

# *Gästeinformationen*



1210



**MANFRED-SAUER-STIFTUNG**

*Impulse für bewusstes Leben*

## **Gästeinformation**

Herzlich willkommen in der Manfred-Sauer-Stiftung! Wir wünschen Ihnen einen schönen Aufenthalt bei uns.

Damit Sie über die Möglichkeiten während Ihres Aufenthaltes informiert sind, haben wir Ihnen Informationen von A–Z zusammengestellt. Sollten Sie Fragen haben, die mit den Informationen nicht abgedeckt sind, helfen Ihnen die Mitarbeiter der Rezeption, Tel. 2510 oder der verschiedenen Bereiche wie Gesundheitszentrum Tel. 260 gerne weiter.

Ihr Team der Manfred-Sauer-Stiftung

## **Informationen von A–Z**

### **Abreise**

Am Abreisetag sind Ihre Zimmer bis 11.00 Uhr für Sie gebucht. Bitte beachten Sie, dass Ihre Zutrittskarte ab 11.00 Uhr gesperrt ist. Sollte sich Ihre Abreise in Ausnahmefällen verzögern, melden Sie sich bitte zur Verlängerung der Karte bei den Rezeptionsmitarbeitern, Tel. 2510.

### **Anregungen**

Ihre Anregungen, Kritik und Lob nehmen wir gerne persönlich entgegen. Sie können uns aber auch Ihre Anregungen schreiben. Vordrucke finden Sie in Ihrem Zimmer oder im Info-Eck; dort ist auch der entsprechende Briefkasten.

### **Auto**

Ihr Auto können Sie in der Tiefgarage, soweit Platz vorhanden, kostenfrei parken. Vor den Pavillons 8–20 können Sie auf der Rasenfläche parken.

## **Ärzte/Apotheke**

### **Praktische Ärzte**

Dr. med. Udo Saueressig u. Dr. med. Franz Hack  
Hauptstraße 129 · 74931 Waldwimmersbach  
Tel. (8) 06226 970123 oder (8) 06226 970124

### **Zahnarzt**

Dr. Peter Link  
Ostring 3 · 74931 Waldwimmersbach  
Tel. (8) 06226 41862 oder (8) 06226 42232

### **Notarzt**

Tel. (8) 19222

### **Apotheke**

Hackenberg-Apotheke  
Hauptstraße 108 · 74931 Waldwimmersbach  
Tel. (8) 06226 4391 (Ein Bereitschaftsplan der Apotheken liegt auch an der Rezeption)

## **Ausflüge**

Die Mitarbeiter der Rezeption sind Ihnen gerne behilflich mit Tipps und Informationen für die Gestaltung Ihrer Freizeit. Im Zimmer liegt eine Broschüre mit Ausflugszielen bereit oder Sie stöbern in den Prospekten in unserem Info-Eck im Atrium und informieren sich dort über Aktuelles in der Umgebung.

## **Bademäntel/Badehandtücher**

An der Rezeption des Gesundheitszentrums erhalten Sie gegen Gebühr einen Bademantel oder ein Badehandtuch ausschließlich zur Nutzung in unserer Wellness-Abteilung.

## **Betteinlagen**

siehe Krankenunterlagen

## **Cranberries**

Auf dem Zimmer finden Sie einen kleinen Willkommensgruss in Form von getrockneten Cranberries. Cranberries können gegen Harnwegsinfektionen, die durch Darmbakterien verursacht werden, vorbeugen und enthalten viel Vitamin C.

## **Exemplarische Werkstatt – Tel. 2570**

Die Exemplarische Werkstatt ist Montag–Freitag von 9.00–12.00 Uhr und von 13.00–17.00 Uhr geöffnet. Abends und am Wochenende nach Absprache.

