

APR Graz

Ambulante Psychosoziale Rehabilitation Graz



pro mente | reha



Die Ambulante Psychosoziale Rehabilitation (APR) Graz bietet medizinisch-psychiatrische Rehabilitation.

Trotz der Notwendigkeit und dem Bedürfnis nach Unterstützung bei psychischen Erkrankungen, können viele Menschen aus diversen Gründen keine stationäre Rehabilitation in Anspruch nehmen. Dem wirkt die APR – Ambulante Psychosoziale Rehabilitation mit ihrem ambulanten medizinisch-psychiatrischen Angebot entgegen.

Die Entwicklung chronischer Krankheitsverläufe kann die Arbeitsfähigkeit der Betroffenen anhaltend beeinträchtigen. Oft führt das zum Verlust des Arbeitsplatzes oder zu Frühpensionierung. Für betroffene Menschen sind die negativen Folgen daraus vielfältig. Ambulante medizinisch-psychiatrische Rehabilitation soll dazu beigetragen, auch die berufliche Situation der Betroffenen langfristig zu verbessern. Dazu haben wir unter anderem das Programm ZAZO zur Förderung beruflicher Motivation integriert.

Ermöglicht durch ein engagiertes Team aus verschiedensten Berufen, bieten wir ein breites Spektrum an abgestimmten Rehabilitations-Maßnahmen. Ihre Gesundheit und Lebensqualität zu verbessern, steht bei uns im Mittelpunkt.



Ziele der Rehabilitation

- Teilhabe an allen wichtigen Lebensbereichen
- Krankheitsbewältigung, Wissen über die Krankheit und deren Behandlung erlangen
- Erhalt der Erwerbsfähigkeit
- Eigene Fähigkeiten und Ressourcen stärken
- Zukunftsperspektiven entwickeln
- Beziehungen verbessern
- Konflikte besser lösen können
- eigene Grenzen erkennen und einhalten



Zielgruppe & Aufnahme

- Personen mit anhaltenden oder chronischen psychischen Einschränkungen
- Personen, die nach einem Krankenhausaufenthalt noch nicht ausreichend stabilisiert sind (Anschlussheilverfahren)
- Personen, die nach akuten psychiatrischen Erkrankungen eine intensive Nachbehandlung benötigen
- Personen mit langen oder gehäuften Krankenständen
- Personen mit eingeschränkter Leistungsfähigkeit
- Personen mit möglicher vorzeitiger Pensionierung aufgrund psychiatrischer Krankheiten

Die Zuweisung erfolgt über einen Rehabilitationsantrag und wird von Allgemeinmediziner*innen, Fachärzt*innen oder stationären Einrichtungen gestellt. Auch Versicherungen können eine ambulante Rehabilitation empfehlen.



Unser Reha Angebot

Wir bieten eine Phase 2- und eine Phase 3-Rehabilitation an. In beiden Phasen liegt der Schwerpunkt auf der therapeutischen Gruppe und den Möglichkeiten, die dadurch entstehen.

Das Programm der **Phase 2** bietet ein gemischtes Angebot an Einzel- und Gruppentherapien. Dieses beinhaltet fachärztliche Betreuung, Gesundheits- und Krankenpflege, Psychotherapie und Psychologie, Ergo- und Kreativtherapie, Bewegung und Sozialarbeit, Ernährungsberatung und gegebenenfalls Physiotherapie.

Das verpflichtende Therapieprogramm erfolgt wochentags ganztägig zu wechselnden Zeiten. Das Wochenende und die Feiertage sind therapiefrei.

Die **Phase 3** umfasst ein mehrmonatiges Programm. Durch die am Nachmittag stattfindenden Gruppentherapien kann die Reha berufsbegleitend in Anspruch genommen werden. Angeboten werden Psychotherapie, Ergotherapie und Sozialarbeit, sowie Informationsgruppen in wechselndem Rhythmus. Alle zwei Wochen finden zudem Einzelgespräche statt und monatlich ärztliche Visiten, letztere bei Bedarf auch öfter.



Rehabilitation im gewohnten Umfeld

Am Abend kehren die Patient*innen in ihre gewohnte Umgebung zurück.

Das setzt ein gewisses Maß an Selbstorganisation voraus und bietet gleichzeitig die Möglichkeit, neue Lernerfahrungen und Impulse unter therapeutischer Begleitung umzusetzen.

Eine bereits bestehende Medikation wird von Fachärzt*innen betreut und eventuell angepasst. Wir bitten die Patient*innen, ihre Medikamente zuhause einzunehmen bzw. Mittags-Medikamente mitzubringen, da es uns nicht möglich ist, Rezepte auszustellen.

Miteinander statt allein

Angehörige können eine wichtige Rolle im psychischen Befinden und in der Gesundung für Patient*innen einnehmen. Auf Wunsch können während der ambulanten Rehabilitation die Angehörigen verstärkt einbezogen werden.

