



Eltern-Kind-Schwimmen, Kleine und Große Frösche: In unseren neuen Wasserkursen, die ab sofort im Gesundheitszentrum Ostrow angeboten werden, lernen Kinder u. a. ihre Scheu vor dem Wasser zu verlieren.

Room-Tour durch das Gesundheitszentrum Ostrow: Die neuen Räumlichkeiten

Seit 1. Juli 2019 ist der Ostrower Platz um einen Neubau reicher: Auf einer Fläche von 2.600 qm werden im neuen Standort der REHA VITA – dem **Gesundheitszentrum Ostrow** – Kinder und Jugendliche sowie Erwachsene therapiert.

Ambulante Rehabilitation für Kinder und Jugendliche, Physio- und Ergotherapie,

Logopädie, Rehasport für Kinder und Jugendliche, Wasserkurse für Kinder, Rehasport und Funktionstraining (auch im Wasser) sowie Kochkurse für Erwachsene und individuelle Angebote im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements für Unternehmen - so vielfältig das Leistungsspektrum, so vielfältig die räumliche Ausstattung des Neubaus.

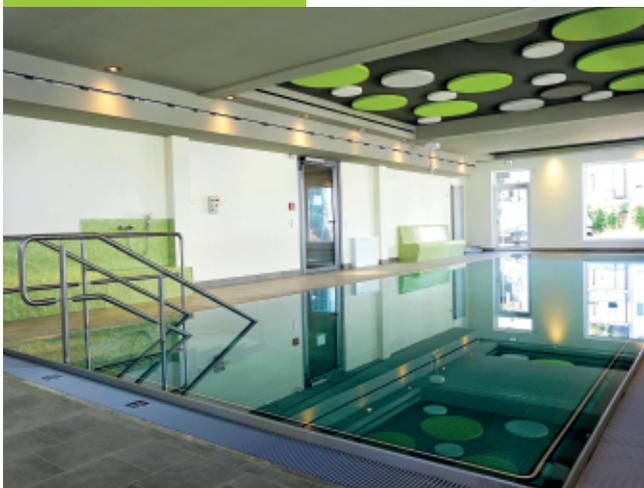
Top 3 Themen

Tag der
offenen Tür:
Sa, 21.9.2019
10 – 14 Uhr

**NEU: Wasser-
kurse für Kinder**

**Neue Angebote
im Rehabili-
tationssport**

Room-Tour durch das Gesundheitszentrum Ostrow: Die neuen Räumlichkeiten



Unterschiedliche Wassertiefen und eine Wassertemperatur von 32 Grad bieten optimale Therapiebedingungen

15 neue Therapieräume, ein **großes, beheiztes Bewegungsbad**, zwei **Kursräume**, eine **Kochschule**, inkl. begehbarer Dachterrasse - verteilt auf vier Etagen und 2.600 qm Nutzfläche verfügt das Gesundheitszentrum Ostrow nicht nur über eine **umfangreiche räumliche, sondern auch modern apparativ-technische Ausstattung**.

„Bei der Anschaffung von Therapiegeräten und der Ausstattung der Therapieräume legten wir viel Wert auf das Mitspracherecht unserer Therapeuten. Sie kennen die Bedürfnisse unserer Patienten und wissen, was zur Schaffung optimaler Therapiebedingungen notwendig ist“, erläutert **Christian Seifert, Geschäftsführer der Reha Vita**.

Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern

Dank einer Kooperation mit dem **Sozialpädiatrischen Zentrum des Carl-Thiem-Klinikum Cottbus** steht der Reha Vita auch ein **Lokomotionslaufband** zur Ganganalyse von neurologisch erkrankten Kindern und Jugendlichen zur Verfügung. Dieses befindet sich im **Zirkelraum**, der mit 30 neuen **Kraft- und Cardio-Geräten** ausgestattet ist und zukünftig von Kursteilnehmern im Rahmen von Präventions-, Nachsorge- und betrieblicher Gesundheitsförderungsmaßnahmen sowie von Kindern und Jugendlichen in der ambulanten Rehabilitation genutzt wird.

