



Katharinenhöhe



Reha bei **Knochentumoren**

Wieder aufleben

Warum Reha?

Durch jahrzehntelange Erfahrung und spezielle Kompetenz bei Knochentumoren haben wir viele Möglichkeiten, eine erfolgreiche Reha zu gestalten. Unser Grundprinzip ist es, individuell auf die Bedürfnisse von Jugendlichen, jungen Erwachsenen und Kindern mit ihren Familien einzugehen und auf die jeweilige Situation zugeschnittene Behandlungspläne zu erstellen. Dabei steht die Physiotherapie meist im Zentrum, aber Sport, die Gruppengemeinschaft und vieles andere ist ebenfalls unverzichtbar.

- Wir möchten mit euch eine bestmögliche Mobilität erreichen
- Wir wissen um eure Möglichkeiten und Grenzen
- Wir geben Sicherheit und stärken euer Zutrauen
- Wir wollen euch viele Erfolgserlebnisse ermöglichen, in der Physiotherapie, im Sport und bei anderen Gruppenaktivitäten
- Auch wir können nicht alle Krankheitsfolgen beseitigen, aber wir werden mit euch zusammen Wege finden, damit bestmöglich umzugehen
- Wir kümmern uns um eure Fragen
- Wir suchen und finden mit euch Ideen und Perspektiven für zu Hause, für Alltag, Schule, Sport und Beruf





*„Endlich auch andere
mit Gehstützen und
Rollstuhl und keine
Sonderrolle mehr!“*

(Mascha, 17.).

ALLGEMEINE INFOS

Für Jugendliche und junge Erwachsene

- Ihr seid 4 Wochen zusammen mit Gleichaltrigen, die Ähnliches durchgemacht haben, davon viele mit einem Knochentumor
- Intensives, individuell zugeschnittenes Bewegungs- und Sportangebot
- Stärkung durch Ausflüge und viele andere Einzel- und Gruppenangebote
- Viele Aktivitätsmöglichkeiten (Sporthalle, Fitnessraum, Schwimmbad, Sportgelände und Basketballplatz im Freien...)
- Wichtige Rehaziele für alle: Spaß, Erfolgserlebnisse und ein positives Gemeinschaftsgefühl
- Gemeinsam (wieder) in eine gute Tagesstruktur finden
- Möglichkeiten zur Wahrnehmung von Kunsttherapie sowie begleitenden Einzel- und Gruppengesprächen
- Für die Altersgruppen 15-17, 18-22, 23-28 Jahre

„Ich fühle mich wieder normal.“

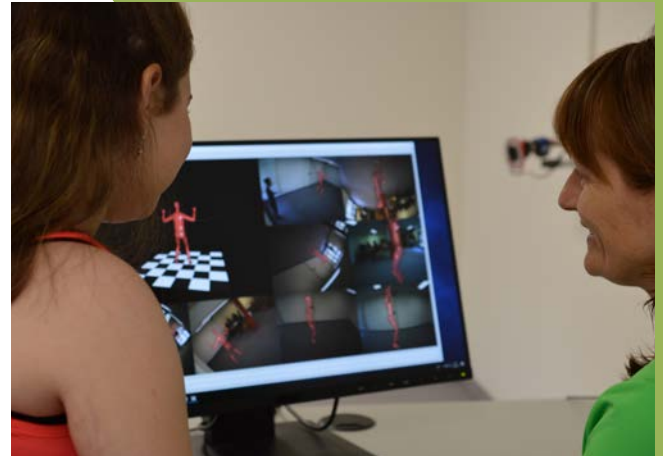
(Simon, 16 J.)



SPEZIELLE INFOS

Für Jugendliche und junge Erwachsene

- Mit Endoprothesen, äußeren Prothesen, Orthesen, Umdrehplastik etc. kennen wir uns aus
- Auf eure Einschränkungen angepasste Physiotherapie
- Gezielte Mobilisation, Kraftaufbau und Gangschule, z. B. auf der Lokomotionsstation oder unserem Gangparcours
- Möglichkeit einer computergestützten Ganganalyse
- Sport auch und gerade mit Handicaps
- Sporttherapeutische Beratung und individuelle Trainingspläne für die Reha und die Zeit danach
- Enge Zusammenarbeit von Medizin, Physiotherapie und Orthopädietechnik zur optimalen Hilfsmittelversorgung
- Auch im psychosozialen Bereich viel Erfahrung mit euren krankheitsbedingten Belastungen
- Austausch und Informationen in einer Gruppe speziell für Knochentumorphatient*innen
- Förderung der Konzentrations- und Merkfähigkeit durch Gedächtnis-, Aufmerksamkeits- und Anti-Fatigue-Training
- Schulische Förderung und Beratung (Nachteilsausgleich)
- Berufsbezogene Unterstützung, sozialrechtliche Beratung



*„Ich hab wieder Ziele
und Motivation für
Physiotherapie, auch
wenn es manchmal
weh tut. Dann denke
ich aber, es geht voran!“*

(Angela 19J.)



