

Was müssen Sie tun?



1. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ärztin. Wenn der Arzt einverstanden ist, füllt er mit Ihnen einen Antrag aus: Der Antrag heißt Formular 56.
2. Die Kranken-Kasse muss prüfen, ob sie die Kosten bezahlen darf.
3. Wenn die Kranken-Kasse einverstanden ist, können Sie Reha-Sport machen. Den Reha-Sport bezahlt dann die Kranken-Kasse.

Wie finden Sie eine Reha-Sport-Gruppe?

Unsere Vereine haben viele Reha-Sport-Gruppen. Nehmen Sie Kontakt zu unseren Landes-Verbänden auf. Die Landes-Verbände helfen eine Gruppe zu finden. Die Adressen stehen auf unserer Internet-Seite oder rufen Sie uns an.

Deutscher Behindertensportverband e.V.
National Paralympic Committee Germany
– Im Hause der Gold-Kraemer-Stiftung –
Tulpenweg 2-4
50226 Frechen-Buschbell



Telefon: 02234-6000-0
Fax: 02234-6000-150



E-Mail: dbs@dbs-npc.de
Internet: www.dbs-npc.de

(Landesverbands- oder Vereinsstempel)

Bilder von: Reinhild Kassing © Mensch zuerst, inclusion europe,
Inspired Services Publishing.
In Leichte Sprache geschrieben: Lebenshilfe Bremen e.V.



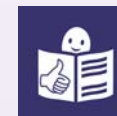
Deutscher Behindertensportverband e.V.
National Paralympic Committee Germany

Sport-Entwicklung

Der Weg zum Reha-Sport

Eine Information für
Patientinnen und Patienten
und ihre Angehörigen

Ein Rat-Geber in Leichter Sprache



1. Auflage:
Stand: April 2012

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Rehabilitations-Sport

**Sehr geehrte Patientin,
Sehr geehrter Patient,**

in diesem Heft steht,
was Reha-Sport ist
und wofür Reha-Sport gut ist.

Reha-Sport ist gut für Ihre Gesundheit.
Er hilft, dass es Ihnen besser geht.
Beim Reha-Sport treffen Sie
andere Menschen.
Sie bewegen sich, Sie machen Sport
und Sie spielen zusammen.

Reha-Sport ist
für Menschen mit Behinderung
oder mit Krankheit.

Er ist auch für Menschen,
die vielleicht eine Behinderung
bekommen.

In den Gruppen arbeiten Ärzte und
Übungs-Leiter.



Ziele vom Reha-Sport

Sie bekommen mehr Kraft
und halten länger durch.

Sie können sich besser bewegen.
Sie bekommen ein besseres Gefühl
für Ihren Körper.



Sie werden selbstbewusster.
Das ist besonders wichtig
für Mädchen und Frauen
mit Behinderung.

Wichtig ist:

Die Ziele vom Reha-Sport sollen
erreicht werden.

Was machen Sie beim Reha-Sport?



Sie treffen dort andere Menschen.
Die anderen haben auch
eine Behinderung.

Sie machen zusammen Reha-Sport.
Und Sie können über Ihre
Erfahrungen reden.

Wie groß sind die Gruppen?

In den Gruppen sind meistens
nicht mehr als 15 Menschen.
Die Gruppen machen
45 Minuten oder länger Reha-Sport.

Wie lange können Sie Reha-Sport machen?

Der Arzt entscheidet, wie oft
Sie Reha-Sport machen können.
Und wie lange Sie Reha-Sport
machen können.

Dabei hält der Arzt sich
an die Regeln vom Reha-Sport.