



Die Celenus Klinik Bad Herrenalb

## Organisatorisches

Ihr Therapeut wird noch während Ihres stationären Aufenthalts ein Angebot für eine ambulante Nachsorge mit Ihnen besprechen. Die Maßnahme muß bei der Deutschen Rentenversicherung beantragt werden. Bei Bewilligung der Maßnahme wird die Kostenzusage direkt an die Nachsorgeeinrichtung zugestellt. Sobald uns alle notwendigen Unterlagen (Entlassbericht, Kostenzusage) vorliegen, werden wir mit Ihnen Kontakt aufnehmen.

Wir sind bemüht, Ihnen schnellst möglich einen Platz in unserem Nachsorgeprogramm anzubieten. Die gesamte Nachsorge erstreckt sich max. über 1 Jahr.

## Telefonprechzeiten:

Mo - Fr von 9:00 - 11:00 Uhr

unter Tel. 07083 509-241

[info@klinik-bad-herrenalb.de](mailto:info@klinik-bad-herrenalb.de)

Nordic Walking



Stand: 06. 2016

## Der Weg zu uns

### Celenus Klinik Bad Herrenalb

#### Mit dem Auto:

A8 Stuttgart-Karlsruhe oder A5 Frankfurt-Basel, jeweils Ausfahrt Karlsruhe/Rüppurr, dann Richtung Bad Herrenalb. Dort der Ettlinger Straße folgen, diese mündet in die Kurpromenade.

#### Mit der Bahn:

Am Hbf Karlsruhe in die Straßenbahnlinie S1 Richtung Bad Herrenalb bis zur Endstation. Von der Rückseite des Bahnhofs sehen Sie in 200 m Entfernung unser Haus.

### Gruppenräume in Karlsruhe (im Gebäude der BG-Bau, Haupteingang)

#### Mit dem Auto:

Richtung Europahalle/Europabad  
Steinhäuserstraße 10, 76135 Karlsruhe

#### Mit ÖPNV:

Hbf Karlsruhe Richtung ZKM-Siemensallee (Europahalle/ADAC). Straßenbahn 2.

## CELENUS Klinik Bad Herrenalb

Kurpromenade 42  
76332 Bad Herrenalb  
Tel. 07083 509-0 (Zentrale)  
Fax 07083 509-606  
[www.klinik-bad-herrenalb.de](http://www.klinik-bad-herrenalb.de)  
[info@klinik-bad-herrenalb.de](mailto:info@klinik-bad-herrenalb.de)

Ein Unternehmen der Celenus-Gruppe, Offenburg

Die Klinik besitzt einen Versorgungsvertrag nach § 111 SGB V und ist wie folgt zertifiziert

- DIN EN ISO 9001:2008
- DEGEMED (BAR-konform)



# CELENUS Klinik Bad Herrenalb

Gesundheit als Aufgabe

Fachklinik für  
Psychosomatische  
Medizin

Vorsorge- und  
Rehabilitationsklinik



## Psychosomatische Nachsorge

(IRENA/Curriculum Hannover/ASP)

Informationen für DRV-Versicherte zur Teilnahme an den Nachsorge-Programmen der Deutschen Rentenversicherung Bund oder Land



Gruppengespräche



Bad Herrenalb



Aktive Mitgestaltung der Gruppensitzungen

**Sehr geehrte Damen und Herren, Ihnen wurde durch Ihre Rehabilitationseinrichtung ambulante Nachsorgeleistung empfohlen, die Sie nun berufsbegleitend in Anspruch nehmen können. In dieser Broschüre möchten wir Sie gern ausführlich informieren.**

### Um was geht es?

IRENA (Intensivierte Rehabilitationsnachsorge), Curriculum Hannover und ASP (Ambulantes Stabilisierungsprogramm) sind Programme der Deutschen Rentenversicherung, die im Anschluss an Ihre Rehabilitation durchgeführt werden können.

