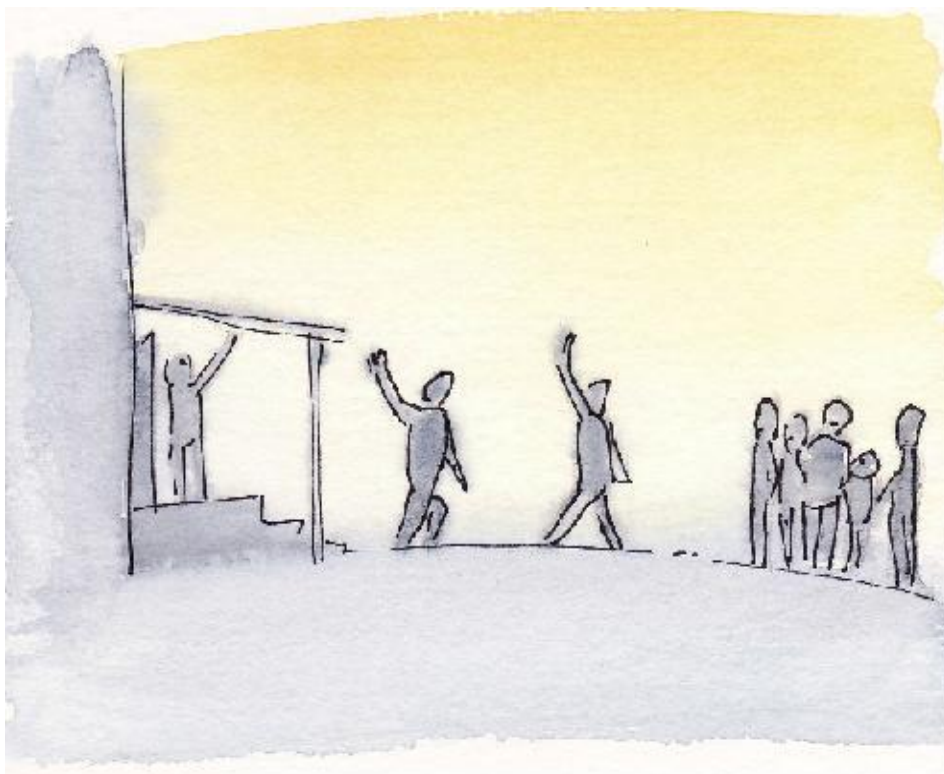
Wie oft darf ich Besuch bekommen?

Meist kann man in einer Kinderklinik fast zu jeder Tageszeit Besuch bekommen. Bei uns ist das aber nicht so. Ein Grund hierfür ist, dass es für die Behandlung auf der **Insel** sehr darauf ankommt, dass auch die Gruppe der Kinder und Jugendlichen miteinander auskommt und etwas zusammen unternimmt.

Die Besuchszeit ist deshalb begrenzt auf den Dienstag Nachmittag, nämlich von 16.30 bis 17.50 Uhr und nach dem Essen von 18.30 bis 20.00 Uhr, außerdem jeweils eine Stunde nach den Familientherapien für die Teilnehmenden. Außerdem ist Besuchszeit am Wochenende von 14.00 bis 17.50 Uhr, sofern Du das Wochenende nicht sowieso zu Hause verbringst.

Falls Du aus medizinisch-therapeutischen Gründen nicht die gesamte Woche auf der **Insel** anwesend sein musst, wird besprochen, wann Du am Wochenende nach Hause gehen kannst, um das was, Du hier im Umgang mit Deinen Gefühlen und in Deinem Verhalten Anderen gegenüber erprobst, auch mit Deiner Familie und Deinen Freunden auszuprobieren. Dies gilt allerdings erst ab dem dritten Wochenende. Das heißt, die ersten beiden Wochenenden bleibst Du in jedem Fall bei uns, danach nur wenn es so angeordnet wurde.

Um Missverständnisse zu vermeiden, sollten Deine Eltern sich immer am Donnerstag bis 20.00 Uhr auf der **Insel danach erkundigen, ob es für Dich ansteht, einen Tag oder das Wochenende zu Hause zu verbringen und was dafür wichtig ist.**



Was darf ich von zu Hause mitnehmen?

