

Checkliste

Wir wollen, dass Sie sich vom ersten bis zum letzten Tag bei uns wohl fühlen. Wichtig dafür: Sie sollten sich gut auf den Aufenthalt in der Klinik am Park vorbereiten und alle notwendigen Kleidungsstücke, Hilfsmittel, Medikamente und Dokumente mitbringen – unsere Checkliste hilft Ihnen dabei.

Was Sie rechtzeitig vorher erledigen sollten

- Informieren Sie Ihren Arbeitgeber frühzeitig über den Beginn Ihrer Rehabilitation.
- Lassen Sie sich bitte von Ihrem Arzt alle wesentlichen Befundunterlagen, auch Röntgenbilder und CT-Aufnahmen der letzten 24 Monate, aushändigen und bringen Sie alle Medikamente mit, die Ihnen zur Zeit verordnet sind.
- Nur wenn Sie die Erklärung über Ihr Beschäftigungsverhältnis erhalten haben: Bitte schicken Sie diese sofort ausgefüllt an die Deutsche Rentenversicherung Hessen zurück – wichtig für die eventuelle Gewährung von Übergangsgeld.

Das sollte Ihr Reisegepäck enthalten

Grundsätzliches

- Hausschuhe
- Wecker
- Unterwäsche
- Nachtwäsche
- Warme Kleidung für kühle Tage
- Regenschirm, Regenjacke, Anorak
- Toilettenartikel und Haartrockner
- Bademantel
- In der Klinik stehen Waschmaschine und Trockner (Münzbetrieb) für Patienten zur Verfügung
- Wäschepaket wird gestellt und regelmäßig gewechselt
(2 kleinere und ein großes Handtuch 1 x Woche / Bettwäsche in der 2. Woche des Aufenthaltes)

Sportbekleidung

- Badeanzug bzw. Badehose, Badeschuhe und Badetuch
- Sportbekleidung
- Jogginganzug
- 2x Sportschuhe (1 Paar mit heller Sohle für die Halle, 1 Paar für Aktivitäten im Freien)
- Rucksack für den Transport Ihrer Bedarfsartikel

Medikamente, Papiere und Ausrüstung

- Alle Medikamente, die Sie aktuell benötigen – wichtig für die ersten Tage
- Orthopädische Lagerungshilfen (z. B. spez. Kissen, die Sie zu Hause nutzen)
- Röntgen-, Impf- und Allergiepass
- Krankenkassenkarte

Zusätzlich bei bekannten Stoffwechselstörungen

- Z. B. Diabetikerausweis
- Injektionshilfen bei Insulinpflichtigkeit (Pen, Nadeln, Pumpe, Infusionssets)
- Blutzuckermessgerät inkl. der dafür vorgesehenen Teststreifen und Stechhilfen

Falls Sie ein eigenes Fahrrad mitbringen, steht Ihnen ein verschlossener Abstellplatz zur Verfügung. Bitte denken Sie an Ihren eigenen Fahrradhelm. Gerne können Sie auch eigene Sportgeräte, wie zum Beispiel Nordic Walking Stöcke, mitbringen.

Daran sollten Sie am Anreisetag denken

Wir erwarten Ihre Ankunft bis 10 Uhr - wenn Sie nicht rechtzeitig eintreffen können, informieren Sie uns bitte unter der Telefonnummer: 06124 517-0.

Wir empfehlen Ihnen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Wenn Sie am Busbahnhof in Bad Schwalbach eintreffen, können wir Sie mit unserem Klinikbus dort abholen. Wenn Sie diesen Service in Anspruch nehmen möchten, informieren Sie uns bitte rechtzeitig über die oben angegebene Telefonnummer (ein bis zwei Werktage vor Anreise). RehabilitandInnen können mit Voranmeldung am Busbahnhof bis 12:30 Uhr abgeholt werden.

Wenn Sie mit dem Auto anreisen, benötigen wir die Angabe der Fahrstrecke in Kilometern. Bitte beachten Sie, Parkmöglichkeiten können nicht garantiert werden.

Beurlaubungen

Beurlaubungen sind während der Rehabilitationsleistung nur aus dringenden Gründen möglich.

Elektrogeräte

Das Aufstellen eigener Elektrogeräte, wie z. B. Tauchsieder, Wasserkocher, Kaffeemaschine etc., ist nicht gestattet.

Gut zu wissen

Besuchszeiten

Besuche von Angehörigen und Freunden sind grundsätzlich möglich. Bitte informieren Sie sich über die aktuellen Besuchszeiten.

Nachtruhe

Nachtruhe ist in der Zeit von 22:30 bis 6 Uhr. Die Eingangstüren sind in dieser Zeit verschlossen.

Meinung

Ihre Meinung ist uns wichtig. Am Ende Ihres Aufenthaltes haben Sie die Möglichkeit, an einer anonymen Befragung zur Zufriedenheit teilzunehmen.

Rauchen

Eine Reha ist eine gute Gelegenheit, mit dem Rauchen aufzuhören. In der Klinik und auf dem Klinikgelände ist das Rauchen außerhalb der ausgewiesenen Zone verboten.

Getränke

In der Klinik am Park stehen Ihnen kostenfrei Tafelwasseranlagen zur Verfügung. PET-Flaschen zum Abfüllen können Sie in der Cafeteria erwerben.