

## Stressfreier Urlaub für Bettnässerkinder

Weltweit einzigartiges Ferienangebot in Zusammenarbeit mit Club Mondkind



Die JUFA - Jugend & Familiengästehäuser bieten in enger Zusammenarbeit mit dem Verein Club Mondkind und der Universitätsklinik für Urologie in Graz seit über zehn Jahren die Bettnässer-Ferien an. Kinder, die nachts noch einnässen, können im steirischen Fürstenfeld einen ganz entspannten Urlaub, fern von Alltag und Familie verbringen. Sie lernen, in der Gemeinschaft mit ihrem Problem umzugehen und stärken dabei ihr Selbstbewusstsein.

Zwei bis drei Kinder pro Volksschulklasse sind in Österreich von nächtlichem Bettnässen betroffen. Kurz vor Schuleintritt oder sogar im Volksschulalter noch immer nicht trocken zu sein, beeinträchtigt das Selbstwertgefühl von betroffenen Kindern enorm. Sie schämen sich für ihr regelmäßig nasses Bett und haben Angst deswegen verspottet zu werden. Übernachten bei Freunden, eine Schullandwoche oder Urlaub machen werden damit zum Problem. Dabei sind die Sommerferien für Kinder die schönste Zeit des Jahres! Für Familien mit Kindern, die nachts noch einnässen, kann das Angebot der JUFA - Jugend & Familiengästehäuser eine große Entlastung sein. Die Organisation bietet mit viel Engagement und tatkräftiger Unterstützung von Club Mondkind jeden Sommer speziell auf die Bedürfnisse dieser Kinder abgestimmte Ferien an. „Die Bettnässer-Ferien ermöglichen es, Urlaub ohne Angst und Scham zu erleben. Die Kinder lernen fernab vom Alltag in stressfreier Atmosphäre, mit ihrem Problem umzugehen und stärken in der Gruppe ihr Selbstbewusstsein“, beschreibt Univ.-Doz. Dr. Günter Primus von der Universitätsklinik für Urologie die Idee der Bettnässer-Ferien. „Die Kinder werden nicht behandelt, sondern verbringen einen problemlosen und lustigen Urlaub. Im Vordergrund des Ferienangebots stehen aktive Urlaubstage im Kreis anderer Betroffener. Die Erfahrung der letzten Jahre hat gezeigt, dass ein Drittel der Kinder in dieser belastungsfreien Situation spontan trocken wird und die Hälfte davon es auch bleibt.“

Die BetreuerInnen sind pädagogisch und psychologisch geschult. Das Thema Bettnässen wird als etwas Natürliches behandelt und spielerisch in das Programm eingebaut. Während der zwei bzw. drei Wochen werden

Ausflüge organisiert, gebastelt und für jede Menge Spiel, Spaß sowie eine entspannte Umgebung gesorgt. Auch die Eltern werden in das Ferienprogramm eingebunden: Der engagierte Urologe bietet den Eltern seine Expertise kostenlos an und beantwortet im Rahmen eines Workshops, der von Club Mondkind organisiert wird, Fragen von Eltern und Kindern und hilft damit letzte Unsicherheiten zu beseitigen.

### Kostenlose Ferien für sozial schwache Familien

Damit dieses besondere Ferienangebot für alle möglich ist, übernehmen die Partner von Club Mondkind einen Teil der Kosten finanziell schwächerer Familien. Club Mondkind bedankt sich sehr herzlich beim Hauptsponsor Hakle Kimberly ([www.drynites.at](http://www.drynites.at)) sowie bei Ferring Arzneimittel Ges.m.b.H. ([www.ferring.at](http://www.ferring.at)), der Firma Procon ([www.enutrain.de](http://www.enutrain.de)) und beim Prometheus Verlag ([www.prometus.at](http://www.prometus.at)) für ihre Unterstützung.

### Bettnässen ist ein lösbares Problem

Bettnässen ist weit verbreitet. In Österreich wachen etwa 60.000 Kinder regelmäßig in einem nassen Bett auf. Von Bettnässen spricht man, wenn das Kind im Schlaf an mindestens zwei Nächten pro Monat ungewollt einnässt. Bis zum 5. Geburtstag ist es völlig normal, wenn ein Kind hin und wieder in einem nassen Bett aufwacht. Danach sollte Rat bei einem Spezialisten gesucht werden. Kurz vor Schuleintritt oder sogar im Volksschulalter noch immer nicht trocken zu sein, beeinträchtigt das Selbstwertgefühl der Kinder enorm. Sie werden oft verspottet und schämen sich. Übernachten bei Freunden oder eben Urlaub machen werden zum Problem.

Bettnässen ist vererbbar. Obwohl viele Eltern selbst als Kinder betroffen waren, wird als Ursache häufig eine psychische Störung oder fehlender Willen vermutet. Doch: An Bettnässen hat niemand Schuld. Nächtliches Einnässen hat in 80% der Fälle eine körperliche Ursache (meist eine Reifungsverzögerung), die mit ärztlicher Hilfe meist sehr gut und schnell in den Griff zu bekommen ist. Auch die Konsultation eines spezialisierten Psychologen kann für einnässende Kinder und deren Familien hilfreich sein. Trotz der Belastung für die gesamte Familie wird häufig dennoch nicht darüber gesprochen. Eltern hoffen, das

Problem würde mit der Zeit von allein vorbeigehen. Ein Irrglaube, denn lediglich 15% der Kinder werden pro Jahr automatisch trocken und immerhin 1–2% aller Erwachsenen leiden an nächtlichem Einnässen. Nicht einmal ein Drittel aller betroffenen Kinder wird adäquat behandelt.

### Club Mondkind: Anlaufstelle für betroffene Familien

Club Mondkind bietet als Anlaufstelle für Familien mit bettnässenden Kindern Information und Unterstützung. Eltern erfahren hier den kürzesten Weg zum Spezialisten und somit rasche Hilfe, sehr persönliche Betreuung und werden umfassend über das – lösbar – Problem Bettnässen informiert.

### Bettnässer-Ferien Sommer 2009

**2-Wochen-Aufenthalt:** 16.-30. August 2009, Kosten (alles inklusive): 650,-  
**3-Wochen-Aufenthalt:** 9.-30. August 2009, Kosten (alles inklusive): 960,-  
**Ort:** JUFA Gästehaus Fürstenfeld  
Empfohlenes Alter der Kinder: 8 bis 12 Jahre

Wenn Sie mehr über die Bettnässen oder die Bettnässer-Ferien wissen wollen:

### Verein Club Mondkind - trockene Nächte, glückliche Kinder

Club-Telefon:  
+43(0)664/60 90 8100 (Freitag vormittags)  
[info@clubmondkind.at](mailto:info@clubmondkind.at)  
[www.clubmondkind.at](http://www.clubmondkind.at)

oder Sie wenden sich direkt an den Veranstalter:

**JUFA - Jugend & Familiengästehäuser**  
Elfriede Haagen  
Tel.: +43(0)5/7083-525  
[gesundheit@jufa.at](mailto:gesundheit@jufa.at)  
[www.jufa.at/feriencamps](http://www.jufa.at/feriencamps)

Die JUFA – Jugend & Familiengästehäuser betreiben über 30 Gästehäuser in Österreich und sind mit 800.000 Nächtigungen Marktführer im österreichischen Jugend- und Familientourismus – seit Anfang September 2007 sind sie mit dem JUFA Nördlingen auch in Deutschland vertreten.

Nähere Informationen unter [www.jufa.at](http://www.jufa.at)