



Kraft für den Alltag | Bundesfamilienministerin Ursula von der Leyen besucht die AltenauKlinik im niedersächsischen Harz. | Seite 2

Risiken erkennen | Vorbereitung und Nachsorge sind wichtige Teile der therapeutischen Kette des Müttergenesungswerkes. Die Beratungsstellen helfen. | Seite 3

Eine wichtige Stütze

Liebe Leserinnen und Leser,

seit der Gesundheitsreform im Jahr 2007, mit der die Kuren des Müttergenesungswerkes zu Pflichtleistungen der Krankenkassen wurden, steigt die Nachfrage nach Mutter-Kind-Kuren. Dennoch ist die Zahl der Anspruchsberechtigten immer noch viel höher als die Zahl derjenigen, die tatsächlich an einer Kur teilnehmen. Das belegt eine aktuelle Studie der Universität Erlangen-Nürnberg.

Aufklärung und Information ist hier gefragt: In 1.400 Beratungsstellen des Müttergenesungswerkes bieten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Trägergruppen Informationen zu Kurleistungen. Wir lassen die Mütter nicht alleine. Weder vor noch nach der Kur. Ziel ist es, Risiken früh zu erkennen, eine schnelle Genesung zu ermöglichen und die Mütter bei ihrem Weg zurück in den Alltag zu begleiten. Sie als Spenderin oder Spender bilden eine entscheidende Stütze unserer Arbeit. Nur mit Ihrer Hilfe kann das Müttergenesungswerk die Qualität und Vielfalt seines Angebotes erhalten. Wir freuen uns, wenn wir weiterhin auf Sie als Spenderin oder Spender zählen können.

Erfahren Sie auf den folgenden Seiten mehr über die Einrichtungen, Projekte und aktuellen Entwicklungen im Müttergenesungswerk. Ich wünsche Ihnen eine spannende und informative Lektüre. ☘

Ihre Anne Schilling |
Geschäftsführerin des Müttergenesungswerkes



Foto: Jan Zappner



Foto: Jan Zappner

Stress durch Zeitdruck und Mehrfachbelastung – nicht immer ist es leicht, den Alltag zu bewältigen.

Studie belegt Bedarf an Kuren

Unterversorgung bei Mütter- und Mutter-Kind-Maßnahmen

Eine vom Bundesministerium für Familie, Frauen, Senioren und Jugend in Auftrag gegebene Studie belegt: Die Lücke zwischen Angebot und Nachfrage bei Mütter- und Mutter-Kind-Maßnahmen ist gravierend. Forscher der Universität Erlangen-Nürnberg belegen, dass 20 Prozent der Mütter und elf Prozent der Väter Anspruch auf eine Kurmaßnahme haben. Die Zahl der bewilligten Kuranträge liegt um ein Vielfaches darunter: Weniger als ein Zehntel der potentiellen Antragsteller bekommen tatsächlich eine Kur bewilligt. Bei den Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen für Mütter und Väter kann somit von einer starken Unterversorgung gesprochen werden.

Dabei belegen die Zahlen auch die Notwendigkeit einer solchen Kur. 1,1 Millionen Mütter und 128.000 Väter leiden in Deutschland unter Gesundheitsstörungen, Erkrankungen oder psychosozialen Belastungen. Am stärksten fühlen sich die Eltern durch den ständigen Zeitdruck und die Überlastung durch Familie und Beruf beeinträchtigt. Darunter leiden nicht nur

die Betroffenen, sondern auch die Kinder. Die Studie zeigt einen Zusammenhang zwischen den Erkrankungen der Eltern und gesundheitlichen Störungen der Kinder auf: 55 Prozent der behandlungsbedürftigen Mütter und Väter geben an, dass auch ihre Kinder von mindestens einem psychosozialen Problem betroffen sind.

„Die aktuelle IfeS-Studie bestätigt, worauf das Müttergenesungswerk schon immer hinwies. Der Bedarf an nachhaltigen Kurmaßnahmen ist gewaltig. Die Zahlen belegen, dass eine Investition in die Gesundheit der Mütter eine Investition in die Gesellschaft ist“, so Marlene Rupprecht, die Kuratoriumsvorsitzende des Müttergenesungswerkes. ☘

Die häufigsten Gründe für eine Kur

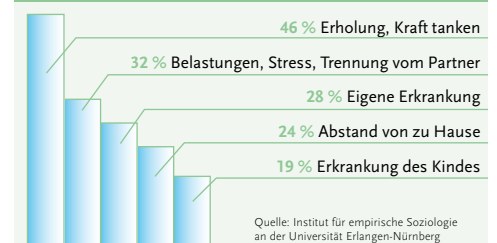




Foto: Jan Zappner

Den Spagat bewältigen

Die niedersächsische AltenauKlinik hat sich auf die Behandlung von Stressfolgeerkrankungen und psychosomatischen Erkrankungen spezialisiert. Im Januar war die Bundesfamilienministerin Ursula von der Leyen zu Besuch in der Mutter-Kind-Einrichtung.

