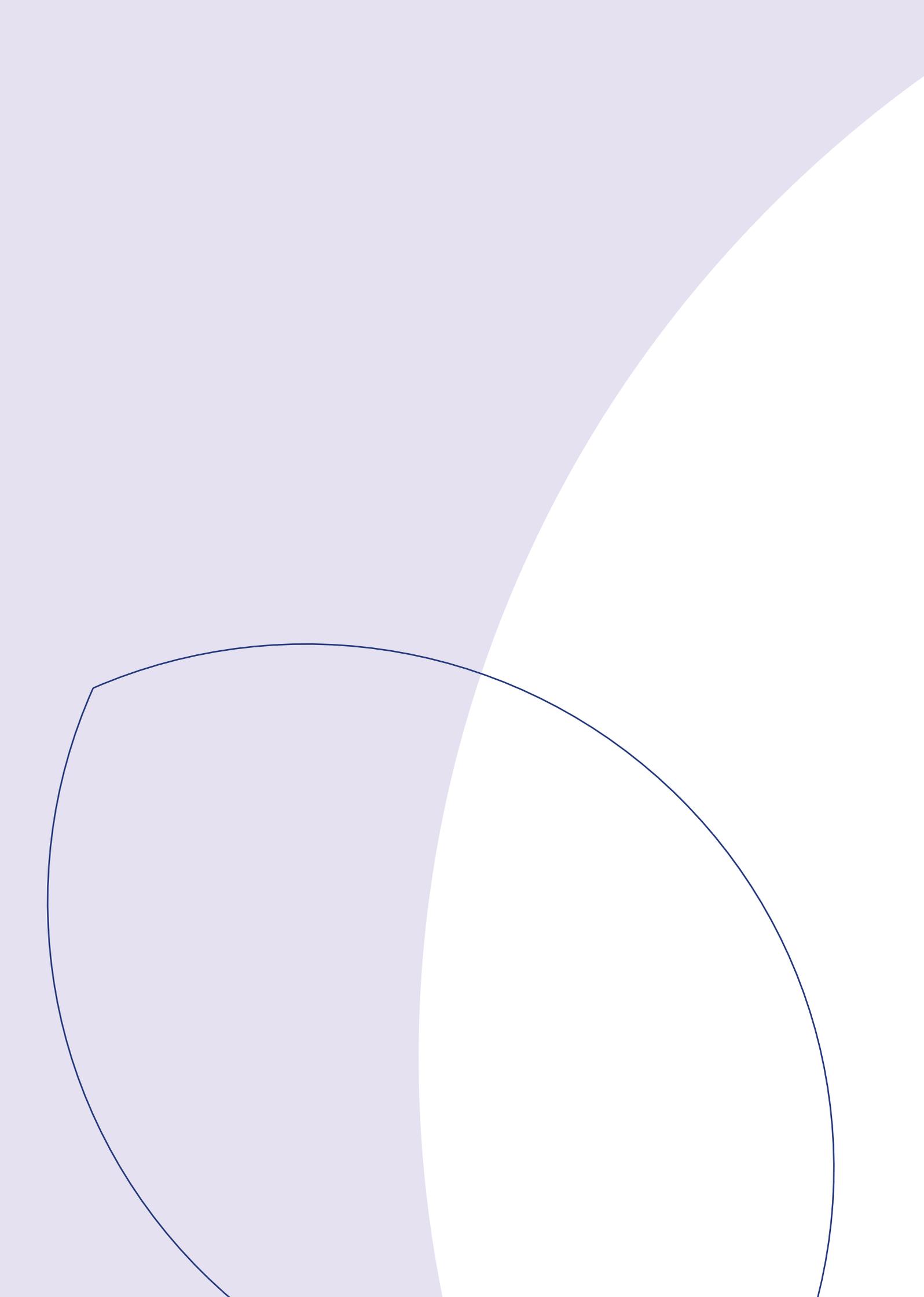


MÜTTER  
GENESUNGS  
WERK



*Jahresbericht 2022*



# Inhalt

## **MGW konkret**

- 2 Grußwort
- 4 Gemeinsam für die Sorgearbeitenden
- 6 Eine starke Stimme für die, die sich unbezahlt um andere kümmern
- 12 Ein typischer Arbeitstag in der Stiftungszentrale
- 16 Heute so aktuell wie zu unserer Gründung

## **Magazin**

- 20 Neuigkeiten aus dem MGW
- 22 „Ein gutes Familienleben zu fördern, das ist mir wichtig“
- 26 Das (und vieles mehr) hat uns 2022 bewegt
- 30 Mehr Sorge für die Sorgenden
- 36 „Ich möchte am liebsten gar nicht mehr weg!“
- 42 Darauf sind wir stolz!
- 44 Sagen Sie gemeinsam mit uns Danke!

## **Finanzen**

- 46 Rechtliches und Finanzen
- 48 Impressum



**Svenja Stadler, MdB**  
Kuratoriumsvorsitzende



**Yvonne Bovermann**  
Geschäftsführerin

# Liebe Leserin, lieber Leser,

Zu Beginn des Jahres 2022 waren wir zuversichtlich. Wir gingen davon aus, dass sich die Situation für Familien in Deutschland entspannen würde.

Es kam leider anders. Russland begann seinen Angriffskrieg auf die Ukraine. Die Wirtschaftskrise mit steigenden Kosten in allen Bereichen belastete seitdem Familien enorm und verursachte finanzielle Sorgen.

Auch die Einrichtungen in unserem Verbund konnten noch nicht zur Normalität zurück. Immer wieder zwangen Krankheitswellen die Patient\*innen, ihre langersehten Auszeiten vom Alltag kurzfristig abzusagen. Auch das Personal in den Kliniken war stark betroffen von Erkrankungen und Ausfällen.

Doch trotz aller widrigen Umstände: Es konnten wieder deutlich mehr Sorgearbeit Leistende als in den Vorjahren gesundheitlich aufgebaut und gestärkt werden. Und die begleitenden Kinder erlebten endlich wieder Natur und unbeschwerte Zeit mit anderen Kindern, ihren Müttern oder Vätern.

Auch 2022 haben wir uns politisch stark gemacht für die Menschen in Deutschland, die sich um Kinder und Pflegebedürftige kümmern. Denn Politik und Gesellschaft haben eine Verantwortung dafür, dass Sorgearbeit die Mütter, Väter und pflegenden Angehörigen nicht krank macht. Diese Verantwortung wird noch immer nicht ausreichend wahrgenommen, sodass noch immer die Belastungen der Familien enorm sind und gerade in der Corona-Pandemie besonders Mütter in Deutschland gesundheitlich stärker litten als in anderen europäischen Ländern.

Wir sind all den Menschen in den Kliniken, den Beratungsstellen und bei uns in der Geschäftsstelle extrem dankbar! Sie haben alles getan, um trotz der widrigen Umstände den tief erschöpften Müttern und Vätern, ihren Kindern und den pflegenden Angehörigen zu helfen, ihre Gesundheit zu stärken und wiederherzustellen.

Auch dank Ihrer Hilfe, liebe Unterstützer\*innen und Spender\*innen, ist unser Verbund stark. Sie ermöglichen, dass das MGW Müttern, Vätern und pflegenden Angehörigen Kraft spenden kann. Das ist nicht selbstverständlich – und wir danken Ihnen von Herzen für Ihr Interesse und Ihre Unterstützung!

Ihre



Svenja Stadler, MdB  
Kuratoriumsvorsitzende

Yvonne Bovermann  
Geschäftsführerin

# Gemeinsam für die Sorgearbeitenden

Das Müttergenesungswerk wurde 1950 von Elly Heuss-Knapp als Stiftung gegründet. Bereits 1952 verstarb die Stifterin. Ihr Mann, der erste Bundespräsident der Bundesrepublik Deutschland, Professor Theodor Heuss, wurde Schirmherr der Stiftung. Seither ist es Tradition, dass die Partnerin des Bundespräsidenten die Schirmherrschaft des Müttergenesungswerks übernimmt.



**Elke Büdenbender**

## Unsere Schirmherrin

Elke Büdenbender, geboren am 14. Januar 1962 in Siegen-Weidenau, ist seit 1995 mit Frank-Walter Steinmeier verheiratet. Gemeinsam haben sie eine Tochter. Elke Büdenbender ist seit 2000 Richterin am Verwaltungsgericht Berlin. Sie ist seit der Wahl ihres Mannes Frank-Walter Steinmeier zum Bundespräsidenten im Jahr 2017 die Schirmherrin des MGW.

## Unser Kuratorium

Das Kuratorium ist das Entscheidungsorgan der Stiftung für die Zielsetzung und alles Grundsätzliche. Das ehrenamtlich arbeitende Kuratorium liegt nach dem Willen der Stifterin Elly Heuss-Knapp in der Verantwortung von Frauen. Neben Vertreterinnen der fünf Wohlfahrtsverbände AWO Bundesverband e. V. (AWO), Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V. (Der Paritätische), Deutsches Rotes Kreuz e. V. (DRK), Evangelischer Fachverband für Frauengesundheit e. V. (EVA) und Katholische Arbeitsgemeinschaft für Müttergenesung e. V. (KAG) ergänzen kompetente Frauen aus Politik, Wirtschaft und Gesellschaft das Kuratorium als sogenannte unabhängige Kuratorinnen.



**Svenja Stadler**  
MdB, unabh.  
(Vorsitzende)



**Kristin Alheit**  
Der Paritätische



**Prof. Dr. Theda Borde**  
unabh.



**Sylvia Brinkmann**  
EVA



**Teresa Bucker**  
unabh.



**Brigitte Döcker**  
AWO (stellv. Vorsitzende)



**Margot Jäger**  
KAG



**Ulrike Kleemann**  
Der Paritätische



**Helga Kühn-Mengel**  
AWO



**Lucia Lagoda**  
KAG



**Maria Loheide**  
EVA



**Karolina Molter**  
DRK



**Mechthild Paul**  
unabh.



**Saskia Weishaupt**  
MdB, unabh.  
(seit Mai 2022)



**Ulrike Würth**  
DRK



# Eine starke Stimme für die, die sich unbezahlt um andere kümmern

Die Geschäftsführerin des MGW, Yvonne Bovermann, im Interview über Selbstverständnis, Tradition und Zukunft des Müttergenesungswerks als der einzigen deutschen Stiftung, die sich exklusiv für die körperliche und seelische Gesundheit von Sorgearbeitenden einsetzt.

**Hallo Frau Bovermann, wie kommen Sie denn von der Geburtshilfe zum Müttergenesungswerk?**

Für mich lag das nahe. In der Geburtshilfe befassen wir uns mit der Frage: Geht es einer Mutter gut, oder geht es beiden Eltern miteinander und mit dem Kind gut? Denn wenn es der Mutter gut geht, hilft das dem Kind!

Auch in der Nachbetreuung, also im Wochenbett oder in den ersten Monaten nach der Geburt – ich habe sehr viel Stillberatung gemacht –, habe ich oft erfahren müssen, wie belastend das Leben mit den neugeborenen Kindern ist, denn der Alltag ist komplett verändert. Das hat Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die Gesundheit der Mutter und in der Folge Einfluss auf die Kinder und den Partner oder die Partnerin.

Deshalb ist das Müttergenesungswerk eine Erweiterung meiner bisherigen Tätigkeit. Weil hier die Gesundheit von denen, die sich um andere kümmern, im Fokus liegt: die von Eltern – Müttern, Vätern –, aber auch von Sorgearbeit Leistenden insgesamt, also auch von pflegenden Angehörigen. Wir möchten, dass die Care-Arbeitenden ihre wirklich hohe Belastung durch ihren Alltag aushalten können, dass sie gesund bleiben.

**Das Müttergenesungswerk ist eine der traditionsreichen, sozialen Institutionen in Deutschland. Was schätzen Sie besonders an dieser Tradition?**

Ganz besonders schätze ich Elly Heuss-Knapp, die das Müttergenesungswerk gegründet hat. Eine starke und ungewöhnliche Frau, die nicht einem traditionellen

Rollenbild verhaftet war. Sie war Politikerin, Frauenrechtlerin, Werbeexpertin. In Zeiten, in denen sie beide – Elly Heuss-Knapp und ihr Mann – ihren eigentlichen Berufen nicht nachgehen konnten, blieb ihr Mann zu Hause bei der Familie und Elly Heuss-Knapp verdiente das Geld für alle als Werbefachfrau.

Und mir gefällt, dass hier die fünf großen Wohlfahrtsverbände an einem Tisch sitzen und zusammenarbeiten. Sie haben unterschiedliche Weltbilder, unterschiedliche Hintergründe, aber verpflichten sich alle der Idee: „Care-Arbeit darf nicht krank machen! Wir wollen etwas für die tun, die in der Gesellschaft stärker belastet sind als andere.“ Das waren zunächst die Mütter. Aber das MGW hat sich mit der Gesellschaft weiterentwickelt.

Diese Grundidee, die uns alle seit Jahrzehnten gemeinsam trägt, ist etwas ganz Großes. Die Zusammenarbeit der Wohlfahrtsverbände in dieser Sache funktioniert jetzt schon über eine sehr lange Zeit und hat sich sehr bewährt!

Ich bin allen Beteiligten sehr dankbar, dass sie sich mit Mut und Engagement und oft ehrenamtlich dafür einsetzen, damit wir als starker Verbund zusammenstehen. Weil wir uns für die eher Schwachen, die Sorgearbeit Leistenden in der Gesellschaft, einsetzen, die keine starke Lobby haben, ist es so wichtig, dass wir gemeinsam handeln. Ich bin überzeugt, dass wir gemeinsam die Vision des Müttergenesungswerks hochhalten und aktualisieren können und weiterhin für die Gesundheit der Sorgearbeitenden eintreten werden.

### **Das war der Blick in die Vergangenheit. Wie viel Müttergenesungswerk brauchen wir denn noch in den 20er Jahren des 21. Jahrhunderts?**

Davon brauchen wir noch sehr viel – leider! Ich würde mich eigentlich darüber freuen, wenn wir künftig weniger Müttergenesungswerk bräuchten, weil das bedeuten würde, dass Menschen, die sich um andere kümmern, gesundheitlich gar nicht mehr groß belastet und überlastet sind.

