



INFORMATIONEN

Für unsere Patientinnen und Patienten



HERZLICH WILLKOMMEN

Wir freuen uns, Sie in der Rehaklinik Seewis begrüßen zu dürfen. Unsere Klinik liegt auf einer Sonnenterrasse in den Bündner Bergen und bietet Ihnen die notwendige Ruhe, um sich zu erholen.

Nach dem Motto «Wir bringen Sie zurück zu den Dingen, die Sie lieben» arbeitet ein engagiertes interdisziplinäres Team mit Ihnen zusammen, damit Sie Ihre grösstmögliche Selbstständigkeit und Lebensqualität wiedererlangen.

In dieser Broschüre erhalten Sie wichtige Informationen rund um Ihren Aufenthalt. Wenn Sie weitere Fragen oder spezielle Anliegen und Wünsche haben, sind wir jederzeit gerne für Sie da.

Es ist uns wichtig, dass Sie sich bei uns wohl fühlen und wir wünschen Ihnen von Herzen eine erfolgreiche Rehabilitation.



Marco Näf
Geschäftsführer



Prof. Dr. med. Michele Genoni
Ärztlicher Direktor

Inhalt

- 4 Vorbereitung
- 5 Ihr Aufenthalt
- 7 Besuch
- 9 Gut zu wissen (A–Z)
- 13 Packliste
- 14 Austritt
- 15 Anfahrt

VOR IHREM EINTRITT

Anmeldung

Das zuweisende Spital oder Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin übernehmen die Anmeldung und beantragen die Kostengutsprache bei Ihrer Krankenkasse. Bitte bringen Sie Ihre Versicherungskarte mit.

Upgrades

Bei verfügbaren Kapazitäten haben Sie die Möglichkeit, sich auf einen Halbprivat- oder Privatstatus upzugraden. Unser Team der Patientenadministration informiert Sie gerne.

Ihr Eintritt

Datum und Uhrzeit Ihres Klinikeintritts geben wir Ihnen rechtzeitig bekannt. Bitte melden Sie sich am Eintrittstag zur vorgesehenen Zeit beim Haupteingang an.

Fragen

Bei allfälligen Fragen wenden Sie sich jederzeit vertrauensvoll an unser Team der Patientenadministration:

Telefon +41 81 307 52 52

E-Mail verwaltung@rehaklinik-seewis.ch

Wertsachen und persönliche Gegenstände

Bitte lassen Sie Wertsachen (Schmuck, Uhren, teure Elektronikgeräte, grosse Geldbeträge) zu Hause.

Die Rehaklinik Seewis haftet nicht für den Verlust oder die Beschädigung persönlicher Gegenstände.

Medikamente

Während der Rehabilitation werden Ihnen die Medikamente ärztlich verordnet und durch unser Team abgegeben.

Für Ihren Aufenthalt

Auf unserer Webseite finden Sie eine Packliste, um optimal auf den Aufenthalt vorbereitet zu sein.



IHR AUFENTHALT BEI UNS

Der Eintrittstag

Die Mitarbeitenden, die Sie betreuen, stellen sich persönlich bei Ihnen vor und informieren Sie über den Tagesablauf. Wir möchten Sie dazu motivieren, uns Ihre Rehaziele und Ihre Anliegen mitzuteilen. Falls Sie eine Patientenverfügung besitzen, bringen Sie diese zur Eintrittsvisite mit. Die Arztvisite bietet Ihnen die beste Gelegenheit zum Besprechen Ihrer Anliegen.

Ihr Rehateam

Der Rehaaufenthalt dient dazu, dass Sie Ihre grösstmögliche Selbstständigkeit wiedererlangen und Ihre Lebensqualität weiter verbessern. Ein kontinuierlicher Dialog mit Ihrem Rehateam ist für Ihre Genesung wichtig.

Individueller Therapieplan

Zu Beginn des Aufenthalts erstellt unser Therapieteam gemeinsam mit Ihnen und der Ärzteschaft ein individuelles Therapieprogramm, das regelmässig Ihren Fortschritten und Therapiezielen angepasst wird. Damit Sie Ihre Ziele erreichen, ist es wichtig, am Therapieprogramm teilzunehmen. Die Therapiezeiten sind verbindlich. Abmeldungen müssen begründet werden und können beim Empfang der Medizin

erfolgen. Bei Fragen oder Anliegen zur Therapie sprechen Sie am besten Ihre Therapeutin oder Ihren Therapeuten in der Therapiestunde oder Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt direkt an. Ihr Tagesprogramm für den kommenden Tag liegt am Vorabend in Ihrem Fach beim Empfang Medizin bereit. In den Therapiebrochüren finden Sie weitere Informationen zum gesamten Therapieangebot:

KARDIOLOGIE / INNERE MEDIZIN / ONKOLOGIE:



PSYCHOSOMATIK / PSYCHIATRIE:



Pflege

Unsere Pflege ist für Sie rund um die Uhr im Haus verfügbar. Wenn Sie pflegerische Unterstützung benötigen, allfällige Fragen oder Anliegen haben, können Sie sich jederzeit über den Rufknopf im Zimmer melden.



