

# Kuren für Alleinerziehende mit Kindern

Hausarbeit, Kindererziehung, eventuell Berufstätigkeit - Alleinerziehende stehen vor einer ganz besonderen Fülle von Belastungen. Die Trennung vom Partner oder sein Tod bedrücken die Seele. Oft genug kommen finanzielle Probleme hinzu. Dennoch muss es weitergehen. Irgendwann aber ist "die Batterie" leer. Psychische und psychosomatische Erkrankungen oder Befindlichkeitsstörungen sind die Folge.

Auch für die Kinder ist die Trennungssituation der Eltern oder auch der Verlust eines Elternteils oft schwer zu verkraften. Die Folge können psychosomatische Erkrankungen oder sozial-emotionale Störungen der Kinder sein.

Das DRK-Kurzentrums Carolinensiel bietet Alleinerziehenden und ihren Kindern daher eine Kur, die die speziellen Belastungen in den Fokus nimmt.

## Anwendungen für Mütter/Väter

- individuelle Erziehungsberatung
- psychologisches/psychosoziales Einzelgespräch
- psychologische Gruppengespräche (themenzentrierte Kleingruppen)
- Stressbewältigung / Stärkung des Selbstbewusstseins (Gruppe)
- Entspannungsverfahren
- Ernährungsberatung Mutter(Vater)-Kind
- Lehrküche Mutter(Vater) ggf. mit Kind
- Fitnessprogramm
- Walken
- Physiotherapeutische Intervention für Patienten (je nach Diagnose), z. B.:  
Wannenbäder, Massagen, Krankengymnastik, Rückenschule, etc.
- Mutter(Vater)-Kleinkind-Interaktionsförderung

## Anwendungen für Kinder

- psychologisches Einzelgespräch
- Familiengespräch
- Selbstverteidigung
- Sport mit Koordinationstraining (4 - 12 Jahre)
- Ergotherapie (je nach Diagnose)
- sowie alle Anwendungen (Wannenbäder, Bewegungsprogramm, etc.) gemäß den ärztlichen Verordnungen