

## Unser Aufnahmefragebogen

Nutzen Sie die Zeit vor Ihrer Reha und bereiten die Rehabilitation in Gedanken schon etwas vor. Unsere Rehabilitand\*innen profitieren erfahrungsgemäß mehr von den Therapien, wenn sie sich schon im Vorfeld mit den für sie wichtigen Fragen und Zielen auseinandergesetzt haben. Unser umfangreicher Aufnahmefragebogen unterstützt Sie dabei, Fragen und Ziele festzuhalten und zu strukturieren.

**Bitte füllen Sie den Aufnahmefragebogen so früh wie möglich aus, spätestens 14 Tage vor Beginn Ihrer Reha.** So können wir Ihre Reha optimal planen und vorbereiten. Nutzen Sie einfach **unsere MEDICLIN-App Minddistrict** und senden uns den Bogen darüber zu.

Zugang zur MEDICLIN-App Minddistrict erhalten Sie unter:

[albertschweitzerundbaarklinik.minddistrict.de](http://albertschweitzerundbaarklinik.minddistrict.de)  
oder über diesen QR-Code:



## Ihre Rehazielle

Sich Ziele zu setzen, ist eine wichtige Voraussetzung für eine wirkungsvolle Therapie. Wir möchten diese Ziele schon vor Beginn der Therapie kennenlernen und fragen sie deshalb bereits im Vorfeld der Reha in unserem Aufnahmefragebogen ab.

Im Aufnahmefragebogen können Sie aus einer Vielzahl an Zielen auswählen. Unser **Rehazielfragebogen**, den wir Ihnen zusätzlich schicken, erleichtert Ihnen die Auswahl. Füllen Sie den Rehazielfragebogen in Papier aus und fassen Ihre drei bis fünf wichtigsten Rehazielle zusammen. Übertragen Sie dann diese Zusammenfassung **in den Aufnahmefragebogen online** im letzten Kapitel „3. Rehazielle“.

Bitte nehmen Sie sich Zeit für die Antworten des Aufnahmefragebogens. Ihre **Angaben bilden die Grundlage zur Behandlung** und helfen uns, Sie besser kennenzulernen und die Therapie gemäß Ihrer persönlichen Ziele zu planen.

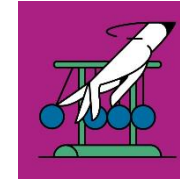
Ihre Angaben im Fragebogen sind natürlich **freiwillig**.

Ihre Angaben **unterliegen** selbstverständlich der **Schweigepflicht** und werden vertraulich behandelt. Die erfassten Informationen sind nur Ihnen und Ihrem behandelnden ärztlichen und therapeutischen Team zugänglich.

## Selbsthilfe-Module

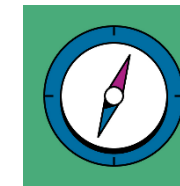
**Nachdem Sie den Aufnahmefragebogen ausgefüllt haben**, schaltet Ihnen die App **nacheinander** drei psychotherapeutisch relevante Module frei:

- **Achtsamkeit**



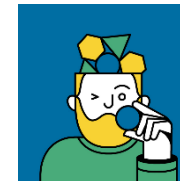
Versinken Sie oft in Gedanken oder hetzen durch den Tag? Dann kann Achtsamkeit etwas für Sie sein. Achtsamkeit trägt oft zu mehr Gelassenheit und Lebensfreude bei.

- **Wie Beschwerden entstehen**



Wer die Hintergründe und Entstehung der eigenen Beschwerden kennt und versteht, verarbeitet und bewältigt diese erfahrungsgemäß besser. Unser Modul unterstützte Sie dabei.

- **Wenn Gedanken im Weg stehen**



Manchmal sind unsere Gedanken negativ und stehen uns im Weg. Oder wir nehmen etwas anders wahr, als es ist. Wir alle haben hin und wieder solche Gedanken. Diese zu kennen, kann helfen, besser mit ihnen umzugehen.

Die Selbsthilfemodule bereiten Sie auf Ihre bevorstehende Reha vor. Während des stationären Aufenthalts stehen Ihnen die Module weiter zur Verfügung.

## Schritt für Schritt: anmelden und einloggen

### 1. Anmelden

**Vor dem ersten Einloggen** melden Sie sich an und erstellen einen persönlichen Zugang mit einer E-Mail-Adresse und einem von Ihnen festgelegten Passwort.

Rufen Sie den Link

[albertschweitzerundbaarklinik.minddistrict.de](http://albertschweitzerundbaarklinik.minddistrict.de) in Ihrem Internet-**Browser** auf und folgen dem Link „Ein Konto erstellen“, der unterhalb des Einloggens platziert ist.

### 2. Eigene E-Mail-Adresse verifizieren

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine automatische E-Mail, die prüft, ob Ihre E-Mail-Adresse gültig ist (Verifizierung). Bitte bestätigen Sie Ihre E-Mail-Adresse über den in der E-Mail angegebenen Link.

### 3. Bestätigung der Klinik

Nach Anmeldung und Verifizierung kann es **bis zu drei Werktagen** dauern, bis Sie eine **zweite automatische E-Mail** Ihrer Klinik erhalten, die Ihren Account noch einmal bestätigt.

### 4. Einloggen

Jetzt können Sie sich zukünftig auf unserer MEDICLIN-App Minddistrict **einloggen**.

Loggen Sie sich einfach über Ihren Browser auf Ihrem PC/Laptop oder über die App auf Ihrem Android- oder Apple-Handy ein. Die App laden Sie sich im Play-/Apple-Store unter dem Stichwort „Minddistrict“ herunter.

## Hilfe rund um Minddistrict

Sollten Sie technische Schwierigkeiten feststellen oder Hilfe bei der Plattformnutzung benötigen, kontaktieren Sie bitte:

[minddistrict@mediclin.de](mailto:minddistrict@mediclin.de) oder  
0781 488-338.

Da uns eine kontinuierliche Optimierung wichtig ist, freuen wir uns über Ihr Feedback beim oben genannten Servicedesk bei auftretenden Problemen.

Weitere Informationen zum Thema erhalten Sie auf der Klinikwebsite unter:

[www.albert-schweitzer-klinik.de/minddistrict/](http://www.albert-schweitzer-klinik.de/minddistrict/)  
sowie unter:  
[www.albert-schweitzer-klinik.de/fachbereiche-krankheitsbilder/psychosomatik-und-verhaltensmedizin/#wie-wir-sie-behandeln](http://www.albert-schweitzer-klinik.de/fachbereiche-krankheitsbilder/psychosomatik-und-verhaltensmedizin/#wie-wir-sie-behandeln)

**Aufnahme-  
fragebogen und  
Rehaziele  
online ausfüllen**



**– wichtige  
Informationen für  
Rehabilitand\*innen –**

Mit der MEDICLIN-App Minddistrict füllen Sie Ihren Aufnahmefragebogen ganz einfach vor Beginn Ihrer Reha aus – wir erklären, wie.