

Rehaklinik Überruh veranstaltet Reha-Markt 2018

BOLSTERNANG – Dank des Deutschen Reha-Tages steht der September ganz im Zeichen der medizinischen und beruflichen Rehabilitation – deutschlandweit und auch in Isny im Allgäu.

Am 27. September sind alle Interessierten herzlich eingeladen, den Reha-Markt der Rehaklinik Überruh zu besuchen und aktiv dabei zu sein. In diesem Jahr lautet das Motto „Reha vernetzt sich“ und entsprechend wird das vielfältige Programm durch die Partner Deutsche Rentenversicherung (DRV) Baden-Württemberg, Selbsthilfenetzwerk Ravensburg, Stephanuswerk Isny und die Firma Gerstberger zu einem umfassenden Plateau des Testens und Wissens ergänzt. Beginn ist um 14.30 Uhr im Foyer der Rehaklinik Überruh, Haus Adelegg. Der Eintritt ist frei.

Alle Besucher erhalten für drei Stunden die Möglichkeit, alles Wissenswerte zu Prävention und Rehabilitation zu erfahren. Sie erwarten Testungen, Übungen und persönliche Frage-Antwort-Runden verbunden mit breiter Fachkompetenz. Der Rehamarkt bietet die einzigartige Möglichkeit, neben der großen Bandbreite

an therapeutischen und medizinischen Möglichkeiten auch die engen Kooperationspartner der Rehaklinik Überruh und deren Leistungsangebot kennenzulernen:

Information zu Nachsorge und Prävention

Von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Deutschen Rentenversicherung erfahren Berufstätige den Weg zur Reha, alles über Nachsorge oder warum und wie Präventionsmaßnahmen möglich sind. Alle Fragen rund um das wichtige Thema Selbsthilfe beantwortet das Selbsthilfenetzwerk Ravensburg, das die Selbsthilfegruppen der Region bündelt und somit die passenden Ansprechpartner nennen kann. Wenn als Folge einer Erkrankung die Rückkehr in den alten Beruf nicht mehr möglich ist, müssen berufliche Alternativen gefunden werden. Hier stehen den Betroffenen neben der Rehaklinik Überruh insbesondere die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Bildungszentrums Stephanuswerk in Isny mit Rat und Tat zur Seite. Und sollten orthopädische Hilfsmittel benötigt werden, sind die Mitarbeiterinnen und Mit-

arbeiter der Firma Gerstberger Orthopädietechnik die richtigen Ansprechpartner.

Praktisches Erleben

Neben dem umfangreichen Informationsangebot kommt am Reha-Markt auch das praktische Erleben nicht zu kurz: Die Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, leicht umsetzbare und sehr effektive Übungen für den Alltag zu erlernen. Praktische Tipps unter dem Motto: Überall und jederzeit einsetzbar, unabhängig von anderen, schnell in der Umsetzung und nachhaltig im Tun.

Weitere Programmpunkte:

„Wie süß muss es sein?“: Die Ernährungsberaterin der Rehaklinik macht mit den Besuchern den Test.

„Wie achtsam gehen Sie mit sich selbst um?“: Achtsamkeits- und Entspannungsübungen, zwei kurze Auszeiten, leicht in den Alltag integrierbar und sehr hilfreich um kurzfristig die eigenen Kräfte zu stärken.


„Ist es Zauberei oder besondere Geschicklichkeit, die die Bälle in der Luft

halten?“: Hier kann jeder seine Fähigkeiten testen – Koordination ist gefragt.

„Der Bildschirmarbeitsplatz und seine Folgen“: Worauf muss man achten, dass selbst bei langer Arbeit am Bildschirm Augen und Rücken nicht leiden?

„Was erwartet mich im Alter?“: Im Alterssimulationsanzug erfahren die Besucher, wie sich unser Körper verändert. Uns ist allen bewusst, dass wir älter werden. Um das Alter genießen zu können, ist rechtzeitige Vorsorge unerlässlich.

„Mit Musik geht alles besser!“: Ab 16.30 Uhr sind die Besucher eingeladen, sich auf ein etwas ungewöhnlicheres Spielfeld zu begeben. Eine Abordnung der Lineandancegruppe Green Hill Billies aus Betzigau sprüht vor Dynamik und lädt zum Mittanzen ein.

 **Donnerstag, 27. September 2018, ab 14.30 Uhr**
 Rehaklinik Überruh
 Fachklinik für Innere Medizin, Orthopädie, verhaltensmedizinisch orientierte Rehabilitation (VMOR)
 Überruh 1, Bolsternang
 88316 Isny im Allgäu
www.rehaklinik-ueberruh.de