



< Die Kurberaterinnen machen sich regelmäßig selbst ein Bild von den Fachkliniken der Müttergenesung. Hier sind sie auf Norderney in »Maria am Meer«.

Viele kfd-Mitglieder sammeln rund um den Muttertag – so wie hier die kfd St. Johann Baptist in Bad Honnef.

∨



Muttertag ist
Müttergene-
sungstag!

Sie helfen zu helfen

kfd-Frauen sind Lobby für Familiengesundheit

»Wenn wir Sie nicht hätten ...« – so wandte sich schon vor Jahren Marlies Gemein, die Geschäftsführerin der Müttergenesung Köln in einem Dankesbrief an die vielen ehrenamtlichen Spendensammlerinnen, die jedes Jahr rund um den Muttertag für den guten Zweck unterwegs sind. Diesen Satz würde sie immer noch genauso unterschreiben und auch wie damals fortsetzen »... ohne Sie könnten wir nicht helfen.«

Etwa 1500 Freiwillige sammeln im Erzbistum Köln jedes Jahr und das Ergebnis kann sich sehen lassen. So kamen in den letzten zehn Jahren mehr als eine Million Euro für die Müttergenesung zusammen. Das ist bundesweit Spitze; nirgendwo werden so viele Spenden für diesen Zweck gesammelt. Und dieser Erfolg ist maßgeblich der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands im Erzbistum Köln zu verdanken. Der Diözesanverband ist seit mehr als neun Jahrzehnten eng verbunden mit der Müttergenesung. So gründeten kfd-Frauen 1922 in Rhöndorf am Rhein das erste Haus der »Müttererholung«, wie es damals noch hieß. Seither stellt der Verband auch immer die ehrenamt-

liche Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft Müttergenesung im Erzbistum Köln. In vielen der rund 500 Ortsgruppen gibt es Verantwortliche, die die jährliche Sammlung für Müttergenesung rund um den Muttertag organisieren und viele kfd-Mitglieder, die dafür sorgen, dass die Sammelbüchsen voll werden. Rund 2000 davon sind im Umlauf. Nicht gezählt die vielen Kollekten in Gottesdiensten oder andere Sammelaktionen für die Frauen, die ohne finanzielle Unterstützung nicht in Kur fahren könnten.

»Ohne die vielen kfd-Frauen, die sich in ihren Ortsgruppen und in ihren Pfarreien für die Arbeit der Müttergenesung nicht nur rund um Muttertag einsetzen, würde uns viel fehlen«, sagt Marlies Gemein. »Es geht nicht nur um Geld. Genauso wichtig ist aber auch das Bewusstsein, das hinter dem Engagement steht.« Diese Frauen wissen, dass Familien auch eine Lobby in der Gesundheitspolitik brauchen. »Dass heute Mütter-Kind-Kuren und Mütterkuren Pflichtleistungen der Krankenkassen sind, das haben wir auch diesem großen Frauenverband zu verdanken!«



kuren

Gin und Titus oder das Wasser

Tiergestützte Therapie und Kneippen heilen Eltern und Kinder

»Die Kinder lieben das Wasser, sie haben ein natürliches Gefühl für das, was ihnen gut tut!«, beschreibt Kneipp-Therapeutin Elfriede Schmid, wie ihre kleinen Patienten auf die traditionellen Kneippanwendungen im Familien&Kind-Haus in Bad Wörishofen reagieren. Auch in der Mutter-Kind-Klinik St. Ursula in Winterberg schwört man auf einen Therapieansatz, der eher ungewöhnlich ist. Hier helfen die beiden Therapiehunde Gin und Titus Müttern und Kindern gesund zu werden.