Gerade bei einem längeren Krankenhausaufenthalt ist es für jeden Menschen wichtig, etwas aus seiner vertrauten Umgebung bei sich zu haben. So wird es zumindest ein bisschen gemütlicher und vertrauter. Du wirst bei uns entweder in einem Einzelzimmer oder in einem Zimmer für 2 Patienten untergebracht werden. Es ist erlaubt und auch erwünscht, im eigenen Zimmer die Magnetwände ein bisschen zu dekorieren. Du kannst also zum Beispiel ein Poster von Deiner Lieblingsgruppe aufhängen oder was Du Dir sonst auch zu Hause an die Wand hängen würdest (hier bitte nicht an Schränke und Wände). Auch ein Kuscheltier solltest Du nicht vergessen, sofern Du so etwas hast und Du kannst gern auch Deine eigene Bettwäsche und Musik mitbringen. Mitgenommen werden dürfen z.B. auch Inline-Skates (mit Schutz) oder ein Musikinstrument oder auch ein CD-Player. Wir werden natürlich mit darauf achten, dass Du die Anderen damit nicht in ihrer Ruhe störst. Handys und alle Medien mit Bildschirm werden im Dienstzimmer abgegeben und zu Zeiten herausgegeben, in denen Deine Telefonate den Tagesablauf auf der **Insel** nicht stören oder wenn Du Ausgang hast.

Für alle mitgenommenen Gegenstände gilt im Übrigen, dass wir keine Haftung übernehmen. Du musst also selbst darauf achten, dass sie nicht wegkommen und dass sie ganz bleiben. Wertgegenstände können im Zimmer eingeschlossen oder beim Personal abgegeben werden.

Weil es uns wichtig ist, dass die Kinder und Jugendlichen auf der **Insel** sich nicht in ihren Zimmern und voreinander verkriechen, ist es nicht erlaubt, Fernsehgeräte und Computer mit auf die **Insel** zu nehmen. Die Glotze „eignet“ sich ja ganz ausgezeichnet zum unbemerkten Verkriechen! Auch auf das Thema Fernsehen werden wir gleich noch einmal kurz zu sprechen kommen.

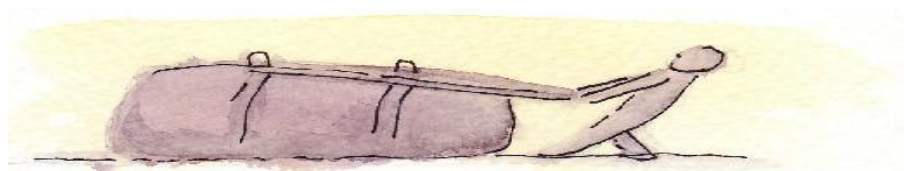


Teil II: Informationen zur **Insel**

Vorbereitung für die Aufnahme

Wenn eine Aufnahme auf die **Insel** vereinbart wird, sollten Du und Deine Eltern beim Einpacken von Sachen auf folgendes achten:

1. Wir können keine Haftung für Wertgegenstände, auch nicht für teure Spiele, tragbare Musikgeräte usw. übernehmen. Bargeld kann allerdings in unserem Stationszimmer zur Aufbewahrung abgegeben werden.
2. Weil unsere Besuchszeiten auf den Dienstag und das Wochenende beschränkt sind, ist für viele Kinder und Jugendliche das Telefonieren umso wichtiger. Ihr könnt Euch auf dem **Kinder-telefon der Insel** unter Tel. 04 51 / 5 00 – 25 09 anrufen lassen.
3. Folgende Gegenstände sollten unbedingt mitgebracht werden:
 - Sportkleidung
 - Schwimmzeug
 - Festes Schuhwerk bzw. Sportschuhe
 - Regenkleidung
 - Hausschuhe
 - Schlafanzug
 - Waschzeug
 - Taschengeld mit Portemonnaie
 - Spielsachen und/oder Bücher
 - Poster
 - Schreibmaterial
 - Schere
 - Radiergummi
 - Stifte
 - Klebstoff
 - Schulsachen
4. Folgende Gegenstände bitte gleich zu Hause lassen:
 - Fernsehgerät / Lap-top / Computer
 - Gameboy / Nintendo / Playstation / i-Pod o.ä.
 - Kamera / Videokamera
 - Taschenmesser / Feuerzeug o. ä.



