



Fachklinik zur Rehabilitation bei Abhängigkeitserkrankungen

i INHALT



WIR SIND FÜR SIE DA 4

UNSERE KLINIK

Behandlungsindikationen 8
Therapeutisches Selbstverständnis 9
Ausstattung, Wohn- & Therapieräume 10
Vernetzung & Behandlungspartner 11

BEHANDLUNGSANGEBOT 15

BEHANDLUNGSBAUSTEINE 19

INDIKATIVE GRUPPEN 25

ORIENTIERUNG | INFORMATION

Die medbo 30
Die medbo in Wöllershof 31
So finden Sie zum medbo Standort Wöllershof 32

Impressum 33

WIR SIND FÜR SIE DA.

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir freuen uns, dass Sie sich für unsere Fachklinik interessieren!

Diese Broschüre soll Sie bei Ihrer Entscheidung für eine Entwöhnungsbehandlung Ihrer Abhängigkeitserkrankung von Alkohol und/oder Medikamenten im Sinne einer stationären medizinischen Rehabilitation unterstützen.

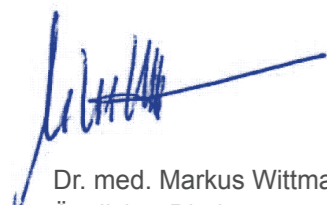
- Wir arbeiten mit Ihnen an der Wiederherstellung beziehungsweise wesentlichen Besserung Ihrer Gesundheit und Ihrer Erwerbsfähigkeit.
- Wir helfen Ihnen, dass Sie durch diese Rehabilitationsmaßnahme in Ihrer Selbstständigkeit und Unabhängigkeit gestärkt werden und in Ihren persönlichen und beruflichen Alltag zufrieden zurückkehren können.

Unser Auftraggeber ist dabei der jeweilige Kostenträger der Maßnahme, etwa die Renten-, die Kranken- beziehungsweise die Sozialversicherung.

Im Folgenden stellen wir Ihnen unser medizinisches und therapeutisches Angebot vor. Sie lernen Aufnahmemodalitäten und wesentliche Behandlungsabläufe kennen und erhalten einen Eindruck von der Unterbringung, den Freizeitmöglichkeiten und unseren Serviceleistungen.

Gerne bieten wir Ihnen an, die Klinik im Rahmen eines Besuches vor Aufnahme kennen zu lernen. Rufen Sie uns bitte zur Terminabsprache an, damit wir Zeit für Sie und Ihre Fragen haben.

Wir freuen uns, Sie in der Fachklinik zur Rehabilitation bei Abhängigkeitserkrankungen im Bezirksklinikum Wöllershof begrüßen zu dürfen.



Dr. med. Markus Wittmann, MHBA
Ärztlicher Direktor



medbo Bezirksklinikum Wöllershof
Fachklinik zur Rehabilitation bei
Abhängigkeitserkrankungen
Wöllershof 1 | 92721 Störnstein | HAUS 19
Fon +49 (0) 9602/78-0 | Fax +49 (0) 9602/78-7450
klinik-psy-woe@medbo.de

Ärztlicher Direktor
Dr. med. Markus Wittmann, MHBA



UNSERE
—
KLINIK





BEHANDLUNGSINDIKATIONEN

Für wen und welche Erkrankungen ist unser Behandlungsangebot geeignet?

Wir behandeln erwachsene Personen mit Abhängigkeit von Alkohol und/oder Medikamenten in einer offen geführten stationären Umgebung.

Gleichzeitig vorhandene psychische Erkrankungen („Doppeldiagnosen“) werden im multiprofessionellen Team mitbehandelt, ebenso somatische Erkrankungen. Hier werden im Bedarfsfall Fachärzte der entsprechenden Disziplin hinzugezogen. Auch soziale Probleme als Folgen aus der Erkrankung werden mitbearbeitet.

Aufnahmevoraussetzung für eine stationäre Entwöhnungsbehandlung ist außerdem eine gültige Kostenzusage für unser Haus (siehe Kapitel „Vernetzung und Behandlungspartner“).

Wichtig dabei:

- Der Konsum illegaler Drogen muss weit zurückliegen und Suchtmittelfreiheit in diesem Bereich gegeben sein.
- Sie sind bereit, sich an einige Regeln zu halten, und können Ihre Zeit eigenverantwortlich gestalten.
- Damit wir Sie angemessen begleiten können, ist es wichtig, dass Sie ausreichend Deutsch sprechen und verstehen.
- Akute psychotische Zustände, akute Selbsttötungsgefahr oder schwere hirnrorganische Beeinträchtigungen (etwa Alkohol-Demenz) schließen eine Aufnahme in die Fachklinik leider aus.
- Bei eingeschränkter körperlicher Belastbarkeit wird das Therapieprogramm entsprechend angepaßt.

