



## Wissens- und Empfehlenswertes von A – Z

### A

#### **Angehörigenseminar**

Ihre Probleme betreffen häufig nicht nur Sie selbst, sondern auch Ihre Partner, Eltern, Kinder oder Freunde. Daher ist es wünschenswert, dass auch die Angehörigen die Möglichkeit bekommen, in die Therapie eingebunden zu werden und vielleicht ein Stück der Hilflosigkeit oder Resignation wieder zu verlieren, die sie im Laufe der Zeit entwickelt haben.

Sie sollen bei uns die Möglichkeit bekommen, fachkundige Informationen darüber zu bekommen, wie Ihre Angehörigen, die sich Sorgen machen, in unserer Klinik behandelt werden. Sie sollen Fragen stellen können und kompetent darüber beraten werden, wie sie selbst damit umgehen sollen. In einem gemeinsamen Gespräch mit dem Bezugstherapeuten kann sich auch die Gelegenheit ergeben die spezifische Problematik anzugehen und erste Lösungsansätze auszuarbeiten.

Die Anmeldung zum Seminar sollte aus organisatorischen Gründen bis Donnerstag der Vorwoche bei Ihrem Bezugstherapeuten erfolgen. Bitte vereinbaren Sie auch den konkreten Termin für das Angehörigengespräch. Wenn die Angehörigen bei uns Mittag essen möchten, holen und bezahlen sie die Essenmarke bei den Damen an der Rezeption.

Die aktuellen Termine für die Angehörigenseminare 2012 finden Sie auf unserer Internetseite [www.vogelsbergklinik.de](http://www.vogelsbergklinik.de), oder sind bei Ihrem Aufenthalt im Patientensekretariat zu erfragen.

**Anreise PKW:** Wir bitten Sie in der Zeit von 11.00 Uhr bis 12.30 Uhr anzureisen, bitte melden Sie sich zuerst an der Rezeption an. Ihr Gepäck lassen Sie bitte im PKW, da Sie weitere Informationen zum Gepäck wie z.B. Kofferwagen, Seiteneingänge, etc. vom Personal der Rezeption erhalten.

**Anreise Bahn:** Bei Anreise mit der Bahn ist Fulda der Zielbahnhof (ICE Station). Treffpunkt: Service-Point gegenüber dem Cafe im Untergeschoss im Bahnhof. Unser Klinikbus wird Sie um **13.15 Uhr** abholen. Falls Sie zu dem Personenkreis gehören, für den die Kosten des stationären Aufenthaltes von der DRB übernommen werden, bitten wir Sie, den Anforderungsbeleg/Reisekostengutschein unbedingt an das Reisebüro DB Dialog weiterzuleiten. Dieser Anforderungsbeleg/Reisekostengutschein ist als Anlage zu Ihrem Einladungsschreiben beigelegt.

**Abreise Bahn:** Bei Abreise mit der Bahn bitten wir Sie sich bis **08.45 Uhr** an der Rezeption einzufinden. Von dort werden Sie mit unserem Klinikshuttle zum Bahnhof Fulda gefahren. Ankunft in Fulda **ca. 10.00 Uhr** (Bitte berücksichtigen Sie die Ankunftszeit in Fulda bei der **Bestellung Ihrer Rückfahrkarte**)

**Anreisetag:** Am Anreisetag werden Sie von unserem Empfangsteam begrüßt und von einem Mitarbeiter des Pflegedienstes auf Ihr Einzelzimmer begleitet. Die Aufnahmeuntersuchung und Festlegung des individuellen Therapieplans erfolgt nach Ihrer Anreise durch einen Stationsarzt und/oder Psychologen. Diese werden Sie als vertrauensvolle Partner während des Rehabilitationsaufenthaltes begleiten und Sie unterstützen, die gemeinsam erarbeiteten Ziele zu erreichen.

**Aufnahmefragebogen:** Den beigelegten gelben Aufnahmefragebogen bitte ausgefüllt am Anreisetag mitbringen.

**Antiallergie Bettwäsche:** Sie erhalten diese nach Bedarf bei der Hausdame.

---

## B

**Bügeleisen:** werden von der Rezeption zur Verfügung gestellt und können kostenfrei ausgeliehen werden.  
**Badetücher** sind für den Besuch des Schwimmbades und der Sauna und für die Anwendungen mitzubringen.