Aufgaben des Pflege-Erziehungs-Teams der Insel

Auf üblichen Stationen, wie Du sie vielleicht schon von einem Klinik-aufenthalt kennst, hat das Personal vor allen Dingen die Aufgaben, z.B. Fieber zu messen, Blut abzunehmen, Gipsverbände zu wechseln, Infusionen anzulegen usw. Manchmal kommt dabei fast die Zeit zu kurz, sich überhaupt noch mit den Patienten zu unterhalten. Im Unterschied dazu steht auf der **Insel** das Gespräch mit den Patienten und der Kontakt zu ihnen ganz im Vordergrund. Für uns ist es auch von ganz großer Wichtigkeit zu wissen, wie Du Dich fühlst und was Dich innerlich gerade beschäftigt. „Psychosomatik“ heißt ja, dass es um den Körper und gleichermaßen auch um die Seele gehen soll.

Die Schwestern und Erzieher der **Insel** haben deshalb die Aufgabe, in Deine Akte hinein zu schreiben, welchen Eindruck sie von Dir während ihres Dienstes hatten oder was sie sonst bemerkenswert fanden. Es kann also sein, dass sie aufschreiben, dass Du sehr mit Dir selbst beschäftigt und in Dich gekehrt gewirkt hast, oder dass Du Dich darum bemüht hast, Kontakte zu anderen Patienten zu finden usw. Solche Beobachtungen und Eindrücke sind uns genauso wichtig wie der Blutdruck oder ob Du Fieber hast. Und dass solche Beobachtungen aufgeschrieben werden, liegt daran, dass alle Personen im Team über Deine Stimmung und über Deine Verfassung gut Bescheid wissen sollten, um Dich gut unterstützen zu können. Zum Team der **Insel** gehören viele Personen: Schwestern, Erzieher und Heilpädagogen, aber auch Ärzte, Psychologen, Therapeuten, Lehrer und andere.



Die Bezugsperson

Die Kinderkrankenschwestern und Erzieher haben auf der **Insel** verschiedene Aufgaben. Eine Aufgabe ist es, die „*Bezugsperson*“ für ein Kind oder einen Jugendlichen zu sein. Jedes Kind hat zwei Bezugspersonen. Deine Bezugspersonen wollen Dich zuerst einmal richtig kennen lernen. Sie möchten wissen, was für Interessen, Hobbys, Gewohnheiten, Wünsche und Abneigungen Du hast.

Sie helfen Dir dabei, die Räumlichkeiten der **Insel**, die Gruppen und Regeln kennen zu lernen und mit den vielen Terminen klar zu kommen. Außerdem sind sie Ansprechpartner für Dich, wenn es um Deine Fragen, Probleme oder Wünsche geht.

Die Bezugspersonen arbeiten sehr eng mit allen zusammen, die in irgendeiner Form mit Dir zu tun haben. Das können z.B. Lehrer/in, Therapeut/in, Arzt/Ärztin oder Physiotherapeut/in sein. Das ist wichtig, zum Beispiel damit wir Dich unterstützen können, Aufgaben, die Du Dir in Deiner Therapie vorgenommen hast, auch auf der **Insel** oder außerhalb um zu setzen.

Manchmal finden so genannte „*Einzelaktivitäten*“ statt. Das bedeutet, dass Du mit Deiner Bezugsperson allein etwas unternimmst (darüber steht noch mehr bei „Freizeitgestaltung“). Mit Deiner Bezugsperson kannst Du auch eine besondere Unternehmung verabreden. Du kannst mit Ihr ins Kino oder Essen gehen oder was Ihr sonst gemeinsam gut findet und beschließt.

Im Großen und Ganzen kann man vielleicht sagen, dass die Bezugspersonen Dich auf deinem Weg der Therapie begleiten und unterstützen werden.



Was ist die Klinikschule?

