

Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/
mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung):

Pomoć kod hroničnih oboljenja



Vodič za migrante, dostupan na 10 jezika

Impressum

Die Medizinische Rehabilitation der Deutschen Rentenversicherung:
Hilfe bei chronischen Erkrankungen
Ein Wegweiser für Migrant*innen

Herausgeber – Konzeption, Inhalt, Erstellung:

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
MiMi Integrationslabor Berlin
Großbeerenstraße 88, 10963 Berlin
Königstraße 6, 30175 Hannover
www.mimi-reha.de

Förderung:

Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg



Wissenschaftliche Projektleitung: Ramazan Salman, Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Redaktion: Ramazan Salman, Prof. Dr. med. Christoph Gutenbrunner, Lisa Ohmes, Stephanie Klimmer, Dr. Ulrich Eggens, Klara Markin, Jasmin Kreth, Julia Helmert, Deborah Amoah, Olga Kedenburg, Ahmet Kimil, Elena Kromm-Kostjuk, Anne Rosenberg, Prof. Hans-Peter Waldhoff, Prof. Dr. Matthias Bethge, Ali Türk, Soner Tuna, Eva Renckly-Senel, Betje Schwarz

Übersetzung: Dolmetscherdienst Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Bildquellen: Titelbild iStock/Rawpixel, Porträt Christian Wolff © DRV Berlin-Brandenburg, Jasmin Merdan/stock.adobe.com, gustavofraza/stock.adobe.com, zinkevych/stock.adobe.com, istock/SolStock

Satz und Layout: eindruck.net

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf deshalb der vorherigen schriftlichen Genehmigung durch den Herausgeber.

2. Auflage

Dieser Wegweiser ist in folgenden Sprachen erhältlich: Arabisch, Englisch, Deutsch, Italienisch, Kurdisch, Polnisch, Russisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, Spanisch, Türkisch. Weitere Sprachen auf Anfrage.

Stand: 2020

Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/
mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung):

Pomoć kod hroničnih oboljenja

Pozdravna riječ

Poštovani čitaoci/čitatelji,

svi znamo: hronične bolesti znače masovna ograničenja kvaliteta života oboljelih. One mogu ugroziti radnu sposobnost, a time i finansijsku osnovu zaposlenih/zaposlenika.

Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) pruža dugoročnu i sveobuhvatnu podršku/potporu hroničnim bolesnicima u smanjenju posljedica bolesti. Brojne su rehabilitacijske klinike specijalizirane za liječenje određenih bolesti, uz pomoć multiprofesionalnih timova. Postoje mogućnosti i ambulantne i stacionarne rehabilitacije. Na taj način može što veći broj pacijenata dobiti individualnu pomoć za svoje bolesti. Kao dio rehabilitacije, uz medicinsku terapiju bolesti pruža se i poduka o tome kako se oboljele osobe mogu nositi sa posljedicama svoje bolesti u svakodnevnom životu. Na ovaj način medicinska rehabilitacija nudi šansu za značajno poboljšanje kvaliteta života i obnavljanje odn. očuvanje radne sposobnosti.



Nažalost, ljudi s migracijskom biografijom mnogo rjeđe koriste mogućnost medicinske rehabilitacije. Pretpostavlja se da je to, s jedne strane, zbog nedostatka informacija, nepoznavanja ponude i jezičkih poteškoća. S druge strane, neophodno je da se ustanova medicinske rehabilitacije otvori transkulturno, kako bi se obraćala jezički, vjerski i kulturno raznolikim grupama pacijenata.

Sponzorišući ovaj vodič, Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) Berlin-Brandenburg želi dati svoj doprinos tome da ubuduće više ljudi s migracijskim porijeklom iskoristi usluge medicinske rehabilitacije i njihove prednosti. Činjenica da je dostupan na ukupno deset jezika, sigurno pomaže da dospije do što više vas.

Želio bih da se posebno zahvalim zaposleni(ci)ma u Etno-medicinskom centru e.V. na njihovom radu na ovom vodiču i nadam se da će podstaći mnoge ljude sa hroničnim bolestima da iskoriste ponudu medicinske rehabilitacije.



Gospodin Christian Wolff, član uprave Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) Berlin-Brandenburg

Pozdravna riječ

Poštovani čitaoci/čitatelji,

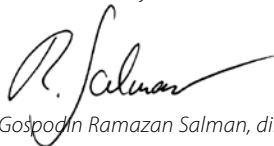
Etnomedicinski centar e.V. (das Ethno-Medizinische Zentrum e.V.) ovim vodičem odgovara na pitanja u vezi sa ponudama medicinske rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Šta je tačno/točno medicinska rehabilitacija? U kojim slučajevima rehabilitacija dolazi u obzir? Koji su uslovi/uvjeti, kako i gdje se mogu podnositi zahtjevi, (t)ko informiše/informira o otvorenim pitanjima? Kakav je praktičan tok/tijek rehabilitacije i da li postoje posebne ponude za migrante?



Vodič se bazira na prethodno realizovanom istraživačkom projektu, koji smo (s)proveli do 2016, zajedno sa Njemačkim penzijskim/mirovnim osiguranjem Nord (Deutsche Rentenversicherung Nord) i prof. dr Christophom Gutenbrunnerom iz Visoke medicinske škole Hannover (Medizinische Hochschule Hannover). U ime migranata u Njemačkoj, zahvalni smo na vrijednom zajedničkom radu i naučnoj podršci/znanstvenoj potpori.

Saznanjima koja smo sakupili u razgovorima na maternjim jezicima, želimo doprinijeti boljoj zdravstvenoj zaštiti, kao i omogućiti lakše savladavanje bolesti, kako kod ljudi sa migracijskom biografijom, tako i kod domaćeg stanovništva. Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) podržava/podupire pacijente sa hroničnim oboljenjima, tako što stabilizuje/stabilizira njihovo fizičko i psihičko zdravlje i povećava radnu sposobnost. Tretmani su intenzivni i individualni. U slučajevima kada liječenje od strane nadležnih ljekara/liječnika nije dovoljno, mjere medicinske rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) predstavljaju širok spektar ponuda koje oboljeli osiguranici mogu da koriste u cilju poboljšanja kvaliteta/kvalitete života i ličnog zdravlja.

Da bismo došli do ovog cilja, započeli smo MiMi projekat rehabilitacije za odrasle, zajedno sa Njemačkim penzijskim/mirovinskim osiguranjem Berlin-Brandenburg (Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg) i napravili ovaj vodič. Naše najljepše/naša najljepša hvala zbog toga Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju Berlin-Brandenburg (Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg). Dobili smo ogromnu podršku/potporu i subvenciju od strane predsjednika, direktora i zaposlenih u Osiguranju. Oduševljeni smo posebnim trudom i zalaganjem Penzijskog/mirovinskog osiguranja u Njemačkoj, da svima omoguće zdravlje i dobrobit. Ovo je veoma važan korak za integraciju i zdravlje u našoj zemlji.



Gošpodin Ramazan Salman, direktor Etnomedicinskog centra e.V.

Najvažnije uvodne informacije

- › Ako patite od *hroničnog*¹⁾ oboljenja, morali biste razmisliti o *medicinskoj rehabilitaciji Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung). Rehabilitacija može smanjiti uticaj/utjecaj oboljenja na vaš lični/osobni i profesionalni život. Ne oklijevajte da podnesete zahtjev. Penzijsko/Mirovinsko osiguranje provjeriće da li su ispunjeni svi potrebni uslovi/preduvjeti za odlazak na rehabilitaciju. Zahtjev možete podnijeti i kod fonda zdravstvenog osiguranja (Krankenkasse) ili osiguranja od posljedica nesretnog slučaja (Unfallversicherung).
- › Ne čekajte da vam vaš ljekar/liječnik pomene medicinsku rehabilitaciju. Ako imate osjećaj da bi vam medicinska rehabilitacija mogla pomoći, onda vi napravite prvi korak: obratite se svom ljekaru/liječniku ili se za dalje informacije obratite centrima za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Oni će vam pomoći čak i kod popunjavanja obrasca.
- › Troškove *stacionarne* medicinske rehabilitacije snosi, najvećim dijelom, Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung). Vi morate doplatiti najviše 10 € dnevno. *Ambulantna* rehabilitacija je za vas besplatna.
- › Želite na rehabilitaciju u neku određenu ustanovu? Vaša želja će biti ispitana u okviru obrade zahtjeva od strane Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) i, prema mogućnostima, prihvaćena.

¹⁾ Termini napisani kosim slovima (kurzivom) objašnjeni su u rječniku pojmova (počev od strane 48)

- › U međuvremenu se pojavile neke ustanove za rehabilitaciju koje imaju specijalne ponude za migrante. Međutim, morali biste prvenstveno voditi računa o tome da odaberete ustanovu koja je najbolja za vaše oboljenje. Prethodno se informišite preko interneta (kontakte za pretragu klinika naći ćete počev od strane 44) ili se posavjetujte o tome u centrima za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung).
- › Ako je vaš zahtjev za medicinsku rehabilitaciju odobren, biće vam saopšten naziv ustanove za rehabilitaciju u koju ste upućeni. Možete, naravno, u svako doba nazvati tu ustanovu ili se obratiti pisanim putem: na primjer zbog otvorenih pitanja u vezi sa posjetama, ishranom/prehranom ili mogućnostima za molitvu.
- › Ako vaš zahtjev za medicinsku rehabilitaciju bude odbijen, imate mogućnost i pravo da uložite *prigovor*.
- › Tokom/Tijekom medicinske rehabilitacije imate pravo na nastavak isplate plate od strane poslodavca u periodu od šest nedjelja/tjedana, kao da je u pitanju bolovanje. Nakon toga možete podnijeti zahtjev za *pr(ij)elaznu naknadu* (Übergangsgeld). Ako primete naknadu za nezaposlene, ista će vam biti isplaćena i za vrijeme rehabilitacije.
- › Medicinska rehabilitacija ne utiče/utječe na vaše tekuće *doprinosе za socijalno osiguranje*, pošto njihovu uplatu za vrijeme rehabilitacije preuzima Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung). Zbog toga rehabilitacija ne utiče/utječe na visinu vaše kasnije mjesečne penzije/mirovine.

Sadržaj

Uvod	8
-------------------	----------

Njemačko penzijsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung (DRV))	9
--	----------

1. Osnov: medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (DRV)	10
--	-----------

Rehabilitacija – šta je to uopšte/uopće? | Pravo na želju i izbor | (T)Ko ima pravo na medicinsku rehabilitaciju? | Plaćanje troškova i doplate | Finansijska pomoć/potpورا pacijentima | Efekti na radno mjesto, doprinose za socijalno osiguranje i penziju/mirovinu

2. Prije rehabilitacije	20
--------------------------------------	-----------

Podnošenje zahtjeva | Prigovor

3. Za vrijeme rehabilitacije	24
---	-----------

Priprema i dolazak u ustanovu za rehabilitaciju | Smještaj i ishrana/prehrana | Tim za (s)provodjenje rehabilitacije | Svakodnevica na rehabilitaciji | Problemi sa sporazumijevanjem zbog nedovoljnog znanja njemačkog jezika | Specijalne ponude za migrante | Ob(a)veza saradnje i prekid rehabilitacije

4. Poslije rehabilitacije	32
--	-----------

Terapijske vježbe, funkcionalni trening | Programi praćenja poslije rehabilitacije | Povratak na posao | Profesionalna rehabilitacija | Grupe/Skupine samopomoći, udruženja/udruge

Prilog

Tipični primjeri	36
Često postavljena pitanja	40
Osobe za kontakt, ustanove za kontakt i kontakti	44
Rječnik pojmova	48

Uvod

Vaš ljekar/liječnik vam je predložio rehabilitaciju, a vi nemate pojma šta je to u stvari. Rehabilitacija ili *banja* – u čemu je razlika? Nije vam jasno zašto biste trebali podnijeti zahtjev penzijskom/mirovinskom osiguranju?

