

#### HAHNENKLEE

» heilklimatischer Luftkurort

- Mittelgebirgs-Reizklima mit überdurchschnittlich reiner Luft
- einzige Mutter-Kind-Kureinrichtung im Oberharz mit einer Höhenlage von 700 mm über NN
- für Atemwegserkrankungen und Allergiker ideale heilklimatische Bedingungen

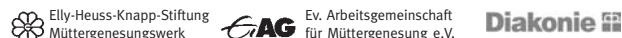
#### TANNENHOF

» Ev. Therapiezentrum für Mutter & Kind

- es können 20 Frauen und 35 Kinder aufgenommen werden
- familiärer Charakter – ideal für Frauen mit jüngeren Kindern / Säuglingen
- Sie bewohnen mit Ihren Kindern gemütliche Zimmer / Appartements mit Dusche, WC und Telefon
- allergenarme bzw. barrierefreie Zimmerausstattung
- Physiotherapie
- Gymnastik- und Kreativraum
- Gemeinschaftsräume mit Bibliothek und Fernseher
- gemütliche Teeküchen
- Sauna
- Pädagogischer Kinderbereich (Gruppen-/ Krabbelraum)
- 2 Spielplätze (für Kleinkinder und für die "Großen")
- Personenaufzug ist vorhanden
- vollwertige Ernährung nach DGE, vegetarische Kost und Sonderkost nach ärztlicher Verordnung
- vitalstoffreiche und naturbelassene Speisen
- kleinkindgerechte Speisen

#### TANNENHOF

Triftstraße 24 · 38644 Hahnenklee  
Telefon (0 53 25) 51 41-21 Fax -41  
hahnenklee@muettergenesung.de



Qualitätssicherung durch den Forschungsverbund der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH)

#### Wer ist ReGenesa?

ReGenesa ist Trägerin von fünf evangelischen Therapiezentren in Niedersachsen, die vom Müttergenesungswerk anerkannt sind. Alle Therapiezentren haben einen Versorgungsvertrag nach § 111a SGB V und sind gemäß den Beihilferichtlinien bzw. der Gewerbeordnung als Sanatorien anerkannt.

In den ReGenesa-Therapiezentren werden Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen für Frauen bzw. Mutter und Kind (§§ 24 und 41 SGB V) durchgeführt, die von den Krankenkassen finanziert werden und entsprechenden Qualitätsstandards unterliegen.

#### Willkommen bei ReGenesa

Wenden Sie sich an Ihre Ärztin / Ihren Arzt und klären Sie, ob eine stationäre Vorsorgemaßnahme mit dem **Schwerpunkt Teenagermutter** sinnvoll ist.

Für den Antrag auf Kostenübernahme bei Ihrer Krankenkasse ist ein ärztliches Attest erforderlich.

#### Wir beraten Sie gern

Wünschen Sie weitere Informationen? Benötigen Sie Hilfe bei der Antragsstellung? Dann rufen Sie uns einfach an oder besuchen Sie uns im Internet.

Gern senden wir Ihnen Informationsmaterial zu oder beraten Sie. Selbstverständlich können Sie sich auch an Ihr örtliches Diakonisches Werk wenden.



**Frauen und Mutter-Kind Vorsorge & Reha  
Therapiezentren des Frauenwerks  
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers e.V.**

Postfach 2720  
30027 Hannover

Tel. 05 11 / 9 90 45-0  
Fax 05 11 / 9 90 45-45

www.muettergenesung.de  
info@muettergenesung.de



© MAXX Fotodesign

**TANNENHOF  
HAHNENKLEE**  
»



**DIE KRAFTQUELLE.FÜR MUTTER UND KIND**

**ReGenesa  
Frauen und Mutter-Kind Vorsorge & Reha  
Therapiezentren des Frauenwerks  
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers e.V.**

ReGenesa

**Die Kraftquelle.**

**Für alle Teenagermütter**

"Wenn Mädchen Mutter werden..."

In Deutschland bringt jedes 13. von 1000 Mädchen im Alter zwischen 15 und 19 Jahren ein Kind zur Welt.

Im internationalen Vergleich von 28 Industrieländern liegt Deutschland damit im Mittelfeld (UNICEF-Studie 2002). Hiermit ist eine gesellschaftliche Präsenz und Relevanz dieses Themas nicht von der Hand zu weisen. Die Teenager-Mütter kommen oft aus einem sozial schwachen und finanziell schlecht gestellten Elternhaus und haben noch keinen Schulabschluss und keine abgeschlossene Berufsausbildung.

Sei die Schwangerschaft nun gewollt oder auch ungeplant gewesen, durch die Geburt des Kindes und die damit verbundenen Anforderungen und Aufgaben müssen die Mädchen sehr plötzlich erwachsen werden und Verantwortung übernehmen. Dabei haben sie selbst noch nicht mit ihrer Kindheit abgeschlossen und haben noch das Bedürfnis nach Fürsorge. Mit dem Mutterwerden kommt es zu einer abrupten Lebensumstellung. Der gesamte Alltag konzentriert sich von nun an auf das Kind und dessen Versorgung.

