

InfoBrief

Müttergenesung

Katholische Arbeitsgemeinschaft Müttergenesung im Erzbistum Köln

1-2007

Liebe Leserin,
lieber Leser,



mit dem InfoBrief Müttergenesung wollen wir Sie künftig regelmäßig über unsere Arbeit im Erzbistum Köln und in Nordrhein-Westfalen, aber auch über allgemeine Entwicklungen unserer Arbeit informieren. Damit schließen wir uns einer Initiative verschiedener anderer nordrhein-westfälischer Arbeitsgemeinschaften für Müttergenesung an, die für ihre Bistümer, zum Bei-

spiel Münster oder Paderborn, ebenfalls einen InfoBrief herausgeben. In der Katholischen Landesarbeitsgemeinschaft Müttergenesung NRW wird an weiteren gemeinsamen Projekten gearbeitet, zum Beispiel daran, die Kurberatung in unseren Bistümern zu sichern oder die Verzahnung von hauptamtlicher und ehrenamtlicher Arbeit. Glücklicherweise unterstützen uns viele ehrenamtliche Sammlerinnen und Sammler jedes Jahr im Mai durch ihr Engagement für die Haus- und Straßensammlung. Wir brauchen jedoch neben der finanziellen Förderung auch ideelle Unterstützung – also Menschen, die über unsere Arbeit Bescheid wissen und für unsere Kuren werben können. Die Kuren des Müttergenesungswerkes beruhen auf einem besonderen ganzheitlichen und mütter-spezifischen Konzept, das es verdient noch

viel bekannter zu werden – gerade auch bei den Frauen, die unsere Hilfe nötig hätten. Vielleicht kennen Sie in Ihrer Nachbarschaft oder in Ihrer Pfarrei Frauen, die Sie auf unsere Arbeit und Beratungsmöglichkeiten aufmerksam machen können?

Ich wünsche Ihnen eine schöne und erholsame Sommerzeit

U. Gemein

Marlies Gemein
Geschäftsführerin KAG Müttergenesung im Erzbistum Köln

PS Übrigens geben wir auch einen regelmäßigen E-Mail-Newsletter heraus. Sie können ihn auf unserer Website abonnieren.

Gesundheitsreform: bald endlich mehr Mutter-Kind-Kuren?

Krassenkassen können Anträge auf Mütterkuren oder Mutter-Kind-Kuren nicht mehr ablehnen, wenn die medizinischen Voraussetzungen vorliegen. Seit Inkrafttreten der letzten Gesundheitsreform im April diesen Jahres gehören diese Leistungen zu den so genannten Pflichtleistungen der Krankenkassen. Das ist ein großer Erfolg der Lobbyarbeit für Mütter, denn bis dahin waren diese Kuren eine „Kann-Leistung“ der Krankenkassen und wurden in den letzten Jahren immer seltener bewilligt. Die Politik hat deshalb reagiert und gesetzliche Vorgaben gemacht. Denn infolge der Sparmaßnahmen mussten viele Kurhäuser des Müttergenesungswerkes schließen, weil die Belegungszahlen massiv zurückgingen. Und das, obwohl die Wirkung der Müttergenesungskuren wissenschaftlich mehrfach zweifelsfrei nachgewiesen wurde und die Folgekosten einer Nichtbehandlung von chronischer Erschöpfung zum Beispiel viel höher sind als eine Kur. Auch können die Krankenkassen sich nicht mehr auf den Grundsatz „ambulant vor stationär“ berufen, also



Mutter-Kind-Schwimmen ist viel mehr als ein bisschen plantschen und fehlt in kaum einem Kurenplan. Diese und andere sorgsam aufeinander abgestimmte Maßnahmen helfen wieder gesund zu werden.

eine Behandlung am Wohnort fordern, und aus diesem Grund die Kur zunächst ablehnen.

