

Rehabilitationssport: bleiben Sie bei medizinischer Versorgung aktiv

Wir bringen Sie in Bewegung

Wir, der Gesundheitssportverein Mainz e.V. übernehmen ab Juli 2019 den Rehabilitationssport in Zusammenarbeit mit der Universitätsklinik Mainz. Es können weiterhin alle Personen am Rehabilitationssport teilnehmen.

Nur die Abrechnungsmodalitäten mit den Krankenkassen ändern sich.

Sie, liebe Teilnehmer, benötigen einen Rehabilitationssportantrag, den Sie von Ihrem Arzt bekommen. Der Antrag (Formular 56) wird von Ihrem Arzt ausgefüllt und muss bei Ihren Krankenkassen genehmigt werden. Die Krankenkasse entscheidet über die Bewilligung.

Sollte die Krankenkasse/Privatversicherung Ihren Antrag nicht genehmigen, haben Sie die Möglichkeit bei uns im Verein Mitglied für 25 Euro im Monat zu werden.

Wir, der Gesundheitssportverein, übernehmen die Kostenabwicklung mit den gesetzlichen Krankenkassen und bei einer Bewilligung entstehen Ihnen keine Zusatzkosten.

Der Rehabilitationssport wird weiterhin regelmäßig Donnerstag stattfinden. Die Kursstunde dauert 45 Minuten.

Sollten Sie Fragen über die Vorgehensweise haben, können Sie uns gern kontaktieren:

Gesundheitssportverein Mainz e.V. Telefon: 06131- 2170848 oder

Sie sprechen Frau Anke Kühne 15 Minuten vor der Übungsstunde direkt an.

Wir sind für Sie da.



Tumorkrank und trotzdem fit!

Institut für Physikalische Therapie, Prävention und Rehabilitation

Ambulante Rehabilitationssport

gruppen für Krebspatienten

Regelmäßige körperliche Aktivität ist ein wichtiger Pfeiler in der Behandlung zahlreicher Tumorerkrankungen. Die Lebensqualität der Betroffenen, die Wiedererkrankungsrate und die Lebenserwartung können mit körperlicher Aktivität überaus positiv beeinflusst werden. Leider nutzen diese Chance nur wenige Patienten. Stattdessen ist der Alltag der Patienten häufig gekennzeichnet von Bewegungsmangel und Inaktivität. Aus einem Gefühl der Überforderung heraus, aus mangelndem Vertrauen zur eigenen Leistungsfähigkeit, aus fehlendem Antrieb und Unsicherheit, schöpfen zahlreiche Patienten ihre Möglichkeiten bei weitem nicht aus. So bleibt die Perspektive, den Krankheitsverlauf aus eigener Kraft positiv beeinflussen zu können, ungenutzt.

Um Betroffenen die Chancen regelmäßiger körperlicher Aktivität zu erschließen, bieten wir Patienten mit einer Tumorerkrankung unsere ambulante Rehabilitationsgruppe: „Tumorkrank und trotz-dem fit!“.

Ziele der physiotherapeutischen Gruppentherapie sind:

- Verlorenes Selbstvertrauen in den eigenen Körper wiederfinden
- Zugang zur realen Belastbarkeit gewinnen
- Körperliche Aktivität und Leistungsfähigkeit steigern
- Passivität und sozialen Rückzug verhindern

Die Gruppe findet regelmäßig statt:

- donnerstags ▪ von 10:00 bis 10:45 Uhr und von 11:00 bis 11:45 Uhr
- auf dem Gelände der Universitätsmedizin, Gebäude 505, Untergeschoss, Bewegungshalle.

Der Einstieg in das laufende Angebot ist jederzeit möglich.

So funktioniert es:



UNIVERSITÄT **medizin.**
MAINZ