

## Pressemitteilung

### Raus aus dem Hamsterrad: In 6 Schritten zur Mutter-Kind-Kur Jetzt Kurantrag stellen

**17.01.2018.** Zum Jahresbeginn haben viele Mütter gute Vorsätze – oft geht es um Entlastung und mehr Zeit für sich und die Familie. Diese Entlastung kann eine Mütter- oder Mutter-Kind-Kurmaßnahme schaffen. Mütter, die noch in diesem Jahr eine Kurmaßnahme wahrnehmen möchten, sollten eine gewisse Vorlaufzeit berücksichtigen und bereits zu Jahresbeginn einen Kurantrag stellen.

In vielen Familien sind Mütter noch immer die Hauptverantwortlichen für Haushalt und Kindererziehung. Zudem sind aktuell vier von fünf Müttern berufstätig. Diese Mehrfachbelastung, zusammen mit ständigem Erwartungsdruck, wird im Alltag für viele Mütter zur ernsthaften Belastung. „Schon 87 Prozent der Mütter leiden unter Erschöpfungszuständen bis hin zum Burnout. Aber auch Rückenprobleme, Allergien oder Migräne sind Zeichen für eine Überbelastung. Eine Kurmaßnahme kann nachhaltig helfen“, betont Anne Schilling, Geschäftsführerin des Müttergenesungswerks (MGW). „Bei uns fängt die Kurmaßnahme schon in der Beratungsstelle an. Mütter werden durch rund 1.200 Beratungsstellen im MGW-Verbund kostenlos in sechs Schritten zu ihrer Kurmaßnahme begleitet.“

#### Sechs Schritte zur Mütter- oder Mutter-Kind-Kur

1. **Kostenlose Beratung:** Am Anfang steht ein Beratungsgespräch in einer der 1.200 Beratungsstellen im MGW-Verbund. Sie finden die Beratungsstelle in Ihrer Nähe über die Suche auf unserer Website.
2. **Attest:** In der Beratungsstelle erhalten Sie das Attestformular für die Kurmaßnahme.
3. **Besuch bei Ärztin oder Arzt:** Nun geht es zu Ärztin oder Arzt, wo die nötigen medizinischen Voraussetzungen der Mutter – und gegebenenfalls auch ihrer Kinder – für die Kur detailliert attestiert werden.
4. **Antrag vorbereiten:** Zurück in der Beratungsstelle werden wichtige Details geklärt – zum Beispiel, ob die Mutter allein oder gemeinsam mit ihren Kindern in die Maßnahme fährt. Die Beratungsstelle kann auch prüfen, ob bei finanziellen Schwierigkeiten mit Spendengeld des MGW geholfen werden kann.
5. **Geeignete Klinik finden:** Die Beratungsstelle im MGW hilft auch bei der Wahl der richtigen Klinik und bei der Ausübung des Wunsch- und Wahlrechtes, das Sie unbedingt nutzen sollten.
6. **Antrag zur Krankenkasse:** Der Kurantrag geht an die Krankenkasse. Diese entscheidet über die Bewilligung. Falls die Kasse den Antrag ablehnt, unterstützt die Beratungsstelle auch beim Widerspruch, der sich häufig lohnt.

Auch nach der Kurmaßnahme geht die Unterstützung der Mütter im MGW weiter. Nachsorgeangebote – meist in den Beratungsstellen – können helfen, den Kurerfolg nachhaltig zu sichern. Im Verbund des Müttergenesungswerks arbeiten die fünf Wohlfahrtsverbände bzw. deren Fachverband/Arbeitsgemeinschaft AWO, DRK, EVA (Diakonie), KAG (Caritas) und Parität zusammen. Die über 70 vom MGW anerkannten Kliniken tragen alle das MGW-Qualitätssiegel. Informationen erhalten betroffene Mütter am Kurtelefon (030/33 00 29 29) oder unter [www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de).

#### Weitere Informationen und Kontakt:

Elly Heuss-Knapp-Stiftung, Deutsches Müttergenesungswerk  
Bergstraße 63, 10115 Berlin  
Ansprechpartnerin: Anne Schilling  
Tel.: 030 3300290  
[presse@muettergenesungswerk.de](mailto:presse@muettergenesungswerk.de)

Kurtelefon: 030 33002929

[www.muettergenesungswerk.de](http://www.muettergenesungswerk.de)

[www.muettergenesungswerk.de/jetzt-spenden](http://www.muettergenesungswerk.de/jetzt-spenden)

**Spendenkonto: IBAN: DE13 7002 0500 0008 8555 04, BIC: BFSWDE33MUE**

---

Die Elly Heuss-Knapp-Stiftung, Deutsches Müttergenesungswerk (MGW) wurde 1950 von Elly Heuss-Knapp, der Frau des ersten Bundespräsidenten, gegründet. Ziel der gemeinnützigen Stiftung ist die Gesundheit von Müttern. Inzwischen wurde die Arbeit des MGW mit der „Zustiftung Sorgearbeit“ auf Väter und pflegende Angehörige ausgeweitet. Unter dem Dach des MGW arbeiten fünf Wohlfahrtsverbände bzw. deren Fachverband/Arbeitsgemeinschaft (AWO, DRK, EVA, KAG, Parität) zusammen. Besonders zeichnet sich das MGW mit dem MGW-Qualitätssiegel in allen anerkannten Kliniken und durch das Konzept der Therapeutischen Kette im MGW-Verbund aus. Diese umfasst die kostenlose Beratung der Betroffenen bei rd. 1.200 Beratungsstellen der Wohlfahrtsverbände für Fragen rund um die Kurmaßnahmen für Mutter und Mutter-Kind bzw. Vater-Kind sowie pflegende Angehörige, die Kurmaßnahme in den 76 vom MGW anerkannten Kliniken und die Nachsorgeangebote vor Ort. Die Stiftung steht unter der Schirmherrschaft der Frau des Bundespräsidenten, Elke Bündenbender. Das Müttergenesungswerk benötigt Spenden, z.B. zur Unterstützung bedürftiger Mütter und ihrer Kinder bei der Durchführung einer Kurmaßnahme, für Beratung und Nachsorgeangebote sowie für Informations- und Aufklärungsarbeit.