Therapeutisches Angebot

Ärztliche Behandlung

Neben Erstellung der Diagnose und Medikation, werden unsere Patient*innen während des Aufenthalts von Fachärzt*innen – auch in regelmäßigen Visiten – begleitet.

Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflege

Der Bereich Pflege ist in alle medizinischen Abläufe der Rehabilitation integriert. Der Wiederaufbau und Erhalt von Beziehungen stehen im Zentrum des Bemühens.

Psychotherapie

Die Gruppentherapie findet Themen-offen (Basisgruppe), aber auch -spezifisch (Gruppen für Entspannung und Achtsamkeit, Stressmanagement, Förderung von sozialen Kompetenzen und Selbstwert, Resilienztraining) statt. Zudem gibt es wöchentliche Einzelgespräche.

Störungsspezifische Gruppenangebote sind bei Bedarf möglich (Skillstraining, multimodale Schmerztherapie, Umgang mit Angst- und Zwangsstörungen, Förderung beruflicher Motivation).

Ergotherapie & Kreativtherapie

Im Vordergrund stehen dabei Arbeitsgrundfähigkeiten, wie zum Beispiel die Planung und Durchführung von Tätigkeiten, Zeitmanagement, Ausdauer, Genauigkeit aber auch gestalterische und kreative Fähigkeiten.

Diätologie

Neben einer Gruppeninformation zu ausgewogener Ernährung oder entsprechenden Diäten erhalten die Patient*innen auf Wunsch auch individuelle Beratung zu ihrer Ernährung.



Klinisch-Psychologische Behandlung

Neben diagnostischen Leistungen bieten Psycholog*innen Themengruppen, Biofeedback, Raucherberatung etc. an.

Physiotherapie und Sport

Alle Bewegungsangebote werden von Physiotherapeut*innen und Sportwissenschaftler*innen angeleitet und begleitet. Im Vordergrund steht wieder in Bewegung zu kommen und dies auch aktiv in den Alltag einzubauen.

Sozialarbeit

Sozialarbeiter*innen versuchen Kommunikation zu ermöglichen, erarbeiten neue Perspektiven und ermöglichen unseren Patient*innen den Zugang zu Hilfestellungen.



Antrag

Bitte verwenden Sie das Formular der Sozialversicherung mit der Bezeichnung „Antrag auf Rehabilitations-, Kur- bzw. Erholungsaufenthalt.“ Dieses finden Sie auf unserer Website www.promente-reha.at

Wenn Ihr Antrag vom Pensionsversicherungsträger bewilligt wurde, wird von unserer Seite Kontakt mit den Patient*innen aufgenommen. In unklaren Situationen bieten wir vor Antragsstellung auch ein Vorgespräch an, um abzuklären, ob unser Angebot für Sie passt. Zudem sind Besichtigungen der Einrichtung auf Anfrage möglich.

Kosten

Es gibt keinen Selbstbehalt, aber auch keine Fahrtkostenvergütung. Das Mittagessen wird von der Einrichtung kostenfrei gestellt. Selbstfinanzierte Aufenthalte sind möglich.

Unsere Gesundheitseinrichtungen

Sonnenpark Bad Hall - Zentrum für psychosoziale Gesundheit

Parkstraße 14, 4540 Bad Hall

T +43 7258 29 592

F +43 7258 29 592 55

badhall@promente-reha.at

promente-reha.at

Sonnenpark Neusiedlersee - Zentrum für psychosoziale Gesundheit

Mörbischer Straße 5, 7071 Rust

T +43 2685 21 500

F +43 2685 21 500 599

neusiedlersee@promente-reha.at

promente-reha.at

Sonnenpark Lans - Zentrum für psychosoziale Gesundheit

Am Winkl 247, 6072 Lans

T +43 512 37 99 99

F +43 512 37 99 99 100

lans@promente-reha.at

promente-reha.at

Rehaklinik Sonnberg St. Veit

St. Weiterstraße 53, 5621 St. Veit im Pongau

T +43 6415 7201 42501

F +43 6415 7201 42506

sonnberg-rehaklinik@salk.at

promente-reha.at

salk.at

APR - Ambulante Psychosoziale Rehabilitation Salzburg

Imbergstraße 31A, 5020 Salzburg

T +43 662 876 333

F +43 662 876 333 55

salzburg@promente-reha.at

promente-reha.at

APR - Ambulante Psychosoziale Rehabilitation Graz

Klosterwiesgasse 105a, 8010 Graz

T +43 316 258 600

F +43 316 258 600 99

graz@promente-reha.at

promente-reha.at

MIA - Miteinander Auszeit

Ein präventives Angebot zur Stärkung der psychischen Gesundheit

Parkstraße 5, 4540 Bad Hall

T +43 7258 50 940

F +43 7258 50 940 55

mia@promente-reha.at

promente-reha.at

Impressum

pro mente Reha GmbH, Lonstorferplatz 1, 4020 Linz

Design & Satz: Stefan Stockinger

Fotos Cover: Sunflower Light Pro; Innenteil: Maria Hollunder

Copyright ©2023 by pro mente Reha GmbH