Ebenfalls im Erdgeschoss: unser **beheiztes und mit unterschiedlichen Wassertiefen ausgestattetes Bewegungsbecken** (32 Grad, 1,00 m bis 1,35 m). Kleinmaterial, wie Poolnudeln, Gewichte oder diverse Spiele, kommen in den zahlreichen Kursen zum Einsatz: **Rehasport- und Funktionstraining im Wasser**, Wasserkurse **Kleine Frösche und Große Frösche** sowie **Eltern-Kind-Schwimmen** und **Baby-schwimmen**.



Funktionales Training: spezielle Funktionswände ermöglichen durch den Einsatz von Seilzügen, Bändern, etc. eine neue Form des Geräte-Trainings

Room-Tour durch das Gesundheitszentrum Ostrow: Die neuen Räumlichkeiten

Herzstück: Kindertherapie im 2. OG

Ein **kindgerechter Gruppenraum**, ein **Reha-Aufenthaltsraum**, **Therapieräume für Physio-, Ergotherapie und Logopädie** sowie ein mit Kletter-/Sprossenwand, Trampolin u.v.m. ausgestatteter **Motorikraum** bieten Kindern und Jugendlichen abwechslungsreiche Therapiebedingungen. Ein Raum, der Kinderaugen zum strahlen bringen wird: der **Snøezelenraum**. Therapeutisches Ziel: stressgeplagte Patienten in eine entspannte Atmosphäre zu versetzen.

Highlight des Gesundheitszentrum Ostrow: Die mit **modernen Gerätschaften und verschiedenen hohen Arbeitsflächen** ausgestattete

Kochschule im 3. OG. Sie bietet Platz für bis zu 20 Personen. „Kinder und Jugendliche sollen sich in der Kochschule nach Herzenslust austoben. Für **Erwachsene, Unternehmen** – Stichwort: Betriebliches Gesundheitsmanagement – und **Selbsthilfegruppen** bieten wir zukünftig **Kochkurse mit unserem Diätkoch** an“, verkündet **Geschäftsführerin Annett Seifert**.

Direkt neben der Kochschule befindet sich der **Schulungs- und Seminarraum**. Eingerichtet mit einem **Konferenztisch für 20 Personen** sowie einem **interaktiven Whiteboard** wird er zukünftig für Vorträge genutzt und kann auch von Unternehmen gemietet werden.

 **REHA VITA**



Die **Kochschule im 3. OG** ist mit unterschiedlich hohen Arbeitsflächen und modernsten Geräten ausgestattet.



Dient vor allem der Förderung der Psychomotorik und Sensorik: der speziell auf die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen angepasste **Motorikraum**.



**TAG DER
OFFENEN
TÜR 10-14^{UHR}
SA, 21.09.19**

 **REHA VITA**
Gesundheitszentrum Ostrow

Ostrower Platz 18, 03046 Cottbus



Neue Angebote im Rehasport



Bieten wir seit 08/19 an:
Rehasport und Funktions-
training auch im Wasser



Elisa Justh an unserem
neuen Check-in



Elisa Justh,
Ansprechpartnerin für
Rehasport und
Funktionstraining:
Tel. 0355/48551-234
rehasport@reha-vita.de

Mit der Eröffnung unseres neuen Standorts gibt es auch Neuerungen im Rehabilitationssport. Das **Rehasport-Büro** befindet sich ab sofort **neben der Anmeldung im Erdgeschoss des Gesundheitszentrum Ostrow**. Zudem gibt es **keine Sprechzeiten mehr**: Die **Anmeldung** zum Rehasport oder **persönliche Anliegen** können ab sofort **innerhalb der Öffnungszeiten** persönlich im **Gesundheitszentrum Ostrow** erfolgen“, erklärt **Elisa Justh, Ansprechpartnerin für Rehasport**.

Außerdem neu: Rehasport-Teilnehmer loggen sich vor Kursbeginn mit ihrer Krankenkassenkarte am **Check-in** ein, unterschreiben und erhalten im Anschluss einen Bon, der dem Übungsleiter als Berechtigung zur Kursteilnahme abgegeben wird.

