

SCHONACH

Tourist-Information
Hauptstraße 6
78136 Schonach
Telefon 07722/964810
Fax 07722/2548
info@schonach.de

FURTWANGEN

Tourist-Information
Lindenstraße 1
78120 Furtwangen
Telefon 07723/92950
Fax 07723/929520
touristinfo@furtwangen.de

UNTERKIRNACH

Tourist-Information
Villinger Straße 5
78089 Unterkirnach
Telefon 07721/800837
Fax 07721/800840
info@unterkirnach.de

SCHÖNWALD

Tourist-Information
Franz-Schubert-Str. 3
78141 Schönwald
Telefon 07722/860831
Fax 07722/860834
info@schoenwald.de

ST. GEORGEN

Tourist-Information
Hauptstraße 9
78112 St. Georgen
Telefon 07724/87194
Fax 07724/87120
touristinfo@st-georgen.de



www.facebook.com/Ferienland.im.Schwarzwald



twitter.com/schwarzwaldzeit



[instagram.com/ehrlichschwarzwald/](https://www.instagram.com/ehrlichschwarzwald/)



01573 005 77 55

Herausgeber Ferienland im Schwarzwald GmbH - www.dasferienland.de



Stand 10/2015 - Änderungen vorbehalten

Wie komme ich zu einer Kur?

Eine Kur bzw. Rehabilitationsmaßnahme kann jeder beantragen, der sich um seine Gesundheit sorgt. Schönwald ist staatlich anerkannter Heilklimatischer Kurort. Das heißt, Ihre Krankenkasse kann Ihnen für die oben aufgeführten Heilanzeigen (Erkrankungen) im Rahmen einer ambulanten Vorsorgeleistung (GKV §23.2 SGB V) ein Heilverfahren (Kur) in Schönwald gewähren. Eine Kur dauert in der Regel drei Wochen.

Die Krankenkasse übernimmt dabei alle Kurarztkosten und 90 % der Kurmittelkosten. Zu den übrigen Kosten (Unterkunft, Verpflegung, Kurtaxe, Fahrtkosten) kann ein Tagessatz von bis zu 13,00 EUR pro Tag (Kleinkinder 21,00 EUR) gewährt werden. Die Eigenbeteiligung liegt bei 10,00€ pro Verordnung und bei 10% der Kurmittel.



Ihr Weg zu einer Kur in Schönwald

1. Besuch bei Ihrem Hausarzt, der die Dringlichkeit einer Kur bescheinigen und einen geeigneten Kurort empfehlen kann.
2. Antrag bei Ihrer Krankenkasse stellen. Diese beurteilt, ob die Kur von der Krankenkasse oder der Rentenversicherung getragen wird. Bei Ihrer Krankenkasse erhalten Sie dafür alle notwendigen Antragsformulare. Beihilfeberechtigte wenden sich an Ihre Beihilfestelle.
3. Es erfolgt eine Überprüfung der Notwendigkeit einer Kur durch eine neutrale ärztliche Institution Medizinischer- oder Vertrauensärztlicher Dienst.
4. Bewilligung der ambulanten Vorsorgekur - Sie können bei dieser Kurform den Kurort und die Unterkunft im Einvernehmen mit Ihrem Hausarzt frei wählen und nach Schönwald kommen.
5. Kur - Sie wenden sich als erstes an den in Schönwald ortsansässigen Kurarzt, der Sie untersucht und für Sie einen individuellen Kurbehandlungsplan erstellt.

Wir begrüßen Sie gerne im Heilklimatischen Kurort der PREMIUM CLASS und wünschen Ihnen beste Erholungszeit.

