



## Vater-Kind-Kuren. Väter-Kuren.

Für Väter genau das richtige Angebot  
zur Vorsorge und Rehabilitation.

### Als Vater überfordert? Akku leer?

Ganz gleich, ob in einer Partnerschaft lebend oder alleinerziehend: Die Anforderungen an Väter sind erheblich gestiegen. Mehr Väter tragen mittlerweile die Hauptverantwortung für ihre Familie. Nicht wenige Väter leiden unter der Mehrfachbelastung: Sie wollen ihren Kindern, ihrer Partnerin, ihrer Familie gerecht werden und ihren Mann im Berufsleben stehen. Wenn viele kleine und große Belastungen zum Dauerstress werden und die Kraftreserven aufgebraucht sind, können Gesundheitsstörungen auftauchen und Erkrankungen entstehen.

### Grenzen erreicht?

Ob nun:

- Schlafstörungen,
- Erschöpfungszustände,
- Burnout,
- Herz-Kreislauf-Beschwerden,
- Magen-Darm-Störungen,
- Kopf- oder Rückenschmerzen,

all dies kann auch ein Hinweis darauf sein, dass die Grenzen der Belastbarkeit erreicht sind und Sie wirksame Unterstützung brauchen. Eine Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme speziell für Väter kann Sie unterstützen.

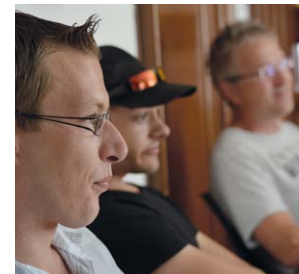
Frei von belastenden Alltagssituationen und -verpflichtungen können Sie sich ganz auf Ihre Gesundheit konzentrieren. Fachpersonal sorgt in den Kliniken für effektive Hilfe und das Wohlergehen von Ihnen und Ihren Kindern.



### Neue Kraft finden?

In einer väterspezifischen Kurmaßnahme können Sie neue Kraft tanken, Wege aus der Erschöpfung oder Erkrankung finden, Krankheiten besser im Griff haben und die Beziehung zwischen Ihnen und Ihren Kindern stärken.

### Wie und wo finden Sie Hilfe?



Ist eine Väter- oder Vater-Kind-Kurmaßnahme das Richtige für mich? Als Mann in einer Einrichtung des Müttergenesungswerkes? Finde ich dort überhaupt auf mich zugeschnittene, väterspezifische Angebote? Wer zahlt die Maßnahme? Wie stelle ich einen Antrag? Wie finde ich die richtige Klinik für mein spezifisches Problem? Wie sehen die Angebote der Kliniken genau aus? Was wird mit der Familie zu Hause? Was passiert nach der Maßnahme?

Alle Fragen rund um die Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme besprechen Sie am besten mit einer unserer Beraterinnen oder einem unserer Berater. Diese stehen Ihnen für ein Beratungsgespräch zur Verfügung. Es gibt im Müttergenesungswerk bundesweit rund 1.300 Beratungsstellen bei den Wohlfahrtsverbänden, also sicher auch eine Beratungsstelle in Ihrer Nähe.

Die Beratungsstellen unterstützen Sie beim Kurantrag, die geeignete Klinik zu finden. Sie erfahren, wie Sie Ihr Wunsch- und Wahlrecht wahrnehmen und 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.

### Rahmenbedingungen

Ein medizinisches Attest, das die Notwendigkeit der Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme bescheinigt, ist Voraussetzung für die Bewilligung des Kurantrages durch Ihre Krankenkasse. Väter- und Vater-Kind-Maßnahmen sind Pflichtleistungen der Gesetzlichen Krankenkassen (§§ 24, 41 SGB V).

Kinder können bis zum Alter von 12–14 Jahren ihre Väter begleiten. Für behinderte Kinder gibt es keine Altersbeschränkungen.

Die gesetzliche Zuzahlung von 10 Euro pro Tag müssen Sie selbst bezahlen. Für Ihre Kinder wird keine Zuzahlung erhoben. Es handelt sich um einen in der Regel dreiwöchigen stationären Aufenthalt in einer vom Müttergenesungswerk anerkannten Klinik, die nach den väterspezifischen MGW-Qualitätskriterien arbeitet.





## Vater-Kind-Kur im Müttergenesungswerk?

Die Vater-Kind-Maßnahmen des Müttergenesungswerkes werden bundesweit einzigartig nach besonderen väterspezifischen Konzepten durchgeführt:

- als reine Vater-Kind-Maßnahme: es befinden sich ausschließlich Väter und ihre Kinder in einem Kurdurchgang
- als parallele Vater-Kind-Maßnahme: in einer Vater-Kind-Gruppe von mindestens fünf Vätern zeitgleich zur Mutter-Kind-Maßnahme in der Klinik
- in beiden Fällen ist der Austausch mit anderen Vätern ein wichtiges Element der Maßnahme



## Was erwarten Sie in der Klinik?

Die vom Müttergenesungswerk anerkannten Kliniken bieten qualitätsgesicherte und väterspezifische Angebote. Neueste rehabilitationswissenschaftliche Erkenntnisse fließen in die Therapie ein. Ausgehend von der gesundheitlichen und persönlichen Lebenssituation wird mit jedem Vater ein individueller Behandlungsplan erstellt und Gruppenangebote vorgehalten. Der individuelle Behandlungsplan umfasst je nach Bedarf:

- medizinische Diagnostik und Behandlungen
- prozessorientierte psychosoziale Therapien
- Physiotherapie
- Sport- und Bewegungstherapie
- Entspannungsangebote
- Ernährungsberatung
- Kreativangebote
- Beratung und Initiierung weiterführender Maßnahmen

## Auszeit für den Vater – Auszeit für das Kind

Die Kinder sind während der Vater-Kind-Maßnahme in den Kindergruppen gut aufgehoben und werden pädagogisch betreut. Sie können sich Ihrem Kind stressfrei und ohne Zeitdruck zuwenden und die Freizeit gemeinsam mit Ihrem Kind verbringen. Darüber hinaus gibt es therapeutische Angebote zur Vater-Kind-Interaktion, die Ihre Beziehung zu Ihrem Kind stärken. Außerhalb der Ferienzeiten findet in den vom Müttergenesungswerk anerkannten Einrichtungen schulbegleitender Unterricht statt. Hat Ihr Kind eine eigene Indikation, kann es ggf. auch eigene medizinische Anwendungen erhalten.

## Therapeutische Kette

Mit der Therapeutischen Kette des Müttergenesungswerkes aus Beratung, medizinischer Kurmaßnahme und Nachsorge erhalten Sie eine sinnvolle, effektive und auf Sie zugeschnittene Leistung zur Stärkung Ihrer Gesundheit. Sie werden kompetent, respektvoll und geschlechtsspezifisch begleitet und können so neue Wege entwickeln, damit Sie in Zukunft Ihre Gesundheit positiv beeinflussen und Ihren Alltag verändern können.

### Therapeutische Kette des MGW

- **Beratung**
  - Hilfe bei Beantragung, Klinikauswahl
  - Klärung der Situation zu Hause
  - Kurmaßnahme mit oder ohne Kind
  - Vorbereitung auf die Kurmaßnahme
  - Spendenmittelvergabe bei Bedürftigkeit
- **Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme**
  - entsprechend der besonderen Qualität im MGW
  - Medizinische, physiotherapeutische, sozialtherapeutische Behandlung der Mütter/Väter, ggf. auch der Kinder
- **Nachsorge**
  - Hilfe bei der Sicherung des Kurerfolges im Alltag



## Jetzt geht's los:

### Ihr Weg zur Väter- oder Vater-Kind-Kurmaßnahme

- 1. Beratung:** Nehmen Sie Kontakt zu einer unserer Beratungsstellen auf. Die Beratung ist individuell und kostenlos. Eine Beratungsstelle in Ihrer Nähe finden Sie unter [www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de)
- 2. Attest:** Das notwendige Attestformular für Ihre Ärztin/Ihren Arzt gibt es bei der Beratung oder auf unserer Internetseite.
- 3. Arztbesuch:** Ihre Ärztin/Ihr Arzt sollte das Attestformular für Sie und Ihr Kind möglichst ausführlich ausfüllen. Wichtige Hinweise zum Ausfüllen für die Ärztin/den Arzt gibt es auf unserer Internetseite.
- 4. Antragsunterlagen:** Füllen Sie die Unterlagen für den Antrag gemeinsam mit Ihrer Beraterin oder Ihrem Berater aus. Der Antrag wird an Ihre Krankenkasse geschickt.
- 5. Wunsch-/Wahlrecht:** Die Beratungsstelle sucht mit Ihnen gemeinsam die passende Einrichtung 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 Müttergenesungswerk wurde 1950 von Elly Heuss-Knapp, der Ehefrau des ersten Bundespräsidenten, gegründet und steht bis heute unter der Schirmherrschaft der Partnerin des jeweiligen Bundespräsidenten. Unter dem Dach des Müttergenesungswerkes arbeiten die fünf Wohlfahrtsverbände bzw. ihre Arbeitsgemeinschaft/ihr Fachverband für das gemeinsame Ziel: die Gesundheit und Gesunderhaltung von Müttern und mit der "Zustiftung Sorgearbeit" nun auch von Vätern.

- Arbeiterwohlfahrt Bundesverband e. V. (AWO)
- DER PARITÄTISCHE Gesamtverband e. V. (Der Paritätische)
- Deutsches Rotes Kreuz e. V. (DRK)
- Evangelischer Fachverband für Frauengesundheit e. V. (EVA)
- Katholische Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung e. V. (KAG)

### Spenden für eine gute Sache!

Die Elly-Heuss-Knapp-Stiftung entwickelt seit 65 Jahren vielfältige Angebote für eine gute Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation für Mütter und jetzt auch für Väter und deren Kinder in einer schwierigen Situation. Innovativ und bedarfsorientiert können wir nur bleiben, wenn wir Ihre Mithilfe erhalten. Helfen Sie uns, damit wir weiter helfen können.

### Spendenkonto

#### Spendenkonto: 88 80

Bank für Sozialwirtschaft München; BLZ 700 205 00  
IBAN:DE47 7002 0500 0000 0088 80; BIC: BFSWDE33MUE  
oder online unter: [www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de)

Elly Heuss-Knapp-Stiftung,  
Deutsches Müttergenesungswerk  
Bergstraße 63, 10115 Berlin  
Telefon: 030 3300290, Kurtelefon: 030 330029-29  
[info@muettergenesungswerk.de](mailto:info@muettergenesungswerk.de)  
[www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de)

Beratungsstelle:

Druck des Informationsblattes  
gefördert vom