

## Pressemitteilung

### **Neuer Rehasportverein gegründet - eng vernetzt mit Selbsthilfegruppen in Düsseldorf, Mettmann, Hilden und Umgebung:**

#### **REHA-MED – Dabei sein durch Sport Mettmann/Düsseldorf e.V.**

#### **Optimierung von Vorsorge, Betreuung vor Ort und Nachsorge im Rehabilitations- und Behindertensportbereich**

Das Training mit viel Spaß in der Gruppe spielt im Rehabilitations- und Behindertensport eine große Rolle, denn der Austausch und die Kommunikation mit Anderen, die ähnliche Einschränkungen haben, ist besonders wichtig und unterstützt den Rehabilitationsprozess und die Lebensfreude. Oft entwickeln sich hieraus Freundschaften und andere gemeinsame Aktivitäten.

Hierfür hat sich der gemeinnützige Verein REHA-MED- Dabei sein durch Sport Mettmann/Düsseldorf e.V. gegründet. Diplomsportlehrer/innen für Rehabilitations- und Behindertensport, Fachärzte sowie Selbsthilfegruppen wirken bei einem hochwertigen ganzheitlichem Kursangebot im Bereich Multiple Sklerose, Diabetes, Herz- und Schlaganfall, Parkinson, Nachbehandlung von Hüft- und Knieoperationen und chronische Atemwegserkrankungen fachlich eng zusammen. Ein auf diese Bereiche abgestimmtes Medical Nordic Walking Programm ergänzt das Muskelaufbau- und Bewegungstraining der Spezialkurse um ein kardiologisch abgestimmtes Ausdauer- und Fitnesstraining. In allen Kursen werden Entspannungstechniken und auf den Kursbereich abgestimmte Tipps zur Ernährung und Lebensführung vermittelt.

REHA-MED wurde vom Deutschen Behinderten-Sportverbandes (DBS) und dem Behindertensportverbands Nordrhein Westfalen (BSNW) zertifiziert und anerkannt. Die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Ortsvereinigung Düsseldorf und Umgebung e.V. verzahnt ihr breites eigenes Engagement mit dem Kursangebot von REHA-MED. Die Hildener Sportmühle bietet als eine der Wirkungsstätten von REHA-MED optimierte Trainingsbedingungen an, d.h. festgelegte Gruppengrößen (max.15) und behindertengerechte sowie barrierefrei zugängliche Trainingsräume.

Die Krankenkassen fördern den Rehabilitations- und Behindertensport finanziell. Die Kursteilnehmer erhalten nach ärztlicher Verordnung eines Rehasportkurses und Genehmigung durch die Krankenkassen über REHA-MED einen Zuschuss zu den teilgenommen Kursstunden.

Informieren Sie sich über das Kursangebot und die Konditionen auf der Homepage von REHA-MED [www.reha-med-kurse.de](http://www.reha-med-kurse.de) oder nehmen Sie mit Elke Flockenhaus, Diplomsportlehrerin für Rehabilitations- und Behindertensport, direkt Kontakt auf (Tel./Fax: 02129/58734, e-mail: [reha-med-kurse@web.de](mailto:reha-med-kurse@web.de)) .