

# GESUNDHEIT

Das Magazin der Bertelsmann BKK

Ausgabe 2 · Juli 2017

**Entdecke  
deinen  
ureigenen  
Kraftort**  
Kolumne  
von Nina Ruge

---

Für Sie in  
dieser Ausgabe



**Bertelsmann BKK**  
Außergewöhnlich in Leistung und Service

**Sommergemüse Tomaten**  
Rot und rund, köstlich und gesund

---

**Im digitalen Hamsterrad**  
Machen Sie sich frei

---



# Mutter-/Vater-Kind-Kuren

## Neu: auch für Alleinerziehende

Mutter und Kind gehören zusammen. Dabei ist ihr Alltag nicht immer einfach. Speziell Mütter müssen häufig Familie, Haushalt und oft auch noch Beruf parallel gestemmt bekommen.

Diese Menge an Aufgaben kann zu körperlicher und/oder psychischer Überlastung führen, unter der zuerst die Mutter, bzw. der Vater, in der Folge aber auch die Kinder leiden. Die Bertelsmann BKK als familienfreundliche Krankenkasse stellt sich dem entgegen. Um Eltern und ihren Nachwuchs vor drohenden Krankheitsrisiken zu schützen, gibt es spezielle Mutter-/Vater-Kind-Kuren in ausgewählten, qualifizierten Vertragskliniken in den schönsten Regionen Deutschlands. Auf Basis eines ganzheitlichen Therapiekonzepts wird dort medizinisch, psychosomatisch und psychosozial geholfen.

### Vielzahl von wohltuenden, wirksamen Angeboten

Gesundheitsfördernd wirkt neben den therapeutischen Maßnahmen, etwa gegen Atemwegs-, Haut-, Stoffwechsel- und psychosomatische Erkrankungen, auch der Aufenthalt fern dem gewohnten, häufig stressgeprägten Lebensumfeld. Speziell ausgebildete Vertragsärzte, Allergologen und Allgemeinmediziner sorgen in den Vertragskliniken für Gesundheit und Wohlbefinden der kleinen und großen Patienten.



### Informationen

Ihre Ansprechpartner bei der Bertelsmann BKK beraten Sie gerne dazu, welche Einrichtung und welche Kur am besten zu Ihnen und Ihrem Nachwuchs passt – und wie Sie diese in Anspruch nehmen können.

Service-Center unter 05241 80-74000 oder [service@bertelsmann-bkk.de](mailto:service@bertelsmann-bkk.de).

## wir2 – die Kur für Alleinerziehende

### Alleinerziehend – selbstbewusst und stark

Die meisten Alleinerziehenden stehen vor dem Dilemma, die Versorgung und Erziehung der Kinder, die Haushaltsführung und die Einkommenssicherung unter einen Hut zu bringen. Sie sind aufgrund der vielfachen Belastungen besonderen gesundheitlichen Risiken ausgesetzt. Diese zu vermeiden und in ein unbeschwertes Leben zu kommen, ist Ziel der neuen „wir2“-Schwerpunktkur. Angeboten wird diese zukünftig in der Mikina Klinik Bad Schönborn, der Silberbergklinik Bodenmais und der DRK Villa Kunterbunt auf Wangerooge.

### Kindheit ohne Kopfschmerzen

Leistungsdruck in der Schule, Freizeitstress am Nachmittag, aber auch Reizüberflutung oder unregelmäßiges Essen führen schon bei Grundschulern zu Spannungskopfschmerzen oder lösen sogar Migräneanfälle aus. Auch hier hilft eine unserer Kuren.

Nähere Informationen zum Antragsverfahren sowie zu den Mutter-/Vater-Kind-Kurkliniken der BKK finden Sie auch unter [www.muvaki.info](http://www.muvaki.info).