Ovim vodičem želimo vam pomoći da bolje razumijete cilj rehabilitacije. Želimo vas ohrabriti da podnesete zahtjev i dajemo vam savjete kako da vaš zahtjev i vaša rehabilitacija budu uspješni. „Reha“ je skraćenica za rehabilitaciju i znači „oporavak“. Možda ste čuli za izraz klinika za rehabilitaciju, npr. u vezi sa *tretmanom poslije akutne faze liječenja* nakon nesreće ili moždanog udara. Ili ste već čuli da je neko koristio „*banju*“. Ovo je zastarjeli izraz, ali se još uvijek često koristi u svakodnevnom životu.

Cilj rehabilitacije je poboljšati vaše zdravstveno stanje, kako biste mogli gospodariti svojim svakodnevnim životom i ponov(n)o raditi. Ovo može biti potrebno:

- nakon nesreće ili nakon operacije,
- u slučaju fizičkih oboljenja, npr. *hroničnih* oboljenja diskusa ili astme,
- u slučaju *psihičkih* oboljenja, npr. *hronične* teške *depresije*.

Rehabilitacija može trajati različito dugo. Može se (s)provести *ambulantno* ili *stacionarno*. Od prirode vaše bolesti zavisi koji oblik rehabilitacije ima najviše smisla.

Mnoge klinike za rehabilitaciju su se specijalizirale za određene bolesti, kako bi vam specijalisti mogli ponuditi odgovarajuće oblike terapije. Glavni prioritet je obnova vašeg zdravlja raznim metodama liječenja (npr. *fizioterapijom*).

Ako je ova tema nova za vas, imaćete mnogo pitanja. Željeli bismo vam pomoći da se snađete u „birokratskoj džungli“, kako biste pronašli najprikladniju ustanovu i oblik terapije za vaše potrebe. Pored medicinskih aspekata, radi se naravno i o svakodnevnim praktičnim pitanjima, npr. u kojoj se mjeri mogu poštovati posebne navike u ishrani/prehrani ili vrijeme molitve ili koliko dobro morate znati njemački da biste mogli učestvovati/sudjelovati u rehabilitaciji.

Na kraju vodiča, počevši od strane 44, pronaći ćete linkove/poveznice i kontakte, kako biste pronašli ustanovu za rehabilitaciju koja vam najbolje odgovara.

Njemačko penzijsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung (DRV))

Penzijsko/mirovinsko osiguranje je bitan dio njemačkog sistema/sustava socijalnog osiguranja. Ono obezbjeđuje sve svoje osiguranike u starosti putem *starosne penzije/mirovine*. U slučaju *radne nesposobnosti*, osiguranici imaju pravo na *invalidsku penziju*, a u slučaju smrti članovi porodice/obitelji imaju pravo na *porodičnu penziju/obiteljsku mirovinu*.

Medicinska rehabilitacija i *profesionalna rehabilitacija* su takođe(r) usluge penzijskog/mirovinskog osiguranja. Dok je cilj medicinske rehabilitacije liječenje zdravstvenih i funkcionalnih poremećaja, kako bi se očuvala radna sposobnost pacijenta, *profesionalnom rehabilitacijom* želi se postići da oboljele osobe sačuvaju svoje radno mjesto, npr. putem tehničkih pomagala ili kroz prekvalifikaciju odn. doškolovanje, koje će im pomoći da pronađu novu profesionalnu orijentaciju. Zato se *profesionalna rehabilitacija* naziva i *uslugom za omogućavanje integracije u profesionalni život*.

Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung, skraćeno: DRV) sastoji se od dva nosioca/nositelja, zastupljena na području cijele Njemačke – Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja Bund (Deutsche Rentenversicherung Bund) (40% osiguranika) i Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja rudara-željezničara-pomoraca (Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See) (5% osiguranika) – i 14 regionalnih nosilaca/nositelja (npr. Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (DRV) Berlin-Brandenburg, Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (DRV) Nord itd.) sa 55% osiguranika.

Svi osiguranici imaju svoj broj osiguranja i dodijeljeni su nekom od navedenih nosilaca/nositelja osiguranja. Oni su nadležni za obradu zahtjeva za penziju/mirovinu i rehabilitaciju. Svoj broj osiguranja i svog nadležnog nosioca/nositelja osiguranja možete naći u posljednjem dopisu sa informacijama o penziji/mirovini. Ako ne znate svoj broj osiguranja ili ne znate koji je nosilac penzijskog osiguranja/nositelj mirovinskog osiguranja nadležan za vas, nazovite Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje Bund (Deutsche Rentenversicherung Bund) na besplatan servisni broj telefona (0800 1000480 70) ili svoj fond zdravstvenog osiguranja (Krankenkasse).

Svi zaposleni(ci) sa ob(a)veznim socijalnim osiguranjem moraju da plaćaju doprinose u Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung). Za korisnike naknade za privremeno nezaposlena lica (Arbeitslosengeld I), mjesečne doprinose plaća Agencija za zapošljavanje (Agentur für Arbeit). Samozaposlena lica mogu odlučiti da li žele uplaćivati doprinose u ob(a)vezno osiguranje ili neki privatni fond.

Ob(a)vezno penzijsko/mirovinsko osiguranje funkcioniše na principu solidarnosti. To znači da zaposleno stanovništvo svojim mjesečnim doprinosima finansira sadašnje penzije/mirovine i ostale usluge iz penzijskog/mirovinskog osiguranja (na primjer medicinsku i *profesionalnu rehabilitaciju*). Doprinos svakog osiguranika iznosi trenutno 18,6% njegove bruto zarade. Jednu polovinu plaća radnik, a drugu poslodavac.

1. Osnove: medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (DRV)

Rehabilitacija – šta je to uopšte/uopće?

Termin rehabilitacija ima različita značenja u različitim kontekstima i ne koristi se uvijek jednoobrazno. To često stvara zbunjenost i nesigurnost: o čemu tačno govorimo?

Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung (DRV)) namijenjena je osobama čija je radna sposobnost ugrožena narušenim zdravljem ili je već smanjena. Cilj rehabilitacije jeste da se narušenost zdravlja otkloni ili ublaži adekvatnim terapijama. Na taj način se radna sposobnost može ponov(n)o vratiti ili poboljšati i otkloniti *smanjenje radne sposobnosti ili radnu nesposobnost*. Usluge medicinske rehabilitacije imaju prioritet nad penzijama/mirovinama. Prijevremena penzija/mirovina zbog nekog oboljenja (*invalidska penzija/mirovina*) odobrava se samo ako se zdravstveno stanje ne može više poboljšati u dovoljnoj mjeri uz pomoć medicinske rehabilitacije.

**Cilj: vraćanje ili poboljšavanje
radne sposobnosti**

Pravo na mjere *medicinske rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung), imaju, obično, radno sposobni *hronični* bolesnici. Medicinska rehabilitacija kod fizičkih oboljenja traje obično tri nedjelje/tjedna. Kod *psihičkih* i *psihosomatskih* oboljenja često traje pet nedjelja/tjedana. Međutim, u slučaju potrebe, mjera rehabilitacije može se i produžiti. *Medicinsku rehabilitaciju Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung) najčešće koriste osobe sa *hroničnim* oboljenjima lokomotornog aparata (kao što je oštećenje diskusa, *hronični* bolovi u leđima, *reumatska* oboljenja) i osobe sa *psihičkim* oboljenjima (kao što je *depresija*, *psihoza*). Pod terminom medicinska rehabilitacija podrazumijeva se i takozvana *rehabilitacija poslije akutne faze liječenja* (Anschlussheilbehandlung), koja se nastavlja direktno/izravno na *stacionarni* boravak u bolnici (kao npr. poslije operacije). Ona, obično, traje takođe (r) tri nedjelje/tjedna, i može, zavisno od *dijagnoze*, biti skraćena ili produžena. Obično se zahtjev za ovu vrstu liječenja podnosi još u bolnici. Pomoć/Potporu kod podnošenja zahtjeva oboljeli osiguranici dobivaju u socijalnoj službi bolnice. Ostale usluge rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) namijenjene su osobama oboljelim od raka i osobama koje boluju od *bolesti zavisnosti/ovisnosti* (kao što je zavisnost od alkohola, droga ili lijekova), kao i djeci i mladima/adolescentima koji boluju od *hroničnih* bolesti.²⁾

²⁾ Postoji poseban vodič na temu rehabilitacije za djecu i mlade/adolescente. Možete ga pronaći na portalu za naručivanje Etno-medicinskog centar EMZ e.V.: www.mimi-bestellportal.de. Ostale informacije o ovome naći ćete na adresi www.mimi-reha-kids.de.

Na medicinsku rehabilitaciju Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) pravo imaju, obično, radno sposobni hronični bolesnici.

U okviru medicinske rehabilitacije, osiguranici koriste razne mjere i terapije, koje su usklađene sa njihovim individualnim zdravstvenim problemom. To mogu biti *terapijska gimnastika*, psihološka grupna terapija ili savjeti socijalne službe. Tim koji (s)provodi rehabilitaciju realizuje ove mjere i prati pacijente tokom njihovog boravka u ustanovi za rehabilitaciju.

Pored penzijskog/mirovinskog osiguranja, mjere rehabilitacije nudi i zdravstveno osiguranje i osiguranje od posljedica nezgode. Ove mjere razlikuju se od medicinske rehabilitacije penzijskog/mirovinskog osiguranja u pogledu osoba na koje se iste primjenjuju i cilja rehabilitacije. Generalno, penzijsko/mirovinsko osiguranje je odgovorno ako postoji opasnost od *radne nesposobnosti*. U slučaju nezgode na radu ili profesionalne bolesti odgovorno je osiguranje od posljedica nesretnog slučaja/nezgode. Ako imate pravo na usluge prema Saveznom zakonu o žrtvama rata (npr. žrtve rata ili žrtve nasilja), rehabilitaciju finansira Služba/Ured za zbrinjavanje (Versorgungsamt). Ako nijedan od ovih davalaca/davatelja nije odgovoran, troškove će pokriti ob(a)vezno zdravstveno osiguranje (Krankenkasse).

Integrativni pristup

Mjera medicinske rehabilitacije ima za cilj integrativni pristup pacijentu koji se liječi. Cilj je poboljšati fizičko i *psihičko* zdravlje i, pored poboljšanja radne sposobnosti, prije svega promovisati socijalnu integraciju. Cilj integrativnog pristupa je pomoći pacijentu da nauči kako se dobro nositi sa bolešću, da razvije strategije za bolje suočavanje s njom u svakodnevnom životu i da pronađe načine kako da zadrži učešće u mnogim oblastima života.

Pored medicinske njege, pacijenti ili članovi njihove porodice/obitelji dobijaju savjete i o tome kako da ubuduće pomognu sami sebi, npr. isprobavanjem i propisivanjem medicinskih pomagala, obukom za samopomoć ili samokontrolu određenih parametara. U slučaju pacijenata koji rade, važno je procijeniti socijalno-medicinsku situaciju i, ako je potrebno, planirati pomoć za dalji rad u struci. S druge strane, u rehabilitaciji starijih osoba fokus je više na održavanju najveće moguće nezavisnosti i izbjegavanju potrebe za tuđom pomoći i njegom.