Ausgewiesene Fachkompetenz, modernes und umfassendes Therapieangebot

Unsere Mitarbeitenden verfügen über eine ausgewiesene Fachkompetenz auf dem Gebiet der kardiologischen und internistisch-onkologischen Rehabilitation und Prävention sowie Psychiatrie / Psychosomatik. Zudem setzen wir auf innovative Therapieformen und neue Technologien. So können Sie intensiver und effektiver trainieren und Ihre Ziele schneller erreichen.

Wichtige Telefonnummern

Empfang Verwaltung/Hotellerie	+41 81 307 52 52
Empfang Medizin	+41 81 307 52 00
Pflege	intern 999
	intern Scesaplana 25199
	extern +41 81 307 51 99

INFORMATIONEN FÜR IHREN BESUCH

Besuchszeiten

Jeder Besuch trägt letztlich zur Unterstützung und Motivation unserer Patientinnen und Patienten bei. Darum haben wir keine festen Besuchszeiten. Bitte stimmen Sie die Besuchszeiten im Voraus auf Ihren Therapieplan ab und nehmen Sie Rücksicht auf Ihre Mitpatientinnen und Mitpatienten. Die Therapie- und Visitenzeiten sowie die im Tagesplan aufgeführten Termine sind verbindlich. Falls Sie Besuchseinschränkungen wünschen, informieren Sie bitte das zuständige Pflegepersonal.

Öffentliches Restaurant

Unser öffentliches Restaurant steht unseren Patienten und Gästen zur Verfügung und hat sich auch bei Einheimischen und Touristen als beliebter Treffpunkt etabliert. Ihre Tischreservierung nehmen wir gerne unter +41 81 307 51 52 entgegen. Die Öffnungszeiten und die Speisekarten finden Sie auf unserer Webseite:



Begleitperson

Begleitpersonen sind bei uns herzlich willkommen, denn sie sind ein wichtiger Faktor auf Ihrem Weg zurück in den Alltag. Für Begleitpersonen besteht die Möglichkeit, das Angebot der Klinik nach Verfügbarkeit zu nutzen. Bitte nehmen Sie bei Interesse frühzeitig mit uns Kontakt auf und haben Sie Verständnis, dass Besuche über Nacht ohne Voranmeldung nicht gestattet sind.

Parken

Parkmöglichkeiten bestehen im Dorf (max. 90 Minuten) oder im öffentlichen Parkhaus Leschga. Bitte beachten Sie, dass vor der Rehaklinik keine Parkplätze zur Verfügung stehen.



GUT ZU WISSEN (A–Z)

Bankomat/Geld

Der nächste Bankomat befindet sich an der von Salis-Strasse hinter dem Hauptgebäude. Die Klinik akzeptiert Kartenzahlung von allen gängigen Kartenanbietern.

Brandschutz

Beachten Sie bitte den Situationsplan an der Zimmertür. Die Rehaklinik ist mit einer Brandmeldeanlage und mit Rauchmeldern ausgerüstet. Kerzen, Tauchsieder, private elektronische Geräte wie Wasserkocher oder Aromadiffusor etc. sind im Zimmer nicht gestattet.

Coiffeursalon & Fusspflege

Im Scesaplana steht Ihnen eine Coiffeuse und eine Fusspflege zur Verfügung. Die Nutzung beider Angebote erfolgt auf Ihre eigene Rechnung. Für Termine und Öffnungszeiten wenden Sie sich bitte an den Empfang Medizin.

Empfang

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 08.00 – 17.00 Uhr, Samstag 08.00 – 14.00 Uhr. Telefon +41 81 307 52 52

Einkaufsmöglichkeiten

Im Dorf befindet sich ein Spar, ein Bazar inkl. Postagentur und in der Rehaklinik Seewis ein Physio-Shop sowie ein Verpflegungsautomat. Weitere Einkaufsmöglichkeiten befinden sich in Landquart oder Schiers.