Gerne laden wir Sie zu einem Kennenlerngespräch mit uns ein, damit Sie entscheiden können, ob unsere Einrichtung für Sie geeignet ist.

THERAPEUTISCHES SELBSTVERSTÄNDNIS

Ihre Gesundheit sowie die Verbesserung Ihrer körperlichen und beruflichen Leistungsfähigkeit stehen im Zentrum unserer Bemühungen.

Ihre Entscheidung zur Abstinenz von Alkohol und/oder Medikamenten bildet die Basis für die gemeinsame therapeutische Arbeit. Wir machen uns miteinander auf den Weg, damit Sie über die Abstinenz längerfristig zu einem erfüllten Leben ohne Suchtmittel finden.

Bei jedem Menschen mit einer Abhängigkeitserkrankung liegen individuell unterschiedliche Bedingungen und Ursachen zugrunde. Die Abhängigkeit vom Suchtmittel ist häufig Folge des missglückten Versuchs, mit Schwierigkeiten im Alltag (Familie, Beruf, Freizeit) besser umzugehen. Weitere psychische Störungen erschweren das Gelingen eines zufriedenen Lebens zusätzlich.

Wir wollen mit Ihnen herausfinden, welche Funktionen der Alkohol oder Medikamente bei der Bewältigung Ihrer Alltagsanforderungen hatten. Ziel ist, dass Sie sich selbst besser verstehen, Ihre Probleme und Konflikte analysieren und diese bewältigen lernen. Psychische Störungen werden mitbehandelt.

Sie sollen im Verlauf der Behandlung mehr Gestaltungsmöglichkeiten im Zusammenleben mit anderen Menschen erfahren und in Ihr Leben integrieren können. Dabei werden Ihre persönlichen, familiären, sozialen und beruflichen Bedingungen beachtet und in die Therapie mit einbezogen.



AUSSTATTUNG, WOHN- & THERAPIERÄUME

Patientenzimmer

In der Fachklinik wohnen Sie in Zweibettzimmern mit Telefon, Dusche und WC im Zimmer (Bodenbelag teilweise für Allergiker geeignet). Wenn Sie es wünschen, ist im Verlauf der Behandlung und nach einer Wartezeit der Wechsel in ein Einbettzimmer möglich.

Medizinisch-therapeutischer Bereich

Der medizinische und therapeutische Bereich umfasst Gruppenräume, Zimmer für Einzelgespräche und Diagnostik, Arzt-, Therapeuten- und Stationszimmer.

Gemeinschaftsräume, Sport und Freizeit

Direkt im Haus finden Sie den Speisesaal, eine Küche, einen Hauswirtschaftsraum und einen Aufenthaltsraum. Waschmaschinen und Trockner können Sie im Haus kostenfrei benutzen.

Das weitläufige Parkgelände der medbo Wöllershof bietet darüber hinaus einen Sportplatz, Boccea- und Kegelbahn sowie einen Sinnespfad. Im Haus sorgen neben verschiedenen Gesellschaftsspielen Kicker und Tischtennis für Abwechslung. Das Fitnesscenter kann im Rahmen der Sport-/Physiotherapie genutzt werden. Der kostenlose Fahrradverleih lädt zu Ausflügen in die Natur ein. Die Ergotherapie befindet sich in einem separaten Gebäude.

Im Rahmen der Behandlung können unter anderem Fahrten in ein Erlebnisbad beziehungsweise Freibad als Freizeitangebot organisiert werden.

Das Stationsteam unterstützt Sie gerne bei der Organisation von Ausflügen in die nähere Umgebung.

Verpflegung

Bei den Mahlzeiten können Sie aus drei verschiedenen Menüs wählen. Auch für alternative Ernährungsformen halten wir einen Speiseplan bereit. Individuelle Wünsche oder Unverträglichkeiten werden selbstverständlich berücksichtigt.

Auf dem Gelände des Bezirksklinikums befindet sich auch ein Café mit Kiosk.

VERNETZUNG & BEHANDLUNGSPARTNER

Eine intensive Zusammenarbeit besteht mit vor- und nachbehandelnden Einrichtungen, beispielsweise:

- Psychiatrische Institutsambulanz des Bezirksklinikums Wöllershof
- stationäre psychiatrische Einrichtungen etwa der Bezirkskliniken und -krankenhäuser Bayreuth, Rehau, Regensburg und Wöllershof
- Sozialdienste der Krankenhäuser
- Haus- und Fachärzt:innen
- Gesundheitsämter
- Fachambulanzen für Suchtprobleme der Caritas in der Oberpfalz
- Psychologische Beratungsstellen beziehungsweise Suchtberatung der Diakonie Hochfranken in Nordbayern
- sonstige Beratungsangebote von Caritas und Diakonie
- Adaptionseinrichtungen der Deutschen Rentenversicherung
- Sozialtherapeutische Einrichtungen
- betriebliche Sozialdienste

Wir unterhalten Kontakte zu den regionalen Agenturen für Arbeit, Job-Centern, Sozialverwaltungen und besonders den regionalen Selbsthilfegruppen.