Als Hausgast (querschnittgelähmter Rollstuhlfahrer und Begleitperson) können sie bis zu 4 Stunden täglich nach Absprache mit den Mitarbeitern in der Werkstatt zubringen. Sie bezahlen lediglich die Materialkosten. Für nichtbehinderte Hausgäste besteht die Möglichkeit, Arbeitsplätze mit Betreuung zu mieten. Fragen Sie die Mitarbeiter in der Werkstatt nach den Möglichkeiten. Terminabsprache treffen Sie direkt mit der Werkstatt.

## **Fax**

An der Rezeption versenden wir Ihr Telefax mit Versandbestätigung zu einer geringen Gebühr.

## **Fernsehprogramm**

Eine Liste der zur Verfügung stehenden Programme liegt auf jedem Zimmer aus.

## **Frühstück**

Das Frühstück servieren wir von 7.30–10.30 Uhr, samstags und sonntags von 8.00–10.30 Uhr.

Möchten Sie zu anderen Zeiten frühstücken, dann besprechen Sie es bitte mit dem Restaurant, Tel. 2410.

## **Fitnessabteilung – Tel. 260**

In unserer Fitness-Abteilung bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in einem angenehmen Ambiente an modernen Geräten Ihre Kraft und Ausdauer zu trainieren. Durch ausgebildete Sportlehrer, Physio- und Sporttherapeuten werden ein gesundheitlich orientiertes Training und eine persönliche Betreuung gewährleistet. Trainingskonzepte werden individuell auf Ihre Bedürfnisse und Trainingsziele zugeschnitten. Unterstützt werden Sie hierbei durch unser computergesteuertes Vitality-System. Das einfach zu bedienende Cockpit der Trainingsgeräte zeigt die wichtigsten Trainingsparameter an und leitet Sie durch Ihr persönliches Programm.

Als querschnittgelähmter Rollstuhlfahrer (100% aG) können Sie nach Geräteeinweisung (bitte Termin vereinbaren) kostenfrei trainieren. Alle anderen Hausgäste erfragen bitte die Konditionen im Gesundheitszentrum.

Ein breit gefächertes Angebot an Gesundheits-, Entspannungs- und Präventionskursen für Jung und Alt wird durch Seminare und Tagungen in unserem Haus ergänzt. Detaillierte Informationen sowie die Kosten entnehmen Sie bitte dem Flyer des Gesundheitszentrums oder erfragen Sie diese an der Rezeption des Gesundheitszentrums, Tel. 260.

## **Öffnungszeiten**

Erfahren Sie an der Rezeption des Gesundheitszentrums, Tel. 260.

## **Golfplatz**

Der Golfclub von Lobenfeld liegt ca. 1 km von uns entfernt.

## **Grander Wasser**

Das Trinkwasser der Manfred-Sauer-Stiftung ist „belebtes“ Wasser nach der Methode von Grander. Daher stehen Trinkgläser im Zimmer, damit Sie dieses Wasser frisch aus der Leitung genießen können.

## **Hilfsmittel**

Wenn Sie Hilfsmittel (z.B. zusätzliche Haltegriffe, Duschrollstuhl, Duschhocker) benötigen, wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiter der Rezeption, Tel. 2510.

## **Hunde**

Hunde sind bei uns gern gesehen, aber bitte angeleint und sorgen Sie bitte dafür, daß unser Gartengelände nicht als Hundetoilette benutzt wird. Die Zusatzkosten für die Hundeübernachtung in den Gästezimmern erfragen Sie bitte an der Rezeption.

## **Internet**

Für Informationen aus dem Internet steht Ihnen ein Computer im 1. Stock im Haupthaus zur Verfügung.

## **Internetzugang für unsere Gäste**

Wir bieten Ihnen für die Dauer Ihres Aufenthalts einen **kostenlosen** Internetzugang über unser Gästernetz an.

Die Verbindung erfolgt hierbei entweder drahtlos über WLAN (Hauptgebäude Zimmer-Nr. 21–32, Atrium und Restaurant) oder kabelgebunden über ein Netzkabel (Pavillons Nr. 01–20 und im Nebenhaus Zimmer-Nr. 33–48).

