

Das ganze Jahr für Mütter im Einsatz

Die Angebote der Müttergenesung helfen nicht nur am Muttertag

Freiburg, 08.05.2017 – **Ständiger Zeitdruck, zunehmende Erschöpfung, wachsende Selbstzweifel – für immer mehr Eltern und besonders für Mütter prägen diese Zustände den Alltag. Da kommt der Muttertag gerade recht, um Müttern zu danken und einen Tag Ruhe zu schenken. "Frauen leisten in vielen Familien Enormes, um Beruf, Familie und Privates zu bewältigen. Aber wer wieder zu Kräften kommen muss, für den reicht ein Tag nicht aus", weiß Margot Jäger von der Katholischen Arbeitsgemeinschaft (KAG) für Müttergenesung. In den 21 Kliniken der KAG wird nach einem frauenspezifischen Konzept gearbeitet. Die Vorsorge- und RehaMaßnahmen sind speziell für Mütter entwickelt und helfen dabei, Belastungen wirksam entgegen zu treten und neue Kraft für den Alltag zu schöpfen.**

"Wir erleben bei Müttern oft vielfältige Gesundheitsstörungen mit tiefer Erschöpfung. Hinzu kommen belastende Lebensumstände und traditionelle Rollenerwartungen bei geringer Anerkennung“, beschreibt Margot Jäger die oftmals schwierige Lage von Frauen und Müttern. In den Mutter-Kind-Kuren und Mütterkuren sind die verschiedenen Therapieelemente speziell auf Mütter abgestimmt. Unter den Teilnehmerinnen entsteht eine schnelle Vertrautheit und soziale Kontakte werden neu erlebt.

Während der Maßnahmen werden verschiedenen Therapiefelder kombiniert: Ärztliche und psychologische Beratung und Behandlungen gehören ebenso dazu, wie aktivierende Sport- und Bewegungsmöglichkeiten, Physiotherapie und Interaktionsangebote für Mütter mit ihren Kindern. Der informelle und therapeutische geleitete Austausch unter den Frauen ist für den Erfolg der Kuren von entscheidender Bedeutung. Margot Jäger: "Wenn Frauen unter sich sind, kann vieles einfacher und offener besprochen werden. Sie können sich in diesem Umfeld so geben, wie sie sind, ohne sich dabei Gedanken machen zu müssen, welche Rollenerwartungen normalerweise an sie gestellt werden." Die Teilnehmerinnen erleben einen Frei- und Ruheraum, um über das eigene Leben mit all seinen Höhen und Tiefen nachzudenken. Sie entwickeln Strategien, wie sie ihre Rolle als Frau und Mutter

- Spezielles Konzept für Mütter
- Mutter-Kind-Kur und Mütterkuren strahlen über den Muttertag hinaus

zukünftig ausfüllen, ohne sich selbst dabei aus dem Blick zu verlieren.

Bei den Angeboten der Müttergenesung erleben die Frauen eine Wertschätzung und Stärkung, die über den Muttertag hinaus ausstrahlt. Bei Fragen zu Mutter-Kind-Kuren oder Mütterkuren hilft das Service-Telefon der KAG unter der Nummer 0180/140 0 140 (3,9 Cent pro Minute aus dem Festnetz) weiter.

Zeichen: 2.554 (inkl. Leerzeichen)

Kontakt für Redaktionen:

Kath. Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung e.V.
Bundesgeschäftsstelle
Margot Jäger, Geschäftsführerin
Karlstraße 40, 79104 Freiburg
Tel.: 0761/ 200-455; Fax: 0761/ 200-11455
E-mail: muettergenesung@caritas.de
www.kag-muettergenesung.de

In der Katholischen Arbeitsgemeinschaft (KAG) Müttergenesung wirken 21 Fachkliniken und über 350 Beratungsstellen mit. Es ist der größte Trägerzusammenschluss innerhalb des Müttergenesungswerks. In den Kliniken der KAG Müttergenesung haben im vergangenen Jahr 33.000 Mütter und Kinder eine Vorsorge und Reha-Maßnahme genutzt.