Die Selbsthilfegruppen kommen zur Vorstellung ihrer Angebote direkt zu uns ins Haus.

Während der Behandlung sollen Sie selbst Ihre Kontakte zu den begleitenden Stellen möglichst frühzeitig aufbauen beziehungsweise weiter pflegen.

IMPRESSIONEN SUCHTREHABILITATION





BEHANDLUNGS ANGEBOT

Ihr individuelles Krankheitsbild, Ihre bisherige Behandlungsgeschichte und die Bedingungen für eine ambulante Weiterbehandlung zu Hause sind entscheidend für Umfang und Inhalt des Behandlungsprogramms. Nach eingehender Diagnostik erstellen wir mit Ihnen den Behandlungsplan.

Die wichtigsten Behandlungsziele und -maßnahmen legen wir gemeinsam fest.

Die individualisierte Erstbehandlung

Sie dauert in der Regel 15 Wochen und kann im Verlauf der Behandlung in Abstimmung zwischen Ihnen und dem Behandlungsteam verkürzt oder verlängert werden. Der Zeitrahmen ist angemessen für die Bearbeitung einer langjährigen Abhängigkeitserkrankung und deren Folgen.

Die Behandlung dient der körperlichen Stabilisierung und der psychotherapeutischen Bearbeitung des Suchtverlaufs und möglicher vorhandener psychischer Störungen sowie Ihrer sozialen Lebenssituation.

Wir begleiten Sie beim Aufbau positiver Einstellungen zu sich selbst und zu Ihrem Leben, beim Lernen und Üben lösungsorientierten Verhaltens-, und beim Verstehen der Suchtentwicklung im Lebensverlauf.

Behandlungsbausteine sind dabei folgende:

- Psychotherapie
- medizinische Begleitung
- Sport- und Bewegungstherapie
- Ergotherapie
- Physiotherapie
- Kochgruppe und Ernährungsberatung
- sowie Sozialberatung, Arbeitsbelastungserprobung und Belastungserprobung zu Hause.



Verhaltenstherapeutische, integrative, psychodynamische, patientenzentrierte, systemische und körperorientierte Methoden werden in unserem Behandlungskonzept berücksichtigt.

Damit sollen Sie eine abstinenten Lebensweise erlernen. Die Integration ins Erwerbsleben wird soweit möglich unterstützt.

Die Behandlung von zusätzlichen Problemen wie Angststörungen, Depressionen, chronische Schmerzen oder Nikotinabhängigkeit erfolgt auch mit entsprechenden Gruppenangeboten.

Die Wiederholungsbehandlung

Eine wiederholte Behandlung im Falle eines Rückfalls ist möglich. Diese kann zwischen acht und 15 Wochen dauern und hat weitgehend dieselben Inhalte wie die Erstbehandlung. Die Schwere der Problematik und der zeitliche Abstand der Rückfälligkeit zur letzten Entwöhnungsbehandlung entscheiden über die Behandlungsdauer.

Wenn Sie bereits eine oder mehrere Entwöhnungsbehandlungen absolviert und einige Zeit abstinent gelebt haben, analysieren Sie mit uns Ihre früheren Rückfälle und ermitteln Rückfallrisiken, um das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten zur Rückfallbewältigung aufzubauen. Sie üben konstruktive Verhaltensmöglichkeiten im Umgang mit Rückfallgefährdungen.

Die Auffang- und Festigungsbehandlung

Unser Haus steht ebenfalls zur Auffangbehandlung in Krisensituationen offen. Diese dauert acht Wochen. Sie dient der Herstellung der Abstinenz und trägt zur Bewältigung von Krisen bei, wenn eine Entwöhnungsbehandlung weniger als zwei Jahre zurückliegt und es sich um kurze Rückfälligkeit von wenigen Monaten handelt.

Die Festigungsbehandlung kann ohne Rückfälligkeit erfolgen. Dabei bearbeiten Sie mit uns ausschließlich eine längere Krisensituation und Ihre noch vorhandene Abstinenzfähigkeit wird unterstützt.

Die ambulante Nachbehandlung

Wir vermitteln Sie gerne an die Suchtberatungsstellen in Ihrer Region weiter und sind bei der Suche nach einer Selbsthilfegruppe vor Ort behilflich.

Therapiemöglichkeiten der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik & Psychotherapie am Bezirksklinikum Wöllershof

Bei speziellen psychischen Störungen können die Einrichtungen am Bezirksklinikum Wöllershof genutzt werden, wie beispielsweise die Bio-Feedback-Therapie oder die repetitive transkranielle Magnetstimulation (rTMS). Die Lichttherapie kann direkt im HAUS 19 wahrgenommen werden.



