

## Gepräch ist der erste Schritt – auch mit Maske

***In Corona-Zeiten sind die Beratungsstellen am Wohnort eine wichtige Hilfe bei Mutter-Kind-Kuren***

*Freiburg, 17.08.2020* – Seit Juli können überlastete Eltern und ihre Kinder wieder eine Mutter-Kind-Kur oder eine Mütterkur nutzen. Durch Ausfälle während des Lockdowns und verringerter Kapazität in einigen Fachkliniken sind viele Mütter in Sorge um ihre Maßnahme. „Gerade jetzt sind die Beratungsstellen am Wohnort eine große Stütze“, sagt Lucia Lagoda, Bundesvorsitzende der Katholischen Arbeitsgemeinschaft (KAG) Müttergenesung, dem größten Trägerzusammenschluss im Müttergenesungswerk. Sie empfiehlt betroffenen Müttern und Vätern Kontakt zur örtlichen Beratungsstelle aufzunehmen.

In normalen Zeiten unterstützen die Beratungsstellen bei der Antragstellung und Vorbereitung einer Vorsorge- und Rehamaßnahme der Müttergenesung. Nach der dreiwöchigen Kur in der Fachklinik sorgen die Beraterinnen zudem dafür, dass der Erfolg nachhaltig bleibt. Sie begleiten die Frauen weiter und vermitteln bei Bedarf lokale Angebote. In der aktuellen Situation ist jetzt eine neue Aufgabe hingekommen: Verschiebt sich der Beginn einer geplanten Maßnahme oder ist eventuell erst in mehr als einem dreiviertel Jahr ein Platz frei, helfen die Beraterinnen beim Überbrücken.

„Durch unsere langjährige Arbeit kennen wir die verschiedenen Angebote zum Beispiel der Caritas oder von anderen kirchlichen Trägern, Sportvereinen und Selbsthilfegruppen. Um die Frauen bei akuten Problemen direkt zu unterstützen, stellen wir jetzt schon oft vor der Mutter-Kind-Kur einen Kontakt her“, erklärt Christina Lerch. Sie ist Beraterin der Caritas Bielefeld, einer der bundesweit über 320 Beratungsstellen im Netzwerk der KAG. Das Vermitteln von Angeboten vor Ort ist eine Möglichkeit, um auch kurzfristig Entlastung und Stabilisierung zu schaffen und die Frauen in der Wartezeit zur Vorsorge- und Rehamaßnahme weiter zu begleiten. Dank des Kontakts zu den Kliniken, sind die Beraterinnen auch über kurzfristig frei gewordene Plätze informiert.

Die Beratungsstellen arbeiten mit Hygiene- und Sicherheitskonzepten. „Durch genaue Terminvergabe gibt es keine Wartezeiten. Ich hole die Mütter nach der Anmeldung ab und wir können meist direkt zu mir durchgehen“, sagt Lerch. Im Gespräch wird auf Abstand geachtet und Masken sind Pflicht. Trotzdem entstehe meist nach kurzer Zeit eine emotionale Nähe, weil die Frauen einen geschützten Raum mit einer erfahrenen Zuhörerinnen erleben. „Es ist ja oft das erste Mal, dass die Frauen über ihre Probleme sprechen. Sie spüren, dass es ihnen guttut“, so Lerch weiter.

- ▶ Beratung für Mutter-Kind-Kuren mit Hygiene- und Sicherheitskonzept
- ▶ Ansprechpartnerin vor Ort ist in Corona-Zeiten besonders wichtig
- ▶ Lokale Angebote überbrücken die Wartezeit

Die erfahrene Gesundheitswissenschaftlerin weiß, dass das Sich-Öffnen der erste Schritt zu einer Verbesserung und Stärkung der eigenen Gesundheit ist. Darum ist für Christina Lerch das ausführliche Gespräch so wichtig. Die Stärke des Telefongesprächs, einer Videokonferenz oder der Online-Beratung sieht sie im Informationsaustausch. Zum Beispiel lasse sich ein Antrag für eine Maßnahme mit telefonischer Beratung ausfüllen. Doch das ersetze nicht den direkten Kontakt, so Lerch. „Belastungen zu benennen und zu überlegen, wo ich eine Veränderung will, hat eine wichtige Funktion“. Mit Hygiene- und Schutzmaßnahmen sorgen die Beratungsstellen dafür, dass dies auch in den kommenden Monaten möglich ist und Frauen frühzeitig Hilfe erhalten.

Die Beratungsstellen der KAG bieten eine gemeinsame Hotline für Erst-Informationen an: 0180/140 0 140 (3,9 Cent pro Minute aus dem Festnetz).

Zeichen: 3.226 (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](mailto:muettergenesung@caritas.de), [www.kag-muettergenesung.de](http://www.kag-muettergenesung.de)

In der Katholischen Arbeitsgemeinschaft (KAG) Müttergenesung wirken 21 Fachkliniken und über 320 Beratungsstellen mit. Es ist der größte Trägerzusammenschluss innerhalb des Müttergenesungswerks. In den Kliniken der KAG Müttergenesung haben im vergangenen Jahr 32.000 Mütter und Kinder eine Vorsorge und Reha-Maßnahme genutzt.