Die Schule ist einer Deiner wichtigsten Lebensbereiche. Auch in der Klinik gibt es einen geregelten Schulvormittag. Unsere Klinikschule liegt auf der **Insel**. Sie besteht aus 2 Gruppen, einer für jüngere und einer für ältere Schüler. Jede Gruppe hat eine/n eigene/n Klassenlehrer/in Du erhältst Unterricht in den wichtigsten Fächern, in denen wir nach Möglichkeit den Stoff bearbeiten, der auch in Deiner Klasse durchgenommen wird. So solltest Du auch nach einer längeren Fehlzeit den Anschluss an Deine Klasse halten können. Bitte bring von zu Hause Dein Schulmaterial mit. Wir können uns mit Deinem/r Klassenlehrer/in wegen des Unterrichtsstoffes in Verbindung setzen.

Wir können nicht in jedem Fall und in jedem Fach genau den Stoff durchnehmen, der in Deiner Klasse behandelt wird. Es wird aber unser Ziel sein, je nach Schwere der Krankheit und Dauer des Aufenthaltes die Lücken im Unterricht gering zu halten, ohne Dich zu überanstrengen.

Andererseits wollen wir auch andere Schwerpunkte setzen, als sonst im Schulalltag. Durch die kleinen Lerngruppen haben wir die Möglichkeit, darauf zu achten, was Dir im Schulbereich Sorgen und Schwierigkeiten macht. Wir nehmen uns Zeit, über Deine Schulprobleme zu sprechen und nach Lösungen zu suchen, damit wir gemeinsam erkennen, welche Lernziele für Dich wichtig sind. Wenn es um die Frage eines Klassen- oder Schulwechsels geht, können wir Dich und Deine Eltern beraten.



„Kids“ oder „Teens“

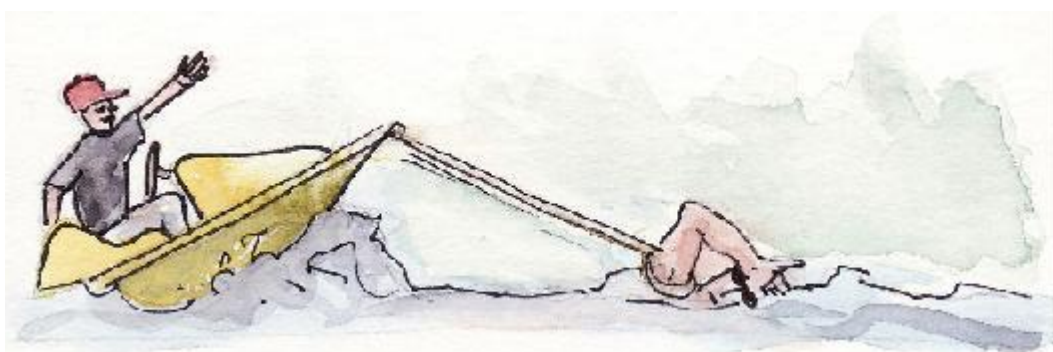
Die **Insel** hat Platz für bis zu 14 Kinder und Jugendliche, die zwischen 5 und 17 Jahre alt sind. Es ist klar, dass bei einer so großen Altersspanne nicht alle „unter einen Hut passen“. Deshalb teilen wir die Gruppe auf: Zu den **„Kids“** gehörst Du bei uns bis zum Alter von 12 Jahren, zu den **„Teens“** ab 13 (außer in der Gruppentherapie, da gehörst Du meist ab 14 Jahren zu den „Teens“). Ob „Kid“ oder „Teen“ macht in unserer Hausordnung, die Du auch in diesem Heft nachlesen kannst, z.B. einen Unterschied beim Zubettgehen oder wenn Freizeitaktivitäten in der Gruppe stattfinden. Dann sind nämlich in der einen Woche die „Teens“ unterwegs, in der anderen Woche sind die „Kids“ dran.

Freizeitgestaltung

Schulkinder und Jugendliche verbringen, wenn sie nicht aus medizinischen Gründen im Bett bleiben müssen, den Vormittag in der Klinikschule. Jüngere Kinder gehen in unser Haus für Spiel- und Beschäftigungstherapie (HSB), wo sie von Erzieher(inne)n betreut und beschäftigt werden.

