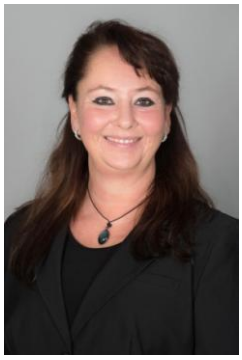
Caritas-Beratungsstelle Erftstadt

„Fenster auf zur Kur“ / (oder Kurberatung der Caritas)

Wenn der Stress zuhause wächst…

Mütter, Väter oder Menschen, die einen Angehörigen pflegen, sind immer für andere da. Bei Berufstätigkeit werden sie zusätzlich im Job gefordert. In diesem Jahr hatten viele den Spagat zwischen Beruf und wegfallender Kinderbetreuung auszuhalten. Die Summe der Belastungen kann so groß werden, dass Überforderung und völlige Erschöpfung drohen. Bei rechtzeitiger Entlastung muss es nicht so weit kommen. Kinder sind oftmals ebenfalls durch zunehmende Anforderungen oder gesundheitliche Einschränkungen belastet, auch sie benötigen vielleicht eine Verschnaufpause, Unterstützung und neue Anregungen.



Hier rät Frau Sabine Walch zum Gang in die Caritas-Beratungsstelle. Die Mitarbeiterin der Stelle kann die Betroffenen beraten und ihnen ganz konkret dabei helfen, eine Kur zu beantragen. Die Beratung ist übrigens kostenlos. Im Gespräch hilft sie zu klären, ob eine Kur im Moment wirklich das Richtige ist, sie kennt die passenden Adressen und das richtige Vorgehen. Nach dem Informationsgespräch ist der nächste Schritt, ein Attest des Hausarztes einzuholen. Dieser verfügt auch über die Formulare, um bei der Krankenkasse eine Kur zu beantragen.

In einem weiteren Termin hilft die Beraterin von der Caritas beim Kurantrag. Gemeinsam wird ein geeignetes Kurhaus gesucht, abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse. Falls die Kur nicht genehmigt werden sollte, hilft die Caritas auch bei einem Widerspruch. Für weitere Fragen bezüglich der Kur z.B. finanzieller Art, wie die Beantragung eines „Taschengeldes“ oder Hilfe beim „Koffergeld“ ist Frau Walch auch die richtige Ansprechpartnerin. Ob Kinder begleit- oder behandlungsbedürftige Kinder sind und ein eigenes Attest vom Kinderarzt benötigen, kann mit ihr rechtzeitig geklärt werden.

Pflegende Angehörige ihrerseits haben kaum Zeit für eigene Termine, müssen ständig Ihre Bedürfnisse hinten anstellen. Ein Einsatz in der Dauerschleife, oft Tag und Nacht und häufig ohne wirkliche Erholung. Eine Auszeit mit neuen Anregungen und Erkenntnissen können im Alltag hilfreich sein und ihre Situation deutlich verbessern. Hier muss gut überlegt und geplant werden, ob der Pflegebedürftige mit in die Kurmaßnahme fahren soll oder anderweitig versorgt wird. Ambulanten Dienste der Caritas bieten zum Beispiel eine vertretungsweise Pflege an oder eine Kurzzeitpflege in einer Einrichtung kann eine Lösung sein, um wieder Kraft schöpfen zu können.

Für alle gilt: Neue Lebensfreude, Stabilisierung der Gesundheit und interessante Anregungen z.B. durch Erlernen von Entspannungstechniken während einer Kur können helfen, den Alltag künftig „anders“ zu strukturieren und die persönliche Situation so nachhaltig verbessern.

Kuren für Mütter/ Mutter oder Vater und Kind/ Pflegende

Caritas-Beratungsstelle Erftstadt
Franz-Busbach-Str. 9 , 50374 Erftstadt-Lechenich
Telefon 02235 6091
Mail: walch@caritas-rhein-erft.de