

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/54201/1547907/ots-audio-kraftquelle-mutter-kind-kur-wenn-familie-und-beruf-krank-machen-kann-man-hier-neue> abgerufen werden.



ots.Audio: Kraftquelle Mutter-Kind-Kur - Wenn Familie und Beruf krank machen, kann man hier neue Energie schöpfen

21.01.2010 - 04:15 Uhr, Wort und Bild - Baby und Familie

Baierbrunn (ots) -

- Querverweis: Audiomaterial ist unter <http://www.presseportal.de/audio> und <http://www.presseportal.de/link/multimedia.mecom.eu> abrufbar -

24 Stunden pro Tag, sieben Tage die Woche, wickeln, füttern, trösten, aufräumen und in den Schlaf wiegen und obendrein eine große Verantwortung für ihre Kinder tragen - das geht an Eltern häufig nicht spurlos vorbei. Sie leiden unter Erschöpfungen, Burn-out, Depressionen, Schlaf- oder Essstörungen. Für alle Mütter und Väter ist es gut zu wissen, dass sie damit nicht alleine dastehen, sondern dass es vielen Eltern so geht und darum hat man auch vor vielen Jahren die Mutter-Kind-Kur ins Leben gerufen. Diese Kur ist eine Kraftquelle, um für den Alltag neue Energien zu schöpfen, berichtet das Apothekenmagazin Baby und Familie. Viele Kur-Häuser bieten schulbegleitenden Unterricht an, so dass Mütter und Kinder nicht auf die Ferienzeit beschränkt sind, weiß Chefredakteurin Stefanie Becker und erklärt, was die Teilnehmerinnen bei einer Kur erwartet:

0-Ton: 17 Sekunden

Mütter bekommen erstmal einen individuellen Therapieplan, also zum Beispiel Physiotherapie oder Rückengymnastik, aber auch Sozialtherapie. Außerdem nehmen sie an Ernährungs- und Erziehungsberatung teil. Häufig werden auch die Kinder mit behandelt. Im Schnitt dauert so eine Mutter-Kind-Kur etwa drei Wochen.

Und es ist gar nicht schwer, einen Antrag für so eine Kur zu stellen:

0-Ton: 20 Sekunden

Den Antrag erhält man bei der Krankenkasse oder auch beim Müttergenesungswerk, das mit rund 1.400 Beratungsstellen bundesweit vertreten ist. Und dort informieren und helfen Expertinnen kostenlos, also zum Beispiel ein geeignetes Haus zu finden oder den Antrag auszufüllen und sie wissen auch, wie die Kinderbetreuung organisiert wird in der Kur.

Der Antrag wird dann zusammen mit einem Attest vom Arzt bei der Krankenkasse eingereicht. Unnötige Sorgen bereiten Müttern oft auch die Kosten:

0-Ton: 21 Sekunden

Da braucht man keine Angst zu haben, daran soll eine Kur nie scheitern. Gesetzlich versicherte Mütter zahlen 10 Euro pro Tag und maximal 10 Euro Fahrtkosten. Mütter mit geringem Einkommen können sich aber auch teilweise befreien lassen. Privat Versicherte erkundigen sich am besten erstmal bei ihrer Krankenkasse. Und natürlich gilt das Gleiche auch für Väter.

Befragungen von mehreren Tausend Teilnehmerinnen ergaben, dass es den Müttern als auch den Kindern nach der Kur deutlich und nachhaltig besser ging, schreibt Baby und Familie und macht Mut, eine Kur zu beantragen.

ACHTUNG REDAKTIONEN:

Das Tonmaterial ist honorarfrei zur Verwendung. Sendemitschnitt bitte an [ots.audio@newsaktuell.de](mailto:ots.audio@newsaktuell.de).

@@infblk@@

Pressekontakt:  
Ruth Pirhalla  
Tel. 089 / 744 33 123  
Fax 089 / 744 33 459  
E-Mail: [pirhalla@wortundbildverlag.de](mailto:pirhalla@wortundbildverlag.de)  
[www.wortundbildverlag.de](http://www.wortundbildverlag.de)

Originaltext: Wort und Bild - Baby und Familie  
Pressemappe: <http://www.presseportal.de/pm/54201/wort-und-bild-baby-und-familie>  
Pressemappe als RSS: [http://presseportal.de/rss/pm\\_54201.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_54201.rss2)