Von dieser Wunschvorstellung sind wir in Deutschland noch weit entfernt – hier haben wir noch einen langen Weg vor uns! Ich denke zudem, dass es immer Sorgearbeit Leistende geben wird, die es besonders schwer haben. Sei es, weil ihre Kinder eine schwere Erkrankung

haben, weil sie selbst vielleicht erkrankt sind oder weil ihre Lebensumstände besonders bedrückend sind. Das bringt sie der Erschöpfung und der Situation, in der sie selbst durch die Belastung erkranken oder zu erkranken drohen, sehr viel schneller nahe, als das bei Sorgearbeitenden der Fall ist, die nicht durch zusätzliche Umstände beeinträchtigt sind. Deshalb bin ich sicher, dass es so eine Institution wie unsere im Gesundheitswesen weiter brauchen wird.

Mit unserer politischen Arbeit, die ja auch zu unseren Aufgaben gehört, setzen wir uns aber dafür ein, dass wir etwas weniger gebraucht werden. Wir fordern: „Ändert etwas an den Rahmenbedingungen, damit Mütter und alle anderen Care-Arbeitenden nicht mehr krank werden müssen, weil sie sich um andere kümmern.“

Da ist unsere Stimme nach wir vor gefordert, denn es gibt keine andere Institution in Deutschland, keine andere Gruppierung, die sich ausschließlich für die Gesundheit der Sorgearbeit Leistenden einsetzt. Oft drehen sich öffentliche Debatten um die Fragen, wer die Hauptlast der Care-Arbeit trägt – das sind die Frauen – und wie Care-Arbeit fairer verteilt werden kann. Das ist auch sehr wichtig! Aber es ist auch nicht förderlich, wenn dann statt der Mütter die Väter krank werden, weil sie mehr übernehmen. Wir wollen, dass es ein gesellschaftliches Ziel ist, dass Sorgearbeit nicht krank macht!

Ich denke, dass das auch dem Grundgedanken unserer Gründerin gerecht wird. Elly Heuss-Knapp hat das Müttergenesungswerk gegründet, weil nach dem Zweiten Weltkrieg die Mütter ausschließlich verantwortlich für die Familie waren und gesundheitlich und psychisch vielfach völlig am Ende. Mütter bringen das Licht in die Familien, sagte Elly Heuss-Knapp. Väter waren nicht für die Care-Arbeit vorgesehen, sondern als Ernährer der Familie. Care-Arbeit wird auch heute noch überwiegend von Müttern geleistet. Aber es sind nicht mehr ausschließlich Mütter und Frauen, die diese Aufgaben übernehmen – es sind auch Väter und Männer und oft schon Kinder und Jugendliche.

### **Was ist vor diesem Hintergrund Ihre Vision für das Müttergenesungswerk?**

Für die Zukunft arbeiten wir daran, dass die Beratungsarbeit noch besser unterstützt wird. Die Finanzierung dafür muss sichergestellt werden, damit mehr Personen

”

*Wir fordern: Ändert etwas an den Rahmenbedingungen, damit Mütter und alle anderen Care-Arbeitenden nicht mehr krank werden müssen, weil sie sich um andere kümmern.*

mit Beratungsbedarf erreicht werden können. Wir wollen als Müttergenesungswerk hier selbst eine aktivere Rolle einnehmen und die Menschen beraten, die zu uns kommen: die Mütter, Väter, pflegenden Angehörigen eben.

Unsere Arbeit und Angebote müssen noch bekannter werden. Es darf nicht sein, dass manche Menschen den Zugang zu bestimmten Leistungen unseres Gesundheitswesens nicht in der Form erlangen, wie es eigentlich allen Versicherten zusteht. Wir müssen Wege finden, die besonders vulnerablen Familien, zum Beispiel Alleinerziehende oder sehr junge Mütter, besser zu unterstützen – beratend und finanziell.

Zudem möchten wir die Kliniken stärken: Bei ihnen finden die Gesundheitsleistung, die Vorsorge- oder RehaMaßnahme statt. Wir brauchen mehr Kurplätze für Mütter, Väter und ihre Kinder und mehr für pflegende Angehörige zusammen mit den Pflegebedürftigen. Mit mehr Plätzen werden die Wartezeiten für eine KurMaßnahme kürzer. Es muss allen Müttern, Vätern und Pflegenden bewusst sein: Ich versorge mein Kind, ich versorge meine pflegebedürftigen

Familienangehörigen, und wenn es mir nicht mehr gut geht, dann werde ich aufgefangen. Ich kann eine Kur machen – jetzt, weil ich sie jetzt dringend benötige. Und nicht erst in einem Jahr.

#### **Welche Angebote würden Sie gern entwickeln, um diese Vision mit Leben zu füllen?**

Es ist eine tolle Errungenschaft, dass Mütter und Sorgearbeitende einen Anspruch auf eine Kur haben! Das ist der große politische Erfolg der Arbeit des Müttergenesungswerks in der Vergangenheit, dass die Kuren als Vorsorge- oder RehaMaßnahme in das Sozialgesetzbuch aufgenommen und deshalb als Leistung durch die Krankenkassen sichergestellt wurden. Leider ist für viele Menschen der Zugang faktisch trotzdem kaum gewährleistet. Viele brauchen mehr Unterstützung, um den Antrag zu stellen.

Wir wünschen uns nicht nur einfachere Verfahren. Wir möchten noch mehr Menschen, die sich bisher schwer tun, überhaupt einen Antrag zu stellen, eine Klinik zu finden oder die Reise dorthin zu organisieren, beratend unterstützen und ihnen ganz praktische Hilfestellung



”

*Das Müttergenesungswerk hat das Ziel, für alle Familien wieder mehr Licht in den Alltag zu bringen.*

geben, die Leistung tatsächlich in Anspruch zu nehmen. Das schaffen in der Praxis einige einfach besser als andere. Ich denke, es ist auch im Sinne von Elly Heuss-Knapp, diejenigen, die mehr Unterstützung brauchen, mehr zu unterstützen. Denn das Müttergenesungswerk hat das Ziel, für alle Familien wieder mehr Licht in den Alltag zu bringen, oder das Licht, das – durch die Sorgearbeitenden – dort ist, zu erhalten. Das darf nicht etwas sein, das nur den Gebildeteren oder etwas Bessersituierten vorbehalten ist.

Wir möchten also Beratungsangebote stärken, wir möchten die direkten Hilfeleistungen für Familien stärken und wir möchten die Kliniken dabei unterstützen, neue spezifische Angebote zu entwickeln.

Wir stellen fest, dass es durch Veränderungen in der Gesellschaft immer wieder neue Bedarfe und Bedürfnisse gibt. Durch die Corona-Krise beispielsweise sind besonders viele Mütter, aber auch Väter durch die Geburten, die in der Zeit stattfanden, schwer traumatisiert worden. Das ist eine Bürde für die Elternschaft. Wir sind gerade dabei, mit ein paar Kliniken spezielle therapeuti-

sche Angebote aufzubauen, damit den durch die Geburt traumatisierten Müttern oder Eltern die Möglichkeit geboten wird, dieses Trauma zu bearbeiten.

Wir haben viele geflüchtete Mütter mit Kindern in Deutschland, jetzt speziell aus der Ukraine, aber auch aus Syrien – wir möchten auch hier die Kliniken dabei unterstützen, spezielle Angebote zu entwickeln, die deren Bedürfnissen gerecht werden.

#### **Wie dürfen wir uns das vorstellen?**

Die stationäre Vorsorge- oder RehaMaßnahme ist eine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen. Wir haben in unserem Verbund bereits jetzt verschiedene Schwerpunktangebote: zum Beispiel Angebote für Mütter, die sich in einer Trennungs- oder Trauerphase befinden. Für solche Angebote müssen Kliniken ihr Personal speziell schulen, teilweise muss zusätzliches Personal gefunden werden. Aufgrund der wirtschaftlichen Situation ist es für die Kliniken nicht einfach, neue Angebote zu entwickeln. Die Krankenkassen finanzieren das nicht.



Nehmen sie beispielsweise die Mütter, die ein Geburtstrauma erlebt haben. Es braucht dann vor Ort Personal, das „Feldkenntnisse“ hat, das also in der Geburtshilfe gearbeitet hat und übersetzen kann, was passiert ist. Das ist wichtig auf dem Weg der Heilung. Ein anderes Beispiel sind die geflüchteten Mütter aus den Krisen- und Kriegsgebieten. Sie haben Kriegsgräuere erlebt oder das Trauma der Flucht, der Trennung von ihren Partnern. Da brauchen wir Sprachmittler. Die Kliniken können solche Kompetenzen nur schwer einfach so aufbauen. Wir denken über gezielte Fortbildungsangebote nach, Unterstützung bei der Suche nach Therapeuten, die vor Ort die Gruppen mitbegleiten können und so weiter. Damit die Kliniken auch solchen Bedarfen und Bedürfnissen gerecht werden können.

#### **Warum könnte Elly Heuss-Knapp stolz auf die von Ihnen skizzierte Entwicklung sein?**

Elly Heuss-Knapp war sicherlich eine Frau, die immer sehr breit und modern gedacht hat. Für sie überraschend und auch großartig wäre sicherlich die Öffnung für Väter und für pflegende Angehörige, die wir vor zehn

Jahren vollzogen haben. Ich denke, es würde ihr sehr gefallen, dass Familie inzwischen in der Gesellschaft anders gelebt wird. Und dass wir nun auch allen Menschen helfen, die betroffen sind. Auf die Vielfalt unserer Angebote wäre sie deshalb vermutlich stolz.

Für eine derart innovative Frau wäre sicher jede Form des Weiterdenkens und Weiterentwickelns positiv und sie würde sich denken: Klasse, was die jetzt daraus machen!

#### **Vielen Dank für dieses Gespräch!**

***Yvonne Bovermann** ist ausgebildete Hebamme, Gesundheitspädagogin (BA) und Managerin für Einrichtungen im Gesundheitswesen (MSc.). Ab 2016 war sie als gewähltes Präsidiumsmitglied hauptamtlich im Deutschen Hebammenverband e. V. tätig. Sie hat drei erwachsene Kinder und lebt in Berlin. Seit dem 1. Oktober 2021 ist Yvonne Bovermann Geschäftsführerin des Müttergenesungswerks.*

# Ein typischer Arbeitstag in der Stiftungszentrale

Bergstraße, Berlin-Mitte: Die elf Mitarbeiterinnen des MGW setzen sich täglich für das Wohl von Müttern, Vätern und pflegenden Angehörigen ein.



Mittwoch, 9:30: Einmal in der Woche findet am Vormittag ein morgendliches Team-Meeting statt – zu besonderen Anlässen auch gern einmal beim gemeinsamen Frühstück.



10:30, Rebekka Rupprecht von der Abteilung Öffentlichkeitsarbeit bereitet die anstehende Pressekonferenz vor. Mehr Mütter, Väter und pflegende Angehörige sollen von der Möglichkeit, ihre Gesundheit durch eine Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme zu verbessern, erfahren. Sie und die Geschäftsführung feilen an der Präsentation über die aktuelle Situation der Kliniken im MGW-Verbund. Die Presseeinladung wird vorbereitet. Später bespricht sie mit Ute Scharrer aus dem Fundraising die Inhalte für die „stark“, das Spendenmagazin des MGW. Spender\*innen werden mit aktuellen Infos rund um die Spendenorganisation versorgt und über die Wirkung ihrer Spende informiert.

Währenddessen plant Fundraiserin Maja Hommrich gemeinsam mit einem Dienstleister die nächste Telefon-Kampagne zur Gewinnung von Neuspender\*innen. 12:00: Große Freude im ganzen Team – eine Großspende wird zugesagt, um die Arbeit des MGW zu unterstützen. Die Spenderin möchte einen Beitrag leisten, damit Mütter und Väter trotz großer Belastungen gesund bleiben. Das MGW-Team sagt Danke!



Bei aller Freude – die Verwaltung muss funktionieren. Lisa-Marie Krocke verwaltet die Spenden und bereitet sofort die Spendenquittung vor.

Währenddessen prüft Controllerin Ines Böse eine Anfrage. Eine Klinik aus dem MGW-Verbund möchte eine Bewegungshalle bauen. Kinder sollen während der Kurmaßnahme ihrer Mütter oder Väter wieder mehr Freude am Klettern und Toben bekommen. Ines Böse stellt fest: Die Halle kann aus Spendengeldern finanziert werden! Dank der Spender\*innen kann auf diese Weise ganz konkret für die Kinder ein wichtiges Gesundheitsziel gefördert werden. Hilfe, die auch für die Eltern in den Kliniken positiv ist.





Julia Weninger, verantwortlich für Social Media und Öffentlichkeitsarbeit, hat viele Nachrichten und Kommentare auf die letzten Posts erhalten. Das Thema „Wer hat Anspruch auf eine Kurmaßnahme?“ hat viele interessiert. Sie beantwortet die Fragen und Hinweise. Die steigende Zahl an Followern zeigt, wie wichtig die Informationen des MGW sind. Deshalb bereitet sie schon die nächsten Beiträge vor, Einblicke in die Kliniken mit ihren unterschiedlichen Schwerpunkten sollen veröffentlicht werden. Irina Lieske, verantwortlich für den Bereich Kliniken, wählt mit ihr aus.

Irina Lieske kennt alle Kliniken und ist mit ihnen im Kontakt, damit die Mitarbeitenden die Qualitätskriterien des MGW in ihren Häusern umsetzen können. Heute hat sie noch einen wichtigen Termin auf ihrer Agenda: Die Konferenz der Kliniken im Müttergenesungswerk findet bald statt und die letzten Vorbereitungen müssen getroffen werden.



Nachmittags noch ein gemeinsamer Termin, diesmal hybrid. Patricia Remus ist verantwortlich für das umfassende Online-Buchungssystem M-OBS. Diese Plattform wurde entwickelt, damit Beratungsstellen und Kliniken unkompliziert zusammenarbeiten können und die jeweils richtige Klinik für die Ratsuchenden finden. Mit Rebekka Rupprecht und der Geschäftsführerin Yvonne Bovermann wird besprochen, wie die Datenbank weiter optimiert werden kann.