In Bad Wörishofen sind es die lange bewährten, naturheilkundlichen Methoden von Gesundheitspfarrer Sebastian Kneipp, der Ende des 19. Jahrhunderts die Wasserkur mit kalten Waschungen, Wechselgüssen, Fuß- und Armbädern oder kalten Wickeln populär gemacht hat. Damit werden das Immun- und das Herz-Kreislauf-System gestärkt, denn die Wasseranwendungen trainieren Körper und Seele gleichermaßen, berichtet Bademeisterin Schmid. Die Anwendungen wirken zum Beispiel auf unruhige Kinder ausgleichend. Eine abendliche Waschung mit kaltem Wasser kurz vor dem Schlafengehen hilft beim Einschlafen und sorgt für gesunden Tiefschlaf, in dem die Kinder ihre Erlebnisse und Reize vom Tag verarbeiten können. Dazu wird der Körper mit einem dünnen Leinewaschlappen von Kopf bis Fuß mit 18–20 Grad kaltem Wasser aus dem Wasserhahn abgerieben. Noch feucht wird in den Schlafanzug geschlüpft. Durch den Kältereiz entsteht Verdunstungswärme und diese Wärme lässt in einen tiefen, entspannenden Schlaf fallen.

Die Freude an den Anwendungen übertragen die Kinder oft auch auf ihre Mütter oder Väter, mit denen

sie zusammen in Bad Wörishofen kuren. »Die Kinder sind so begeistert, dass sie die Eltern mitziehen«, ist die Erfahrung von Hausleiter Thomas Hilzensauer. Die Erwachsenen erlebten nicht nur am eigenen Leib wie gut ihnen die Kneipp'schen Anwendungen tun. Sie sähen auch, wie sie mit einfachen Mitteln ihre Gesundheit und die ihrer Kinder stärken könnten. So könnten zum Beispiel Infekte schnell und wirkungsvoll gelindert werden, und das ohne großen Aufwand – ein wichtiger Vorteil im Alltag mit Kindern. Wie, das lernen die Erwachsenen noch in der Kur. Sie erfahren, wie sie sich zu Hause weiter nach den Prinzipien von Kneipp gut erholen und Stress abbauen können. Ganz natürlich, mit Hilfe von Wasser, Heilpflanzen, der richtigen Ernährung und Bewegung. In der familiären Atmosphäre der kleinen Fachklinik gelingt das besonders gut. Nur elf Erwachsene und 18 bis 20 Kinder durchlaufen jeweils einen dreiwöchigen Kurdurchgang. »Das hat viele Vorteile«, sagt Hilzensauer, der als Sozialpädagoge auch die psychosozialen Angebote begleitet. »Die Gruppenatmosphäre ist gut, weil man sich untereinander wirklich kennenlernen und unser Team auf jede einzelne Person eingehen kann.«

In der Müttergenesungsklinik St. Ursula gehören die beiden Berner Sennenhunde Gin und Titus mit zum Team. Hunde und Therapeutin bilden in der tiergestützten Therapie ein Team. »Sie sind wie eine Brücke zu Müttern und Kindern«, sagt Klinikleiterin Karin Krohn. Die Hunde zeigen den Müttern durch ihre unmittelbaren Reaktionen, wie sie auch ihrem Kind eine Richtung geben könnten. Denn ohne klare, eindeutige Anweisungen macht der Hund nicht, was er machen soll. Eine Situation, die viele Eltern auch aus

< Die beiden Therapiehunde Gin und Titus unterstützen die Therapeutinnen in der Müttergenesungsklinik St. Ursula Winterberg. Die Kinder lieben den Umgang mit den Tieren und lernen wie ihre Mütter viel über sich selbst.

> Die Kinder sind begeisterte Kneippgäste des Familien&Kindhauses in Bad Wörishofen. Mit altbewährten Wassergüssen und -bädern wird der Kreislauf auf Trab gebracht und das Immunsystem gestärkt.