Qualitätsmanagement (QM)

Ein systematisches QM sorgt für einen kontinuierlichen Verbesserungsprozess und überprüft den Stand der Behandlung. Im Rehabilitationsbereich richtet sich die Fachklinik nach dem QM-System der deQus.

Die Sucht-Rehabilitationseinrichtung wird nach den Vorgaben der Rentenversicherung jährlich nach deQus und CertiQ der DIN EN ISO 9001:2015 geprüft und im dreijährigen Abstand rezertifiziert.



BEHANDLUNGS BAUSTEINE



Ärztliche Behandlung

Die Behandlung umfasst regelmäßige ärztliche Untersuchungen, in Sprechstunden können Sie die weitere Behandlung und aktuelle Probleme besprechen. Wir arbeiten zudem mit niedergelassenen Fachärzten zusammen, um die Diagnostik und Behandlung bei allen wichtigen medizinischen Fragen zu ergänzen.

Gesundheits- & Krankenpflege

Unser Pflegeteam ist Ansprechpartner und Begleiter während des gesamten Aufenthaltes. Sie bekommen Unterstützung bei Diagnostik und Therapie, bei Krisenintervention und Motivationsarbeit, bei der Gestaltung der Freizeit, dem Besuch von Fachärzten, der Organisation von Verordnungen oder dem Kontakt zu Behörden. Das Pflegeteam macht Ihnen auch Gruppenangebote, zum Beispiel zu gesundheitsbewusstem Verhalten.

Informations- & Aufklärungsveranstaltungen

Vorträge und Gruppenveranstaltungen vermitteln Informationen zu substanzbezogenen und anderen psychischen Störungen und regen zur Reflexion des eigenen Verhaltens an. Sie erhalten Einblicke in die Forschungsergebnisse zu Entstehung und Verlauf von Suchterkrankungen, zur Abgrenzung zwischen Substanzmissbrauch und -abhängigkeit und zu Behandlungsmöglichkeiten und -strategien. Betroffene berichten selbst über Ihre Bewältigungsstrategien. Sie erfahren zudem, welche Maßnahmen nach einer stationären Rehabilitation bei Führerscheinentzug bedeutsam sind.

Einzeltherapie

Sie erarbeiten zusammen mit unseren Therapeuten Ihre Lebens- und Suchtgeschichte. Das soll Ihnen ein eigenes Verstehen der Entwicklung ermöglichen und die Motivation zur Veränderung stärken. Sie legen Ziele und Behandlungsmaßnahmen gemeinsam mit dem Bezugstherapeuten fest. Neue Strategien im Umgang mit Schwierigkeiten werden erarbeitet, geübt und ausprobiert.

Therapie in der Bezugsgruppe

Sie arbeiten in Gruppen mit maximal zwölf Patienten an der Bewältigung Ihrer Erkrankung und können Akzeptanz und Unterstützung erfahren und erleben. Durch das wachsende Zusammengehörigkeitsgefühl der Gruppe können Sie offen über Probleme ins Gespräch kommen. Die Gruppe ermöglicht Ihnen Rückmeldungen zum eigenen Verhalten und damit die Überprüfung eigener Wahrnehmungen. Die Zusammensetzung und Größe der Gruppe verändert sich im Behandlungsverlauf durch Aufnahmen und Entlassungen.



Rehabilitandentreff

Sie treffen sich ohne therapeutische Begleitung in der Bezugsgruppe und erledigen weiterführende Anforderungen aus der Gruppentherapie zur Vertiefung von Themen oder zur Überprüfung eigener Erfahrungen. Sie wählen einen Gruppensprecher und tauschen sich zu Problemen im Therapiealltag aus. Sie können in dieser Zeit gemeinsam Freizeitaktivitäten planen und durchführen.

Angehörigenseminar

Wir laden Ihre Angehörigen zu einer Informationsveranstaltung zur Erkrankung und der Behandlung ein. Wir möchten Ihre Angehörigen dafür gewinnen, Sie bei Ihren Veränderungen und Abstinenzanstrengungen zu unterstützen.

Familien- & Angehörigengespräche

Sie können sich mit Familienangehörigen zu einem therapeutisch begleiteten Gespräch in unserem Haus treffen.

Belastungserprobungen zu Hause

Spätestens nach der fünften Behandlungswoche dürfen Sie kurz nach Hause fahren und später die Heimfahrten nach den Regeln des Kostenträgers auch mit Übernachtung nutzen. So können Sie bereits während der Behandlung Abstinenz in der gewohnten Umgebung prüfen und erlernte Strategien etwa zur Konfliktlösung erproben sowie den Kontakt zu Angehörigen, Arbeitskollegen oder Behörden und Beratungsangeboten gestalten.