Ernährungskonzept

Die Ernährung ist ein zentraler Bestandteil unseres ganzheitlichen Therapiekonzepts. Alle Patientinnen und Patienten profitieren bei uns von einem Ernährungskonzept, das von ausgebildeten Diätköchinnen und -köchen umgesetzt wird. Je nach medizinischer Notwendigkeit wird zusätzlich eine individuelle Ernährungsberatung verordnet.

Garderobe

Die Garderobe befindet sich beim oberen Eingang (Nord) beim Hauptgebäude. Wander- und Strassenschuhe oder nasse Regenjacken bitten wir Sie, dort zu deponieren. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden / Diebstahl.

Hilfsmittel

Die Hilfsmittel, die Sie während Ihres Aufenthalts erhalten, sind Eigentum der Klinik. Bitte behandeln Sie diese sorgfältig und retournieren Sie sie am Ende Ihres Aufenthalts. Für Hilfs-

mittel, die Sie nach Hause nehmen möchten, wenden Sie sich an Ihre Therapeutin oder Ihren Therapeuten.

Informationsrecht

Diagnosen, Untersuchungsergebnisse, Behandlungen und weitere Informationen stellen wir in Ihrem Patientendossier zusammen. Sie haben die Möglichkeit, Einblick in Ihr Patientendossier zu erhalten.

Internet (WLAN)

Der Internetzugang ist kostenlos und erfolgt über das WLAN der Rehaklinik. Das Passwort erfahren Sie am Empfang, im Scesaplana ist der Zugang offen.

Medikamente / Medikamentenausgabe

Der Medikamentenbezug ist von Montag bis Freitag während den Öffnungszeiten am Schalter der Apotheke möglich. Bitte melden Sie sich rechtzeitig, bevor ihr Doset leer ist.

MTT/Fitnessraum

Die medizinische Trainingstherapie (MTT) hat sich aus der Bewegungs- und Trainingslehre entwickelt und unterstützt den Rehabilitations- und Präventionsprozess. Die medizinische Trainingstherapie findet täglich statt und wird von einer Fachperson betreut.

Notfall

Der Pflegedienst ist während 24 Stunden über die interne Telefonnummer 999 oder über die Telefontaste «Medizin» erreichbar. Ärztliches Personal ist ebenfalls rund um die Uhr in Bereitschaft. Im Notfall können Sie durch Betätigen der orangen Taste beim Bett, bei der Türe oder im Bad, Hilfe anfordern. Bitte warten Sie ca. 20 Sekunden, bis die Freisprechanlage aktiviert wird. Auch im Haus Scesaplana stehen die Zimmertelefone 24 Stunden für Notrufe unter der Nummer 25199 zur Verfügung.

Post

Ihre Post wird Ihnen auf Ihr Zimmer gebracht. Briefe zum Versenden können Sie gegen Bezahlung an der Rezeption abgeben.

Privatsphäre

In unserer Klinik werden Menschen in herausfordernden Lebenssituationen behandelt. Bitte nehmen Sie Rücksicht auf die unterschiedlichen Bedürfnisse Ihrer Mitpatientinnen und Mitpatienten. Ihr Zimmer ist ein persönlicher Rückzugsort – wir bitten Sie, soziale Kontakte in den Aufenthaltsbereichen der Klinik zu pflegen.

Rauchen

Die Raucherplätze befinden sich rechts vom Haupteingang und im Scesaplana auf der Terrasse der Lounge. Auf allen Balkonen und in den Innenräumen herrscht absolutes Rauchverbot.

Sozialberatung

Durch eine Erkrankung wird häufig der gewohnte Lebensrhythmus unterbrochen. Dabei kann es sein, dass der Alltag neu organisiert werden muss. Die Sozialberatung berät Sie gerne während des Aufenthalts bei psychosozialen und sozialrechtlichen Fragestellungen. Die Anmeldung erfolgt über Ihre zuständige Ärztin bzw. über Ihren zuständigen Arzt.

Telefon

Die wichtigsten Telefonnummern finden Sie auf der Seite 6. Auf dem Zimmertelefon finden Sie Ihre persönliche Telefonnummer. Sie können von Ihrem Zimmer aus rund um die Uhr direkt Auswärtsgespräche führen (kostenpflichtig).

Vorgehen:

- ▶ 1. Hörer abnehmen und Nr. 0 wählen
- ▶ 2. Summton abwarten
- ▶ 3. gewünschte Nummer wählen



Therapiebad und Sauna

Die Benutzung des Hallenbades ist nur unter Aufsicht und nach ärztlicher Bewilligung gestattet. Die Termine für die Therapien im Bad bzw. für das freie Schwimmen im Rahmen des freiwilligen Freizeitangebotes sowie für die Sauna entnehmen Sie bitte Ihrem persönlichen Therapieplan. Wenn Sie beim freien Schwimmen oder dem Saunieren teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bis spätestens um 16.00 Uhr am Empfang Medizin an. Begleitpersonen, die bei uns übernachten, können ebenfalls kostenlos am freien Schwimmen teilnehmen. Handtücher stehen im Bad zur Verfügung.

