

Reha-Sport ist Chefsache

Im Reha med POINT e.V. in Jülich dreht sich alles um das Thema Gesundheit



Das POWER POINT in Jülich feierte im letzten Jahr sein 25-jähriges Jubiläum. BODYMEDIA berichtete ausführlich darüber in der Ausgabe 6/2012. Der Inhaber, Robert Geuenich, setzte von Beginn an auf Gesundheitssport und legte hohen Wert auf Qualität und fachliche Qualifikation für sich und seine Mitarbeiter. So hat er auch selbst die Lizenzen für Reha-Sport für Stütz- und Bewegungsapparat und Innere Organe. Reha-Sport wird in seinen Studierräumen über den gemeinnützigen Verein Reha med POINT e.V. angeboten.

Im Zentrum von Jülich trainieren ca. 1.000 Mitglieder auf einer Fläche von 1.000 qm. Der Altersdurchschnitt liegt bei 42 Jahren bei den männlichen und 45 Jahren bei den weiblichen Kunden, wobei sich der Anteil der Geschlechter in letzter Zeit zugunsten des Männeranteils leicht verändert hat. Robert Geuenich: „Vor Jahren hatten wir noch einen Frauenanteil von 60 %. Momentan findet ein Trendwechsel statt. Der Schwerpunkt unseres Studios liegt bei orthopädischen Beschwerdebildern und an zweiter Stelle steht die Gewichtsreduktion. Rücken ist ganz klar unser Thema.“

Fachlich kompetent betreut werden die Mitglieder von drei Studierenden unter anderem der Fachrichtung Fitness-Ökonomie und Gesundheitsmanagement, drei Vollzeit- und 12 Teilzeitkräften. Bei den Voll- und Teilzeitbeschäftigten handelt es sich um staatlich geprüfte Gymnastiklehrer, Fitnessfachwirte und Diplom-Sportlehrer. Zudem beschäftigt die angegliederte Physiotherapie-Praxis unter der Leitung von Sohn Ingo Geuenich sieben Physiotherapeuten.

Die Übungsleiter für den Reha-Sport haben die Lizenzen für Stütz- und Bewegungsapparat mit den Indikationen Wirbelsäule, Totalendoprothese, Osteoporose, Morbus Bechterew und Amputationen. 2008 kamen die Lizenzen für Innere Organe dazu mit den Indikationen Herzsport, Diabetes Mellitus Typ 2 und periphere arterielle Verschlusskrankheit dazu.

Anerkanntes Gesundheitskompetenzzentrum

Robert Geuenich: „Wir sind anerkanntes Gesundheitskompetenzzentrum des DSSV und der DhfPG. Für unsere Abteilung Health Manage POINT, zuständig für das Betriebliche Gesundheitsmanagement, haben wir das IHK-Zertifikat. Wir arbeiten in diesem Bereich mit der TK zusammen, dennoch ist das Thema nicht einfach zu platzieren, aber wir sind auf einem guten Weg. Dafür spricht auch, dass derzeit zwei Gesundheitstage anstehen: bei Porta Aachen und Galeria Kaufhof in Düren. Da führen wir mit den Mitarbeitern ein EKG, einen cardioscan und den Dr. Wolff Koordinations-Check durch. Zudem nehmen wir eine Infrarot-Massageliege mit. Außerdem sind wir ausführendes Organ für die Vereinbarung von Fit for life mit RWE, deren Mitarbeiter zu uns zum Training kommen.“

Eine weitere Abteilung ist der WELL POINT mit Vibrationstraining, EMS – alternativ auch im Liegen – Vacustyler, einer Lipobehandlung für Körper und Gesicht und Laserenthaarung. Dieser Bereich hat einen separaten Eingang und einen speziellen Raum mit hydraulischer Liege. Buchbar sind die Leistungen im 10er- oder 20er-Paket, die zu 90 % von externen Kunden in Anspruch genommen werden.