Freizeitveranstaltungen

Sie können eigene Vorschläge zur Gestaltung der therapiefreien Zeit, vor allem in Gruppen, anregen und werden bei Bedarf vom Team bei der Umsetzung unterstützt.

Sozialmedizinische Begleitung

In der Zeit der Behandlung erhalten Sie Unterstützung bei der Vorbereitung und Abklärung der sozialen und beruflichen Wiedereingliederung. In einer Sprechstunde im Haus ist ausreichend Zeit für Ihre individuellen Anliegen. Im beruflichen Bereich entwickeln Ergotherapeuten, Bezugstherapeuten und Ärzte gemeinsam mit Ihnen berufliche Per-

spektiven. Im sozialen Bereich erfahren Sie Anleitung und praktische Unterstützung im Umgang mit Ämtern und Behörden, der Regulierung aktueller finanzieller Probleme, der Information von Stellen, der Organisation von Kooperation und weiteren Hilfen nach Behandlungsende.

Ergo- & Arbeitstherapie

Sie werden bei der Stabilisierung und Wiedererlangung der beruflichen und körperlichen Leistungsfähigkeit unterstützt. Sie entdecken beim Gestalten und Handwerken Ihre eigenen Fähigkeiten wieder, erleben Freude und lernen sich selbst besser kennen.

Es stehen folgende Angebote zur Verfügung:

- Arbeiten mit Holz
- Korbflechten
- Seidenmalerei
- Arbeiten mit Ton
- Indikative Gruppen mit gestalterisch-kreativem Bereich
- Gruppen zur sozialen Interaktion und Kommunikation
- und andere Techniken

In der Arbeitstherapie, beispielsweise beim Anlegen eines Kräutergartens oder bei Holzarbeiten, können Sie bei Projektarbeiten neben anderen Fähigkeiten Ihre Teamfähigkeit unter Beweis stellen.

Körperorientierte Therapie

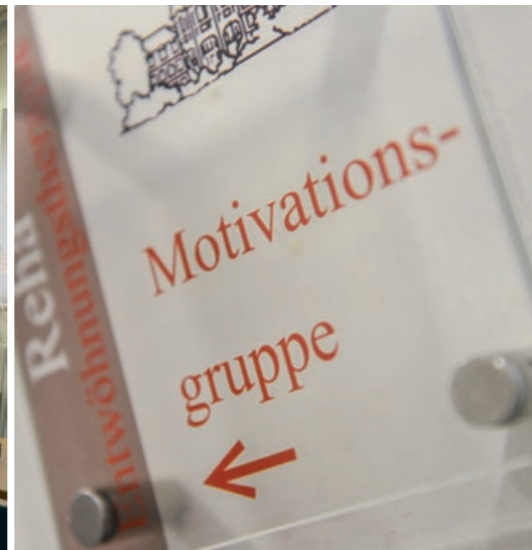
Sie nehmen regelmäßig an der Sport- und Bewegungstherapie teil. Sportliche Angebote sollen helfen, das Körperempfinden und die Belastbarkeit zu verbessern, etwa

- Nordic Walking
- Teamsport
- Rückentraining
- andere Angebote wie Gymnastik in Gruppen
- Individuelles, angeleitetes Training im Fitnessbereich.

Diätassistenz

Sie erhalten individuelle Beratung und Unterstützung in Ernährungsfragen. Hand in Hand erarbeiten Sie die wichtigsten Merkmale einer gesunden Ernährung und können dazu in der Kochgruppe Ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten neu entdecken.

EINBLICKE THERAPIE





INDIKATIVE GRUPPEN



Entsprechend dem gemeinsam vereinbarten, individualisierten Behandlungsplan stehen Ihnen verschiedene themenspezifische Gruppen beziehungsweise Angebote offen:

Gruppe „Kognitives Training“

Das Training soll Konzentrationsfähigkeit, Informationsaufnahme und -verarbeitung sowie Merkfähigkeit verbessern.

Ausdruckszentrierte Gruppe

Sie lernen sich mit kreativen Techniken und Methoden Ihren Themen zu nähern und kommen mit Ihren Gefühlen und Wünschen oder Befürchtungen in Kontakt. Das Angebot findet in einer Kleingruppe statt.

Gruppe „Gesundheitsinformation & -förderung“

Hier geht es um die vertiefte Information und Aufklärung zu Ernährung, Bewegung, Stress, Schutzfaktoren, Alltagsdrogen auch im Zusammenhang mit Folgen substanzbezogener Störungen. Ihr gesundheitsbewusstes Verhalten soll gestärkt werden.

Gruppe „Motivationsförderung“

Genuss ist ohne Suchtmittel möglich! Sie kommen mit den eigenen Erfahrungen und Fähigkeiten in Kontakt. Sie überprüfen Ihre bisherigen Verhaltensweisen und stellen sich auf Verhaltensänderungen ein. Sie verstehen warum eigene Aktivität zur Krankheitsbewältigung gehört.

