



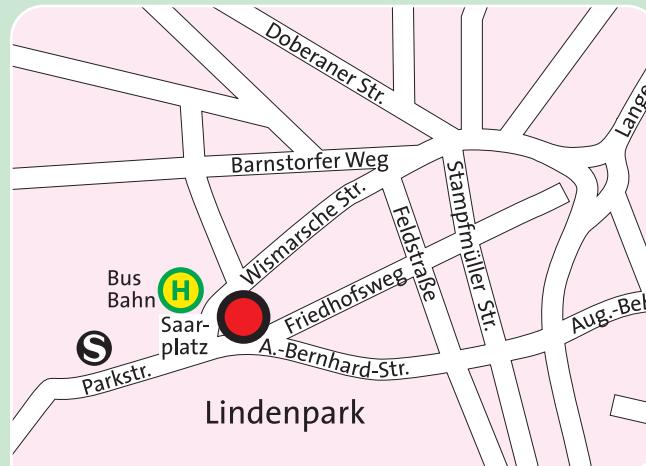
In Abhängigkeit von der Art und dem Ausmaß Ihrer Funktions- und Leistungseinschränkungen, den verordneten Therapien und dem Kostenträger befinden Sie sich an 3 bis 5 Wochentagen für 3 bis 6 Stunden täglich in unserer Behandlung. Regenerationsphasen sind selbstverständlich im Therapieplan integriert. Nutzen Sie hierfür gerne die verschiedenen Räumlichkeiten des ZaR, wie z.B. den Ruheraum. Die Zeit nach den Anwendungen sowie sämtliche Wochenenden können Sie individuell gestalten.

#### Welche weiteren Leistungen bieten wir an?

- ▶ Heilmittelverordnungen  
(u. a. Manuelle Therapie, Krankengymnastik, Krankengymnastik am Gerät, Krankengymnastik im Bewegungsbecken)
- ▶ Nachsorgeprogramme der Deutschen Rentenversicherung: T-RENA und IRENA
- ▶ Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung: RV Fit

Wir freuen uns auf Sie  
Ihr ZaR-Team

So können Sie uns in Rostock erreichen:



Rehabilitationszentrum für  
Orthopädie und Psychosomatik

Wismarsche Straße 32  
18057 Rostock

Telefon: 03 81 25 29 80  
Fax: 03 81 25 29 8-10

E-Mail: post@zar-rostock.de



Orthopädische Abteilung  
des Rostocker Zentrums für  
ambulante Rehabilitation GmbH

Fotos: C. Kindel, Typenfänger (Titel) · Satz: Typenfänger · © 2025

Weitere Informationen finden Sie unter [www.zar-rostock.de](http://www.zar-rostock.de)

Sie wollen eine Reha-Maßnahme, Anschlussheilbehandlung (AHB) oder Erweiterte Ambulante Physiotherapie (EAP) absolvieren, dafür aber nicht Ihren Wohnort verlassen?

## Wir bieten Ihnen das gesamte Spektrum der orthopädischen Rehabilitation vor Ihrer Haustür!

Ein Team von bestens ausgebildeten Physiotherapeuten, Sportlehrern, Psychologen, Sozialpädagogen, Diätassistenten, Ergotherapeuten, Pflegekräften und Ärzten unterstützt Sie mit dem Ziel der zügigen Rehabilitation und Wieder eingliederung in die Gesellschaft und den Beruf.



### Welche Schwerpunkte behandeln wir?

- ▶ Erkrankungen des Haltungs- und Bewegungsapparates
- ▶ Unfall- und Verletzungsfolgen

### Welche Reha-Verfahren sind möglich?

- ▶ Reha-Maßnahme der gesetzlichen Renten- oder Krankenversicherung
- ▶ Anschlussheilbehandlung, z.B. nach einer Gelenk- oder Bandscheibenoperation
- ▶ Erweiterte Ambulante Physiotherapie - Maßnahme der Berufsgenossenschaften, privaten Krankenkassen, Beihilfe und Bundeswehr
- ▶ individuelle Gesundheitsvorsorge

Über das Antragsverfahren für eine ambulante Rehabilitation informiert Sie Ihr Arzt, der Sozialdienst der Krankenhäuser bzw. Ihre Kranken- oder Rentenversicherung.



### Welche therapeutischen Angebote bieten wir u. a. an?

- ▶ Einzelkrankengymnastik, Manuelle Therapie, Manuelle Lymphdrainage, Massage
- ▶ Krankengymnastik im Bewegungsbad (Einzel- und Gruppentherapie)
- ▶ Gerätetraining unter Anleitung zum Muskelaufbau
- ▶ Erlernen von Entspannungsverfahren, z.B. Progressive Muskelrelaxation und Yoga
- ▶ psychologische Begleitung zur Krankheitsbewältigung
- ▶ konditionsfördernde Maßnahmen
- ▶ Ernährungsberatung/ Lehrküche
- ▶ sozialmedizinische Beratung
- ▶ Elektrotherapie
- ▶ Rückenschule
- ▶ Ergotherapie

