

Möwennest – Mehr als eine Auszeit

Familie, Beruf, eigene Bedürfnisse: Alle drei Lebensfaktoren bilden einen Balance-Akt, der auch mal aus dem Gleichgewicht geraten kann. Die Stiftungsfamilie BSW und EWH bietet mit dem Haus Möwennest auf Usedom Mutter-/Vater-Kind-Kuren an. Warum sich gerne mehr Männer das Angebot vormerken dürfen, zeigt das Beispiel von Familie Franzen.



Die Zeit im Möwennest war mehr als nur eine Auszeit. Sie war ein echter Zugewinn“, sagt Christian Franzen, beschäftigt bei DB FZI in Krefeld. Von den Mutter-/Vater-Kind-Kuren hatte Kollege Franzen bei einer Betriebsveranstaltung erfahren und eine Kur im Haus der Stiftung EWH gemeinsam mit den Söhnen Jona und Marlon genossen. Zwei Jahre später nutzte auch seine Frau dieses Angebot mit allen dann bereits vier Kids der Familie. „Bewegungskurse, Erziehungswshops oder andere Angebote: Die Inhalte sind sehr vielseitig“, so Denise Franzen. „Wenn die Kinder für ein paar Stunden betreut wurden, gab es zudem immer noch Zeiten, um für sich selbst zu tun, was man mag“, erinnert sich die gelernte Arzthelferin.

Junge Eltern können ein Lied davon singen: Mit der Geburt des ersten Kindes verändert sich Vieles im Familienrhythmus. Möglicherweise sind Veränderungen in der Wohnung nötig oder gar ein Umzug. Mehr als „nur“ zu zweit geht es jetzt darum, sich zusätzlich zu Job und Familienleben zu organisieren. Dies gilt umso mehr, wenn beide Elternteile zukünftig in Vollzeit arbeiten wollen oder weiterer Nachwuchs unterwegs ist. Väter und Mütter können während der Kur neue Kraft schöpfen und ihre Balance wiederherstellen“, bestätigt



Adrienne Hinze von der Stiftungsfamilie. „Grundlage für eine Kur bildet die medizinische Verordnung der Hausärztin bzw. des Hausarztes, auf deren Geheiß diese Maßnahme zur Vorsorge bei der jeweiligen Krankenkasse beantragt wird.“

Familienleben bringt Veränderung

So ähnlich ging es Denise und Christian Franzen: Die Familie war 2020 gerade nach Geldern am Niederrhein gezogen. Ihren Platz finden mussten auch ihre beiden Jungs Jona und Marlon, damals fünf und vier Jahre alt, beispielsweise im Kindergarten und in der Schule mit vielen neuen Gesichtern. Dazu kam die beklemmende Corona-Pandemie. Kurz darauf hatten die jungen Eltern entschieden, eine Vater-Kind-Kur zu beantragen. „Christian ist immer sehr engagiert mit den Kids, arbeitet Vollzeit und steckte damals mitten im Ausbau des Hauses. Klar, dass irgendwann der Akku leer geht“, so Denise.

Raum für Eltern und Kinder

Eine Mutter-/Vater-Kind-Kur ist mehr als nur eine Auszeit und die Wirkung hält im Alltag an. Im Haus Möwennest liegt der Schwerpunkt auf psychosomatischen Beschwerden – und die belasten den Alltag das gesamte Jahr über. Eine Kur hat auch einen vorsorglichen Charakter. Sie ist also dafür da, die Gesundheit zu erhalten. Das betrifft Männer wie Frauen gleichermaßen.

Auf seinem 12.000 Quadratmeter großen Areal und der geringen Entfernung zum Strand bietet das Möwennest viel Raum zum Auftanken. Schwerpunkte der Kuren bilden ein physiotherapeutisches Programm, Beratungsangebote zu allen Fragen der Erziehung und Ernährung, Unterstützung bei psychosozialen Belastungen und viel wertvolle freie Zeit in bewusstem Abstand von zu Hause. Die jeweils drei Wochen Ostsee für Christian und für Denise haben der gesamten Familie mehr als gutgetan. „Hier ist es so, wie es beworben wird“, sagt Christian. „Ankommen, Herunterkommen und Wohlfühlen“.



Freie Seminarplätze für Kurzentschlossene!

Bei der EVA-Akademie sind noch kurzfristig Seminarplätze frei!

15.–19.04. Kassel

➤ **Arbeitszeitgestaltung im Bereich Infrastruktur, Fahrwegdienste, Netz und Energie**

15.–19.04. Rostock

➤ **Die Jugend- und Auszubildendenvertretung: Grundlagen der JAV-Arbeit**

17.–19.04. Wernigerode

➤ **Das Lieferkettensorgfaltspflichtengesetz – die Arbeitnehmervertretung als Netzwerker in der Verkehrsbranche**

22.–26.04. Potsdam

➤ **Mitbestimmung und die Rolle der JAV in sozialen Angelegenheiten**

22.–26.04. Berlin

➤ **Mitbestimmung im Arbeits-, Gesundheits- und Umweltschutz 2 - Aufbauschulung**

13.–16.05. Bremen

➤ **Digitalisierung und neue Technologien in der Arbeitswelt**

FIT IN DEN 3. LEBENSABSCHNITT

13.–19.04. Bad Tölz

➤ **Fit in den 3. Lebensabschnitt**

20.–26.04. Schönau am Königssee

➤ **Fit in den 3. Lebensabschnitt**

Anmelden könnt ihr euch über den QR-Code.



Alle Infos und Termine für deine Kur findest Du hier: www.stiftungsfamilie.de