**Blaue Karte:** Teilen Sie uns auf der beiliegenden „Blauen Postkarte“ mit, wie Sie anreisen werden.

**Briefmarken:** an der Rezeption erhältlich.

---

## C

**Café:** in unserem Café können Sie täglich in gemütlicher Atmosphäre Kaffee und hausgemachten Kuchen genießen.

---

## E

**Elektrogeräte:** Aus Sicherheitsgründen (**vorbeugender Brandschutz**) ist der Betrieb von Heißwassergeräten, Bügeleisen, Tauchsiedern, Kerzen usw. in den Patientenzimmern nicht gestattet.

**Eigenanteil:** Der zu zahlende Eigenanteil kann in bar oder mit EC-Karte in Kombination mit Ihrer Geheimnummer in der Buchhaltung entrichtet werden.

**Einkaufsmöglichkeiten:** In Absprache mit den Mitarbeitern des Technischen Dienstes besteht die Möglichkeit, dass Sie mit dem Klinikbus für Besorgungen in die nächst gelegene Stadt gefahren werden können.

**Ernährung:** Wenn Sie unter Nahrungsmittelallergien/Ernährungsunverträglichkeiten leiden, bitte um Mitteilung vorab direkt an unsere Ernährungsberatung.  
Kontakt per Email unter [eb@vogelsbergklinik.de](mailto:eb@vogelsbergklinik.de)



### **GEK = Gütegemeinschaft Ernährungs-Kompetenz**

Die GEK Gütegemeinschaft Ernährungs-Kompetenz e.V. ist der Ansprechpartner für die Zertifizierung mit dem RAL Gütezeichen **Kompetenz richtig Essen**.

Eine gute Verpflegung stellt ebenso einen wichtigen Baustein in der Rehabilitation dar wie alle anderen angebotenen Therapien.

Diese Auszeichnung ist ein Garant für hochwertige Speisen- und Beratungsqualität.

**Unsere Klinik unterliegt der regelmäßigen Kontrolle durch die RAL-Gütegemeinschaft**

**Ernährungs-Kompetenz e.V.**

**Für weitere Informationen sprechen Sie die Ernährungsfachkräfte bitte an**

---

## F

**Fitnessraum** (MTT) kann in der Therapie und den Abendstunden nach Unterweisung genutzt werden.

**Fahrräder:** Fahrradverleih vor Ort. Sie können sich aber auch Ihr eigenes Fahrrad mitbringen (Unterstellmöglichkeit in der Klinik vorhanden, Fahrradschloss bitte mitbringen).

**Fön** nicht vergessen.

**Freizeit:** Für Ihre Freizeit bitte Bücher, Spiele etc. mitbringen.

Freizeitangebote:

- Sportangebote wie Aerobic, Fitness etc.
- Kreativangebote - Glasmalerei, Floristik, Fotofaltalben etc.
- Wanderungen In den Sommermonaten mit längeren Ausflugszielen

- Ausflugsfahrten
- Große Kinoabende
- Diavorträge
- Disco einmal im Monat
- Hauseigene Bibliothek mit über 2500 Büchern/Hörbüchern
- Zur aktiven Gestaltung eines Kulturabends oder „Offene Bühne“ bieten wir außerdem verschiedene Arbeitsgruppen ( AG`s) an:
- Theater AG
- Spiele AG

Wir würden uns freuen, wenn Sie an vielen Angeboten unseres Hauses aktiv teilnehmen und uns in der Durchführung der verschiedenen AGs mit eigenen Ideen und Vorschlägen unterstützen.

Sie können hierfür eigene Musik CDs und Tanzbeschreibungen, eigene Musikinstrumente, Sketche oder kleine Theaterstücke mit den verschiedensten dazu gehörenden Kostümen mitbringen.

Wenn Sie eine Digital - oder Videokamera haben und diese mitbringen, dann könnten Ihre Werke am Kulturabend eingebracht werden.

Ansprechpartner im Hause ist unsere Freizeitpädagogin Frau Bernadette Rühl.

