



Sprechen Sie die Kurberaterin in Ihrer Nähe an:
www.muettergenesung-koeln.de/beratung/

So geht es in Kur

Bitte zuerst einen Beratungstermin in der Beratungsstelle der KAG Müttergenesung in Köln vereinbaren. Hier wird besprochen, ob die Kurmaßnahme zum jetzigen Zeitpunkt sinnvoll und möglich ist. Auch werden alle Fragen rund um den Antrag bei den Krankenkassen geklärt. Nach der Kur können die Mütter in einem speziell auf sie abgestimmten Kurnachsorgeprogramm ihren Kurerfolg festigen, zum Beispiel mit einem Wohlfühltag und/oder mehreren Gruppengesprächen. Diese finden dort statt, wo sie wohnen, denn es handelt sich um ein Nachbarschaftsangebot mit deutschen Frauen.

Wer kann die Kur machen?

1. Die geflüchteten Familien müssen in der Regel einen gesicherten Aufenthaltsstatus in Deutschland haben. Nur dann bezahlen die gesetzlichen Krankenkassen die Maßnahme.
2. Die Kur muss ärztlich befürwortet und attestiert werden.
3. Die Frauen und auch die Kinder sollten einem Gespräch auf Deutsch folgen und sich mitteilen können.
4. Die Mütter sollten wissen und anerkennen, dass die Kinder tagsüber ihr eigenes Programm haben. Das Kurhaus nimmt Kinder bis zu 16 Jahren auf.
5. Es ist wichtig, dass das soziale Umfeld und die Familie die Mutter unterstützen und sie ermutigen, eine Kur zu beantragen.

Das Vorbild in der Geschichte

Die Müttergenesung Köln weiß, was Krieg und Vertreibung für Frauen bedeutet. Wichtiger Impuls für dieses Projekt ist nämlich die eigene Geschichte. Die ersten Angebote richteten sich schon kurz nach dem Ersten Weltkrieg an schwangere Mütter und Mütter mit Kleinkindern. Seelisch und körperlich völlig entkräftet konnten sie an ersten Müttererholungsmaßnahmen in Rhöndorf am Rhein teilnehmen. Diese Arbeit, die bis heute maßgeblich von der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands unterstützt wird, entwickelte sich nach dem Zweiten Weltkrieg weiter. Elly Heuss-Knapp gründete das heute noch führend in diesem Bereich tätige Müttergenesungswerk mit den ersten Erholungswochen für Mütter und ihre Kinder.

Allgemeine Informationen erhalten Sie unter:

Tel.: 0221/2010-148

www.muettergenesung-koeln.de

Die Kurmaßnahme im Web:
www.muettergenesung-koeln.de/kuren/kuren-fuer-gefluechtete-familien/

Hrsg.: KAG Müttergenesung im Erzbistum Köln, 2018 / Text: shmedien/Aachen, Grafik: dyadesign/Düsseldorf / Fotos: forolia; jasmin Merdan; Kathrin Becker; bewo TV/Freiburg
Wir danken allen, die sich für dieses Projekt als Fotomodell zur Verfügung gestellt haben. Aus Gründen des Persönlichkeitsschutzes bilden wir Personen teilweise nur stellvertretend ab.



Stark ins neue Leben – nach Krieg, Vertreibung und Flucht

Mutter-Kind-Kuren für geflüchtete Familien
Die Müttergenesung hilft

Katholische
Arbeitsgemeinschaft
Müttergenesung
im Erzbistum Köln

KAG 
Müttergenesung.



Müttergenesung.



Caritas-Haus



KAG Müttergenesung im Erzbistum Köln • 1/19

Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.

Abteilung Jugend und Familie

Georgstr. 7, 50676 Köln, Tel.: 0221/2010-148

E-Mail: info@muettergenesung-koeln.de

www.muettergenesung-koeln.de

Das Projekt wird von der „Aktion Neue Nachbarn“ im Erzbistum Köln und von der Caritas-Stiftung des Erzbistums Köln gefördert. Vielen Dank!

Mit der Müttergenesung in Kur

Geflüchtete Frauen und ihre Kinder können sich in der Mutter-Kind-Klinik „Caritas-Haus Feldberg“ im Südschwarzwald drei Wochen lang seelisch und körperlich erholen. Die Arbeitsgemeinschaft Müttergenesung im Erzbistum Köln hat zusammen mit dieser Klinik dafür ein Kur-Angebot entwickelt. Wie andere Mutter-Kind-Kuren werden auch diese Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen von den gesetzlichen Krankenkassen finanziert, wenn die notwendigen Voraussetzungen erfüllt sind.



Mehr Gesundheit und Kraft

Jahrzehntelange Erfahrung und medizinische Langzeitstudien zeigen, dass die Rehabilitations- und Präventionsmaßnahmen der Müttergenesung häufig der erste Schritt zum Gesundwerden sind und helfen, das Leben mit viel Kraft neu anzunehmen. Das soll auch geflüchteten Frauen ermöglicht werden, die besonders unter den schrecklichen Folgen von Krieg, Terror und Flucht leiden und das Erlebte oft nur schwer bewältigen können.



Zeit für sich und Zeit für die Kinder

Das Personal im Caritas-Haus Feldberg ist auf diese besondere Situation und die kulturellen Bedürfnisse der Familien eingestellt. So kann ein Anfang gemacht werden bei der Aufarbeitung der dramatischen Erlebnisse, die Mütter und Kinder machen mussten. Denn eine ausgeglichene Mutter tut ihren Kindern gut – und umgekehrt. Diese Erfahrung sollen die Familien machen dürfen. Das besondere Plus während der Zeit auf dem Feldberg: Die Mütter können sich ihren Kindern unbelastet vom schwierigen Alltag widmen. Sie haben endlich Zeit für sich und können zur Ruhe kommen. Das sind die wichtigsten Voraussetzungen dafür, dass sich Seele und Körper erholen und die Frauen eigene Perspektiven entwickeln können.



Alles für Körper und Seele

Die Frauen können alle Therapieangebote nutzen, die ihnen helfen, ihre Gesundheit und ihr seelisches Wohlbefinden zu stärken. Ganz wichtig ist dabei auch der Kontakt zu anderen Frauen in ähnlicher Situation. Die Erfahrung zeigt: Sie stärken sich gegenseitig, sie lachen und haben am gemeinsamen Freizeitprogramm viel Freude. Sie können endlich wieder einmal auch unbeschwert sein.

So wird die Kur dabei helfen, das Leben in Deutschland noch mehr in die eigene Hand zu nehmen. Damit will die Müttergenesung die Integration unterstützen und den Familien zeigen, dass sie in Deutschland willkommen sind.

Mehr Infos zum
Caritas-Haus Feldberg:
www.caritas-haus-feldberg.de



Das bietet das Caritas-Haus Feldberg für die Gäste:

- Eine Dolmetscherin ist dabei, wenn es nötig ist
- Physiotherapie, Sport- und Bewegungstherapie, Aquagymnastik und medizinische Bäder je nach Krankheitsbild
- Alle Mütter wohnen mit ihren Kindern in einem kleinen Apartment zusammen auf einer Etage
- Kinderbetreuung und staatlich anerkannte Klinikschule für die Kinder
- Hinweisschilder auf Arabisch, auch beim Essen
- Abwechslungsreiche Küche, die Rücksicht auf andere Essgewohnheiten nimmt
- Gemeinsames Freizeitprogramm mit deutschen Müttern, um Kontakt aufzubauen zum Beispiel beim Tanzen, Nähen, Wandern, Kochen und Vorlesestunden