Die AltenauKlinik ist umgeben von weiten Wäldern, sanften Hügeln und frischen Quellen und liegt am Rande des heilklimatischen Kurortes Altenau im niedersächsischen Harz. Ein idealer Ort, um Abstand vom Alltag zu bekommen und in gesundem Klima zu genesen. „Die Belastung von Beruf und Familie wurde mir einfach zu viel, ständig hatte ich Infekte“, erzählt eine Patientin. „In der AltenauKlinik wollte ich Ruhe finden, Kraft tanken und mehr Zeit für mich haben.“

„Vielen Dank an die Mitarbeiter, die alles getan haben, damit unser Aufenthalt unvergesslich bleibt.“
Eintrag im Gästebuch der AltenauKlinik

Kraft für den Alltag

„Im Spagat zwischen Erwerbstätigkeit und Familie vergessen die Frauen oft sich selbst und die Sorge um ihre Gesundheit“, meint Klinikleiterin Jessica Waschk. Psychosomatische oder körperliche Erkrankungen können die Folge sein. Die Einrichtung bietet deshalb auch Präventionskurse für Familien an, um schweren Erkrankungen möglichst früh vorzubeugen. Viele Mütter, die in die AltenauKlinik zur Kur kommen, leben zudem unter schwierigen sozialen Bedingungen. „Die Anzahl unserer Patientinnen, die sich in wirtschaftlichen Notlagen befinden, nimmt zu. Gründe sind oft eine Trennung vom Partner oder ein zu geringes Einkommen der Familie. Diese Sor-

gen um die Existenz verstärken den alltäglichen Stress noch zusätzlich und führen nicht selten zu Angst- und Panikzuständen bis hin zur Depression“, so Waschk. In der AltenauKlinik erwartet die Mütter und ihre Kinder umfassende medizinische, physiotherapeutische, psychologische, pädagogische und ernährungswissenschaftliche Betreuung. Kurse zur Stressbewältigung, zur Progressiven Muskelentspannung oder ein Erziehungstraining sind nur einige der Kurangebote.



Foto: MCV

Große Freude über das Geschenk in der AltenauKlinik. V.l.n.r.: Elisabeth Winkelmeier-Becker, Ursula von der Leyen, Marlene Rupprecht.

Hoher Besuch

Über den Besuch der Bundesfamilienministerin von der Leyen in der AltenauKlinik am 11. Januar hat sich Jessica Waschk besonders gefreut. Gemeinsam mit Vertreterinnen des Müttergenesungswerkes, darunter Kuratoriumsmitglied und MdB Elisabeth Winkelmeier-Becker, mit Vertretern der Arbeiterwohlfahrt, die Trägerin der Klinik ist, unter ihnen Axel

Plau, Vorsitzender der AWO Niedersachsen, und mit Vertreterinnen und Vertretern aus der Landes- und Lokalpolitik besichtigte Ursula von der Leyen die Einrichtung.

Marlene Rupprecht, MdB und Kuratoriumsvorsitzende des Müttergenesungswerkes, hatte die Ministerin zum Besuch eingeladen: „Das Müttergenesungswerk mit seinen Beratungsstellen und Einrichtungen ist ein Diamant“, betonte sie, „und dieser soll der Ministerin vorgestellt werden. Die AltenauKlinik verdeutlicht, wie wichtig die Bundesmittel für die Arbeit der Häuser im Müttergenesungswerk sind und dass sie sinnvoll angelegt werden.“ 2007 wurde die Einrichtung mit der Hilfe von Fördermitteln komplett saniert. Entstanden ist eine Einrichtung, die moderne Kurleistungen anbietet.



Foto: AltenauKlinik

Die ursprüngliche Natur rund um die AltenauKlinik lädt zu langen Spaziergängen ein.

