

# Informationen und Kurtermine

Kennen Sie den Spagat zwischen Kindererziehung, Haushalt und Beruf? Die Belastungen des Bundeswehrlebens mit Trennungszeiten, Ängsten und Sorgen um den Partner, die Partnerin und die Familie? Diese Herausforderungen können enormen Stress auslösen und krank machen.

Wenn Sie Partner/-in eines Soldaten, einer Soldatin oder selbst bei der Bundeswehr sind und Abstand vom Alltag sowie Erholung dringend benötigen, ist eine Kur genau das Richtige für Sie!

Die KAS bietet gemeinsam mit dem DRK-Zentrum für Gesundheit und Familie, Elly Heuss-Knapp-Haus in Plön spezielle Maßnahmen an: **Mutter-/ Vater-Kind-Kuren für zivile Partner/-innen und Soldatinnen/Soldaten der Bundeswehr**. Dort erwarten Sie u.a. Gesprächsgruppen mit bundeswehrrelevanten Themen wie: Fernbeziehung, Auslandseinsatz, Verhalten der Kinder, wenn Papa oder Mama weg ist. Auch Sie können in der integrierten Rehaklinik behandelt werden. Weitere Informationen zu der Kurklinik finden Sie unter:

**[www.mutter-vater-kind-kur.org](http://www.mutter-vater-kind-kur.org)**

## **Anmeldung und Beratung:**

DRK-Zentrum für Gesundheit und Familie

Elly Heuss-Knapp-Haus

Ölmühlenallee 6 | 24306 Plön

Mail: [belegungsdisposition-zgf@drk-sh.de](mailto:belegungsdisposition-zgf@drk-sh.de)

[www.mutter-vater-kind-kur.org](http://www.mutter-vater-kind-kur.org)

Hotline:

0431 / 5 70 75 30

**Ausführliche Informationen zu Organisation und Gestaltung der**

**Kuren finden Sie außerdem im Info-Folder rechts zum Download.**

## **Die Kurtermine für das Jahr 2024 stehen fest:**

### **31. Januar – 21. Februar 2024:**

Partner im Einsatz – Angebot für Partnerinnen von Soldaten (Mutter-Kind-Kur)

*für Mütter mit Kindern als Angehörige von Soldaten oder Soldatinnen*

### **4. September – 25. September 2024**

Partner im Einsatz – Angebot für Partner\*innen von Soldat\*innen (Mutter-Kind-Kur oder Vater-Kind-Kur)

*sowohl für Mütter als auch Väter mit Kindern (als Soldaten und Soldatinnen oder als Angehörige von Soldaten und Soldatinnen)*

*Bei den beiden genannten Angeboten handelt es sich um spezielle Schwerpunktkuren in Anlehnung an das ganzheitliche Behandlungskonzept des Elly Heuss-Knapp-Hauses, die die besondere familiäre Situation der Teilnehmenden berücksichtigen. In Gesprächskreisen und/oder Einzelgesprächen werden der Umgang mit dem Alleinsein und mit den Ängsten bei Auslandseinsätzen des Partners bzw. der Partnerin sowie Unsicherheiten über Reaktionen der Kinder auf die berufsbedingte Trennung thematisiert. Therapien, Bewegungs- und Entspannungsangebote stärken die Gesundheit und geben neue Kraft für für die Familie.*