Was erwartet Sie im Rehabilitationssport?

Die ganzheitliche und individuelle Betrachtung eines jeden Teilnehmenden ist hier selbstverständlich. Im Wesentlichen geht es um „Hilfe zur Selbsthilfe“ für die Umsetzung im Alltag. Hierdurch gewinnen Sie wieder mehr Vertrauen in Ihren eigenen Körper und in Ihre Leistungsfähigkeit. Sie lernen, Ihren Alltag wieder besser zu bewältigen, wodurch auch die Teilhabe am Leben in der Öffentlichkeit erleichtert wird. Außerdem, und ganz besonders wichtig, gewinnen Sie ein Stück Lebensfreude zurück.

Was erwartet Sie in unseren Rehabilitationsgruppen?

In unseren Sportgruppen treffen Sie 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 Behinderung wichtige Elemente des Rehabilitationssports.

Welche Kosten entstehen Ihnen bei einer Teilnahme?

Die Vergütung für die Teilnahme am Reha-Sport ist zwischen den Anbietern und den gesetzlichen Krankenkassen vertraglich geregelt.
Wenn Sie dem Verein, in dem Sie Reha-Sport machen wollen, eine durch Ihre Krankenkasse genehmigte ärztliche Verordnung vorlegen, entstehen für Sie keine Kosten.
Ein Ziel des Reha-Sports ist es, jeden einzelnen an ein lebensbegleitendes Sporttreiben heranzuführen, um die Nachhaltigkeit zu sichern. So kann auch während des Verordnungszeitraums freiwillig von Ihnen eine Mitgliedschaft im Verein abgeschlossen werden, mit der Sie zusätzliche Vereinsangebote nutzen können und die Arbeit des Vereins unterstützen.

REHA-Angebote

... auch für Nicht-Mitglieder

Sie haben vom Arzt eine Verordnung bekommen? Was ist nun zu tun?

1. **Mit einer ärztlichen Verordnung werden diese Angebote von der eigenen Krankenkasse übernommen**
2. **Auf der Verordnung muss an der dafür vorgesehenen Stelle von Ihnen unterschrieben werden.**
3. **Auf der Verordnung muss vermerkt werden, dass der Reha-Sport beim Turnverein Dieburg ausgeführt wird.**
4. **Danach reichen Sie bitte die Verordnung bei Ihrer Krankenkasse zur Genehmigung ein.**
5. **Ist die Verordnung genehmigt, können Sie mit dem Reha-Sport beginnen.**

Im Regelfall gilt Ihre Verordnung für 50 Einheiten in 18 Monaten. Die Übungseinheiten erfolgen zu festen Zeiten in geleiteten Übungsgruppen durch entsprechend qualifizierte Übungsleiter, nach Punkt 14.1 und 14.2 der Rahmenvereinbarung.

Das sollten Sie zu Ihren Reha-Sport-Stunden mitbringen:
Bequeme (Sport)-Kleidung, saubere Sportschuhe, ein Handtuch, etwas zu trinken, und - ganz wichtig - gute Laune!