Für unsere Arbeit in den Beratungsstellen und die Rat suchenden Frauen wird das positive Auswirkungen haben: Die Beraterinnen haben nun mehr Zeit für die Beratung. Sie gewinnen wertvolle Arbeitszeit zurück, denn sie müssen seltener Widerspruch einlegen, weil der Kurantrag abgelehnt wurde (in der Vergangenheit in bis zu zwei Drittel der Fälle). Bleibt noch abzuwarten, wie die Krankenkassen die „medizinischen Voraussetzungen“ für eine Kur künftig definieren. Die Kuratoriumsvorsitzende des Müttergenesungswerkes, die Bundestagsabgeordnete Marlene Rupprecht, jedenfalls erwartet „eine deutliche Zunahme an Anträgen“.

Inhalt

Beratungsstellen im Erzbistum Köln	2
Eine Frage noch!	3
Maria hat geholfen	3
Weg mit dem Speck	3
Nach der Kur	4
Kleine Hilfen sind ein Segen	4



Trägerverbände der KAG Müttergenesung im Erzbistum Köln



MÜTTERGENESUNGSWERK
Elly • Heuss • Knapp • Stiftung

AUS DER KAG-ARBEIT

Rosen für
Troisdorfer Mütter

Eine große Aktion für die Müttergenesung organisierte der Manager des Troisdorfer Citycenters, Egon ter Veen, in Zusammenarbeit mit der Stadt Troisdorf. Am Samstag vor dem Muttertag wurden an

Passantinnen Rosen verschenkt und Gary Glitzer, ein Animateur, warb mit allerlei komischen Aktionen für einen Loskauf zugunsten kranker Mütter. Die zahlreichen Preise spendeten die im Citycenter ansässigen Firmen, von der Apotheke über den Blumenladen bis zum Supermarkt, ausgelost wurden sie von Bürgermeister Manfred

Catrin. Trotz des sehr windigen und regnerischen Wetters konnten die Beraterinnen der KAG, die dort mit einem Informationsstand vertreten waren, viele Frauen erreichen. Reinerlös der Aktion: 379 Euro, die vom HIT-Markt auf 1000 Euro aufgestockt wurden.

Info-Nachmittag für kfd:
KAG vor Ort

Ist die Müttergenesung überhaupt noch zeitgemäß, was wird mit den Spenden gemacht, welches Kurkonzept steckt hinter den Mütter-Kind-Kuren? Dies waren nur einige Fragen, die Marlies Gemein, Geschäftsführerin der KAG, beim Info-Nachmittag „Müttergenesung“ der kfd (Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands) für das Dekanat Kerpen beantwortete. Petra Börsch, Teamsprecherin der kfd Sindorf, berichtet über ihre Erfahrungen an diesem Nachmittag, der auch mit einem netten Kaffeeklatsch verbunden war: „Es lohnt sich wirklich, über diese Fragen zu informieren. Das ist nötiger denn je, denn das Spendensammeln wird immer mühseliger. Und jetzt wissen die Frauen auch wieder besser, wofür sie sammeln. Denn viele sind doch erstaunt darüber, dass es immer noch so viele Frauen gibt, die ohne die Müttergenesung nicht zur Kur fahren könnten. Ihnen ist aber auch wichtig, dass die Spenden den Frauen vor Ort zugute kommen.“

Möchten Sie auch zu einem solchen Info-Nachmittag oder -Abend einladen? Marlies Gemein steht gerne als Referentin zur Verfügung. Rufen Sie uns an.

BERATUNG

Wir sind ganz in Ihrer Nähe: unsere Beratungs- und Vermittlungsstellen von Caritas, kfd und KAG im Erzbistum Köln.



