

# Der Usedomer Reha-Verbund

Im Jahr 2006 haben sich die acht Rehakliniken der Insel und das Kreis-  
krankenhaus Wolgast zusammengeschlossen, um die Bedeutung der  
Rehabilitation auf Usedom weiter zu steigern und die hier vorhandenen  
speziellen Angebote noch bekannter zu machen.

Mit dem jährlich stattfindenden Usedomer Gesundheitstag ist ein beson-  
deres Ereignis entstanden, das dem Gast und Interessierten die „Tür zum  
Thema Gesundheit“ öffnet.

**gesundheit.usedom.de • usedom.de**

Mit freundlicher Unterstützung von:



**MediClin Dünenwald Klinik**  
Insel Usedom · Dünenstraße 1  
17449 Ostseebad Trassenheide  
[www.duenenwaldklinik.de](http://www.duenenwaldklinik.de)

**Johannesbad Fachklinik**  
Klaus Störtebeker Ostseestrand  
Strandstraße 13  
17459 Seebad Kölpinsee  
[www.ostseestrandklinik.de](http://www.ostseestrandklinik.de)  
[www.mutter-kind-ostseestrandklinik.de](http://www.mutter-kind-ostseestrandklinik.de)

**IFA Kurheim Usedom und  
Kinder Rehazentrum Usedom**  
Strandstraße 3  
17459 Seebad Kölpinsee  
[www.ifagesundheit.de](http://www.ifagesundheit.de)

**Deutsche Rentenversicherung  
Bund, Reha-Zentrum Ückeritz  
Klinik Ostseeblick**  
Am Steilufer  
17459 Seebad Ückeritz  
<http://ostseeblick.deutsche-rentenversicherung-reha-zentren.de>

**MEDIGREIF Inselklinik**  
Heringsdorf, Haus Gothensee &  
Mütter-Gesundheit-Usedom e.V.  
Setheweg 11  
17424 Ostseebad Heringsdorf  
[www.inselklinik.de](http://www.inselklinik.de)

**MEDIGREIF Inselklinik**  
Heringsdorf, Haus Kulm  
Kulmstraße 9  
17424 Ostseebad Heringsdorf  
[www.inselklinik.de](http://www.inselklinik.de)

**Rehaklinik  
Usedom**  
Delbrückstraße 1-4  
17424 Ostseebad Heringsdorf  
[www.rehaklinik-usedom.de](http://www.rehaklinik-usedom.de)

**Rehabilitationsklinik  
Seebad Ahlbeck**  
Kieferngrund 1-10  
17419 Ostseebad Ahlbeck  
[www.dengg-kliniken.de](http://www.dengg-kliniken.de)

**Kreis Krankenhaus  
Wolgast gGmbH**  
Chausseestraße 46  
17438 Wolgast  
[www.kreiskrankenhaus-wolgast.de](http://www.kreiskrankenhaus-wolgast.de)



## II. Usedomer Gesundheitstag

**25.08.2018 – ab 10 Uhr Strandvorplatz  
an der Konzertmuschel Heringsdorf**

Unter dem Motto „Gesundheit & Vitalität – Usedom zeigt, wie es geht!“  
dreht sich beim II. Usedomer Gesundheitstag wieder alles um das Thema  
Prävention, Gesundheitsförderung und Familiengesundheit.

Die acht Rehakliniken der Sonneninsel und das Kreiskrankenhaus Wolgast  
zeigen in diesem Jahr wieder gemeinsam mit dem Eigenbetrieb Kaiserbä-  
der Insel Usedom, der OstseeTherme Usedom und der Usedom Touris-  
mus GmbH, welch beeindruckendes Gesundheits- und Präventionspoten-  
zial Usedom zu bieten hat.

Dabei stehen nicht nur die gesunde Ernährung und Bewegung im Mittel-  
punkt. Spannende Fachvorträge und interessante Gespräche mit Mitar-  
beitern aus dem Gesundheitssektor der Sonneninsel machen das Thema  
„Prävention“ aktiv und mit viel Spaß für jedermann zugänglich.

**www.gesundheit.usedom.de**



# Gesundheit & Vitalität – Usedom zeigt, wie es geht!

## Das Programm

- 8 Uhr:** **Romantik am Meer bei Sonnenaufgang**  
Der besondere Tagesbeginn live & direkt am Meer  
Kurkonzert „KLAVIER IM SAND“ mit Thomas Putensen  
(Strand Heringsdorf, links der Seebrücke)
- 10 Uhr:** **Eröffnung des II. Usedomer Gesundheitstages**  
Grußworte und Rundgang
- 10.30–15 Uhr:** **Aktuelle Arztvorträge & Gesprächsrunden**  
„Was Sie schon immer wissen wollten“
- 11–13.30 Uhr:** **Bewegung mit Leidenschaft**  
Streetdance, Hip- & Showdance, Rückenfit, Rehasport  
und leichte Choreografien zum Mitmachen mit dem  
Fitness- & Tanzverein „be free e.V.“ aus Ueckermünde
- 13.30 Uhr:** **Rette sich wer kann**  
Vorstellung der Wasserwacht
- 14–16 Uhr:** **„Thomas Putensen & Freunde“**  
Songs und Improvisationen zwischen Rock & Klassik,  
Geschichtenlieder und Lieder vom Meer
- 14 Uhr:** **Richtig geraten?**  
Auslosung Ernährungsquiz
- 14.30 Uhr:** **Bewegung hält fit**  
Aerobic-Programm zum Mitmachen
- 20 Uhr:** **Abendkonzert „Klavier am Meer“**  
Thomas Putensen & Gastmusiker in der Konzertmuschel

## Angebote & Aktivitäten:

Körpercheck • Ergo- und Sporttherapie • Heringsdorfer Jodsole •  
Dermatologische Kosmetik • Lungenfunktionsdiagnostik • Blutzucker- und  
Blutdruckmessungen • Körperfettmessung • Patienteninformaton zum Thema  
„Diabetes mellitus“ • physiotherapeutische Beratung • Hygieneberatung •  
Faszientraining • Hörtest • Präsentation von Reha-Hilfsmitteln, Alltagshilfen,  
Rollatoren, Scooter etc. • Ernährungsstrecke zum Thema „Zucker“ • Klang-  
massagen • Musikinstrumente • Vorstellung der Selbsthilfegruppen: Krebs,  
Osteoporose und der Rheumaliga • Ernährungsquiz • Kieselbad • Ergometer •  
Sinnesparcour • Bastelstraße • Beratungs- und Präventionsangebote • Infor-  
mationen zu Kranken- und Ausflugsfahrten • AGE-Messung (Messung des  
biologischen Alters) • Mitmachaktionen für Groß & Klein

## Ärztvorträge & Gesprächsrunden

**10.30–15 Uhr:** **Thematisch wechselnde Vorträge und  
Gesprächsrunden mit Ärzten und Therapeuten:**

- „Cholesterin – was ich schon immer darüber wissen wollte“
- „Zucker et cetera...“
- „Sonne pur oder lieber verstecken?“
- „Achtsamkeit – kann ich das?“
- „Endlich entspannen“
- „Kinder und Medien“
- „Wozu brauchen wir exotische Kräuter“

Bitte beachten Sie den detaillierten Ablaufplan vor Ort.

