

Anhang 1: Fahrräder

Regeln zum Fahrradverleih

1. Jeder hat für einen ordnungsgemäßen Gebrauch des Rades zu sorgen und das Rad sowie alle Einzelteile vor Beschädigungen oder Verlust zu bewahren.
2. Bei der Benutzung des Rades muss sich an die Straßenverkehrsordnung gehalten werden.
3. Die Übergabe und Rückgabe des Rades sind per Unterschrift und 10 Euro Pfand zu bestätigen.
4. Bei der Übergabe ist das Rad vom Benutzer auf eventuelle Mängel oder Beschädigungen zu überprüfen. Liegen Mängel oder Beschädigungen vor, sind diese vor der Benutzung dem zuständigen Personal bzw. den Mitarbeitenden der AT Fahrradwerkstatt zu melden.
5. Sollten Mängel oder Beschädigungen während der Nutzung auftreten, sind diese unverzüglich dem zuständigen Personal bzw. den Mitarbeitenden der AT Fahrradwerkstatt zu melden.
6. Die **Ausleihe** und **Rückgabe** der Fahrräder und Helme erfolgt an den Werktagen **Mo., Mi., Fr., von 8:30 – 9:45 Uhr**.
7. Die Verleihdauer wird an Werktagen zunächst auf einen Tag beschränkt. Folgt ein Feiertag oder mehrere, verlängert sich die Frist entsprechend. An den Wochenenden werden die Räder zunächst von Freitag bis Montag ausgegeben.
8. Bei der Rückgabe wird das Rad von den Mitarbeitenden der AT Fahrradwerkstatt auf Mängel oder Beschädigungen überprüft.

Regeln zum Fahrradgebrauch

1. Beim Abstellen des Rades ist dieses mit dem ausgehängten Schloss zu sichern. Das Rad ist auf dem Klinikgelände im Schuppen abzustellen und mit dem Schloss zu sichern.
2. Vor der Nutzung des Rades ist der Reifendruck zu kontrollieren.
3. Das Rad ist stets angelehnt oder auf dem am Rad angebrachten Ständer abzustellen.
4. Der Sattel ist vor der Entwendung zu sichern. Entweder den Sattel mit am Schloss befestigen oder den Sattel mitführen. Die Abnahme des Sattels ist durch den Schnellspanner an der Sattelstütze unkompliziert vorzunehmen.
5. Es besteht eine Helmpflicht, sowohl bei den geführten Radtouren als auch im privaten Gebrauch. Der Helm wird von der Klinik ausgegeben und ist nach Gebrauch gründlich zu desinfizieren.
6. Auf geführten Touren dürfen keine E-bikes benutzt werden.



Anhang 2: Regeln zum Gesundheitsbad

Regeln zum Gesundheitsbad

Ein Badbesuch dient der Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens. Aus diesem Grund muss besonderer Wert auf Hygiene der eigenen Person, aber auch des Bades gelegt werden.

Wer das Bad in Anspruch nimmt, tut dies auf eigene Verantwortung.

Gesundheit und körperliche Fitness müssen dabei als selbstverständliche Gegebenheit vorausgesetzt werden. Im Zweifel ist vorher ein Arzt zu befragen.

Grundsätzlich gilt:

1. Die Dauer der Badnutzung sollte 45 Minuten nicht überschreiten.
2. Bitte melden Sie sich vor Benutzung und nach der Endreinigung des Bades bei dem diensthabenden Teammitglied.
3. Höchst-Temperatur: ca. 38° Grad
4. Der Hin- und Rückweg zum Bad findet bekleidet statt (mind. Bademantel)
5. Betreten des Bades nur mit geeigneter Fußbekleidung (z. B. Dusch-Sandalen)
6. Bitte keine Getränke mit in das Bad nehmen.
7. Nach der Nutzung muss die Wanne gereinigt, der Fußboden getrocknet und der Raum gelüftet werden.
8. Erst nach Abnahme durch ein Teammitglied kann die nächste Person das Bad nutzen.

Bad-Zeiten:

Montag bis Donnerstag: 18:30 bis 21:00 Uhr

Freitag: 14:30 bis 21:00 Uhr

Samstag, Sonntag, Feiertage: 14:30 bis 21:00 Uhr

Anhang 3: Sauna-Regeln

Sauna-Regeln

Ein Saunabesuch dient der Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens. Aus diesem Grund muss besonderer Wert auf Hygiene der eigenen Person, aber auch der Sauna gelegt werden.

Wer die Sauna in Anspruch nimmt, tut dies auf eigene Verantwortung.

Gesundheit und körperliche Fitness müssen dabei als selbstverständliche Gegebenheit vorausgesetzt werden. Der Arzt gibt das ok dazu. Sie dürfen die Sauna erst nach dem siebten Therapietag benutzen.

