

# **Rehabilitationssport/Funktionstraining**

## **Die wichtigsten Informationen für Sie**

### **Wann bekomme ich Rehabilitationssport oder Funktionstraining?**

Sie erhalten eine der oben genannten Leistungen, wenn:

- Sie an einer anerkannten Behinderung leiden,
- Sie von Behinderung bedroht sind oder
- Sie an einer Erkrankung der Stütz- und Bewegungsorgane leiden.

### **Was sind die Ziele des Rehabilitationssports oder Funktionstrainings?**

Die Ziele der Leistungen sind unter anderem:

- die Stärkung von Ausdauer und Kraft, die Verbesserung von Koordination und Flexibilität,
- der Erhalt und die Verbesserung von Bewegungsfähigkeit,
- das Hinauszögern von Funktionsverlusten einzelner Organsysteme/Körperteile,
- die Schmerzlinderung, Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung und Hilfe zur Selbsthilfe,
- die Stärkung des Selbstbewusstseins, insbesondere auch von behinderten oder von Behinderung bedrohten Frauen und Mädchen.

Das übergeordnete Ziel ist es, dass Sie Ihre Gesundheit auch langfristig eigenverantwortlich stärken und Bewegungstrainings durchführen, z.B. durch weiteres Sporttreiben in der bisherigen Gruppe bzw. im Verein auf eigene Kosten.

### **Welche Formen im Bereich Rehabilitationssport oder Funktionstraining gibt es?**

- Gymnastik (auch Wassergymnastik) und Schwimmen,
- Leichtathletik und Bewegungsspiele,,
- Trockengymnastik und Wassergymnastik.

Ausgeschlossen sind Maßnahmen, welche Übungen an technischen Geräten zum Muskelaufbau oder zur Ausdauersteigerung beinhalten.

### **Wie beantrage ich Rehabilitationssport oder Funktionstraining?**

Der behandelnde Arzt verordnet die Leistungen **Rehabilitationssport oder Funktionstraining** auf dem Muster 56, welches in der Arztpraxis erhältlich ist. Die Verordnung ist ab Ausstellungsdatum für drei Monate gültig.

### **Wie lange kann ich Rehabilitationssport oder Funktionstraining bekommen?**

Über die Leistungsart und den Leistungsumfang entscheidet der behandelnde Arzt. Je nach verordneter Leistung beträgt der Leistungsumfang 12 - 36 Monate und beinhaltet eventuell eine bestimmte Anzahl von Übungseinheiten.

### **Sie haben noch weitere Fragen?**

Kein Problem! Wir stehen Ihnen gerne telefonisch, schriftlich oder persönlich in einer unserer Geschäftsstellen in Bremen und Bremerhaven zur Verfügung.