Erziehungsschwierigkeiten mit ihren Kindern kennen. Sie erklären, sie geben sich ganz viel Mühe, sie werden wütend und sauer, aber ihre Kinder wissen nicht, was von ihnen erwartet wird. Und dann tun sie eben das, was sie am liebsten gerade tun möchten – so wie es eben auch Hunde tun, die nicht richtig angeleitet und geführt werden. In der Therapieeinheit »Erziehungshaltung« wird mit Hilfe der Hunde eingeübt, wie die Mütter den richtigen Weg zu ihren Kindern finden, sie anleiten können. Zum Beispiel ist es wichtig, ein Kind anzusehen, wenn man etwas von ihm möchte. Anders fühlt es sich nicht angesprochen, genauso wenig wie ein Hund, der nicht reagieren würde.

Ganz besonders wichtig aber sind Gin und Titus als Zuhörer und Tröster. Sie setzen sich oft von selbst zu einem Kind oder einer Mutter, denn »sie spüren ganz deutlich, wenn jemand Unterstützung braucht und sind dann einfach da«, erklärt Therapeutin Elisabeth Kupitz. Anders als Menschen bewerten und verurteilen die Hunde nicht, sondern zeigen Schwanz wedelnd ihre Zuneigung und haben nichts gegen Kuschneln.

In der Trauerarbeit, die einer der Schwerpunkte in

St. Ursula ist, zeigt sich, was die Hunde können. Was man einem Menschen nicht erzählen kann, Gin und Titus dürfen es hören. Es öffnen sich die Schleusen und irgendwann kann dann auch ein Therapiegespräch helfen und fortführen, was so begonnen hat.

»Kinder entwickeln mehr Selbstwertgefühl«, erklärt Krohn, weil sie die Erfahrung machen: »Ich bin verlässlich, ich kann mich um einen Hund kümmern.« Dafür treffen Therapeutin und Kind eine Vereinbarung, an die es sich unbedingt halten muss, zum Beispiel den Hund jeden Tag um eine bestimmte Uhrzeit füttern. Das Kind weiß, dass es Gin oder Titus schlecht geht, wenn es das nicht tut und lernt etwas regelmäßig zu tun. Für das Verhältnis in der Familie ist das gut – erleben doch auch die Mütter, was ihr Kind kann und entwickeln ein anderes, positiveres Verhältnis zu ihm.

Beide Therapieformen, ob Kneipp'sche Anwendungen oder tiergestützte Therapie, zeigen, was in Mutter-Kind-Kliniken geleistet wird: Körper und Seele sind gestärkt, der Weg zu einem gesünderen und glücklicheren Leben mit und in der Familie ist geebnet.

Sabine Schleiden-Hecking

kleine hilfe : großer segen

Die 28-jährige Ines und ihr 40-jähriger Mann Hanno kommen zwar nur gerade so über die Runden mit ihren beiden Zwillingspärchen, 8 und anderthalb Jahre alt. Normalerweise würden sie keine finanzielle Hilfe annehmen. Das war anders, als die sehr erschöpfte Ines mit den vier Kindern in eine Mutter-Kind-Kur fahren sollte. Sie war fix und fertig und alle Kinder litten unter häufigen Atemwegsinfek-

ten. Zwar hat die Mutter-Kind-Klinik ein wirklich gutes Kleinkinderkonzept, aber mit vier Kindern gleichzeitig in Kur, das ist wirklich schwierig. Die Müttergenesung fand jedoch eine Lösung: Die Klinik nahm Ines' Mutter zu einem Sonderpreis mit auf. Sie kümmerte sich mit um ihre Enkelkinder und entlastete damit ihre Tochter so, dass sie sich gut erholen konnte. Die Kosten für Vollpension und auch

das Bahnticket konnten aus Spenden bezahlt werden. Für Fälle wie diesen braucht die Müttergenesung jährlich etwa 2000 Euro Spenden. Bitte spenden Sie!