Die Ministerin zeigte sich beeindruckt von der freundlichen Ausstattung der AltenauKlinik. Sie schaute hinter die Kulissen der Klinik und informierte sich über die Sorgen und Nöte der Patientinnen: „Es ist wichtig, Mütter und Väter frühzeitig und mit konkreten Hilfen zu unterstützen, wenn sie krank, belastet und überfordert sind“, betonte Ursula von der Leyen die Bedeutung des Müttergenesungswerkes. Zum Abschied bekam die Ministerin von den Müttern eine handgearbeitete Tasche geschenkt, gefüllt mit den Wünschen und Gedanken der Patientinnen.

So können Sie helfen

In die AltenauKlinik können Mütter gemeinsam mit ihren Kindern kommen. Auch Kleinstkinder sind willkommen. Damit die Mütter sich ganz auf ihre Genesung konzentrieren können, ist eine kindgerechte Ausstattung und Betreuung wichtig. Viele Stunden werden in der wunderschönen Landschaft im Freien verbracht, auf dem eigenen Spielgelände oder im Wald. Bei der Instandhaltung und Gestaltung des Naturspielplatzes mit Spielgeräten auf dem Gelände der AltenauKlinik können Sie mitwirken: Liebe stark-Leserinnen und -Leser, schon eine kleine Spende kann hier ein Kinderlachen zaubern. Helfen Sie mit – der Dank der Kinder und Mütter der AltenauKlinik ist Ihnen sicher.

Risiken erkennen – Stressfolgen vermeiden

An der Seite von Müttern: die Beratungsstellen des Müttergenesungswerkes

Nicht nur die Kuren sind wichtig für die Mütter, auch den Beratungsstellen kommt im modernen und ganzheitlichen Gesundheitskonzept des Müttergenesungswerkes eine besondere Bedeutung zu. Vor der Kur ist ein persönliches Beratungsgespräch wichtig, um herauszufinden, welche Kurmaßnahme am besten geeignet ist, um die Probleme anzugehen. „Viele Frauen wissen gar nicht genau, wo ihnen der Schuh drückt. Sie sehen die Symptome, erkennen aber nicht die Ursachen und Zusammenhänge“, erklärt Sabine Heckmann, Mitarbeiterin in der Caritas-Beratungsstelle in Elmshorn, einer der 1.400 Beratungsstellen des Müttergenesungswerkes in Deutschland. „Gemeinsam finden wir im Beratungsgespräch heraus, welche Art von Kur eine Mutter benötigt.“ Aber auch nach der Kur darf die Betreuung nicht aufhören: „Gute Vorsätze sind dann jede Menge vorhanden. Aber wie können die Mütter sie im Alltag in die Tat umsetzen?“

Erst durch die Nachbetreuung der Kurmaßnahmen entfalten diese ihre ganze

Wirkung und verhindern, dass die Mütter in gewohnte Verhaltensmuster zurückfallen. Die Beratungsstellen führen Kurse, Gesprächsgruppen und Einzelgespräche selbst durch oder vermitteln geeignete Angebote. Mütter erfahren, wie und wo sie fortführende Therapien wahrnehmen oder einfach den Erfahrungsaustausch mit anderen Frauen nutzen können. Die Beratungsstellen bilden somit ein wichtiges soziales Frühwarnsystem: Risiken können rechtzeitig erkannt und Stressfolgen vermieden werden. ☘



Sabine Heckmann ist eine der vielen kompetenten Mitarbeiterinnen der Beratungsstellen, die Müttern in schwierigen Lebenssituationen zur Seite stehen.

Eva Luise Köhler ehrt Schulklasse

Großer Sammlungserfolg 2007 – Start der Sammlungen 2008



Die Klasse 7e des Emil-von Behring-Gymnasiums aus Erlangen beim Empfang im Schloss Bellevue. In der Mitte: Eva Luise Köhler und Marlene Rupprecht.

Die Freude war groß: Die Schülerinnen und Schüler der Klasse 7e des Emil-von Behring-Gymnasiums aus Erlangen sind die Sieger des Schülerwettbewerbs zu den Muttertagssammlungen 2007. Die Jugendlichen aus Franken hatten mit 1.184 Euro am meisten für Mütter gesammelt und damit den 1. Preis – eine Klassenfahrt nach Berlin mit Rahmenprogramm – gewonnen. 70 Schulklassen aus ganz Deutschland hatten insgesamt 44.000 Euro für Mütter und

deren Gesundheit gesammelt. Eva Luise Köhler, Schirmherrin des Müttergenesungswerkes, empfing die Schülerinnen und Schüler aus Erlangen im Schloss Bellevue und ehrte sie für ihre Leistung: „Ihr habt damit nicht nur erfolgreich einen Wettbewerb gewonnen, sondern mit vielen fleißigen Schülerinnen und Schülern in Deutschland ein starkes Ergebnis für die Gesundheit von Müttern erzielt.“ Auch 2008 können Schulklassen ihr Engagement beweisen. Für die Sieger wird es tolle Überraschungspreise geben. Unermüdet sind viele Unterstützerinnen und Unterstützer ehrenamtlich für die Sammlungen des Müttergenesungswerkes unterwegs. Freiwillige sind jederzeit willkommen! Die Sammlungen beginnen zwischen dem 03. Mai und dem 18. Mai.