E-mail: b.ruehl@vogelsbergklinik.de

**Fernsehgeräte** für gemeinschaftliche Nutzung stehen zur Verfügung, private Geräte sind nicht gestattet.

**Fundsachen:** Geben Sie bitte Fundsachen an der Rezeption ab. Haben Sie etwas verloren, sollten Sie bei unseren Mitarbeiterinnen an der Rezeption nachfragen.

## G

**Geldautomat:** Im Ort befindet sich ein Geldautomat der Volksbank

Öffnungszeiten der Volksbank Geschäftsstelle:

	vormittags	nachmittags
Montag	geschlossen	14.00 - 16.00
Dienstag	09.00 - 11.30	geschlossen
Mittwoch	geschlossen	geschlossen
Donnerstag	geschlossen	15.00 - 18.00
Freitag	geschlossen	14.00 - 16.00

**Gepäcktransport:** Für den Gepäcktransport stehen im Erdgeschoss Kofferwagen zur Verfügung. Gerne sind die Mitarbeiter des Technischen Dienstes beim Gepäcktransport behilflich.

**Getränke:** Zu den Mahlzeiten erhalten Sie im Speisesaal Getränke kostenfrei, Mineralwasser (Kiste) können Sie sich zusätzlich kaufen, d.h., an der Rezeption bestellen, diese wird Ihnen dann auf Ihr Zimmer gebracht. Einen Getränke- und Kaffeeautomaten finden Sie im 1. UG der Klinik in der Nähe des Speisesaales. Einzelne Flaschen Mineralwasser und Säfte können zu den Öffnungszeiten im Cafe gekauft werden.

## H

**Haustiere** dürfen nicht mitgebracht werden.

**Handtücher** für den täglichen Gebrauch werden von der Klinik in Ihrem Zimmer zur Verfügung gestellt. Für den Besuch des Schwimmbades und der Sauna und für die Anwendungen bitten wir Sie große Bade-/Handtücher mitzubringen.

**Hausordnung** liegt im Zimmer aus.

**Hilfsmittel:** Soweit Sie zuhause spezielle orthopädische Kopfkissen oder Hilfsmittel benötigen, sind diese mitzubringen

---

## I

**Infowand:** Veranstaltungshinweise und wichtige Mitteilungen finden Sie an den Info-Wänden und Säulen in der Eingangshalle der Klinik.

**Internet:** Sie finden einen öffentlichen Internet-Computer im Erdgeschoss, in der Nähe der Rezeption, den Sie gegen Entgelt nutzen können.

Sie haben die Möglichkeit, Ihr eigenes Notebook auf dem Zimmer zu nutzen. Bringen Sie hierfür ein analoges Modem (eingebaut od. extern, **Keine Fritzbox oder ähnliche DSL-Hardware**) sowie ein Telefonkabel (TAE) mit. Alternativ ist die Benutzung eines Surfsticks der Netze E-Plus und T-Mobile möglich, **nicht unterstützt werden die Netze z.B. O2 oder Vodafone.**

---

## K

### **Kleidung:**

- Badebekleidung, Bademantel, Badeschuhe, Badetücher für das Schwimmbad und Anwendungen
- Trainings- und Freizeitanzug, Turnschuhe mit hellen Sohlen
- Wetterfeste Kleidung, bequeme Schuhe zum Wandern
- Ausreichend Alltagskleidung, der Jahreszeit entsprechend, für den Aufenthalt im und außer Haus

**Koffer:** Um Koffer per Kurierdienst aufgeben zu können, benötigen Sie pro Gepäckstück einen Gepäckschein, den sie bei der Bestellung Ihrer Fahrkarte bei der DB oder im Reisebüro erhalten können. Bitte beachten Sie, dass Sie auch für die Rückfahrt Gepäckscheine benötigen und diese beim Kauf der Fahrkarte erhalten. Ohne Gepäckscheine werden keine Gepäckstücke befördert.

---

## M

**Medikamente:** Bitte alle aktuell ärztlich verordneten Medikamente für die erste Woche des Aufenthaltes mitbringen. Sie erhalten die verschreibungspflichtigen Medikamente durch uns, ggf. erhalten Sie Austauschpräparate

**Mobiltelefon:** Wir bitten Sie um Verständnis, wenn wir im Interesse von allen Patienten den Betrieb von Handys in den Therapiebereichen, im Café und dem Speisesaal grundsätzlich nicht gestatten können. Gute Erreichbarkeit haben Sie in den Netzen E-Plus, Base und D1 T-Mobile, nicht unterstützt werden die Netze O2, Vodafone D2.