Verpflegung

Unser Küchenteam und die Ernährungsberatung sorgen für eine gesunde, abwechslungsreiche Verpflegung – abgestimmt auf Ihre medizinischen Bedürfnisse. Dabei kann es zu Einschränkungen bei der Menüauswahl kommen. Alkoholfreie Getränke stehen in grosser Auswahl bereit. Wir empfehlen, während des Aufenthaltes auf Alkohol zu verzichten. Alkoholkonsum ist in allen Gebäuden der Rehaklinik Seewis sowie während der Therapien nicht erlaubt – Ausnahmen gelten nur auf ärztliche Verordnung und im öffentlichen Restaurant.

Essenszeiten im Panorama Speisesaal

Frühstück	7.30 bis 8.30 Uhr, sonntags bis 9.00 Uhr
Mittagessen	11.45 bis 13.30 Uhr
Abendessen	17.45 bis 19.00 Uhr

- ▶ Bitte erscheinen Sie bis spätestens 30 Minuten nach Speisesaal-Öffnung.
- ▶ Änderungen der Öffnungszeiten vorbehalten, bitte beachten Sie den Aushang beim Eingang in den Speisesaal.
- ▶ Wer nicht zum Frühstück erscheint und kein Menü bestellt, erhält automatisch das Menü 1.
- ▶ Zusätzlich steht Ihnen auch das Restaurant «Kurhaus» zur Verfügung. Mehr darüber finden Sie auf Seite 7.

Wäsche

Wir achten auf unsere Umwelt, daher erfolgt der Wäsche-wechsel wöchentlich. Falls Sie unseren kostenpflichtigen Wäscheservice benötigen, finden Sie im Schrank die entsprechenden Unterlagen.

Wünsche und Anregungen

Sie haben Fragen, Wünsche oder Anregungen? Unsere Mitarbeitenden am Empfang stehen Ihnen gerne zur Verfügung!

DAS SAGEN UNSERE PATIENTINNEN UND PATIENTEN



«ICH KANN DER REHAKLINIK NUR DAS BESTE ZEUGNIS AUSSTELLEN. ICH BIN BESTENS BETREUT WORDEN. DAS PFLEGEPERSONAL WAR IMMER SEHR FREUNDLICH UND IN JEDER HINSICHT HILFSBEREIT. AUCH DAS THERAPEUTENTTEAM HAT MIR SEHR GEHOLFEN WIEDER AUF DIE BEINE ZU KOMMEN. DIE VERPFLEGUNG WAR HERVORRAGEND. ICH KANN DIESEN ORT NUR BESTENS WEITEREMPFEHLEN.»

IRENE H.



«SEHR TOLLES UND MOTIVIERTES TEAM. SIE SIND SEHR FLEXIBEL UND GEHEN AUF DIE BEDÜRFNISSE DER PATIENTEN EIN. ICH KONNTE MICH IN DER REHAKLINIK SEHR GUT ERHOLEN.»

FRANK H.



«DIE BETREUUNG DURCH DAS PERSONAL, OB HOTELLERIE ODER MEDIZIN WAR SEHR HILFSBEREIT UND FREUNDLICH. DIE LAGE DER REHA IST VORBILDLICH GELEGEN IN EINEM RUHIGEN UND ERHOLSAMEN DORF. SCHÖNE UND GROSSZÜGIGE ZIMMER. REICHLICH AUSGEFÜLLTE UND ABWECHSLUNGSREICHE THERAPIEPLÄNE. SIE HELFEN SEHR FÜR DEN AKTIVEN HEILUNGSPROZESS.»

BEAT S.

DER AUSTRITT

Austrittsplanung

Das Rehateam plant mit Ihnen zusammen die Dauer des Rehabilitationsaufenthalts und legt den Austrittstermin fest. Am Austrittstag finden keine Therapien statt. Die Austrittsgespräche sind die letzten Vorbereitungen für die Zeit nach Ihrem Aufenthalt bei uns. Falls Sie Ihr Gepäck vom Zimmer abholen und an den Empfang bringen lassen möchten, wählen Sie die interne Telefonnummer 500.