Ein Netzkabel erhalten Sie an der Rezeption gegen eine Kautions für die Dauer Ihres Aufenthalts.

Der Anschluß befindet sich in den entsprechenden Zimmern beim Schreibtisch unten an der Wand (linker Port der Netzwerkdose).

Nachdem Sie die Netzwerkverbindung hergestellt haben, öffnen Sie eine beliebige Internetseite. Sie werden automatisch auf die Startseite des Gästernetzes umgeleitet, wo Sie den weiteren Anweisungen folgen (Nach 20 min. Inaktivität muss dieser Vorgang wiederholt werden).

Falls Sie wider Erwarten Schwierigkeiten mit der Nutzung des Gästernetzes haben, wenden Sie sich bitte an das Rezeptionspersonal, Tel. 2510.

## **Kinderspielplatz**

Neben der Gartenterrasse am Restaurant befindet sich ein Kinderspielplatz mit Sandkasten, Rutsche und Schaukeln. Wir gehen davon aus, dass Eltern und Erziehungsberechtigte ihre Kinder beaufsichtigen und für ihre Kinder haften.

## **Kopien**

An der Rezeption fertigen wir Ihnen schwarz-weiss Kopien zum günstigen Preis an. Bitte die Rezeption fragen.

## **Krankenunterlagen**

Falls Sie sich unsicher fühlen können Sie an der Rezeption, Tel. 2510, Krankenunterlagen kaufen.

## **Kreditkarten**

Wir akzeptieren an der Rezeption EC-Karten (Maestro) und Kreditkarten (American Express, MasterCard und VisaCard).

## **Kunst**

Die Bilder in den Pavillons wurden von Frau Stettner in unserer exemplarischen Werkstatt gemalt. Die Kunst in unserem Gebäude ist zum Teil verkäuflich. Nehmen Sie bei Interesse bitte mit den Mitarbeitern der Rezeption Kontakt auf.

## **Massage/Alternative Anwendungen**

Von Entspannungstherapien bis hin zu speziellen Ganzkörperbehandlungen reicht das Repertoire unserer qualifizierten Therapeuten, die Sie in Ihrem Wohlbefinden unterstützen.

Termine nach vorheriger Vereinbarung über die Rezeption des Gesundheitszentrums, Tel. 260.

## **Notfallapotheke**

An der Rezeption befindet sich eine kleine Notfallapotheke. Sprechen Sie unsere Mitarbeiter an. Wenn die Rezeption nicht besetzt ist, melden Sie sich bitte im Restaurant.

## **Physiotherapie**

Die aktuellen Öffnungszeiten erfahren Sie an der Rezeption des Gesundheitszentrums, Tel. 260.

In unserer Praxis für Physiotherapie erwartet Sie ein breit geschultes und kompetentes Team von Physiotherapeuten und Masseurinnen. Zehn geräumige und gut ausgestattete Behandlungszimmer stehen für Anwendungen zur Verfügung. Ob gesetzlich, privat oder z.B. BG versichert – unsere Physiotherapiepraxis hat die Zulassung aller relevanten KV-Träger. Wir führen die Behandlung entsprechend der Verordnung Ihres Arztes durch. Alle Therapieleistungen sind auch für Selbstzahler erhältlich.

Termine nur nach vorheriger Anmeldung bei der Rezeption des Gesundheitszentrums, Tel. 260.

## **Post**

Post geben wir gerne für Sie auf. Briefmarken erhalten Sie an der Rezeption. Post, die Sie als Gast bei uns erhalten (Briefe, Päckchen, Fax), bringen wir Ihnen auf Ihr Zimmer oder in den Pavillon.

## **Postkarten**

An der Rezeption erhalten Sie Postkarten der Manfred-Sauer-Stiftung mit verschiedenen Motiven.

## **Radio**

In den Pavillons und Doppelzimmern können Sie über den Fernseher auch Radiosender empfangen. Dafür drücken Sie bitte auf der Fernbedienung die FM-Taste.