Ansprechpartnerin:

Petra Gerstkamp, Müttergenesungswerk,
Telefon: (030) 33 00 29-12. ☘

Interview

Nachgefragt bei Ursula Heuss-Wolff



Ursula Heuss-Wolff, Jahrgang 1929, ist die Witwe von Ernst Ludwig Heuss, dem Sohn von Elly Heuss-Knapp und Theodor Heuss. Sie hat zwei erwachsene

Kinder und lebt in Basel. Wir sprachen mit Ursula Heuss-Wolff über die Bedeutung des Müttergenesungswerkes und über ihr Verhältnis zu ihrer berühmten Schwiegermutter, Elly Heuss-Knapp, der Gründerin des Müttergenesungswerkes.

Foto: Privat

1959 haben Sie und Ihr Mann geheiratet. Ihre Schwiegermutter haben Sie nicht mehr kennen gelernt. Fühlen Sie sich ihr verbunden?

Ich fühle mich Elly Heuss-Knapp sehr verbunden und bewundere sie. Besonders durch ihren Nachlass, den ich verwalte, habe ich Einblick in ihr Leben. Elly war ein ganz besonderer Mensch, sie war äußerst gebildet, fleißig und hatte das Herz am rechten Fleck. Wenn ihr etwas wichtig war, setzte sie sich aktiv dafür ein. Von ihrer positiven und aktiven Haltung zum Leben und zur Familie können wir viel lernen.

Ist die Arbeit des Müttergenesungswerkes heute, nach fast 60 Jahren, immer noch aktuell?

Aber sicher. Damals nach dem Krieg war das Müttergenesungswerk wichtig für die erschöpften Mütter, die unter den Entbehrungen zu leiden hatten. Heute sind die Probleme natürlich andere, aber sie sind für die Mütter ebenso bedeutsam: die Doppelbelastung von Beruf und Familie, Krankheit, Überforderung, viele Mütter sind allein erziehend – da ist Hilfe nötig.

Wie fühlen Sie persönlich sich dem Müttergenesungswerk verbunden?

Die regelmäßige Spende ist mir eine wundervolle, liebe Pflicht aus familiärer Tradition. Ich setze mich gerne für die Sache des Müttergenesungswerkes ein und verbreite die Ideale meiner Schwiegermutter. Denn die Gründung des Müttergenesungswerkes war die Krönung von Ellys Leben. Besonders schön finde ich: Beide Kirchen, die sozialen Träger – alle arbeiten zusammen für die gute Sache. Da sieht man, was man erreichen kann, wenn man zusammen hält. ☘



Eva Luise Köhler,
Schirmherrin des Müttergenesungswerkes

Liebe Leserinnen und Leser,

Stress, Überlastung, körperliche oder seelische Erkrankungen: Gerade für Mütter ist der Einsatz rund um die Uhr eine große Herausforderung – und ein Balanceakt zwischen der eigenen Gesundheit und der Sorge um die Familie. Was ist, wenn die eigene Kraft einmal nachlässt? Wenn es nicht mehr weiter zu gehen scheint? Risiken müssen früh erkannt und eine schnelle Genesung ermöglicht werden.

Hier leisten die Beratungsstellen und Einrichtungen des Müttergenesungswerkes wichtige Arbeit. Immer wieder und unermüdlich. Ermöglicht werden kann das aber nur durch Unterstützung aus der Gesellschaft.

Besonders freut mich daher das Engagement der Schulklassen, die im letzten Jahr dem Aufruf zum Schülersammlungswettbewerb gefolgt sind. Sie haben gezeigt: Jugendliche sind bereit, sich für andere zu engagieren. Und dies stimmt mich zuversichtlich, dass sich Familien auch zukünftig ihrer Unterstützung sicher sein können. Der Dank aller Mütter und Kinder, die von den Angeboten des Müttergenesungswerkes profitieren, ist den Schülerinnen und Schülern gewiss. ☘