NEU: Rehasport und Funktionstraining im Wasser

Seit August 2019 bieten wir Rehasport und **Funktions-training auch im Wasser** an. Durch die Verringerung des eigenen Körpergewichts im Wasser „erlaubt die **Wassergymnastik** ein besonders **gelenk- und**

knochenschonendes Arbeiten. Dank der geringen Wassertiefe sowie der begrenzten Teilnehmeranzahl können auch unsichere Schwimmer teilnehmen“, erläutert Elisa Justh.

Hilfe zur Selbsthilfe

Egal, ob Trocken- oder Wassergymnastik: **Rehabilitationssport** dient u.a. der **Aktivierung des Herzkreislaufsystems**, der **Erhaltung und Förderung der Beweglichkeit** und bietet **Hilfe zur Selbsthilfe**, „Ziel ist es, die Eigenverantwortung der Patienten gegenüber ihrer Gesundheit zu stärken“, führt Elisa Justh aus.

Ähnlich verhält es sich beim **Funktionstraining**. „Häufig wird es **bei Problemen der Stütz- und Bewegungsorgane verordnet**, wie z.B. bei Rheuma- oder Osteoporose-Patienten“, erklärt die Rehasport-Verantwortliche.

Verordnung vom Arzt

Rehabilitationssport und Funktionstraining sind von den Krankenkassen nach §44 SGB IX anerkannte, therapieergänzende Maßnahmen. Die Verordnung (Formular „Muster 56“) erfolgt vom Arzt.



In **altersgerechten Gruppen** mit max. 10 Teilnehmern schulen „speziell lizenzierte und fachlich qualifizierte Übungsleiter des Deutschen Behindertensportverbandes e. V. Koordination, Bewegungsabläufe, Körperhaltung“, so **Elisa Justh**. Darüber hinaus wird die Ausdauer verbessert und der Spaß an der Bewegung vermittelt. „Durch die regelmäßige, gemeinsame Aktivität in der Gruppe wird die soziale Kompetenz gefördert und gleichzeitig das Selbstvertrauen gestärkt“, ergänzt die Ansprechpartnerin.

Die Gruppen richten sich an **Kinder und Jugendliche im Alter von 6 – 14 Jahren** mit:

- orthopädischen Einschränkungen
- motorischen Einschränkungen
- alltäglichem Bewegungsmangel
- Übergewicht und Adipositas
- Atemwegserkrankungen
- rheumatischen Erkrankungen

Die Altersgruppen teilen sich wie folgt auf:

Altersgruppe

6 bis 10 Jahre:

Mo 15:30 – 16:15 Uhr

Mi 15:15 – 16:00 Uhr

Altersgruppe

11 bis 14 Jahre:

Mo 16:15 – 17:00 Uhr

Mi 16:00 – 16:45 Uhr

Wie melde ich mein Kind für den Rehasport an?

- 1) Vom Arzt Verordnung über Rehasport ausstellen lassen
- 2) Im Gesundheitszentrum Ostrow persönlich bei Frau Justh den voraussichtlichen Beginn-Termin vereinbaren (bitte Verordnung sowie Versicherungskarte mitbringen).
- 3) Antrag bei der Krankenkasse genehmigen lassen (dafür Verordnung vorlegen). Die Krankenkasse legt den Zeitraum der Dauer des Rehabilitationssports fest.



Mit Stolz eröffneten wir am Montag, 01.07.19 die Pforten unseres neuen Standorts: dem Gesundheitszentrum Ostrow. Baufachplaner, Handwerker, Therapeuten, Mitarbeiter sowie extern beauftragte Dienstleister – alle waren mit viel Engagement an dem als Kindertherapiezentrum angelegten Bau-Projekt beteiligt. Für die Unterstützung, die meine Frau und ich in den vergangenen 16 Monaten erfahren durften, möchte ich mich herzlich bedanken. Der Weg war zeitweilig steinig. Aber die positive Resonanz unserer Mitarbeiter zeigt, dass es sich lohnt, als einer der ersten für eine gute Sache einzustehen. Ich hoffe, dass wir Sie bei unserem „Tag der offenen Tür“ am Samstag, 21.09.19, 10 -14 Uhr auch davon überzeugen können.

