

*Sehr geehrte Patientin,
Sehr geehrter Patient,*

Sie leiden an einer chronischen orthopädischen Erkrankung oder Ihre behandelnde Ärztin/ Ihr behandelnder Arzt hat Ihnen deshalb schon Rehabilitationssport verschrieben?

Mit dieser Information wollen wir Sie mit den Möglichkeiten und Chancen des Rehabilitationssports in unserer Einrichtung vertraut machen.

Unser Partner, das „Hains“ Freizeitzentrum stellt qualifizierte Übungsleiter und angemessene Räumlichkeiten inklusive Equipment zur Durchführung des Rehabilitationssportssports.

Was ist Rehabilitationssport?

Rehabilitationssport bietet Ihnen die Möglichkeit Ihre Bewegungsfähigkeit zu verbessern und Ihre Alltagsbelastbarkeit wiederherzustellen oder zu erhalten. Der Verlauf einer Erkrankung wird positiv beeinflusst, damit Sie wieder besser am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Prinzipiell wird der Rehabilitationssport für alle Menschen mit oder mit drohender Behinderung sowie mit chronischer Erkrankung empfohlen und von Ihrer behandelnden Ärztin/ Ihres behandelnden Arztes verschrieben.

Die Rehabilitationssportgruppen unterliegen bundesweit einheitlichen Qualitätskriterien und werden von einer qualifizierten Übungsleiterin/ einem qualifizierten Übungsleiter betreut.

Welche Ziele verfolgt Rehabilitationssport?

In erster Linie soll in der Rehabilitationsgruppe Hilfe zur Selbsthilfe vermittelt werden. Ein daran anknüpfendes Ziel des Rehabilitationssports ist die Verbesserung Ihrer Ausdauer und Kraft und Ihrer Koordination und Flexibilität. Das übergeordnete Ziel ist Sie zum langfristigen, selbstständigen und eigenverantwortlichen Bewegungstraining zu motivieren.



Was erwartet Sie in unseren Rehabilitationssportgruppen?

Sie treffen Menschen, die ähnlich wie Sie von einer chronischen Erkrankung oder Behinderung betroffen sind. Neben dem gemeinsamen Sporttreiben sind der Austausch mit anderen sowie der individuelle Umgang mit der Beeinträchtigung, wichtige Elemente des Rehabilitationssports. Die Übungsleiterin/ der Übungsleiter unterrichtet Sie außerdem in verschiedenen Übungen zur Kräftigung Ihrer Muskulatur und zur Verbesserung Ihrer koordinativen Fähigkeiten. Ein weiterer wichtiger Bestandteil der Gymnastikstunden ist das Beweglichkeitstraining und das Ausdauertraining. Die Dauer einer Übungsveranstaltung beträgt 45 Minuten.

Welche Kosten entstehen Ihnen?

Grundsätzlich keine. Unser Verein rechnet Ihre von der Krankenkasse genehmigte Verordnung und Ihre besuchten Übungsveranstaltungen direkt mit Ihrer gesetzlichen Krankenkasse ab. Nur wenn Sie privat versichert sind, müssen Sie zunächst in Vorkasse gehen.

Wie lange können Sie Rehabilitationssport machen?

Im Regelfall umfasst eine Rehabilitationssport Verordnung 50 Übungseinheiten innerhalb von 18 Monaten. Bei bestimmten Indikationen werden 120 Übungseinheiten innerhalb von 36 Monaten verordnet. Sprechen Sie mit Ihrer behandelnden Ärztin/ Ihrem behandelnden Arzt, ob Rehabilitationssport für Sie in Frage kommt.



Was müssen Sie tun?

1. Wenn Ihre behandelnde Ärztin/ Ihr behandelnder Arzt den Bedarf für eine Verordnung von Rehabilitationssport sieht, wird das Formular „Muster 56“ ausgefüllt.
2. Sie bringen Ihre Verordnung zu uns und lassen sich die Möglichkeit Ihrer Teilnahme am Rehabilitationssport mittels Vereinsstempel bestätigen
3. Das Formular „Muster 56“ muss nun bei Ihrer Krankenkasse eingereicht werden, um die Kostenübernahme Ihrer Krankenkasse zu sichern

Einige Krankenkassen genehmigen den Rehabilitationssport auch ohne einen eingetragenen Verein auf Ihrer Verordnung „Muster 56“. In diesem Fall müssen Sie die genehmigte Verordnung nur zu uns bringen und könnten sofort mit dem Sporttreiben beginnen.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Team im Hains Fitnessclub, gern auch telefonisch unter der 0351 65209624 oder per Mail an rehasport@scfreital.de