



BLOMENBURG

MENTAL HEALTH CARE



FAMILIÄR & PERSÖNLICH

WILLKOMMEN IN DER BLOMENBURG

Liebe Interessent:innen, liebe Patient:innen,

inmitten der Holsteinischen Schweiz über dem Selenter See bietet die Blumenburg Ihnen ein wunderschönes Ambiente und einen familiären Ort zum Wohlfühlen. Die beruhigende Naturlandschaft und das Klima der wenige Kilometer entfernten Ostsee ermöglicht Ihnen körperliche und seelische Regeneration in einer entsleunigenden und wohltuenden Umgebung.

Als **private Akutklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik** haben wir uns auf die Behandlung von Stressfolgeerkrankungen wie unter anderem Depressionen, Burnout, Traumafolgestörungen oder Angststörungen spezialisiert.

Wir bieten Ihnen eine beziehungsorientierte Medizin und einen hoch individualisierten Behandlungsplan, der durch unser interdisziplinäres medizinisch-therapeutisches Expertenteam genau auf Sie und Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist. Durch hochfrequente Psychotherapie, ein breites Spektrum an Spezialtherapien, sowie ein umfassendes und abwechslungsreiches Sportangebot, ist eine innovative und nachhaltige Behandlung möglich. Unser Konzept der personalisierten Ernährung berücksichtigt darüber hinaus Ihren Stoffwechsel und Ihre Darmgesundheit. Mit Hilfe einer umfassenden Anamnese, Diagnostik und verschiedenen Laboruntersuchungen betrachten wir jeden Menschen und seine Behandlung höchst individuell und im ganzheitlichen Rahmen.

Unser Ziel ist es, Ihnen zu neuer Stärke zu verhelfen – mental wie körperlich. Ob Burnout, Ängste oder Depressionen, wir sind jederzeit für Sie da: für ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben!

Ihr Blumenburg Team,



Dr. Stephanie Grabhorn,
Ärztliche Direktorin



DR. STEPHANIE GRABHORN, ÄRZTLICHE DIREKTORIN

PRIVATKLINIK
BLOMENBURG





STÄRKE, DIE UNS BESONDERS MACHT

Wir vereinen unseren Anspruch an medizinische Spitzenqualität, mit einer maßgeschneiderten und persönlichen Behandlung in der einmaligen, idyllischen Umgebung der Holsteinischen Schweiz.

- › Hochfrequente Psychotherapie (bis zu 5 Einzelsitzungen / Woche)
- › Ganzheitlicher & hochindividueller Therapieplan
- › Intensive Einzelbetreuung dank hoher Therapeutendichte
- › Exklusiver Hotelkomfort mit absoluter Wohlfühlatmosphäre
- › Innovative Therapieviefalt
- › Heilungsfördernde Naturlandschaft nahe der Ostsee

GEMEINSAM FÜR IHRE GENESUNG

UNSERE BEHANDLUNGSANGEBOTE

Wir haben uns auf die individuelle Behandlung von Indikationen aus dem psychosomatischen, psychiatrischen und psychischen Spektrum spezialisiert. Durch die passgenaue Behandlung beachten wir in unserer Klinik ebenso eventuell auftretende Begleiterkrankungen und beziehen diese in den Therapieverlauf mit ein.

Zu unseren Behandlungsfeldern zählen Depressionen, Burnout, Traumafolgestörungen, Angst- und Panikstörungen, Schlafstörungen, Somatoforme Störungen, und Zwangsstörungen.

GANZHEITLICH, INDIVIDUELL, NACHHALTIG.

NEUE MENTALE STÄRKE

UNSER BEHANDLUNGSANSATZ

Wir nehmen Sie als Mensch in Ihrer Gesamtheit für den einzigartigen Einklang von Körper und Geist wahr und rücken Sie ins Zentrum unseres ganzheitlichen Therapiekonzeptes. Um Sie auf Ihrem Weg der Genesung optimal begleiten zu können, bieten wir Ihnen eine multimodale und personalisierte Behandlung mit höchster wissenschaftlicher und medizinischer Kompetenz. Mit bis zu **20–25 Therapiestunden / Woche** erreichen wir eine entsprechend **hohe Therapiedichte**, bei der sich alle unsere Behandlungsangebote gegenseitig ergänzen und verstärken.