Die Office- und Projektmanagerin Katharina Schwarzburger ist schon morgens früh in der Geschäftsstelle. Bei ihr laufen viele Fäden zusammen. Sie unterstützt die Teammitglieder bei der Umsetzung ihrer Projekte, nimmt Anfragen entgegen und plant die nächsten Besuche in den Kliniken durch die Geschäftsführerin.



Petra Gerstkamp, stellvertretende Geschäftsführerin, ist verantwortlich für die traditionelle Spendensammlung rund um den Muttertag. Sie sorgt dafür, dass alle benötigten Materialien vor Ort sind. Viele der ehrenamtlichen Helfer\*innen deutschlandweit benötigen noch Materialien. Und sie telefoniert mit Gemeinden, Schulvertreter\*innen und Organisationen, die für das MGW sammeln wollen.



17:00: Gemeinsam mit Geschäftsführerin Yvonne Bovermann grübelt sie über einer Stellungnahme zu einem Gesetzentwurf. Ein weiteres Mal muss das MGW die Politik daran erinnern, dass auch die Vorsorge- und Rehabilitationskliniken den sogenannten Rettungsschirm der Bundesregierung brauchen. Es eilt, die Stellungnahme muss bis morgen früh beim Ministerium eingehen. Ohne die stetige politische Arbeit des MGW würde die Gesundheit der Sorgearbeit Leistenden kaum Beachtung finden. Und die Kliniken hätten die wirtschaftlichen Auswirkungen der Corona-Maßnahmen nicht auffangen können.

Bei Yvonne Bovermann ist der Kalender wie meistens voll. Nach dem Team-Meeting folgt ein Radio-Interview zum Thema „Gleichberechtigung in der Care-Arbeit“. Hier steht sie Rede und Antwort und erklärt, wie Gleichberechtigung die Gesundheit der Care-Arbeitenden beeinflusst. Später wird mit den Vertreter\*innen der Trägergruppen im Video-Meeting der Gesetzentwurf diskutiert.



**Abends ist es geschafft, die Stellungnahme steht und ist mit den fünf Trägerverbänden abgesprochen. Gemeinsam haben die Frauen in der Geschäftsstelle im MGW auch an diesem Tag Kraft gespendet – den Müttern, Vätern und pflegenden Angehörigen sowie den Beratungsstellen und Kliniken. Das Team der Geschäftsstelle mit seinen Kompetenzen und dem Engagement jeder Einzelnen hat damit viel bewirkt. Ein Team, für das Geschäftsführerin Yvonne Bovermann besonders dankbar ist!**

# Heute so aktuell wie zu unserer Gründung

Der Gesetzentwurf, der die Geschäftsstelle des MGW erreicht, hat es in sich. „Die Kliniken für Mütter, Väter und pflegende Angehörige sollen keine Corona-Hilfen mehr bekommen!“ Yvonne Bovermann und Petra Gerstkamp haben die kritischen Stellen im Gesetzentwurf zur Corona-Pandemie schnell gefunden. Zwar sollen die Kliniken weiterhin Hygienemaßnahmen einhalten. Aber sie sollen keine Hilfen mehr bekommen, um die dadurch entstehenden höheren Kosten finanzieren zu können. „Und das gerade jetzt, wo der Bedarf nach Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen bei allen Sorgearbeit Leistenden so enorm gewachsen ist!“ Die Geschäftsführerin und ihre Stellvertreterin sind sich einig: Dagegen muss das MGW etwas unternehmen.

## Licht in die Familien bringen

Für Eltern und Pflegende sind die spezifischen Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen von größter Bedeutung. Viele Eltern erleben den Familienalltag als große Belastung. Mütter und zunehmend auch Väter befinden sich oft dauerhaft am Rande der Erschöpfung. Die Gesundheit ist dadurch gefährdet. Es fehlen Zeit und Kraft, um sich selbst immer wieder aufzubauen und zu schützen. Viel zu oft ist der Übergang fließend: Aus einer depressiven Episode wird eine Depression, aus einer Erschöpfung wird ein Burnout, Symptome verstärken sich zu Erkrankungen, die oft chronisch werden.

Noch immer wird die Gefährdung der Gesundheit von Müttern und allen anderen Sorgearbeit Leistenden zu wenig beachtet.

Dass die Vorsorge und Rehabilitation für Mütter, Väter und pflegende Angehörige überhaupt anerkannte Leistungen im Gesundheitswesen sind, ist der jahrzehntelangen Arbeit des MGW zu verdanken. Bei der Gründung der MGW 1950 durch Elly Heuss-Knapp und Antonie Nopitsch stand die direkte Hilfe für Mütter im Vorder-

grund. Den durch die Entbehrungen des Zweiten Weltkrieges und der Nachkriegsjahre völlig ausgebluteten, oft unterernährten und kranken Müttern wurden durch Beratung und Spendenmittel Kuraufenthalte in den Erholungs- und Kurheimen der Trägerverbände ermöglicht.

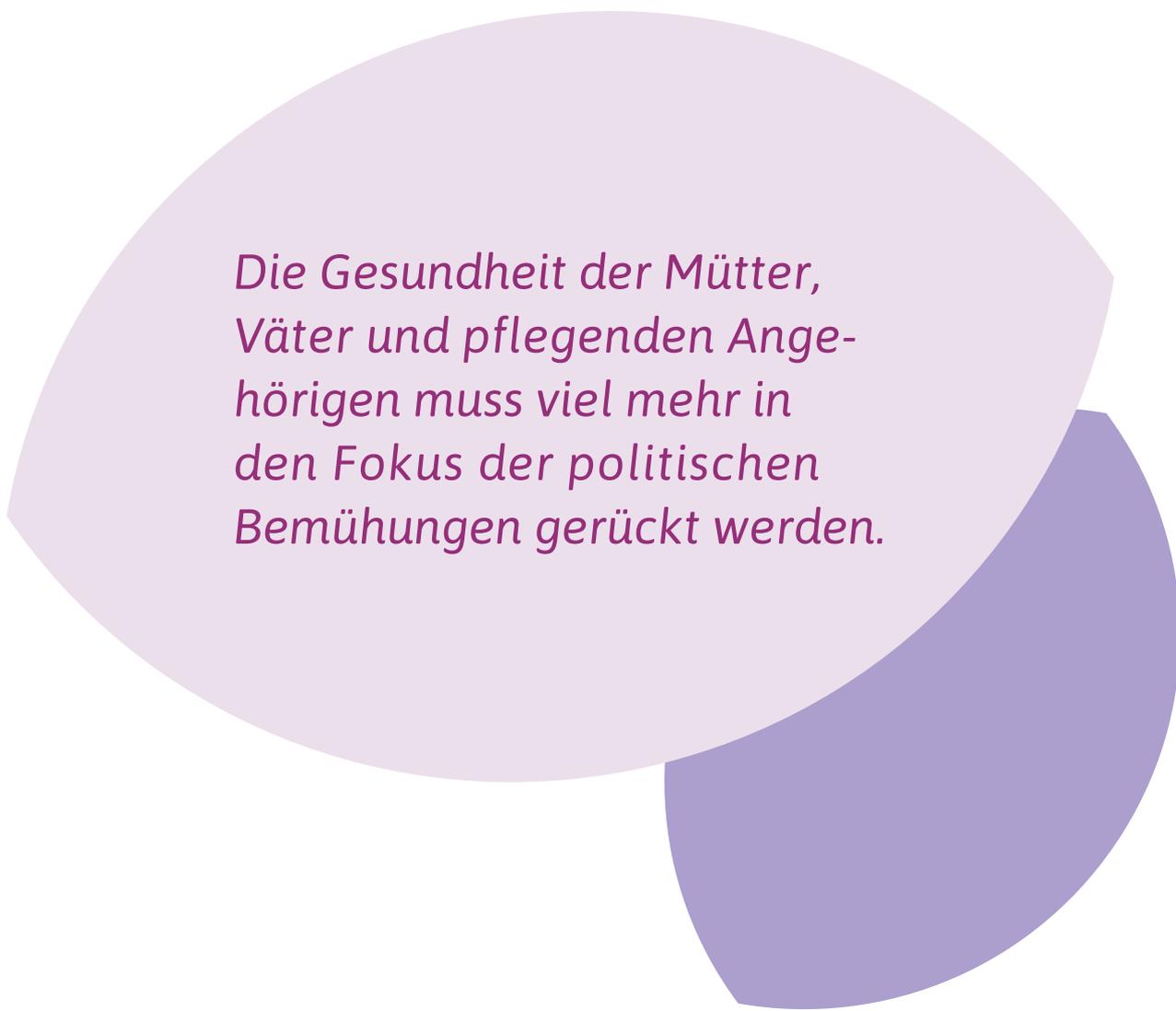
Elly Heuss-Knapp wollte aber mehr: Sie wollte „Licht in die Familien“ bringen. Die nach ihr benannte Elly Heuss-Knapp-Stiftung sollte daher neben der direkten Unterstützung auch Öffentlichkeitsarbeit für die Müttergenesung leisten. Heute, mehr als 70 Jahre später profitieren neben den Müttern auch Väter und pflegende Angehörige von Fürsorge und Engagement des MGW.

Damals wie heute sind die Information und Einbindung der Politiker\*innen, die für die Gestaltung der Rahmenbedingungen im Familienbereich und im Gesundheitswesen verantwortlich sind, ein wichtiger Bestandteil dieses Einsatzes. Und dazu Pressearbeit sowie umfassende Information und Beratung der Zielgruppe Sorgearbeit Leistende zu ihren Rechten und Möglichkeiten.

Das MGW konnte viel erreichen. Wichtige Meilensteine waren die Teilfinanzierung der Kuren durch die Krankenkassen, seit 2002 dann die Vollfinanzierung. Dies bedeutet nicht allein eine Kostenentlastung für Mütter und Familien. Es ist auch die politische Anerkennung, dass die starken Belastungen von Eltern und pflegenden Angehörigen, ihre Erschöpfung und die damit verbundenen Symptome gesundheitlich relevant sind und die Gesunderhaltung eine Leistung der Krankenkassen sein muss. Care-Arbeit kann krank machen. Und die Politik hat entschieden, dass die Gesunderhaltung eine Aufgabe ist, die durch die Solidargemeinschaft über die Finanzierung der Kurmaßnahmen übernommen werden muss.



*Noch immer wird die  
Gefährdung der Gesundheit  
von Müttern und allen  
Sorgearbeit Leistenden zu  
wenig beachtet.*



*Die Gesundheit der Mütter,  
Väter und pflegenden Ange-  
hörigen muss viel mehr in  
den Fokus der politischen  
Bemühungen gerückt werden.*

Auch nach der Anerkennung blieben die Zeiten für das MGW unruhig. Die Jahre der Corona-Pandemie zeigten, dass die Gesunderhaltung der Familien und besonders derjenigen, die sich um die Kinder und Pflegebedürftigen kümmern, weiterhin zu wenig beachtet wird. Viele Maßnahmen, die der Eindämmung der Pandemie dienen sollten, belasteten Eltern und Kinder in besonderem Maße und haben dadurch deren Gesundheit zusätzlich gefährdet. Zudem wurden die Kliniken für Mutter-/Vater-Kind-Maßnahmen im MGW-Verbund durch den Gesetzgeber immer wieder vergessen, wenn es darum ging, die Einrichtungen im Gesundheitswesen zu unterstützen.

#### **Rettet unsere Kur!**

So auch im März 2022. Der geplante Wegfall der finanziellen Unterstützung von Vorsorge- und Rehabilitationskliniken würde die Kliniken im MGW-Verbund hart treffen. Weiterhin entstehen hohe Kosten für die geforderten Hygienemaßnahmen. Und weiterhin gibt es eine hohe Ausfallquote, da die anreisenden Patient\*innen und ihre Kinder kurzfristig vorab erkranken oder nach der Anreise eine Infektion festgestellt wird. Und trotz des immens hohen Bedarfs an Plätzen in den Kliniken: Plötzlich können die wenigsten Familien eine Anreise bewältigen, zu

umfangreich sind die nötigen Planungen und organisatorischen Anforderungen. So bleiben immer wieder Plätze in den Kliniken unbesetzt, teilweise 20 Prozent und mehr. Die finanzielle Unterstützung, die in den vergangenen zwei Jahren einen Teil der finanziellen Ausfälle durch freibleibenden Plätze auffing, soll nun wegfallen.

Schnell ist klar, dass das MGW und die Verbundpartner etwas dagegen unternehmen werden. In kürzester Zeit sind alle Kliniken informiert. „Rettet unsere Kur!“ ist das Motto. Mütter, Väter, Kinder und das Personal posten Bilder von gemeinsamen Aktionen und suchen das Gespräch mit den politischen Vertreter\*innen. Auch in der Geschäftsstelle werden alle Register gezogen: Die schwierige Situation der Kliniken muss erläutert werden. Gespräche mit Pressevertreter\*innen, Abgeordneten, Mitarbeitenden der Ministerien werden geführt. Dabei wird klar, dass zu wenig bekannt ist über die Situation der Sorgearbeit Leistenden – und zu wenig über die wertvolle Arbeit, die in den Kliniken für diese Personen geleistet wird, um sie gesund zu erhalten oder gesünder zu machen.

Die Aktionen des MGW haben Erfolg! Anfang April wird bekannt, dass dank des Einsatzes des MGW die Unterstützung der Kliniken erstmal fortgeführt wird.



Für das MGW währt die Freude nur kurz: Bis zum Juni gilt die Verlängerung. Dann werden die Corona-Hilfen endgültig eingestellt. Das MGW zeigt zwar auf, wie sehr diese Entscheidung die ohnehin fragile wirtschaftliche Lage vieler Kliniken zusätzlich gefährdet. Denn die aufwendigen Hygienemaßnahmen müssen trotzdem beibehalten werden. Und weiterhin bleiben immer wieder kurzfristig Betten frei.