Kochgruppe

Die Diätassistentin leitet das praktische Angebot in der Lehrküche an. Sie erarbeiten in der Kleingruppe einen Vorschlag für eine Speisenfolge zu Mittag und setzen diesen praktisch gemeinsam um. Dabei wenden Sie Kenntnisse zu gesundheitsbewusstem Umgang mit Lebensmitteln und gesundem Verhalten an und erlernen neue.

Psychotherapeutische Gruppe „Selbstsicherheit/soziale Kompetenzen“

Sie wünschen sich, klarer zu sagen, was Sie wollen, möchten Ihre Bedürfnisse besser beachtet wissen, sich abgrenzen oder angemessene Kritik üben oder mit fremden Personen in Kontakt kommen? In der Gruppe setzen Sie sich mit Ihren Erfahrungen auseinander und erproben neues Verhalten.



Sie neigen zu einem riskanten Konsum von Cannabis oder haben bereits eine Abhängigkeit von diesem Stoff entwickelt? Wir bieten Ihnen im Rahmen unserer Behandlung hierfür individuelle Hilfestellung an.

Psychotherapeutische Gruppe „Depressionsbewältigung“

Ihre Erfahrungen mit der eigenen depressiven Störung werden durch Informationen zu Symptomatik, Ursachen und medikamentöser Therapie angereichert. Sie lernen im Austausch mit anderen, Frühwarnzeichen zu erkennen und den Umgang mit den Störungen zu verbessern.

Sie erarbeiten und erproben Bewältigungsstrategien zum Aufbau angenehmer Aktivitäten, zur Selbstbeobachtung, zur Symptomreduzierung, zur Veränderung von Gedanken sowie zur Reduzierung von Ängsten.

Psychotherapeutische Gruppe „Komorbiditäten und Bewältigung“

Die Gruppe geht auf Bewältigungsschwierigkeiten bei Ängsten, Schmerzzuständen, in Beziehungen oder im Umgang mit eigenen Emotionen und ähnlichem ein und hilft Ihnen, die eigenen Schwierigkeiten zu verstehen. Sie erarbeiten und erproben neue Bewältigungsstrategien, mit denen Sie ungünstige Bewältigungsmuster verändern und dadurch gesünder mit sich und anderen umgehen können. Sie werden zu genauerer Selbstbeobachtung und Veränderung angeleitet und ermutigt.

Bewerbungstraining in der Gruppe

Sie sind arbeitssuchend oder unsicher am letzten Arbeitsplatz oder interessieren sich für Themen wie Bewerbungstraining? Sie setzen sich mit Anforderungen, Ihren Rechten und Pflichten in der Arbeitswelt auseinander und überprüfen selbstkritisch den Umgang mit Arbeitgebern oder Behörden. Sie erhalten Informationen und Tipps zu Leistungen der Arbeitsverwaltung oder praktische Unterstützung. Zudem erhalten sie die Möglichkeit, Ihre bestehende Bewerbung in unseren EDV-Schulungsraum zu aktualisieren oder eine neue zu erstellen. Auch zur Stellenrecherche steht Ihnen ein Computer mit Internetzugang zur Verfügung.

Suchttherapie – arbeitsbezogene Themen für Arbeitslose

Arbeitssuche ist ein anstrengender Prozess! Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein werden gebraucht, um mit den eigenen Stärken und bei einer realistischen Einschätzung der Arbeitsmarktsituation zum Erfolg/einem Arbeitsplatz zu kommen. Sie erarbeiten, wie Sie einen vollständigen Alltag unter den Bedingungen der Arbeitslosigkeit gestalten und sich für die Arbeitssuche motivieren.

Suchttherapie – arbeitsbezogene Themen für Berufstätige

Sie sind in Arbeit und können nach der Behandlung an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren. Sie tauschen sich über innerbetriebliche Versuchungssituationen aus, lernen innerbetriebliche Suchtvereinbarungen kennen, überprüfen Über- bzw. Unterforderungen am Arbeitsplatz, Ihren Umgang mit Stress und entwickeln Lösungsmöglichkeiten.

Nichterwerbstätige können auf Wunsch die arbeitsbezogenen Angebote nutzen oder die Gruppe Selbstmanagement weiterhin besuchen.

Externes Arbeitsplatzpraktikum

Wenn Sie sich beruflich neu orientieren oder in einem Arbeitsfeld ausprobieren möchten, können Sie in der näheren Umgebung bei Firmen (etwa Bauhof, Schreinerei, Elektriker, Gärtnerei, Altenheim) für zwei Wochen ein Arbeitsplatzpraktikum absolvieren. Sie erhalten eine Beurteilung vom Arbeitgeber für Ihre weiteren Bewerbungen. Das Praktikum kann auch als Belastungserprobung dienen.