Ihre Austrittsunterlagen (z.B. Austrittsbericht, Medikamente und oder Medikamentenrezept, Therapieverordnung) erhalten Sie bei Ihrem Austrittsgespräch mit dem Pflegepersonal. Die Schlussrechnung ist am Empfang zu begleichen. An Ihrem Abreisetag sollten Sie Ihr Zimmer bis 10 Uhr auschecken. Falls Sie erst später abreisen, bitten wir Sie, Ihr Gepäck beim Empfang zu deponieren.

Nachsorge: unsere Angebote für ambulante Rehabilitation

Ihre Rehabilitation in der Rehaklinik Seewis endet nicht mit Ihrem Austritt aus einem stationären Aufenthalt. Wir empfehlen Ihnen, das Gelernte weiter in Ihren Alltag zu integrieren und durch gezielte ambulante Angebote zu festigen.

Im Ambulanten Therapiezentrum in Seewis sowie in unserem VAMED Rehazentrum Zürich Seefeld bieten wir Ihnen breite und vielseitige Präventions- und Rehabilitationsmassnahmen. Und somit die Möglichkeit, die erreichten Rehabilitationsziele langfristig zu festigen und in Ihren Alltag zu übernehmen.

Die Mitarbeitenden des Ambulanten Therapiezentrums beraten Sie gerne: +41 81 307 51 97.

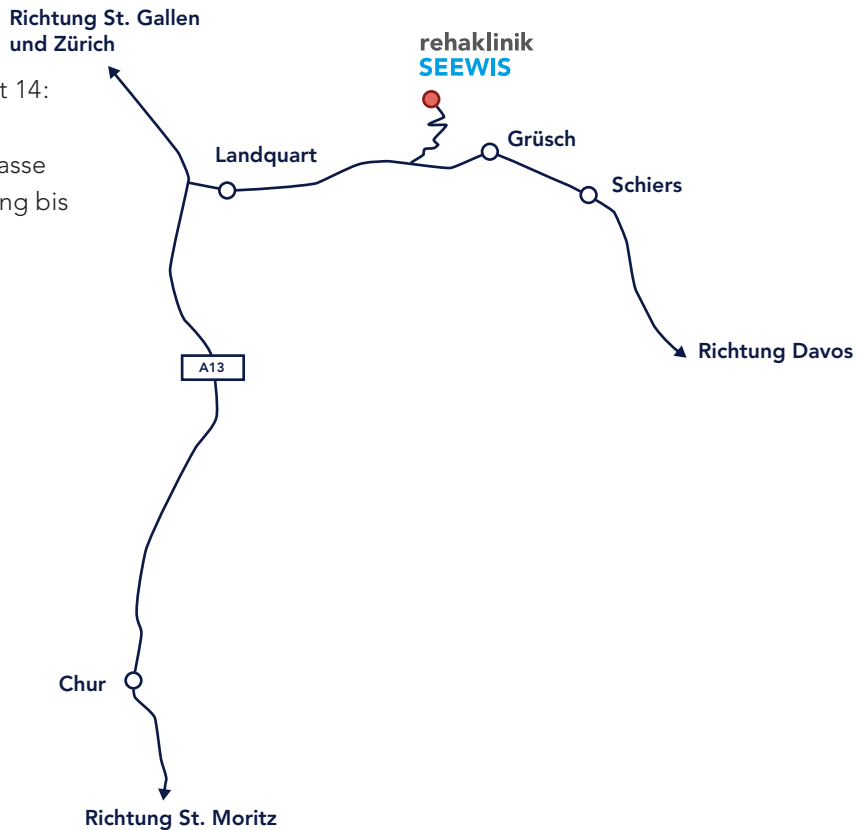
ANFAHRT

Anreise mit dem Auto

- ▶ Über die Autobahn A3 oder A13, Autobahnausfahrt 14: Landquart, weiter in Richtung Davos
- ▶ Nach dem Chlus-Tunnel verlassen Sie die Hauptstrasse in Richtung Seewis und fahren gemäss Beschilderung bis nach Seewis Dorf.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

- ▶ Mit der SBB nach Landquart oder Grüşch – mit dem Postauto nach Seewis Dorf.
- ▶ Die Haltestelle «Seewis Dorf/ Bühelstrasse» befindet sich knapp 200 Meter von der Klinik entfernt.
- ▶ Auf Wunsch holen wir Sie gerne an der Bushaltestelle ab.



DIE VAMED SCHWEIZ GRUPPE



Rehaklinik Seewis · Schlossstrasse 1 · 7212 Seewis Dorf
T +41 81 307 52 52 · info@rehaklinik-seewis.ch · www.rehaklinik-seewis.ch



vmsRSEI32 06/25