

Aktionstag zum Thema „Reha-Sport“

AM SONNTAG, DEN 19.05.2019, 10:30 bis 15:00 Uhr

Mensa der Wolfgang-Borchert-Gesamtschule

Zufahrt über Otto-Burrmeister-Allee, der Parkplatz ist gegenüber vom Haus Nr. 24

10:30 Uhr Eröffnung

10:45 Uhr Bewegter Vortrag Atemtherapie - „Fit in den Sommer“

Themenschwerpunkt ist „Lungensport“ – dieser hat sich als nichtmedikamentöse Therapiemaßnahme in den Behandlungskonzepten von Atemwegs- und Lungenkrankheiten etabliert.

Welche Herausforderungen erwarten Lungenerkrankte in der warmen Jahreszeit?

Referentin: Bärbel Tornero

13:15 Uhr Grundlegende Informationen zum Rehabilitationssport

Für die verschiedensten Formen von Erkrankungen ist Bewegung das „Mittel der Wahl“, die individuelle Belastbarkeit zu stabilisieren und verlorengegangene Lebensqualität wiederzugewinnen.

- Was ist zu beachten?
- Welche Ziele sollen erreicht werden?
- Wie ist der Rehasport organisiert?
- Welche Reha-Sport-Angebote gibt es in Recklinghausen und Umgebung - z.B. Diabetes, Herzsport, Krebsnachsorge, Lungensport, Orthopädie ...

13:45 Uhr Informationen zu Ausbildungen und Fortbildungsangeboten im Reha-Sport

Hier können sich interessierte Übungsleitungen und auch die, die es werden wollen über die Aus- bzw.- Fortbildungsangebote im Reha-Sport informieren.

Eintritt frei!