Grundsätzlich gilt:

1. Die Nutzung der Sauna ist kostenlos.
2. Der Saunabesuch wird in der Morgenrunde angemeldet.
 - a. die Anmeldung 30 Minuten vor Beginn des Saunabesuchs bei einem Teammitglied
 - b. die Einhaltung der Zeiten
 - c. die Sauberkeit im Saunabereich, des Vorraums und der Dusche
 - d. die Abmeldung nach Beendigung des Saunagangs
3. Mindestens zwei Personen müssen gleichzeitig die Sauna besuchen
4. Frauen und Männer saunieren getrennt, Ausnahme: offizielle Paare
5. Pro Gruppe sind max. drei Saunagänge gestattet
6. Der Hin- und Rückweg zur Sauna findet bekleidet statt (mind. Bademantel)
7. Vor dem Saunagang muss geduscht werden.
8. Betreten des Sauna-Vorraums nur mit geeigneter Fußbekleidung (z. B. Dusch-Sandalen)
9. Die Sitz- und Liegeflächen müssen vor Gebrauch mit Handtüchern abgedeckt werden.
10. Saunaaufgüsse werden vom Haus gestellt und vom Pflegepersonal angemischt.
11. Körperpflegemittel dürfen in der Sauna nicht eingesetzt werden.
12. Nach dem Besuch der Sauna sollte erneut geduscht werden.
13. Die Mitnahme von Glasflaschen in die Sauna ist nicht gestattet.
14. Das Musikhören nur in mäßiger Lautstärke

Sauna-Zeiten:

Montag bis Freitag: 18:30 Uhr bis 21:00 Uhr (Mittwoch nur für Frauen!)

Samstag, Sonntag, Feiertage: 14:30 Uhr bis 21:00 Uhr



Anhang 4: Lebensmittel

Lebensmittel: Verzehr und Lagerung

Im Speisesaal stehen Ihnen ein Kühlschrank zur Verfügung, in dem verderbliche Lebensmittel gelagert werden können.

Bitte holen Sie sich dafür vom Pflegepersonal eine Aufbewahrungsbox ab, die mit Ihrem Namen versehen wird. Achten Sie bitte auf die Mindesthaltbarkeit Ihrer Lebensmittel!

Nicht mitgebracht und gelagert werden dürfen:

- Nüsse und Sonnenblumenkerne mit Schale
- Marzipan jeglicher Art
- Mozartkugeln
- Energydrinks
- Kefir
- Rohes Fleisch
- Roher Fisch
- Gehacktes in jeglicher Form
- Mohngebäck

Bei Fragen wenden Sie sich bitte das Personal.



Anhang 5: Zimmerordnung

Zimmerordnung

1. Grundsätzliches

- a. Persönliche Bilder, Grafiken, Plakate und Fotos dürfen nur auf den dafür vorgesehenen Flächen angebracht werden
- b. Wände, Schränke, Fenster und Türen dürfen nicht beklebt, bzw. mit Dekorationen versehen werden
- c. Schuhe sind im Schuhregal oder im Schrank aufzubewahren
- d. Die Tageskleidung hängt an der Zimmergarderobe oder im Schrank
- e. Arbeitsschuhe sind im Arbeitsbereich zu belassen

2. Tägliche Zimmerordnung

- a. Das Zimmer muss in einem ordentlichen Zustand gehalten werden
- b. Die Betten sind bis zum Frühstück gemacht (Bettlaken, Kopfkissen, Zudecke sind ordentlich zusammengelegt und glatt)
- c. Das Waschbecken wird nach der Morgenhygiene saubergemacht
- d. Schmutzwäsche kommt in die Wäschetonne
- e. Der Fußboden ist sauber zu halten

3. Wöchentlich durchzuführende Putzarbeiten im Zimmer

- a. Reinigen der Nachttische und Nachttischlampen
- b. Staubsaugen des Fußbodens
- c. Reinigung der Türleisten
- d. Reinigung der Fensterbänke und -kreuze
- e. Reinigung des Waschbeckens inklusive Spiegelschrank und Ablage
- f. Staubwischen auf allen Ablagen und Schränken

4. Sonstiges zur Zimmerordnung

- a. Bargeld und Wertgegenstände sollten nicht offen herumliegen
- b. Die Mülleimer sind regelmäßig und rechtzeitig auszuleeren
- c. Das Mobiliar ist pfleglich zu behandeln und darf nicht eigenmächtig ausgetauscht oder verändert werden
- d. Schäden oder Verschleiß sind auf der Reparaturliste zu vermerken
- e. Wäsche darf nicht im Zimmer getrocknet werden
- f. Fenster sind bei Nutzung der Heizung oder bei Starkregen geschlossen zu halten
- g. Die Heizung ist auf Raum- bzw. Schlaftemperatur anzupassen



