

# REHA-CHECKLISTE

## Vor der Reha

### Wichtige Dokumente und Unterlagen

- Reisetickets, falls Ihre Anreise mit der Bahn erfolgt
- Personalausweis/Reisepass
- Wichtige Unterlagen über die bisherige Behandlung
- Liste der Medikamente, die derzeit eingenommen werden (mit Dosierung)
- Krankenversichertenkarte oder Klinik-Card bei Privatpatienten (im Bedarfsfall)
- Name, Anschrift und Telefonnummer des behandelnden Arztes oder weiterer Ärzte
- Ausgefüllter Aufnahmefragebogen
- Nicht vergessen! Im Fall von Arbeitsunfähigkeit bzw. Arbeitslosigkeit: Antrag auf Übergangsgeld vor Rehabeginn stellen.

### Persönliche Dinge

- Artikel für die Körperpflege und persönliche Hygieneartikel
- Kleidung (Regenkleidung, Freizeitkleidung, Gymnastik- oder Trainingsanzug, Badebekleidung, Bademantel, Turnschuhe, Badeschuhe, ...)
- Großes Handtuch
- Wecker, Uhr
- Haartrockner, Rasierapparat
- Persönliche Gegenstände wie Brille, Netzteil für das Handy

### Während der Reha

- Kontaktaufnahme zum Sozialdienst (Nachsorge, IRENA, Klärung der Anträge, LTA etc.)
- Entscheidung treffen über mögliche Teilnahme an digitalen Nachsorgeangeboten (Psychosomatik/DE-RENA, VOR/EVOCARE)
- Bei Anregungen in Bezug auf Ihren Aufenthalt → Meldebogen ausfüllen
- Interne Patientenbefragung (Fragebogen ca. eine Woche vor Abreise)
- Rückerstattung der Fahrtkosten über die Patientenaufnahme (abhängig vom Leistungsträger)
- An der Rezeption erhältlich: Übungsprogramm, Rezeptheft, Handouts zu den Gesundheitsvorträgen, Audio-CDs: Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Autogenes Training, Achtsamkeitsmeditation

### Nach der Reha

- Unterstützung nach der Reha: Selbsthilfegruppen
- Homepage der Berolina Klinik