**Musikraum:** Ist vorhanden, Sie können gerne Ihre eigenen Instrumente mitbringen.

**Münzen:** Bringen Sie ausreichend 50 Cent Stücke für die Nutzung von Waschmaschine, Trockner, Kaffeemaschine, Internet und Getränkeautomat mit.

---

## N

### **Nachsorge:** Web-basierte Reha-Nachsorge

Erfahrungsgemäß empfinden die meisten Patienten den Aufenthalt in der Klinik als sehr wohltuend und gewinnbringend. Der Übergang am Ende zurück in den Alltag fällt jedoch oft sehr schwer. Bei diesem Übergang wollen wir Sie unterstützen.

Mit der web-basierten Nachsorge bieten wir Ihnen ein Programm an, über das Sie nach der Reha 3 Monate lang von uns weiter begleitet und unterstützt werden. Unsere web-basierte Nachsorge bietet Ihnen die Chance, bei der Umsetzung von Veränderungen in Ihren Alltag unterstützt zu werden. Es handelt sich bei der Nachsorge nicht um Therapie, sondern um eine Unterstützung und Begleitung. Trotzdem schließt die Nachsorge unmittelbar an die Reha-Behandlung an und orientiert sich an Ihren therapeutischen Zielen und Inhalten.

Was bedeutet web-basiert?

Mit „web-basiert“ ist gemeint, dass die Betreuung über das Internet stattfindet. Auf einer speziellen, nur für die Teilnehmer und die Nachsorgetherapeuten zugänglichen Internet-Plattform stehen Sie 3 Monate lang mit Nachsorgetherapeuten aus der Klinik und Ihren Mitpatienten in Kontakt.

Die Voraussetzung für Ihre Teilnahme ist dementsprechend, dass Sie Zugang zu einem Computer mit Internetanschluss haben, an dem Sie pro Woche ca. 1 Std. ungestört arbeiten können. Die technischen Fertigkeiten im Umgang mit einem Computer sind dabei so gering wie möglich gehalten worden (vergleichbar mit dem Schreiben von E-Mails) und natürlich erhalten Sie von uns vor Ort in der Klinik eine ausführliche Einführung und auch technische Unterstützung über eine telefonische Hotline.

Bei auftretenden Krisen steht Ihnen darüber hinaus auch immer telefonisch ein Arzt oder Therapeut 24 Stunden am Tag zur Verfügung.

Kosten

Die Teilnahme an der Reha-Nachsorge ist für Sie völlig kostenfrei. Die webbasierte Reha-Nachsorge ist eine völlig neue Form des Unterstützungsangebotes, deren positiver Nutzen hier im Haus wissenschaftlich durch die Universität Lüneburg überprüft wurde.

Um Sie ausführlicher über die Reha-Nachsorge zu informieren, laden wir Sie ganz herzlich ein, an unserer wöchentlichen Informationsveranstaltung teilzunehmen.

**Nordic Walking-Stöcke** können ausgeliehen werden (gegen Gebühr), Sie können aber auch Ihre eigenen mitbringen.

---

## O

**Öffentliche Telefonzelle:** Die öffentliche Telefonzelle (Münzsprecher) befindet sich vor dem Klinikgebäude.

---

## P

**Post:** Stellen Sie ggf. einen Nachsendeantrag bei Ihrem zuständigen Postamt für Ihre Post.

Die nächste Poststelle und Postbank befindet sich in der Gemeinde Grebenhain. (ca.4 Km)

Sie können aber Ihre Briefe in dem an der Rezeption sich befindenden Briefkasten einwerfen. (Wird täglich geleert) Briefmarken können Sie an der Rezeption erwerben. Auch die Aufgabe von Päckchen und Paketen sind an der Rezeption möglich.

**Parkplatz:** Der öffentliche, nicht bewachte Parkplatz für Patienten und Besucher befindet sich in der Nähe der Vogelsbergklinik an der Ortsdurchgangsstraße, ca. 500 Meter von der Klinik zu Fuß entfernt.