Entspannungstherapie

Sie erhalten die Gelegenheit, im Rahmen der Entspannungstherapie neue Möglichkeiten der Entspannung zu erlernen. In einem mehrwöchigen Zeitraum werden Sie in die Techniken der progressiven Muskelentspannung und Imaginationsverfahren eingeführt. Die Entspannungsverfahren dienen der verbesserten Körperwahrnehmung und Erhöhung der Stresstoleranz, fördern Ruhe, Besinnung und allgemeines Wohlbefinden.

i

ORIENTIERUNG
INFORMATION

Imedbo





DIE MEDBO

medbo steht für „Medizinische Einrichtungen des Bezirks Oberpfalz“. Das Unternehmen ist eine Anstalt des Öffentlichen Rechts in Form eines Kommunalunternehmens.

Alleiniger Träger ist der Bezirk Oberpfalz.

Als Gesundheitsunternehmen verbindet die medbo die Aufgaben einer differenzierten regionalen und überregionalen Versorgung auf höchstem medizinischen und pflegerischen Niveau mit den Möglichkeiten von Forschung und Lehre in den Fachbereichen Psychiatrie & Psychotherapie, Kinder- und Jugendpsychiatrie & Psychotherapie sowie Neurologie.

Ein Institut für Neuroradiologie und Einrichtungen für den Maßregelvollzug ergänzen das Leistungsspektrum.

Kooperationskliniken und Lehrkrankenhäuser der Universität Regensburg zählen ebenso zur medbo wie das Institut für Bildung und Personalentwicklung IBP, das größte Bildungsinstitut im Gesundheitsbereich in Ostbayern, oder die medbo Pflegeschulen Regensburg.

Die medbo versorgt die etwa eine Million Einwohner:innen der Oberpfalz mit derzeit über 3.600 Mitarbeiter:innen über Kliniken, Ambulanzen, Pflegeheime und andere Einrichtungen.

Sie finden uns an sechs Standorten.

www.medbo.de



DIE MEDBO IN WÖLLERSHOF

In Wöllershof, etwa 100 km nördlich von Regensburg und etwa 10 km von Weiden i.d.Opf entfernt, befindet sich der zweitgrößte Standort der medbo. Von hier aus werden mit mehr als 400 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern rund 330.000 Einwohner der nördlichen Oberpfalz versorgt, hauptsächlich aus den Landkreisen Neustadt an der Waldnaab und Tirschenreuth sowie der kreisfreien Stadt Weiden i.d.Opf. Folgende Einrichtungen befinden sich in Wöllershof:

- Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik & Psychotherapie
- Fachklinik zur Rehabilitation bei Abhängigkeitserkrankungen
- Psychiatrische Pflegeheime
- Psychiatrisches Wohnheim

Die Geschichte der medbo Wöllershof reicht auf das frühe 20. Jahrhundert zurück. Der Kreistag der Oberpfalz (Vorläufer des heutigen Bezirkstags) erbaute in den Jahren 1906 bis 1910 in Wöllershof ein zweites psychiatrisches Krankenhaus zur Versorgung der Oberpfälzer Bevölkerung und zur Entlastung des Krankenhauses in Regensburg.

Die Anlage wurde im Spätjugendstil (Pavillon-Bauweise) ausgeführt. Im Jahr 1920 wurden alle Patienten nach Regensburg überstellt und das Haus aus Kostenersparnisgründen geschlossen.

Nach seiner Verwendung als Kindererholungsheim in den 20er-Jahren und Militärunterkunft in den 30er-Jahren diente das Haus nach erheblichen Erweiterungen und Umbauten bis 1943 als Reichsfinanzschule. Bis 1977 wurden hier anschließend Tuberkulosekranke behandelt – ab 1956 auch in einer selbständigen thoraxchirurgischen Abteilung.

1978 führte der Bezirk das Haus wieder zurück in seinen Besitz und gestaltete es in eine neuzeitliche psychiatrische Fachklinik um.