Eva L. Köhler

Ihre Eva Luise Köhler |
Schirmherrin des Müttergenesungswerkes

Impressum

Herausgeberin

Elly Heuss-Knapp-Stiftung
Deutsches Müttergenesungswerk

Bergstraße 63 | 10115 Berlin

Telefon: (030) 33 00 29-0

Telefax: (030) 33 00 29-20

E-Mail: info@muettergenesungswerk.de

www.muettergenesungswerk.de

Verantwortlich: Heike Knobloch

Konzept und Realisierung

neues handeln GmbH, Berlin

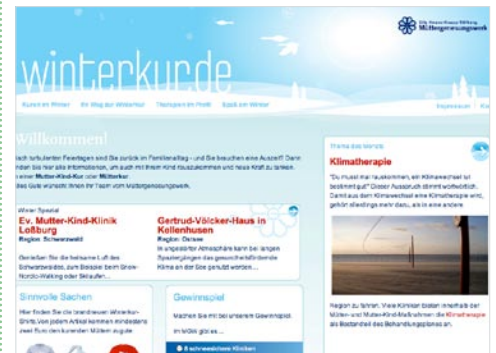
Müttergenesungswerk aktuell

Herzlichen Glückwunsch

Das Müttergenesungswerk gratuliert: Marlene Rupprecht, Kuratoriumsvorsitzende des Müttergenesungswerkes und Mitglied des Deutschen Bundestages, feierte am 20. Dezember 2007 ihren 60. Geburtstag. Marlene Rupprecht ist seit dem Jahr 2000 als Kuratorin des Deutschen Müttergenesungswerkes tätig, 2005 übernahm sie den Kuratoriumsvorsitz. „Wir wünschen Frau Rupprecht alles Gute und danken ihr insbesondere für ihr außergewöhnliches Engagement für die Gesundheit der Mütter“, würdigte die stellvertretende Kuratoriumsvorsitzende Margot Jäger Rupprechts Arbeit für das Müttergenesungswerk. Zur Feier des Tages machte Marlene Rupprecht dem Müttergenesungswerk ein besonderes Geschenk: Sie bat, auf Geschenke zu verzichten und stattdessen zu spenden. So kamen insgesamt 3.500 Euro zusammen. Die Spenden gehen je zur Hälfte an das Frauenhaus Fürth, das Frau Rupprecht gründete und dessen Vorsitz sie innehat, und an das Müttergenesungswerk.

Webseite zu Kuren im Winter

Mit der Webseite www.winterkur.de startete das Müttergenesungswerk Ende letzten Jahres ein neues Angebot für Mutter-Kind-Kuren. Dort können sich Mütter über aktuelle Angebote und Spezialkuren im Winter informieren. Neu ist eine Spendenaktion der besonderen Art: eine eigens für das Müttergenesungswerk entworfene Modekollektion. Über www.winterkur.de können Mütter pfiffige Kleidung für sich und ihre Kinder bestellen und dabei Gutes tun: 20 Prozent des Kaufpreises gehen als Spende an das Müttergenesungswerk.



Spenden Sie Kraft und Gesundheit

Mit Ihrer Spende tragen Sie dazu bei, dass wir Müttern helfen können.



Foto: Jan Zappner

Ob groß oder klein – jede Spende leistet einen unverzichtbaren Beitrag zum einzigartigen Angebot des Müttergenesungswerkes. Damit geben Sie Müttern Kraft und Gesundheit zurück! Hier ein paar Beispiele, was Ihre Spenden bewirken können:

15 Euro ... fördern die Kreativität. Soviel kostet das Material für einen Malkurs während der Kur.

25 Euro ... zaubern trotz Regen ein sonniges Lächeln. Mit einer einfachen Regenjacke und einem Paar Gummistiefel lässt es sich für ein Kind während der Kur auch bei Regen draußen toben.

35 Euro ... helfen, wenn es dringend nötig ist. Für diesen Betrag kann ein Gespräch auch zu Hause erfolgen, wenn die Mutter nicht in die Beratungsstelle kommen kann.

50 Euro ... sorgen für langfristige Genesung. Damit können Sie einer Mutter ein Nachsorgewochenende zum Kräfteauffrischen ermöglichen.

280 Euro ... bringen Bewegung ins Leben. Mit dieser Spende können Mütter in einer Einrichtung zukünftig per Fahrrad mobil sein.

Spendenkonto

Elly Heuss-Knapp-Stiftung
Bank für Sozialwirtschaft München
Konto-Nr. 88 80 · BLZ 700 205 00

Kurinformationen

Tel. (030) 33 00 29-29

www.muettergenesungswerk.de



Elly Heuss-Knapp-Stiftung
Müttergenesungswerk