Integrativni princip: tegobe se posmatraju iz više perspektiva, kako bi se postigao najveći mogući uspjeh

Gdje se obavlja medicinska rehabilitacija?

Medicinska rehabilitacija može se, načelno, (s)provoditi *stacionarno* ili *ambulantno* u nekoj ustanovi te namjene. To zavisi od oboljenja, cilja rehabilitacije i ličnih/osobnih želja i pretpostavki pacijenta. Pri tome se cilj rehabilitacije prvo pokušava realizovati *ambulantnim* mjerama. Ako to nije moguće, pacijent se upućuje u *stacionarnu* ustanovu za rehabilitaciju. Tokom *stacionarne* rehabilitacije pacijenti su smješteni u neku od ustanova za rehabilitaciju i tamo dobivaju, pored terapijskih usluga, i smještaj i ishranu/prehranu. Kod cjelodnevne *ambulantne* rehabilitacije, pacijenti provode čitav dan (uz obezbjeđenu ishranu/prehranu) u ustanovi, a spavaju kod kuće.

Medicinska rehabilitacija može se (s)provoditi cjelodnevno u ambulanti ili stacionarno.

Pravo na želju i izbor

Nosilac penzijskog osiguranja/nositelj mirovinskog osiguranja bira onu ustanovu koja nudi najbolji tretman za postojeću bolest. Na taj način osiguranici ima najbolje šanse za uspjeh liječenja.

U vezi sa izborom mjesta i ustanove za rehabilitaciju, želje pacijenata se uzimaju u obzir prema mogućnostima: kao *korisnik usluga* imate „pravo na želju i izbor“. Pri tome se uzima u obzir lična/osobna situacija, starosna dob, porodična/obiteljska situacija, kao i ideološke i vjerske potrebe. Opravdane želje mogu se navesti već kod podnošenja zahtjeva. Dovoljan je običan dopis sa razumljivim obrazloženjem. I ljekar/liječnik može u svom *izvještaju* preporučiti željenu ustanovu. Na izbor može uticati/utjecati udaljenost od mjesta stanovanja, posebne ponude terapije ili osoblje koje govori jezik koji pacijent razumije. Pri tome opisati razloge lično/osobno i individualno.

Cjelodnevna ambulantna rehabilitacija	Stacionarna rehabilitacija
<ul style="list-style-type: none">• Terapijske mjere• Ishrana/prehrana	<ul style="list-style-type: none">• Terapijske mjere• Ishrana/prehrana• Prenosište• Doplata
<ul style="list-style-type: none">+ Rehabilitacija u blizini prebivališta	<ul style="list-style-type: none">+ Puna koncentracija na zdravstveni problem tokom više nedjelja/tjedana.
<ul style="list-style-type: none">+ Pacijenti se ne odvajaju od svog okruženja i članova porodice/obitelji i mogu ih uključiti u terapijske mjere.	<ul style="list-style-type: none">+ Nema ometanja i odvlačenja pažnje drugim ob(a)vezama.
<ul style="list-style-type: none">+ Novonaučene vještine mogu neposredno primijeniti.	<ul style="list-style-type: none">+ Medicinski nadzor 24 sata.

SAVJET: Već kod podnošenja zahtjeva navedite ustanovu u kojoj biste željeli da obavite rehabilitaciju i obrazložite to svojim razlozima. Kao argument navedite i medicinske prednosti klinike u koju želite da idete. Ono što pacijentu najviše pomaže, uvijek ima prioritet!

Nosilac penzijskog osiguranja/nositelj mirovinskog osiguranja provjerava podatke osiguranika. Nosilac/nositelj može da odbije željeno mjesto ili željenu ustanovu ako se tamo ne može postići željeni cilj liječenja ili je ustanova preskupa. Protiv te odluke može se podnijeti obrazloženi *prigovor* Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung).

Pravo na želju i izbor

Šta/Što to tačno znači? – Objašnjenje na jednom tipičnom primjeru

Gospođa R. već dugo ima jake bolove u zglobovima, tako da je već nekoliko mjeseci radno nesposobna. Njeno zdravstveno osiguranje traži od nje da podnese zahtjev za medicinsku rehabilitaciju Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung). O tome je gospođa R. pričala na nedjeljnom/tjednom druženju žena u džamiji. Tamo joj je njena dobra poznanica ispričala da je njena rođaka takođe(r) išla na medicinsku rehabilitaciju, koja je trajala tri nedjelje/tjedna, i da je zbog toga morala da putuje u kliniku za rehabilitaciju udaljenu 350 km. Za gđu R. to ne dolazi u obzir. Ona ne može ni zamisliti da bude toliko daleko od svoje dvoje djece i muža, u nepoznatom okruženju. Osim toga, sastavni dio njenog života su redovne molitve i druženje sa ženama u njenoj džamiji. Zbog toga se gospođa R. obraća svom zdravstvenom osiguranju (Krankenkasse) da bi opisala svoju situaciju i raspitala se za druge mogućnosti. Službenica zdravstvenog osiguranja objašnjava gospođi R. da se obrati centru za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (DRV), i daje joj adresu u njenoj blizini. Gospođa R. ide odmah u navedenu službu. Od saradnika centra za informisanje i savjetovanje saznaje da ima pravo na želju i izbor, tako da željenu ustanovu za rehabilitaciju može navesti već kod podnošenja zahtjeva za rehabilitaciju. Saradnik popunjava, zajedno sa gđom R, obrazac zahtjeva. U posebnom dopisu ona navodi svoje želje i opisuje razloge zašto želi da se liječi u blizini. Saradnik centra za informisanje i savjetovanje prosleđuje zahtjev i dopis. Poslije četiri nedjelje/tjedna ona dobija dopis od Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Gospođa R. ima sreću: u blizini njenog mjesta stanovanja slobodno je još jedno mjesto za obavljanje rehabilitacije u ustanovi za cjelodnevnu ambulantnu rehabilitaciju. Tamo može tokom nedjelje/tjedna da koristi mjere za rehabilitaciju, a naveče(r) je opet sa svojim mužem i djecom. Vikendom nema rehabilitacije, tako da i dalje može ići u džamiju.

(T)Ko ima pravo na medicinsku rehabilitaciju?

Da bi se mogla koristiti *medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung), osiguranici moraju ispunjavati socijalno-pravne i lične uslove/osobne preduvjete.

Da bi se ispunili socijalnopravni uslovi/uvjeti, osiguranici moraju:

- › ispunjavati uslov/uvjet od pet ili 15 godina staža osiguranja (zavisno od usluge rehabilitacije) ili primati *invalidsku penziju/mirovinu zbog smanjene radne sposobnosti* ili
- › u posljednje dvije godine prije podnošenja zahtjeva imati šest kalendarskih mjeseci sa uplaćenim doprinosima penzijskog/mirovinskog osiguranja, ili
- › u roku od dvije godine poslije završetka obrazovanja početi sa obavljanjem zaposlenja sa plaćenim osiguranjem ili samostalne djelatnosti i obavljati istu do podnošenja zahtjeva, ili
- › nakon prestanka zaposlenja sa plaćenim osiguranjem ili samostalne djelatnosti do podnošenja zahtjeva biti radno nesposobni, ali imati najmanje 1 mjesec sa uplaćenim penzijskim/mirovinskim osiguranjem, ili
- › biti smanjeno radno sposobni (ili se *smanjenje radne sposobnosti* očekuje u dogledno vrijeme) i ispunjavati opšti uslov/uvjet staža od pet godina ili
- › imati pravo na *porodičnu penziju/obiteljsku mirovinu* – udovici/udovcu zbog smanjene radne sposobnosti.

Lične uslove/Osobne preduvjete osiguranici ispunjavaju:

- › ako je radna sposobnost smanjena ili ugrožena zbog fizičkog, psihičkog ili duševnog oboljenja ili ometenosti (*potreba za rehabilitacijom*), i
- › ako medicinska rehabilitacija može spriječiti *smanjenje radne sposobnosti* ili može vratiti, popraviti ili spriječiti pogoršanje radne sposobnosti (pozitivna *prognoza uspješnosti rehabilitacije*) ili
- › ako se radno mjesto može zadržati uz pomoć rehabilitacije i
- › ako je prošlo četiri godine od korištenja posljednje rehabilitacije (u slučaju opravdane potrebe, nova rehabilitacija može uslijediti i prije isteka roka od četiri godine).

Osim toga, pacijenti moraju biti sposobni za rehabilitaciju (*sposobnost za rehabilitaciju*). To znači da su u stanju da podnesu terapije i fizički/tjelesno i duševno. U taj uslov/uvjet spada i mogućnost da se pacijenti mogu sporazumijevati sa osobljem, popunjavati zahtjeve na njemačkom jeziku. Pacijenti moraju, prije svega, biti motivisani za učešće/sudjelovanje u rehabilitaciji (*spremnost za rehabilitaciju*).

Ljekar/Liječnik potvrđuje da li je postoji *potreba za rehabilitacijom*. Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) odlučuje da li je zaista potreban neki vid rehabilitacije i da li su ispunjeni potrebni uslovi/uvjeti.

Državni službenici mogu zatražiti da Agencija za pomoć (Beihilfestelle) plati troškove rehabilitacije.

Pravne prepreke za pristup rehabilitaciji

- Pristup rehabilitaciji je problematičan za ljude koji kao samozaposleni niti uplaćuju ob(a)vezno penzijsko/mirovinsko osiguranje niti imaju ob(a)vezno zdravstveno osiguranje. Privatno zdravstveno osiguranje ne mora nužno pokrivati usluge rehabilitacije. Ove osobe mogu dobiti medicinsku rehabilitaciju preko usluge integracione pomoći. U zavisnosti od ličnih/osobnih primanja i imovine, možda će ove osobe morati da plate participaciju troškova
- Izbjeglice ne mogu ostvariti pravo na rehabilitaciju tokom 18 mjeseci u kojima su obuhvaćene Zakonom o tražiocima/tražiteljima azila. Nakon toga imaju ob(a)vezno zdravstveno osiguranje i tako imaju formalni pristup rehabilitaciji.

Plaćanje troškova i doplata

Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (DRV) plaća troškove rehabilitacije i puta u ustanovu za rehabilitaciju. Kod *stacionarne* rehabilitacije, osiguranici moraju da plate maksimalno 10 € dnevno, i to za najduže 42 dana. To znači da osiguranici moraju platiti najviše 420 €, čak i ako liječenje traje duže od 42 dana. U to su računaju i dani

provedeni u bolnici. Ako je npr. neko prije boravka na rehabilitaciji liječen deset dana u bolnici, za rehabilitaciju mora da doplati još samo 32 dana.

Morate doplatiti najviše 10 € dnevno, a ukupno ne više od 420 €.

Osobe koje su djelimično oslobođene plaćanja

- ako podižu jedno dijete koje ima pravo na dječji dodatak, ili
- ako im je potrebna tuđa pomoć i njega, a nemaju pravo na naknadu za tuđu njegu i pomoć, ili
- ako je njihovom bračnom drugu potrebna tuđa pomoć i njega, a nema pravo na naknadu za tuđu njegu i pomoć.
- čiji mjesečni neto prihod iznosi između 1275 € i 1911 € (stepenovana doplata između 5 – 9 € dnevno)

Medicinska rehabilitacija za djecu i mlade/adolescente

Penzijsko/mirovinsko osiguranje nudi usluge rehabilitacije za djecu i mlade/adolescente, ako boluju od neke bolesti (kao npr. bolesti disajnih/dišnih puteva, kože, kardiovaskularnog sistema/sustava), koja u znatnoj mjeri ometa njihov fizički i mentalni razvoj i može trajno da ograniči njihovu opštu ili radnu sposobnost. Cilj je da se djeca i mladi/adolescenti liječe na vrijeme, kako bi dobili šansu da se uključe u školu, svakodnevni život, a kasnije i na tržište rada.

