

Rehabilitasyon sporu/Fonksiyonel alıştırma **Sizler İçin Önemli Bilgiler**

Ne zaman rehabilitasyon sporu veya fonksiyonel alıştırma yapabilirim?

Yukarıdaki hizmetlerden birini eğer aşağıdaki şartları yerine getirirseniz yararlanabilirsiniz:

- Onaylanarak belgelenen bir engele sahipsensiniz;
- Engelli olma tehdidi altındaysanız;
- Destek ve hareket organlarıyla ilgili bir hastalık mevcutsa.

Rehabilitasyon sporu veya fonksiyonel alıştırmanın amaçları nelerdir?

Hizmetlerin amaçları aşağıda sıralanmıştır:

- Güç ve dayanıklılığın sağlam hale getirilmesi; koordinasyon ve esnekliğin iyileştirilmesi;
- Hareket kapasitesinin korunması ve iyileştirilmesi;
- Her bir organ sisteminin/vücut parçasının fonksiyon kaybının ertelenmesinin sağlanması;
- Ağrıların dindirilmesi, hastalıkla baş etmenin desteklenmesi, kendi kendine yardım edebilmenin sağlanması;
- Özgüven sağlanması; özellikle de engelli olan veya engelli olmaya aday kadınlar ve kızların özgüvenlerinin güçlendirilmesi.

Asıl hedef sizin sağlığını uzun süreli olarak kendi sorumluluğunuz altında güçlendirmeniz ve hareket gerektiren alıştırma yapmanızdır; örneğin masraflarınızı karşılamamız kaydıyla şimdiye kadar katıldığınız grupta veya spor kulübünde başka sporlar yapmak suretiyle uygulayabilirsiniz.

Rehabilitasyon sporu veya fonksiyonel alıştırma alanında hangi formatlar yer almaktadır?

- Jimnastik (su jimnastiği dahil) ve yüzme;
- Atletizm ve hareketli oyunlar;
- Karada yapılacak jimnastik ve suda yapılacak jimnastik.

Kas geliştirmeye ilişkin veya vücut mukavemet gücünü artırmaya ilişkin teknik cihazlarla yapılacak alıştırma içeren önlemler burada hariç tutulmuştur.

Rehabilitasyon sporu veya fonksiyonel alıştırma yapmak için nasıl başvuruda bulunabilirim?

Sizi tedavi eden hekiminiz **rehabilitasyon sporu veya fonksiyonel alıştırma** hizmetini ilaç gibi doktor muayenehanesinde mevcut olan 56 numaralı forma yazacak. Bu reçete yazıldığı tarihten itibaren üç ay için geçerli olacaktır.

Rehabilitasyon sporu veya fonksiyonel alıştırmasına ne kadar süre devam edebilirim?

Hizmet türü veya hizmet kapsamı ile ilişkin kararı sizi tedavi eden hekim verecektir. Reçete olarak yazılan hizmete göre hizmet kapsamı 12 - 36 ay arasındadır ve muhtemelen belli sayıdaki alıştırma birimini içerecektir.

Acaba başka sorunuz var mı?

Sorun yok! Sizlere memnuniyetle ister telefonla ister yazılı veya Bremen'de ve Bremerhaven'de görev yapan şubelerimizden birinde bizzat hizmet vermeye hazırız.