



„Weihnachten mal (wo)anders“

In wohlthuender, ruhiger und vorweihnachtlich-besinnlicher Atmosphäre lassen Mütter mit ihren Kindern das alte Jahr hinter sich. Sammeln Sie Kraft und Energie für 2018! Das Reizklima der Nordsee mit seiner großen Heilwirkung bei Erschöpfungszuständen und chronischen Erkrankungen trägt dazu bei – genauso wie unsere Therapien und freiwilligen Aktionen.

Anmeldung

Sie möchten sich anmelden?
Sie möchten erfragen, ob noch ein Kurplatz frei ist?
Sie benötigen Unterstützung bei der Antragstellung?

Ihre Ansprechpartner erreichen Sie hier:

Tel.: 05121/938-174

Caritasverband für die Diözese Hildesheim
Geschäftsbereich Mutter-Kind-Kliniken

Mutter-Kind-Klinik Langeoog

Süderdünenring 61

26465 Langeoog

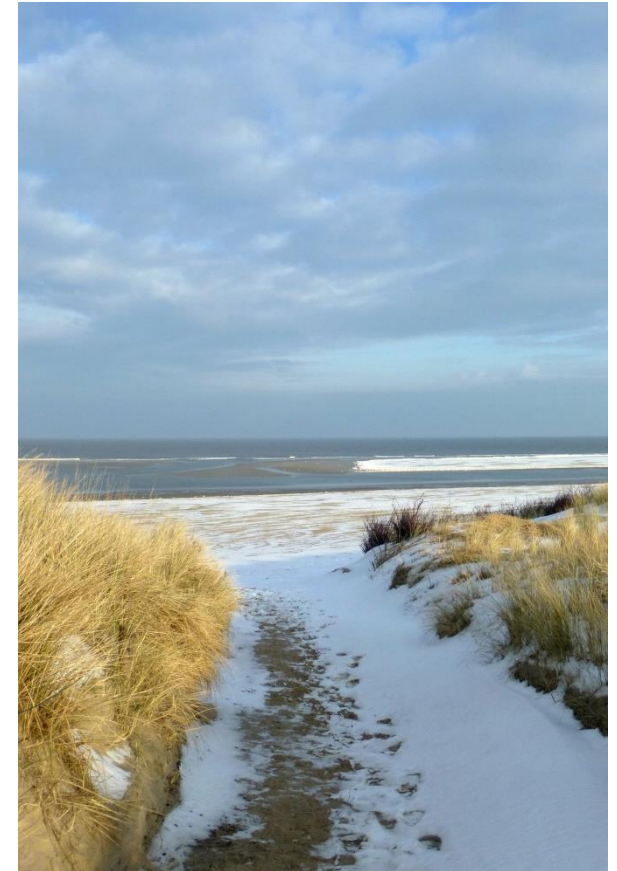
Tel.: 04972/687-0

kontakt@caritasklinik-langeoog.de

www.caritasklinik-langeoog.de



Mutter-Kind-Klinik Langeoog
Vorsorge und Rehabilitation



Weihnachten auf der Nordseeinsel Langeoog

Mutter-Kind-Maßnahme vom
14.12.2017 – 04.01.2018

Weihnachtszeit in der Mutter-Kind-Klinik Langeoog

- Winterspaziergänge am Strand
- Kutschfahrt
- Sportangebote
- Ostfriesischer Tee-Abend
- Adventliche Tagesmeditation



- Weihnachtsbäckerei
- Tannenbaum-Schmücken
- Advents- und Weihnachtsdeko basteln
- Bockwurstchen mit Kartoffelsalat am Heiligabend
- Festtagsessen

- Gemeinsame Silvesterfeier
- Nachtwanderung
- Neujahrsbrunch

Naturnah. Meer. Erleben.



Informationen zur
Mutter-Kind-Klinik Langeoog
finden Sie auch unter
**[www.caritasklinik-
langeoog.de](http://www.caritasklinik-langeoog.de)**

Behandlungsziele

- Im Abstand vom vorweihnachtlichen Stress zur Ruhe kommen
- Gemeinsam mit den Kindern die Advents- und Weihnachtszeit erleben
- Körperlich und seelisch auftanken
- Gemeinsam Ideen entwickeln, um im Alltag zuhause fit und belastbar zu bleiben

Therapieangebot

- Stressbewältigungstraining
- Entspannungstraining für Frauen und Kinder
- Einzelgespräche
- Gesprächskreise
- Sport- und Bewegungsangebote
- Vorträge