

„Frau, bleib gesund! – Balance zwischen Selbstfürsorge und Verantwortung für ein Kind mit Behinderung“

Unter diesem Titel fand vom 8. bis 10. Mai 2015 die diesjährige Fachtagung des bvkm zum Muttertag statt.

Trotz Bahnstreik fanden ca. 90 Frauen den Weg nach Erkner bei Berlin und erlebten ein ereignisreiches Wochenende mit vielen Höhepunkten – geplant und ungeplant ...

Das [Programm](#) eröffnete die Bundesfrauenvertretung mit einem Sketch, der eine erschöpfte Patientin von Experte zu Experte führte und doch ratlos zurückließ. „Wie im richtigen Leben“, kommentierte die eine oder andere Teilnehmerin. Gleich wurde deutlich: Hier versteht frau sich. Auf einem Auswertungsbogen ist das so formuliert: „Wunderbare, starke, liebe Frauen/ Mütter, mit denen man sich sofort verstanden hat und ‚solidarisch‘ fühlte.“

Nach einer herzlichen Begrüßung durch Gertrud Zürrlein, Vorsitzende der Bundesfrauenvertretung des bvkm, und Helga Kiel, Vorsitzende des bvkm, stand erst einmal das Eintauchen in die eigenen Kraftquellen auf dem Programm. In kleinen Gruppen tauschten sich die Teilnehmerinnen aus und lernten sich so untereinander kennen. Das Eintauchen in die eigenen Kraftquellen rundete ein abschließender [Text](#) ab. Am Abend konnten sie in der Bar die netten Gespräche weiterführen, Schwimmbad und Sauna nutzen und an Do-In-Übungen für den guten Schlaf teilnehmen.



Den Eröffnungsvortrag am Samstagvormittag hielt Hildegard Schooß, Gründerin und Leiterin (bis 2014) des ersten Mütterzentrums und Entwicklung des Konzepts für die Mehrgenerationenhäuser im Aktionsprogramm der Bundesregierung. Sie ermunterte die Runde, sich mehr zu erlauben und (weiterhin) das Positive im Leben wahrzunehmen – auch und gerade wenn es noch viel an den strukturellen Rahmenbedingungen zu verbessern gibt. Imke

Wolf stellte den Frauen nicht nur die Online-Angehörigenberatung www.pflegen-und-leben.de vor, die sie leitet, sondern gab auch ganz praktische Hinweise, wie Selbstfürsorge aussehen kann. Im dritten Vortrag erörterte Hülya Turhan, Referentin für Soziales Recht und Projekte beim bvkm, welche neuen Möglichkeiten der Entlastung zum 1. Januar mit den Änderungen im Pflegegesetz entstanden sind. Die begleitenden Folien zu den mündlichen Vorträgen finden Sie hier:

[Was Frauen brauchen – ein gutes Leben](#)

[Hildegard Schooß, Gründerin und Leiterin \(bis 2014\) des ersten Mütterzentrums und Entwicklung des Konzepts für die Mehrgenerationenhäuser im Aktionsprogramm der Bundesregierung, Salzgitter](#)

[„Pflegen und Leben“ – Was pflegende Frauen bewegt und wie Selbstfürsorge aussehen kann](#)

[Imke Wolf, Diplom-Psychologin und Leiterin der Online-Angehörigenberatung \[pflegen-und-leben.de\]\(http://pflegen-und-leben.de\), Berlin](#)

[Entlastungsmöglichkeiten durch die Reform der Pflegeversicherung](#)
[Hülya Turhan, Referentin für Soziales Recht und Projekte beim bvkm, Düsseldorf](#)

Am Samstagnachmittag konnten die Teilnehmerinnen aus einem bunten Strauß zwei Workshops wählen. Im Angebot waren eine Schreibwerkstatt, Shiatsu, Vital-Eurythmie, Tanz und Trommeln, aber auch Stressmanagement, Konfliktbewältigung und Farbberatung.