### **Einsatz für die Sorgearbeit Leistenden**

Im Jahr 2022 hat das MGW mehr als 50 Presseanfragen beantwortet und zahlreiche Interviews gegeben. Damit kann die Aufmerksamkeit verstärkt darauf gelenkt werden, dass das Wohlbefinden der Eltern eine zu geringe Rolle in Deutschland spielt. Immerhin zeigen sich Politiker\*innen interessiert:

Am 19. Oktober lädt der Gesundheitsausschuss des Bundestags die Geschäftsführerin des MGW und wenige andere Experten zu einem Fachgespräch zum Thema „Finanzierungssituation der Reha-Kliniken“ ein. Dabei macht Yvonne Bovermann deutlich, worum es in der deutschen Politik und Gesellschaft viel mehr gehen muss: Die Gesundheit der Mütter, Väter und pflegenden Angehörigen muss verstärkt in den Fokus der politischen

Bemühungen gerückt werden. Das MGW schlägt der Regierungskoalition deshalb vor, dass ein neues Nationales Gesundheitsziel entwickelt wird: „Gesundheit der Sorgearbeit Leistenden – Mütter, Väter, pflegende Angehörige“. Damit könnten sowohl die Gründe für die Gesundheitsbelastungen von Eltern und Pflegenden herausgearbeitet werden als auch die Faktoren, die dazu beitragen, die Care-Arbeitenden gesund zu erhalten.

Denn die schlechte Finanzierung der Kliniken für Sorgearbeit Leistende ist nur ein Symptom für das geringe Interesse an der physischen und psychischen Gesundheit der Menschen, die eine so wesentliche Aufgabe für die Gesellschaft übernehmen.

Es gibt also nach wie vor genügend zu tun. Weiterhin brauchen Familien mehr Unterstützung. Das Anliegen des MGW ist nach wie vor, mehr Licht in die Familien zu bringen. Und das ist unverändert aktuell, wichtig und zukunftsweisend.

# Neuigkeiten aus dem MGW

## Freizeitpädagogik für Kinder

In den Kliniken im Müttergenesungswerk werden auch die Kinder der Kurteilnehmer\*innen gut betreut. So gibt es zum Beispiel schulbegleitenden Unterricht sowie Betreuungsangebote. Auch auf erlebnisreiche und sinnvolle Freizeitaktivitäten wird Wert gelegt. Im Gertrud-Völcker-Haus in Kellenhusen wurde durch die finanzielle Unterstützung des Müttergenesungswerks ein umfassendes pädagogisches Angebot ins Leben gerufen. Angestoßen durch das Sozialkompetenztraining und der dort verorteten Medienkompetenz sollen Kinder, Jugendliche und Familien im neuen Kinderkino „Film ab!“ zukünftig gemeinsam Games spielen, singen, tanzen oder

Filme anschauen können. Der neue Wintergarten ist ein Begegnungsort, den viele Kinder während der pandemischen Lage schmerzlich vermisst haben. Auch Mütter haben hier Platz, sich mit einer Tasse Tee, außerhalb der Betreuungszeiten, auszutauschen, während ihre Kinder sich im Spiel verlieren. Durch die Neugestaltung des Wintergartens mit verschiedenen Spielanregungen (Rollen-spiel, Konstruktionsspiel, Regelspiel, Bewegungsspiel, Funktionsspiel) wurde diesem Bedürfnis nach Austausch und Kontakt entsprochen. Zudem gibt es zwei neue Gruppenräume zur Kinderbetreuung: die „Muschelgruppe“ und die „Seesterngruppe“.

## Fähigkeiten durch Bewegung stärken



Im Spiel können Kinder an ihren Erfahrungen wachsen, sich selbst herausfordern, vielfältige Bewegungen erproben, um damit motorische Defizite auszugleichen und Kompetenzen für zukünftige Bewegungsanforderungen

zu gewinnen. Insbesondere während der Pandemie kam es zu großen Bewegungsdefiziten, die mangelnde Fitness oder Adipositas zur Folge haben. In der Mutter-Kind-Klinik „Evangelisches Kurzentrum Gode Tied“ in Büsum können sich Kinder – ob mit oder ohne körperliche Einschränkungen – nun richtig austoben. Mithilfe der Spendenmittel des Müttergenesungswerks wurde eine flexible Bewegungshalle eingerichtet. In der Turnhalle der Klinik wurde hierfür eine Balkenanlage an der Decke eingebaut, die das Einhängen verschiedenster motorischer Elemente ermöglicht. Diese Bewegungslandschaft kann immer wieder neu zusammengestellt und auch altersgemäß abgestimmt werden. „Für unsere Kurkinder spielt Bewegung eine wichtige Rolle. Bewegung hilft den Kindern, Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten zu entwickeln und wieder zu mehr Selbstbewusstsein zu gelangen“, so Klinikleiterin Katrin Schmidt.

## Kuren für geflüchtete Mütter

Seit mehr als vier Jahren bietet die Fachklinik Caritas-Haus Feldberg spezielle Vorsorgemaßnahmen für geflüchtete Familien aus dem arabischen Raum an. Das Müttergenesungswerk kann solche außergewöhnlichen Leistungen mit Spendenmitteln finanzieren. Schon mit Beginn der Flüchtlingskrise 2015 war klar, dass Frauen mit Fluchterfahrungen psychisch und körperlich sehr belastet sind. Zum einen durch die Erlebnisse während der Flucht, aber auch durch die angespannte und unsichere Situation in Deutschland: Unklarheit über die Dauer des Aufenthalts, beengte Wohnverhältnisse, keine oder nur wenige Verwandte und Bekannte, Sprachprobleme. Das sind nur einige Punkte, mit denen vor allem die Frauen konfrontiert sind. In der Kurmaßnahme können in Gesprächsrunden und Therapieangeboten

(zum Beispiel gemeinsames Kochen, Kreativangebote), die von einer Dolmetscherin begleitet werden, viele Themen besprochen werden. Hier wird auch mal gelacht, geweint und gescherzt. Der Austausch ist eine Bereicherung für die Familien und hilft dabei, die Situation zu Hause besser zu meistern. Die Kinder sind in der Kindergruppe und Schule betreut. Auch das reguläre Therapieprogramm steht den Familien zur Verfügung. Die Familien genießen die gemeinsame Zeit, den Austausch untereinander und schöpfen Kraft für die Zeit nach der Kur.



## Kurerfolg durch Nachsorge sichern

Innehalten und sich auf die wirksamen Elemente der Kurmaßnahme zurückbesinnen – das gelingt durch die Kurnachsorge. In Bad Herrenalb trafen sich im Herbst 2022 zwölf Frauen, die in den vergangenen zwei Jahren an einer Mütter- oder Mutter-Kind-Maßnahme teilgenommen hatten, für eine solche Kurnachsorge.

Die Auseinandersetzung mit Stress und der Stärkung der eigenen Resilienz stand ganz im Mittelpunkt der Nachsorge. Ein Wochenende lang hatten die teilnehmenden Frauen die Gelegenheit zu reflektieren, zu entspannen und sich auszutauschen. Ein kleines Highlight war die Kreation eines eigenen Aromaöls für zu Hause,

das in stressigen Situationen für Entspannung sorgen soll. Die Seminarleiterin Nadja Scheuermann berichtet: „Es gab diesen besonderen Moment, in dem die Augen aller Teilnehmerinnen geleuchtet haben. Da waren wir angekommen, bei uns, bei unseren Kräften.“ Im Verbund des Müttergenesungswerks gibt es viele Kurnachsorge-Angebote wie das in Bad Herrenalb.

Die Kurnachsorge ist Teil der „therapeutischen Kette“ im Müttergenesungswerk und erfolgt nach der Kurmaßnahme. Die Nachsorge soll den Erfolg der Kur langfristig sichern. Das Müttergenesungswerk unterstützt die Realisierung solcher Angebote durch Spendenmittel.





# **Ein gutes Familienleben zu fördern, das ist mir wichtig.**

**Berlin, Zürich, Boston, Santiago de Chile: Das Unternehmen, in dem Dr. Ludger Paus, 66 Jahre, Geschäftsführer und Partner ist, operiert weltweit. Die EBP Deutschland GmbH engagiert sich national und international, zum Beispiel wenn es um die Entwicklung moderner Soft- und Hardwaresysteme insbesondere für den Bereich Meteorologie, Verkehr und Wasserbau geht, oder rund um die Entwicklung von Städten und Regionen sowie der nachhaltigen Nutzung von Ressourcen. Seit 18 Jahren spendet die EBP GmbH jährlich für das Müttergenesungswerk. Wir wollten wissen, welche Verbindung Dr. Paus zum MGW hat und was ihn zum Spenden motiviert.**

**Herr Dr. Paus, Sie spenden im Namen der EBP seit 18 Jahren regelmäßig für das MGW. Wir sind sehr dankbar für diese großartige und loyale Unterstützung. Erzählen Sie uns doch gern ein bisschen über Ihr Unternehmen. Wie würden Sie die EBP beschreiben?**

Wir sind seit 1993 in Deutschland ansässig, ich bin seit 1996 Geschäftsführer. Seit mehr als 25 Jahren liegt unser Schwerpunkt auf der Entwicklung moderner Soft- und Hardwaresysteme mit einer überwiegend

technisch wissenschaftlichen Ausrichtung. Unsere Kunden stammen größtenteils aus den Bereichen Verkehr, Wasserbau und Meteorologie sowie der Stadt- und Regionalplanung.

**Das klingt spannend! Mit wie vielen Mitarbeitenden arbeiten Sie weltweit und hier in Berlin?**

International sind es mehr als 500, in Berlin sind wir derzeit bei circa 60 Mitarbeitenden und wir entwickeln uns stetig weiter. Als wir nach einem geeigneten Standort zur Errichtung eines eigenen Hauses suchten, wurden wir in Berlin fündig. Im Jahr 2016 sind wir von Potsdam nach Berlin gezogen. Hier haben wir Kapazitäten für bis zu 200 Arbeitsplätze.

**Was war der Antrieb für das eigene Gebäude als Firmensitz?**

Die Idee war, mit einem eigenen Gebäude für unsere Kolleginnen und Kollegen mehr Identität zu schaffen und der Firma ein Zuhause zu geben. Einen schönen Ort, der auch die Bindung zum Unternehmen und untereinander positiv unterstützen kann. Das war damals

”

*Wir unterstützen Sie, weil wir wissen, dass es wichtig ist, Sie zu unterstützen.*

der zentrale Gedanke. Sicherlich ist eine Firma etwas anderes als eine Familie, doch auch in einer Firma spielen gute zwischenmenschliche Kontakte und verlässliche Bindungen und Verbindlichkeit eine große Rolle.

**Erzählen Sie doch mal mehr von den Mitarbeitenden: Welche Berufe sind vertreten und wie ist die Verteilung in Bezug auf das Geschlecht und das Alter?**

Die meisten bei uns haben einen Hochschul- oder Fachhochschulabschluss. Bei uns arbeiten viele Physiker und Informatiker, aber auch Ingenieure sowie Stadtplaner. Das sind die klassischen männerdominierten Mint-Berufe und deshalb freuen wir uns, dass wir einen Frauenanteil zwischen 20 und 40 Prozent haben. Das schwankt immer ein bisschen, da in Lebensphasen der Familiengründung noch immer eher Frauen als Männer vorübergehend ansteigen. Aber gerade in der Altersgruppe der 40- bis 49-Jährigen ist der Frauenanteil wieder recht hoch. Da sind die Kinder größer und die Frauen steigen wieder verstärkt in ihren Beruf ein.

Uns ist ein gemischtes Team wichtig, sowohl bezüglich der Geschlechteranteile als auch in anderen Bereichen, wie beispielsweise bezüglich unserer Mitarbeitenden aus anderen Ländern. Wann immer es möglich ist, stellen wir daher Frauen ein. Ich bin einfach davon überzeugt, dass diese Mischung der Team- und Ideenentwicklung zuträglich ist.

**Ihr Unternehmen ist ja im Technik-Bereich tätig. Wie kam es dazu, dass EBP sich sozial engagiert und spendet? Ist dies eine persönliche Entscheidung von Ihnen?**

Seit 1996 lag unsere ganze Energie darin, eine stabile Grundlage zum Wirtschaften zu schaffen. Dies ist uns ab 2000/2001 gelungen und wir konnten die ersten Rücklagen bilden. Spätestens dann ist es wichtig und interessant, auch nach links und rechts zu schauen und Verantwortung zu übernehmen. Mit unseren Spenden unterstützen wir gern Bereiche, die in der Öffentlichkeit nicht so präsent sind. Und dann ist die Auswahl primär ein Bauchgefühl. Wir erfragen aber auch im Team, ob jemand ein bestimmtes Thema oder Vorschläge hat.

**Und wie kam es schließlich zu der Entscheidung für das Müttergenesungswerk? Welche Bedeutung hat das MGW für Sie?**

Das ist eine persönliche Erfahrung. Vom Müttergenesungswerk habe ich zuerst gehört, da war ich neun oder zehn Jahre alt. Ich wuchs auf einem Bauernhof im Westfälischen auf und habe sechs Geschwister. Opa und Oma waren da, auch Onkel und Tanten lebten auf dem Hof, wir waren immer rund 14 Personen am Tisch. Meine Mutter war unendlich erschöpft, physisch und auch psychisch. Die gesellschaftlichen und kirchlichen Verpflichtungen, die eigenen Großeltern und Schwiegereltern im Haus. Das war Schwerstarbeit für sie. Die



vielen noch kleinen Kinder, die Schwangerschaften, täglich fünf Mahlzeiten, drei plus eine um 10 Uhr und eine um 17 Uhr. Meine Mutter hat den ganzen Haushalt versorgt. Irgendwann konnte sie nicht mehr. Das spürte ich als kleiner Junge sehr. Sie tat mir so leid und es schien keinen Ausweg für uns alle aus dieser Situation zu geben. Da schlug unser Hausarzt vor: „Es ist Zeit, du musst dringend eine Kur machen.“ Was zunächst nicht vorstellbar war, ging dann doch. Sie war zwei Mal sechs Wochen bei einer Kur im Müttergenesungswerk. Damals war das noch ohne Kinder, anders hätte das wohl auch keinen Sinn gemacht. Unsere Tante versorgte uns in dieser Zeit. Als meine Mutter dann wiederkam, spürte ich, wie verändert sie war. Sie war voller Energie und ihre Lebensfreude war wieder da. Das hat mich so beeindruckt. Diese ständige Anspannung vorher im Haus – nach ihrer Rückkehr von der Kur machte sie einen komplett anderen Eindruck. Wir atmeten auf. Meine Mutter hatte sich nicht nur körperlich erholt, sondern auch Hilfe bekommen, anders mit angespannten Situationen umzugehen. Ich habe das bewusst wahrgenommen und war sehr dankbar.

