

Betreuende Ärztin/betreuender Arzt:

Verein bzw. Reha-Sportgruppe:

Landesverband:

Bitte informieren Sie sich über aktuelle Neuerungen bei Ihrem Landesverband oder der DBS-Geschäftsstelle:

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@dbb-npc.de](mailto:dbs@dbb-npc.de)  
Internet: [www.dbs-npc.de](http://www.dbs-npc.de)

## Was ist Rehabilitationssport im Allgemeinen?

Rehabilitationssport wirkt mit den Mitteln des Sportes ganzheitlich auf Menschen mit oder mit drohender Behinderung ein. Er ist auf Art und Schwere und den körperlichen Allgemeinzustand der Betroffenen abgestimmt.

Diese gesetzlich definierte Leistung bieten Gruppen, die in den Vereinen des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) organisiert sind, allen Menschen mit oder mit drohender Behinderung an.

Die Qualität wird durch die betreuende Kollegin/den betreuenden Kollegen und die qualifizierte Übungsleiterin/den qualifizierten Übungsleiter sichergestellt, die Art und Intensität des Rehabilitationssports anhand Ihrer Verordnung in enger Abstimmung miteinander festlegen.

Ausdrücklich eingeschlossen sind Übungen für Mädchen und Frauen, deren Selbstbewusstsein als Folge der Behinderung oder drohenden Behinderung eingeschränkt ist.

## Besondere Merkmale:

- Ganzheitlicher Ansatz
- Förderung des physischen und psychischen Wohlbefindens
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Förderung der Eigenverantwortlichkeit
- Dauerhafte Eingliederung in die Gesellschaft
- Dauerhafte Eingliederung in das Arbeitsleben

Sportentwicklung

## Verordnung von Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins für Mädchen und Frauen mit oder mit drohender Behinderung

Eine Information des DBS für behandelnde Ärztinnen und Ärzte

2. überarbeitete Auflage  
Stand: Dezember 2010

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins von Mädchen und Frauen mit oder mit drohender Behinderung stellen eine besondere Form des Rehabilitationsports dar, die als eigenständige Übungsveranstaltung angeboten und nach § 44 SGB IX verordnet werden kann.

Mit dieser Information wollen wir Ihnen eine effektive Verordnung im Rahmen des Rehabilitationsports erleichtern.

### Das ist Realität

Mädchen und Frauen mit oder mit drohender Behinderung erleben vielfältige Situationen der Diskriminierung und Stigmatisierung. Grenzübertretungen gegen sie sind Realität und unterliegen einer hohen Dunkelziffer.

Fremdbestimmung und Unkenntnis über Möglichkeiten des Selbstschutzes und der Selbstbehauptung verdeutlichen die Machtlosigkeit.

### Ziele der Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins

Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins können die Fähigkeiten von Mädchen und Frauen mit oder mit drohender Behinderung aufbauen und stabilisieren.

Dieses wird u. a. erreicht durch Übungen, in denen sie lernen, eigene Stärken und Fähigkeiten zu erkennen, „Nein“ zu sagen und sich wehren zu können.

Sie erhalten somit die Möglichkeit, das Recht auf Selbstbestimmung wahrzunehmen und Selbstbehauptung zu trainieren.

### Ärztliche Verordnung

Ihre (nicht budgetbelastende) Verordnung (Formblatt 56) ist die Grundlage bei der Prüfung einer Leistungsübernahme durch die Kostenträger und muss deshalb unbedingt enthalten:

- Diagnose nach ICD 10 mit Funktions-/ Belastungsbeschränkung im Sport
- Rehabilitationsgrund/-ziele
- Rehabilitationsumfang + Anzahl der Übungseinheiten
- Empfehlung zur Durchführung von Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins behinderter oder von Behinderung bedrohter Frauen und Mädchen

Die Verordnung von Selbstverteidigungsübungen, die ausschließlich Übungen aus dem Kampfsportbereich umfassen, sind im Rahmen des Rehabilitationsports nicht möglich!

### Diagnose mit Spezifizierung/ Funktionseinschränkung

Die Diagnose sollte eindeutig formuliert sein. Die Spezifizierung hilft der betreuenden Kollegin/dem betreuenden Kollegen, Art und Intensität des Sports festzulegen.

Art und Schweregrad der Funktionseinschränkung sowie der physischen und psychischen Belastbarkeit sind hier ebenso wichtig wie Prognose und Begleiterkrankungen.

Unabhängig von der Verordnung, wäre es für die betreuende Kollegin/den betreuenden Kollegen hilfreich, alle relevanten Befunde zur Verfügung zu haben.

### Rehabilitationsziel

Die Angabe des Rehabilitationszieles ist gesetzlich vorgeschrieben.

**Ziel ist ein gestärktes Selbstbewusstsein und erweiterte Handlungskompetenz durch Aufklärung und Information zu Verhinderung von Gewalt.**

### Rehabilitationsumfang

Grundsätzlich ist die Verordnung von Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins zeitlich begrenzt.

Regelfall: 28 Übungseinheiten

In fachärztlich begründeten und bescheinigten Ausnahmefällen können in einem begrenzten Umfang weitere Übungseinheiten beantragt werden.

### Leitung der Angebote

Eigenständige Übungsveranstaltungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins von Mädchen und Frauen mit oder mit drohender Behinderung werden grundsätzlich von zwei Übungsleiterinnen geleitet.

Eine Übungsleiterin muss eine spezielle Fortbildung (z. B. „Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins von Mädchen und Frauen mit oder mit drohender Behinderung“ des DBS) nachweisen.

Mit kollegialen Grüßen

*Dr. Vera Jarosch*

Dr. Vera Jarosch  
Itd. Ärztin  
Rehabilitationsport

Reinhard Schneider  
Vizepräsident  
Breiten-, Präventions-  
und Rehabilitationsport