Die angegliederte Physiotherapie-Praxis ist gut ausgelastet und bildet eine

Symbiose zum Fitness-Studio, da die Patienten nach den akuten Problemen das Training im Studio weiterführen. Dazu gehört auch ein Bereich für Koordination, angefangen von Sling-Training mit TRX, Koordinationsstapeln, Ballettstangen und ganz neu mit Kettlebells. Dieser Bereich ist ebenso für Mitglieder zugänglich. Robert Geuenich: „Um uns von unseren Mitbewerbern abzuheben, bieten wir hier, wie in allen Bereichen, eine intensive Betreuung an. Um das Angebot abzurunden gibt es noch die Abteilung POWER Nutrition, betreut von Mathias, der seinen Bachelor Abschluss in Ernährung hat. Die Ernährungsberatung ist ein Service für die Mitglieder, bei ausgiebiger Betreuung kann diese mit Zusatzzahlung gebucht werden.“

Reha-Sport des Reha med POINT e.V.: Was funktioniert und was nicht

Für den Reha-Sport wurde im August 2006 eigens der gemeinnützige Verein Reha med POINT e.V. gegründet. Die Überlegung dahinter war, zum einen unabhängig zu bleiben und zum anderen den Kunden eine gemeinnützige Leistung anbieten zu können. Robert Geuenich: „Zudem sehen wir Reha-Sport als langfristige Aufgabe an, die wir mit unserem Verein professionell wahrnehmen möchten. Dazu beschäftigen wir im Verein zwei Verwaltungsmitarbeiter und acht Übungsleiter mit unterschiedlichen Lizenzen.“ Der Verein ist, außer in Jülich im POWER POINT, zweimal in Düren vertreten. Dazu wurden Räumlichkeiten im St. Augustinus-Krankenhaus und der Stadt



Das POWER POINT in Jülich ist ein anerkanntes Gesundheitskompetenzzentrum

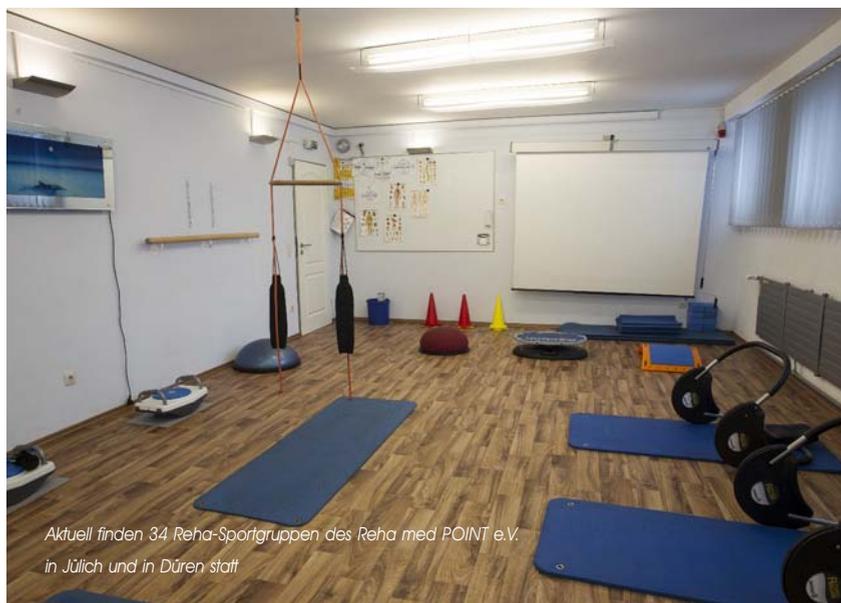
Düren in der "Becker & Funck - Stiftung Fabrik für Kultur und Stadtteil" angemietet. Da im St. Augustinus-Krankenhaus unter anderem Wirbelsäulen-OPs durchgeführt werden, sind hier die Reha-Sportgruppen gut besucht. Die Anzahl der Gruppen steigt beständig, seit Bestehen des Angebots. Auch bei den anderen Reha-Sportgruppen liegt der Schwerpunkt beim Stütz- und Bewegungsapparat und zwar mit 90 % bei Wirbelsäulenerkrankungen.

Für Diabetes Typ-2 Patienten wurden Gesundheitstage mit einer Ärztin und Diabetologin veranstaltet. Robert Geuenich: „Ich habe zudem über das Metabolische Syndrom referiert. Die Teilnehmerzahlen waren nicht zufriedenstellend. Wir hatten mit 100 gerechnet und 15 sind gekommen. Ich besuche regelmäßig Ärzte in der Region und diskutiere mit ihnen dieses Thema. Da Diabetiker im Gegensatz zu den Patienten des Stütz- und Bewe-

gungsapparates keine Schmerzen haben, fehlt häufig die Motivation selbst aktiv etwas dagegen zu tun.“