Od doplate su oslobođeni:

- djeca i mladi/adolescenti do navršene 18. godine života,
- korisnici naknade za bolovanje (Krankengeld) i *prijelazne naknade* (Übergangsgeld),
- korisnici usluge profesionalne rehabilitacije,
- osobe sa neto prihodom manjim od 1.275 €.

Korisnici naknade za nezaposlene (Arbeitslosengeld II) i osobe koji dobivaju naknadu za pokrivanje osnovnih troškova (Grundsicherung – nešto kao socijalna pomoć), mogu podnijeti Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju zahtjev za oslobađanje od doplate.

Uostalom, *ambulantna* rehabilitacija je potpuno besplatna!

Finansijska pomoć/ potpora pacijentima

Pomoć u kući i briga o djeci

Pacijenti sa porodicom/obitelji i djecom mogu prije početka rehabilitacije podnijeti Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju zahtjev za finansijsku pomoć/potporu na ime pomoći u kući i brige o djeci tokom njihove rehabilitacije. Zahtjev se odobrava ako su ispunjeni odgovarajući uslovi/uvjeti. Na primjer, ako u zajedničkom domaćinstvu živi barem jedno dijete mlađe od dvanaest godina ili dijete koje ima invaliditet i potrebna mu je pomoć.

Postoji mogućnost da povedete i dijete sa sobom u ustanovu za rehabilitaciju, ako je to sa medicinskog stanovišta moguće i ako se o tome možete dogovoriti sa ustanovom.

Kod pitanja u vezi sa pomoći u kući i brigom o djeci za vrijeme rehabilitacije, pomoći će vam saradnici centra za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung).



(T)Ko obezbjeđuje troškove života tokom medicinske rehabilitacije?

Ne brinite. U slučaju bolesti, kao i za vrijeme rehabilitacije, radnici imaju pravo na nastavak isplate plate od strane poslodavca u trajanju od šest nedjelja/tjedana. Nakon toga, osiguranici mogu podnijeti zahtjev Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung) za odobravanje *pr(ij)elazne naknade* (Übergangsgeld) tokom trajanja medicinske rehabilitacije.

Ova naknada isplaćuje se i kod *stacionarne* i *ambulantne* medicinske rehabilitacije. Uslov/ Uvjet je da ste vi, kao osiguranik, neposredno prije početka medicinske rehabilitacije ili prije radne nesposobnosti koja je prethodila rehabilitaciji bili (samo)zaposleni i plaćali doprinose za penzijsko/mirovinsko osiguranje.

Za vrijeme rehabilitacije vi ste finansijski obezbijeđeni.

Pr(ij)elazna naknada za osiguranike bez djece iznosi oko 68%, a za osiguranike sa djecom oko 75% posljednje neto plate. Kod osoba na dobrovoljnom osiguranju, *pr(ij)elazna naknada* obračunava se na osnovu 80% prosječnog mjesečnog prihoda iz prethodne kalendarske godine, za koju su uplaćeni doprinosi u penzijsko/mirovinsko osiguranje.

Ako osiguranici prije rehabilitacije primaju naknadu za nezaposlene I (Arbeitslosengeld I), onda oni, pod određenim uslovima/ uvjetima, primaju *pr(ij)elaznu naknadu* u visini dotadašnjeg davanja od strane Zavoda za zapošljavanje (Arbeitsagentur). Ako su prije medicinske rehabilitacije primali naknadu za nezaposlene II (Arbeitslosengeld II), onda oni za vrijeme medicinske

rehabilitacije nastavljaju primati naknadu za pokrivanje osnovnih životnih troškova (Grundsicherung) od nosioca/nositelja ovog davanja.

Ako je visina *pr(ij)elazne naknade* ispod egzistencijalnog minimuma, onda korisnici mogu kod nadležnog nosioca/nositelja socijalne pomoći zatražiti i druga socijalna davanja, kako bi osigurali egzistencijalni minimum.

Efekti na radno mjesto, doprinose za socijalno osiguranje i penziju/mirovinu

Mogu li ostati bez posla ako odem na rehabilitaciju?

U preduzećima/poduzećima sa više od deset zaposlenih važi Zakon o zaštiti od otkaza. Tim zakonom je definisano pod kojim uslovima/uvjetima poslodavac smije dati otkaz radniku. U principu, poslodavci se podstiču/potiču da izbjegavaju dati otkaz i da odvrte nesposobnost za rad ili spriječe ponovnu nesposobnost za rad.

Prije nego što poslodavac može dati otkaz, on mora najprije obaviti razgovor sa takozvanim *Internim menadžmentom za integraciju* (Betriebliches Eingliederungsmanagement – BEM). Na to je ob(a)vezan ako je zaposleni(k) bio na bolovanju neprekidno ili u više navrata u periodu dužem od šest nedjelja/tjedana bez prekida. U tom razgovoru sa BEM-om razmatraju se sva moguća rješenja koja mogu otkloniti privremenu radnu nesposobnost i sačuvati radno mjesto (§ 167 Socijalnog zakonika IX – prevencija).

Mjera rehabilitacije treba pomoći osiguraniku da da i dalje radi. To želi i poslodavac. Zato je otkaz zbog korištenja rehabilitacije najprije isključen. To znači da ne možete dobiti otkaz jer idete na rehabilitaciju. Ali, ako imate vremenski ograničen ugovor o radu, može se desiti da isti istekne tokom perioda trajanja rehabilitacije i da ne bude produžen. U tom slučaju se na vrijeme obratite Agenciji za zapošljavanje (Agentur für Arbeit).

Medicinska rehabilitacija sama po sebi nije razlog za otkaz na radnom mjestu.

U malim firmama, sa manje od deset radnika, ne važi Zakon o zaštiti od otkaza. Važno je prije odlaska na rehabilitaciju tražiti razgovor sa svojim poslodavcem. Na taj način možete da mu objasnite svoje probleme i da zajedno razmislite šta će biti poslije rehabilitacije.

Koje efekte ima rehabilitacija na doprinose za socijalno osiguranje i kasniju penziju/mirovinu?

Za vrijeme primanja *pr(ij)elazne naknade* ostajete i dalje socijalno osigurani. Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) uplaćuje doprinose za zdravstveno osiguranje, osiguranje za slučaj tuđe pomoći i njege, osiguranje od posljedice nezgode, penzijsko/mirovinsko osiguranje i osiguranje za slučaj nezaposlenosti.

Pošto Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje plaća doprinose za penzijsko/mirovinsko osiguranje za vrijeme rehabilitacije, rehabilitacija nema negativne efekte na visinu kasnije penzije/mirovine. Čak i ako više puta koristite rehabilitaciju, to ne umanjuje vaše pravo na penziju/mirovinu. Uslov/Uvjet za dobijanje *starosne penzije/mirovine* jeste da ste ostvarili najmanje 60 mjeseci sa plaćenim doprinosima (opšti uslov/opći uvjet staža) u ob(a)veznom penzijskom/mirovinskom osiguranju. To važi i za migrante koji se u godinama kada mogu ostvariti pravo na penziju/mirovinu vrate u svoju matičnu državu.

Povrat/Povraćaj doprinosa umjesto penzije/mirovine

Pod određenim uslovima/uvjetima može se izvršiti povrat/povraćaj uplaćenih doprinosa za penzijsko/mirovinsko osiguranje. Osobe sa njemačkim državljanstvom mogu, načelno, dobiti povrat/povraćaj samo ako su napunili godine za redovnu starosnu penziju/mirovinu, a uplatili su manje od 60 mjeseci staža osiguranja (opšti uslov/opći uvjet staža) u penzijsko/mirovinsko osiguranje. Osobe bez njemačkog državljanstva imaju, pod određenim uslovima/uvjetima, pravo na povrat/povraćaj svojih doprinosa, čak i ako su doprinose uplaćivali duže od 60 mjeseci. Ako osiguranici ispunjavaju uslove za povraćaj/uvjete za povrat doprinosa, moraju imati na umu sljedeće:

- Zahtjev za povrat/povraćaj doprinosa može se podnijeti tek 24 mjeseca poslije prestanka zaposlenja za koje su uplaćivani ob(a)vezni doprinosi. Tokom tog perioda osiguranik ne smije primati ni *starosnu penziju/mirovinu*.

➤ Vraćaju se samo oni doprinosi koji su uplaćeni nakon korištenja davanja Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). To znači, ako je osiguranik koristio na primjer *medicinsku rehabilitaciju Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung), onda mu se vraćaju samo oni doprinosi koje je uplatio poslije rehabilitacije.

Saradnici centra za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) savjetovaće vas o svakom pojedinačnom slučaju.

Efek(a)t rehabilitacije na kasniju penziju/mirovinu kod osoba bez njemačkog državljanstva

Šta/Što to tačno/točno znači? – Objašnjenje na tipičnom primjeru

Gospodin S. radio je u Njemačkoj 32 godine bez prekida u fabrici/tvornici namještaja. Zbog teškog fizičkog/tjelesnog rada, prije 11 godina zadobio je prolaps diskusa. Nakon liječenja prolapsa, uputio se na medicinsku rehabilitaciju Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), tako da je poslije toga mogao da se vrati na svoje radno mjesto. Međutim, nekoliko mjeseci prije zaslužene starosne penzije/mirovine (od novembra/studenog 2020), gospodin S. planira da se sa suprugom vrati u Tursku, kako bi tamo uživao u penziji/mirovini. Pri tome razmišlja da zatraži povrat/povračaj svojih uplaćenih doprinosa. Zajedno sa svojim sinom odlazi u centar za informisanje i savjetovanje u blizini, kako bi podnio zahtjev za povrat/povračaj doprinosa i zatražio obračun iznosa povrata/povračaja. Međutim, tamo je saznao da zahtjev može podnijeti tek 24 mjeseca poslije posljednje uplate doprinosa. Osim toga, može dobiti samo one doprinose koji su uplaćeni poslije medicinske rehabilitacije. Na osnovu toga, obračun doprinosa koji mogu biti vraćeni gospodinu S. izgleda ovako:

Zahtjev za povrat/povračaj može se podnijeti najranije: 20.11.2022.

Doprinosi za penzijsko/mirovinsko osiguranje: 01.11.1988 – 31.10.2020.

Zahtjev za medicinsku rehabilitaciju podnesen: 03.03.2010.

Zahtjev odobren: 31.03.2010.

Korištenje medicinske rehabilitacije: 07.04.2010 – 25.04.2010

Period za koji doprinosi mogu da se vrate: 01.04.2010 – 31.10.2020.

Gospodin S. nije računao s tim. On se pita da li bi bilo bolje da nije koristio medicinsku rehabilitaciju. Onda bi ostvario pravo na povrat/povračaj doprinosa za 32 godine staža. Međutim, njegov sin ga umiruje. Na kraju, puno je važnije da očevo zdravlje bude bolje uz pomoć medicinske rehabilitacije. On savjetuje ocu da odustane od povrata/povračaja doprinosa. Osim toga, svakako ima pravo na starosnu penziju/mirovinu, tako da u penziji/mirovini može uživati bez finansijskih briga. Gospodin S. odlučuje da podnese zahtjev za starosnu penziju/mirovinu.

