

Information zur Mutter/Vater-Kind-Kur

1. Ihre Schritte zur Antragstellung

- Sie benötigen für jede Person, die an der Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahme teilnehmen soll, egal ob erkrankt oder nicht, ein eigenes ärztliches Attest. Lassen Sie die Atteste vom Haus- oder Facharzt bzw. Kinderarzt ausfüllen. Füllen Sie ebenfalls alle mitgesandten Unterlagen aus. Für die Selbstauskunftsbögen finden Sie eine extra Erklärung.

Wenn Sie alle Unterlagen zusammengetragen haben, fertigen Sie zwei Kopien von allen Unterlagen an und senden Sie folgende Unterlagen an:

Krankenkasse

- Anschreiben (selbständig, formlos erstellen und das Kurhaus und den Kurtermin benennen)
- die ärztlichen Atteste im Original
- die Selbstauskunftsbögen im Original, in einem extra verschlossenen Umschlag

Beratungsstelle

- eine Kopie aller Unterlagen
- eine Kopie des Anschreibens an die Krankenkasse
- auf dem Patientenbogen vermerken Sie Ihr Wunschkurhaus/Wunschtermin

oder

Die Beratungsstelle übernimmt für Sie den Versand der Unterlagen und die Reservierung eines Kurhauses. Bei Fragen helfen Ihnen unsere Beraterinnen in den Beratungsstellen weiter. Diese sind mit dem Antragsverfahren und den Kurhäusern vertraut. Dazu vereinbaren Sie bitte einen Termin in der Beratungsstelle.

- **Wenn die Kostenzusage da ist, senden Sie diese bitte in Kopie oder per Mail an die Beratungsstelle.**
- Bei Ablehnung erhalten Sie Hilfe beim Widerspruch.

2. Allgemeine Bestimmungen

- Gesetzlich geregelt, dass jede Mutter einen Anspruch auf Mutter-Kind-Kur hat
- Antragsstellung alle 4 Jahre möglich
- Kurdauer 21 Tage
- Kosten 220,00 € oder Befreiung von Zuzahlung
- Lohnfortzahlung, wie bei einer Krankschreibung
- Freistellung von Arbeit ist wie Krankschreibung
- Fahrtkosten: bei Anreise mit Auto gibt es eine Kilometerpauschale und bei Anreise mit Zug zahlen Sie einen Eigenanteil von 5-10 €, besonderer Service bei Barmer/TK: Kasse besorgt die Fahrkarten, nur Zugverbindung angeben
- Taschengeld einplanen ca. 150,00 € für: Kreativangebote, Fahrradausleihen, Angebote in der Kinderbetreuung, Ausleihe von Spielen, Kautionen für Telefon, Fernseher etc., Shuttleservice vom Bahnhof ins Kurhaus (nur in manchen Häusern), Ausflüge

3. Was passiert bei der Kur?

- Sie erhalten einen Therapieplan, der Anwendungen, Termine, Gespräche, sportliche Aktivitäten usw. enthält. Dabei sind folgende Ziele:
- Körperlich und seelisch ins Gleichgewicht kommen
- Ruhe und Entspannung, bestimmte Techniken erlernen
- Körperliche Stärkung durch Sport, Physiotherapie
- Praktische Anregungen für den Alltag
- „es kann etwas in Gang gesetzt werden“
- Probleme können nicht gelöst werden, sondern Sie erhalten Anstöße, Hilfestellungen etc. um bestimmte Probleme in Angriff zu nehmen,

4. Kurabläufe

- Einladungspapiere erhalten Sie 4-6 Wochen vor Kurantritt
- Bei Anreise: ersten beiden Tage Untersuchungen und Gespräche, Atteste und Selbstauskunftsbögen sind schon im Kurhaus
- Therapieplan einhalten, mögliche Unterbrechungen bei Krankheit der Kinder, eigene Krankheit oder wenn der Therapieplan zu voll ist, dann Absprache mit Personal
- Wenn freie Zeiten im Plan, dann diese unbedingt für sich nutzen (Buch, Spazieren gehen, Strickzeug etc.)
- Bei Terminen für die therapiebedürftigen Kinder kümmert sich die Kinderbetreuung/der Therapeut

Mahlzeiten:

- gemeinsame Mahlzeiten mit dem Kind im Speisesaal meistens abends, manchmal auch früh,
- mittags essen Sie immer getrennt vom Kind. Ausnahmen können die Kinder von 0-3 jährigen sein.
- Gemeinsame Mahlzeiten mit Kind im Speisesaal bedeuten meist Stress bzw. hoher Lärmpegel im Speiseraum.

Kinderbetreuung:

- Je nach Konzept des Kurhauses
- Kinder werden in der Kinderbetreuung nach Alter gestaffelt, die 0-3jährigen werden zum Schlafen von der Mutter geholt, zum Teil auch schon zu den Mahlzeiten.

5. Schulbegleitender Unterricht

Info an Schule:

- Begleitkinder bedürfen einer Freistellung vom Schulamt, dies wird in der Regel über die Schule organisiert.
- Therapiebedürftige Kinder sind freigestellt wie bei einer Krankschreibung.
- Unterricht wird vom Zeitumfang unterschiedlich gehandhabt, Absprachen vorher mit den Lehrern zu Hause, Materialien mitnehmen, dann Absprache mit Lehrerin im Kurhaus

6. Unsere Empfehlung, mitzunehmen

- ein bis zwei Schlüsselbänder für den Schlüssel
- ein Beutel oder Tasche für Handtücher, Turnschuhe, Trinkflasche, dicke Socken
- Tee und ein kleines Päckchen Kaffee für den Eigenbedarf zwischendurch
- Waschpulver für vorhandene Waschmaschinen (s. Einladungspapiere)