### Wozu Nachsorge?

Das Nachsorgeprogramm IRENA soll Sie dabei unterstützen, Erfahrungen, die Sie in der Reha gemacht haben, auch in Ihrem Alltag anzuwenden. Denn der Aufenthalt in einer schön gelegenen Klinik, umgeben von Menschen, die nicht nur gleiche oder ähnliche Probleme haben, sondern zu denen auch ein enger Kontakt entstanden ist, ähnelt nur selten den Verhältnissen, die Sie nach Ihrer Reha wieder vorfinden.

Da ist wieder dieselbe Alltagsroutine, da ist der Kollege, der Sie schon immer aufgeregt hat. Da gibt es Konflikte, die Sie sich zu lösen vorgenommen haben und Zukunftspläne, die umgesetzt werden wollen. Aber da sind auch Sie, der sich von der Zeit in der Rehabilitation verabschieden muss, der Hoffnungen, aber auch Ängste und vielleicht noch immer Beschwerden hat.

Sie treffen in Ihrem Alltag auf Konflikte, Probleme und Belastungen, die während der stationären Therapie besprochen wurden, aber jetzt eigenverantwortlich verändert werden sollten. Vielleicht haben Sie ja auch das Gefühl, mit Ihren Problemen alleingelassen zu werden, gerade jetzt, wo es darauf ankommt.

### Über die Celenus Klinik Bad Herrenalb

Die Klinik verfügt über langjährige Erfahrung in der psychosomatischen Rehabilitation mit Schwerpunkt in der tiefenpsychologisch fundierten (psychodynamischen) Therapie, ergänzt mit Elementen der Verhaltenstherapie. Insbesondere kommt hier die strukturbezogene Psychotherapie zur Anwendung.

Ziel der Psychotherapie ist es, dass sie in die Lage versetzt werden, das innere Gleichgewicht aufrecht zu erhalten, Konflikte besser zu bewältigen und Ihre Ziele zu erreichen.

### Ziele der psychosomatischen Nachsorge

- Unterstützung beim Übergang von der Reha in den Alltag und in den Beruf
- Festigung Ihrer erreichten Therapieerfolge
- Abbau noch bestehender Beschwerden
- Aufbau von Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein
- Bearbeitung von Partnerschaftsproblemen und sozialen Konflikten
- Unterstützung bei Arbeitsplatzproblemen und beruflicher Rehabilitation
- Verbesserung von Problemlöse- und Konfliktfähigkeiten
- Unterstützung bei der Suche nach weiterführender Psychotherapie

### Wie läuft die Nachsorge ab?

Wie Sie das schon aus Ihrer stationären psychosomatischen Rehabilitation kennen, möchten wir Sie dazu ermuntern, eigene Themen bzw. Probleme in der Gruppe anzusprechen. Dazu ist es wichtig, dass Sie sich in der folgenden Zeit aufmerksam beobachten, auf Veränderungen im Alltag, Ihre Reaktionen und Gedanken, aber auch auf scheinbar nicht zu bewältigende Hindernisse achten, denen Sie nach Beendigung Ihrer psychosomatischen Reha Maßnahme gegenüberstehen. Notizen oder Anfertigungen von Beobachtungsbüchern, und seien es auch nur Stichwörter, können hier eine große Hilfe sein. Indem Sie eigene Themen einbringen, können Sie auf die Gestaltung der Gruppensitzungen aktiv Einfluss nehmen.

#### Die Rahmenbedingungen::

- Gruppen mit 10 - 12 Personen
- Ein fester Termin pro Woche/90 Minuten
- Dauer: 6 - 12 Monate
- 25 Gruppenveranstaltungen und 2 Einzelgespräche (Aufnahme-/Entlassungsgespräch)
- Bei Krisen sind kurzfristige Gespräche möglich

#### Gruppentermine:

Standort Bad Herrenalb:  
Celenus Klinik Bad Herrenalb  
Mo+Do: 16:30 - 18:00 Uhr

Standort Karlsruhe:  
BG-Bau, Steinhäuserstr. 10  
Di: 17:00 - 18:30 Uhr

Postanschrift:  
Celenus Klinik Bad Herrenalb  
Kurpromenade 42  
76332 Bad Herrenalb