

6

Schritte zum Rehasport



1

Kinder- oder Fachärzt*in kontaktieren und Rehabilitationssport verordnen lassen (z.B. Formular Nr. 56). Ihr Kind hat ein Recht auf Rehasport! Eine Verordnung belastet NICHT das Budget von Ärzt*innen.

2

Ärztliche Verordnung bei Ihrer Krankenversicherung einreichen.

3

Bestätigung der Kostenübernahme von Ihrer Krankenversicherung erhalten. Nach der Genehmigung ist die Teilnahme am Rehasport für Ihr Kind zuzahlungsfrei.

4

Passendes Kinder-Rehasportangebot suchen, z.B. unter www.reha-sportsuche.de Ihr DBS-Landesverband unterstützt Sie gern bei der Suche.

5

Beratungstermin beim ausgewählten Verein vereinbaren und Kind anmelden.

6

Kind zur ersten Übungsstunde begleiten. **Los geht's!**



Bitte wenden Sie sich bei Fragen an Ihren Landesverband oder die DBS-Geschäftsstelle.

Kontakt: *Verband/Verein/betreuende*r Ärzt*in*



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Deutscher Behindertensportverband und Nationales Paralympisches Komitee (DBS) e.V.
- Im Hause der Gold-Kraemer-Stiftung – Tulpenweg 2-4
50226 Frechen

Telefon: 02234-6000-0
E-Mail: reha-sport@dbs-npc.de
Internet: www.dbs-npc.de/rehabilitationssport.html



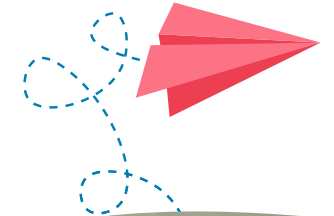
Fotos: © picture alliance



DEUTSCHER BEHINDERTENSPORTVERBAND

Rehabilitationssport für Kinder und Jugendliche

Information für Eltern und Sorgeberechtigte



HINGESCHAUT

Lebt Ihr Kind mit einer oder mehreren der folgenden Erkrankungen bzw. Behinderungen?

- **AD(H)S**
- **Atemwegserkrankung** (u.a. Asthma bronchiale)
- **intellektuelle Beeinträchtigung** (u.a. Lernbehinderung, Entwicklungsabweichung, geistige Behinderung)
- **starkes Übergewicht**
- **Herzerkrankung**
- **orthopädische Einschränkungen** (u.a. Haltungsschwäche, Wirbelsäulenveränderung, Wachstumsstörung)
- **Stoffwechselerkrankung** (u.a. Diabetes mellitus, Mukoviszidose, Schilddrüsenfunktionsstörung)
- **psychische Erkrankung** (u.a. Depression, Persönlichkeitsstörung, Zwangsstörung)
- **neurologische Erkrankung** (u.a. Epilepsie)
- **Krebserkrankung**

HILFE DURCH REHASPORT

Kinder-Rehasport stärkt Körper, Geist und Seele

- ✓ Spaß an Bewegung
- ✓ Ausdauer und Kraft
- ✓ Koordination und Beweglichkeit
- ✓ Körperhaltung / Körpergefühl
- ✓ Gleichgewicht
- ✓ Konzentration
- ✓ Selbstbewusstsein
- ✓ Sozialverhalten
- ✓ Immunsystem
- ✓ Entspannungsfähigkeit
- ✓ und baut Stress und Ängste ab

SPORT MIT SPASS

Das ist Rehasport für Kinder

Rehasport ist mehr als Gymnastik für alte Menschen. Es gibt Angebote an Land in der Turnhalle und im Wasser. Beim Kinder-Rehasport wird Ihr Kind gemeinsam mit anderen Kindern...

- ✓ bei Ball- & Bewegungsspielen Spaß haben
- ✓ oder im Wasser spielen und schwimmen
- ✓ sich austoben
- ✓ klettern
- ✓ turnen
- ✓ und entspannen

Ihr Kind trainiert in einer festen, altersgerechten Gruppe...

- ✓ ein- bis dreimal die Woche
- ✓ mindestens 45 Minuten
- ✓ unter Anleitung einer qualifizierten Übungsleitung
- ✓ mit maximal neun anderen Kindern
- ✓ bzw. mit maximal vier anderen Kindern, falls Ihr Kind eine Schwerstbehinderung hat.

Um am Kinder-Rehasport teilnehmen zu können, benötigt Ihr Kind eine Verordnung von Kinder*ärztinnen oder behandelnden Fachärzt*innen.



INDIVIDUELL

Speziell ausgebildete Übungsleiter*innen können beim Sport gezielt auf die Bedürfnisse und gesundheitlichen Probleme Ihres Kindes eingehen. Im Beratungsgespräch legt der Verein zuvor fest, welche Rehasportgruppe zu Ihrem Kind passt.

WIRKSAM

Kinder-Rehasport führt Ihr Kind behutsam an die altersgerechte Leistungsfähigkeit heran und kann Therapieangebote, wie z.B. Physio- oder Ergotherapie, sinnvoll ergänzen.

NACHHALTIG

Kinder-Rehasport fördert auf spielerische Art die Freude an Bewegung und motiviert Ihr Kind, auch nach dem Rehasport weiter sportlich aktiv zu bleiben, z.B. in einer Breitensportgruppe des Sportvereins.