

## Unsere Beratungsstellen

### Hamburg West

(Altona, Blankenese, Niendorf, Norderstedt, Pinneberg und angrenzende Stadtteile)

Ev. Müttergenesung, Andrea Daum  
Kirchenkreis Hamburg-West / Südholstein  
Garstedter Weg 9, 22453 Hamburg  
Tel. (040) 22 62 29-775  
Fax (040) 22 62 29-799  
andrea.daum@kirchenkreis-hhsh.de

### Hamburg Mitte

(Eimsbüttel, Eppendorf, Winterhude, Langenhorn, Horn, Bergedorf, Geesthacht und angrenzende Stadtteile)

Ev. Müttergenesung, Regina Ohlsen  
Kirchenkreis Hamburg-Ost  
Loogeplatz 14-16, 20249 Hamburg  
Tel. (040) 46 07 93-12  
Fax (040) 46 07 93-15  
r.ohlsen@kirche-hamburg-ost.de

### Hamburg Ost

(Volksdorf, Sasel, Bergstedt, Wandsbek, Barmbek, Poppenbüttel, Farmsen, Rahlstedt, Kreis Stormann und angrenzende Stadtteile)

Ev. Müttergenesung, Ingrid Nottbohm  
Kirchenkreis Hamburg-Ost  
Rockenhof 1, 22359 Hamburg  
Tel. (040) 51 90 00-876  
Fax (040) 51 90 00-830  
mgw-ost@kirche-hamburg-ost.de

### Hamburg Süd

(Harburg, Wilhelmsburg, Veddel, Kirchdorf-Süd, Neugraben, Neuwiedenthal, Landkreis Harburg und angrenzende Stadtteile)

Ev. Müttergenesung, Silke Heeren  
Kirchenkreis Hamburg-Ost / Haus der Kirche  
Hölerlwiete 5, 21073 Hamburg  
Tel. (040) 51 90 00-945  
Fax (040) 51 90 00-981  
mgw-sued@kirche-hamburg-ost.de

## Haben Sie Fragen?

Rufen Sie gerne die Beratungsstelle in Ihrer Nähe an oder schreiben Sie eine E-Mail.

Die Termine und viel Wissenswertes rund um Mütter- und Mutter-Kind-Kuren finden Sie auf unserer Website [www.muettergenesung-hamburg.de](http://www.muettergenesung-hamburg.de)

Alle unsere Beratungen und Informationsveranstaltungen sind kostenlos.

[www.muettergenesung-hamburg.de](http://www.muettergenesung-hamburg.de)



Ev.-Luth. Kirchenkreisverband

Hamburg

Gestaltung: [www.freytag-design.de](http://www.freytag-design.de) | Stand 11/2013  
Fotos: Titel ©detailblick, innen ©loma, beate Fotolia.com

# Ihr Weg zur Kur

Müttergenesung Hamburg  
in der ev.-luth. Kirche



Elly Heuss-Knapp Stiftung  
Müttergenesungswerk

## Gutes für Ihre Gesundheit

**Sie sind erschöpft und ausgebrannt?  
Manchmal denken Sie, der Alltag ist  
nicht mehr zu schaffen?**

Sie fühlen sich durch Mehrfachbelastungen überfordert

- beim Wechsel zwischen Familie und Beruf?
- als allein erziehende Mutter?
- bei der Pflege kranker Angehöriger?
- bei Partnerschafts- und Erziehungsschwierigkeiten?
- in der Verantwortung für Kinder mit Behinderungen?

Sie leiden unter gesundheitlichen oder seelischen Problemen?

Oder Ihre Kinder sind krank, haben zum Beispiel Atemwegs- oder Hauterkrankungen?

## Ihr Weg zur Kur

**Grundsätzlich haben alle Mütter mit minderjährigen Kindern einen gesetzlichen Anspruch auf eine Mutter-Kind- oder Mütter-Kur.**

Die Kosten werden – bis auf einen Eigenanteil – in der Regel von den Krankenkassen übernommen. Dazu muss ein entsprechender Antrag bei den Krankenkassen gestellt werden.

Wir, die Beraterinnen der evangelischen Müttergenesung Hamburg, informieren Sie kostenlos und umfassend und geben die Antragsformulare aus. Dabei beraten wir Sie zu allen Fragen rund um Mütter- und Mutter-Kind-Kuren:

- Was muss ich bei der Antragstellung beachten?
- Wie finde ich die passende Kureinrichtung?
- Wie lege ich Widerspruch bei einer Ablehnung ein?
- Welche Angebote gibt es zur Vorbereitung oder Nachsorge?

## Ev. Müttergenesung Hamburg

Die evangelische Müttergenesung Hamburg gehört zum evangelischen Fachverband für Frauengesundheit e.V. (EVA). Wir beraten unabhängig von Konfession und Herkunft.

Wir vermitteln überwiegend in Kureinrichtungen, die den besonderen Qualitätsstandards des Müttergenesungswerkes entsprechen. Diese Häuser arbeiten nach einem frauenspezifischen und familiengerechten Ansatz. Mit vielen Einrichtungen stehen wir im persönlichen Kontakt.

Unsere Beratung ist individuell und vertraulich. Wir geben aufgrund unserer langjährigen Erfahrung Empfehlungen, welche Kureinrichtungen für wen am besten geeignet sein könnte. Dabei berücksichtigen wir sowohl die Vorgaben der Krankenkassen als auch Ihre gesundheitlichen Bedürfnisse.



## EINE MÜTTERGENESUNGSKUR KANN HELFEN!

*Sie bietet die Chance, drei Wochen lang neue Kräfte zu sammeln und langfristig etwas für Ihre Gesundheit zu tun.*