Jeder Mensch weist einmalige Biographien, Voraussetzungen, Ressourcen und Erfahrungen auf, die ein sensibles Zusammenspiel bei seelisch-körperlichen Leiden ergibt. Unser gesamtes Team bietet Ihnen daher nicht nur eine interdisziplinäre optimal aufeinander abgestimmte medizinische und therapeutische Behandlung, sondern ein Umfeld, das einen ganzheitlichen und nachhaltigen Heilungsprozess anstößt.



„IN DER PSYCHOTHERAPIE
KNÜPFEN WIR AN IHRE GANZ PERSÖN-
LICHEN RESSOURCEN AN.“

Dr. Kirstin Bernhardt
Chefärztin der Blumenburg Privatlinik

DIE BASIS EINER EFFEKTIVEN BEHANDLUNG

HOCHFREQUENTE PSYCHOTHERAPIE

In den Psychotherapiesitzungen können wir uns gemeinsam und vertrauensvoll Ihrer Geschichte und Ihrem seelischen Leiden widmen. Gemäß unserer integrativen Ausrichtung wenden wir sowohl Elemente der Verhaltenstherapie, als auch der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie an und berücksichtigen dabei Ihre einzigartige Lebenssituation.

Dank der hochfrequenten psychotherapeutischen Einzel- und Gruppensitzungen können wir gezielt auf Ihre Erfahrungen eingehen, daran anknüpfen und neue Verhaltens-, Denk- und Gefühlsmuster aufbauen. Wir bieten Ihnen Halt und Unterstützung, sowie Mut und Kraft, Ihre eigenen Ressourcen zu stärken: für Zuversicht und mentale Stärke.



PERSONALISIERTE BEHANDLUNG

SPEZIALISIERTE BEHANDLUNGSANGEBOTE

DANK EINZELTHERAPIE & KLEINGRUPPEN STEHEN SIE IM FOKUS

Auch für unsere spezialisierten Behandlungsangebote haben wir uns insbesondere auf Einzeltherapien und Kleingruppen konzentriert, um Ihnen eine höchstindividuelle Behandlung zu ermöglichen. Diese charakteristische Ausrichtung unseres Therapiekonzeptes ermöglicht es uns, Ihnen genau die Unterstützung zu bieten, die Ihre Situation erfordert. Im breiten Angebot der Sporttherapie, der Physiotherapie oder den verschiedenen Entspannungsverfahren stehen Sie deshalb stets im Fokus.

Unser personalisiertes Ernährungskonzept, welches durch unser Beiratsmitglied **Prof. Dr. med. Christian Sina**, Institutsleiter für Ernährungsmedizin am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein unterstützt wird, leistet mittels gezielter Ernährungsdiagnostik einen ebenso essenziellen Beitrag für Ihr psychisches Wohlbefinden.





VIelfÄLTIG & INNOVATIV

ADJUVANTE THERAPIEANGEBOTE IM ÜBERBLICK

Unser körperbezogenes oder künstlerisch-kreatives unterstützendes Therapieangebot schafft Synergien zwischen allen Therapiebausteinen und trägt somit zusätzlich zu neuer mentaler Stärke bei:

- Zielgerichtete Ernährungs-, Sport- und Darmmikrobiom-Diagnostik
- Breites Angebot der Sport- und Bewegungstherapie
- Fitnessstraining im hauseigenen Fitnessstudio
- Outdoortraining
- Physiotherapie, medizinische Massagen
- Orthomolekulare Medizin
- Aquafitness im hauseigenen Schwimmbad
- Kreativtherapie
- Informationsvermittelnde Seminare (unter anderem Psychoedukation, Training emotionaler Kompetenzen, Stressbewältigungsgruppe, Traumabewältigungsgruppe)
- Entspannungsverfahren wie Yoga, Meditation oder Autogenes Training
- Achtsamkeitspraktiken
- Ausführliche somatische Untersuchung

Durch die naturverbundene Lage unserer Klinik können Sie zudem auch in Ihrer therapiefreien Zeit neue Kraft tanken. Zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten rund um die Klinik laden zu Erkundungstouren mit unseren kostenfreien Leihfahrrädern ein. Das weitläufige Waldgebiet, zahlreiche Seen und Naturschutzgebiete sowie die Ostsee in unmittelbarer Umgebung (15 min) sind optimale Ausflugsziele für Spaziergänge, Joggingrunden oder Wandertouren.