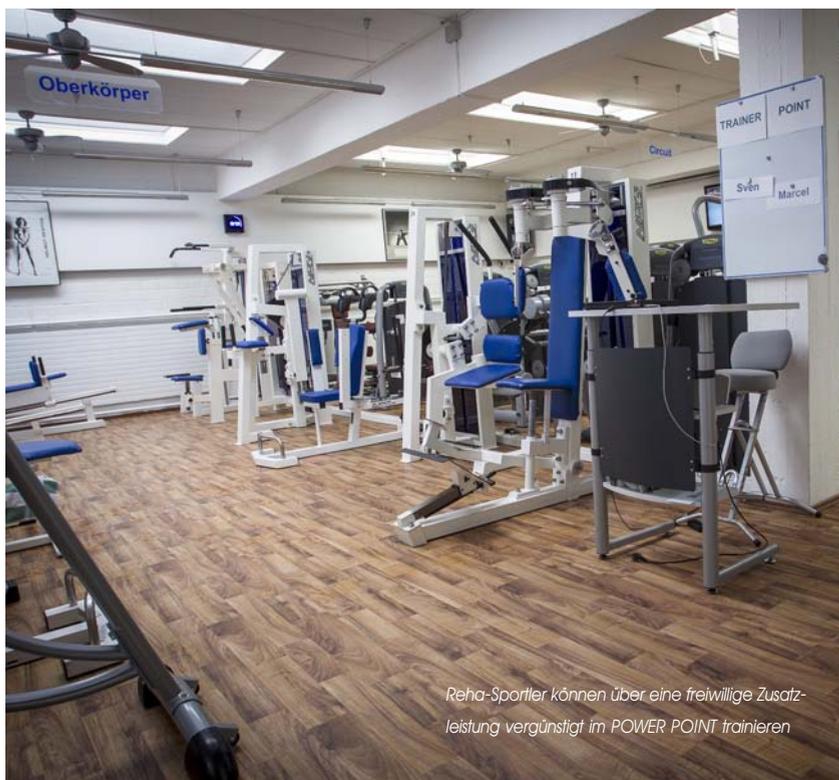
In der Turnhalle neben dem St. Elisabeth Krankenhaus in Jülich, fand über einen Zeitraum von 18 Monaten eine Herzsportgruppe zusammen mit Diabetikern statt. Trotz einer erfahrenen Übungsleiterin und der – wie vorgeschrieben – anwesenden Ärztin, konnte die Gruppe nicht über 12 Teilnehmer gesteigert werden. Aufgrund der hohen Kosten für Miete, Übungsleiterin und Ärztin wurde die Gruppe eingestellt. Robert Geuenich: „Unsere Lizenzen für Innere Organe werden wir weiterhin regelmäßig durch Fortbildungen und der Teilnahme am Qualitätssicherungsprogramm verlängern, auch wenn wir derzeit keine Reha-Sportgruppen für diese Indikation durchführen.“

Aktuell laufen 18 Reha-Sportgruppen in Jülich und 16 in Düren für den Bereich Stütz- und Bewegungsapparat. Dies entspricht auch der Zielgruppe des Studios. Die maximale Teilnehmerzahl von 15 Personen pro Gruppe wird streng eingehalten, auch wenn dadurch im Sommer durch Wegbleiben einzelner Teilnehmer die eine oder andere Gruppe kleiner ausfällt. Robert Geuenich: „Wir können nur an die Patienten appellieren, dass sie regelmäßig kommen, da die Kurse über Monate im Voraus gebucht sind. Dazu haben wir unsere Reha-Sportteilnehmer zu einer Gesundheitsschulung eingeladen und im Rahmen dieser Veranstaltung alle positiven Aspekte des Gesundheitssports erläutert. Diese Präsentation, die wir im Team ausgearbeitet haben, werden wir in Zukunft einmal pro Jahr durchführen.“



Aktuell finden 34 Reha-Sportgruppen des Reha med POINT e.V. in Jülich und in Düren statt





Reha-Sportler können über eine freiwillige Zusatzleistung vergünstigt im POWER POINT trainieren

Reha-Sportler trainieren immer in der gleichen Gruppe, unter anderem damit eine Gruppendynamik entsteht und sich die Teilnehmer besser kennenlernen. Robert Geuenich: „Um eine schnelle Eingliederung in die Gruppe zu erreichen und eine gute Betreuung, gerade für Anfänger, zu gewährleisten, regen wir die neuen Teilnehmer dazu an, in der ersten Reihe mitzumachen.“