Schlaflose Nächte, unstrukturierte Tagesabläufe mit dem Baby, Unzuverlässigkeit des Kindsvaters, unerwünschte Figurveränderungen durch Gewichtszunahme, Schwangerschaftsstreifen usw. bringen Teenagermütter nach der ersten Phase des Mutterglücks an den Rand ihrer seelischen und auch körperlichen Belastbarkeit. Sie zeigen extreme Stimmungsschwankungen, besonders auch im Umgang mit dem Kind: Plötzliches Anschreien, gefolgt von liebevollen Drücken. Dieses Verhalten bedeutet auch ein Höchstmaß an Stress für das Kind.

**ReGenesa** bietet im TANNENHOF allen Teenagermüttern zusammen mit ihren Kindern eine ganzheitlich ausgerichtete Mutter-Kind-Kur an, die vom medizinisch-therapeutischen Behandlungskonzept, auf die speziellen Bedürfnisse und Probleme dieser Patientinnen abgestimmt ist. Die gezielte Förderung einer ausgeglichenen und stabilen Mutter-Kind-Beziehung und das Erreichen der gefühlsmäßigen Stabilität der jungen Mutter stehen im Mittelpunkt.

#### Ziele der Therapie

- Aufbau psychisch-emotionaler Stabilität der Mutter
- Motivation zur Annahme / Akzeptanz der Mutterrolle
- Aufbau bzw. Verbesserung einer stabilen und positiven Mutter-Kind-Beziehung
- Hinführung zu einer selbstbestimmten, eigenverantwortlichen Alltagsgestaltung und -bewältigung
- Aufklärung über geistige und körperliche Entwicklungsstadien des eignen Kindes
- Vermittlung grundlegender Erziehungskompetenzen
- Entwicklung neuer Lebens- und Berufsperspektiven trotz Mutterschaft

#### Indikationen

- Psychosomatische / -vegetative Erkrankungen (depressive Verstimmungen, Reizbarkeit, seelische und körperliche Erschöpfung, Ängste u. ä.)
- Muskel-, Skelett- und Bindegewebserkrankungen
- Krankheiten der Atmungsorgane

#### Medizinisch-therapeutisches Behandlungskonzept

- ärztliche Aufnahme-, Zwischen- & Abschlussuntersuchung
- regelmäßige ärztliche Sprechstunde und 24-Stunden-Rufbereitschaft (Allgemeinmediziner & Kinderarzt)
- individuelle Beratung und Behandlung durch ein interdisziplinär arbeitendes Team: Säuglingspflege, Kinderernährung, kindliche Entwicklungsstadien, u. a.

#### Psychosoziale Therapie

- **Lösungsorientierte therapeutische Einzelgespräche:**
  - Anleitung zur eigenverantwortlichen und selbstbestimmten Alltagsbewältigung
  - Umgang mit der Verantwortung als Mutter und den eigenen Bedürfnissen als Teenager
- **therapeutische Gruppengespräche zu den Themen:**
  - alleinerziehende Teenagermütter
  - Probleme & Chancen der Teenager-Elternschaft / Partnerschaft
  - Erziehungsfragen / Grenzen konsequent setzen
  - Stressbewältigung & Zeitmanagement
  - Lebens- und Berufsperspektiven trotz Kind
  - Möglichkeiten staatlicher finanzieller und sozialer Hilfe und Unterstützung

#### Bewegungstherapie

- Krankengymnastik
- Rückbildungs- / Beckenbodengymnastik
- Muskelaufbautraining / leichtes Konditionstraining
- Frauenfitness / Walking

#### Physiotherapie

- Massage / Fango
- Kneipp'sche Anwendungen
- Medizinische Bäder

#### Entspannungstherapie

- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Autogenes Training
- Meditative Kunst- und Atemtherapie

#### Ernährungstherapie

- Individuelle Beratung & Schulungen in der Gruppe
- Ernährungsverhalten der Mutter (Analyse & Reflexion)
- Einführung in Reduktionskost (für Mutter bei Bedarf)
- Ernährung bei Lebensmittelallergien (im Bedarfsfall)
- Säuglings- und Kleinkindernahrung

#### Kreativtherapie

- Kreatives Gestalten mit Ton
- Seidenmalerei
- Basteln mit Naturmaterialien

#### Mutter-Kind-Interaktionstherapie

- Baby- / Mutter-Kind-Massage
- Mutter-Kind-Spiel- / Sportnachmittage
- gemeinsames Entspannungs- / Bewegungstraining
- Reflexionsgespräche über Mutter-Kind-Beobachtung

#### Kindertherapie

- entwicklungsgerechte geistige und körperliche Stimulation des Säuglings / Kleinkindes
- Kleinkindförderung (Sinneswahrnehmung, Motorik)
- Stärkung / Aufbau emotionaler Bindung zur Mutter
- Verhaltensbeobachtung
- Entspannungsbäder / -übungen