



Mütterkuren. Mutter-Kind-Kuren.

Vorsorge und Rehabilitation
für Mütter und Mutter-Kind.



Elly Heuss-Knapp-Stiftung
Müttergenesungswerk



Alltag, der immer öfter krank macht

Kindererziehung, immer für die Familie da sein, den Haushalt managen und/oder im Beruf engagiert sein: Das ist noch immer Alltag der meisten Mütter. Wenn es dazu finanzielle Sorgen oder Partnerschaftsprobleme gibt, ein Angehöriger gepflegt werden muss oder eine Mutter mit allem auf sich ganz allein gestellt ist, dann wachsen die Anforderungen des Alltags in unerträglichem Maße. Sie werden zu Belastungen, die die Gesundheit beeinträchtigen können und krank machen.

Erschöpfungszustände, Unruhe, Nervosität, Angst, Schlafstörungen, Allergien, Magen-Darm-Störungen, Herz-Kreislauf-Störungen, Rückenschmerzen, Kopfschmerzen sind typische Beispiele für Gesundheitsprobleme von Müttern. Weil die ersten Signale von Körper und Seele meist ignoriert werden, Mütter weiter für die Familie funktionieren wollen, werden aus Störungen oft Krankheiten, die intensiver Behandlung bedürfen.

Nehmen Sie Ihre Beschwerden ernst

Leiden Sie selbst an den genannten Beschwerden oder anderen Gesundheitsstörungen? Wir helfen Ihnen. Das Müttergenesungswerk bietet mit der Therapeutischen Kette aus Beratung, medizinischer Kurmaßnahme und Nachsorge eine sinnvolle, effektive und individuelle Leistung zur Stärkung Ihrer Gesundheit an.



Lassen Sie sich beraten

Ist eine Mütter- oder Mutter-Kind-Kurmaßnahme das Richtige für mich? Wie stelle ich einen Antrag? Welche ist die richtige Klinik? Was wird mit der Familie zu Hause? Alle Fragen rund um die Vorsorge oder Reha besprechen Sie am besten mit einer unserer BeraterInnen. Es gibt im Müttergenesungswerk bundesweit rund 1.200 Beratungsstellen bei den Wohlfahrtsverbänden. Sie bereiten den Kurantrag ausführlich mit Ihnen vor, beraten Sie zur geeigneten Klinik und wie Sie Ihr Wunsch- und Wahlrecht wahrnehmen. Sie erfahren alles Wissenswerte über den Ablauf und die Therapien sowie über die Unterbringung. Unsere Erfahrungen zeigen, dass Anträge über unsere Beratungsstellen deutlich erfolgreicher sind und – wegen der intensiven Vorbereitung – auch die Kurmaßnahme selbst.

Medizinisches Attest

Ist die medizinische Notwendigkeit für die Kurmaßnahme von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt ausführlich attestiert, sollte Ihre Krankenkasse in der Regel den Antrag bewilligen. Seit der Gesundheitsreform 2007 sind Mütter- und Mutter-Kind-Maßnahmen bei Vorliegen des medizinischen Attests Pflichtleistungen der gesetzlichen Krankenkassen. Die vorgeschriebene Zuzahlung von 10 Euro pro Tag müssen Sie selbst zahlen. Für Ihre Kinder wird keine Zuzahlung erhoben. Mütter- und Mutter-Kind-Maßnahmen gibt es nur bei der Krankenkasse, nicht bei der Rentenversicherung. Stellen Sie den Antrag deshalb nur an Ihre Krankenkasse.