Zusätzlich zur Schule ist durch die verschiedenen Therapien und Aktivitäten eine Menge Zeit für Dich schon verplant. Trotzdem bleibt Dir natürlich noch Raum zur Freizeitgestaltung. Sofern Du freien Ausgang hast, kannst Du Dich von der **Insel** abmelden und selbst etwas unternehmen. Es gibt aber auch regelmäßig so genannte Gruppenaktivitäten.

So geht eine Gruppe jeden Dienstag zum Schwimmen, und jeden Donnerstag finden entweder für die **„Kids“** oder für die **„Teens“** gemeinsame Aktivitäten statt. Solche Aktivitäten sind z.B., dass wir die Kegelbahn besuchen, einen Drachen bauen und steigen lassen, auf der Wakenitz mit dem Tretboot fahren usw. Manchmal gibt es auch die Möglichkeit, auf der **Insel** z.B. Schlagzeug zu spielen oder in einer Gruppe („Band“) gemeinsam zu musizieren. Wenn Du Dir so etwas wünschst, sprich die Schwestern oder Erzieher an, um zu erfahren, wann das möglich ist.



Freizeit-Projekte

Auf der **Insel** bereiten wir immer auch weitere Angebote zur Freizeitgestaltung vor, so genannte Projekte, bei denen Du Spaß haben kannst. Wir haben in der letzten Zeit zum Beispiel ein Foto- und auch mal ein Video-Projekt gehabt, wo wir kleine Szenen zuerst aufgeführt, dann aufgenommen und schließlich angesehen haben. Und wir hatten oft ein Koch-Projekt, ein Schminke-Projekt oder ein Musik-Projekt. In den Schulferien gab es sogar spannende Theater- und Zirkusprojekte.

Die „Gruppenkasse“

Damit Du während des Aufenthaltes auf der **Insel** auch an Gruppenaktivitäten außerhalb des Klinikgeländes teilnehmen kannst, z.B. eine Kegelbahn besuchen oder mit dem Tretboot auf der Wakenitz fahren, führen wir eine Gruppenkasse. Aus dieser Gruppenkasse werden solche Unternehmungen bezahlt.

In diese Kasse sollten Deine Eltern nach Möglichkeit

jede Woche 5 Euro

für Dich einzahlen.



Teil III: Hausordnung und Regeln der Insel

Damit Du Dich auf der **Insel** zurechtfindest, haben wir einige Dinge aufgeschrieben. Vieles von dem wirst Du sicher schon von uns erfahren haben, aber nicht alles kann man auf Anhieb gleich behalten.

Aufstehen und Zubettgehen

Alle Kinder werden um 7.00 Uhr geweckt. Um 7.30 Uhr gibt es Frühstück. Bis zum Frühstück hast Du Dich zu waschen und Dein Zimmer soweit aufzuräumen, dass unsere Raumpflegerin den Boden wischen kann.

- Wenn Du jünger als 13 Jahre bist, gehst Du um 20.30 Uhr zu Bett (21.00 Uhr ist Schlafenszeit): Um 20.00 Uhr machst Du Dich „bettfertig“.
- Wenn Du 13 Jahre oder älter bist, gehst Du um 21.30 Uhr zu Bett (22.00 Uhr ist Schlafenszeit).

Nach 20.00 Uhr darf die Station nicht mehr verlassen werden.

Mittagszeit

Von 12.30 bis 14.15 Uhr ist Mittagsruhe! In dieser Zeit solltest Du Deine Hausaufgaben erledigen. Wenn noch Zeit bleibt, kannst Du nach Absprache z.B. auf dem Klinikgelände spazieren gehen.

Mahlzeiten

Damit niemand allein isst, nehmen wir die Mahlzeiten gemeinsam ein. Dies gilt auch für die Besuchszeit. Damit das klappt, müssen alle pünktlich sein.

Essen (auch Süßigkeiten oder Getränke) darfst Du nicht auf Deinem Zimmer haben. Wir haben nämlich oft Kinder auf der **Insel**, die nicht alles essen dürfen. Für diese Kinder wäre Euer Essen eine zu große Verlockung. Mitgebrachtes Essen oder Süßigkeiten musst Du abgeben und kannst Dir davon zu bestimmten Tageszeiten etwas geben lassen.

