



REHA VITANEWS

Nr. 1 | Januar 2024

Kompetenz in Gesundheit. Ein Team.



Sie werden von unserem medizinisch qualifizierten Personal eingewiesen und betreut.

Gute Vorsätze 2024!

Das neue Jahr ist angebrochen, und viele von uns nehmen sich traditionell vor, positive Veränderungen in ihr Leben zu integrieren. Für das Jahr 2024 stehen Fitness und ein gesünderer Lebensstil ganz oben auf der Liste der guten Vorsätze. Dieser Entschluss bietet nicht nur die Möglichkeit, körperlich leistungsfähiger zu werden, sondern auch das allgemeine Wohlbefinden zu steigern.

Die Umsetzung funktioniert am besten, wenn man sich konkrete Ziele setzt. Welche Ziele könnten das sein? Sie fragen sich, wie das geht? Wir möchten Ihnen dabei helfen, Sie inspirieren und motivieren.

Ihre Ziele könnten mithilfe dieser vier Programme erreicht werden:

- 1. RV FIT Programm**
- 2. VITA-Mitgliedschaft**
- 3. Rehasport/Funktionstraining**
- 4. Gesundheitskurse der Krankenkassen**

3 Top Themen

Gute Vorsätze

Kinderreha +
Kindernachsorge

NEU:
Online Anmeldung
für alle Leistungen
über unsere
Service-Box

REHA VITA
intern



Sie haben die Möglichkeit 2x pro Woche selbstständig zu trainieren.



Unsere Therapeuten erstellen Ihnen einen individuellen Trainingsplan.



Persönliche Betreuung durch unser medizinisch qualifiziertes Personal.



Unser Team der Sporttherapie.

1. RV Fit Programm Das kostenlose Trainingsprogramm

RV Fit ist ein Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung (DRV) und speziell von Ärzten für Berufstätige mit ersten gesundheitlichen Einschränkungen entwickelt. Über mehrere Monate hinweg absolvieren die Teilnehmer Therapieeinheiten aus Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung.

Voraussetzungen:

aktive Berufstätigkeit, seit mindestens 6 Monaten im Arbeitsverhältnis, erste „Zipperlein“

Ablauf:

- 1. Intensiv starten**
3 Tage ganztägig ambulant (von der Arbeit freigestellt)
- 2. Regelmäßig trainieren**
3 Monate (1-2 x pro Woche berufsbegleitend)
- 3. Motiviert dranbleiben**
3 Monate selbstständig trainieren (berufsbegleitend)
- 4. Auffrischen**
1 Tag ganztägig ambulant (von der Arbeit freigestellt)

Die Kosten trägt zu 100% die Deutsche Rentenversicherung. Die unkomplizierte Beantragung innerhalb von wenigen Minuten erfolgt unter: www.rv-fit.de

2. VITA-Mitgliedschaft

Unsere Medizinische Trainingstherapie (MTT) steht auch all jenen zur Verfügung, die nach regelmäßiger Bewegung suchen. Im Rahmen einer Fitnessmitgliedschaft können Sie in der MTT trainieren und unsere Kurse besuchen.

Zielgruppe: Für ALLE, auf Privatzahlerbasis
Möglichkeiten: Training in der Medizinischen Trainingstherapie, Kurse

Was unterscheidet uns von einem normalen Fitnessstudio?

- Betreuung durch medizinisch qualifiziertes Personal
- Medizinischer Eingangsscheck
- Klimatisierte Kurs- und Geräteräume

Wie kann ich den VITA-Bereich nutzen?

- Vita-Mitgliedschaft (Monats- oder Jahresverträge)
- Verschiedene Tarife zur Auswahl
- Krankheitsaussetzer möglich
- Sparen Sie bei Abschluss eines Vertrages innerhalb von 4 Monaten nach Reha/IRENA/KGG/RV Fit

3. Rehasport/Funktionstraining

Sie möchten wieder Freude an der Bewegung haben, Ihre körperlichen Beschwerden mindern oder Ihre Leistungsfähigkeit, Ausdauer und Kraft verbessern? Rehabilitationssport hilft Ihnen Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu stärken.

Wir bieten Ihnen ein vielfältiges und diagnosespezifisches Gruppenangebot an.