Wichtige gesetzliche Grundlagen

- § 24 SGB V – med. Vorsorge für Mütter und Väter
- § 4I SGB V – med. Rehabilitation für Mütter und Väter

Ihr Wahlrecht für die richtige Klinik

Die Auswahl der richtigen Einrichtung bestimmt maßgeblich Ihren Kurerfolg. Die vom Müttergenesungswerk anerkannten Einrichtungen bieten Ihnen mit ihren besonderen Qualitätskennzeichen die besten Voraussetzungen dafür. In unseren Häusern werden Sie frauenspezifisch und ganzheitlich entsprechend Ihrer Beschwerden

behandelt und respektvoll angenommen und unterstützt. Sie können auch Schwerpunktmaßnahmen wählen, die Ihrer Situation besonders entsprechen, z. B. für Mütter mit pflegebedürftigen Angehörigen oder zur Trauerverarbeitung. In allen unseren Einrichtungen gelten auch besonders hohe Ansprüche an die Kinderbetreuung. Bitte beachten Sie dies bei der Wahrnehmung Ihres Wunsch- und Wahlrechts. Näheres erfahren Sie in Ihrer Beratungsstelle.



Mit oder ohne Kind?

Wenn Sie sich für eine Müttermaßnahme entscheiden, klärt die Beratungsstelle mit Ihnen auch die Versorgung Ihrer Kinder oder pflegebedürftiger Angehöriger zu Hause. Die Krankenkasse bezahlt z. B. den Einsatz einer Familienpflegerin, wenn mindestens ein Kind unter 12 Jahren im Haushalt lebt.

Kurantrag – abgelehnt: Wie weiter?

Trotz gesetzlicher Regelungen lehnen Krankenkassen Anträge mitunter ab. Die Begründungen sind vielfältig. Lassen Sie sich auf keinen Fall entmutigen! Widerspruch einlegen hilft! Die Beratungsstelle unterstützt Sie dabei. In vielen Fällen wird der Antrag doch noch bewilligt.





Kurmaßnahme ist kein Urlaub

Was erwartet Sie in der Vorsorge oder Reha für Mütter? Während der dreiwöchigen Gesundheitsmaßnahme werden medizinische und physiotherapeutische Behandlungen sowie psychosoziale Therapien durchgeführt. Ausgehend von Ihrer gesundheitlichen Situation und Ihrem persönlichen Lebensumfeld erhalten Sie Ihren Therapieplan. Gemeinsam mit dem interdisziplinären Team der Klinik (z. B. ÄrztIn, PsychologIn, PädagogIn) erarbeiten Sie Ihren Gesundheitserfolg.

Und Ihr Kind?

Die Kinder sind im Rahmen einer Mutter-Kind-Maßnahme des Müttergenesungswerks in den Kindergruppen gut aufgehoben und werden pädagogisch betreut. So können Sie sich Ihrem Kind stressfrei und ohne Zeitdruck zuwenden. Darüber hinaus gibt es therapeutische Angebote zur Mutter-Kind-Interaktion. Außerhalb der Ferienzeiten findet in jeder vom MGW anerkannten Einrichtung schulbegleitender Unterricht statt. Hat Ihr Kind eine eigene Indikation, kann es ggf. auch eigene medizinische Anwendungen erhalten.

Neue Wege zur Gesundheit

Fürsorglich und respektvoll begleitet, entwickeln Sie neue Wege, wie Sie in Zukunft Ihre Gesundheit positiv beeinflussen, Ihren Alltag und Ihre Probleme verändern können.

Wir unterstützen Sie

Wenn Ihre finanzielle Situation schwierig ist, kann die BeraterIn prüfen, ob wir Ihnen bei der Zuzahlung oder anderen Kurnebenkosten mit Spendengeldern des Müttergenesungswerks helfen können.

Wieder zu Hause – was nun?

Auch nach der Maßnahme lassen wir Sie nicht allein – spezielle Nachsorgeangebote unterstützen Sie direkt an Ihrem Wohnort, damit Sie Ihre neu gewonnenen Erkenntnisse und Kräfte auch im Alltag anwenden können. Hierfür gibt es viele Möglichkeiten. Fragen Sie am besten gleich in Ihrer Beratungsstelle oder in der Mütter- oder Mutter-Kind-Einrichtung, die Sie besucht haben.

Wir helfen Ihnen – Sie können uns helfen

Das breite Angebot des Müttergenesungswerks kann nur mit Hilfe von Spenden aufrechterhalten werden. Wir sind dringend auf Spenden angewiesen, um unsere wichtige Arbeit auch in Zukunft sichern zu können.

