

# T-RENA

## DAS TRAININGSTHERAPEUTISCHE REHA-NACHSORGEPROGRAMM DER DEUTSCHEN RENTENVERSICHERUNG

### Wann kommt T-RENA in Betracht?

- bei Funktionseinschränkung am Haltungs- und Bewegungsapparat
- wenn trainingstherapeutische Leistungen bereits während der medizinischen Reha mit Erfolg eingesetzt wurden
- wenn die körperliche Leistungs- und Belastungsfähigkeit nach der Reha weiter gesteigert werden soll

### Dauer und Ablauf

- Beginn innerhalb von 4 Wochen (spätestens 6 Wochen) nach der Reha
- 26 Trainingstermine (zzgl. eines individuellen Einweisungstrainings) in einer offenen Gruppe
- 1-2 Termine à 60 min pro Woche



## INFORMATION

Unsere Mitarbeiter stehen Ihnen bei Fragen gerne zur Verfügung. Kontaktieren Sie uns bitte per E-Mail: [info@erz-eschweiler.de](mailto:info@erz-eschweiler.de)



## KONTAKT

### EuregioRehaZentrum gGmbH

am St.-Antonius-Hospital

Ärztlicher Leiter: Markus Schlächter

Leitung Kardiologische Reha: Dr. med. Andreas Niedeggen

Englerthstraße 49

52249 Eschweiler

#### Sekretariat Kardiologie

Tel.: 02403-76-1735, Fax: 02403-76-1745

#### Sekretariat Orthopädie

Tel.: 02403-76-1701, Fax: 02403-76-1708

#### Rezeption Heilmittel

Tel.: 02403-1703

E-Mail: [info@erz-eschweiler.de](mailto:info@erz-eschweiler.de)

## SO ERREICHEN SIE UNS



Weitere Informationen erhalten Sie unter:

[www.erz-eschweiler.de](http://www.erz-eschweiler.de)

# EUREGIO

# REHAZENTRUM

## T-RENA und IRENA

### PATIENTENINFORMATION

## TRAININGSTHERAPEUTISCHE REHA-NACHSORGE

und

## INTENSIVIERTE REHA-NACHSORGE DER RENTENVERSICHERUNG



# IRENA

## DAS INTENSIVIERTE REHA-NACHSORGE-PROGRAMM DER DEUTSCHEN RENTENVERSICHERUNG

### Mehr als Reha-Sport oder Fitness-Studio

IRENA kommt für Sie in Betracht, wenn Sie nach der Reha noch Probleme in mehreren Bereichen haben. Das ganzheitliche Nachsorgeangebot zielt auf die Stabilisierung Ihrer Erwerbsfähigkeit ab.

### Wer kann teilnehmen?

IRENA kann sowohl berufsbegleitend als auch bei noch anhaltender Berufsunfähigkeit durchgeführt werden. Das Programm gilt für alle Versicherten der Deutschen Rentenversicherung im Anschluss an die Reha.

### Antragstellung

Das IRENA-Programm wird von Ihrer Reha- Einrichtung eingeleitet, daher sprechen Sie gleich mit Ihrem Reha-Arzt über eine Verordnung der Teilnahme am IRENA-Programm.



## THERAPIE

Vor Therapiebeginn erfolgt ein fachärztliches Aufnahmegespräch und Therapieplanung.

### Die Therapiebausteine wählen wir mit Ihnen aus:

- Ergometertraining mit EKG- und Blutdruckmonitoring
- Gymnastik-Koordination
- Muskuläres Aufbautraining
- Entspannungstraining

Am Ende erfolgt ein Abschlussgespräch mit dem Facharzt.



## DAUER UND ABLAUF

- 24 Behandlungstermine
- 1-2 Termine à 90 min pro Woche
- Montag , Mittwoch und Donnerstag 15.00 - 18.30 Uhr (nach Vereinbarung)
- Antritt spätestens 3 Monate nach Reha-Ende

### Abbruch:

- Regelmäßige Teilnahme ist für den Erfolg sehr wichtig. Deshalb führt mehrfaches unentschuldigtes Fehlen zum Abbruch.

### Ende:

- Regulär: spätestens nach 12 Monaten nach Reha-Ende
- Abbruch nach Unterbrechung von 4 bis max. 6 Wochen



## AUFNAHME

### Aufnahmegespräch mit dem Kardiologen

Jeden Montag von 15.00 - 16.30 Uhr

### Aufnahmegespräch mit Orthopäden

Nach Absprache

### Bitte bringen Sie Folgendes mit:

- Reha-Entlassbrief
- Versichertenkarte der Krankenkasse
- Ihren Terminplaner
- Pfandgeld für Schlüssel