- **ALTENKIRCHEN** *Bärbel Urrigshardt*
Tel. 02681 2056
info@caritas-altenkirchen.de
- **BEDBURG** *Karin Ronge* · Tel. 02272 2062
cbs-bedburg@caritas-rhein-erft.de
- **BERGHEIM** *Karin Ronge*
Tel. 02271 992576
cbs-bergheim@caritas-rhein-erft.de
- **BERGISCH-GLADBACH** *Ruth Habeland-Siegemund, Monika Selbach*
Tel. 02202 1008-701
familie-frauen@caritas-rheinberg.de
- **BONN** *Ute Wolf* · Tel. 0228 108227
mgw@caritas-bonn.de
- **BRÜHL** *Ursula Högner* · Tel. 02232 42098
cbs-bruehl@caritas-rhein-erft.de
- **DORMAGEN** *Gabriele Mitschke*
Tel. 02133 2500101
gabi.mitschke@caritas-neuss.de
- **DÜSSELDORF** *Marlies Lintl*
Tel. 0211 3201-96
kfd.kurberatung@t-online.de
- **ELSDORF** *Karin Ronge* · Tel. 02274 7226
- **ERFTSTADT** *Karin Kapelan*
Tel. 02235 6091
cbs-erftstadt@caritas-rhein-erftkreis.de
- **EUSKIRCHEN** *Nicole Schlinke*
Tel. 02251 7000-24
kuren-ferien@caritas-eu.de
- **FRECHEN** *Rosmarie Meier*
Tel. 02234 58389
cbs-frechen@caritas-rhein-erft.de
- **GREVENBROICH** *Gabriele Mitschke*
Tel. 02133 2500101
gabi.mitschke@caritas-neuss.de
- **GUMMERSBACH** *Renate Bergmann*
Tel. 02261 30632
renate.bergmann@caritas-oberberg.de
- **HÜRTH** *Rosmarie Meier*
Tel. 02233 799067
cbs-frechen@caritas-rhein-erft.de
- **KERPEN** *Karin Lerschmacher*
Tel. 02237 52400
cbs-Kerpen@caritas-rhein-erft.de
- **KÖLN (KAG):** *Marlies Gemein*
Tel. 0221 1642-7251
marlies.gemein@erzbistum-koeln.de
- **RITA PÖDLER** · Tel. 0221 1642-7257
info@muettergenesung-koeln.de
- **KÖLN (kfd):** *Barbara Krapp*
Tel. 0221 1642-7255
barbara.krapp@erzbistum-koeln.de
- **KÖLN (Caritas):** *Annegret Becker*
Tel. 0221 98577623
annegret.becker@caritas-koeln.de
- **LANGENFELD** *Martina Greinke-Wenzek*
Tel. 02173 9776-69
- **LEVERKUSEN** *Uschi Haasz*
Tel. 0214 85542720
caritas-leverkusen@t-online.de
- **METTMANN** *Ruth Braun*
Tel. 02104 926237
braun@caritas-mettmann.de
- **MONHEIM** *Martina Greinke-Wenzek*
Tel. 02173 953965
schnee@caritas-mettmann.de
- **NEUSS** *Helga Meuser, Ingeborg Glauer*
Tel. 02131 889130
helga.meuser@caritas-neuss.de
ingeborg.glauer@caritas-neuss.de
- **PULHEIM** *Irene Schüller* · Tel. 02238 7056
cbs-pulheim@caritas-rhein-erft.de
- **RATINGEN** *Christiane Feldmann*
Tel. 02102 22623
feldmann@caritas-mettmann.de
- **REMSCHIED** *Martina Knaup*
Tel. 02191 4911-0
esperanza@caritas-remscheid.de
- **SIEGBURG** *Elfriede Hemmersbach*
Tel. 02241 1209-310
elfriede-hemmersbach@caritas-rheinsieg.de
- **SOLINGEN** *Sabine Lang*
Tel. 0212 22116810
familienberatung@caritas-solingen.de
- **VELBERT** *Ruth Braun, Gaby Kuhn*
Tel. 02051 9525-10
kuhn@caritas-mettmann.de
- **WESSELING** *Dorothea Böcker*
Tel. 02236 843791
cbs-wesseling@caritas-rhein-erft.de
- **WUPPERTAL** *Petra Gouder de Beauregard, Heidemarie Linke* · Tel. 0202 3890-312
Christa Clausen · Tel. 0202 3890-382
erholung@caritas-wuppertal.de

KUREN NACH MASS



Wie ernähren wir uns richtig? Mütter und Kinder lernen, wie lecker „Gesundes“ schmecken kann und welche Nahrungsmittel sogar beim Abnehmen helfen.

