



Katharinenhöhe



Reha bei **Morbus Hodgkin**

für Jugendliche und
junge Erwachsene

Warum Reha?

Durch unsere langjährige Erfahrung und spezielle Kompetenz bei Morbus Hodgkin haben wir viele Möglichkeiten, eine erfolgreiche Reha zu gestalten. Unser Grundprinzip ist es, individuell auf die Bedürfnisse von Jugendlichen und jungen Erwachsenen einzugehen und auf die jeweilige Situation zugeschnittene Behandlungspläne zu erstellen.

- Viele Erlebnisse in der Reha werden euch gut tun und helfen, (wieder) Selbstsicherheit und Zufriedenheit zu finden
- 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 und Beruf
- Wir helfen euch dabei, eure Stärken und Möglichkeiten neu zu entdecken





„Das Sportprogramm war klasse; ich kann jetzt eine halbe Stunde joggen, am Anfang waren es nur 5 Minuten!“

(Andreas, 201.)

Allgemeine Infos zur Reha

- Ihr seid 4 Wochen zusammen mit Gleichaltrigen, die Ähnliches durchgemacht haben, davon viele mit Morbus Hodgkin
- Wichtige Rehazielen für alle: Spaß, Erfolgserlebnisse und ein positives Gemeinschaftsgefühl
- Stärkung durch Bewegung, Sport, Ausflüge und viele andere Einzel- und Gruppenangebote
- Viele Aktivitätsmöglichkeiten (Sporthalle, Fitnessraum, Schwimmbad, Sportgelände und Basketballplatz im Freien...)
- 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 hätte nie gedacht,
dass ich so schnell wieder
so viel machen kann.“*

(Svenja, 21J.)



Spezielle Infos zur Reha

- Wieder fit werden durch ein angepasstes Training und betreute Sportmöglichkeiten auf unterschiedlichen Leistungsniveaus
- Zusätzliche individuelle Sporttherapie oder Physiotherapie zur gezielten Besserung von Problemen, die der M. Hodgkin und seine Behandlung am Körper hinterlassen haben, wie z. B. starke Gewichtsveränderungen, verändertes Körperbild, Knochenschädigung (Osteonekrosen), Neuropathie, Muskelschwäche
- Hierzu gehören auch medizinische, ernährungs- und gesundheitsbezogene Beratung und Unterstützung
- Förderung der Konzentrations- und Merkfähigkeit durch Gedächtnis-, Aufmerksamkeits- und Anti-Fatigue-Training
- Austausch und Informationen in einer Gruppe speziell für alle mit Morbus Hodgkin
- Schulische Förderung und Beratung (Nachteilsausgleich)
- Berufsbezogene Unterstützung, sozialrechtliche Beratung

*„Jetzt habe ich viel
weniger Ängste!“* (Nabur 17.)



*„Es tat so gut, mit
Gleichaltrigen
zusammen zu sein,
das hat mir am
meisten geholfen.“*

(Felix, 23 J.)



Aktiv sein

Spaß, Lebensfreude und Erfolgserlebnisse haben hier einen festen Platz. Die abwechslungsreiche Vielfalt der Aktivitätsangebote bietet allen Patientinnen und Patienten die Möglichkeit zur Teilhabe – ob noch sehr geschwächt, vielleicht sogar auf Hilfsmittel angewiesen oder bereits wieder ziemlich fit.

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

 · katharinenhoehe





Wieder aufleben!

Katharinenhöhe

Kontakt

Anmeldung Reha
für Jugendliche und
junge Erwachsene:

Manuela Beck

Tel.: +49 7723 / 6503 -114

Mail: jugendreha@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