In den Pausen stand den Teilnehmerinnen die ganze Tagung über eine Info-Börse offen. Die Bundesfrauenvertretung, die die gesamte Veranstaltung vorbereitet hatte, hatte dafür eine Vielzahl von Informationen gesammelt und thematisch sortiert ausgestellt. Alle Teilnehmerinnen waren eingeladen, diese Sammlung zu ergänzen, und so wuchs über das Wochenende ein umfassendes Angebot heran. Die Inhalte und Materialien der Info-Börse wurden nach Kategorien geordnet hier noch einmal aufbereitet:



[Info-Börse der Frauen mit besonderen Herausforderungen](#)

Der Samstagabend stand unter dem Motto „Lachen ist gesund“. Die Kabarettistin Andrea Meissner hatte schrille Requisiten und ein freches Programm für die Damen im Gepäck.



Ernster und politisch hingegen war der Sonntagvormittag angelegt. Den Einstieg bildete ein Vortrag von Prof.'in Dr. Christa Büker. Sie hat erforscht, wie Mütter von Kindern mit Behinderungen ihre besonderen Herausforderungen bewältigen, und stellte ihre Ergebnisse vor. Sie sind zusammengefasst in ihrem Buch „Leben mit einem behinderten Kind. Bewältigungshandeln pflegender Mütter im Zeitverlauf“. Die Folien zum Vortrag finden Sie hier:

[Leben mit einem behinderten Kind – Herausforderungen, Bewältigung und gesundheitliche Auswirkungen](#)

[Prof.'in Dr. Christa Büker, Lehrgebiet Pflegewissenschaft, Hochschule München](#)

In der Pause erwartete die Teilnehmerinnen eine Überraschung, die sich spontan ergab. Ein Chor, der ebenfalls im Haus zu Gast war, sang ihnen ein Muttertagsständchen – ein wunderbarer Zufall bescherte so den Teilnehmerinnen ein ganz besonderes Geschenk.

Den Abschluss der Tagung bildete eine Diskussionsrunde, an der nicht nur Prof.'in Dr. Büker, sondern auch Regina Kraushaar, Abteilungsleiterin der Abteilung 4 Pflegesicherung und Prävention im Bundesministerium für Gesundheit, teilnahm. Kerrin Stumpf, Mitglied im Vorstand des bvkm, moderierte das Gespräch und brachte Themen ein, die die Teilnehmerinnen über das Wochenende gemeinsam gesammelt hatten. So fanden wichtige Forderungen ihren Platz wie geeignete Kurzzeitpflegelösungen für Kinder mit Behinderungen, Hilfen für die Familien von Anfang an und Wohnmöglichkeiten für junge Erwachsene auch mit schweren und mehrfachen Behinderungen. Frau Kraushaar als Vertreterin des Ministeriums nahm die Anliegen der Frauen mit besonderen

Herausforderungen aufmerksam auf und ermutigte sie, sich ebenfalls in den kommunalen und Landesstrukturen für ihre Belange starkzumachen. Eine Übersicht zu den Inhalten der Diskussion haben wir hier für Sie zusammengestellt:

[Inhaltsübersicht zur Abschlussdiskussion](#)

Für die Arbeit von, mit und für Frauen mit besonderen Herausforderungen im bvkm hat die Fachtagung auch dieses Jahr wieder wesentliche Impulse gesetzt. Die Bundesfrauenvertretung will mit den Forderungen und Themen, die an diesem Wochenende diskutiert wurden, weiter arbeiten und wird die Erfahrungen des Wochenendes in die Vorbereitung für die Fachtagung zum Muttertag im nächsten Jahr nutzen. „Mehr davon“ – ein Wunsch aus den Auswertungsbögen – ist also in Planung.

Die Fachtagung zum Muttertag 2015 wurde gefördert von

Aktion
MENSCH

und

BARMER GEK