

## Teilnahme für externe Patientinnen und Patienten an den Sportgruppen

Folgende Sportgruppen können auch externen Patientinnen und Patienten von ihrem zuständigen Arzt verordnet werden: MTT, Wassertherapie, Gruppentherapie (Badminton oder andere Sportgruppen).

Übernimmt die Unfallversicherung oder Krankenkasse die Kosten für die Teilnahme an einer Sportgruppe nicht (mehr), kann die Patientin und der Patient selber einen REHAB-Sportpass lösen.

Die Kosten hierfür betragen CHF 300.– (ohne Wassergruppen), resp. CHF 400.– (mit Wassergruppen) für 6 Monate. Der REHAB-Sportpass kann am Empfang gekauft werden.

Sportpass-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer sollten wenig Hilfe benötigen und selbständig transferieren können.



## Weitere Beratungsangebote und Kontakt für Informationen

Im REHAB werden auch Handbikeabklärungen für stationäre und externe Patientinnen und Patienten durchgeführt. Ein Merkblatt bezüglich Vorgehen erhalten Sie in unserem Ambulatorium.

Seit kurzem bieten wir auch eine Sportberatung für interne und externe Patientinnen und Patienten an:

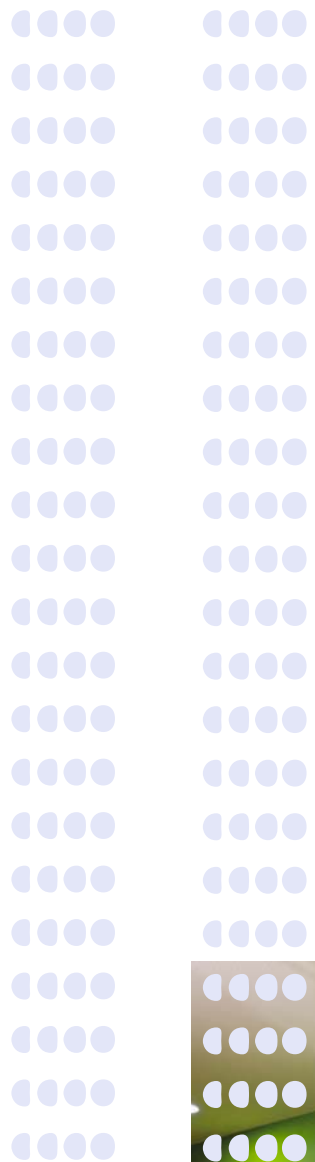
Auch dazu gibt es im Ambulatorium oder bei der Physiotherapie ein entsprechendes Merkblatt.

Informationen zu allen Sportfragen:

E-Mail: [sport@rehab.ch](mailto:sport@rehab.ch)

Tamara Blösch, Sportlehrerin,  
Tel. 061 325 07 29 oder

Leitung Physiotherapie,  
Tel. 061 325 07 00



## Das Sportangebot im REHAB Basel



## Das Sportangebot im REHAB Basel

Die Sporttherapie ist ein wichtiger Bestandteil der Rehabilitation. Sie nutzt verschiedene Sportaktivitäten, um das Rehabilitationsziel «grösstmögliche Selbständigkeit der Patientinnen und Patienten» zu erreichen.

Einerseits sollen die motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten verbessert werden, andererseits ist die Motivation zu lebenslanger sportlicher Betätigung wichtig. Denn gerade für behinderte Menschen kann Sport viele positive Auswirkungen haben, wie z.B.:

- ┌ Verminderung von Bewegungsmangel und den entsprechenden Risikofaktoren wie Übergewicht, Arteriosklerose, Anstieg des Blutfettes, etc.
- ┌ Erleichterung bei den Verrichtungen im Alltag durch verbesserte Beweglichkeit, Kraft und Koordination
- ┌ Förderung der sozialen Integration und Spass an der Bewegung
- ┌ Verbesserung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens und damit der Lebensqualität

## Übersicht Sportangebote

Unter Anleitung und fachgerechter Betreuung des Physiotherapie-teams und von Karin Suter, Sportlehrerin finden folgende Sportgruppen statt:

- MTT (Medizinische Trainingstherapie)
- Schwimmen / Wassergymnastik
- Schwimmen Spiele
- Bogenschiessen
- Ausdauer Fussgänger
- Tischtennis
- Badminton
- Rollstuhlkondi
- Handbikettraining

## Informationen zu den Sportgruppen

Unsere Sportangebote richten sich primär an unsere Patientinnen und Patienten aus dem stationären Bereich und aus der Tagesklinik. Einige Angebote eignen sich auch für externe Patientinnen und Patienten.

Der aktuelle Stundenplan zum Sportgruppenangebot ist in der Physiotherapie erhältlich.

