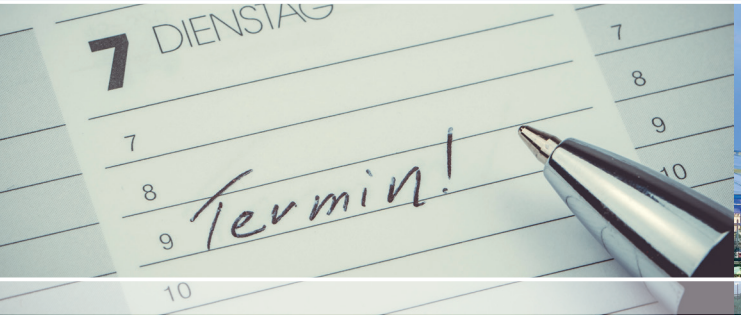
Vorsorge
durch Eigeninitiative



2. Auf Initiative des Versicherten oder durch den behandelnden Arzt

Der behandelnde Arzt oder der Betroffene selbst nimmt Kontakt zu medicos.AufSchalke auf und vereinbart einen Termin zum Vorgespräch. Während einer Voruntersuchung wird geprüft, ob eine Indikation für die Teilnahme am Präventionsprogramm vorliegt.

Sofern eine Indikation für die Präventionsleistung gegeben und eine Teilnahme des Versicherten am Programm auch gewünscht ist, erstellt medicos.AufSchalke einen Befundbericht. Zusammen mit einem Selbstauskunftsbogen des Versicherten und dem Antrag wird dieser dem zuständigen Rentenversicherungsträger übermittelt.

medicos.AufSchalke Reha GmbH & Co. KG
ZAR Zentrum für Ambulante Rehabilitation,
Prävention und Sport
Ein Unternehmen der Helmut Nanz-Stiftung

Parkallee 1
45891 Gelsenkirchen

Tel.: +49(0)209 380 33-395/-495/-595
Fax: +49(0)209 380 33-295

psychosomatik@medicos-AufSchalke.de
www.medicos-AufSchalke.de

Präventionsprogramm Psychosomatik

Ein ganzheitliches Präventionsprogramm zum Erhalt psychischer Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Vorsorge
Eine gute Sache

Warum Vorsorge?

Eine Präventionsmaßnahme ist eine gute Option, eine psychische Erkrankung zu vermeiden. Besteht bereits eine gering ausgeprägte psychische Symptomatik, bietet eine Präventionsmaßnahme eine gute Möglichkeit, den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen. Das Ziel sollte es immer sein, einen vorbeugenden – oder bei bereits bestehender Symptomatik – einen positiven Einfluss auf den Krankheitsverlauf zu nehmen.
Psychosomatische Prävention erfolgt berufsbegleitend. Hierdurch kann in der Therapie Erlerntes unmittelbar in der Praxis, also auch am Arbeitsplatz, erprobt und weiterentwickelt werden. So ist die Barriere zwischen Rehabilitationseinrichtung und die Übertragung auf den Arbeitsplatz und das private Umfeld geringer. Umgekehrt können ebenso Themen aus dem beruflichen oder privaten Bereich kurzfristig therapeutisch begleitet werden.

In der mehrmonatigen ambulanten Maßnahme kommen die Teilnehmer phasenweise in Gruppe zusammen. Die maximale Gruppenstärke beträgt hier 12 Personen.

Langfristige Begleitung
Aufbau und Inhalt

Eingangsdiagnostik mit

- psychiatrischem Gespräch und Indikationsprüfung
- Anamnese (biographisch und berufsbezogen)
- psychologischer Diagnostik
- körperlicher Untersuchung und pflegerischer Aufnahme

Initialphase (1. Woche): an 3 Tagen im medicos.AufSchalke mit Gesprächstherapie, Ergotherapie, Bewegungs- und Entspannungstherapie, Achtsamkeitstraining und Ernährungsberatung.

Berufsbegleitende Trainingsphase (10 Wochen): an zwei Tagen in der Woche mit Gesprächstherapie, Ergotherapie, Bewegungs- und Entspannungstherapie.

Eigenaktivitätsphase (4 Monate): aktivieren und vertiefen des Erlernten und Übertragung der neuen Muster in den Alltag. In dieser Phase werden die neuen Impulse eigenverantwortlich umgesetzt.

Auffrischungstag (1 Tag): direkt im Anschluss an die Eigenaktivitätsphase nochmals ein Tag im medicos.AufSchalke mit Gesprächstherapie, Ergotherapie, Bewegungs- und Entspannungstherapie.

Ihr Weg
zum Präventionsprogramm

Voraussetzungen für Präventionsleistungen

Das Präventionsprogramm richtet sich an alle gesetzlich rentenversicherten Erwerbstätigen.
Die persönlichen Voraussetzungen für präventive Leistungen durch die Deutsche Rentenversicherung sind gemäß § 14 SGB VI erfüllt, wenn Versicherte erste gesundheitliche Beeinträchtigungen aufweisen, die die ausgeübte Beschäftigung gefährden.

Bei der Beratung kommt Hausärzten, aber auch Fachärzten für Psychiatrie und Psychosomatik sowie Werks-/Betriebsärzten eine besondere Bedeutung zu. Ist nach ärztlicher Einschätzung unter Berücksichtigung der individuellen Situation und in Absprache mit dem Patienten eine Indikation für eine Prävention im Bereich Psychosomatik gegeben, gibt es zwei Wege zum Präventionsprogramm Psychosomatik:

1. Über die Deutsche Rentenversicherung

Ein möglicher Zugang erfolgt direkt über die Deutsche Rentenversicherung. Hierzu ist ein Antrag auf Präventionsleistungen des behandelnden Facharztes erforderlich. Bei Vorliegen einer Kostenzusage erfolgt eine Einladung zur Eingangsdiagnostik ins medicos.AufSchalke.