2. Prije rehabilitacije

Podnošenje zahtjeva

Informacije o rehabilitaciji dobićete/dobit ćete kod regionalnih nosilaca/nositelja Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja Bund (Deutsche Rentenversicherung Bund), u centrima za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) Tamo ćete dobiti i potrebne obrasce zahtjeva. Sve obrasce možete preuzeti i sa interneta, na adresi

www.deutsche-rentenversicherung.de/SharedDocs/Formulare/DE/Formularpakete/01_versicherte/reha/_DRV_Paket_Rehabilitation_Med_Rehabilitation.html i odštampati ih. Zahtjeve možete popuniti i poslati i elektronskim putem (e-Antrag).

Ali, u svakom slučaju, mjesto prvog kontakta je vaš ordinirajući ljekar/liječnik. To može biti porodični ljekar/obiteljski liječnik, specijalist (a) ili fabrički ljekar/pogonski liječnik. Najbolje je da odaberete onoga koji odlično poznaje vaše tegobe. Ako je medicinska rehabilitacija nužna, ljekar/liječnik će napisati odgovarajući *izvještaj*. Ovaj ljekarski/liječnički *izvještaj* važan je dio zahtjeva za medicinsku rehabilitaciju. On sadrži podatke i nalaze o vašem zdravstvenom stanju, prvenstveno o vašim boljenjima, funkcionalnim smetnjama, radnoj sposobnosti, *faktorima rizika*, kao i do sada obavljenim terapijama. Ljekar/Liječnik odlučuje da li postoji *potreba za rehabilitacijom* i da *sposobnost za rehabilitaciju*, kao i kakva je vaša *prognoza uspješnosti*

rehabilitacije. Zbog toga je ljekarski/liječnički *izvještaj* veoma bitan. Ako ljekar/liječnik smatra da je rehabilitacija potrebna, osiguranik može podnijeti zahtjev za medicinsku rehabilitaciju kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung).³⁾

SAVJET: Razgovarajte sa svojim ljekarom/liječnikom o medicinskoj rehabilitaciji.

Neki nosioci/nositelji penzijskog/mirovinskog osiguranja traže od svojih osiguranika da poslije podnošenja zahtjeva odu na još jedan ljekarski/liječnički pregled. Taj pregled obavlja ljekar/liječnik vještak penzijskog/mirovinskog osiguranja. Umjesto ljekarskog/liječničkog *izvještaja*, on sačinjava *stručno medicinsko vještačenje*.

Obrasci za podnošenje zahtjeva

Svi obrasci za traženje usluga rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) imaju odgovarajući broj. Taj broj sastoji se od slova „G” i četvorocifrenog/četveroznamenkastog broja (na primjer opšti/opći zahtjev putem obrasca broj G0100 „Zahtjev za usluge u svrhu integracije osiguranika – zahtjev za rehabilitaciju” – „Antrag auf Leistungen zur Teilhabe für Versicherte – Rehabilitationsantrag”). Zahtjev za rehabilitaciju G0100 podijeljen je na 16 blokova i zauzima deset strana. Međutim, kod većine blokova

³⁾ Etno-medicinski centar pruža takozvanu pomoć za popunjavanje, koja podnosiocima/podnositeljima zahtjeva vodi korak po korak kroz prijavu, što znatno olakšava popunjavanje zahtjeva. Ovaj vodič za popunjavanje dijelimo onima koji učestvuju/sudjeluju u informativnim prezentacijama.

odgovor se mora samo obilježiti krstićem/križićem, zbog čega popunjavanje, obično, ne traje duže od 20 minuta. U zavisnosti od cilja i želje u pogledu rehabilitacije, moraju se popuniti i drugi prilozii i obrasci.

Saradnici centara za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) pružiće vam savjete i pomoć kod popunjavanja obrasca zahtjeva, putem telefona ili lično/osobno. Zahtjeve možete predati i kod svakog nosioca/nositelja rehabilitacije – dakle penzijskog/mirovinskog, zdravstvenog osiguranja i osiguranja od posljedica nezgode. Nosioci/Nositelji osiguranja provjeriće nadležnost i, po potrebi, prosljediti zahtjev nadležnom nosiocu/nositelju osiguranja. Isti će obaviti provjere da li podnositelj zahtjeva ispunjava socijalnopravne i lične uslove/osobne uvjete. To može trajati više nedjelja/tjedana.

Zahtjev možete predati kod penzijskog/mirovinskog, zdravstvenog osiguranja i osiguranja od posljedica nezgode

Može li me ne(t)ko ob(a)vezati da podnesem zahtjev za medicinsku rehabilitaciju?

Ako ordinirajući ljekar/liječnik predloži da podnesete zahtjev za rehabilitaciju, vi to ne morate nužno učiniti. Vi sami odlučujete da li rehabilitacija dobra za vas. Pri tome ne morate strahovati od posljedica ako ne želi na rehabilitaciju. Čak i tokom postupka odobravanja rehabilitacije možete povući zahtjev, bez obrazloženja.

Ako primete naknadu za bolovanje (Krankengeld), zdravstveno osiguranje (Krankenkasse) može vas ob(a)vezati da podnesete zahtjev za medicinsku ili *profesionalnu rehabilitaciju*. Ako to ne učinite, može vam biti umanjen iznos naknade.

Ako primete naknadu za nezaposlene, i Zavod za zapošljavanje (Arbeitsagentur) može tražiti da podnesete zahtjev za rehabilitaciju. Zavod za zapošljavanje vas obavještava o vašoj *ob(a)vezi saradnje* i rokovima koje morate da poštujete

Može li se rehabilitacija odložiti?

Ako ste dobili rješenje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) da vam je odobrena rehabilitacija, isto važi, obično, šest mjeseci. Od ustanove za rehabilitaciju dobićete termin kada da se javite na rehabilitaciju. Uglavnom se morate pridržavati ovog datum.

Odlaganje početka rehabilitacije moguće je samo u posebnim slučajevima. U vezi s tim možete kontaktirati ustanovu za rehabilitaciju, da objasnite svoje razloge i zamolite za novi termin. Međutim, neizvjesno je da li se termin početka rehabilitacije može zaista i pomjeriti. Važno je, takođe(r), da novi termin bude u odobrenom roku od šest mjeseci. Ako primete naknadu za bolovanje, vaše zdravstveno osiguranje mora da odobri odlaganje početka rehabilitacije.

SAVJET: Rehabilitaciju otpočnite što prije i odložite je samo u izuzetnim slučajevima.

Imajte na umu da zdravstveno stanje kao razlog za odlaganje rehabilitacije može dovesti do nove ocjene *potrebe za rehabilitacijom*. Zbog toga rehabilitacija može, možda, biti odbijena. Mora se, takođe(r), uzeti u obzir i okolnost da li ste u tom trenutku radno sposobni ili privremeno radno nesposobni. Prije se može udovoljiti želji radno sposobnog osiguranika. Nasuprot tome, ako kod osiguranika postoji privremena *radna nesposobnost*, teže je odobriti odlaganje početka rehabilitacije. Ne smijete nikada zaboraviti sljedeće: cilj rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) jeste da se što brže vratite na svoje radno mjesto.

Prigovor

Šta/Što mogu učiniti ako moj zahtjev bude odbijen?

U slučaju odbijanja zahtjeva, može se podnijeti obrazložen *prigovor*. Isti morate podnijeti u roku od mjesec dana, pismeno, svom nadležnom nosiocu penzijskog osiguranja/nositelju mirovinskog osiguranja. Pomoć/Potporu kod sastavljanja *prigovora* osiguranici mogu dobiti u centrima za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), raznih službi za savjetovanje i posredovanje, socijalnih udruženja/udruga ili porodičnog ljekara/obiteljskog liječnika. U *prigovoru* osiguranici moraju što objektivnije opisati tok svoje bolesti, dosadašnje terapije i njihov efekte. Potrebno je pomenuti i eventualna *psihicka* opterećenja koja su povezana sa fizičkim/tjelesnim tegobama. Ob(a)vezno se mora poštovati navedeni rok za *prigovor*. Ako ne možete do isteka tog roka jasno iznijeti svoje obrazloženje,



morate najprije dostaviti neformalan *prigovor*, kako biste ispoštovali rok. U njemu ćete navesti da ćete naknadno dostaviti opširan dopis. Podnosilac/Podnositelj zahtjeva može, zavisno od svog zdravstvenog stanja, otići i lično/osobno do Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) i opisati svoj zahtjev. Ordinirajući ljekar/liječnik može, dodatno, novim *izvještajem* potvrditi da je potrebna medicinska rehabilitacija. Ali načelno je dovoljno lično/osobno obrazloženje osiguranika.

SAVJET: Prigovor obrazložite individualno i detaljno.

Važno: Na svako rješenje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) možete reagovati *prigovorom*. U *žalbenom postupku ponov(n)o* se provjerava da li navedena *dijagnoza* ispunjava kriterij(um)e za korištenje *medicinske rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung) i da li su već iscrpljene ponude *ambulantne terapije* (kao npr. *psihoterapija*, *medicinske vježbe*). Ako se *prigovor* osiguranika prihvati kao opravdan, onda on dobija tzv. *Rješenje po žalbi*. *Rješenjem po žalbi* prihvata se da je osiguranik u pravu i odobrava mu se rehabilitacija. Ako se *prigovor* odbije, može se razmotriti podnošenje tužbe pred Socijalnim sudom (Sozialgericht). *Žalbeni postupak* i postupak pred sudom su besplatni za osiguranika. Ako osiguranik angažuje advokata/odvjetnika, pod određenim okolnostima mora sam da plati advokatske/odvjetničke troškove.

Alternative za medicinsku rehabilitaciju

Ako zahtjev za rehabilitaciju bude odbijen, isplati se najprije razmisliti o tome da li se zdravstvene tegobe mogu otkloniti drugim mjerama. Jer, *medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung) nije uvijek medicinski opravdana u trenutku podnošenja zahtjeva.

Na primjer, u oblasti *ambulantnog* zbrinjavanja postoje brojne mogućnosti, kao što je *psihoterapija* ili *fizioterapija*. U svakom slučaju preporučuje se osiguranicima da se o tome informišu kod svog ordinirajućeg ljekara/liječnika. Potrebno je da se informišu i o preventivnim i promotivnim ponudama zdravstvenog osiguranja (Krankenkasse) i drugih ponuđača, preventivnim kursovima/tečajima, kao što su vježbe za leđa, savjetovanje o ishrani/prehrani i da ih, eventualno, iskoriste. Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (DRV) nudi, naime, svim zaposleni(c)ima praktične preventivne usluge, kako bi se na zdrav način, bez dugotrajnih ili *hroničnih* bolesti, nosili sa svakodnevnim životom i sve većim zahtjevima (privatnim ili profesionalnim). Više informacija možete pronaći na www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Praevention/praevention_node.html.

3. Za vrijeme rehabilitacije

Priprema i dolazak u ustanovu za rehabilitaciju

Poslije odobrene rehabilitacije od strane Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), korisnik dobija rješenje izabrane ustanove za rehabilitaciju, u kojem se navodi kada i gdje počinje rehabilitacija. Između odobranja rehabilitacije i njenog početka prođe, uglavnom, tek nekoliko nedjelja/tjedana. Dobra priprema – prije svega za *stacionarnu* rehabilitaciju – može olakšati početak rehabilitacije. Prije dolaska na rehabilitaciju potrebno je da kontaktirate tu ustanovu, kako biste razjasnili eventualna pitanja.

SAVJET: Dobra priprema olakšava vam početak rehabilitacije. Kontaktirajte ustanovu za rehabilitaciju, kako biste razjasnili preostale nejasnoće.