**Und diese persönliche Erfahrung bewegte Sie später, das MGW durch Spenden zu unterstützen?**

Genau. Meine Mutter war damals am Rande von etwas Schrecklichem. Ich fühlte das als Kind, ohne dass ich mir genau vorstellen konnte, was das sein könnte. Sie

war so erschöpft und ohne Hoffnung auf Änderungen, sie hatte die Kraft verloren, in Ruhe über sich und uns alle nachzudenken. Umso größer war meine Erleichterung, als ich sie nach der Kur wiedersah. Wie wichtig diese nährenden Auszeiten für Mütter und sicherlich auch für Väter in ähnlichen Situationen sind, habe ich selbst als Kind erfahren.

Ein gutes Familienleben zu stützen, zu fördern und zu bewahren, scheint mir sehr bedeutsam. Deshalb ist es für mich wichtig und sinnstiftend, für das Müttergenesungswerk auch als Firma zu spenden und einen Beitrag zu leisten zur Unterstützung der Mütter in den Familien, und heute sicherlich auch der Väter.

Ich lege großen Wert auf Verlässlichkeit und Kontinuität. Wir unterstützen Sie jedes Jahr, weil Sie einen äußerst wichtigen Beitrag leisten. Wir sind vom Nutzen der Arbeit des Müttergenesungswerks sehr überzeugt. Anfang 2023 habe ich die Leitung der Geschäftsführung an meine langjährige Mitarbeiterin Anja Jacobs übergeben. Auch sie ist von der Bedeutsamkeit Ihrer Stiftung überzeugt und wird das MGW sicherlich weiterhin mit Spenden unterstützen.

**Lieber Dr. Paus, wir danken Ihnen für dieses Interview und Ihre persönliche Geschichte. Und ganz besonders danken wir Ihnen für Ihre langjährige Unterstützung des Müttergenesungswerks!**

# Das (und vieles mehr) hat uns 2022 bewegt

Trotz der fortdauernden Auswirkungen der Pandemie konnten viele unserer Veranstaltungen wieder in Präsenz stattfinden. Gute Gelegenheiten, um unsere Arbeit für Mütter, Väter und pflegende Angehörige voranzutreiben und den Fokus der Aufmerksamkeit auf die Gesundheit von Care-Arbeitende zu lenken.



## Care-Arbeit im Fokus

Bei uns gilt: Muttertag ist Müttergenesungswerk-Tag! Wie in jedem Jahr nutzen wir den Zeitraum rund um den Muttertag, um auf die gesundheitlichen Bedürfnisse von Müttern und Sorgearbeit Leistenden aufmerksam zu machen. Zahlreiche ehrenamtliche Sammler\*innen haben uns dieses Jahr wieder unterstützt und die Tradition der Spendensammlung mit Sammelbüchse fortgeführt: Ein bedeutsamer, wichtiger Einsatz! Denn diese Spenden können unmittelbar in den Beratungsstellen für die Unterstützung bedürftiger Familien eingesetzt werden.

Auch die Woche der Müttergesundheit im September gehört inzwischen zur guten Tradition im MGW. Dieses Jahr stand sie ganz unter dem Motto „Kraftspender\*in

gesucht“. In vielen MGW-Kliniken gab es vielseitige Aktionen, um die Bedeutung der Gesundheit von Müttern, den Kraftspenderinnen der Familien, in den Fokus zu stellen. Und in den sozialen Medien gab es viel Aufmerksamkeit für Videos von den therapeutischen Teams der Kliniken mit Entspannungsübungen und Tipps zur Entlastung vom stressigen Familienalltag. Kraftspenden für Kraftspenderinnen!

## Politisch aktiv

Neue Gesichter in der Regierung und im Parlament. Die neuen Abgeordneten des Familien- und des Gesundheitsausschusses luden wir online zum Parlamentarischen Frühstück ein. Dabei wiesen Kuratoriumsvorsitzende Svenja Stadler, MdB, und MGW-Geschäftsführerin Yvonne Bovermann auf die Bedeutung der Beratung vor und nach der Kur und die notwendige finanzielle Absicherung der Beratungsstellen hin. Das versprochene Frühstück bekamen die Abgeordneten, die mit uns mögliche Lösungen diskutierten, übrigens in ihr Büro geliefert.

Im Laufe des Jahres veröffentlichte das MGW acht Pressemeldungen, um auf die schlechte gesundheitliche Situation der Sorgearbeit Leistenden und auf die kritische Situation der Kliniken hinzuweisen. Der Gesundheitsausschuss des Bundestags hat das Thema aufgegriffen: In der Sitzung am 19. Oktober fand zum Thema Finanzierung der Kliniken ein Fachaustausch statt. Zu den wenigen geladenen Expert\*innen zählte die MGW-Geschäftsführerin Yvonne Bovermann, die an die Abgeordneten appellierte, mehr zum Erhalt der Kliniken für Mütter, Väter und Sorgearbeit Leistende zu tun.

## Geschäftsführerin vor Ort

Ein besonderes Highlight der Arbeit der Geschäftsführung sind die Besuche vor Ort, in den Kliniken und bei Berater\*innen. Insgesamt zwölf Kliniken konnte Yvonne Bovermann in ihrem ersten Jahr besuchen. Oft hatten die Besuche einen freudigen Anlass, so zum Beispiel das Jubiläum „25+1 Kurklinik Arendsee“ der DRK-Vorsorgeklinik für Mutter/Vater und Kind und das 70. Jubiläum der Mutter-Kind-Klinik Haus WaldQuelle im MGW-Verbund. Im Juni startete die Geschäftsführerin mit dem Fahrrad an der Mecklenburgischen Ostseeküste eine Sommertour zu gleich fünf Kliniken. Gespräche mit den Leiter\*innen, Teammitgliedern und Patient\*innen zeigten: Der persönliche Besuch ist von großem Wert!

*MGW-Geschäftsführerin Yvonne Bovermann mit Marcus Bierei (Klinikleiter Haus WaldQuelle) bei der Feier zum 70. Jubiläum der Klinik Haus WaldQuelle im MGW-Verbund*





## Pressearbeit ist unverzichtbar

Dass die Öffentlichkeit die Krise rund um die Gesundheit der Sorgearbeit Leistenden wahrgenommen hat, ist der aktiven Öffentlichkeitsarbeit des MGW zu verdanken. Mehr als 50 Presseanfragen beantwortete das MGW im Verlauf des Jahres. So konnte in Zeitschriften, Zeitungen, Radio und Online-Medien das ganze Jahr über aktuell über die Notwendigkeit der Gesundheitsförderung von Familien informiert werden.

## Das MGW ist dabei

Viele weitere Termine fanden 2022 wieder in Präsenz statt. So lud die Stiftung Ravensburger Verlag ein, um über die finanzielle Förderung von Familien zu diskutieren. Auch der Bundesfrauenrat der Partei Bündnis 90/ Die Grünen tagte in Präsenz. Auf dem Podium diskutierte die Parlamentarische Staatssekretärin im Familienministerium (BMFSFJ), Ekin Deligöz, mit der MGW-Geschäftsführerin Yvonne Bovermann über mögliche Hilfen für die durch die Pandemie enorm belasteten Mütter und Familien.

## Politischer Besuch

Gern kommen auch Politiker\*innen zum Klinikbesuch, um einen persönlichen Eindruck von der wichtigen Präventionsarbeit vor Ort zu bekommen. So besuchte der Patientenbeauftragte der Bundesregierung, Stefan Schwartze, die Mutter-Kind-Klinik Schanzenberg in Horn-Bad Meinberg. „Mutter-Kind-Kliniken leisten einen unschätzbaren Beitrag zur Unterstützung der Eltern und ihrer Kinder, die an ihre Grenzen gekommen sind“, betonte der Patientenbeauftragte.

*Yvonne Bovermann (Geschäftsführerin MGW),  
Patientenbeauftragter Stefan Schwartze, MdB*



Und auch die Kuratoriumsvorsitzende des Müttergenesungswerks, Svenja Stadler, MdB, besuchte im Sommer eine Einrichtung des MGW: Klinikleiterin Antje Krause stellte ihr Haus Daheim in Bad Harzburg vor und berichtete von den coronabedingten Herausforderungen und auch von den Erfolgen bei der Gesundheitsförderung der Mütter.

*V. l. n. r.: Svenja Stadler (Kuratoriumsvorsitzende),  
Antje Krause (Klinikleiterin Haus Daheim), Yvonne  
Bovermann*

*Familienministerin Lisa Paus sagt den Vertreter\*innen  
der Kliniken ihre Unterstützung zu.*

## Die Konferenz der Kliniken

Unter dem Motto „Die Zukunft gendersensibel gestalten“ begrüßte das Müttergenesungswerk die Klinikvertreter\*innen auf der jährlichen Konferenz der Kliniken. Schon lange steht das MGW für Vielfalt und Gendersensibilität. Aber wie wird man den Müttern und den Vätern gerecht, was hilft der jeweiligen Gruppe? Die



Teilnehmenden diskutierten angeregt miteinander und mit den Referent\*innen. Die Möglichkeit zum direkten Austausch genossen sie dabei spürbar. Die anwesenden Politiker\*innen sowie Expert\*innen aus Wissenschaft und Gesellschaft bestätigten die Bedeutung der Arbeit im MGW und sagten Unterstützung zu.



# Mehr Sorge für die Sorgenden

Gastbeitrag von Susanne Mierau



Susanne Mierau

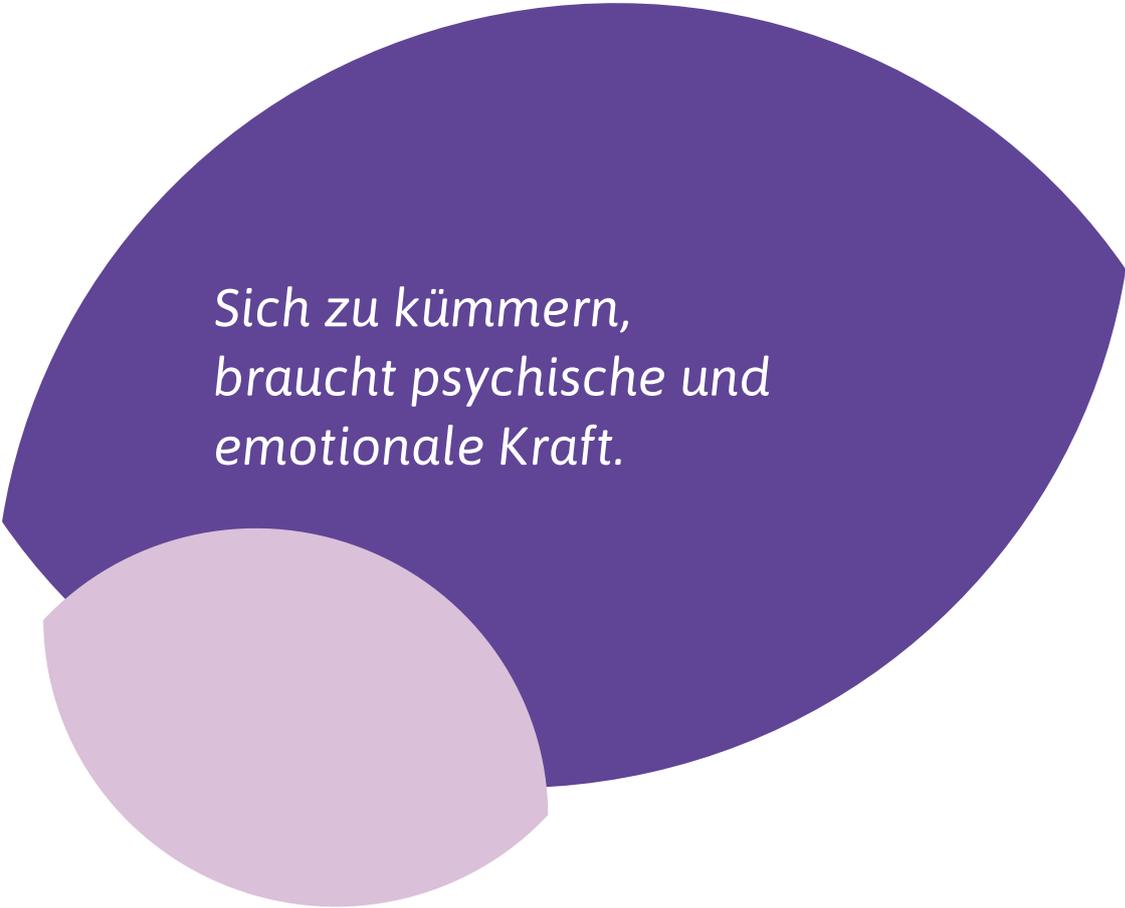
Schon der berühmte britische Kinderarzt und Pionier der Bindungsforschung, John Bowlby, erklärte: „Enge Bindungen an andere Menschen sind das Zentrum, um das herum sich das Leben eines Menschen dreht, nicht nur als Säugling, Kleinkind oder Schulkind, sondern auch während der Adoleszenz und der Erwachsenenzeit bis hinein ins hohe Alter.“ Ihm ähnlich erklärte die US-amerikanische Ethnologin Margaret Mead, dass das erste Zeichen der Zivilisation der Fund eines Oberschenkelknochens sei, der gebrochen gewesen und geheilt sei: Dieser archäologische Fund bedeutet, dass ein Mensch verletzt war und diese Verletzung ausheilen konnte, weil es jemand anderen gab, der sich um diesen Menschen kümmerte. Anderen Menschen durch eine missliche Lage zu helfen, sei der Beginn der Zivilisation.