Christian Seifert





Spiele helfen Kindern die Angst vor dem Wasser zu verlieren.

Hinweis:
Ausgewählte Krankenkassen, u. a. AOK Nordost, bezuschussen die Teilnahme an Wasserkursen für Kinder!

Nicht jedes Kind ist eine geborene Wasserratte. Um Vertrauen aufzubauen „sollten Kinder spielerisch und Schritt für Schritt an das Wasser herangeführt werden“, **erklärt Irina Kabelitz, Kinderphysiotherapeutin.**

Die neu im **Gesundheitszentrum Ostrow** angebote-

nen **Wasserkurse Kleine Frösche und Große Frösche** richten sich an Kinder, die „über **Koordinations- und Konditionsspiele, Übungen mit Schwimmbrettern oder Poolnudeln** sowie **Tauchsple** Grundfähigkeiten im Wasser erlernen, und gleichzeitig Vertrauen in sich aufbauen sollen“, erläutert Irina Kabelitz.

Ebenfalls neu im Leistungsspektrum: **Eltern-Kind Schwimmen.** „In dem Kurs können positive Erfahrungen vertieft und durch gezielte Übungen die motorische Weiterentwicklung gefördert werden. Kinder sollen sich von den Eltern lösen und möglichst eigenständig im Wasser agieren“, so die Physiotherapeutin.

	Babyschwimmen	Eltern-Kind Schwimmen	Kleine Frösche	Große Frösche
Für	Babys ab dem 5. Lebensmonat & Körpergewicht von 6 kg	Kinder ab 18 Monate bis 3 Jahre	Kinder ab 3 bis 4,5 Jahre	Kinder ab 5 Jahre ohne Wassererfahrung
Ablauf	1x wöchentlich (8 Wochen, á 45 - 50 min. im Wasser)	1x wöchentlich (8 Wochen á 40 min. im Wasser)	1x wöchentlich (10 Wochen á 30 min. im Wasser)	1x wöchentlich (10 Wochen á 30 min. im Wasser)
Teilnehmer	10	10	8	8
Kursgebühr	130€	120€	120€	120€

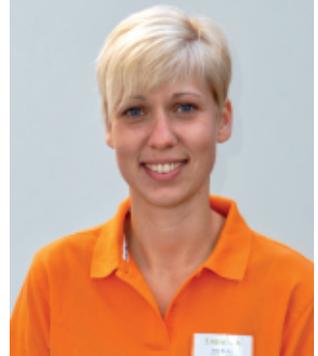
Ambulante Kinder- und Jugendlichenrehabilitation

Die DAK Gesundheitsstudie aus dem Jahr 2018 hat ergeben: **Fast jedes dritte Kind** in Brandenburg ist **chronisch krank**. Besonders häufig sind vertreten: **Hauterkrankungen, Adipositas, Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems (z.B. MS) und psychische Erkrankungen.**

Mit der Stärkung der **ambulanten Kinder- und Jugendlichenrehabilitation** haben Eltern junger Patienten **größere Chancen** auf einen **zeitnahen Reha-Platz** und können starre 4-Jahres-Fristen zwischen Reha-Aufenthalten umgehen. Weitere Vorteile: Die **ambulante Reha** findet **schul- und ausbildungsbegleitend** statt, es ist eine **enge Einbeziehung der Eltern/ Geschwister** sowie der **Verbleib im sozialen Umfeld** möglich.

„Über Schulungen möchten wir Eltern intensiv in die Behandlung mit einbinden. Das **Gelernte** kann so im Alltag **schneller umgesetzt** und die nachhaltige **Verbesserung des Gesundheitszustandes** eher **gewährleistet** werden“, erklärt **Geschäftsführer der Reha Vita, Christian Seifert.**

Ab 2020 sollen die ersten Reha-Gruppen starten. „Schwerpunkt der Behandlungen werden **Übergewicht** und **Adipositas, psychische Erkrankungen (z.B. ADHS)** sowie orthopädische und neuropädiatrische Erkrankungen bilden. Später kommt Rheuma hinzu“, ergänzt **Ines Busch, Ansprechpartnerin für die Kinder- und Jugendlichenrehabilitation.**