- ärztlich verordneter Vereinssport als Gruppengymnastik
- i.d.R. 50 Einheiten (1x wöchentlich) über 18 Monate
- Allgemeine und diagnosespezifische Gruppen, auch ohne Verordnung möglich (Privatmitgliedschaft)

Der Weg zum Rehasport in der Reha Vita:

1. Ihr Arzt stellt eine Verordnung für Rehasport aus
2. Vereinbarung eines kostenfreien Beratungstermins
3. Genehmigung der Verordnung von der Krankenkasse
4. Los geht's mit dem Rehasport

4. Gesundheitskurse der Krankenkassen

Unsere Gesundheitskurse, auch Präventionskurse, sind ein Angebot der gesetzlichen Krankenkassen. Sie helfen dabei Ihr Wohlbefinden, Ihre Mobilität und Ihre Lebensqualität zu steigern und mindern das Krankheitsrisiko.

- unsere Gesundheitskurse sind zertifiziert und von den Krankenkassen anerkannt
- Handlungsfelder: Bewegung, Entspannung
- Zielgruppen: unabhängig vom Alter, alle gesetzlich versicherten Personen
- 8-12 Kurseinheiten mit einer Dauer von 40-60 Minuten (1 x wöchentlich)
- Anerkennung im Bonusheft der Krankenkassen

Ablauf:

1. Auswahl eines Präventionskurses
2. Bezahlung vor Kursbeginn
3. Erfolgreiche Teilnahme (mind. 80% der Einheiten)
4. **Kostenrückerstattung durch Ihre Krankenkasse (bis zu 80%, kassenabhängig)**

Sie brauchen Unterstützung?

- Nutzen Sie unsere **Servicebox** auf www.reha-vita.de (QR Code)
- Per E-Mail: termine@reha-vita.de
- Persönlich an unserer Rezeption



Rehasport/Funktionstraining in diagnosespezifische Gruppen



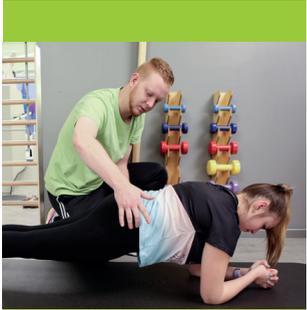
Rehasport/Funktionstraining im Wasser



Funktional Fit zur Stärkung der Muskulatur



Yoga zur Entspannung vom Alltag



Eingangsuntersuchung und Diagnostik



Tiergestützte Therapie mit unserem Therapiebegleithund Atréju



Gemeinsame Sport- und Bewegungseinheiten in der Gruppe



Einkaufstraining, praktische Zubereitung von Speisen und Ernährungsberatung

Ambulante Rehabilitation für Kinder und Jugendliche

Seit 2020 führen wir eine **ambulante Rehabilitation für Kinder und Jugendliche im Alter von 7 bis 18 Jahren** (mit Übergewicht/Adipositas) durch. Das ganzheitliche Konzept konzentriert sich nicht nur auf das Abnehmen, sondern umfasst Bewegung, Ernährung und Wohlbefinden. Die Arbeit in kleinen und altersbezogenen Gruppen über den Zeitraum eines Quartals ist durchdacht und kann um eine Nachsorge ergänzt werden.

Die ambulante Rehabilitation in 2 Phasen:

- **Intensivwoche** (ganztäglich ambulant)
Dauer: 1 Woche - 5 Tage (Mo-Fr) je 6 Stunden
- **Schulbegleitende Phase** (ambulant)
Dauer: 12 Wochen - 2x wöchentlich Di + Do nachmittags je 3 Stunden

Der Weg zur ambulanten Rehabilitation:

1. **Beratungstermin:** Vereinbaren Sie bei uns einen Termin.
2. **Antragstellung:** Die Antragstellung erfolgt über den Kinderarzt bzw. Psychologen.
3. **Bewilligung:** Nach der Bewilligung stimmen wir gemeinsam einen Starttermin ab.

Nachsorge für Kinder und Jugendliche

Nach einer **ambulanten oder stationären Rehabilitation** bieten wir Kindern und Jugendlichen vielfältige Nachsorgeleistungen an. Ziel hierbei ist es, die erzielten Rehaerfolge weiter auszubauen und zu stabilisieren, noch bestehende gesundheitliche Einschränkungen zu verbessern und die Familien bei der Umsetzung der neu erlernten Verhaltensweisen zu unterstützen.

Nachsorge für Übergewicht/Adipositas:

Wir bieten eine spezielle Kombination aus Theorie und Praxis in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Sozialkompetenz.

- **24 Gruppentherapien** à 90 Min., 1x wöchentlich
- **2 Einzeltermine**
- **4 Elternschulungen**

Nachsorge für alle Krankheitsbilder:

Wir bieten individuelle, krankheitsspezifische Therapien als Einzel- oder Gruppentherapie.