EINE BESONDERS ERHOLSAME UMGEBUNG, IN OSTSEE NAHER LAGE

IHR PERSÖNLICHER ORT DER RUHE

HEALING ENVIRONMENT

Wir haben uns ganz bewusst für diesen heilungsfördernden Rückzugsort und ein ästhetisch anspruchsvolles Ambiente entschieden, da der Erfolg einer Therapie zu einem wesentlichen Teil von der unmittelbaren Umgebung abhängt.

Verschiedene Faktoren wie Farben, Lichtverhältnisse, die Geräuschkulisse und die Nähe zur Natur nehmen Einfluss auf unseren Regenerationsprozess und damit auf unsere körperliche und mentale Gesundheit.

Auch die Architektur des Gebäudes und das Umfeld der Klinik spielen eine zentrale Rolle während des Genesungsprozesses bei psychischen Erkrankungen.

IDEALE VORAUSSETZUNG FÜR EINE NACHHALTIGE GENESUNG

Eingebettet in ein weitläufiges Wald- und Wiesengebiet direkt am Selenter See gelegen, bietet die Blumenburg Ihnen die optimale Grundlage für Ihren Weg der Genesung. In Ostsee naher Lage haben wir einen Ort geschaffen, an dem Sie innehalten und neue Kraft schöpfen können.

Die Blumenburg vereint das historische Ambiente des einstigen Jagdschlusses mit dem Komfort der exklusiv ausgestatteten Einzelzimmer und Suiten auf Fünf-Sterne-Niveau, für eine einzigartige Atmosphäre, die Inspiration und Raum für inneren Wandel schafft.

Die gelungene Mischung aus Tradition und Moderne, die idyllische und grüne Ruheoase rund um die Klinik, und das besondere maritime Flair tragen nachhaltig zu neuer innerer Stärke bei – einer Stärke, die gesund macht.



ANKOMMEN & WOHLFÜHLEN



EXKLUSIVER HOTELKOMFORT

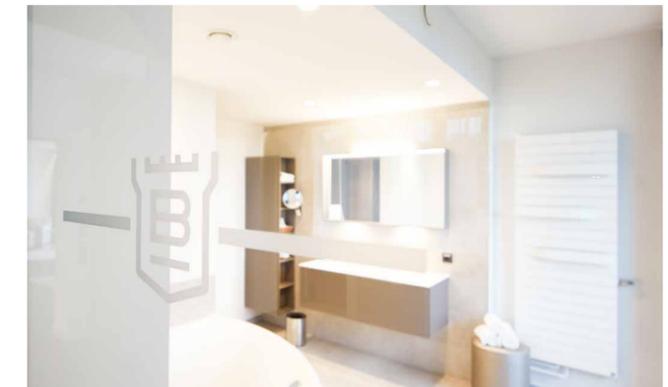
IHR ZUHAUSE AUF ZEIT

Die außergewöhnlichen Rückzugsmöglichkeiten der Blumenburg versprühen eine geborgene und entspannte Atmosphäre. In den modern ausgestatteten Einzelzimmern und Suiten auf Fünf-Sterne-Niveau in einem modernen, lichtdurchfluteten Neubau, können Sie zur Ruhe kommen und innehalten.

Zu der hochwertigen Ausstattung zählen unter anderem komfortable Boxspringbetten, ein elegantes Bad mit ebenerdiger Dusche, sowie eine Fußbodenheizung und eine eigene Kaffeemaschine. Jedes unserer Zimmer hält zudem einen großen Flachbildfernseher, ein eigenes Telefon und einen kostenlosen WLAN-Zugang für Sie bereit.