Za svoj boravak u ustanovi za rehabilitaciju ne smijete nikako zaboraviti da poneseite ove stvari:

- odjeća za boravak u prostoriji i napolju (odjeća za sve vremenske prilike),
 - trenerka/trenirka za trčanje ili sportska odjeća,
 - sportska obuća,
 - odjeća za kupanje (kupaći kostim ili kupaće gaćice, papuče, ogrtač),
 - peškiri/ručnici,
 - eventualno sportski rekviziti (kao npr. štapovi za nordijsko trčanje),
- ljeekarski/liječnički izvještaji i nalazi,
 - kod alergičara: knjižica za alergičare (Allergiker-Pass),
 - kod dijabetičara: knjižica za dijabetičare (Diabetiker-Pass),
 - kod osoba sa pejsmejerom (Herzschrittmacher): iskaznica za osobe sa ugrađenim pejsmejerom (Herzschrittmacher-Ausweis),
 - eventualno i RTG snimke,
 - kartica osiguranja,
 - lijekovi,
 - potrebna pomagala (kao npr. potpazušne štake, slušni aparat),
 - knjige, CD, igre, ...
 - mediji za zabavu i punjači.

Ako iz npr. vjerskih razloga morate da poštuje određeni način oblačenja, razgovarajte o tome sa ljeekarom/liječnikom ustanove za rehabilitaciju. U nekim ustanovama su npr. posebni termini za plivanje u bazenu rezervisani samo za žene.

Pr(ij)evoz do ustanove moraju da organizuju sami pacijenti ili članovi njihove porodice/obitelji. Napomene u vezi s tim navedene su u rješenju o odobrenju rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) snosi troškove pr(ij)evoza do ustanove za rehabilitaciju i nazad/natrag vozom, za putovanje 2. klasom/razredom, i sredstvima javnog saobra-

čaja/prometa, u punom iznosu. Za pr(ij)evoz autom nadoknada je iznosila 20 centi po pređenom kilometru (stanje iz 2019.g.), a najviše 130,00 € za pr(ij)evoz u oba smjera, kod *stacionarne* rehabilitacije. Kod *ambulantne* rehabilitacije, troškovi pr(ij)evoza nadoknađuju se samo ako je to nužno. Visina naknade za troškove pr(ij)evoza može se mijenjati iz godine u godinu. Informacije o tome dobit ćete kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Inače, mnoge ustanove za *ambulantnu* rehabilitaciju nude besplatan pr(ij)evoz. Kod *ambulantne* rehabilitacije, pacijenti se mogu odvesti do ustanove i nazad do kuće taksijem za pacijente, ako im je mobilnost ograničena. Kod *stacionarne* rehabilitacije mogu se, dodatno, poštom poslati dva komada prtljaga. Zahtjev za naknadu troškova pr(ij)evoza mora se podnijeti penzijskom/mirovinskom osiguranju (kod pr(ij)evoza željeznicom ili sredstvima javnog pr(ij)evoza, prilažanjem vozne karte).

Pr(ij)evoz do ustanove za rehabilitaciju i nazad/natrag plaća, najvećim dijelom, Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung).

Smještaj i ishrana/prehrana

U *stacionarnim* ustanovama za rehabilitaciju, pacijenti su smješteni u jednokrevetnim ili višekrevetnim sobama. U takvim ustanovama nije moguće samostalno spremanje hrane, jer često ne postoje kuhinje za pacijente. Ponekad te ustanove imaju čajnu kuhinju, u kojoj postoji kuhalo za vodu.

U većini ustanova za rehabilitaciju ne postoji posebna ishrana/prehrana prilagođena posebnim vjerskim propisima. Međutim, većina ustanova nudi raznovrsnu vegetarijansku ishranu/prehranu. Osim toga, na raspolaganju vam stoje i savjetnici za dijete, s kojima možete sačiniti plan ishrane/prehrane i pri tome izraziti svoje posebne želje. Ako postite tokom Ramazana, u većini ustanova moguće je ostaviti jelo i podgrijati ga uveče(r). Kod posebnih navika u jelu, morate unaprijed razjasniti sa ustanovom da li je to moguće ispoštovati tokom rehabilitacije. Naravno da imate i mogućnost da se putem interneta ili telefona unaprijed informišete u ustanovi o tome i da kod podnošenja zahtjeva navedu u koju ustanovu biste željeli na rehabilitaciju.

SAVJET: Razgovarajte o svojim željama u pogledu jela.

Generalno nije problem da vam članovi porodice/obitelji donesu hranu kada dođu u posjet(u). Ali, u svakom slučaju bi sa ustanovom za rehabilitaciju trebalo dogovoriti se o tome. Lako kvarljive namirnice moraju se čuvati u frižideru/hladnjaku. Ako ne postoji mogućnost čuvanja namirnica, ponijeti sa sobom samo namirnice koje mogu duže da stoje. Upravo ako uzimate dijetalnu hranu, trebalo bi na tu činjenicu skrenuti pažnju prijateljima i rodbini. Na tok rehabilitacije može negativno uticati/utjecati ako promijenite režim ishrane/prehrane i uzmete, na primjer, masnu hranu ili slatkiše.

Pravila ponašanja u ustanovi za rehabilitaciju

U zavisnosti od ustanove, moraju se poštovati različita pravila ponašanja. Načelno važi da nije poželjno ništa što može negativno uticati/utjecati na tok rehabilitacije. U mnogim ustanovama nije poželjno konzumiranje alkohola, a zabranjena je upotreba droge.

U svakoj ustanovi za rehabilitaciju postoji definisana dnevna struktura, koju moraju poštovati svi pacijenti. U to spadaju, na primjer, termini obroka, dnevnog i noćnog odmora i posjeta. Pacijenti se moraju, načelno, pridržavati propisa koje odredi ustanova i tim za (s)provođenje rehabilitacije.

Tim za (s)provođenje rehabilitacije

Danas se zna da je nastanak i opstajanje *hroničnih* oboljenja povezano sa mnogo faktora: pored medicinskih, ulogu uvijek igraju i socijalni i *psihički* faktori. Zbog toga medicinska rehabilitacija u današnje vrijeme predstavlja sistem/sustav sastavljen od raznih pojedinačnih terapijskih elemenata, kao što su *medicinske vježbe*, trening, obuka, grupna *psihoterapija* i socijalnomedicinsko savjetovanje. U zavisnosti od slike bolesti i s njom povezanih ograničenja, pacijenti dolaze u kontakt sa različitim profesionalnim grupama/skupinama terapeuta.

Tokom medicinske rehabilitacije o vama brinu različite profesionalne grupe/skupine terapeuta.

Ljekari/liječnici brinu o ukupnom medicinskom liječenju i koordiniraju tok rehabilitacije. Oni propisuju lijekove, terapijske mjere i potrebna pomagala. Osim toga, ocjenjuju radnu sposobnost na tržištu rada i razgovaraju sa pacijentima o tome šta bi trebalo da rade poslije otpuštanja sa rehabilitacije.

Psiholozi i psihoterapeuti nude, pored ostalog, pojedinačne ili grupne razgovore tokom rehabilitacije i (s)provode psihološku *dijagnostiku*.

Socijalni radnici, socijalni pedagozi i socijalna služba pomažu i savjetuju pacijente o socijalnim pitanjima (kao npr. savjetovanje o kućnoj njezi, finansijskim pitanjima, poslu).

Fizioterapeuti ili kineziterapeuti (s)provode programe vježbi koje se mogu izvoditi u prostoru za fitness i na otvorenom. U zavisnosti od oboljenja, nude i specijalnu individualnu terapiju.

Ergoterapeuti pomažu u savladavanju svakodnevnih ob(a)veza i povratka na posao. Oni pružaju savjete o pomagalima i sa pacijentima izvode ciljane vježbe, koje su im potrebne radi redovnog obavljanja poslova. To može, na primjer, biti važno poslije moždanog udara, kada se ponov(n)o moraju učiti pokreti.

Medicinske sestre-tehničari i njegovatelji brinu, takođe(r), za medicinsko zbrinjavanje i pomažu pacijentima. U njihove zadatke spada, pored ostalog, davanje terapije prema nalogima ljekara/liječnika, zbrinjavanje rana, mjere za unapređenje i održavanje mobilnosti.

Dijetetičari prave planove ishrane/prehrane i pomažu kod promjene odn. korekcije ishrane/prehrane, kao na primjer za ishranu/prehranu siromašnu mastima ili putem sonde. Osim toga, pomažu kod praktične realizacije u promjeni ishrane/prehrane u vidu kurseva kuvanja/tečaja kuhanja.

Ostale posebne profesionalne grupe/skupine, kao što su logopedi ili govorni terapeuti, pomažu kod postojanja problema sa govorom, izgovorom ili gutanjem.

Osim toga, u ustanovi za rehabilitaciju radi osoblje za održavanje čistoće i pripremu hrane.

Svakodnevica na rehabilitaciji

Intervju prilikom prijema na rehabilitaciju

Sa pacijentima se na početku rehabilitacije obavlja tzv. medicinski intervju u vezi sa njihovim problemima. Tom prilikom se vrši i uvid u priložene nalaze i razgovara sa pacijentima o njima. Nakon razgovora, obično se obavi još nekoliko ljekarskih pregleda/liječničkih pretraga. Od vrste oboljenja zavisi da li medicinski intervju i preglede treba da obave i drugi članovi tima za obavljanje rehabilitacije. To mogu biti, na primjer, socijalni pedagozi ili psiholozi. Važno je odgovoriti iskreno na sva pitanja. Samo tako ljekari/liječnici i tim za rehabilitaciju mogu steći kompletnu sliku o zdravstvenom stanju i mogućim faktorima uticaja/utjecaja. Naravno, i pacijent može da postavlja pitanja. Na osnovu ovih prvih pregleda/pretraga i razgovora, zajedno sa pacijentom se utvrđuju ciljevi rehabilitacije i pravi odgovarajući terapijski plan.

SAVJET: Odgovorite iskreno na pitanja ljekara/liječnika, kako biste dobili najbolju terapiju.

Ponuda terapija

Ponuda terapija kreće se od kinezi i sportskog programa, preko programa za opuštanje, do savjeta o ishrani/prehrani. Ovdje navodimo mali izbor ponuda:

- ▶ *ergo* i radna terapija (nešto kao *funkcionalni trening*, *trening za radno mjesto*, *trening sa pomagalima*), fizio, sportska i kineziterapija (na primjer *medicinske vježbe*, vježbe u vodi, vježbe za leđa, vježbe snage i vježbe na spravama, nordijsko trčanje),
- ▶ ponude savjetovanja socijalne službe (kao što je savjetovanje iz oblasti socijalnog prava, profesionalno savjetovanje)
- ▶ individualna i grupna *psihoterapija*,
- ▶ mjere za opuštanje,
- ▶ kreativne ponude (ples, pozorište/kazalište, ručni rad, muzikoterapija/liječenje glazbom),
- ▶ masaže, kupke, pakovanja,
- ▶ specijalne mjere (kao što su vježbe govora i izgovora, savjetovanje o ishrani/prehrani),
- ▶ zdravstveno prosvjeđivanje o *faktorima rizika* (na primjer prekomjerna težina, pušenje, konzumiranje alkohola).

Ni(t)ko ne može biti prisiljen da učestvuje/sudjeluje u nekoj terapiji. Međutim, imajte na umu da ste tokom rehabilitacije ob(a)vezni da saradujete, kako bi se rehabilitacija mogla uspješno okončati. To znači da određene terapije ne mogu biti precrtane ili zamijenjene. Ako iz vjerskih ili ideoloških razloga ne možete da obavite određene terapijske mjere, razgovarajte o tome sa svojim ljekarom/liječnikom ili terapeutom. Sigurno postoji alternativna metoda liječenja. Ipak, uvijek se preporučuje da se iskoriste sve definisane mjere, kako bi se zdravstveno

stanje maksimalno popravilo. Naročito na rehabilitaciji u cilju liječenja *psihosomatskog* oboljenja mora vam odmah na početku biti jasno da se tokom liječenja primjenjuju grupna *psihoterapija* i grupne vježbe (polno mješovitog sastava pacijenata). Ovaj grupni koncept je veoma koristan. Zbog toga morate biti spremni da učestvujete/sudjelujete u ovim grupnim terapijama.