- **Sport- und Bewegungstherapie**
- **Physiotherapie/Ergotherapie/Logopädie**
- **Ernährungsberatung**
- **Psychotherapie**

Sie haben Fragen? Dann melden Sie sich unter:

Telefon: 0355 48551-234 • **E-Mail:** kinderreha@reha-vita.de

Einfach, schnell – online erledigen! Die REHA VITA Service-Box

Seit Juli 2023 ist die Service-Box auf unserer Webseite verfügbar. Unser Ziel war es, eine einfache und unkomplizierte Möglichkeit für unsere Patienten zu schaffen, sich schnell und bequem für alle Leistungen an- oder abzumelden. Durch die hohe Anzahl an täglichen Anrufen waren wir teilweise nicht gut erreichbar. Unsere Patienten haben jetzt die Möglichkeit, Kurse von zu Hause aus zu buchen und Termine über die Service-Box zu vereinbaren.

Mittlerweile erreichen uns täglich über 25 Anfragen über die Service-Box (hauptsächlich Rezept-, Kursanmeldung und Terminabsagen). Wir freuen uns sehr, dass unsere Service-Box so gut angenommen wird.

Probieren Sie es aus: einfach den **QR-Code scannen** oder besuchen Sie unsere Internetseite auf **www.reha-vita.de**.



NUTZEN SIE JETZT
unsere Service-Box für
Online Anmeldungen
aller Leistungen.

Digitale Patientenbefragung

In den letzten Jahren hat die Digitalisierung zahlreiche Bereiche des täglichen Lebens erfasst und auch die Gesundheitsbranche ist davon betroffen. Ein wichtiger Bestandteil der Verbesserung der Patientenzufriedenheit sind Patientenbefragungen. Seit letztem Jahr führen wir diese in digitaler Form durch, was für unsere Patienten und uns zahlreiche Vorteile bringt.

Die Vorteile der digitalen Befragung:

- flexible Teilnahmemöglichkeiten für Patienten
- umweltfreundliche Alternative zur Papierumfrage
- effiziente Datenanalyse
- schnelle Anpassung der Fragen möglich

Der Schritt vom Papier ins Digitale hat sich für uns als REHA VITA sehr gelohnt. Für uns ist die Auswertung einfacher und unkomplizierter geworden. Aktuell wird die digitale Befragung im Rehabereich genutzt, soll aber für die Zukunft in den anderen Bereichen der REHA VITA ausgebaut werden.



Die Service-Box auf
www.reha-vita.de



Oder einfach **den QR Code scannen** und alles über das Handy erledigen.



Die digitale Patientenbefragung der REHA VITA - einfach, schnell in nur wenigen Klicks erledigt.

25 Jahre REHA VITA - Zeit zu feiern

Im September 2023 blickte die REHA VITA auf beeindruckende 25 Jahre erfolgreiche Unternehmensgeschichte zurück. Während dieser bewegten Jahre haben wir uns beständig weiterentwickelt und wir sind stolz auf unsere Erfolge.

Die 6 Etappen - Entwicklung der REHA VITA

Zeit	Adresse und Größe	Anzahl Mitarbeiter	Leistungsspektrum
1998 - 2002	Lobedanstraße 1.600 m ²	6 bis 30	Physiotherapie-Praxis und EAP-Zentrum
2003 - 2007	Feigestraße 3.000 m ²	30 bis 50	+ Ambulante orthopädische Rehabilitation, Ergotherapie
2008 - 2017	Inselstraße 4.000 m ²	90	+ Logopädie, Ambulante neurologische Rehabilitation
2017 - 2018	Physiotherapie am OSP 4.200 m ²	120	+ Betreuung von Leistungssportlern des Olympiastützpunktes
2019	Gesundheitszentrum Ostrow 6.400 m ²	140	+ Ambulante Kinder- und Jugendlichenrehabilitation, Rehasport
2023	25 Jahre REHA VITA	150	+ RV Fit und Schwimmkurse

Am 1. September haben wir unser Jubiläum in der Alten Chemiefabrik gefeiert. Es war eine fantastische Veranstaltung. Ein herzliches Dankeschön an alle, die daran teilgenommen haben!



