

Kontakt / Information

Beweg dich - hier bewegt sich was!

Ein sportliches Angebot für Menschen mit einer Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit oder Glücksspielsucht

Zeit:

montags 16.45 - 18.00 Uhr

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Ort:

Sporthalle Solingen-Höhscheid

Fritz-Reuter-Straße 46 , 42657 Solingen

Persönliche Beratung:

Caritas-Suchtberatung Solingen

Ahrstraße 9, 42697 Solingen

Tel. 0212 23134930, Fax 0212 23134928

e-Mail: suchtberatung.solingen@caritas-wsg.de

Offene Sprechstunde:

(ohne vorherige Terminvereinbarung)

donnerstags 15.30 - 16.30 Uhr

TSV Solingen-Aufderhöhe Rehasportabteilung

Tel. 0212 61955

info@tsv-aufderhoehe.de

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten

Spendenkonto bei der Stadtsparkasse Solingen

Caritasverband Wuppertal/Solingen e.V.

IBAN: DE36 3425 0000 0000 0436 12

BIC: SOLSDE33XXX

Stichwort „Suchtberatung“

www.caritas-wsg.de

Rehasport-
gruppe



Beweg dich - hier bewegt sich was
für Frauen und Männer
mit einer Suchterkrankung



Für Ihre Gesundheit

Der Caritasverband Wuppertal/Solingen und der TSV Solingen-Aufderhöhe laden Sie ein, sich selber etwas Gutes zu tun.

Sport und Bewegung haben nachweislich positive Effekte auf die körperliche und psychische Gesundheit eines Menschen.

Viele Menschen haben aufgrund einer Suchterkrankung die Freude an sportlicher Bewegung verloren. Manche finden auch nach Abstinenz nur schwer zu entsprechenden Angeboten, weil sie sich immer noch wegen ihrer Erkrankung schämen.

Mit unserer Rehasportgruppe möchten wir Menschen mit einer Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit oder Glücksspielsucht wieder Freude an wohlthuender Bewegung vermitteln.

Sie erhalten die Möglichkeit, verschiedene sportliche Aktivitäten kennen zu lernen. Wählen Sie mit der Gruppe, welche Sportarten Sie ausprobieren möchten!

Wir kooperieren mit der Solinger Ärztin Dr. Nicoline Pan. Unsere Rehasportgruppe ist von den Kostenträgern anerkannt und zertifiziert über den BRSNW (Behinderten- und Rehasportverband NRW) und geprüft vom DSB (Deutscher Sportbund).

Voraussetzungen für Ihre Teilnahme:

- Abstinenz
- ärztliche Verordnung (z.B. über den Hausarzt)
- Kostenübernahme-Bestätigung Ihrer Krankenkasse (ohne: Teilnehmergebühr 84,- € /Halbjahr)
- Anmeldung über die Caritas-Suchtberatung

Ansonsten benötigen Sie nur:

- bequeme Kleidung, Sportschuhe, Handtuch und Wasserflasche

Ziele unseres Angebots

- Verbesserung des allgemeinen körperlichen Befindens
- Steigerung von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Durchhaltevermögen
- (Wieder-) Entdeckung der Freude am eigenen Körper
- Steigerung des Selbstwertgefühls
- Verbesserung der Konzentration und Körperwahrnehmung
- Erleben von Spannung und Entspannung

Entdecken Sie den Spaß an der Bewegung und am Miteinander (wieder) und lernen Sie vielleicht sogar ganz neue sportliche und gesellige Seiten an sich kennen!

Unser Angebot ist vertraulich und für Sie mit der Kostenübernahme-Bestätigung Ihrer Krankenversicherung kostenlos.

Ihre Zufriedenheit ist uns wichtig.

Sie haben Anregungen oder Kritik? Sprechen Sie uns gerne an!



Caritasverband
Wuppertal/Solingen e.V.