Weg mit dem Speck

Das CBT-Haus am Meer auf Borkum bietet nun auch ein ganzheitliches Therapiekonzept für übergewichtige Mütter und Kinder an. Gemeinsam können sie hier beginnen, dem Problem zu Leibe zu rücken und den Grundstein für die Umstellung ihrer Lebensweise legen. So lernen die Kurgäste zunächst ihr Übergewicht zu akzeptieren. Denn nur so – das zeigt die ärztliche Erfahrung – kann Übergewicht erfolgreich behandelt und eine Änderung im Essverhalten erreicht werden. Im Mittelpunkt der Therapie stehen deshalb neben den klassischen medizinischen Maßnahmen wie Ausdauer- und Muskelaufbautraining sowie Ernährungsberatung, Übungen zur besseren Körperwahrnehmung und die Stärkung des

Mehr Zeit für die Beratung



Jetzt gibt es mehr Beratungszeiten in Köln. Rita Pölder verstärkt seit April ehrenamtlich das Team in der KAG-Geschäftsstelle. Telefonisch zu erreichen unter 0221 1642-7257.

Selbstwertgefühls. Gemeinsames Essen und Kochen sowie viel gemeinsame Bewegung (mindestens einmal täglich ein Strandlauf oder eine Dünenwanderung) tragen außerdem dazu bei, dass Mütter und Kinder Zeit füreinander haben und ihr Verhältnis zueinander verbessern können. Mütter können zusätzlich Yoga zur Entspannung und Pilates (ganzheitliches Muskeltraining) wählen. Ganz wichtig: Die jeweiligen persönlichen Voraussetzungen von Mutter und Kind werden genau beachtet und alle Therapiemaßnahmen individuell auf sie abgestimmt.

Weitere Informationen bei Barbara Titze, Psychosozialer Dienst, CBT-Mutter-Kind-Klinik Haus am Meer, Tel. 04922 913313, b.titze@cbt-gmbh.de, www.cbt-haus-am-meer.de



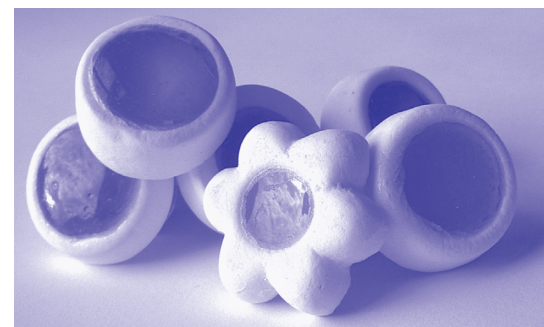
Im CBT-Haus am Meer wird für jede das passende Bewegungsprogramm angeboten: Damit die Muskulatur gestärkt und der Stoffwechsel angekurbelt wird.

SAMMELN MIT FANTASIE

Maria hat geholfen

Anlässlich der Sammlung für die Müttergenesung sammelte die kfd St. Briktius in Hürth-Stotzheim auch dieses Jahr wieder in der „Kölschen Maiandacht“. Das schöne Ergebnis: 170 Euro. 80 Beterinnen und Beter konnten sich anschließend noch mit Maibowle und Fladenbrot stärken. Haben Sie auch eine gute Idee fürs Spendensammeln? Bitte teilen Sie uns Ihre Erfahrungen mit. Vielen Dank!

Schön für die Müttergenesung



Sich schmücken und gleichzeitig helfen: Der Erlös aus diesen Broschen aus Porzellan und Glas, handgefertigt von kfd-Frauen, kommt komplett der Müttergenesung zugute. Erhältlich für 4 Euro pro Stück (es ist nur noch die runde Version vorrätig) plus Versandkosten über unsere Geschäftsstelle.

Eine Frage noch!

