

Auszug aus der Bordesholmer Rundschau Februar 2009

Der „Sportverein für Gesundheit und Rehabilitation Bordesholm“

Mit der Gründung des SGRB (Sportverein für Gesundheit und Rehabilitation Bordesholm) bietet sich in Bordesholm nun die Möglichkeit, ein vom Arzt verordnetes Rehabilitationprogramm in Gruppen durchzuführen.

Mit dem Begriff "Rehabilitationssport" verbinden immer noch viele Menschen Maßnahmen, die nur nach einer schweren Krankheit, nach einer Operation oder nach einem schweren Unfall durchgeführt werden.

Rehabilitationssport kann dazu aber auch etwas ganz anderes sein!

Rehabilitationssport ist "Sport" - für jedermann, unabhängig von Alter und Geschlecht! Der gesetzliche Anspruch auf Rehasport trifft dabei fast auf jeden zu.

Tatsächlich gilt dieser Anspruch für jeden Menschen mit Rücken- oder anderweitigen körperlichen Beeinträchtigungen, wenn zu erwarten ist, dass diese Probleme sich verschlimmern, wenn er nichts dagegen unternimmt. In den Rehabilitationssportgruppen des SGRB werden Personen mit den verschiedensten Diagnosen durch kompetente Fachübungsleiter betreut. Rehabilitationssport ist grundsätzlich bei jeder Beeinträchtigung von körperlichen Funktionen (wie z.B. bei Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat, an der Wirbelsäule, bei Gelenkbeschwerden, künstlichen Gelenken oder Prothesen, Arthrose, Osteoporose, Morbus Bechterew, Multiple Sklerose, Rheuma, Inkontinenz, Übergewicht) geeignet.

Die Ziele, die mit dem Rehasport erreicht werden, sind somit deutlich: mehr Kraft, Ausdauer, Koordination und eine verbesserte Beweglichkeit. Durch die Gruppe wird unter anderem das "Wir-Gefühl", also der Austausch mit anderen, die ähnliche Einschränkungen haben, gefördert. Dies unterstützt positiv und nachhaltig den Prozess sowie das Erreichen des Ziels der Rehabilitation.

Die Rehatrainer(-innen) des SGRB (zugelassen und zertifiziert durch den Landessportverband und den Rehabilitations- und Behinderten-Sportverband S-H) vermitteln dabei den Teilnehmern mit viel Spaß die Freude an der Bewegung.

So einfach geht's: Sie benötigen einen Reha-Antrag (Formular KV 56), den Sie entweder direkt von Ihrem Arzt oder vom SGRB erhalten können. Sind die Beschwerden diagnostiziert, können bis zu 50 Behandlungstermine mit einer Gültigkeitsdauer von maximal 18 Monaten verordnet werden. Ihr Arzt füllt dann einen Teil des Antrags für Sie aus. Den ausgefüllten Antrag schicken oder bringen Sie dann zu Ihrer Krankenkasse. Diese bewilligt den Antrag im Regelfall komplikationslos und zeitnah.

Das Rehabilitationstraining des "Sportvereins für Gesundheit und Rehabilitation" findet in den Räumlichkeiten des Fitness-Parks, Eiderkampsweg 9, Telefon 04322-1409, statt. Als Ansprechpartner für Fragen stehen Ihnen Frau Erlach und Herr Meyer gerne zur Verfügung.