Tokom rehabilitacije obavlja se novi ljekarski pregled/liječničke pretrage, kako bi se provjerio napredak zdravstvenog stanja i, eventualno, uvele nove mjere ili, po potrebi, produžila rehabilitacija. Na kraju rehabilitacije obavlja se još jedan razgovor sa ljekarom/liječnikom, koji vam daje određene savjete i obavještava vas o mogućim ponudama za *praćenje stanja* poslije rehabilitacije i *terapijskim vježbama*. Otpusnica se dostavlja Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung), a ako to pacijenti žele, i njihovom porodičnom ljekaru/obiteljskom liječniku.

Dnevna struktura

Dnevno angažovanje na terapiji iznosi četiri do šest sati. Terapija se, obično, ne obavlja u večernjim satima i tokom vikenda.

U centrima za *ambulantnu* rehabilitaciju, pacijenti obično dobiju ručak. U njima obično postoje i prostorije za meditaciju, koje se mogu koristiti za opuštanje u periodu kada niste na terapiji.

Kod *stacionarne* rehabilitacije pacijenti su smješteni u ustanovi i imaju obezbijeđenu kompletnu ishranu/prehranu. U slobodnom vremenu većina ustanova nudi i dodatne aktivnosti, kao što su čitaonice, plesne večeri ili izleti. Ako su pacijenti zainteresovani za

ove ponude, treba da se na licu mjesta informišu o mogućim troškovima i uslovima/ uvjetima.

Mogućnosti za molitvu

U nekim ustanovama postoje prostorije za meditaciju i molitvu. Naravno, možete koristiti i svoju sobu za molitvu. O tome se možete informisati i putem interneta ili telefona. U tom slučaju možete već kod podnošenja zahtjeva tražiti smještaj u ustanovu koja to omogućava.

Pravila u vezi sa posjetom i pratećom

Rodbina i prijatelji trebalo bi da dolaze u posjet(u) samo u periodu kada se ne odvija terapija, kako ne bi remetili tok rehabilitacije. Informacije o vremenu za posjete u ustanovi dobićete po dolasku ili ih možete naći na internet stranici ustanove. U ustanovama za rehabilitaciju kod *psihosomatskih* oboljenja može se desiti da ne smijete primati posjete na početku ili tokom liječenja. Ova mjera služi da biste se odmakli od svakodnevice i koncentrisali samo na postupak liječenja. Na vrijeme se informišite o takvim propisima.

SAVJET: Razgovarajte sa predstavnicima ustanove za rehabilitaciju o tome kada smijete primati posjet(u).



Ako je sa medicinskog ili terapijskog stajališta neophodno, u pojedinim slučajevima u rehabilitaciji može istovremeno da učestvuje/sudjeluje i partner ili partnerka pacijenta. Troškove smještaja i ishrane/prehrane, kao i moguće izgubljene zarade, snosi penzijsko/mirovinsko osiguranje.

Međutim, ovi troškovi nadoknađuju se samo ako rehabilitacija ne može da se (s)provede u mjestu prebivališta pacijenta. U nekim ustanovama prihvataju i pratioca/pratitelja, čak i ako to nije medicinski neophodno. O tome se morate raspitati kod ustanove za rehabilitaciju. U tom slučaju troškove snosi sam pratilac/pratitelj.

Problemi sa sporazumijevanjem zbog nedovoljnog znanja njemačkog jezika

Prilikom ljekarskog pregleda/liječničkih pretraga odnosno medicinskog intervjua na prijemu, na zahtjev ljekara/liječnika može se pozvati prevodilac/prevoditelj, ako sporazumijevanje nije moguće na drugi način. Troškove prevodioca/prevoditelja snosi Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung). Ovo važi samo za medicinski intervju na prijemu. Za ostale terapijske mjere pacijentima se ne može obezbijediti prevodilac/prevoditelj, osim ako pacijenti sami ne plate troškove njegovog angažovanja i smještaja. Ako ne znate dovoljno njemački jezik i plašite se da zbog toga nećete moći da pratite terapijske mjere, možete to navesti još u zahtjevu za rehabilitaciju, kako bi se na taj način uticalo/utjecalo na izbor ustanove za rehabilitaciju. Preporučuje se, takođe(r), da se prije podnošenja zahtjeva raspitate da li ustanova za rehabilitaciju ima osoblje koje govori vaš

jezik i već prilikom podnošenja zahtjeva navesti da želite boravak u toj ustanovi.

Na medicinski intervju na prijemu može se pozvati prevodilac/prevoditelj.

Specijalne ponude za migrante

U pojedinim ustanovama za rehabilitaciju pripremljene su specijalne ponude za migrante. Tamo pacijenti dobivaju isto praćenje i terapiju kao i u svakoj drugoj ustanovi za rehabilitaciju. Razlika postoji u tome da su u posebnoj mjeri uzete u obzir njihove kulturne i vjerske potrebe i da su jezički problemi riješeni prisustvom prevodioca/prevoditelja i/ili osoblja koje govori njihov jezik. U te ponude spadaju odvojena muška i ženska odjeljenja, sopstvene prostorije za molitvu, služba za pr(ij)evoz na molitvu u džamiju ili (s)provodjenje terapije uz osobu istog (s)polu. Međutim, imajte na umu da nema svaka ustanova za rehabilitaciju takve ponude i da se ne može udovoljiti svakoj kulturno i vjerski specifičnoj potrebi ili želji. Osim toga, treba voditi računa da neka ustanova za rehabilitaciju sa specifičnim ponudama za migrante ne mora uvijek biti najbolji izbor za pacijente. Ustanova za rehabilitaciju specijalizovana za vaše oboljenje može, pod odgovarajućim okolnostima, ponuditi znatno bolje liječenje, čak i ako nema ponude za migrante.

SAVJET: Odaberite ustanovu koja pruža najbolju terapiju za vaše oboljenje.

Ob(a)veza saradnje i prekid rehabilitacije

Za uspješnu medicinsku rehabilitaciju od odlučujućeg značaja je saradnja pacijenata. Čak se govori i o *ob(a)vezi saradnje* pacijenta. Pacijenti bi trebali poštovati sve dogovore o terapiji, aktivno razgovarati o ponudama terapija i primjenjivati nova saznanja i iskustva u svakodnevnom životu. Podršku/Potpuru u tome dobiće od kompletnog tima za (s)provođenje rehabilitacije. Ako pacijent ne poštuje *ob(a)vezu saradnje* i time ugrožava uspjeh rehabilitacije, to se može odraziti na kasnije usluge po osnovu osiguranja. Međutim, to je nešto što se ne želi i predstavlja apsolutni izuzetak. Ako pacijent dobija naknadu za bolovanje, a zdravstveno osiguranje ga je ob(a)vezalo da ide na rehabilitaciju, u tom slučaju može mu biti umanjena naknada za bolovanje.

Kao pacijent ob(a)vezni ste da aktivno saradujete tokom rehabilitacije.

Može se desiti da želite prekinuti rehabilitaciju zbog npr. neočekivanog dešavanja u porodici/obitelji. U svakom slučaju, prije odluke o prekidu rehabilitacije potrebno je dobro razmisliti. Jer cilj rehabilitacije jeste da se popravi vaše zdravstveno stanje. U slučaju prijevremenog okončanja rehabilitacije, možda se neće ostvariti ciljevi rehabilitacije. Ako se prekid rehabilitacije ne može izbjeći, trebalo bi ob(a)vezno da obavite razgovor sa svojim ordinirajućim ljekarom/liječnikom u ustanovi za rehabilitaciju. Nakon toga ljekar/liječnik izdaje uvjerenje da se ne protivi prekidu rehabilitacije. Ako ne dobijete takvu potvrdu, može se desiti da dođe do smanjenja socijalnih davanja, kao što je naknada

za bolovanje. Nakon napuštanja ustanove za rehabilitaciju, trebalo bi da se obratite Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung) i objasnite razloge za prekid rehabilitacije.

Ako primete *pr(ij)elaznu naknadu* penzijskog/mirovinskog osiguranja, morate da je vratite za neiskorišteno vrijeme rehabilitacije.

Prekid rehabilitacije može uticati/utjecati na kasnije zahtjeve za rehabilitaciju. Pri tome se naročito provjerava zbog čega je rehabilitacija prekinuta.

4. Poslije rehabilitacije

Dole opisane mjere nakon uspješne medicinske rehabilitacije mogu se, zavisno od individualnih potreba, preporučiti, primijeniti i/ili uvesti.

Da bi se osigurao uspjeh rehabilitacije i da bi se naučeno primijenilo u svakodnevnom životu, poslije medicinske rehabilitacije mogu se praktikovati *terapijske vježbe, funkcionalni trening ili program praćenja nakon rehabilitacije* Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Ljekari/Liječnici u ustanovi za rehabilitaciju odlučuju o tome da li je to neophodno činiti. Oni izdaju nalog za te mjere i u završnom razgovoru poučavaju pacijente o tome. Važno je da ove mjere, zavisno od vrste, moraju početi u roku od tri mjeseca nakon okončane rehabilitacije, inače propada ljebarski uput. Rok za određenu vrstu vježbi naveden je u podsjetniku koji se pacijentu uručuje uz ljebarski uput.

Postoje razne mogućnosti da se nakon rehabilitacije zdravlje još više ojača.

Terapijske vježbe, funkcionalni trening

U okviru *terapijskih vježbi i funkcionalnog treninga* izvode se kinezivježbe u grupi/skupini, uz profesionalnog terapeuta. *Terapijske vježbe* odn. *funkcionalni trening* obično se izvode u trajanju od šest mjeseci. Ovaj program nudi se u blizini mjesta stanovanja, kako bi učesnici programa imali mogućnost da se vrate na posao. *Terapijske vježbe* nude se kod oboljenja lokomotornog aparata, srčanih i vaskularnih oboljenja i određenih kancerogenih oboljenja i oboljenja disajnih/dišnih puteva. Za osobe sa kardiovaskularnim oboljenjima postoje i specijalne „grupe/skupine sa srčanim oboljenjima“.

Nasuprot tome, *funkcionalni trening* – obično medicinska gimnastika (i vodeni aerobik) – primjenjuje se kod *reumatskih* oboljenja. Neki studiji za fitness nude i *ambulantne terapijske vježbe*, čime se pospješuje početak dugoročnih i redovnih sportskih aktivnosti.

Programi praćenja poslije rehabilitacije

Dostupno je nekoliko *programa praćenja poslije rehabilitacije*. Neki uključuju kombinaciju različitih terapija (multimodalni), drugi se koncentrišu na jednu vrstu terapije (unimodalni).

Kod multimodalnih *programa praćenja* sastavlja se lični plan liječenja od različitih modula, u kojem se npr. kineziterapija dopunjava obukom i savjetima. Cilj je da se ograničene sposobnosti pacijenata nakon rehabilitacije još više poboljšaju. Potrebno je dalje podsticanje njihovih ličnih/osobnih i socijalnih sposobnosti i osnaživanje promjena stila života, koje su pokrenute tokom rehabilitacije. Ovi struktuisani *programi praćenja* (s)provode se u grupama/skupinama i, zavisno od ponude, obavljaju se cjelodnevno ili uz rad. Ponude programa uz rad osmišljene su tako da se uklapaju uz normalno obavljanje posla. Broj termina i (s)provedene terapijske mjere razlikuju se u pojedinim programima.