Mütter-Kind-Kuren gehören jetzt zu den so genannten Pflichtleistungen der Krankenkassen. Welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein, damit die Krankenkassen die Kur genehmigen können?



Renate Bergmann, systemische Familientherapeutin, Beraterin für Müttergenesungskuren für den Oberbergischen Kreis antwortet:

„Eine medizinische Indikation ist die Voraussetzung für die Genehmigung einer Kur durch die Krankenkasse, d.h. es müssen Krankheit, Erschöpfung und familiäre Belastung vorliegen. Die Hausärztin, Hausarzt oder Kinderärztin bzw. der Kinderarzt bescheinigt in Attesten die Krankheiten und die Notwendigkeit der Kur. In der Beratung weisen wir auch immer darauf hin, dass in unseren Kuren nicht ausschließlich der Schwerpunkt auf der körperlichen Gesundung liegt. Mutter-Kind-Kuren beruhen auf einem frauenspezifischen, ganzheitlichen Konzept, das neben der medizinischen Seite die Situation der Frauen individuell in den Blick nimmt und auch die Beziehung zwischen Mutter und Kind stärkt. Außerdem sollte die Mutter sich auch fragen, ob ihr Kind eine Betreuung mitmachen würde. Das ist nicht so sehr vom Alter abhängig – es gibt für jedes Alter Betreuungsmöglichkeiten – sondern vom Kind und der Mutter selbst. Ist die Bindung noch sehr eng, kann es Probleme geben. Denn Mütter und Kinder verbringen nicht die ganze Zeit miteinander. Wie sonst könnten Mütter zum Beispiel ihre Therapieangebote wahrnehmen?“

Kontakt: Renate Bergmann · Caritasverband OberBerg · Talstraße 1
51643 Gummersbach · Tel. 02261 30632 · renate.bergmann@caritas-oberberg.de

FÜR DIE PRAXIS

Alle hier vorgestellten Materialien oder Informationen erhalten Sie über unsere Geschäftsstelle: KAG Müttergenesung im Erzbistum Köln, Marzellenstraße 32, 50668 Köln, Telefon 0221 1642-7251, info@muettergenesung-koeln.de



Vielen Dank!

Als kleine Aufmerksamkeit geeignet: Die Postkarten und Lesezeichen der KAG. Auch in diesem Jahr gibt es wieder neue Motive. Gegen eine kleine Kostenbeteiligung von 0,15 Euro pro Stück plus Versandkosten können diese erworben werden (Mindestabnahme 30 Stück). Alle Motive sind auf der KAG-Website anzusehen: www.muettergenesung-koeln.de/aktionen.htm

KLEINE HILFEN SIND EIN SEGEN

Beispiel Taschengeld

Es gibt Notfälle, die aus den Spendenmitteln für die Müttergenesung nicht finanziert werden können. Wir möchten aber trotzdem helfen und bitten Sie um Ihre Unterstützung. Eine Mutter, die wegen einer psychosomatischen Erkrankung nun schon im vierten Monat in einer Klinik ist, braucht dringend Unterstützung. Der Hartz-IV-Empfängerin wird deshalb wegen der „häuslichen Ersparnis“ die monatliche Zuwendung bis auf ein Minimum gekürzt. Davon kann sie nur ihre laufenden Kosten wie zum Beispiel die Nebenkosten für ihre Wohnung zahlen. Es bleibt nichts übrig. Hygieneartikel, eine Kinokarte, eine Tasse Kaffee im Kurcafé oder ein Telefonat nach Hause kann diese Frau nicht bezahlen. Wir möchten ihr ein kleines Taschengeld von 40 Euro im Monat zukommen lassen. Würden Sie dieser Frau und anderen in ähnlicher Lage helfen? Danke!

Spendenkonto: 16718017, Pax-Bank Köln (BLZ 370 601 93), Stichwort: Taschengeld

Nach dem Schneeballsystem ...

Bitte geben Sie diesen InfoBrief weiter, denn alle sollen es ja wissen ...! Gerne nehmen wir Sie auch in unseren Verteiler auf, falls Sie diese Ausgabe über jemand anders erhalten haben. Bitte melden Sie sich dann bei uns.