## **Soziale Wesen, die füreinander da sind**

Seit Bowlby und Mead haben sich zahlreiche weitere Disziplinen mit den Fragen um Bindung und dem Miteinander beschäftigt und auch Medizin, Neurowissenschaften und Psychologie kommen zu dem Schluss, den der Arzt und Professor für Psychoneurobiologie,

Dr. Joachim Bauer, so gut zusammenfasst: „Wir sind – aus neurobiologischer Sicht – auf soziale Resonanz und Kooperation angelegte Wesen.“ Der Kern unseres Seins und Handelns ist die Verbindung mit anderen, das Sorgen umeinander, das Miteinander.

Unser Motivationssystem basiert nicht etwa – wie wir in unserer heutigen Gesellschaft oft annehmen – auf materieller Belohnung oder Bestrafung, sondern wird auf physiologischer Ebene über Hormone wie Oxytocin, Dopamin und körpereigene Opiode durch das Miteinander gesteuert. Wir sind soziale Wesen, es macht uns aus, Gruppen zu bilden, gemeinschaftlich zu leben und sich umeinander zu kümmern. Gruppenzugehörigkeit und das Miteinander sind so bedeutsam für uns, dass wir den Ausschluss aus einer Gruppe als tatsächlichen Schmerz wahrnehmen: Soziale Schmerzen werden an denselben Stellen im Gehirn verarbeitet wie körperliche Schmerzen. Verlusterlebnisse können Depressionen und andere psychische Krisen auslösen und nehmen Einfluss auf unser Motivationssystem. Wenn wir also den Kern unseres menschlichen Seins verlieren, das



*Sich zu kümmern,  
braucht psychische und  
emotionale Kraft.*

Miteinander, die schützende und unterstützende Gruppe, kann das schwere Folgen zeigen. Doch nicht nur durch den Verlust des Miteinanders ist das Sorgen gefährdet, auch innerhalb sorgender Gemeinschaften ist Kümmern um andere störanfällig.

#### **Care-Arbeit hat viele Gesichter**

Das Sorgen um andere hat viele verschiedene Gesichter: Wir unterscheiden grob in bezahlter und unbezahlter Care-Arbeit, wobei es aber innerhalb dieser Gruppen noch viele weitere Unterformen gibt: Bezahlte Care-Arbeit in der Pflege, in der Krankenversorgung, in der Hebammenarbeit, in der Arbeit in Hospizen erfordert unterschiedliche Anstrengungen in körperlicher und psychischer Hinsicht. Und auch in der unbezahlten Care-Arbeit gibt es ein weites Feld von Sorgenden: sorgende Eltern in Paarbeziehungen, Alleinerziehende mit einem oder mehreren Kindern mit oder ohne Behinderung(en), mit zusätzlicher Sorgearbeit für ältere Verwandte, mit unterschiedlichen Einkommen und Wohnverhältnissen.

Weltweit werden laut Soziologin Dr. Franziska Schutzbach jeden Tag 16,4 Milliarden Stunden unbezahlter Sorgearbeit in Form von privater Haus- und Familienarbeit geleistet, drei Viertel davon werden von Frauen verrichtet. Auch hierzulande gibt es den sogenannten

Gender-Care-Gap, die Sorgelücke zwischen Frauen und Männern: Im OECD-Vergleich belegt Deutschland einen mittleren Rang. Frauen sind mehr mit häufig anfallenden und unflexiblen Tätigkeiten im Bereich Haushalt und Kinderversorgung beschäftigt. In der Altersgruppe der 34-Jährigen beträgt der Gender-Care-Gap 110,6 Prozent: Frauen investieren pro Tag durchschnittlich fünf Stunden und 18 Minuten mit Care-Arbeit, während Männer zwei Stunden und 31 Minuten damit verbringen. Wer erwerbstätig ist, trägt die Verantwortung und Last der bezahlten Erwerbsarbeit und zusätzlich die Last der privaten Sorgearbeit, die meist keine Pausen, keinen Urlaub, kein Wochenende und keine Arbeitsschutzbedingungen kennt.

Alle Sorgebereiche eint der Umstand, dass dieser Care-Arbeit nicht die emotionale und finanzielle Wertschätzung entgegenkommt, die Sorgearbeit als Kern unseres menschlichen Seins und Fundament unserer Zivilisation verdient hat. Sie ist es, die unsere gesamte Gesellschaft aufrechterhält, die überhaupt erst die Basis bildet für die Wirtschaft: Durch Care-Arbeit werden neue Arbeitskräfte erzogen sowie betreut, sodass andere Menschen der Erwerbsarbeit nachgehen können; durch Care-Arbeit haben Erwerbstätige die Chance, sich im Rahmen des menschlich notwendigen sozialen



Miteinanders zu erholen, um überhaupt ausreichend Kraft für Erwerbsarbeit zu haben.

### Care-Arbeit und ihre verschiedenen Lasten

Care-Arbeit geht einher mit Mental Load: der Belastung durch das Organisieren von Alltagsaufgaben. Wer für andere sorgt, hat viele Aufgaben jeden Tag zu erledigen und eine oft scheinbar unendliche Liste an To-dos irgendwo im Hinterkopf. Care-Arbeit geht oft einher mit besonderer körperlicher Beanspruchung: Babys und Kleinkinder werden getragen, hochgehoben, sie werden laut weinend an der Schulter gehalten, ältere Menschen werden umgebettet und gestützt.

Care-Arbeit geht aber auch einher mit Emotional Load: sich zu kümmern, braucht psychische und emotionale Kraft. Wer Kinder begleitet, begleitet Gefühlsausbrüche, starke Emotionen und muss sich nicht selten mit plötzlich hochgeschwemmten eigenen Kindheitserfahrungen auseinandersetzen. Manchmal wird auch Zeit für Beratungen oder Therapie benötigt. Und wer nicht „nur“ Kinder versorgt, sondern ältere Menschen auf ihren letzten Wegen begleitet, muss sich mit dem Abschiednehmen und Schmerz des Todes auseinandersetzen. Wer als sorgendes Elternteil auf einmal alleinerziehend wird, muss sich mit Sorgen des aus dem Gender-Care-Gap

ergebenden Gender-Renten-Gap auseinandersetzen, mit Armut und dem Druck der noch immer vorhandenen Stigmatisierung Alleinerziehender.

Trotz aller positiven Emotionen, die durch das Umsorgen von Kindern und Älteren auftreten: Die Rahmenbedingungen für diese anstrengende Arbeit sind nicht gut. Auch wenn gern erklärt wird: „Früher haben Mütter das auch geschafft!“, lässt sich diese Aussage in Zweifel ziehen. Früher mussten Mütter das auch schon schaffen, aber es ging ihnen auch damals schon nicht gut. Das in den 1950er-Jahren verkaufte Herz-Kreislauf-Tonikum „Frauengold“ ist durch seine Existenz und die zugehörigen Werbebeiträge Beispiel dafür, dass auch schon unsere Mütter und Großmütter unter den Bedingungen der Care-Arbeit litten. Das alkoholhaltige Getränk, das sich später als krebserregend herausstellte, war zweifellos nicht die richtige Antwort auf die Belastungen. Und auch die in heutiger Zeit vorzufindende Kommerzialisierung, die sich in Frauen-Entspannungstees, Entspannungsbädern und anderen Beauty-Anwendungen wiederfindet, kann das Problem der



*Schon vor der Pandemie waren mehr als zwei Millionen Mütter in Deutschland kurbedürftig.*

Belastungen der Sorgenden, die hauptsächlich Frauen sind, nicht lösen.

#### **Auswirkungen der Care-Überlastung**

Der Stress, unter dem Eltern – und insbesondere Mütter – heute stehen, wirkt sich auf das psychische Wohlergehen aus und kann zum Erschöpfungssyndrom bis zum Burnout führen. Auch die Eltern-Kind-Beziehung leidet unter diesem Stress, dieser Erschöpfung: Eltern, die an der Belastungsgrenze stehen oder diese bereits überschritten haben, können die Signale und Bedürfnisse des Kindes weniger gut wahrnehmen und beantworten. Genau dies wäre aber wichtig, damit das Kind eine sichere Beziehung zu den Bezugspersonen aufbauen kann. Wenn sich Kinder nicht gesehen, wertgeschätzt und sicher versorgt fühlen, wirkt sich das auf ihr Selbstbild aus und damit – bei einer größeren Anzahl von Kindern, die so aufwachsen – auf unsere Gesellschaft insgesamt.

Wir können häufig nicht genau benennen, welche Auswirkungen durch Stress und Zeitmangel langfristig auftreten werden. „Aber wir haben durch Erschöpfungssyndrome, Burnout und auch die steigende Anzahl von Kindern und Jugendlichen, die unter psychischen Erkrankungen leiden, einen Hinweis darauf, dass das,

wie wir unser Zusammensein und unsere Lebensweise gestaltet haben, nicht gut und gesund ist“, erklärt dementsprechend das Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliche Institut schon 2008 in einem Diskussionspapier.

Schon vor der Pandemie waren mehr als zwei Millionen Mütter in Deutschland kurbedürftig, während das Müttergenesungswerk aber lediglich 50.000 Müttern pro Jahr eine Kur in einer der 73 anerkannten Kliniken anbieten kann. Durch die Mehrfachbelastungen innerhalb der Pandemie – psychische Belastungen, Covid-Infektionen (teilweise mit Langzeitfolgen), Einschränkungen oder Wegfall von außerfamiliärer Betreuung und Bildung, Sorgen um das psychische Wohlergehen der Kinder – ist die Zahl noch gestiegen.

Dazu haben sich weitere Krisen gesellt und werden es auch weiterhin tun: der Krieg innerhalb Europas, die Inflation, die Klimakrise. „Krisen sind nie geschlechtsneutral“, erklärt UN Women. Sie bergen die Gefahr von Retraditionalisierung, Unterdrückung und Ungerechtigkeit. In der Pandemie hat sich dies nicht nur auf Mütter ausgewirkt, sondern auch auf Mädchen in Familien: Sie wurden mehr in die familiäre Care-Arbeiten eingebunden als Jungen und tragen damit die Lasten der Mütter mit. Neueste Studien zeigen zudem, dass die



häusliche Gewalt innerhalb Deutschlands zunimmt. Deswegen setzt sich das Müttergenesungswerk aktiv gegenüber Politik und Gesellschaft ein, um gute Rahmenbedingungen für Care zu fordern und zu fördern.

### **Sorgende brauchen ein verlässliches Unterstützungssystem**

Der Bedarf an Erholung für Sorgende, insbesondere Mütter, ist riesig. Nicht nur auf der individuellen Ebene, sondern auch in Bezug auf das Wohlergehen unserer Gesellschaft. Neben politischen Veränderungen hin zur bezahlten familiären Sorgearbeit und Equal Care benötigen Sorgende ein gut ausgebautes, verlässliches Erholungs- und Unterstützungssystem. Ein System, das die 11,3 Millionen Mütter bei Überlastung zeitnah auffängt.

Kuren für Sorgende sind mehr als nur eine kleine Auszeit: Sie stärken und regen dazu an, private Rahmenbedingungen zu reflektieren und zu verändern. Sie unterstützen, einen gesunden Alltag zu entwickeln, und geben Anregungen für Ernährung, Bewegung und Erziehung. Sie können wieder Kraft geben, um den eigenen Kindern liebe- und respektvoll zu begegnen und sie darin zu bestärken, auch jenseits der sozialen Gruppe vor Ort ein Netzwerk aufzubauen, das im Alltag unterstützt und das für uns alle so wichtige Gemeinschafts-

gefühl nicht nur vermittelt, sondern praktisch lebt. Das Müttergenesungswerk unterstützt deswegen Mütter, Väter und Pflegende durch sein Angebot an Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen.

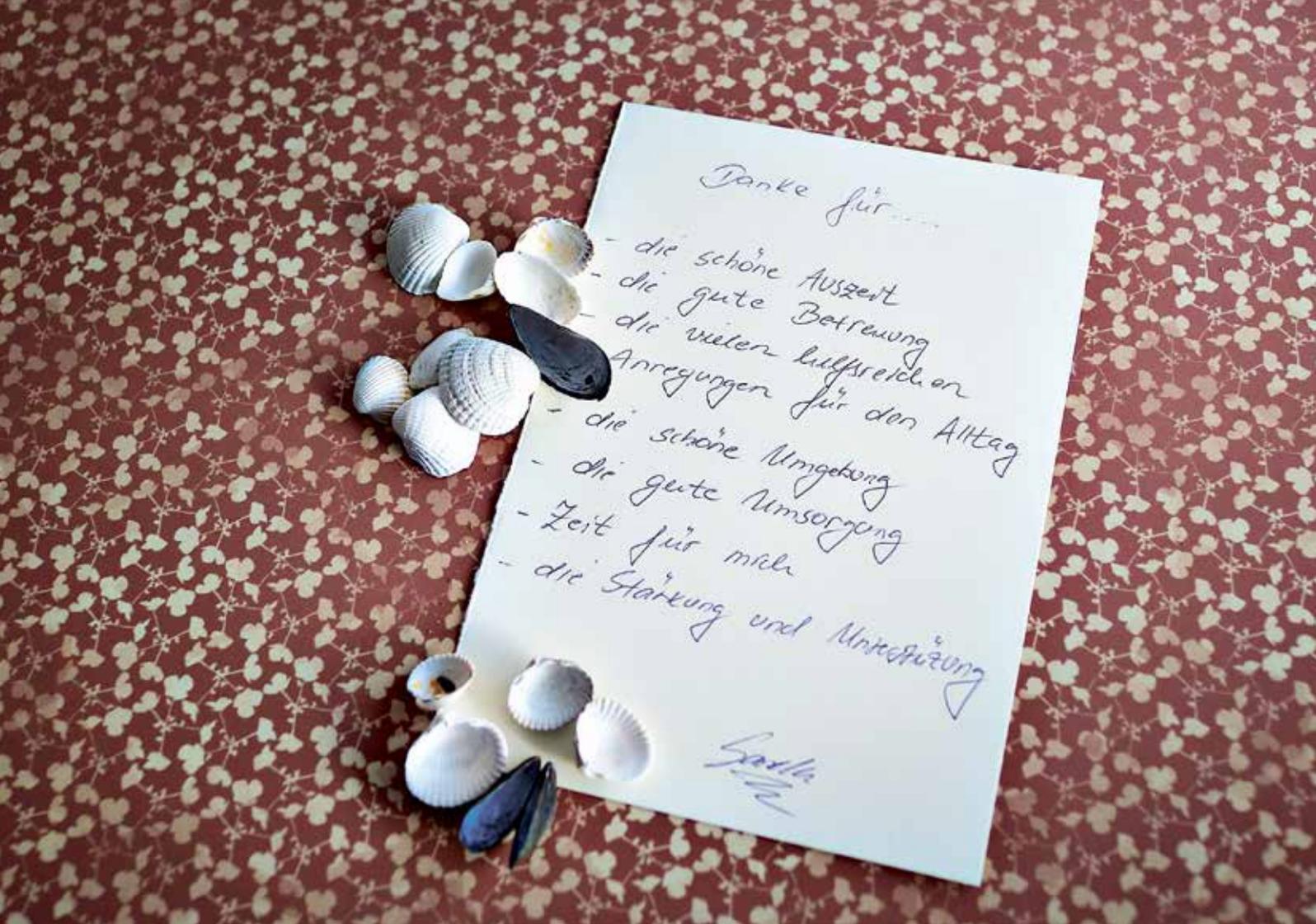
Die „therapeutische Kette“ umfasst Information und Beratung, die stationären medizinische Maßnahmen und Nachsorgeprogramme – ein weltweit einzigartiges Angebot für unbezahlt Care-Arbeitende. Manchmal reicht die Kraft der Sorgenden nicht für all die Organisation: Auch hier unterstützt das Müttergenesungswerk in rund 1000 Beratungsstellen bei der Antragsstellung, der Auswahl der passenden Klinik und auch im Falle einer Ablehnung. Es macht unsere Zivilisation aus, anderen Menschen durch eine missliche Lage zu helfen. Gerade jene, die Care geben, brauchen eine Gesellschaft, die sich um sie kümmert.