## Rauchen

Sämtliche Pavillons und Gästezimmer sowie das Atrium und das Restaurant sind Nicht-raucherbereiche. Im Freien ist das Rauchen gestattet.

## Rechnung

Bei Langzeitgästen erlauben wir uns, Ihnen wöchentlich eine Zwischenrechnung zu stellen, die wir Ihnen direkt ins Zimmer legen. Rechnungen aus dem Restaurant können Sie auf Ihre Zimmer-Nummer buchen lassen. Sie werden dann auf die Gesamtrechnung gesetzt. Sie erhalten bei jedem Verzehr einen Bon, den Sie bitte gegenzeichnen.

## Restaurant „Die Küche“, Tel. 2410

Das Restaurant ist durchgehend geöffnet:

Frühstück	07.30–10.30 Uhr, Sa. und So. 8.00–10.30 Uhr
Mittagstisch	12.00–13.30 Uhr
Kaffee u. Kuchen, Snacks	14.00–18.00 Uhr
Abendessen	18.00–21.30 Uhr
Das Restaurant schließt in der Regel um	23.00 Uhr

## Sauna/Wellness/Bewegungsbad

Erleben Sie in unserem großzügigen Wellness-Bereich nicht nur ein angenehm temperiertes Bad mit Massagedüsen und Gegenstromanlage (mobiler Lifer vorhanden), sondern lassen Sie sich auch von unserer Saunalandschaft begeistern. Ein Dampfbad, eine 45–60° Grad warme Biosauna mit Lichtefekten und eine Finnische Sauna stehen Ihnen zur Verfügung. Anschließend finden Sie bei einem Fußbad oder im Ruheraum Entspannung und Erholung. Den Preis erfragen Sie bitte an der Rezeption des Gesundheitszentrums, Tel. 260.

## Öffnungszeiten

Mo.–Fr.	8.30–21.30 Uhr	<b>Damensauna</b>
Sa.	10.00–17.00 Uhr	Di. 08.30–12.00 Uhr
So.	10.00–15.00 Uhr	Do. 18.00–21.30 Uhr

Bitte nehmen Sie Duschhandtücher vom Zimmer mit, um sich Leihkosten im Wellnessbereich zu sparen.

## Taxi (auch Behindertentaxis/Krankenfahrten)

Taxi Mayer, Neckargemünd	(8) 06223 24 32
Taxi Bitsch, Wiesenbach	(8) 06223 97 03 23

## Telefonnummer

Sie sind erreichbar unter der Telefonnummer 06226 960 28 – ... und Ihrer Zimmernummer, z.B. für Pavillon 1 die 06226 960 28 – 01.

Innerhalb der Manfred-Sauer-Stiftung wählen Sie die Durchwahlnummer. Für externe Telefonate wählen Sie die 8 und dann die komplette Nummer mit Ortsvorwahl.

Die Gebühren für Ihre Telefonate werden mit der Zimmerrechnung in Rechnung gestellt. Bei Unsicherheiten bei der Telefonbedienung helfen Ihnen die Mitarbeiterinnen der Rezeption gerne weiter, Tel. 2510.

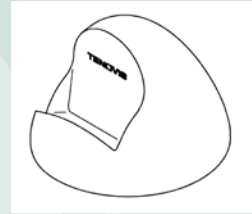
## Telefon mobil

In den Pavillons stehen Ihnen mobile Telefone zur Verfügung. So sind Sie im ganzen Areal der Manfred-Sauer-Stiftung über die Telefonnummer des Zimmers erreichbar.










## Handset aufladen

Stellen Sie das mobile Telefon einfach in das Ladegerät. Sie hören einen Bestätigungston. Die Display-Beleuchtung geht kurz auf.

Das Akku-Symbol in der Symbolzeile bewegt sich bis der Akku vollgeladen ist. Während des Aufladens erwärmen sich die Akkus.