Die stilvolle Gestaltung der Zimmer haben wir gemeinsam mit einem international renommierten Designstudio auf die Aspekte des Healing Environment Ansatzes angepasst. Naturnahe Farben und hochwertige Materialien in einer modernen Einrichtungslinie wirken gleichzeitig elegant, behaglich und wohltuend.

Der gesamte Einrichtungsstil der Blumenburg ist deshalb an die beeindruckende Naturlandschaft rund um die Klinik angelehnt. Erdfarbene Töne, naturbelassene Dielenbeläge und haptisch effektvolle Textilien unterstreichen die beruhigende Atmosphäre unserer Räumlichkeiten.







TRADITION TRIFFT AUF MODERNE

Im Herrenhaus des einstigen Jagdschlusses sind die Räumlichkeiten für medizinische Anwendungen, das historisch elegante Restaurant, sowie eine Bibliothek, ein Lesezimmer und ein Billardzimmer untergebracht. Zahlreiche Rückzugsmöglichkeiten im gesamten Gebäude laden immer wieder zum Verweilen und Entspannen ein.

Der hauseigene Spa-Bereich mit Fitnessstudio, Schwimmbad, Sauna und Ruhebereichen entfaltet im historischen Kreuzgewölbe der Blumenburg eine besondere Wirkung. Massagen, medizinische Anwendungen, Aquafitness und angeleitete Saunagänge unterstützen die rundum wohlthuende Atmosphäre.

NACHHALTIGER THERAPIEERFOLG



UNSER NACHSTATIONÄRES ANGEBOT FÜR SIE

BEDÜRFNISORIENTIERTE ANSCHLUSSTHERAPIE

Auf Wunsch ist durch unser breites Netzwerk ein nahtloser Übergang in die ambulante Nachbehandlung durch unser Expertenteam möglich. Selbstverständlich stehen wir ebenso in engem Austausch mit Ihrem Haus- oder Facharzt, um eine reibungslose Nachsorge zu garantieren. Mit der E-Health-Plattform Minddistrict stellen wir Ihnen zudem ein digitales Angebot zur Verfügung, welches Sie flexibel und selbstständig zu Hause nutzen können. Ob Videogespräche, eigenständige Übungen oder das digitale Tagebuch; die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten unterstützen die nachhaltige Integration Ihrer Behandlung in Ihren Alltag.

WIR SIND FÜR SIE DA

DER ERSTE SCHRITT ZEIGT MUT UND STÄRKE!

Positive Veränderungen sind die Folge richtiger Entscheidungen. Sie zu treffen und zu handeln ist für uns vor allem: ein Zeichen von Stärke.

Wir stehen Ihnen sowohl telefonisch, als auch per E-Mail für eine erste vertrauensvolle Kontaktaufnahme gerne zur Verfügung. Ob unverbindlicher Vor-Ort-Besuch oder ein ärztliches Vorgespräch – wir sind für Sie da und helfen Ihnen schnell und unkompliziert weiter.

In einem persönlichen Gespräch widmen wir uns Ihrer individuellen Situation, erörtern alle wesentlichen Aspekte hinsichtlich Ihrer Aufnahme und des Behandlungsablaufes und klären alle weiteren Formalitäten. Unser Behandlungsangebot richtet sich an Privatpatienten, Beihilfeberechtigte und Selbstzahler. Beim Prozess der Kostenübernahme sind wir Ihnen gerne von Anfang an behilflich und können diese bei Bedarf für Sie übernehmen. **In Notsituationen sind wir jederzeit, für Sie telefonisch erreichbar.**

Auf Ihre Privatsphäre und den diskreten Umgang mit Ihren Daten legen wir selbstverständlich höchsten Wert.

WIR FREUEN UNS ÜBER IHREN ANRUF: +49 4384 3370-114

„UNSEREN BESONDEREN
SERVICE ERLEBEN SIE VON
ANFANG AN“



LENA LORENZEN, PATIENTENMANAGEMENT



IHR WEG ZU UNS

KONTAKT UND ANREISE

BLOMENBURG PRIVATKLINIK

Burgstraße 1 | 24238 Selent, Deutschland

KONTAKT FÜR PATIENTEN

 +49 4384 3370-114

 kontakt@blomenburg.com

 www.blomenburg.com