Herzlich Willkommen zu Ihrem ersten Reha-Tag bei MAINTAIN

Zu Beginn Ihrer Reha möchten wir Sie herzlich begrüßen und Ihnen gerne einige Infos zukommen lassen.

Für jeden Reha Termin benötigen Sie:

- Sportkleidung
- Saubere Sportschuhe
- 1 großes Handtuch
- 1 Dusch-Handtuch
- Ggf. Duschsachen und Badekleidung

Befunde: Halten sie an Ihrem ersten Tag bitte alle ärztlichen Befunde zur Sichtung durch den Arzt und die Therapeuten bereit.

Anfahrt und Parkmöglichkeiten

Sie erreichen uns mit den Straßenbahnlinien 21, 12 und 15. Die Station Heinrich-Hoffmann-Str./Blutspendedienst befindet sich wenige Gehminuten von uns entfernt. Sollten Sie mit dem Auto anreisen befinden sich kostenlose Parkmöglichkeiten in den umliegenden Straßen. Außerdem können sie für 1,00 €/ Stunde das Parkhaus der Orthopädischen Uniklinik am Ende der Heinrich-Hoffmann-Str. nutzen.

Unterlagen: Sie erhalten zu Beginn jedes Reha-Tages Terminplan und Laufzettel am Empfang. Bitte geben Sie diese am Ende des Tages wieder ab.

Tägliche Aufenthaltszeit: ca. 4-6 Stunden

Mittagsverpflegung: Jeden Tag zwischen 11:30 Uhr und 12:30 Uhr im UG.
Falls Sie nicht am Mittagessen teilnehmen wollen, melden Sie sich bitte 24 Stunden vorher am Empfang ab. Sollten sie bestimmte Nahrungsmittel nicht zu sich nehmen können, informieren sie bitte Ihre Gesundheitslotsen im ersten Lotsengespräch.

Ansprechpartner: Bei Fragen wenden Sie sich gerne an Ihre Gesundheitslotsen Marina Immich-Paul und Manuel Eberth.

Aufbewahrung: In den Umkleidekabinen befinden sich Spinde für die Aufbewahrung während Ihres Aufenthaltes. Möchten sie etwas über Nacht bei uns lassen, bitten wir Sie den dafür vorgesehenen Schrank im UG zu nutzen. Es kann allerdings keine Haftung für einen etwaigen Verlust übernommen werden.

Verhalten bei Krankheit: Melden Sie sich bitte unverzüglich bei uns krank.
Unser Anrufbeantworter ist dafür auch außerhalb der Öffnungszeiten zu nutzen.
Für jeden Fehltag ist eine Begründung erforderlich.

Bei einem Arzttermin: Bestätigung des Arztes

Fehltage verfallen und dürfen nicht an das Ende der Reha angehängt werden. Bei Überschreiten von 3 Fehltagen in Folge muss die Rehabilitation abgebrochen werden.

Öffnungszeiten

Mo bis Do: 8:00 bis 20:00 Uhr
Freitag: 8:00 bis 18:00 Uhr
Samstag: 8:00 bis 13:00 Uhr

Therapie-Übersicht

Der Basisterminplan kann folgende Behandlungen beinhalten:

Therapie	Ort*	Dauer in min
Einzeltherapien/-gespräche	EG	30 (60)
Med. Trainingstherapie (ab dem 3. Tag selbstständig im MTT Bereich)	MTT	60-90
Physikalische Therapie (Wärme, Kälte, Magnetfeld)	UG	20
Elektrotherapie	EG	20
Medistream (Wasserbett-Massage)	EG	15
Bewegungsgruppen	1.13 Gruppenraum	30
Workshops	1.14 Seminarraum	60
Bewegungsbad	Treffpunkt Foyer	120

* EG: Wartebereich Erdgeschoss, UG: Wartebereich Untergeschoss,

MTT: Medizinische Trainingstherapie

Haben Sie Fragen, Anregungen oder verläuft die Therapie anders als Sie es sich vorstellen, wenden Sie sich bitte an die Therapeuten oder Ihren Gesundheitslotsen.

Wir wünschen ihnen einen angenehmen Aufenthalt mit dem größtmöglichen Erfolg für Ihre Genesung.

Ihr MAINTAIN Team