### Bedeutung der Symbole

-  Akku voll,  Akku fast voll,  Akku fast leer,  Akku leer,
-  (Akkusymbol blinkt) Kapazität für weniger als fünf Minuten! Wenn Sie einen **Akku neu einlegen**, ist dem Handset sein Ladezustand unbekannt. Deshalb wird kein Akkusymbol angezeigt. Die Anzeige erscheint erst, wenn er im Handset einmal geladen wurde.
-  **Stumm:** Das Mikro ist aus. Ihr Gesprächspartner hört nicht mit.
-  **Kein Anrufsignal:** Anrufsignal wurde auf stumm gestellt.
-  **Schloss:** Das Handset ist abgeschlossen.
-  **Hörer:** Das Handset hat eine Telefonverbindung.

## Kurz-Bedienungsanleitung mobile Telefone



### Einschalten

Das Telefon ist aus.  
Softkey rechts lange drücken.



### Ausschalten

Das Telefon ist im Grundzustand.  
Softkey links lange drücken.



### Anrufen

Aufheben.



Rufnummer wählen, z. B. 1276



### Gespräch beenden

Auflegen.



### Wiederholen

Aufheben.



Taste Raute lange drücken.



### Einen Anruf annehmen

Ihr Handset klingelt.



Aufheben.

## Toilettenartikel

Falls Sie wichtige Toilettenartikel vergessen haben, wenden Sie sich bitte an die Rezeption. Hier haben wir einige Artikel für den einmaligen Gebrauch vorrätig (z. B. Einmalrasierer, Wattestäbchen, Zahnbürsten und -pasta, Hygieneartikel).

## Veranstaltungen

Veranstaltungen, die in der Region oder in der näheren Umgebung stattfinden, hängen im Info-Eck aus oder erkundigen Sie sich bitte an der Rezeption.

## Wäsche-Service

Falls Sie Ihre Kleidung während Ihres Aufenthalts waschen lassen wollen, wenden Sie sich bitte an die Rezeptionsmitarbeiterinnen. Von Ihnen erfahren Sie alles weitere über die außerhalb Wäscherei wie Termine, Preise etc...

## Wäschewechsel

Unnötiger Wäschewechsel ist mit erhöhten Kosten und Umweltbelastung verbunden. Daher bitten wir Sie, die Frotteewäsche zur weiteren Benutzung aufzuhängen. Wäsche, die auf dem Boden liegt, wird gewechselt.

## Wichtige Telefonnummern

Apotheke	Hackenberg-Apotheke (8) 06226 4391
Arzt	Gemeinschaftspraxis Dr. med. Saueressig u. Dr. med. Hack (8) 06226 970123 oder 970124
Feuerwehr	(8) 112
Giftnotrufzentrale	(8) 0621 503431
Polizei/Notruf	(8) 110
Rettungsdienst	(8) 19222
Zahnarzt	Dr. Link (8) 06226 41862

## Weckruf

Sie können der Rezeption mitteilen, wann Sie geweckt werden möchten oder Sie nutzen den Weckruf des Telefons.

Tastenkombination zur Eingabe des Weckanrufes:

Einschalten: \* + 7 + 3 + Weckzeit 4-stellig (z.B. \* 730700 = Weckruf um 07.00 Uhr)

Ausschalten: \* + 7 + 4

## Zimmerservice

In Notfällen (z. B. plötzlicher Krankheit) ist ein Zimmerservice für Speisen und Getränke möglich, Tel. 2510 (Rezeption) oder Tel. 2410 (Restaurant).

## Zusatzdecken und -kissen

Bei Bedarf erhalten Sie zusätzliche Kopfkissen, Bettdecken oder kleine Kissen. Wenden Sie sich hierzu bitte an die Rezeption.

## Zimmersafe

Jedes Zimmer ist mit einem Zimmersafe ausgestattet. Wenn Sie den Safe benutzen möchten, wenden Sie sich bitte an die Rezeption. Dort erhalten Sie gegen eine Kaution von 10,00€ den Safe-Schlüssel.

