

Fax-Rückmeldung

Bitte nehmen Sie bei Interesse so schnell wie möglich Kontakt mit uns auf! Am Besten noch vor Reha-Ende, sonst kann sich Ihr IRENA-Beginn sehr lange hinauszögern.

Geben Sie uns hierfür folgende Informationen:

Name und Anschrift :

.....
.....
.....
.....

Direkte Kontaktdaten:

Festnetz:

.....

Handy:

.....

Email:

.....

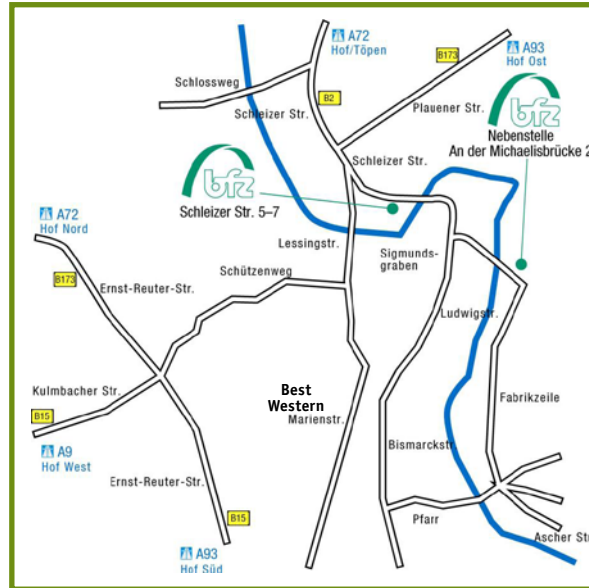
Entlassungsdatum aus der Reha-Klinik:

.....

Sie können diese Rückmeldung ganz unkompliziert per Fax an uns senden:

Fax: 037437 75-1000

Anfahrt & Parken



Adresse:

Berufl. Fortbildungszentrum der Bayerischen Wirtschaft gGmbH
bfz Hof
Schleizer Straße 5-7, 95028 Hof

Anfahrt:

Mit dem Bus: vom Hauptbahnhof mit den Stadtbuslinien 5 Breslaustr. oder 8 Luisenburgstr. zum Busbahnhof, dann mit den Linien 3 Zoo oder 4 Studentenberg bis Haltestelle „Stadtspark“. Das bfz Hof liegt schräg gegenüber direkt am Saaleufer.

Mit dem Auto: A9, Ausfahrt Hof West, über B15 nach Hof. Nach Freiheitshalle links, dann links einordnen und geradeaus. Im Schützenweg bei Scherdel Brauerei links (Richtg. Plauen) in Lessingstraße. Nach Überqueren der Saale an der Ampel rechts in die Schleizer Straße. Nach ca. 200 m liegt das bfz Hof rechts.

A93: Ausfahrt Hof Ost über B173 nach Hof. Geradeaus, am Friedhof vorbei, bis zur Ampel und dann links. An der Ampel bei der Zeltbräu wieder links in Schleizer Straße. Nach ca. 200 m liegt das bfz Hof rechts.

A72: Ausfahrt Töpen, über B2 nach Hof. Nach Friedhof bei Ampel bei der Zeltbräu links der Schleizer Straße folgend. Nach ca. 200 m liegt das bfz Hof rechts.



DEKIMED®

Celenus Deutsche Klinik für Integrative Medizin
und Naturheilverfahren

Fachzentrum für
Innere Medizin/
Stoffwechsel,
Psychosomatik und
Orthopädie



IRENA „Curriculum Hannover“

Die ambulante psychosomatische
Rehabilitationsnachsorge
in Hof

Ein Unternehmen der
**CELENUS
GRUPPE**



Klinikpark



Chefarzt Dr. Häfner mit IRENA-Therapeuten



Celenus DEKIMED, Bad Elster

Was ist IRENA?

IRENA (Intensivierte Rehabilitationsnachsorge) ist ein ambulantes psychosomatisches Nachsorgeprogramm der Deutschen Rentenversicherung, das den Übergang von der stationären/teilstationären psychosomatischen Rehabilitation in den Alltag therapeutisch begleitet. Es bietet Ihnen die Möglichkeit, über Ihre Probleme zu sprechen und mit Hilfe der Gruppe nach Lösungen zu suchen, die Sie dann im Alltag ausprobieren können oder Sie lassen sich einfach von der Gruppe stützen.