Anhang 6: Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung

Freizeitgestaltung

Auch in Ihrer Freizeit sollen Sie sich hier wohlfühlen. Unsere Anlage sowie die Umgebung ermöglichen es uns, Ihnen ein vielfältiges Freizeitangebot zu unterbreiten. Nachfolgend möchten wir Ihnen einen Einblick über Freizeitmöglichkeiten hier in der Klinik sowie rund um Steinheim geben. Für weitere Informationen zu Veranstaltungen und Ausflugstipps stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihre Ansprechpartner: Frau Popp (Ergotherapeutin) und Herr Heidemann (Sporttherapeut)

Freizeitmöglichkeiten in der Klinik:

Aufenthaltsräume, Sauna, Entspannungsbad, Kreativraum, Gesellschaftsspiele, Billard, Kicker, Darts, Tischtennis, Musikraum, Bücherwand, Liegeplatz, geführte Ausflüge, Wanderungen, sportliche Aktivitäten (Beachvolleyball, Schwimmen, Radtouren).

Ausflugsziele und Freizeitgestaltung rund um Steinheim:

Burgen, Schlösser und Klöster

- Schloss Thienhausen - Entfernung: 4 km
- Schloss Vinsebeck - Entfernung: 5 km
- Bauernburg Ottenhausen - Entfernung: 5 km
- Abtei Marienmünster - Entfernung: 10 km
- Schloss Schieder - Entfernung: 10 km
- Burg Schwalenberg - Entfernung: 10 km
- Burg Blomberg - Entfernung: 10 km
- Oldenburg (Marienmünster) - Entfernung: 12 km
- Herrenhaus Schloss Vörden - Entfernung: 12 km
- Falkenburg Lippe - Entfernung: 9 km
- Schloss Corvey (Weltkulturerbe) - Entfernung 28 km

Museen:

- Möbelmuseum Steinheim - Entfernung: 0 km
- Teddy- und Puppenmuseum Steinheim - Entfernung: 0 km
- Westfalen Culinarium Nieheim - Entfernung: 10 km
- Sackmuseum Nieheim - Entfernung: 10 km
- Glasmuseum Bad Driburg - Entfernung: 18 km
- Freilichtmuseum Detmold - Entfernung: 20 km



Tier- und Freizeitparks:

- Funtastico am Schiedersee - Entfernung: 12 km
- Adlerwarte Berlebeck - Entfernung: 19 km
- Emmerauenpark Lügde - Entfernung: 19 km
- Vogelpark Heiligenkirchen - Entfernung: 21 km
- Tierpark Bad Pyrmont - Entfernung: 24 km

Natur-Erlebnisse:

- Emmerauen Park – Steinheim – Entfernung: 1,5 km
- Lattberg-Turm in Nieheim – Entrup - Entfernung: 8 km
- Schloßpark Schieder / SchiederSee - Entfernung: 10 km
- Kurpark Bad Meinberg - Entfernung: 10 km
- Hungerbergturm bei Marienmünster - Entfernung: 15 km
- Externsteine bei Horn - Entfernung: 17 km
- Köterberg - Entfernung: 20 km
- Gräflicher Park Bad Driburg - Entfernung: 21 km
- Hermannsdenkmal - Entfernung: 23 km
- Kurpark Bad Pyrmont - Entfernung: 24 km
- Schloßpark Rheder mit Weidenpalais - Entfernung: 25 km
- Kanu-Touren auf der Weser Höxter - Entfernung: 28 km
- Fahrgastschiffahrt Flotte Weser Höxter- Entfernung: 28 km

Kinos:

- Bad Driburg – Entfernung 16 km
- Bad Pyrmont – Entfernung 17 km
- Brakel – Entfernung 18 km
- Detmold – Entfernung 18 km
- Bad Lippspringe – Entfernung 21 km

Schwimmbäder:

- Westfalen-Therme, in Bad Lippspringe
- Driburg Therme, Bad Driburg
- Hufeland-Therme, Bad Pyrmont
- Hallen-Wellenbad, Bad Pyrmont



- Aqualip – Detmold

Rad- und Wanderwege:

- Genaue Beschreibungen unter www.steinheim.de

Freibad Steinheim:

- Öffnungszeiten: Außerhalb der Ferien: montags bis freitags 14:00 bis 19:30 Uhr; samstags, sonntags und an Feiertagen 11:00 bis 19:30 Uhr, Eintrittspreise: Erwachsene ab 18 Jahre: 3,00 €

Alle Ausflugsziele sind zum Teil zu Fuß, mit dem Rad sowie öffentlichen Verkehrsmitteln, auch am Wochenende, zu erreichen.

Ausliegend im Eingangsbereich finden Sie Prospekte und Karten für viele weitere spannende Aktivitäten in der Umgebung!

Bitte Informieren Sie sich bezüglich Rabatten und Gruppeneintritt vorher gerne bei uns!