

TROCKENGYMNASTIK

BETZIGERODE

DGH Betzigerode, Eichwaldstraße
mit der Zeitumstellung, montags:

Sommer: 16:00 - 17:00 Uhr

Winter: 15:00 - 16:00 Uhr

Gruppenleitung:

Monika Pohlmann, T.: 05621 1659

BAD WILDUNGEN

MEDICLIN Kliniken Bad Wildungen,
Ziergartenstraße 9,

Montag, 17:00 - 17:45 Uhr

Gruppenleitung:

Elli Dehnert, T.: 01784719695

Elke Faust, T.: 01621699132

FRITZLAR

Friedrich-Ebert-Schule, Im Schladenweg 41

Grp 1 Dienstag, 16:00 - 17:00 Uhr

Grp 2 Dienstag, 17:00 - 18:00 Uhr

Gruppenleitung:

Patricia Gerhardt, T.: 05603 918686

Ursula Bellinger, T.: 05622 3227

FELSBERG

Kleine Sporthalle, Untere Birkenallee

Mittwoch, 10:00 - 11:00 Uhr

Gruppenleitung:

Karin Naß, T.: 017642730721

WASSERGYMNASTIK

BAD ZWESTEN

Löwenbad im Kurhaus, Hardtstraße 7

Grp W Mittwoch, 17:00 - 18:00 Uhr

Gruppenleitung:

Sonia Komnick, T.: 01725679438

BAD WILDUNGEN

MEDICLIN Kliniken Bad Wildungen,
Ziergartenstraße 9

Grp W1 Mittwoch, 17:00 - 17:45 Uhr gr. Becken

Grp W2 Mittwoch, 17:00 - 17:45 Uhr kl. Becken

Gruppenleitung:

Elli Dehnert, T.: 01784719695

Die **Osteoporose** ist eine **schleichende Knochenerkrankung**. Sie baut im ganzen Skelett Knochensubstanz ab und verändert die Struktur der Knochen: Sie werden porös, instabil und laufen Gefahr, bei geringer Belastung oder sogar ohne erkennbare Ursache zu brechen. Der landläufige Ausdruck **«Knochenschwund»** bringt das kaum zum Ausdruck.

**«Erhöhte Knochenbrüchigkeit»
ist zutreffender.**

In Deutschland leiden rund **sechs Millionen Menschen** an Osteoporose. Davon sind 20% Männer.

Mitgliedschaft

„Gemeinsam sind wir stark“,
„Miteinander – füreinander“

1994, die Osteoporose war noch nicht als Krankheit anerkannt <die Behandlung musste selbst gezahlt werden> gründeten Betroffene die OSTEOPOROSE Selbsthilfegruppe Frankenberg und Umgebung e.V.. Seit März 1995 sind wir ein eingetragener Verein, gemeinnützig und von den Kassen als Leistungserbringer anerkannt.

Die Solidargemeinschaft der Mitglieder ist die Gewähr, dass wir alle unsere Aufgaben erfüllen können.

**Der Jahresbeitrag beträgt 50.- EUR.
Kann steuerlich eingesetzt werden.**

Vereinssitz:

Rosenweg 43, 35066 Frankenberg (Eder)

Vorsitzender: Manfred Weider

Tel.: 06451 8814, m.: 01701436847,

E-Mail: info@osteoporose-nordhessen.de

Die OSTEOPOROSE Selbsthilfegruppe Frankenberg und Umgebung e.V. (OSHG) ist gemäß dem Freistellungsbescheid des Finanzamtes Korbach - Frankenberg (Eder) nach § 5 Abs. 1 Nr. 9 KStG von der Körperschaftsteuer befreit.

Konto: Sparkasse Waldeck-Frankenberg

IBAN: DE19 5235 0005 0005 0263 72



OSTEOPOROSE Selbsthilfegruppe Frankenberg und Umgebung e.V.

www.osteoporose-nordhessen.de

DIAGNOSE: OSTEOPOROSE

+++

Chronisches
Schmerzsyndrom (CS)

+++

Kollagenosen

+++

Morbus-Bechterew

+++

Polyarthrosen

+++

Psoriasis-Arthritis



**Osteoporose - mehr wissen,
mehr verstehen:**

<https://www.osd-ev.org/>

Diagnose: OSTEOPOROSE

Bei Ihnen wurde Osteoporose festgestellt und die Teilnahme an einem Funktionstraining empfohlen, damit durch entsprechende Übungen, Ihre Beweglichkeit erhalten bleibt bzw. verbessert wird.

