

## Ihre Checkliste

Die vielfältigen Rehabilitationssportangebote der DJK Franz Sales Haus e. V. richten sich an Menschen mit

- orthopädischen Schadensbildern
- geistiger und mehrfacher Behinderung
- psychischer Erkrankung
- Doppeldiagnosen
- Sehbehinderung

Der Rehabilitationssport findet in Gruppen unter Anleitung qualifizierter Übungsleiter statt und dient der Verbesserung der physischen, psychischen, emotionalen und psychosozialen Kompetenzen.

### Vor der Anmeldung sollten Sie folgende Fragen beantworten:

- An welchem Tag und zu welcher Uhrzeit können Sie am Rehabilitationssport teilnehmen?
- Welches Angebot kommt für Sie in Frage?
- Wo soll das Angebot stattfinden: im Wasser, in der Sporthalle oder sogar im Freien?
- Welche Altersgruppe ist für Sie die richtige?
- Haben Sie eine gültige Rehabilitationssport-Verordnung von Ihrem Arzt, die auch von der Krankenkasse genehmigt wurde?

## Vorteile für Mitglieder

Es gibt keine Verpflichtung, Mitglied im Verein zu werden. Sie müssen keine Aufnahmegebühr zahlen, um am Reha-Sport teilzunehmen.

Eine **Mitgliedschaft** hat aber **viele Vorteile**:

- + Sollte Ihre ausgelaufene Rehasportverordnung von Ihrem Arzt oder Ihrer Krankenkasse nicht verlängert werden, können Sie als Mitglied weiterhin an dem Kurs teilnehmen, **der Ihnen guttut**.
- + Sie können unser **Schwimmbad** in den freien Schwimmzeiten **nutzen**.
- + Sie erhalten **Vergünstigungen** bei den präventiven Kursangeboten.
- + **Kostenlose Teilnahme** an Veranstaltungen
- + **Mitbestimmung** bei unserer Mitgliederversammlung



## Reha-Sport

*Mehr Lebensqualität  
durch gesunde Bewegung*

**Sie haben Fragen? Wir informieren Sie gerne:**

**DJK Franz Sales Haus e. V.**

im Sportzentrum Ruhr

Steeler Str. 261

45138 Essen

Tel (0201) 2769-952

E-Mail: [djk@franz-sales-haus.de](mailto:djk@franz-sales-haus.de)





## Reha-Sport beantragen

Sie möchten am Rehabilitationssport der DJK Franz Sales Haus e. V. teilnehmen? Dazu benötigen Sie eine **„ärztliche Verordnung für Rehabilitationssport“ von Ihrem Hausarzt**. Für das richtige Ausfüllen des Formulars und die Beantragung bei der Krankenkasse haben wir einige **Tipps** für Sie:

- 1** Ihr Hausarzt stellt die **verordnungsrelevante Diagnose** und eine **Verordnung** für den Rehabilitationssport aus. **Tipp:** Bei Vorliegen einer (geistigen) Behinderung sollte Ihr Arzt die Diagnose auf der Verordnung mit dem ICD-Schlüssel vermerken.
- 2** Ihr Arzt wählt die empfohlene Reha-Sportart aus. **Tipp:** Wenn Sie Sport **im Wasser** durchführen möchten, muss der Arzt das Feld **„Gymnastik (auch im Wasser)“** oder **„Schwimmen“**, bzw. für **Fußball** und **Tischtennis** das Feld **„Bewegungsspiele“** anzukreuzen.
- 3** Der Rehabilitationssport wird in der Regel für 50 Einheiten und 18 Monate verschrieben. **Tipp:** Bei bestimmten Diagnosen (z. B. bei Asthma, Blindheit, Epilepsie, kognitiver oder psychischer Beeinträchtigung) kann der Arzt den Zeitraum auf 120 Einheiten und 3 Jahre **erweitern**.
- 4** Wenn Ihr Arzt entscheidet, dass Sie wöchentlich **mehr als zwei Übungsveranstaltungen** besuchen sollen, muss er dies **auf dem Antrag** speziell **begründen**.

## Schritt für Schritt

Wenn Sie die Verordnung des Arztes haben, müssen Sie bei Ihrer Krankenkasse einen **„Antrag auf Kostenübernahme“** stellen. Das geht so:

- 5** Tragen Sie auf der Rückseite der ärztlichen Verordnung unter dem Punkt „Antrag auf Kostenübernahme“ den **Verein DJK Franz Sales Haus e. V.** ein und **unterschreiben** die Verordnung.
- 6** Senden Sie die Rehabilitationssportverordnung zur Genehmigung **an Ihre Krankenkasse**.
- 7** Ihre Krankenversicherung **genehmigt** die Verordnung und legt einen **Gültigkeitszeitraum** fest.
- 8** Nun reichen Sie uns **die Verordnung** bitte **im Original** ein. Bitte teilen Sie uns außerdem Ihre **persönlichen Daten** (Telefonnummer, E-Mail und Anschrift) mit, damit wir Sie bei Rückfragen oder bei einem Ausfall des Sportangebotes erreichen können.
- 9** Es geht los: Sie nehmen am ausgewählten Kurs teil. Sollten Sie nach ein oder zwei Terminen feststellen, dass der Kurs doch nicht das Richtige für Sie ist, können Sie noch einmal wechseln.

*Wenn Ihre Verordnung demnächst abläuft, benachrichtigen wir Sie automatisch.*



## Wissenswertes !



Unsere Rehabilitationssport-Kurse finden Sie im Internet unter **www.sportzentrum.ruhr**. Hier können Sie sich direkt **online anmelden**. Oder Sie kommen im Sportzentrum Ruhr vorbei. Unser Büro finden Sie rechts vom Eingang.



Die Einheiten der Kurse dauern zwischen 45 und 90 Minuten.



Unsere Reha-Gruppen haben maximal 15 Teilnehmende.



Kindergruppen (unter 14 Jahre) haben maximal 10 Teilnehmende.



Gruppen für Menschen mit Schwerstbehinderung haben maximal 7 Teilnehmende.



Wir haben speziell ausgebildete Übungsleiter:innen für den Rehabilitationssport, einen betreuenden Arzt für den Verein und nehmen an qualitätssichernden Maßnahmen des Behindertensportverbands teil.