Höchstgelegene Kurorte Deutschlands

Schönwald liegt im Herzen des Ferienlandes Schwarzwald und ist einer der höchstgelegenen heilklimatischen Kurorte Deutschlands. Das subalpine Reizklima zeichnet Schönwald als Heilklimatischen Kurort „Premium Class“ aus und hebt sich durch besondere Reiz- und Schonfaktoren hervor. Nutzen Sie die Klimareize für das Wertvollste das Sie haben - Ihre Gesundheit. Unsere Klimatherapeutin unterstützt Sie dabei und begleitet Sie gerne auf den Heilklima-Wanderwegen durch Schönwald.



Die beiden Gemeinden Schonach und Unterkirnach, sowie Furtwagens Ortsteil Neukirch gelten seit vielen Jahren als staatlich anerkannte Luftkurorte. Dieses Heilmittel des Klimas bietet die Möglichkeit zur Regeneration, um Körper und Geist wieder in Einklang zu bringen.

Zusammen mit den Erholungsorten St. Georgen und Furtwangen bietet Ihnen das Ferienland Schwarzwald ein optimales Gesundheitspaket an. Lassen Sie den Alltag einfach hinter sich und lassen Sie die Seele baumeln. Entspannen Sie sich bei einer Massage, ruhen Sie nach einem heißen Aufguss in der Sauna, lösen Sie sich von Blockaden und nehmen Sie Ihre Sinne bei einer Meditationswanderung ganz neu wahr. Erleben Sie eine Bachblütentherapie für Ihren inneren Ausgleich. Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Gesundheit.



SCHONACH | SCHÖNWALD | FURTWANGEN | ST.GEORGEN | UNTERKIRNACH



Die Schönwälder Kur

Heilklima im Ferienland

SCHÖNWÄLDER HEILKLIMA - BESTE ERHOLUNGSZEIT

Ihre Kur in Schönwald

Wussten Sie, dass Schönwald von allen Krankenkassen als Kurort anerkannt ist?

Schönwald ist seit 1975 staatlich anerkannter heilklimatischer Kurort im Hochschwarzwald. Mit seiner Höhenlage von rund 1000 m.ü.M. ist Schönwald einer der höchstgelegenen heilklimatischen Kurorte Deutschlands überhaupt. Schönwald liegt in einem mehrfach gegliederten Schwarzwald-Hochtal oberhalb Deutschlands höchster Wasserfälle. Nach Westen ist der Ort durch vorgelagerte Berge geschützt und fällt nach allen übrigen Himmelsrichtungen in mehrere überwiegend flache Seitentäler ab. Ausgedehnte Wälder umgeben den Ort.



Das Schönwälder Heil- und Reizklima

Das Schönwälder Mittelgebirgsreizklima ist als thermisch reizmäßig – reizkräftig und aktinisch reizkräftig eingestuft.

Folgende Charakteristika zeichnen das Schönwälder Klima aus:

- milde Tages-Lufttemperaturen
- niedere nächtliche Lufttemperaturen
- hohe Windgeschwindigkeit
- erniedrigter Luftdruck
- geringe Luftfeuchtigkeit
- hohe Luftreinheit
- starke Lichtstrahlungsintensität, die durch Quellbewölkung während der Mittagszeit abgemildert wird

Im Gegensatz zu allen Kurorten der Alpen und Voralpen gibt es in Schönwald keine Föhn-Wetterlagen.

Die oft noch schneesichere Höhenlage, das ausgedehnte Loipennetz, gewalzte Winterwanderwege und die Kurmittelabteilung lassen auch im Winter einen effektvollen Kurbetrieb zu.

Neben therapeutisch geführten Klimawanderungen ergänzen weitere, neue und bewegungsintensive Sportarten wie Mountain-Biking, E-Biking, Walking und Nordic-Walking das kurbegleitende Freizeit-Sportangebot.

Im Sommer lädt ein solarbeheiztes Freibad zum Schwimmen, Relaxen und Luftbaden ein, im Winter das Hallenbad mit regelmäßigen Warmbadetagen.