SO FINDEN SIE ZUM MEDBO STANDORT WÖLLERSHOF

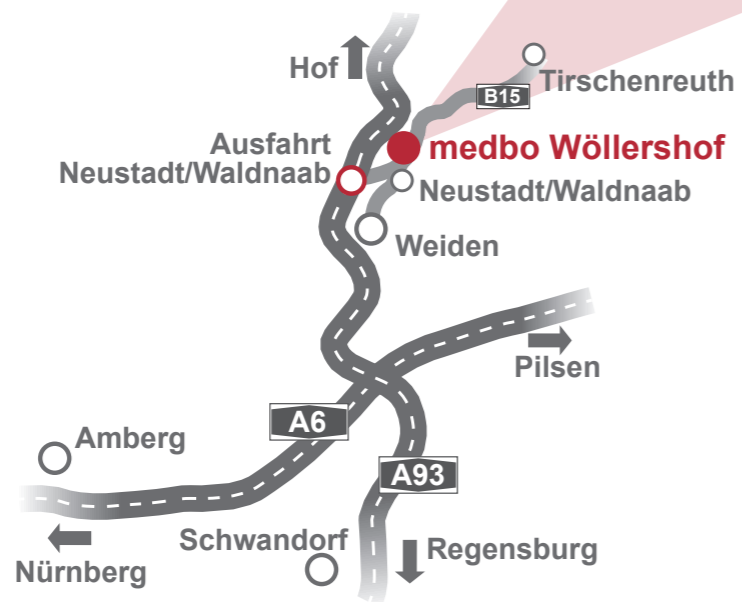
Das Gelände der medbo Wöllershof liegt etwa zehn Kilometer nördlich der Stadt Weiden in der Oberpfalz und etwa vier Kilometer von der Kreisstadt Neustadt a.d. Waldnaab entfernt.

Anreise mit dem Pkw:

Über die Autobahn A93 südlich aus Richtung Regensburg/Weiden oder nördlich aus Richtung Hof, Ausfahrt „Neustadt/Waldnaab“. Über die Autobahn A6 aus Richtung Nürnberg bis zum Autobahnkreuz „Oberpfälzer Wald“. Hier auf die A93 Richtung Hof/Weiden auffahren. Das Bezirksklinikum Wöllershof ist ab der Autobahnabfahrt Neustadt/Waldnaab (neue Ausfahrt) ausgeschildert. Besucherparkplätze stehen an der Haupteinfahrt zur Verfügung.

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Wöllershof liegt verkehrsgünstig nahe der Bahnlinien „Nürnberg-Weiden-Neustadt (Waldnaab)“ und „Regensburg-Weiden-Neustadt (Waldnaab)“, Haltepunkt „Neustadt (Waldnaab)“. Alternativ kann der Haltepunkt „Altenstadt (Waldnaab)“ über die Bahnlinien „Regensburg-Hof“ und „Regensburg-Weiden-Marktredwitz“ genutzt werden. Von hier aus verkehren Busse in Richtung Neustadt a.d.WN/Wöllershof.



Herausgeber:
Medizinische Einrichtungen des Bezirks Oberpfalz – KU
(Anstalt des Öffentlichen Rechts)
Universitätsstraße 84 | 93053 Regensburg
Fon +49 (0) 941/941-0 | Fax +49 (0) 941/941-1105
info@medbo.de | www.medbo.de

Fotos:
Titel: Lightspring - Shutterstock
Innentitel: S2/3 tifonimages - iStock; S4/5,S12 Wilhelm Daubner;
S5 Juliane Zitzlsperger; S6/7,S8,S10 Sergey Nivens - AdobeStock;
S12/13 Wilhelm Daubner; S13 contrastwerkstatt - AdobeStock;
S18/19,S20 Mopic - Shutterstock; S22 pressmaster - Fotolia;
S22 stockshoppe - Fotolia; S22 Svemir - iStock; S23 LUHUANFENG - iStock;
S23 WavebreakmediaMicro - Fotolia; S24/25,S26 Dimitrii Simakov - Shutterstock;
S28/29,S30,S32 Werner Bauer; S34/35 Sina Ettmer - AdobeStock;
S34 Ralfenbyte - Fotolia; S34 Marem - Fotolia; S34 Siebenlicht - AdobeStock;

S34 Sibyllenbad; S34 Thaut Images - Fotolia; S34 SIRIPONG JITCHUM - Fotolia;
S35 Thomas - AdobeStock; S35 C. Rietsch - Fotolia; S35 ventura - Fotolia;
S35 Wirestock - iStock; S35 3quarks - iStock;
alle weiteren Abbildungen Frank Hübler

Konzeption und Leitung: Renate Neuhierl
Grafische Gestaltung: Kreativbuero Jürgen Mayer, Regensburg
Druck: Schmidl & Rotaplan Druck, Regensburg

Auflage: 1000 Exemplare

Gender-Erklärung: Um die Lesbarkeit zu vereinfachen, wird in der Broschüre meist auf die zusätzliche Formulierung weiterer Geschlechtsformen verzichtet. Wir weisen darauf hin, dass die ausschließliche Verwendung der weiblichen/männlichen/diversen Form explizit als geschlechtsunabhängig verstanden werden soll.

DIE NORDOBERPFALZ





Medizinische Einrichtungen des Bezirks Oberpfalz - KU
Fachklinik zur Rehabilitation bei Abhängigkeitserkrankungen
am Bezirksklinikum Wöllershof
HAUS 19
Wöllershof 1 | 92721 Störnstein

Fon +49 (0) 9602/78-0
Fax +49 (0) 9602/78-7450

linik-psy-woe@medbo.de
www.medbo.de