Freiwillige Zusatzleistungen

Die Patienten, die über den Reha med POINT e.V. Reha-Sport durchführen, können eine freiwillige Vereinsmitgliedschaft abschließen, mit der sie einmal pro Woche für einen Beitrag von 5 Euro im Monat trainieren können. Bei unbegrenztem Training beträgt der Beitrag 34 Euro monatlich. Als Zusatzleistung erhalten die Vereinsmitglieder außerdem einmal jährlich ein 14-tägiges Training mit Leistungsdiagnostik, z.B. EKG, Body-Checks, Rumpffest, Belastungstest und der Ermittlung weiterer biometrischer Daten. Zielsetzung ist: Von der Rehabilitation zur Prävention. Robert Geuenich: „Mit „Reha-Plus“ bieten wir zudem unseren Reha-Sportlern eine freiwillige Studiemitgliedschaft an, innerhalb derer sie für den Zeitraum der Verordnung zu einem Sonderbeitrag von 34 Euro pro Monat ohne Startgebühr im Studio trainieren können. In dieser Mitgliedschaft ist die

komplette Betreuung des Gerätebereichs enthalten. In Anspruch genommen wird das Angebot überwiegend von Rückenpatienten zur Durchführung eines Rückenprogramms.“

Kurz vor Ablauf der 50 Übungseinheiten geht an die Teilnehmer eine Einladung für ein 14-tägiges Training mit drei Trainerstunden und kompletter Einweisung. Schließen sie danach eine reguläre Studiemitgliedschaft ab, sparen sie sich wiederum die Gebühr für das Startpaket.

Bewerbung des Reha-Sportangebots

Beworben wird das Reha-Sportangebot des Reha med POINT e.V. unter anderem über das Internet. Hinzu kommt aufgrund der hohen Zufriedenheit der Reha-Sportteilnehmer eine gut funktionierende Mundpropaganda. Derzeit wird zudem eine Zufriedenheitsanalyse auf Basis einer Teilnehmerbefragung durchgeführt. Robert Geuenich: „Ich selbst spreche ebenfalls regelmäßig mit den Teilnehmern und würde sagen, dass diese zu 98 % mit der Maßnahme zufrieden sind.“

Die überwiegende Mehrzahl der Reha-Sportteilnehmer kommt über die regelmäßigen Ärztekontakte. Robert Geuenich: „Wir sind eine Kleinstadt mit 33.000 Einwohnern und haben sieben Studios im direkten Umkreis, die teil-

weise mit Reha-Sport über andere Rehabilitationsvereine vertreten sind. Also ein hart umkämpfter Markt. Die Ärztekontakte sind für uns von allen Maßnahmen am wichtigsten, zumal wir ein sehr gutes Image bei Ärzten haben. Wir arbeiten mit 30 Ärzten zusammen, die wir regelmäßig anschreiben und viermal pro Jahr besuchen, teils im Team und teilweise absolviere ich die Besuche alleine, jeweils mit vorheriger Terminabsprache. Die Kontaktpflege ist ein wichtiges Element innerhalb unseres Reha-Sportangebots im Verein bzw. unseres Gesundheitsangebots im Studio.“

Dabei wurden auch bereits Vorträge für Ärzte gehalten, von Sohn Ingo zum Thema Infarkt und über das Metabolische Syndrom bzw. über Diabetes Typ 2 durch Robert Geuenich: „Der Schwerpunkt lag natürlich nicht auf den Krankheitsbildern, sondern auf den gesundheitlichen Aspekten des Sports für diese Patienten nach Sicht der WHO. Die Anfrage zu den Vorträgen kam vom ärztlichen Leiter des Gesundheitsverbands Jülicher Land für eine zertifizierte Veranstaltung, auf der die Ärzte Fortbildungspunkte erhalten konnten.“

Über den Reha med POINT e.V. gibt es täglich neue Anfragen für den Reha-Sport. Dazu wird ein Termin vereinbart für eine halbstündige Beratung, die über einen Fragebogen, einem sogenannten Beratungsprotokoll, des Behindertensportverbands Nordrhein-Westfalen festgehalten wird. Dieses Protokoll wird, auch aus versicherungstechnischen Gründen, vom Patienten unterschrieben und enthält zudem die freiwilligen Zusatzleistungen, die innerhalb der Beratung angesprochen werden.

Zur Person:

Robert Geuenich, Inhaber des POWER POINT Jülich, hat folgende Qualifikationen in Bezug auf Reha-Sport: Lehrer und Trainer für Sportrehabilitation, Fachübungsleiter Rehabilitation mit Lizenz Stütz- und Bewegungsapparat "Wirbelsäule, Totalendoprothese, Osteoporose, Morbus Bechterew, Amputationen" und Lizenz Innere Organe "Herzsport, Diabetes Mellitus Typ 2, periphere arterielle Verschlusskrankheit".

Anita Knöller