1998 - 2002
Lobedanstraße



2003 - 2007
Feigestraße



2008 - 2017
Inselstraße



2017 - 2018
Physiotherapie am OSP



2019
Gesundheitszentrum Ostrow

Bewegung in der Führungsebene der REHA VITA

Annett und Christian Seifert, Gründer und Geschäftsführer seit 1998 werden zum 31.12.2023 die Geschäftsleitung abgegeben. Ab Januar 2024 sind sie jedoch weiterhin als Beirat für die REHA VITA tätig und werden projektbezogen unterstützen. Als neue Geschäftsführerin wird die Diplompsychologin **Anja Hausdorf** die REHA VITA in die Zukunft führen. Als bisherige Prokuristin ist sie aufgrund ihrer 8-jährigen Reha-Vita-Erfahrung mit den internen und externen Prozessen unserer Gesundheitsklinik und den Herausforderungen im Gesundheitswesen bestens vertraut.

Annett und Christian Seifert:

„Wir freuen uns über die sprichwörtliche Staffelübergabe an Anja Hausdorf. Hinter uns liegen 25 erfolgreiche, aber auch sehr arbeitsintensive Jahre. Als wir im September 1998 mit sechs Mitarbeitern gestartet sind, war nicht zu erwarten, dass wir uns mit knapp 150 Mitarbeitern zu einem der größten Gesundheitsdienstleister in der Lausitz entwickeln. Wir hatten lediglich täglich den Anspruch, unseren Patienten qualitativ hochwertige therapeutische Leistungen anzubieten. Darüber hinaus war es uns immer sehr wichtig, ein guter Arbeitgeber zu sein. Wir sind dankbar für das gute Miteinander mit allen Mitarbeitern und werden auch in Zukunft unseren Beitrag leisten, dass sich die Reha Vita weiterentwickelt.“

Anja Hausdorf:

„Es ist mir eine große Ehre, die Position als Geschäftsführerin übernehmen zu dürfen. Mein vorrangiges Ziel ist die Fortsetzung der erfolgreichen Entwicklung, die wir bisher verzeichnen konnten. Dabei werde ich an den Grundprinzipien einer hohen Patienten- und Mitarbeiterorientierung festhalten. Die Herausforderungen, denen wir in der Zukunft gegenüberstehen sind zweifelsohne anspruchsvoll. Daher betrachte ich eine effektive Teamarbeit als den Schlüssel zum Erfolg. Jeder einzelne Mitarbeiter spielt dabei eine entscheidende Rolle, und es ist unser Ziel, jeden Einzelnen auch weiterhin in seiner beruflichen Entwicklung zu fördern. Nur durch eine enge Zusammenarbeit können wir sicherstellen, dass wir auch in Zukunft den hohen Standards gerecht werden und unseren Beitrag zu einer guten Patientenbetreuung leisten.“



Annett und Christian Seifert waren 25 Jahre die Geschäftsführer der REHA VITA. Ab dem 31.12.2023 geben sie die Geschäftsführung ab.



Anja Hausdorf, ab dem 01.01.2024 neue Geschäftsführerin der REHA VITA.



REHA VITA

Kompetenz in Gesundheit. Ein Team



UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

Ambulante Rehabilitation

Orthopädische Rehabilitation
Neurologische Rehabilitation
Ambulante Kinderreha (Adipositas)

Reha-Nachsorge

IRENA
T-RENA
Psy-RENA
Kinder- und Jugendlichennachsorge

Rezeptbehandlungen

Physiotherapie
Ergotherapie
Logopädie
Haus- und Heimbesuche
Ernährungsberatung

Sonstige Leistungen

RV Fit Programm der DRV
Rehasport/Funktionstraining
Gesundheitskurse der Krankenkassen
Babyschwimmen/Wasserkurse
Kochschule mit Kochkursen und
-veranstaltungen
Fitnesstraining

Ausstattung

Bewegungsbäder
Gymnastikräume
Kneipp Tretbecken
Kurs- und Seminarräume
Kochschule mit Dachterrasse
Zirkelraum



WERDE TEIL UNSERES TEAMS!

Klinik für Gesundheit und Sport Feigestraße 1 | 03046 Cottbus

Gesundheitszentrum Ostrow Ostrower Platz 18 | 03046 Cottbus

Physiotherapie am OSP Hermann-Löns-Straße 1-5 | 03050 Cottbus

Kontakt Telefon: 0355 48551-0 | **E-Mail:** das.team@reha-vita.de

SERVICEBOX



Impressum

Herausgeber: REHA VITA GmbH | **Redaktion/Satz/Layout:** REHA VITA GmbH

Fotos: © rehaneo; © REHA VITA GmbH; © Christiane Schleifenbaum; © Harry Müller

WWW.REHA-VITA.DE  