



Rehabilitation

## Einzel- und Gruppentherapie

In der **Einzeltherapie** gehen wir gezielt auf individuelle Probleme ein und besprechen gemeinsam Strategien zu Veränderungen.

Im **lösungsorientierten Gruppentraining** sind Sie gefordert, aktiv eine Lösung, eine Orientierung oder ein Ziel zu suchen.

## Sie haben noch Fragen?

Gerne sind wir für Sie da.

Ihr Ergotherapeuten-Team  
Mittelrhein-Klinik  
Salzbornstraße 14  
56154 Boppard-Bad Salzig

Telefon: 06742 608-0  
E-Mail: [mittelrhein-klinik@drv-rlp.de](mailto:mittelrhein-klinik@drv-rlp.de)

 [www.mittelrhein-klinik.de](http://www.mittelrhein-klinik.de)

## Über die Mittelrhein-Klinik in Bad Salzig

Wir sind eine von vier Reha-Kliniken der Deutschen Rentenversicherung Rheinland-Pfalz und haben uns auf die psychosomatische Rehabilitation spezialisiert.

Die Mittelrhein-Klinik liegt in Bad Salzig, einem Ortsteil von Boppard, mitten im Weltkulturerbe Oberes Mittelrheintal mit vielen Sehenswürdigkeiten und großem Freizeitangebot.

Wir setzen bei der Behandlung unserer Patienten auf ein ganzheitliches Therapiekonzept. Denn eine Krankheit hat nicht nur medizinische, sondern immer auch psychologische, berufliche und soziale Aspekte.

### Impressum

Herausgeber:  
Mittelrhein-Klinik  
Eine Klinik der Deutschen Rentenversicherung  
Rheinland-Pfalz  
Eichendorffstraße 4 - 6, 67346 Speyer

Nr. RLP 2003  
Stand: Oktober 2019

Ergotherapie

→ Den Alltag wieder selbstständig meistern



## Ihr Ziel: Den Alltag selbstständig meistern

In der Ergotherapie dreht sich alles darum, Sie auf Ihren Alltag vorzubereiten. Wichtigstes Ziel ist, dass Sie bald wieder die täglichen Aufgaben, die Beruf und Familie an Sie stellen, selbstständig meistern können.

Dazu setzen wir auf vielfältige Therapieangebote - vom handwerklichen Arbeiten über Sensibilitäts- und Gleichgewichtsübungen bis hin zum Hirnleistungstraining.

Mit diesem ganzheitlichen Ansatz können wir viele Ihrer Fähigkeiten fördern und Ihnen auf Ihrem Weg zurück in Alltag und Beruf helfen.



Andrea Petersohn,  
Bereichleiterin  
Ergotherapie:

„Tu es oder tu es nicht, es hängt ganz allein von Dir ab.“

Das Team  
der Ergotherapie  
unterstützt Sie.

## Hand-Werk: Mit den Händen arbeiten

In diesem Teilgebiet der Ergotherapie arbeiten Sie mit unterschiedlichen handwerklichen Techniken. Sie bearbeiten verschiedene Materialien und können Werkstücke auch frei gestalten. Beispielsweise flechten wir Körbe aus Peddigrohr, nähen und bemalen Stoff, gestalten Mosaik und Bilder mit Serviettentechnik und arbeiten mit Holz.

So trainieren Sie Ihre Planungskompetenz, stärken Ihren Antrieb, die Motivation, Ihre Ausdauer, die Geduld und Kreativität und lernen, Ihren Tag und Ihre Arbeitsweise besser zu strukturieren.

## Sensibilität trainieren

Durch das Wahrnehmen verschiedener Reize wie Temperaturen, Druck, Berührung, Oberflächenstrukturen und Formen über die Haut schulen Sie Ihre Sensibilität. So verbessern sich Ihre feinmotorischen Bewegungen und die kognitive Wahrnehmung.

Das Erfühlen verschiedener Materialien wirkt auch entspannend oder aktivierend. Probieren Sie es aus.

## Besser im Gleichgewicht sein

Gezielte Übungen fördern den Gleichgewichtssinn. Außerdem verbessern Sie mit dem Gleichgewichtstraining Ihre Tiefensensibilität, die Haltungsmuskulatur und Ihre Koordination.

Arbeiten Sie mit uns gemeinsam an Ihrer Körperwahrnehmung. So beugen Sie auch Stürzen vor und verbessern aktiv Ihre Körperhaltung.

## Nicht nur Körper, sondern auch Geist fordern

Mit dem Hirnleistungstraining steigern wir gemeinsam Ihre Aufmerksamkeit, Ihr Gedächtnis und die Geschwindigkeit, in der Sie Informationen verarbeiten können. Gleichzeitig wirken die meisten sprachlichen Übungen mit Wörtern und Texten auch positiv auf Ihr Abstraktionsvermögen und auf das logische Denken.

## Besondere Angebote für besondere Menschen

**Menschen mit AD(H)S** haben viele Stärken und sind oft außergewöhnlich kreativ. Erkennen Sie Ihre eigenen Stärken und lernen Sie, positiver mit möglichen Handicaps umzugehen.

Im AD(H)S-Gruppentraining erlernen Sie Strategien, die Ihnen den Alltag erleichtern, und Sie können sich mit anderen Betroffenen austauschen.

**Menschen mit Depressionen** entwickeln in ihrer eigenen Gruppe ohne Druck Mut und Zuversicht und entdecken neue Seiten an sich.

Nutzen Sie die Chance und helfen Sie sich gegenseitig, tauschen Sie sich untereinander aus und gehen Sie aufeinander zu.