

Le centre d'information spécialisé de la cur

- vous assiste pour les démarches d'inscription,
- vous accompagne dans le choix d'une clinique adaptée
- et vous assiste au moment des préparatifs.
- Ci-dessous le centre d'information spécialisé dans votre région:
www.muettergenesungswerk.de
- Pour toutes informations supplémentaires:
www.awo-gesundheitsservice.de

Les mères isolées et les personnes en situation de précarité peuvent bénéficier d'un complément financier par le biais de l' AWO Bundesverband – n'hésitez pas à solliciter le centre d'information spécialisé !

En Allemagne, il existe plus de 1000 centres de conseils affiliés à la AWO, la Caritas, la Diakonie, la Croix-Rouge allemande (DRK) et au Paritätischer Wohlfahrtsverband.



Il existe également des offres pour les pères isolés et pour les personnes soignant un proche – renseignez-vous !

Les MBE (services subventionnés par l'État / bundesgeförderte Migrationsdienste MBE) vous accompagne afin de trouver votre centre d'information spécialisé.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Notes

AWO Bundesverband e.V.

Blücherstraße 62-63

10961 Berlin

Tel.: 030-26309-0

info@awo.org

www.awo.org



Bundesverband e.V.



Faire le plein d'énergie –
prendre soin de sa santé –
découvrir de nouvelles choses

*As-tu déjà pensé à faire une cure
pour mère ou pour mère et enfant ?*

SANTÉ & MIGRATION

FRANZÖSISCH

o Pourquoi une cure pour mère et enfant est-elle faite pour moi?

Gérer l'éducation des enfants, être à l'écoute des besoins familiaux, soigner un de vos proches, gérer les tâches ménagères:

- C'est souvent le quotidien de nombreuses mères. Et souvent s'ajoute le stress du travail.
- Avec le temps, l'énergie vient à manquer.
- Vous atteignez vos limites.
- Des problèmes de santé peuvent survenir.

o Que puis-je attendre d'une cure mère et enfant?

Trouver du temps pour moi, déstresser, échanger avec d'autres mères, faire des activités sportives, développer de nouvelles compétences, suivre des cours de nutrition, faire garder mes enfants ...

Une cure mère et enfant est une mesure de prévention et de rééducation médicale.

La cure dure trois semaines.



o La cure pas à pas

1. Vous êtes souvent épuisée, stressée et insomniaque.
Vous avez des ennuis de santé tels que des problèmes cardiovasculaires, d'obésité, de diabète, des maux de tête, des maux de dos ou d'autres douleurs.
2. Obtenez des conseils gratuits auprès d'un centre d'information spécialisé pour cure mère et enfant.
3. Votre médecin traitant vous délivre une ordonnance pour la cure.
4. Vos enfants vous accompagnent pendant la cure. Si l'un de vos enfants est malade, il a également besoin d'un certificat médical.
5. La cure est prise en charge par votre caisse d'assurance maladie, pour vous et vos enfants. Il ne reste à votre charge que le tiers payant habituel. Le centre d'information spécialisé vous accompagne dans toutes vos démarches.
6. Après la cure vous pouvez bénéficier d'offres au plus près de chez vous. Votre centre d'information spécialisé est ravi de vous renseigner!



o Offres pour les mères:

- plan thérapeutique personnalisé
- traitements et thérapies médicaux
- kinésithérapie avec des offres spécifiques pour une meilleure mobilité et la relaxation
- accompagnement psychosocial

o Offres pour les enfants:

- jeux dans la nature
- accompagnement pédagogique
- aide aux devoirs

Si votre enfant est malade, il bénéficie également d'une thérapie et d'un traitement médical.

Vous partagez votre temps libre et vos week-ends avec vos enfants.