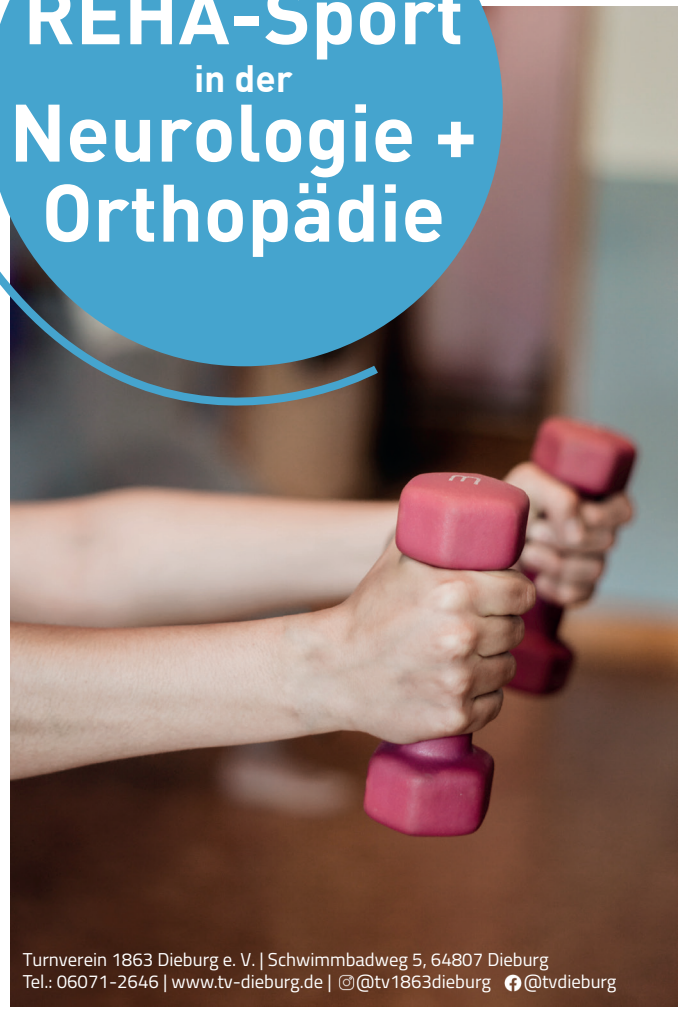
tv 1863 DIEBURG

Breiten- und Gesundheitssport/ Reha-Sport

Neurologie
Dienstags,17.00 - 18.00 Uhr
Gustav-Heinemann-Schule
(barrierefrei)

Orthopädie
Freitags,15.30 - 16.30 Uhr
im Spiegelsaal der
Schlossgartenhalle

REHA-Sport in der Neurologie + Orthopädie



Turnverein 1863 Dieburg e. V. | Schwimmbadweg 5, 64807 Dieburg
Tel.: 06071-2646 | www.tv-dieburg.de | @tv1863dieburg @tvdieburg

- Beschwerden mit dem Stütz- und Bewegungsapparat
- Schlaganfall, MS, Parkinson u. a.

Diagnosen, die Angst machen. Die von Trauer, manchmal Wut und Hilflosigkeit begleitet wird.
Sie kennen sicher die Krankheits- und Behandlungsfolgen. Lähmungserscheinungen, Störung der Bewegungs-koordination, Sprachstörungen, Sehstörungenen, Schwindel, Kopfschmerzen, Erschöpfungszustände.

Ärztliche Verordnung

Die Diagnose sollte eindeutig formuliert sein. Art und Schweregrad der Funktionseinschränkung ist ebenso wichtig wie Prognose und Begleiterkrankungen.
Ihre (nicht budgetbelastende) Verordnung (Formblatt 56 Bezug über Kassenärztliche Vereinigung) ist die Grundlage bei Prüfung einer Kostenübernahme durch die Rehabilitationsträger und muss folgende Punkte unbedingt enthalten:

- Diagnose
- Rehabillitationsgrund/-ziel
- Leistungsumfang + Anzahl der Übungseinheiten

Sie können etwas tun

Werden Sie aktiv in der Nachsorge!

... und zwar durch Rehabilitationssport!
Bewegung in der Gruppe hilft Ihnen, aktiv gegen Ihre Beeinträchtigung vorzugehen und ihre Lebensqualität selbstbestimmt zu steigern.

Bewegung und Sport in Absprache mit Ihrem behandelnden Arzt kann die Krankheitsfolgen nachweislich und nachhaltig positiv beeinflussen. Die Bewegung sollte bereits im Krankenhaus begin-nen, in der Rehaklinik fortgeführt werden (hier sind idealerweise sportliche Elemente enthalten) und dann zu Hause in speziellen Rehabilitations-Sportgruppen als regelmäßige Bewegung in den Alltag integriert werden.

REHA-Sport
Bewegung für die Seele

- eigenen Körper neu wieder kennenlernen
- eigenen Körper annehmen
- Angst abbauen
- Depressionen und Ängste vorbeugen
- Zutrauen in die Leistungsfähigkeit des eigenen Körpers zurückgewinnen
- Mut schöpfen, wieder unter Menschen zu gehen
- einen eigenen Beitrag zur Genesung leisten

Bewegung und Sport auf sozialer Ebene

- Kontakt zu anderen fördern
- Motivation (Lust etwas zu tun)
- Erfahrungen und Informationen mit anderen (Geichgesinnten) austauschen
- soziale Abgeschiedenheit abbauen
- Spaß und Freude erleben
- Gruppenzusammengehörigkeit erleben
- Verbesserung der Lebensqualität

Anmeldung

Bitte schreiben Sie eine E-Mail an **reha@tv-dieburg.de** oder setzen Sie sich direkt mit Brigitte Pusceddu unter 01515-6053013 in Verbindung.

Turnverein 1863 Dieburg e.V. | Schwimmbadweg 5, 64807 Dieburg
Tel.: 06071-2646 | www.tv-dieburg.de | @tv1863dieburg @tvdieburg