

Mutter-Kind- und Vater-Kind-Kuren 2020

Kennen Sie den Spagat zwischen Kindererziehung, Haushalt und Beruf? Die Belastungen des Bundeswehrlebens mit Trennungszeiten, Ängsten und Sorgen um den Partner? Diese Herausforderungen können enormen Stress auslösen und krank machen. Partner/in eines Soldaten/einer Soldatin oder Bundeswehrangehörige selbst, die Abstand vom Alltag sowie Erholung dringend benötigen, können eine Kur wahrnehmen.

Die KAS bietet gemeinsam mit dem DRK-Zentrum für Gesundheit und Familie, Elly Heuss-Knapp-Haus in Plön spezielle Maßnahmen an: Eltern- und Mutter-/ Vater-Kind-Kuren für zivile Partnerinnen und Partner, Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr.

Angebote im Detail



Foto: DRK Zentrum für Familie und Gesundheit

Eltern-Kind-Kuren für Soldatinnen und Soldaten/

Soldatenfamilien

Soldatinnen und Soldaten in Familienverantwortung sind oft einer überdurchschnittlichen Belastung ausgesetzt. Die beruflichen Anforderungen und der Wunsch, der Familie gerecht zu werden, können eine Stressspirale auslösen und zu gesundheitlichen Störungen führen. Zur Verbesserung und Stabilisierung von Gesundheit und Psyche bieten wir im Rahmen einer Eltern-Kind-Kur diverse indikationsbezogene Therapien sowie Impulse zur Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung. Gespräche unter psychologischer Leitung thematisieren Anliegen wie den Umgang mit Familienkonflikten, das „Wieder-in-der-Familie-ankommen“ und geben neue Ansätze für die Partnerschaft.

Partner im Einsatz – Mutter-/ Vater-Kind-Kuren für Partner/innen von Soldat/innen

Auslandseinsätze bedeuten für das Elternteil und die Kinder zuhause eine gravierende Neuausrichtung im Familienalltag. Ein Elternteil trägt nun die Hauptrolle, organisiert den Alltag, trifft Entscheidungen und ist darüber hinaus noch eine starke Stütze für die Kinder. Die anhaltende Belastung kann die Gesundheit erheblich beeinträchtigen. Hier setzt die Kurmaßnahme an. Ein wichtiger Bestandteil der Kur ist der Gesprächskreis „Partner im Einsatz“, der trennungsspezifische Themen wie den Umgang mit dem Alleinsein, der Alleinverantwortung und mit Sorgen und Ängsten aufgreift und die Möglichkeit bietet, sich mit Müttern/ Vätern in gleicher Situation auszutauschen.



Foto: DRK Zentrum für Gesundheit und Familie

In den Kuren erwarten die Teilnehmer Gesprächsgruppen mit bundeswehrrelevanten Themen wie: Fernbeziehung, Auslandseinsatz, Verhalten der Kinder, wenn Papa oder Mama weg ist. Zum Therapieangebot gehören u.a. Sport und Bewegungsangebote, Krafttraining, Entspannungsangebote wie PMR, Vorträge und Schulungen u.a. zu gesunder Ernährung, psychologische und pädagogische Beratung, Angebote zur Förderung der Eltern-Kind-Interaktion.

Unter fachkundiger Leitung haben Sie die Gelegenheit, sich mit anderen Teilnehmern in gleicher Lebenssituation auszutauschen und hilfreiche Strategien für Ihren Alltag zu entwickeln. Lesen Sie den Kur-Programmflyer [hier](#)

Weitere Informationen:

www.mutter-vater-kind-kur.org

www.kas-soldatenbetreuung.de/mutter-vater-kind-kuren/

Anmeldung und Beratung: Tel. 0431 / 5 70 75 30

Die Termine für 2020: 26. Februar bis 18. März 2020 sowie 16. September bis 07. Oktober 2020.