Heilanzeigen der Schönwälder Kur

- **Chronische Atemwegserkrankungen**
Chronische katarrhalische Infekte, Chronische Bronchitis, obstruktive und restriktive Lungenerkrankungen ohne wesentliche Lungenfunktionseinschränkungen.
- **Kreislaufferkrankungen**
hypotone und hypertone Kreislaufferkrankungen, funktionelle Kreislaufstabilität und funktionelle Herzbeschwerden bei allgemeiner Konstitutionschwäche.
- **Stoffwechselerkrankungen**
Diabetes mellitus, Hyperlipidämie, Adipositas.
- **Rekonvaleszenz**
Zustand nach schweren Erkrankungen, Infektionen und Operationen, allgemeine Infektanfälligkeit, allgemeiner Erschöpfungszustand.

Bei bestimmten Hauterkrankungen (Psoriasis, Neurodermitis) werden hier ermutigende Ergebnisse während der Sommermonate Juni bis September beobachtet. Allergiker profitieren im Frühjahr von der Pollenarmut sowie ganzjährig von der hohen Luftreinheit. Allergikerfreundliche Unterkünfte tragen des Weiteren zur Erholung bei.

Als erste Region Deutschlands ist das Ferienland Schwarzwald mit dem Siegel „Allergikerfreundliche Urlaubsregion“ der „Europäischen Stiftung für Allergieforschung (ECARF)“, angesiedelt an der Charité in Berlin, ausgezeichnet worden. Das Mittelgebirgsklima in der Ferienregion Schwarzwald sorgt vor allem bei Allergikern mit Atemwegs-, Haut- oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen für eine spürbar bessere Lebensqualität. Das Klima stärkt das Immunsystem und wirkt bei Klimatherapien gesundheitsfördernd.



Gegenanzeigen

- **Fortgeschrittene Lungenerkrankungen**
Obstruktive und restriktive Lungenerkrankungen mit erheblichen Einschränkungen der Lungenfunktion.
- **Schwere Herz- und Kreislauferkrankungen**
Organische Herzkrankheiten und fortgeschrittene Herzgefäßerkrankungen mit geringer Belastbarkeit, maligner und renaler Hypertonus.
- **Infektionen Konsumierende Erkrankungen**
akute und subakute Infektionen, unbehandelte Tumor- und Bluterkrankungen
- **Psychische Erkrankungen**
schwere psychische Erkrankungen

Die Kurmittel der Schönwälder Kur

Die Terrainkur

Das Klima und die Landschaft der Gemarkung Schönwald sind das Kurmittel der Schönwalder Kur. Das ausgedehnte Wegenetz mit unterschiedlichen Anforderungen erlaubt ein individuelles Training des Herz- und Kreislaufsystems sowie des Bewegungsapparates. Aktuelle medizinische Erkenntnisse fordern ein regelmäßiges Training zur Primär- und Sekundärprävention bei Hypertonus, Diabetes mellitus und Fettstoffwechselstörungen sowie Bronchialerkrankungen. Eine maßvolle Steigerung des Bewegungstrainings, das am Wohnort fortgesetzt werden sollte, wirkt nachhaltig positiv auf Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Übergewicht und ihre Folgeerkrankungen wie koronare Herzerkrankung und Schlaganfall.

Die Klimakur

Die Klimakur mit den Kurmitteln von Liege- und Terrainkur eignet sich bei Atemwegserkrankungen, insbesondere bei chronischen Infekten der oberen Luftwege, allgemeiner Infektanfälligkeit und Erschöpfung. Das ausgeprägte Reizklima des Hochschwarzwalds wirkt stimulierend über die zahlreichen Thermorezeptoren von Haut und Schleimhäuten auf das Immunsystem. Diese Stimulation durch das Reizklima kann durch Sauna und Schwimmen im Frei- und Hallenbad ergänzt werden.

Physiotherapie in Schönwald

Im Kurmittelhaus wird ein breites Spektrum einer zeitgemäßen Physiotherapie angeboten: Krankengymnastik, Bewegungs- und Wannenbäder, Massagen und Wärmeapplikationen.

