

Ansprechpartnerin

Lisa Kosler

Telefon: 0162 1087 618

E-Mail: l.kosler@teheim-solingen.de

Anbieter



Hauspflegeverein Solingen

Ambulante Pflege · Betreuung · Hauswirtschaft

Hauspflegeverein Solingen e. V.
Focher Straße 158. 42719 Solingen

info@teheim-solingen.de
www.teheim-solingen.de

Eine Mitgliedschaft
in der Sportabteilung
unseres Vereins ist
möglich, aber keine
Voraussetzung
für die Teilnahme
am Rehasport.



Rehasport

Nicht die Jahre bestimmen
das Alter, sondern
unsere Lebensweise.

Hauspflegeverein

Friedrichshof

Goudahof

Was ist Rehasport?

Beim Rehabilitationssport, kurz Rehasport, handelt es sich um ein ärztlich verordnetes Bewegungstraining in der Gruppe, das allen gesetzlich versicherten Personen kostenfrei zur Verfügung steht. Rehasport findet in der Regel einmal pro Woche statt und wird von speziell ausgebildeten Übungsleitern durchgeführt.

Warum Rehasport?

Ziel des Trainings ist es, die Leistungsfähigkeit nach einer Erkrankung wiederherzustellen.

Rehasport

- steigert die Ausdauer, Kraft und Koordination,
- verbessert die Beweglichkeit,
- trägt zur Schmerzlinderung bei,
- erhöht die Lebensqualität,
- stärkt das Selbstbewusstsein
- und sorgt für Freude an der Bewegung.

Wie beantrage ich Rehasport?

- 1 Sprechen Sie Ihren Arzt auf Rehabilitationssport an: Er kann Ihnen mit dem sogenannten Formular 56 Rehasport verordnen - in der Regel 50 Übungseinheiten à 45-60 Minuten einmal wöchentlich über 18 Monate.
- 2 In die Verordnung des Arztes tragen Sie unter „Antrag auf Kostenübernahme“ den Sportverein ein, bei dem Sie das Training durchführen möchten: zum Beispiel Hauspflegeverein Solingen e.V.
- 3 Anschließend senden Sie den unterschriebenen Antrag mit der Bitte um Genehmigung an Ihre Krankenkasse.
- 4 Nach Erhalt der Zusage, wenden Sie sich an einen Rehasport-Anbieter Ihrer Wahl.

Unser Kursangebot

- **Rehasport bei neurologischen Erkrankungen** wie Demenz, Parkinson, Schlaganfall oder Multiples Sklerose.
- **Rehasport bei orthopädischen Erkrankungen** des Haltungsapparats sowie bei Gelenk- und Rückenbeschwerden.

Unsere Kurse finden zu unterschiedlichen Zeiten an verschiedenen Standorten in Solingen statt.

Wir beraten Sie gerne.

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail und wir schauen, wo wir einen passenden Platz für Sie finden!

☎ 0162 / 1087 618

L.kosler@teheim-solingen.de