Dann sind Sie bei uns richtig:

Die OSTEOPOROSE Selbsthilfegruppe Frankenberg und Umgebung e.V. bietet regelmäßiges **Funktionstraining** an: *eine funktionelle Bewegungstherapie mit Mitteln der Krankengymnastik und oder Ergotherapie*, um durch regelmäßiges Training wichtige Funktionen zu erhalten, Funktionsstörungen zu verbessern oder zu beseitigen sowie Funktionsverluste einzelner Körperteile oder Organsysteme zu verlangsamen.

Patienten mit anderen bewegungseinschränkenden Krankheiten können ebenfalls an dem Training teilnehmen.

Beweglichkeit erhalten, verbessern!

Der Weg zur Teilnahme am Funktionstraining:

Voraussetzung ist eine ärztliche Verordnung.

Kassenpatienten

1. Ärztin/ Arzt diagnostiziert „Osteoporose“, rät zur Teilnahme am Funktionstraining.
2. Ärztin/ Arzt stellt die Verordnung aus mit „Antrag auf Kostenübernahme für Funktionstraining {F56}“.
F56 ist Abrechnungsgrundlage mit den Kassen.
3. Patient unterschreibt F56.
4. F 56 bei der Kasse zur Genehmigung einreichen, wenn es seine Kasse vorschreibt.
5. Genehmigtes F56 bei Gruppenleitung abgeben.

Immer mehr Kassen, z.B. die AOK Hessen, **verzichten auf eine Genehmigung.** Nach Unterschrift ist der Antrag genehmigt. **Fragen Sie Ihre Kasse**, ob eine Genehmigung nötig ist.

Wenn keine Genehmigung notwendig ist, geht es von Schritt 3. direkt nach Schritt 5.
Die Gültigkeit beginnt mit der ersten Übungsstunde.

Wird ihr Antrag abgelehnt, Ihr Widerspruch ebenfalls, wollen aber am Training teilnehmen: geben Sie das abgelehnte F56 als Verordnung der Gruppenleitung. Sie erhalten dann eine Rechnung.

Privatversicherte = Selbstzahler:

Ablauf: Schritte 1., 2., 3. dann 5.

Die Übungsstunden werden Selbstzahlern in Rechnung gestellt.

Wir empfehlen, dass Sie eine Erstattung bei Ihrer Kasse beantragen.

Lernen Sie uns in einer Schnupperstunde kennen. Vereinbaren Sie mit der Gruppenleitung einen Termin.

Angeleitet durch Fachpersonal bieten wir an folgenden Standorten Funktionstraining an:

Aktuelle Übungszeiten unter www.osteoporose-nordhessen.de

TROCKENGYMNASTIK

FRANKENBERG

Ev. Gemeindehaus Ederdorf, Wolfspfad 39

Grp 1 Montag von 15:00 bis 16:00 Uhr

Gruppenleitung:

Marlies Scheidemantel, T.: 06451 3661

Grp 2 Montag von 16:00 bis 17:00 Uhr.

Gruppenleitung

Christine Neidhardt, T.: 01736694178

BOTTENDORF

August-Winnig-Heim, Dorfstraße 7

Grp 1+2 Donnerstag von 14:00 bis 15:00 Uhr

Gruppenleitung:

Grp 1 Christa Wagner, T.: 064511831

Grp 2 Heike Bubenheim, T.: 0645123808

BATTENBERG

Sporthalle Grundschule, Dodenauer Straße 7

Grp 1 Dienstag von 16:45 bis 17:30 Uhr

Gruppenleitung:

Petra Bienhaus, T.: 06452 939410

Grp 2 Dienstag von 17:45 bis 18:30 Uhr

Gruppenleitung

Ilse Heinemann, T.: 06452 932929

BAD ZWESTEN

Top-Line-Fitness-Verein e.V., Im Kirchfeld 1a

Grp 1 Montag von 16:30 bis 17:15 Uhr

Gruppenleitung:

Sonia Kornick, T.: 01725679438

Grp 2 Montag von 17:30 bis 18:15 Uhr

Gruppenleitung:

Gerlinde Wessel, T.: 05626 8480