Spendenkonto:
IBAN: DE30370601930016718017
BIC: GENODED1PAX
Stichwort:
Individuelle Hilfen



Beratung

Wir sind ganz in Ihrer Nähe: Alle Adressen und Telefonnummern unserer Beratungsstellen finden Sie auf unserer Website: www.muettergenesung-koeln.de oder rufen Sie uns an: 0221 /1642-7251.

Bilderbogen 2016



Anlässlich eines runden Geburtstages konnte eine Einzelspende von 5000 Euro (Geld statt Geschenke) verbucht werden: eine große und hoch willkommene Überraschung.



Auch eine schwere Tür hat nur einen kleinen Schlüssel nötig. Charles Dickens

»Auch eine schwere Tür hat nur einen kleinen Schlüssel nötig«. Diese Postkarte mit dem Dickenszitat kann gerne bestellt werden. Sie gehört mit zu den Werbemitteln, die wir für Ehrenamtliche zur Verfügung stellen. Anruf genügt!



Danke für die Unterstützung an unsere Fachklinik Maria am Meer auf Norderey. Mit den Fotos, die im vergangenen Frühjahr dort entstanden sind, können wir zeigen, was eine Kur bedeutet.

KAG Müttergenesung.

Herausgeberin:

Katholische Arbeitsgemeinschaft
Müttergenesung im Erzbistum Köln
Marzellenstraße 32
50668 Köln

Wir sind eine Einrichtung des Erzbistums Köln.

Telefon: 0221 /1642-72 51

E-Mail: info@muettergenesung-koeln.de
www.muettergenesung-koeln.de
www.facebook.com/muettergenesung.koeln

Redaktion: Marlies Gemein (verantwortlich),
Sabine Schleiden-Hecking / shmedien

Fotos: Kathrin Becker, Katharina Hirt, Mutter-Kind-
Klinik St. Ursula Winterberg, Familien&Kindhaus
Bad Wörishofen, Claudia Hautumm/pixelio.de,
privat

Gestaltung: dyadesign, Düsseldorf

Druckerei: Albersdruck, Düsseldorf

Wir danken allen unseren großen und kleinen Models, die sich für Fotos für diese Ausgabe zur Verfügung gestellt haben. Sie sind nicht identisch mit Personen, deren Fälle geschildert werden.

 ERZBISTUM KÖLN



Spendenkonto
IBAN: DE30370601930016718017
BIC: GENODED1PAX

Mehr ehrenamtliche Kurlotsinnen

Der Caritasverband Rhein-Sieg-Kreis setzt nach dem erfolgreichen Start 2015 weitere ehrenamtliche Kurlotsinnen ein. Ausgebildet wurden sie von Ellen Schumacher, Mitarbeiterin der KAG Müttergenesung. Die Kurlotsinnen geben erste Informationen zu den Kurmaßnahmen in Familienzentren oder in den so genannten Lotsenpunkten in Bornheim, Troisdorf und Much. So müssen Ratsuchende aus dem Rhein-Sieg-Kreis nicht weit fahren, um sich informieren zu können. Informationen zu den Standorten und Terminen gibt Kurberaterin Elfriede Hemmersbach, Kurberatungsstelle Siegburg.

Danke an Daniela Schadt

Die Müttergenesung Köln dankt Daniela Schadt, die vier Jahre lang Schirmherrin des Deutschen Müttergenesungswerkes war. »Es ist gut, dass die oberste Dame des Staates Lobbyarbeit für Familien macht und wir freuen uns schon auf die nächste Schirmherrin«, sagt Marlies Gemein zum Abschied von Daniela Schadt.

Traditionelle Sammlung im Mai

In diesem Jahr ist die jährliche Haus- und Straßensammlung für das Müttergenesungswerk in Nordrhein-Westfalen vom 6.–21. Mai und in Rheinland-Pfalz vom 12.–21. Mai. Kollekten und Spendenaktionen für die KAG Müttergenesung im Erzbistum Köln sind das ganze Jahr über möglich.