Ines Busch
Ines.busch@reha-vita.de

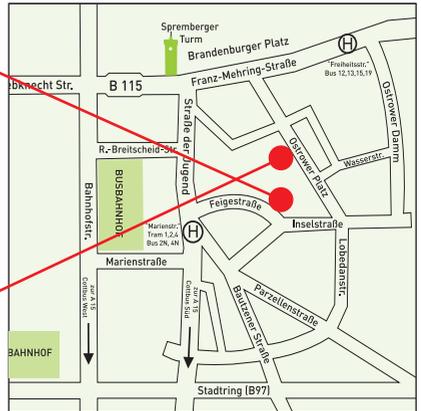
Sprechzeiten von Ines Busch:
Dienstag 10 -12 Uhr
Donnerstag 16 -18 Uhr
Gesundheitszentrum Ostrow
1. OG Zimmer
Krankenschwester

Ablauf einer ambulanten Kinder- und Jugendlichenrehabilitation:

Initialphase	Ambulante Reha Maßnahme	Reha-Nachsorge
Keine Schule/ Ausbildung	Schul- Ausbildungsbegleitend	Schul-/ Ausbildungsbegleitend
<ul style="list-style-type: none"> ■ Eingangsuntersuchung durch Arzt, Psychologe, Therapeuten ■ Therapiemaßnahmen für Kinder und Eltern ■ Schulung für Kinder und Eltern 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Auf Indikation angepasste Therapiemaßnahmen: Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Sporttherapie (auch im Bewegungsbad), Ernährungsberatung (u. a. Kochschule) ■ Behandlung/ Betreuung durch: Fachärzte, Psychologen, Krankenschwestern, Sozialberater, Pädagogen 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Rehasport, Funktionstraining ■ IRENA ■ diverse Schulungsangebote (z. B. Ernährungsberatung)
5 Tage (Mo-Fr) 4 bis 6 Stunden 9.00 - 15.00 Uhr	2x wöchentlich nachmittags über 3 Monate 14.00 - 17.00 Uhr / 15.00 - 18.00 Uhr	

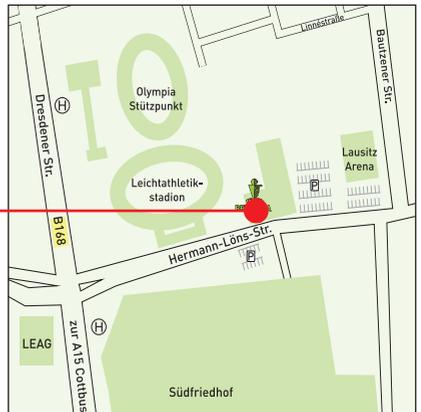
Reha Vita

Feigestr. 1
03046 Cottbus
Tel.: 0355 / 48551-0
Fax: 0355 / 48551-50
termine@reha-vita.de



Gesundheitszentrum Ostrow

Ostrower Platz 18
03046 Cottbus
Tel.: 0355 / 48551-234
Fax: 0355 / 48551-50
termine@reha-vita.de



Physiotherapie am OSP

Hermann-Löns-Str. 1-5
03050 Cottbus
Tel.: 0355 / 28 94 85 30
Fax: 0355 / 28 94 85 53
termine@reha-vita.de

Kompetenz in Gesundheit. Ein Team.

- Orthopädische Rehabilitation
- Neurologische Rehabilitation
- Kinder- und Jugendlichenrehabilitation
- Berufsbegleitende Reha (BBR)
- Prävention der DRV (Betsi)
- Präventionskurse
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Praxis für Physiotherapie
- Praxis für Ergotherapie
- Praxis für Logopädie
- Rehasport (auch Kinder)
- Funktionstraining
- Gesundheitssport
- Ernährungsberatung

Impressum

Herausgeber: Reha Vita GmbH | Redaktion: Reha Vita GmbH
Fotos: Harry Müller, codiarts; Reha Vita GmbH | Herstellung: www.dprint.de