Ziele der psychosomatischen Nachsorge

- Unterstützung beim Übergang von der Rehabilitation in den Alltag
- Festigung Ihrer erreichten Therapieerfolge
- Aufbau von Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein
- Bearbeitung von Partnerschaftsproblemen und sozialen Konflikten
- Unterstützung bei Arbeitsplatzproblemen und beruflicher Rehabilitation
- Verbesserung und Erweiterung Ihrer eigenen Problemlösefähigkeiten
- Zusammenführung von Kursteilnehmern zur Kontaktaufnahme
- Unterstützung bei der Suche nach einem Psychotherapieplatz

Die Celenus Dekimed

Unser Therapiekonzept verbindet schulmedizinische und naturheilkundliche Verfahren. Die Unterstützung für Sie ist dabei immer ganzheitlich, individuell und entspricht den neuesten Erkenntnissen der Rehabilitationsmedizin.

Wozu Nachsorge?

Das Nachsorgeprogramm IRENA, welches in vielen Bereichen von Ihnen mitgestaltet werden kann, soll Sie dabei unterstützen, Erfahrungen, die Sie in der Reha gemacht haben, auch in Ihrem Alltag anzuwenden. Denn der Aufenthalt in einer schön gelegenen Klinik, umgeben von Menschen, die nicht nur gleiche oder ähnliche Probleme haben, sondern zu denen auch ein enger Kontakt entstanden ist, ähnelt nur selten den Verhältnissen, die Sie nach Ihrer Reha wieder vorfinden.

Da ist wieder dieselbe Alltagsroutine, da ist der Kollege, der Sie schon immer aufgeregt hat. Da gibt es Konflikte, die Sie sich zu lösen vorgenommen haben und Zukunftspläne, die umgesetzt werden wollen. Aber da sind auch Sie, der sich von der Zeit in der Rehabilitation verabschieden muss, der Hoffnungen, aber auch Ängste und vielleicht noch immer Beschwerden hat.

Sie treffen in Ihrem Alltag auf Konflikte, Probleme und Belastungen, die während der stationären Therapie besprochen wurden, aber jetzt eigenverantwortlich verändert werden sollten. Vielleicht haben Sie ja auch das Gefühl, gerade jetzt mit Ihren Problemen alleingelassen zu werden, gerade jetzt, wo es darauf ankommt.

Anmeldung/Postadresse

Um Ihre Wartezeit zwischen Reha und IRENA zu minimieren, nehmen Sie bitte schnellst möglich Kontakt mit uns auf:

Celenus DEKIMED (IRENA-Planung: Ria Löscher)
Prof.-Paul-Köhler-Straße 3, 08645 Bad Elster
Tel. 037437 75-1662, Fax 037437 75-1000
www.dekimed.de, info@dekimed.de

Wie läuft die Nachsorge ab?

Wie Sie das schon aus Ihrer stationären psychosomatischen Rehabilitation kennen, möchten wir Sie dazu ermuntern, eigene Themen bzw. Probleme in der Gruppe anzusprechen. Dazu ist es wichtig, dass Sie sich in der folgenden Zeit aufmerksam beobachten, auf Veränderungen im Alltag, Ihre Reaktionen und Gedanken, aber auch auf scheinbar nicht zu bewältigende Hindernisse achten, denen Sie nach Beendigung Ihrer psychosomatischen Reha Maßnahme gegenüberstehen. Notizen oder Anfertigungen von Beobachtungsbüchern, und seien es auch nur Stichwörter, können hier eine große Hilfe sein. Indem Sie eigene Themen einbringen, können Sie auf die Gestaltung der Gruppensitzungen aktiv Einfluss nehmen.

Die Rahmenbedingungen in Stichpunkten:

- **Gruppen mit ca. 10 Personen**
- **1x pro Woche/90 Minuten**
- **Dauer: 6 Monate**
- **max. 25 Gruppenveranstaltungen und max. 2 Einzelgespräche (Aufnahme-/Entlassungsgespräch)**

Zusätzlich haben wir einige Themen vorbereitet, von denen wir denken, dass sie die meisten von Ihnen betreffen werden. Auch wenn das Gruppengespräch im Mittelpunkt der ambulanten psychosomatischen Nachsorge steht, möchten wir Ihnen konkrete Hilfstechiken vorstellen, die Sie bei der eigenständigen Bearbeitung und Lösung Ihrer Probleme unterstützen sollen.

Um Ihnen die Teilnahme zu erleichtern, findet IRENA nicht in Bad Elster, sondern im bfz Hof statt.