Handys/Bildschirm-Medien/Fernsehen/Fotos etc.

Alle Handys (und Medien mit Bildschirm) müssen im Stationszimmer abgegeben. Handys können dort ausgeliehen werden. Pro Woche dürft Ihr einmal Fernsehen und einmal Video gucken. Welchen Film Ihr sehen wollt, stimmt Ihr in der Gruppe ab, teilt uns das Ergebnis mit und braucht dann noch unsere Zustimmung, weil es neben tollen Filmen auch solche Filme und Computerspiele gibt, die Kindern großen emotionalen, also die Gefühle betreffenden, Schaden zufügen können. Das passiert vor allem, wenn brutale Gewalt oder andere Dinge gezeigt werden, die Kinder nicht verstehen können, die erschrecken oder die einfach nicht gut sind. Das gilt übrigens nicht nur für Kinder sondern bei besonders krassen Filmen oder Spielen auch für Erwachsene.

Fotos von anderen Patient(inn)en darfst Du nur mit deren Einverständnis machen und wenn Andere das verlangen, musst Du sie wieder löschen.

Verhaltensregeln auf der Insel

Um Mitpatienten nicht zu sehr zu stören, die manchmal wegen ihrer Krankheiten sehr viel Ruhe brauchen, werden wir darauf achten, dass es

bei uns nicht zu laut wird. Das heißt, Dein Radio oder MP3 bleibt auf Zimmerlautstärke und auf dem Stationsflur wird nicht getobt. Zum Spielen sind die Gruppenräume und zum Toben ist der Garten da. Wenn Du in den Garten möchtest oder Deinen Ausgang nehmen willst, musst Du Dich bei uns abmelden und auf der Tafel im Flur austragen, damit wir wissen, wo Du bist. Denn schließlich tragen wir für Dich Verantwortung. Auf der **Insel** werden von Euch Hausschuhe getragen.

Wenn es mal Ärger gibt

Versucht, Euren Streit mit Worten zu klären! Wenn Ihr nicht mehr weiter wisst, bittet Erwachsene um Hilfe. Schlagen darfst Du auf keinen Fall, denn damit werden keine Probleme gelöst, sondern verschlimmern sich nur noch. Sonst entsteht eine schlechte Stimmung auf der **Insel**, mit Angst und der Gefahr von Verletzungen. Bedenke außerdem: Wütend sind wir alle mal und das ist ok, aber auch mit Worten können andere verletzt werden. Deshalb sind uns Respekt und Achtsamkeit wichtig!

Alkohol und Rauchen

Alkohol zu trinken ist bei uns verboten. Dasselbe gilt für das Rauchen, auch auf dem Grüngelände der **Insel**.

Wertgegenstände und Kostbares

Wir können für Wertgegenstände keine Haftung übernehmen. Gegen 20,00 Euro Kautions können Deine Eltern bei uns einen Schrankschlüssel für Dich bekommen, damit Du Deine Wertsachen wegschließen kannst.

Zum Abschluss noch 2 der wichtigsten Regeln auf unserer Station:

1. Wenn Du Fragen hast oder Dir etwas unklar geblieben ist, kannst Du jeden aus dem Team der **Insel** ansprechen und sie oder ihn bitten, Dir weiterzuhelfen! Und:
2. Wenn es Dir schlecht geht, sag uns Bescheid! Wir sind für Dich da.

**Wir freuen uns auf Dich und hoffen,
dass wir gut miteinander auskommen werden!**

Kindertelefon auf der Insel		04 51 / 5 00 – 25 09
Schwesterntelefon im Dienstzimmer:		04 51 / 5 00 – 25 63
Leitung/Oberarzt	Dr. Torsten Lucas	04 51 / 5 00 – 25 74
Leitung Stationsteam	Friederike Flathmann	04 51 / 5 00 – 58 32
	Meike Martensen	04 51 / 5 00 – 58 32
Stationsärztin:	Dr. Angelika Heep	04 51 / 5 00 – 25 64
Sekretariat:	Corinna Borkenhagen	04 51 / 5 00 – 25 75
Meine Therapeut/in:		
Telefon:.....		0451 / 5 00 –