**Susanne Mierau** ist Diplom-Pädagogin, Familienbegleiterin und Autorin verschiedener Bücher und SPIEGEL-Bestseller rund um Erziehung, Mutterschaft und Care-Arbeit. 2012 gründete sie das bekannte Blog [geborgen-wachsen.de](https://www.geborgen-wachsen.de) über bedürfnisorientiertes Familienleben.



“

*Ich möchte  
am liebsten  
gar nicht mehr  
weg!*



Danke für...

- die schöne Aussicht
- die gute Betreuung
- die vielen hilfreichen Anregungen für den Alltag
- die schöne Umgebung
- die gute Umsorgung
- Zeit für mich
- die Stärkung und Unterstützung

Garla

Melisa Simikics\* letzter Tag in Rerik geht zu Ende. Morgen früh fährt ihr Zug zurück nach Dresden, zurück in ihren Alltag. Der Abschied von der Gruppe, von den schönen Tagen ohne Verpflichtungen in der Mütterkur fällt schwer. Sie war mit den anderen Müttern ihrer Gruppe noch einmal gemeinsam essen. Die Frauen haben geredet, gelacht, Telefonnummern ausgetauscht und sich versprochen, in Kontakt bleiben.

„Ich möchte am liebsten gar nicht mehr weg“, sagt die 40-Jährige. „Wir waren ein tolles Team, haben Verbindungen aufgebaut.“ Aber natürlich freut sie sich auch auf ihre Familie, ihren Mann und ihre beiden Söhne. Und sie fühlt sich wieder gestärkt für die Herausforderungen des Alltags. In Rerik konnte sie ihren leeren Akku wieder aufladen, hat Kraft getankt und Strategien erlernt, künftig besser auf sich zu achten.

Als sie vor drei Wochen in der modernen Mutter-Kind-Klinik an der Ostsee ankam, stand sie kurz vor dem

Burnout. An jedem Wochentag pendelt die in Bosnien und Herzegowina geborene Deutschlehrerin 70 Kilometer von Dresden zu einer Brennpunktschule in Bautzen, an der sie unterrichtet. Ihre Tage beginnen früh und sind durchgetaktet: Aufstehen um fünf Uhr, Frühstück für die beiden Söhne und den Mann vorbereiten, dann auf die Autobahn. Nachmittags nach sechs Schulstunden zurück nach Hause, den Unterricht für den nächsten Tag planen und den Haushalt erledigen. „Es war einfach alles zu viel“, sagt sie. Nachts konnte sie nicht mehr schlafen, die Gedanken kreisten, sie kam nicht mehr zur Ruhe. „Ich war in einer Dauererschöpfung.“

Im vergangenen November kam es dann auf der Autobahn zu einem Unfall mit einem Lkw. Zum Glück wurde sie nicht schwer verletzt. Doch es war ein Weckruf, dass es so nicht weitergehen kann. Ihr Bankberater, dem sie von ihrer Erschöpfung berichtete, erzählte ihr vom Müttergenesungswerk und der Möglichkeit, eine Mütterkur für sich in Anspruch zu nehmen. Und weil Melisa Simikic gewohnt ist, Probleme zu lösen, ging sie sogleich

”

*Ich wusste vorher gar nicht, dass es so etwas überhaupt gibt und ich einen Anspruch auf eine Kur habe.*

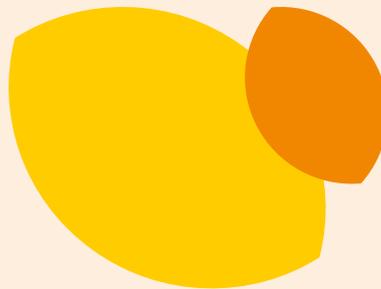
zu ihrer Hausärztin. Sieben Tage später hatte sie eine Zusage von ihrer Versicherung. Die Verblüffung, wie rasch und unkompliziert der Prozess lief, ist ihr anzumerken. „Ich wusste vorher gar nicht, dass es so etwas überhaupt gibt und ich einen Anspruch auf eine Kur habe.“ Es war wie ein unerwartetes Geschenk, eine Reißleine, die plötzlich vor ihr hing und die sie gerade noch rechtzeitig zog.

Erst seit fünf Jahren lebt Melisa Simikics Familie in Deutschland. Zu den täglichen Anforderungen kam der Ehrgeiz, sich rasch und perfekt in Deutschland zu integrieren. Die Lehrerin beherrschte bei der Ankunft als einzige perfekt die Sprache. Ihre Söhne, heute 16 und 18 Jahre alt, und ihr Mann sprachen hingegen kein Wort Deutsch. Und so sorgte sie neben ihrer Berufstätigkeit dafür, dass ihre Familie sich einfügte, ihre Kinder rasch Deutsch lernten und in der Schule gut mitkamen. Dass sie das geschafft hat, macht sie stolz. Beide Söhne gehen aufs Gymnasium und haben gute Noten. Ihr Einsatz hat sich gelohnt. Doch

nun muss sie lernen, auch wieder auf sich zu achten, etwas loszulassen.

„Ich bin Perfektionistin“, sagt sie und schiebt selbstkritisch hinterher: „Das ist auch für meine Familie nicht immer einfach.“ Ihre Erwartungen an sich, aber auch an ihre Kinder sind hoch. „Ich habe nicht nur mich, sondern alle permanent angetrieben.“ Andererseits weiß sie, dass ohne ihren Ehrgeiz, ihre Kraft und Disziplin die Familie heute nicht dort wäre, wo sie steht. Ihr Fazit: „Man muss einschätzen, wann der Perfektionismus angebracht ist und wann nicht. Zu Hause hat er mir nur Stress gebracht, da muss ich loslassen.“

Ihre Auszeit in Rerik empfindet sie als großes Geschenk. Es waren Tage, in denen sie sich einmal nur um sich selbst gekümmert hat. Sie traf sich zu Gruppengesprächen, tauschte sich mit anderen Müttern aus und besprach mit einer Therapeutin Bewältigungsstrategien für den Alltag. Sie machte Spaziergänge und Radtouren am Meer, trieb Sport im Team. Sie las, wenn ihr



danach war, Bücher auf dem Zimmer oder im Standkorb und unternahm Ausflüge mit den anderen Frauen. „Es war herrlich.“

Und dann das Meer. Für sie, die von der Adria stammt, war dies der entscheidende Faktor, die Kur an der Ostsee zu machen. „Das Meer ist eine große Inspiration.“ Sie schwärmt von den Farben, den gelben Rapsfeldern, dem blauen Wasser, den grünen Wiesen. Das Wetter war gut, der Frühling endlich da. Und dann das Rauschen der Wellen: „Das bringt einen sehr weit weg vom Alltag.“

„Es hat so gut getan“, sagt Melisa Simikic. In Gedanken und physisch von der Realität getrennt, so hat sie es erlebt. Keine fordernden Unterrichtsstunden, kein Haushalt, kein Pendeln. „Mir hat das wirklich sehr geholfen. Und ich bin so dankbar, dass das möglich war.“

In Zukunft auch mal mit weniger als 100 Prozent zufrieden zu sein, das hat sie sich fest vorgenommen. Das würde nicht nur sie, sondern auch ihre Familie entspannen. In Rerik hat sie ein Bewusstsein dafür entwickelt, die Dinge gelassener anzugehen. Sie hat gelernt, die Signale ihres Körpers für aufkommende Überforderungen frühzeitig wahrzunehmen, und Methoden erprobt, um Stress vorzubeugen. Nur nicht wieder in die Erschöpfungsfalle laufen, das ist das Ziel für zu Hause.

Ohne neue Strategien, ohne Änderungen daheim lauert die Gefahr, in alte Muster zu rutschen, das ist ihr klar. Ihr größter Vorsatz: „Ich möchte die Entspannung so gut wie möglich behalten.“ Deshalb hat Melisa Simikic einen konkreten Plan: immer wieder während des Tages kurz innehalten, wenn sie müde ist. Jeden Tag an die frische Luft und sich bewegen. An der Ostsee hat sie das Walken für sich entdeckt. Das tut ihr gut, ohne sie zu erschöpfen. In Zukunft soll es Teil ihres Alltags sein, ebenso wie Rückenfit-Kurse im Fitnessstudio. Die ganze Familie unterstützt sie in dem Prozess, mehr auf sich zu achten. Ihre Kinder

sind fast erwachsen, viel selbstständiger als früher. Insofern ist sie zuversichtlich, ihre Vorsätze umsetzen zu können.

Diese vermeintlich kleinen Dinge des Alltags zu ändern, hat sie selbst in der Hand. Was die Struktur ihrer Arbeitstage betrifft, liegen die Veränderungshürden höher. Ein erster Antrag, an eine wohnortnähere Schule versetzt zu werden, wurde abgelehnt. Dabei wäre es ein wichtiger Schritt, nicht mehr zwei Stunden am Tag auf der Autobahn zu verbringen. „Aber ich bleibe dran“, sagt sie. Sie will die Optionen ausloten.

Die Kraft dazu hat sie auch aus Rerik mit nach Hause gebracht. Ebenso wie den Vorsatz, sich selber zu stärken, inmitten des Lehrermangels und des Arbeitsstresses.

Ihre Veränderungen werden sich auf die Familie auswirken, da ist sie sich sicher. „Ich habe meinen eigenen Perfektionismus auf meinen Sohn übertragen. Der stellt schon ähnlich hohe Ansprüche an sich wie ich.“ Da will sie künftig gegensteuern und ihm vermitteln, dass auch er einen Ausgleich braucht, sich einfach Zeit für sich selbst nehmen kann. Insofern sieht sich Melisa Simikic auch als Botschafterin: Was sie aus Rerik an Einsichten mitnimmt, will sie an andere weitergeben, an ihre Familie, aber auch an Kolleginnen und Kollegen.

Wenn sich die Stresssignale wieder melden, will sie sich zu Hause an einen Coach wenden. Sie hat schon vorgesorgt und herausgefunden, wo sie sich bei Bedarf Unterstützung holen kann. „Ich habe in letzter Minute die Notbremse gezogen“, sagt sie. Soweit soll es in Zukunft nicht mehr kommen. Und wenn sie sich doch wieder überfordert von den Ansprüchen des Lebens fühlen sollte, weiß sie nun, dass sie nicht allein ist. „Es hilft mir zu wissen, dass ich nochmal eine Kur machen kann. Dass es einen Ort gibt, an dem ich Kraft sammeln kann, wenn es gar nicht mehr geht.“

\* Name von der Redaktion geändert



”

*Ich bin so dankbar,  
dass das möglich war.*



# Darauf sind wir stolz!

”

Die Kur bietet geschützten Raum zum Innehalten. Sie eröffnet neue Blickweisen und Möglichkeiten und bestärkt und ermuntert Mütter zur Selbstfürsorge und Selbstliebe. Und bietet den Raum zu probieren, wie man diese praktiziert. Die Kur ist auch eine Wertschätzung der Mütter.

”

Die Kur hat die Sichtweise auf mein ganzes Leben verändert!

”

Durch die Kur habe ich gelernt und gefühlt, wie wichtig es ist, an mich und meine Bedürfnisse zu denken – damit es meiner Familie gut geht! Und ich konnte die Seele baumeln lassen. Das hat mich gestärkt!

”

*Ich fühle meine Energie wieder!*

”

*In der Kur hatte ich trotz der verbindlichen Termine Zeit, freie Angebote zu nutzen. Und meine 7-jährige Tochter hatte als Begleitkind ein sehr ansprechendes und anspruchsvolles Tagesprogramm.*

”

*Die Kur war für mich die einzige Möglichkeit, dem täglichen Teufelskreis auf Zeit zu entkommen, ohne direkt wieder von den alltäglichen Pflichten eingeholt zu werden. Der Zeitraum einer Kur macht es, auch aufgrund des Abstandes, möglich, die persönlichen Dinge von außen zu überdenken.*

”

*Die Beratungsstellen sind kompetent, reaktionsschnell, unbürokratisch.*

# Sagen Sie gemeinsam mit uns Danke!

**Dass das, was Mütter, Väter und pflegende Angehörige durch ihre unentgeltliche Sorgearbeit leisten, von unbezahlbarem Wert für uns alle ist, wissen wir – zumindest theoretisch. Würde diese Sorgearbeit tatsächlich entlohnt, dann würde der Umsatz ungefähr dem dreifachen dessen entsprechen, was die IT-Branche jährlich weltweit erwirtschaftet, so Lou Zucker in SPIEGEL Psychologie!**

Weil diese Care-Arbeit für uns alle nicht nur unfassbar wertvoll ist, sondern weil sie die vielen Mütter, Töchter, aber auch Väter und Söhne oder Geschwister, die sich um Kinder oder Angehörige kümmern, oft bis an die Grenze der Belastbarkeit erschöpft oder krank macht, haben wir als Müttergenesungswerk es uns bereits vor mehr als 70 Jahren zur Aufgabe gemacht, für die Care-Arbeitenden in unserem Land da zu sein.