ALLGEMEINE INFOS

Für Kinder mit ihren Familien

- 4 Wochen Gemeinschaft und Austausch mit Familien in einer ähnlichen Situation
- Unterstützung des gesamten Familiensystems in den krankheitsspezifischen Belastungen und Problembereichen
- Ganzheitliche Stärkung aller Familienmitglieder
- Erleben eines (weitgehend) unbeschwerten Alltags
- Möglichst viel Normalität mit Gleichaltrigen
- Neue stärkende Erfahrungen durch Bewegung, Sport, Gespräche, Ausflüge und viele andere Angebote
- Eltern und Geschwister, Patient*innen 0-15 Jahre

„Mein Kind lacht wieder viel mehr!“

(Mutter eines 9jährigen Kindes mit einer Oberschenkelamputation)



SPEZIELLE INFOS

Für Kinder mit ihren Familien

- Mit Endoprothesen, äußeren Prothesen, Orthesen, Umdrehplastik etc. kennen wir uns aus
- Auf die individuellen Einschränkungen angepasste Physiotherapie
- Gezielte Mobilisation, Kraftaufbau und Gangschule, z. B. auf der Lokomotionsstation oder unserem Gangparcours
- Möglichkeit einer computergestützten Ganganalyse
- Sport trotz und gerade mit Handicaps
- Sporttherapeutische Beratung und individuelle Trainingspläne für die Reha und die Zeit danach
- Enge Zusammenarbeit von Medizin, Physiotherapie und Orthopädietechnik zur optimalen Hilfsmittelversorgung
- Auch im psychosozialen Bereich viel Erfahrung mit den jeweiligen krankheitsbedingten Belastungen
- Austausch und Informationen in einer Gruppe speziell für Knochentumorphatient*innen (etwa ab 12 Jahre)
- Beratung und „Elterntesting“: Was kann mein Kind alleine, wo braucht es meine Hilfe, wie kann ich es fördern...



Aktiv sein

Spaß, Lebensfreude und Erfolgserlebnisse haben hier einen festen Platz. Die abwechslungsreiche Vielfalt der Aktivitätsangebote bietet allen in der Reha die Möglichkeit zur Teilhabe – ob im Rollstuhl, mit Gehstützen oder bereits wieder auf einem höheren Leistungslevel.

Gemeinsame Unternehmungen, Neues kennenlernen, überraschende Entdeckungen machen und dabei wieder einmal von Herzen lachen – das verstehen wir in der Katharinenhöhe unter aktiv sein.

Der Bogen an Freizeitaktivitäten spannt sich dabei von zahlreichen kreativen Angeboten über Ausflüge bis hin zu selbst organisierten Grillfesten und Aktionen. Und natürlich bieten Sporthalle, Schwimmbad und Außengelände vielfältige Sportmöglichkeiten.



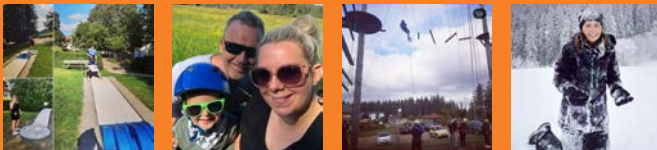
Mehr als Reha

Zusammen mit Gleichaltrigen könnt ihr bei uns spannenden Aktivitäten nachgehen, wie z. B. Bowlen in unserer eigenen Bowlingbahn, Hochseilgarten, Fackelwanderungen, Sommer- und Wintergrillen, gemeinsame Themenabende (wie Krimidinner), Billard und Tischtennis.

Oder gemeinsam tolle Ausflüge unternehmen, z. B. an den Bodensee oder nach Freiburg. Im Sommer könnt ihr bspw. die Sommerrodelbahn besuchen, den Baumkronenweg entdecken oder Bogenschießen – Im Winter könnt ihr bei uns Skilanglaufen, Schneeschuhlaufen u. v. m.



Jeder kann mitmachen



· katha4.o
· jugendreha_katha
· clubkatha3



· katharinenhoehe





Wieder aufleben!

Katharinenhöhe

Kontakt

Anmeldung Reha
für Jugendliche und
junge Erwachsene:

Manuela Beck

Tel.: +49 7723 / 6503 -114

Mail: jugendreha@katharinenhoehe.de

Anmeldung
familienorientierte
Reha:

Stefanie Nocht

Tel.: +49 7723 / 6503 -115

Mail: familienreha@katharinenhoehe.de

Für medizinische
Fragen:

Dr. med. Siegfried Sauter

Ärztlicher Leiter

Schwerpunkt: Onkologie, Sozialmedizin

Tel.: +49 7723 / 6503 -123

Mail: siegfried.sauter@katharinenhoehe.de

Für psychosoziale
Fragen:

Henning Ross

Diplom-Psychologe

Leiter der Rehabilitation Jugendlicher
und junger Erwachsener, Klinischer Neuro-
psychologe, Psychodramatherapeut

Tel.: +49 7723 / 6503 -550

Mail: henning.ross@katharinenhoehe.de

Stephan Maier

Geschäftsführer und Psychosozialer Leiter

Tel.: +49 7723 / 6503 -111

Mail: stephan.maier@katharinenhoehe.de

Rehabilitationsklinik Katharinenhöhe gGmbH
Oberkatzensteig 11

78141 Schönwald im Schwarzwald

Tel.: +49 7723 / 6503 -0

www.katharinenhoehe.de