



Von einer Kur wollte ich lange Zeit nichts wissen. Schwere Zeiten macht jeder einmal durch. Das werde ich doch wohl auch so schaffen. Außerdem stehe ich weder auf große Menschenmengen an einem Ort noch auf langwierige Antragsverfahren. Das würde mich noch mehr von der Kraft kosten, die sowieso schon sehr knapp war.

Die Situation erforderte es dann aber doch, den Schritt in Richtung einer Mutter-Kind-Kur zu gehen. Vielen Dank an dieser Stelle dem Sozialwerk, besonders an Frau Flieger, für die tolle Unterstützung vor, auf und auch nach diesem Weg.

Los ging es mit dem eigenen Auto Richtung Norden. In meinem Kopf schwirrten auch während der Fahrt viele Gedanken – so viele fremde Leute – was wird das für ein Haus sein – Terminstress – Essen, das nicht schmeckt – lebt sich meine Tochter (7) ein – ich brauche doch Erholung und keinen zusätzlichen Ärger!! Meine Einstellung war nicht die beste.

Und dann kamen wir an. Kurz vor der Insel Fehmarn war das Ziel erreicht – Großenbrode. Ein kleiner, ruhiger Ort an der Ostsee. Und keine meiner Sorgen war berechtigt. Schon beim parken: Der Motor war noch nicht ganz aus, schon kam ein echt freundlicher Mann mit einem Gepäckwagen und ehe ich mich versah, war mein ganzes Gepäck mit einem Lächeln aus dem Auto gehieft und aufs Zimmer gebracht.

Dieses Lächeln und diese Leichtigkeit waren von nun an mein/unser ständiges Gegenüber. Wirklich alle Mitarbeiter sind so unglaublich bemüht, dass es den Müttern/Vätern und Kindern an nichts fehlt. Es ist sehr gewöhnungsbedürftig, nichts zu tun bzw. ausschließlich die Zeit für/ mit sich zu nutzen.

Die Klinik wird als Familienunternehmen geführt. Man hat das Gefühl, alle Mitarbeiter gehörten dazu. Es ist ein verhältnismäßig kleines Haus mit 52 Zimmern, was mir sehr entgegenkam. Das Haus liegt direkt am Strand. Bei Wind und Wetter sind da Spaziergänge, Nordic Walking etc. eine Wohltat.

Auch an der medizinischen Betreuung und den Angeboten hatte ich nichts zu meckern: Massagen, Moorpackung, Krankengymnastik, Sauna, Fitness, Bewegungsbäder, Seminare, Vorträge, Entspannungskurse, psychologische Begleitung usw. Natürlich alles abgestimmt mit meinen Bedürfnissen und den Terminen meiner Tochter, die auch behandelt wurde, und so terminiert, dass auch noch gemeinsame Zeit für uns vorhanden war, aber auch Zeit für mich alleine.

Veranstaltungen/Ausflüge mit und/oder ohne Kinder wurden angeboten.

Die altersgerecht eingeteilten Kinder- und Schulgruppen waren super und nicht zu groß. Meine Tochter hat sich ab dem ersten Tag wohlfühlt und das, obwohl sie sonst sehr schwer auf fremde Kinder und Erwachsene zugeht. Die Erzieher waren toll.

Ein ganz großer Pluspunkt für mich war, dass das Essen, bis auf das Frühstück, auf den Zimmern eingenommen wurde und so der Stressfaktor, den größere Speiseräume mit sich bringen, entfallen ist.

Ein Kennenlernabend sorgte für Entkrampfung, Lockerheit und erste Kontakte. Der gemeinsame Abschiedsabend für reges Austauschen von Adressen und dicke Abschiedstränen. Erste Besuche nach der Kur sind schon erfolgt, davon hielten auch einige hundert Kilometer Entfernung nicht ab.

Ich hätte nie gedacht, dass kuren so intensiv und doch so erholsam sein kann, wobei diese Erkenntnis auch erst nach einiger Zeit wieder zu Hause kam. Ich hoffe, dass die Wirkungen/Ergebnisse der Kur noch sehr lange anhalten und ich entsprechend davon zehren kann.

Da es meine erste Kur war, brauchte ich natürlich einige Zeit, um mich einzufinden, die Abläufe kennenzulernen, mich generell darauf einzulassen. Wenn beim hoffentlich nächsten Mal weniger Skepsis und mehr Gelassenheit die Begleiter von Beginn an sind, kann ich sicher auch die ganzen drei Wochen intensiv nutzen.

Sicher ist der Kurerfolg vom Gesamtpaket abhängig. In meinem Kurgang passten einfach auch die Mütter (und die beiden Väter) gut zusammen, harmonisierten ebenso gut wie die Kinder. Das macht, denke ich, auch viel aus. Letztendlich aber ist jeder selbst für seinen Kurerfolg verantwortlich und dafür, etwas daraus zu machen. Für mich liefert das Miramar dafür ideale Voraussetzungen.

A.B.