Für das Be- und Entladen Ihrer Koffer steht direkt am Haupteingang ein Parkplatz zur Verfügung.

**Patientenaufnahmefragebogen:** Den beigefügten Patientenfragebogen bitte ausgefüllt am Anreisetag mitbringen und im Aufnahmegespräch den Pflegekräften aushändigen.

---

## R

**Radiogeräte:** Radiogeräte und CD-Spieler sind auf den Zimmern nicht vorhanden, können aber von Ihnen gerne mitgebracht werden.

**Rauchen** ist in der gesamten Klinik nicht gestattet, genutzt werden können die dafür vorhandenen ausgewiesenen Raucherplätze außerhalb der Klinik.

**Reisefähigkeitsbescheinigung** bitte ausgefüllt am Anreisetag mitbringen. (Vordruck der Deutschen Rentenversicherung Bund)

**Reisekostenerstattung** für DRV Patienten im Patientensekretariat.

**Rezeption:** Unsere Rezeption ist von Sonntag bis Donnerstag bis 23.00 Uhr und Freitag bis Samstag bis 24.00 Uhr .besetzt.

---

## S

**Sauna/Schwimmbad/Solarium** können auch außerhalb der Therapiezeiten genutzt werden. Die Öffnungszeiten sind vor Ort ersichtlich.

**Schuhputzmaschine:** Zur Reinigung und Pflege Ihrer Schuhe steht im Untergeschoss eine Schuhputzmaschine zur Verfügung.

---

## T

**Trockner** vorhanden, kann gegen Entgelt genutzt werden.

**Telefon:** In Ihrem Patientenzimmer befindet sich ein Telefon mit Durchwahrmöglichkeit. Wenn Sie telefonieren möchten, müssen Sie den Apparat zuerst an der Rezeption frei schalten lassen (Freischaltung gegen Gebühr).

---

## Ü

**Übergangsgeld:** Trägt ein Rentenversicherungsträger die Kosten der Heilmaßnahme, legen Sie unbedingt kurz vor Ihrer Aufnahme dem Arbeitgeber, dem Arbeitsamt oder Krankenkasse die Regellohnbescheinigung zum Ausfüllen vor, damit Ihnen vom Rentenversicherungsträger das Übergangsgeld rechtzeitig ausgezahlt werden kann.

**Übernachtung für Angehörige:** Für Ihren Besuch können Sie in unserer Klinik Zimmer reservieren, wenn Zimmer frei sind. (Übernachtung mit Frühstück). Gerne können Sie auch die im Ort ansässigen Pensionen nutzen. Nähere Auskünfte und Gastgeberverzeichnisse erhalten Sie an der Rezeption.

---

## V

**Vorbefunde:** unbedingt mitzubringen sind aktuelle medizinische Unterlagen, soweit vorhanden Röntgenbilder, EKG- Aufzeichnungen, Berichte von Ihrem behandelnden Arzt.

**Versichertenkarte:** Bitte denken Sie daran, die Versichertenkarte Ihrer Krankenkasse für etwaige fach- bzw. zahnärztliche Behandlungen außerhalb unserer Klinik mitzubringen. Sollten Sie bereits für das Quartal, in das Ihr Klinik- bzw. Rehabilitationsaufenthalt fällt, die Praxisgebühr entrichtet haben, so bringen Sie bitte den Beleg mit.

---

## W

**Wertsachen** und größere Geldbeträge bitte zu Hause lassen, da wir hierfür keine Haftung übernehmen. (Geldautomat im Ort von der Volksbank ist vorhanden).

**Waschmaschinen** sind vorhanden und können gegen Entgelt genutzt werden.

**Waschpulver** wird von der Klinik gestellt.

**Wecker** nicht vergessen.

**Wolldecke**, bzw. großes Badetuch kann mitgebracht werden (für Anwendungen im Therapiebereich).

---

## Z

**Zeitschriften/Kioskbedarf** können Sie während der Öffnungszeiten an der Rezeption erwerben.

Ihr **Zimmer** steht am Anreisetag ab 11.00 Uhr zur Verfügung, am Abreisetag bis 08.30 Uhr.