



**Siz de anne ya da anne-çocuk
küründen yararlanabilirsiniz**

**Курортно-санаторное лечение для
матерей (без детей) или для матери
и ребенка – также для Вас**

**Mother care or mother and child
care – available to you too**

**Mütter- und Mutter-Kind-Kuren
auch für Sie**



Elly Heuss-Knapp-Stiftung
Müttergenesungswerk

Siz de anne ya da anne-çocuk küründen yararlanabilirsiniz

Almanya'da bir sađlık önlemi olarak tüm anneler veya anne ve çocuklar için kür tedavisi olanađı vardır.

Kadınlara ve annelere özel bu kürler Anne Sađlığı Kuruluşu tarafından 1950 yılından beri sunulmaktadır. Bu olanađı anneler ya çocukları ile birlikte veya yalnız kendileri için kullanabilirler.



Tüm Almanya çapında Anne Sađlık Kuruluşu tarafından kabul edilen 85'in üzerinde kür evi mevcuttur.

Bir kür tedavisi yaklaşık 3 hafta sürer ve doktorunuzun kür tedavisinin gerekli olduđuna dair vereceđi rapordan sonra hastalık sigortanız tarafından onaylanır ve ödenir.

Bir anne veya anne-çocuk kür tedavisi ne zaman gereklidir?

Çođu anneler günlük aile yaşamındaki gerginliklerden dolayı hastalanmaktadır. Aşağıdaki şikayetler annelerin sađlık sorunları için tipik örneklerdir:

Sık baş ağrıları, uykusuzluk, bel ağrıları, yorgunluk ve halsizlik, çok sık sođuk algınlığı vb.

Biz size kr öncesi ve sonrasında da destek oluyoruz

Anne Saęlık Kuruluđu'nun danıřma merkezleri size her türlü formalitede yardımcı olurlar. Kr için nasıl müracaat edilir, nasıl bir saęlık raporu almanız gerekli, hangi kr evi uygun, ailenizin evde yardıma ihtiyaı var mı vb. – krden sonra günlük yařam da dahil – sorularınıza yanıt alabilirsiniz.

Anne Saęlık Kuruluđu her anneye yardım eder ve destek olur.

Курортно-санаторное лечение для матерей (без детей) или для матери и ребенка – также для Вас

В Германии в качестве оздоровительного мероприятия всем матерям предлагается санаторное лечение как без детей, так и с детьми.

С 1950 года «Общество охраны здоровья матерей» предлагает специальные курсы санаторного лечения для матерей, на



которые можно поехать как без детей, так и с детьми.

В разных уголках Германии расположено 85 санаториев и домов отдыха, признанных «Обществом охраны здоровья матерей».

Курс лечения длится 3 недели. Касса медицинского страхования одобряет и оплачивает его в том случае, если Ваш лечащий врач письменно засвидетельствует его необходимость.



Когда целесообразно пройти курс санаторного лечения для матерей (без детей) или для матери и ребенка?

Многие женщины-матери подвержены в быту значительным перегрузкам, что приводит к различным заболеваниям. Характерными примерами являются жалобы на частую головную боль, нарушения сна, боли в спине, усталость и угнетенное состояние, частые простуды и т.д.

Мы окажем Вам помощь как до, так и после санаторного лечения

В консультационных пунктах «Общества охраны здоровья матерей» Вам помогут словом и делом: проконсультируют, как подать заявление на



санаторное лечение, какое врачебное заключение Вам необходимо, какой санаторий Вам подходит, нужна ли Вашей семье помощь на дому и т.д. – также и в повседневной жизни после санаторного лечения.

В «Обществе охраны здоровья матерей» всем матерям будет оказана помощь и поддержка.

Mother care or mother and child care – available to you too

Mother care or mother and child care is available to all mothers in Germany as a health measure.

The Müttergenesungswerk, an association for the convalescence of mothers, has been providing convalescent care specifically for women and mothers since 1950: either as “mother care“ for mothers only who come without their children or “mother and child care” for mothers together with her children.

There are 85 health resorts recognised by the association scattered all over Germany. Treatment at such a resort lasts 3 weeks and your health insurer will grant and pay for it if your doctor certifies that you need it.

When can such care for mothers or mother and child be beneficial?

Many mothers become ill because of the pressures and strains of everyday family life. The following ailments are typical examples of health problems that mothers experience: frequent headaches, sleep disorders, backache, exhaustion and feeling depressed, a lot of colds, etc.

We can support you before and after the treatment

The Müttergenesungswerk's advice centres can help and advise you regarding all the formalities: how you apply, what kind of medical certificate you need, which health resort may be considered, whether your family requires help at home, etc. – in everyday life after the treatment as well.

All mothers will get help and support at the Müttergenesungswerk.



Mütterkur oder Mutter-Kind-Kur auch für Sie

In Deutschland gibt es für alle Mütter das Angebot einer Mütterkur oder Mutter-Kind-Kur als Gesundheitsmaßnahme.

Das Müttergenesungswerk bietet seit 1950 diese frauen- und mütterspezifischen Kuren an: entweder als Mütterkur für Frauen, die ohne Kinder fahren oder als Mutter-Kind-Kur für Frauen gemeinsam mit ihren Kindern.

85 vom Müttergenesungswerk anerkannte Kureinrichtungen gibt es verstreut über das gesamte Bundesgebiet.

Eine Kur dauert 3 Wochen und wird von der Krankenkasse genehmigt und bezahlt, wenn Ihr Arzt/Ärztin die Notwendigkeit attestiert.

Wann hilft eine Mütter- oder Mutter-Kind-Kur?

Viele Mütter werden durch die Belastungen im Familienalltag krank. Folgende Beschwerden sind typische Beispiele für Gesundheitsprobleme von Müttern:

häufige Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Rückenschmerzen, Erschöpfung und Niedergeschlagenheit, viele Erkältungen usw.

Wir unterstützen Sie vor und nach der Kur

Die Beratungsstellen des Müttergenesungswerks helfen Ihnen und beraten Sie bei allen Formalitäten: wie Sie einen Antrag stellen, was für ein Attest Sie brauchen, welches Kurhaus in Frage kommt, ob Ihre Familie zu Hause Hilfe benötigt usw. – auch nach der Kur im Alltag.

Beim Müttergenesungswerk finden alle Mütter Hilfe und Unterstützung.

Kontakt adresleri | Контакт Contact | Kontakt

Tüm danışma merkezlerimizi telefon rehberinde aşağıdaki adresler altında bulabilirsiniz:

Все наши консультационные пункты Вы найдете в телефонном справочнике в объявлениях следующих благотворительных организаций:

You can find all our advice centres in the telephone book under:

Alle Beratungsstellen finden Sie im Telefonbuch unter:

Arbeiterwohlfahrt, Der Paritätische Wohlfahrtsverband Deutsches Rotes Kreuz, Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung e. V. (Diakonie), Katholische Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung e. V. (Caritas)

**Deutsches Müttergenesungswerk
Elly Heuss-Knapp-Stiftung
Bergstraße 63 | 10115 Berlin
Kurtelefon 030 / 33 00 29-29
www.muettergenesungswerk.de**

Stempel Beratungsstelle