Mit unseren Kuren und Projekten bedanken wir uns stellvertretend für die Gesellschaft bei all denjenigen in unserem Land, die unentgeltlich für andere sorgen. Wir ermöglichen oder unterstützen Auszeiten und Gelegenheiten zur Selbstsorge, die die Sorgearbeitenden ins Zentrum der Aufmerksamkeit stellen und die Kraft spenden für den Alltag, der ihnen so viel abverlangt. Genau dafür benötigen wir Ihre Hilfe! Sagen Sie gemeinsam mit uns Danke und unterstützen Sie uns dabei, für die unentgeltlich Sorgearbeitenden da zu sein.

## **Dank Ihrer Spende können wir vieles leisten!**

Für einige Sorgearbeitende stellt die Finanzierung des gesetzlichen Eigenanteils zur Kur eine Herausforderung dar. Auch die An- und Abreise zur Kur verursachen Kosten, die nicht jede Mutter oder jeder Vater bewältigen kann. Damit die so dringend benötigte Kur nicht daran scheitert, dass das Geld für den Eigenanteil oder vielleicht einen fehlenden Koffer, um das benötigte Gepäck zu verstauen, nicht da ist, kümmern wir uns darum. Wir finanzieren Eigenanteile und Reiseutensilien für all diejenigen Care-Arbeiter\*innen, die das nicht eigenständig können.

Auch für Behandlungen und Angebote in der Kur vor Ort werden Dinge benötigt, die nicht jede oder jeder Kurende oder jedes Kind, das eine Kurmaßnahme begleiten darf, besitzt. Egal, ob es eine Schwimm- oder Sportausrüstung ist oder die Regenjacke für die die Kur unterstützenden Outdoor-Aktivitäten – wir als Müttergenesungswerk erkennen Bedürftigkeit und helfen da, wo wir gebraucht werden.

Die alltäglichen Belastungen sind für Mütter oder Väter, die sich um Kinder mit Behinderungen oder chronischen Erkrankungen kümmern, oft besonders hoch. Seit 2011 fördert das Müttergenesungswerk mit einem Sondervermögen Projekte in Kurkliniken, die explizit diesen Sorgearbeitenden und ihren Kindern zugutekommen.

Mittlerweile bieten einzelne Kurkliniken aus unserem Verbund spezielle Angebote für geflüchtete Familien aus dem arabischen Raum. Viele Geflüchtete haben in ihren Herkunftsländern oder während der Flucht sehr belastende Erfahrungen





## Spendenkonto

**Bank für Sozialwirtschaft**

**IBAN DE62 3702 0500 0008 8555 04**

**[muettergenesungswerk.de/spenden](https://muettergenesungswerk.de/spenden)**

und Situationen durchlebt, die sich in psychischen und physischen Erkrankungen manifestieren. Nicht selten sind Frauen besonders davon betroffen und ihre Kinder leiden mit ihnen. Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, Kur-Angebote bereitzustellen, die gezielt mit den besonderen Bedürfnissen dieser Mütter und Kinder umgehen können. Auch hier hilft das MGW mit Spendenmitteln.

Gute Kurnachsorge-Angebote sind wichtig – sie können den positiven Wirkungen einer Kur einen noch nachhaltigeren Effekt verleihen. Durch die Nachsorge-Angebote erhalten die Kurenden eine heimatnahe Unterstützung bei der Bewältigung der Themen, die ihre psychische und physische Gesundheit belasten und die sie schon während der Kur bearbeitet haben. Das MGW engagiert sich für solche Nachsorge-Projekte.

Mit Ihrer Spende fördern zudem wir viele Klein-Projekte in Kurkliniken, die unsere Angebote für Mütter, Kinder oder Väter noch besser machen:

So finanzieren wir ein Gartenprojekt im Haus Maria am Meer auf Norderney. Während der Pandemie hat man dort gute Erfahrungen damit gemacht, Therapie- oder Gesprächsangebote nach draußen zu verlegen. „Unser Garten soll zu einer Oase und einem Kraftort für Mütter werden“, so Klinikleiterin Silvia Selinger-Hugen. Er soll zu einem besonderen Ort werden, der – egal zu welcher Jahreszeit – zum Verweilen draußen einlädt.

Das Caritas Westfalenhaus am Timmendorfer Strand wünscht sich eine Neugestaltung der Gemeinschaftsräume auf den Wohnetagen. Hier sollen Wohlfühlorte entstehen, die Mütter dazu einladen, sich gemeinsam mit anderen auszutauschen und Gemeinschaft zu erleben. Die Klinik St. Ursula in Winterberg, die sich auf Trauerbewältigung von Frauen und Kindern spezialisiert hat, will ihr Außengelände neugestalten und einen Aktivspielplatz für Kinder errichten. Denn Bewegung, so weiß man dort, tut auch der

Seele gut und ist zudem etwas, was während der Corona-Pandemie viel zu kurz gekommen ist.

Ob es diese Projekte sind oder ein Jugendraum in der Klinik Helena am Meer auf Borkum, ein Bollerwagen für die Kleinsten im Mutter-Kind-Therapiezentrum in Graal-Müritz oder eines unserer vielen weiteren Unterstützungsprojekte für unsere Kliniken vor Ort: Damit wir die unentgeltlich Sorgearbeitenden wertschätzen und ihnen Kraft spenden können, brauchen wir Sie. Sagen Sie gemeinsam mit uns Danke – Ihre Spende hilft uns für die da zu sein, die sich tagtäglich um andere kümmern!

**Sie möchten mehr darüber erfahren, wie auch Sie gemeinsam mit uns für Mütter und alle, die Sorgearbeit leisten, da sein können?**

**Ute Scharrer**  
Mitarbeiterin Fundraising  
030 330029-23  
[spendenservice@  
muettergenesungswerk.de](mailto:spendenservice@muettergenesungswerk.de)



# Rechtliches und Finanzen

Die Elly Heuss-Knapp-Stiftung, Deutsches Müttergenesungswerk (MGW) ist eine rechtsfähige, öffentliche Stiftung des bürgerlichen Rechts. Sie untersteht seit ihrer Gründung 1950 der Stiftungsaufsicht der Regierung von Mittelfranken in Bayern. Das MGW verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige und mildtätige Zwecke im Sinne der §§ 51 ff. AO.

Die Stiftung erstellt jährlich einen Jahresabschluss, der sich an den Empfehlungen des Instituts der Wirtschaftsprüfer zur Rechnungslegung von Stiftungen und den Vorschriften des HGB orientiert. Dieser Jahresabschluss wurde von einem unabhängigen Wirtschaftsprüfer geprüft und mit einem uneingeschränkten Bestätigungsvermerk versehen.

Der Stiftungszweck wird insbesondere verwirklicht durch (§ 2 Nr. 2 der Satzung):

- a) finanzielle Zuwendungen an kur- und genesungsbedürftige Mütter,
- b) Förderung kurbegleitender Maßnahmen, insbesondere Kurvorbereitung und Kurnacharbeit,
- c) Zuschüsse zur Erhaltung und Errichtung von Müttergenesungseinrichtungen,
- d) Aufklärungs- und Öffentlichkeitsarbeit,
- e) Unterstützung der Trägergruppen bei der Erfüllung ihrer Aufgaben im Rahmen des Stiftungszweckes (a–d).

Mit Zustimmung der Stiftungsaufsicht wurde der Stiftungszweck auf die „Zustiftung Sorgearbeit“ erweitert. Er bezieht sich auf alle Sorgearbeit Leistenden und wird analog § 2, Ziff. 2a–e der Satzung verwirklicht, soweit dies aus deren Erträgen möglich ist.

Das Grundstockvermögen beträgt insgesamt 4.206.416 Euro. Davon entfällt auf die „Zustiftung Sorgearbeit“ ein Grundstockvermögen von 113.400 Euro.

## Erträge

Das Müttergenesungswerk finanziert seine Arbeit vor allem aus Spendeneinnahmen, Sammlungserträgen und aus den Erträgen der Vermögensverwaltung. Die Erträge der Stiftung sind vor allem aufgrund großzügiger Nachlassspenden i. H. v. 665.314 Euro und höheren Einnahmen im Zweckbereich gegenüber dem Vorjahr gestiegen. Diese Spenden haben es ermöglicht, im Rahmen der Stiftungsarbeit einen besonderen Fokus auf die Öffentlichkeitsarbeit und die Gewinnung von Neuspender\*innen zu legen.

In der Vermögensverwaltung der Stiftung spiegelte sich die schlechte geldpolitische Finanzmarktlage wider. Die schwierigen Marktbedingungen erforderten Wertminderungsabschreibungen auf die Finanzanlagen zum Jahresende, wodurch ein negatives Ergebnis ausgewiesen wurde.

Erträge	2021	2022
Spenden u. a.	789.038,74 €	1.089.480,76 €
Sammlung	232.038,74 €	244.270,06 €
Überschuss aus Vermögensverwaltung	422.914,74 €	– 376.746,53 €
Zweckbetrieb Kliniken	160.612,00 €	183.937,56 €
Sonstige Erträge	3.833,11 €	175,92 €
	<b>1.608.437,33 €</b>	<b>1.141.117,77 €</b>

<b>Ausgaben</b>	<b>2021</b>	<b>2022</b>
Kurbezuschussung	302.896,93 €	380.995,77 €
Aufwendungen für Sorgearbeit	103.161,30 €	17.523,76 €
Kampagnen-, Bildungs- und Aufklärungsarbeit	294.180,50 €	269.205,78 €
Allgemeine Öffentlichkeitsarbeit	321.585,07 €	280.090,10 €
Verwaltung	143.757,28 €	152.100,76 €
Zweckbetrieb (v. a. Kliniken)	155.398,09 €	195.186,08 €
Sonstige Aufwendungen	4.070,10 €	20.365,54 €
	<b>1.325.049,27 €</b>	<b>1.315.467,79 €</b>

Die traditionell im Mai stattfindende Muttertags-sammlung konnte wie gewohnt stattfinden. Die Sammlungserträge erhöhten sich leicht.

Die Erträge aus Zweckbetrieben enthalten vor allem Aufwandsentschädigungen von Klinikträgern. Diese werden im Zusammenhang mit der Verleihung des MGW-Qualitätssiegels erhoben.

#### **Ausgaben**

Die Aufwendungen des Geschäftsjahres sind im Vergleich zum Vorjahr leicht gesunken. Größten Anteil daran tragen die sich verringernden Ausgaben für Kampagnen-, Bildungs- und Aufklärungsarbeit sowie der allgemeinen Öffentlichkeitsarbeit.

Die im Geschäftsbereich Kliniken entstandenen Aufwendungen sind durch die Aufwandsentschädigungen von Klinikträgern gedeckt.

Von den Gesamtausgaben entfallen 29 Prozent auf Aufwendungen für Kurbezuschussung. Diese beinhalten eine direkte finanzielle Zuwendung an Mütter, Zuschüsse zur Kurberatung und Kurnacharbeit und investive Zuschüsse für Kliniken.

Die Unterstützung für Kliniken zur Erhaltung und Errichtung von Müttergenesungseinrichtungen konnte im Jahr 2022 wieder gesteigert werden. Es wurden insgesamt 144.540 Euro für bewegliche und unbewegliche Vermögensgegenstände investiert.

*Im Jahr 2022 haben mehr als 100.000 Mütter, Väter, Angehörige und Kinder an einer Kur teilgenommen.*

# Impressum

## Herausgeberin

Elly Heuss-Knapp-Stiftung  
Deutsches Müttergenesungswerk  
Bergstraße 63 | 10115 Berlin

**T** 030 3300290

**F** 030 330029-20

**E** [info@muettergenesungswerk.de](mailto:info@muettergenesungswerk.de)

**W** [muettergenesungswerk.de](http://muettergenesungswerk.de)

 [muettergenesungswerk](https://www.facebook.com/muettergenesungswerk)

 [muettergenesungswerk\\_mgw](https://www.instagram.com/muettergenesungswerk_mgw)

 [mgw\\_berlin](https://twitter.com/mgw_berlin)

 [Müttergenesungswerk](https://www.linkedin.com/company/muettergenesungswerk)

**Geschäftsführerin:** Yvonne Bovermann

**Redaktion:** Yvonne Bovermann, Müttergenesungswerk

Rebekka Rupprecht, Müttergenesungswerk

Julia Weninger, Müttergenesungswerk

Susanne von Gersdorff, BÜRO WEISS

Petra Krimphove, freie Redakteurin

**Gestaltung:** BÜRO WEISS, Berlin

**Druck:** Druckhaus Sportflieger, Berlin

**Fotos:** Fotos: Jan Pauls, außer: Seite 2: Hendrik Lüders, Müttergenesungswerk; Seite 4: Steffen Kugler; Seite 5: Hendrik Lüders, Kristin Alheit, Prof. Dr. Theda Borde, Sylvia Brinkmann, Teresa Bücker, Brigitte Döcker, Margot Jäger, Ulrike Kleemann, Helga Kühn-Mengel, Lucia Lagoda, Diakonie: Thomas Meyer, Karolina Molter, Mechthild Paul, Elias Keilhauer, Ulrike Würth; Seite 17: Müttergenesungswerk; Seite 19: Müttergenesungswerk; Seite 21: Müttergenesungswerk; Seite 26: Krakenimages.com\_AdobeStock; Seite 27: Müttergenesungswerk; Seite 29: Müttergenesungswerk; Seite 31: Ronja Jung

2023