TERMINE

Heilfasten und Aquafit

Die KAG Müttergenesung bietet vom 12. bis 19. Januar 2008 wieder einen Fastenkurs auf Borkum an. Eine Woche im CBT-Haus am Meer (mit Unterkunft in Einzelappartements) kostet ohne Anreise etwa 440 Euro. Auf Wunsch werden Fahrgemeinschaften oder ein Bus organisiert. Fastenbegleiterin ist die Heilpraktikerin und Atemtherapeutin Sylvie Grob-Wicklert. Weitere Informationen erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle.

Und wie geht es weiter nach der Kur?

Auch nach der Kur können Frauen in einer Gruppe, angeleitet von einer erfahrenen Pädagogin, ihren Kurerfolg festigen. Kinderbetreuung wird angeboten. Ein Kurs umfasst zwischen sechs und zehn Einheiten à zwei Stunden. Weitere Infos bei:

- Renate Bergmann, Caritasverband Oberberg, Talstr. 1, 51643 Gummersbach, Tel. 02261 30632, renate.bergmann@caritas-oberberg.de
- Sabine Wittwer, Caritasverband Altenkirchen, Tel. 02681 2056, info@caritas-altenkirchen.de
- Christine Fett, FamilienForum, An St. Urban 2, 51063 Köln, Tel. 0221 880440, fett@familienbildung-koeln.de
- oder in unserer Geschäftsstelle.

Mit dem guten Willen fängt es an

Alles ok?



Müttergenesungskuren helfen Körper und Seele.

Wir informieren Sie gerne:
Tel.: 0221/1642-7252

E-Mail-Beratung:
www.mutter-kind-kur.net

Oder doch k.o.?

 Katholische Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung im Erzbistum Köln (KAG)
Marzellenstraße 32, 50668 Köln

Wäre in Ihrem Pfarrbrief Platz für eine so genannte kostenlose „Good-will-Anzeige“ für die Müttergenesung? Wir können Ihnen Anzeigenvorlagen in mehreren Größen für den Druck auf CD zur Verfügung stellen. Bitte rufen Sie uns an oder mailen Sie an: info@muettergenesung-koeln.de

PROJEKTARBEIT



Endlich die Freude am Kind zurückgewinnen und die Zeit mit ihm genießen zu lernen: Auch das gehört in einer Mutter-Kind-Kur mit zur Therapie.

Spenden für Mütter

Auch 2006 wurde immer noch freigeig für die Müttergenesung gespendet. Unsere Sammlerinnen und Sammler nahmen im letzten Jahr mit der Listensammlung 66 500 Euro und mit der Büchensammlung 78 000 Euro für das Müttergenesungswerk ein. Zusätzlich wurden für die Arbeit im Erzbistum Köln 52 000 Euro gespendet. Mit diesen Geldern werden bedürftige Mütter aus dem Bistum Köln direkt unterstützt. Zum Beispiel kann damit die Eigenbeteiligung von 220 Euro für eine Kur finanziert werden. Häufig gibt es auch einen Zuschuss zur Gepäckbeförderung. Diese ist notwendig, wenn eine Mutter mit kleinen Kindern reist und nicht alle Koffer oder den Kinderwagen selbst transportieren kann. Das kostet pro Gepäckstück je nach Anbieter zwischen 30 und 40 Euro für die Hin- und Rückfahrt.

Impressum

Herausgeber	Katholische Arbeitsgemeinschaft Müttergenesung im Erzbistum Köln Marzellenstraße 32 · 50668 Köln Tel. 0221 1642-7251 info@muettergenesung-koeln.de www.muettergenesung-koeln.de
Redaktion	Marlies Gemein (verantwortlich), Sabine Schleiden-Hecking
Fotos	Sue Appleton, www.dolooop.de · CBT-Köln · Wilbert Paffrath, Caritasverband Oberberg
Gestaltung	Bernd Schrewe AGD, Warstein