Wenn Sie oder jemand aus Ihrer Familie oder Ihrem Bekanntenkreis das Müttergenesungswerk mit einer Spende unterstützen möchte, kommt dies immer Müttern in Deutschland zugute. Herzlichen Dank für Ihre Hilfe und Empfehlung!

Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE13 7002 0500 0008 8555 04

BIC: BFSWDE33MUE

Oder einfach online spenden:

www.muettergenesungswerk.de/jetzt-spenden



Gesundheit, die stark macht

Die Kurmaßnahmen des Müttergenesungswerks sind medizinische Maßnahmen, die frauenspezifisch und ganzheitlich auf die Stärkung der Gesundheit von Müttern ausgerichtet sind.



Ihr Weg zur Mütter- oder Mutter-Kind-Kurmaßnahme

- 1. Beratung:** Nehmen Sie Kontakt zu einer Beratungsstelle im Verbund des Müttergenesungswerks auf. Die Beratung ist individuell und kostenlos.
- 2. Attest:** Ihre Ärztin/Ihr Arzt muss die medizinische Notwendigkeit der Kurmaßnahme bestätigen. Das notwendige Verordnungsformular (Attest) hat Ihre Ärztin/Ihr Arzt vorliegen.
- 3. Arztbesuch:** Ihre Ärztin/Ihr Arzt sollte das Verordnungsformular für Sie und Ihr Kind möglichst ausführlich ausfüllen. Wichtige Hinweise zum Ausfüllen für die Ärztin/den Arzt gibt es auf der MGW-Website. Nehmen Sie das/die ausgefüllte/n Verordnungsformular/e zu Ihrem Termin in der Beratungsstelle mit.
- 4. Antrag:** Besprechen Sie mit Ihrer BeraterIn das Für und Wider einer Mütter- oder Mutter-Kind-Kur. Bereiten Sie gemeinsam mit der BeraterIn Ihren Kurantrag für die Krankenkasse vor.
- 5. Wunsch-/Wahlrecht:** Die Beratungsstelle sucht mit Ihnen gemeinsam die passende Klinik und klärt Sie zum Wunsch- und Wahlrecht auf.
- 6. Wenn's mal nicht glatt läuft ...** Lassen Sie sich nicht entmutigen, falls die Krankenkasse Ihren Antrag ablehnen sollte. Die Beratungsstelle unterstützt Sie bei Ihrem Widerspruch.

Elly Heuss-Knapp-Stiftung Deutsches Müttergenesungswerk

Das Deutsche Müttergenesungswerk (MGW) wurde 1950 von Elly Heuss-Knapp, der Ehefrau des ersten Bundespräsidenten, gegründet und steht bis heute unter der Schirmherrschaft der Frau an der Seite des Bundespräsidenten. Mütter sind wichtige Stützen der Gesellschaft. Ziel des Müttergenesungswerks ist die Gesundheit und Gesunderhaltung von Müttern. Die Arbeit der gemeinnützigen Stiftung beruht maßgeblich auf Spenden und Erbschaften.

Unter dem Dach des Müttergenesungswerks arbeiten die fünf Wohlfahrtsverbände bzw. deren Arbeitsgemeinschaft/Fachverband zusammen:

- Arbeiterwohlfahrt
- Der Paritätische Wohlfahrtsverband
- Deutsches Rotes Kreuz
- Evangelischer Fachverband für Frauengesundheit e. V.
- Katholische Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung e. V.

Den Kontakt zu einer der rund 1.200 Beratungsstellen erfahren Sie im Internet unter www.muettergenesungswerk.de oder am Kurtelefon: 030 330029-29.

Elly Heuss-Knapp-Stiftung Deutsches Müttergenesungswerk

Bergstraße 63

10115 Berlin

Tel: 030 3300290

Fax: 030 330029-20

E-Mail: info@muettergenesungswerk.de

www.muettergenesungswerk.de

 [/muettergenesungswerk](https://www.facebook.com/muettergenesungswerk)

Ihre Beratungsstelle: