



# Reha-Bochum

Rehabilitationseinrichtung

für Menschen mit psychischen Erkrankungen



# LEIT\_ BILD

Selten reicht das Auge aus, um sich ein Bild zu machen

*Auf den ersten Blick scheinen sich Rehabilitationseinrichtungen zu gleichen. Bei näherer Betrachtung treten jedoch schnell Unterschiede zutage, die weit über das Offensichtliche hinaus gehen. Letztlich entscheiden der Therapie-Ansatz sowie das -Personal weit mehr über die Qualität der Leistung als der vielzitierte äußere Schein.*

*Das Selbstverständnis unserer Mitarbeiter ist darum gleichzeitig vom Wissen und Gefühl geprägt – ist fachlich kompetentes und zugleich menschlich emotionales Engagement für jeden einzelnen unserer Rehabilitanden.*

*Unser Haus: eine anerkannt gute Bochumer Adresse.*



*Wohlfühlen hat viel Facetten: innen wie außen.*



Seit über 20 Jahren widmet sich unsere Bochumer Einrichtung der Heilung und Reintegration psychisch kranker Menschen. Gewachsene Erfahrung, fachliches Wissen und individuelles Einfühlungsvermögen bilden heute den konkreten Ausdruck dieses Selbstverständnisses – und gleichzeitig die Basis für die tägliche Arbeit mit und für den Patienten. Als vorrangige Aufgabe sehen wir den erfolgversprechenden Einstieg unserer Rehabilitanden in ein neues, selbständiges Leben durch eine zeitlich begrenzte, individuelle Behandlung und Betreuung.

Die Therapie bezieht gleichermaßen biologische Faktoren und psychosoziale Einflüsse mit ein. Daraus ergibt sich ein koordiniertes und auf die Bedürfnisse des Betreuten individualisiertes Zusammenwirken von ärztlicher Behandlung sowie sozio- und psychotherapeutischer Verfahren.

Aus Sicht der Rehabilitanden bedeutet dies:

- den Umgang mit der Krankheit zu erlernen,
- psychische Behinderungen zu verbessern oder zu beseitigen,
- Verschlimmerungen zu vermeiden,
- die sozialen Kompetenzen zu stärken,
- berufliche Aussichten und Voraussetzungen zu erarbeiten und somit
- neue Zukunftsperspektiven entwickeln zu können und wieder möglichst eigenständig im gewohnten Umfeld leben und arbeiten können.

Den Rahmen dazu bilden sowohl eine individuelle Rehabilitationsplanung als auch eine konkrete Tagesstrukturierung.

Besonderes Augenmerk legen wir dabei auf die Tatsache, dass zu hohe Anforderungen zu Spannung, Überforderung, Angst und neuen akuten Krankheitsphasen führen können; mangelnde Anregung dagegen Passivität und Interesselosigkeit fördert. Auf eine gesunde Mischung kommt es also an – und auf Kontinuität! Die Rehabilitanden leben bei uns darum in einer übersichtlichen, vertrauensbildenden Umgebung. Sowohl die Wohngruppe als auch die Bezugspersonen bleiben während der Rehabilitationsdauer möglichst unverändert.

Klar und eindeutig ist auch das Bekenntnis zur Qualität der Rehabilitation: Unser Denken und Handeln überprüfen wir permanent. Neue theoretische und praktische Erkenntnisse fließen stetig in die Arbeit ein – optimieren sie Zug um Zug.

Alle therapeutischen Maßnahmen stehen unter fachärztlicher Verantwortung; die Betreuung wird ausschließlich von medizinisch, psychologisch und pädagogisch geschultem Personal geleistet. Im Rahmen der Qualitätssicherung lassen wir unsere Leistungen zudem durch externe Prüfer ermitteln und anonym auswerten.

Unsere Einrichtung erbringt das gesamte Spektrum von Leistungen im Rahmen der medizinischen Rehabilitation. Das Angebot umfasst dabei sowohl stationäre als auch ambulante/teilstationäre Reha. Wir verstehen uns dabei als Teil der örtlichen psychiatrischen Versorgung und arbeiten eng mit anderen Institutionen der Region zusammen.

# WOHL- BEFINDEN

## Woanders sein – und doch Zuhause

*Ein Haus ist auch ein Heim – nach unserem Verständnis jedoch nicht als eine festgefügte Institution, sondern als ein Ort der Sicherheit und des Vertrauens, der Kommunikation, des Lernens und des Miteinanders.*

*Sozusagen ein „Erfahrungs-Raum“, der das natürliche Schutzbedürfnis des Menschen mit der Lust an neuen Einsichten und gemeinschaftlichem Erleben verbindet. Und mit dem Gefühl, gut behütet in besten Händen zu sein ...*

*Klein aber mein: Der Privatbereich gibt Raum zum Entspannen.*



Neben den Therapieangeboten spielt sicherlich auch das häusliche Umfeld eine entscheidende Rolle. Jeder Rehabilitand bezieht ein etwa 12 qm großes, gemütliches Einzelzimmer mit Bett, Kleiderschrank und Schreibtisch. In der Regel teilen sich zwei Personen ein Badezimmer. Die Gemeinschaftsbereiche wie Küche, Aufenthalts- und Therapieräume werden naturgemäß von allen genutzt.

Der therapeutische Rahmen ist weitgehend an realistischen Alltags-Anforderungen bei gleichzeitig klar strukturierten und überschaubaren Bedingungen orientiert. In insgesamt drei Gruppen (eine 9- und eine 8-Personen-Gruppe sowie eine vierköpfige Kleingruppe) leben hier Männer und Frauen unterschiedlichen Alters zusammen. Die einzelnen Gruppen versorgen sich selbst; die erforderlichen Fähigkeiten dazu werden im Rahmen der Reha-Planung erlernt. Bezugstherapeuten begleiten und unterstützen die Organisation der Wohngruppen durch Gruppengespräche.

Zur Kontaktförderung, um Interessen zu wecken und den Umgang mit Freizeit einzuüben, finden regelmäßig gruppenübergreifende Unternehmungen, wie z.B. Kino, Bowling, Ausflüge oder Museumsbesuche, statt. Neben dem hauseigenen Fitnessraum runden Kicker, Tischtennis und Basketballkorb das sportliche Angebot vor Ort ab. Das weitläufige Grundstück lädt zu diversen Freizeitaktivitäten ein. Hinzu kommen weitere sportliche Angebote wie Schwimmen oder Hallensport unter Anleitung eines Sporttherapeuten. Die monatliche „Hausversammlung“ mit Rehabilitanden und Mitarbeitern thematisiert alle Dinge, die das gemeinsame Zusammenleben betreffen.

*Der Kicker: nur ein kleiner Teil des Freizeitprogramms.*

Neben der stationären bieten wir auch die Möglichkeit einer ambulanten bzw. teilstationären Reha. Diese Rehabilitanden wohnen nicht im Haus, nehmen jedoch tagsüber am Reha-Programm teil. Damit werden die Vorteile tagesklinischer Behandlung mit den umfangreicheren Möglichkeiten medizinischer Rehabilitation verbunden.

Ambulante/teilstationäre Rehabilitation ist möglich:

- im Anschluss an eine stationäre Reha, um den stationären Aufenthalt zu verkürzen oder Übergangsprobleme in das eigenständige Wohnen zu erleichtern,
- wenn der Rehabilitand durch die schützende stationäre Einrichtung unterfordert oder durch das Zusammenleben mit anderen überfordert wäre.

Ein „Übergang“ von ambulanter/teilstationärer zu stationärer Reha und umgekehrt ist jederzeit möglich.



# FORT- SCHRITT

**Das Ziel mag das gleiche sein,  
der Weg dahin stets anders**

*Rehabilitation ist, gerade bei psychischen Erkrankungen, ein fortschreitender Prozess. Unsere Hauptaufgabe sehen wir darin, den Entwicklungsprozess des Patienten auf allen Stufen zu begleiten und zu unterstützen.*

*Dieser Fortschritt kann in Sprüngen geschehen, Zug um Zug – oder aber auch einen kurzzeitigen Rückschritt darstellen.*

*Erfolgversprechende Therapie und Rehabilitation bedeuten, den individuellen Rhythmus des Erkrankten zu erkennen, auf ihn einzugehen und ihn zu fördern ...*

Am Beginn des Aufnahmeverfahrens steht ein unverbindliches Informationsgespräch, das sich jederzeit telefonisch mit der Reha-Bochum vereinbaren lässt. Der Interessent lernt dabei das Haus kennen, kann sich informieren oder Fragen stellen.

Um letztlich einen Reha-Platz zu bekommen, müssen zunächst ärztliche Stellungnahmen vom Krankenhaus bzw. Facharzt erstellt und eingereicht werden. Oft ist zudem eine Befürwortung der Reha-Bochum erforderlich.

Aus diesen Unterlagen setzt sich dann der Antrag an die Rentenversicherung oder Krankenkasse zusammen. Hierbei sind unsere Mitarbeiter gerne behilflich und schauen, ob nichts fehlt.

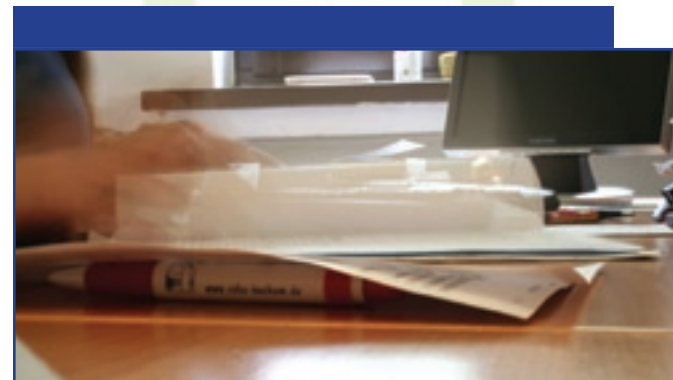
Gegebenenfalls kann auch ein zweiter Termin vereinbart werden. Zu diesem Zeitpunkt liegt bereits eine erste Reha-Planung vor. Sie sieht vor, welche Probleme vorrangig angegangen werden und wo die sinnvollen Reha-Ziele liegen.

Nach der Kostenklärung erfolgt die Aufnahme in die Reha.

Während der ersten Tage besprechen wir dann das geeignete Tages- und Wochenprogramm mit den Rehabilitanden – das selbstverständlich im späteren Verlauf fortwährend überprüft und angepasst wird.

Die Dauer der Reha ist stark von ihrem Verlauf abhängig. Weniger als drei Monate sind selten. Häufig sind 9-12 Monate. In begründeten Einzelfällen kann sie bis zu 2 Jahren betragen.

*Schutz erfahren: Auch professionelle Unterstützung ist stets ganz nah.*



*Hilfe auf dem Weg zur Selbständigkeit: So verstehen wir unseren Job.*



*Gemeinschaft erleben: zum Beispiel im Fernsehraum.*



# SACH\_ VERSTAND

**Aus Zuhören wird Wissen –  
aus Wissen Anerkennung**

*Die meisten Rehabilitations-  
einrichtungen lassen sich an  
ihren Leistungen messen.*

*Das tun wir auch – und stehen  
mit umfassendem Leistungs-  
spektrum, fachlich versiertem  
Personal und einem über-  
schaubaren, sachgerecht aus-  
gestatteten Haus sehr gut da.*

*Dass wir dazu unser Leistungs-  
spektrum und die Kompetenz  
unserer Mitarbeiter stetig  
optimieren und erweitern, ist  
für uns nicht nur selbstver-  
ständlich – sondern Ausdruck  
unserer Verantwortung für  
das Wohl unserer Patienten.*



## **Fachärztliche Behandlung**

Die psychiatrische Behandlung erfolgt während der Rehabilitation durch Ärzte der Einrichtung.

## **Soziotherapie/**

### **Bezugstherapeutensystem**

Jeder Rehabilitand hat während seines Aufenthaltes einen für ihn zuständigen Mitarbeiter. Dieser Bezugstherapeut gibt vielfältige Hilfestellung – z.B. beim Schriftverkehr oder Kontakt mit Verwaltungen und Behörden, bei Entscheidungen im Rahmen der Reha-Planung oder der Zeit nach der Rehabilitation.

### **Hauswirtschaftliches Training**

Das hauswirtschaftliche Training dient dem Erwerb grundlegender Fertigkeiten wie z.B. Einkaufen, Essenszubereitung, Umgang mit Haushaltsgeld, Putzen, Waschen etc. Gerade zu Beginn der Rehabilitation stärkt dies das Erkennen und Erweitern der eigenen Fähigkeiten.

### **Spezielle Therapiegruppen**

In regelmäßigen Abständen werden therapeutische Gruppenseminare, beispielsweise zum „Konzentrationsstraining“ oder „Psychose und Sucht“, angeboten. Unsere Rehabilitanden sollen schließlich möglichst viel über ihre Erkrankung erfahren.

### **Arbeitstherapie**

Sie dient der Bestimmung beruflicher Fähigkeiten und Perspektiven sowie der Belastungserprobung und dem -training. Unter wechselnden Anforderungen an Konzentration, Ausdauer und Kreativität, bietet dieses Angebot neue praktische Erfahrungen z.B. bei der Arbeit am Computer oder der Holzbearbeitung.

### **Musiktherapie**

Musik bringt Gefühle nonverbal – das heißt ohne Worte – zum Ausdruck. Wachsendes rhythmisches Empfinden stärkt die Konzentra-

tion sowie die Kommunikations- und Integrationsfähigkeit.

### **Sport- und Bewegungstherapie**

Dazu zählen Hallensport, Walking, Schwimmen und Bewegungstherapie (mit überwiegend gymnastischen und rhythmischen Elementen). Ein individualisiertes, auf die aktuelle Leistungsfähigkeit zugeschnittenes Therapieprogramm hilft, eine ausgeglichene, gesunde Lebensweise einzuüben sowie die Körperwahrnehmung zu stärken. Hinzu kommen die Selbstbestätigung durch körperliche Leistung, eine positivere Grundhaltung – aber auch die Erfahrung in der Gruppe.

### **Kunsttherapie**

In der Gestaltungstherapie wird – einzeln oder in Gruppen – gemalt, gezeichnet oder modelliert. Durch künstlerische Gestaltung können die Rehabilitanden ihre gegenwärtige Befindlichkeit einfacher zum Ausdruck bringen. Nicht selten entstehen dabei *kleine Kunstwerke*, welche nebenbei deutlich zur Steigerung des Selbstwertgefühls beitragen.

### **Externe Angebote**

Das können Praktika, Kurse oder andere Weiterbildungsangebote sein, die im Rahmen des Reha-Planes sinnvoll erscheinen. Eine „berufliche Rehabilitation“ kann zwar vorbereitet, jedoch frühestens gegen Ende der medizinischen Rehabilitation begonnen werden.

*Kreativität und Können: Auf diesen  
Zweiklang setzt unsere Therapie.*



# DURCH\_ BLICK

**Zuwendung ist etwas Positives  
– wenn nicht nur Zahlen zählen**

*Eine psychische Erkrankung macht den Alltag für die Betroffenen nicht leichter. Unser Selbstverständnis der Betreuung geht darum weit über rein therapeutische Maßnahmen hinaus.*

*Bei uns kann man sich vom ersten Moment an gut aufgehoben fühlen. Schließlich unterstützen wir unsere Patienten von Anfang an bei allen Formalitäten und sorgen auch während der gesamten Therapie dafür, dass der Durchblick immer bestehen bleibt.*

## Voraussetzungen

An einer medizinischen Rehabilitation können Menschen im Alter von 18 bis 50 Jahren teilnehmen, die an einer Psychose, Neurose oder einer Persönlichkeitsstörung erkrankt sind. Für Jugendliche bzw. junge Erwachsene gibt es ein spezielles Angebot.

Suchtkranke Menschen, geistig Behinderte oder Menschen mit starken hirnorganischen Schäden benötigen andere Angebote.

Das Ziel ist, krankheitsbedingte

Einschränkungen zu beseitigen, zu verbessern oder einer Verschlimmerung vorzubeugen. Ein Mindestmaß an Gruppenfähigkeit und Belastbarkeit wird vorausgesetzt.

Die Hausordnung als Regelung für das Zusammenleben ist natürlich verbindlich.

## Finanzen

Für die Rehabilitationskosten sind – je nach Einzelfall – die Rentenversicherung, die Krankenkasse, der Landschaftsverband oder das Jugendamt zuständig. Rund um die Kosten-erstattung stehen unsere Mitarbeiter jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.

Die Finanzsituation während der Therapie ist individuell sehr verschieden. Übernimmt eine Rentenversicherung oder Krankenkasse die Kosten und bestehen Ansprüche auf Krankengeld, Arbeitslosengeld o.ä., kann eine Zahlung von Übergangsgeld erfolgen. Es orientiert sich an den vorherigen Einkünften des Rehabilitanden.

Unterkunft, Verpflegung und Medikamente werden vom Haus gestellt, ebenfalls Fahrtkosten im Rahmen der Therapie. Während der gesamten Dauer der Reha ist der Betroffene krankgeschrieben. Arbeit ist nur im Rahmen von Arbeitstherapie und Belastungs-erprobung möglich.



## Auf einen Blick

Name:	Reha-Bochum
Einrichtungstyp:	Medizinische Rehabilitationseinrichtung für psychische Erkrankungen (RPK)
Stationäre Plätze:	21
Amb./teilst. Plätze:	5
Kostenträger:	Rentenversicherungen, Krankenkassen
Ziele:	Heilung, Besserung, Verhütung von Verschlimmerung, Vorbeugung gegen Behinderung, Wiedererlangung der Erwerbsfähigkeit
Aufenthaltsdauer:	3-12 Monate, in Einzelfällen länger
Angebote:	Fachärztliche Behandlung, Psychoedukation, Soziotherapie, Psychotherapie, Musiktherapie, Sporttherapie, Bewegungstherapie, Arbeitstherapie, Praktika, Hauswirtschaftliches Training u.a.
Anmeldung:	Unverbindliches Informationsgespräch

Die Reha-Bochum liegt verkehrsgünstig im östlichen Bochumer Stadtteil Werne.

In der Nähe des Hauses befinden sich die S-Bahn-Strecke Düsseldorf-Dortmund sowie zahlreiche Einkaufs- und Freizeitmöglichkeiten. Ferner existieren Busverbindungen in das Zentrum von Bochum und nach Witten.

# FAHR- PLAN

## Von Haus zu Haus

### **Anfahrt mit eigenem Fahrzeug:**

Abfahrt „Werne“ bzw. „Werner Straße“ von der A40 ausfahren; Beschilderung Richtung Werne folgen. Am Einkaufszentrum „Ruhrpark“ (rechte Seite) vorbeifahren. Nach etwa 2 km, wenn die Straße einspurig wird, links in die Straße „Zum Kühl“ abbiegen. Nach ca. 25 m liegt die Reha-Bochum auf der linken Seite; links und rechts des Hauses stehen Parkplätze zur Verfügung.

### **Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

Mit der Buslinie 345 von Bochum Hauptbahnhof oder S-Bahnhof Bochum Langendreer-West bis zur Haltestelle „Werne-Amt“ fahren. Dann 300 m durch die Straße „Am Heerbusch“ gehen, rechts in die Straße „Zum Kühl“ abbiegen. Die Reha-Bochum befindet sich nach ca. 40 m auf der rechten Seite.

### **REHA-BOCHUM**

Zum Kühl 13

44894 Bochum

Telefon: 0234/9 26 86-0

Fax: 0234/9 26 86-44

Email: [info@reha-bochum.de](mailto:info@reha-bochum.de)

Internet: [www.reha-bochum.de](http://www.reha-bochum.de)