Primjer multimodalnog *programa praćenja* je IRENA (Intenzivirano *praćenje* rehabilitacije), koji, kao integrativna ponuda praćenja, nudi usluge iz nekoliko terapijskih područja i do 24 terapijska termina nedjeljno/tjedno (za neurološke bolesti do 36 jedinica) od po 90 minuta za intenzivnu stabilizaciju novih modela ponašanja, poboljšanje funkcionalnih i/ili kognitivnih ograničenja i profesionalnu reintegraciju.

Unimodalni programi *praćenja poslije rehabilitacije*, s druge strane, sadrže samo jedno terapijsko područje. Primjeri za to su Psy-RENA (*psihosomatsko praćenje poslije rehabilitacije*) ili T-RENA (*trening-terapijsko praćenje poslije rehabilitacije*). Cilj prvog programa jeste pomoći u primjeni modela ponašanja i strategija naučenih na rehabilitaciji za savladavanje stresa i sukoba u svakodnevnom životu i na poslu. Drugi program je trening podržan opremom, namijenjen vraćanju opšte sposobnosti nakon rehabilitacije. Ovaj se program često naziva „trening za izgradnju mišića“, „terapija medicinskim treningom“ ili „trening snage na medicinskoj opremi“.

Na adresi www.nachderreha.de/de/Navigation/10_Nachsorge-finden/10_Nachsorge-finden_node.html pacijenti će naći *program praćenja* koji njima odgovara.

Povratak na posao

Poslije duže radne nesposobnosti, često nije lako vratiti se na dotadašnje radno mjesto. Opterećenje poslom mora se dozirati postepeno.

Ako ste tokom godine bili na bolovanju duže od šest nedjelja/tjedana bez prekida ili u nekoliko navrata, dakle bili ste privremeno radno nesposobni, poslodavac je ob(a)vezan da vam ponudi takozvani *Interni menadžment za integraciju* (BEM). Pri tome vi sami odlučuje da li želite učestvovati/sudjelovati u tome. U okviru ovog razgovora o BEM, poslodavac, zajedno sa vama, a uz vašu saglasnost i sa drugim stručnjacima (kao što su savjet preduzeća ili radnika, zastupnik invalida, itd.) priprema mjere uz čiju pomoć biste se mogli i dalje mogli ostati u svom preduzeću. Ove mjere mogu se sastojati u smanjenju nedjeljnog/tjednog radnog vremena ili postepenom uključivanju u radni proces (takozvani hamburški model). Kod postepenog uključivanja u radni proces, najprije radite samo par sati u preduzeću, a radno vrijeme se postepeno povećava.

SAVJET: Porazgovarajte sa svojim poslodavcem o tome kako na najbolji način da se vratite na posao.

Ako ne možete više da radite na dosadašnjem radnom mjestu, možda postoji mogućnost da radite u nekom drugom odjeljenju.

Profesionalna rehabilitacija

Ako se povratak na dosadašnje radno mjesto ne može ostvariti medicinskom rehabilitacijom, Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) nudi svojim osiguranicima, pod određenim uslovima/uvjetima, usluge *profesionalne rehabilitacije*. One služe upravo tome da se spriječi *smanjenje radne sposobnosti* i mogu se koristiti bez prethodno (s)provedene rehabilitacije ili poslije obavljene rehabilitacije.

U usluge *profesionalne rehabilitacije* spadaju:

- prilagođavanje radnog mjesta (kao što su rampe, stolovi i stolice podesivi po visini ili specijalni ekrani),
- pomoć u radu osobama sa invaliditetom u periodu od najviše tri godine (ove službe pružaju pomoć/potpору u izvršavanju zahtjeva radnog mjesta, na primjer prate dotične osobe, čitaju im ili pišu tekstove),
- školovanje i doškolovanje ili prekvalifikacija,
- bespovratna sredstva za otpočinjanje samostalne djelatnosti,
- prilagođavanje stambenog prostora za invalide, ako se na taj način može doći do posla bez barijera,
- bespovratna sredstva za sticanje/stjecanje vozačke dozvole,
- bespovratna sredstva za prilagođavanje automobila invalidima,
- vožnja sredstvima javnog pr(ij)evoza ili vozilima službe za transport.

Kod izražene invalidnosti postoji mogućnosti rada u *zaštitnoj radionici za invalide*.

Grupe/Skupine samopomoći, udruženja/udruge

Grupe/Skupine samopomoći ili udruženja/udruge mogu, takođe(r), ponuditi dragocjenu pomoć/potporu. Oni pomažu pacijentima i/ili članovima njihovih porodica/obitelji u suočavanju sa bolešću i pomažu im savjetima kod određenih pitanja. Na tim sastancima zainteresovane osobe razmjenjuju međusobna iskustva. Osobe koje su tek oboljele mogu da profitiraju od iskustva drugih oboljelih. U Njemačkoj postoji između 70.000 i 100.000 grupa/skupina samopomoći. U većini gradova postoji ponuda službi koje nude savjete i kontakte u vezi sa samopomoći.



Tipični primjeri

Za ilustraciju o tome kako i pod kojim uslovima/uvjetima osiguranici mogu dobiti usluge medicinske rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), i kako može da teče rehabilitacija, u daljem tekstu biće navedeno nekoliko izmišljenih tipičnih primjera.

Pristup medicinskoj rehabilitaciji preko Medicinske službe fondova zdravstvenog osiguranja (Medizinischer Dienst der Krankenkassen) (MDK)

Gospodin K. (52 godine, iz Rusije) imao je moždani udar. Desna strana tijela najprije mu je bila potpuno oduzeta. Nakon akutnog zbrinjavanja, gospodin K. koristi tokom liječenja u bolnici mjere rane i dodatne rehabilitacije, pomoću kojih je naučio da ponov(n)o koristi ruku u svakodnevnim poslovima. Međutim, nogu ne može da pokreće kao inače. Socijalna radnica/djelatnica u bolnici predložila mu je tronedjeljni/trotjedni *tretman nakon akutne faze liječenja*, poslije otpuštanja iz bolnice. Gospodin K. je to najprije odbio, jer je poslije višenedjeljnog/višetjednog boravka u bolnici htio da bude u kućnom okruženju.

Nekoliko nedjelja/tjedana kasnije – gospodin K. je već duže od šest nedjelja/tjedana privremeno nesposoban za rad – dobija gospodin K. telefonski poziv od Medicinske službe zdravstvenog osiguranja (MDK). Službenica mu je savjetovala da podnese zahtjev za medicinsku rehabilitaciju kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja

(Deutsche Rentenversicherung). U protivnom mogla bi mu biti umanjena naknada za bolovanje. Gospodin K. je najprije bio šokiran. Istovremeno, već šest nedjelja/tjedana brine zbog svoje noge i svoje profesionalne budućnosti. Na koncu, jako mnogo mu znači da može raditi i samostalno brinuti o svojoj porodici/obitelji.

Zbog toga je odlučio da podnese zahtjev za rehabilitaciju kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Za zahtjev se obraća svom zdravstvenom osiguranju. Službenica osiguranja mu objašnjava sve u vezi s time i obećava mu da će zahtjev prosljediti Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung). Gospodin K. naknadno će dostaviti *izvještaj* svog ljekara/liječnika.

Rješenje o rehabilitaciji stiže tri nedjelje/tjedna kasnije. Kada je stigao na rehabilitaciju, najprije je ispitano njegovo zdravstveno stanje. Pošto je njegov krvni pritisak/tlak poslije moždanog udara još uvijek previsok, ljekar/liječnik razgovara sa gospodinom K. o korekciji doze lijekova za krvni pritisak/tlak, kako bi se spriječio novi moždani udar. Osim toga, dobija *ergo* i *fizioterapiju*, kako bi mogao da trenira mišiće i ponov(n)o nauči svakodnevne pokrete, s ciljem da ponov(n)o prohoda poslije okončanja rehabilitacije. U dalje ponude spada relaksacioni trening, predavanja o ishrani/prehrani i grupna kineziterapija.

Rehabilitacija je pomogla gospodinu K. Sada se osjeća sigurnije na nogama i smatra da

će se njegova ukupna sposobnost još više popraviti uz pomoć redovnih vježbi. Ljekar/ Liječnik mu je preporučio da *fizioterapiju* i *terapijske vježbe* koristi kao mjere *praćenja* poslije rehabilitacije i u mjestu stanovanja i dao mu uputnicu za te vježbe.

Gospodin K. se još uvijek nije vratio na posao. Ali već je kontaktirao svog poslodavca i informisao se o tome koje mogućnosti postoje za njegovo dalje zaposlenje u preduzeću. Njegov poslodavac je obećao da će razgovarati s njim kada se gospodin K. vrati u preduzeće, kako bi zajedno potražili rješenje.

Pristup medicinskoj rehabilitaciji preko porodičnog ljekara/ obiteljskog liječnika

Gospodin Ö. (56 godina, iz Turske) imao je operaciju srca. Kod kuće je o njemu intenzivno brinuo njegov porodični ljekar/obiteljski liječnik. Pošto se opterećenje poslije tako velikog zahvata mora povećavati polako, porodični ljekar/obiteljski liječnik predlaže gospodinu Ö. da traži medicinsku rehabilitaciju kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). To čini gospodina Ö. malo nervoznim. Na koncu, nešto tako još nije uradio za preko dvadeset godina boravka u Njemačkoj. Zbog toga se obraća svojoj kćerki, koja ga inače podržava. Ona mu donosi obrazac zahtjeva koji je dobila od regionalnog nosioca/nositelja Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Tamo je saznala da njen otac može dobiti pomoć u popunjavanju zahtjeva u centrima za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), putem telefona ili lično/osobno. Narednog dana odlazi sa

ocem do savjetovaništa. Službenik objašnjava sadržaj zahtjeva i popunjava ga zajedno sa gospodinom Ö. Sa popunjenim zahtjevom gospodin Ö. ponov(n)o odlazi do svog porodičnog ljekara/obiteljskog liječnika. On mu piše *izvještaj*. Kćerka predaje kompletan zahtjev regionalnoj službi Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung).

Gospodin Ö. bio je malo zabrinut na početku rehabilitacije: kako će sve izgledati? Da li će se osjećati dobro? I prije svega, može li se tamo redovno moliti? Religija je za gospodina Ö. veoma važna. Na odjeljenju pita svog medicinskog tehničara da li u ustanovi postoji posebna prostorija za molitvu. Na žalost, tehničar mu kaže da nema takve prostorije, ali da se u svako doba može moliti u svojoj sobi.

Ustanova za rehabilitaciju nudi gospodinu Ö. puno mogućnosti. Pošto je strastven pušač, najprije učestvuje/sudjeluje na kursu/tečaju za odvikavanje od pušenja. Promjenom ishrane/prehrane i pohađanjem kursa/tečaja kovanja, vremenom će moći da smanji svoju prekomjernu težinu na normalan nivo. Na specijalnom seminaru za kontrolu stresa, gospodin Ö. uči kako bolje da se nosi sa stresom na poslu. Osim toga, tokom rehabilitacije gospodin Ö. intenzivno se bavi sportom i učestvuje/sudjeluje u kineziterapiji.

Ukupno zdravstveno stanje gospodina Ö. nakon rehabilitacije znatno se popravilo i on je ponov(n)o u stanju da funkcioniše na poslu i privatno. Tokom dvanaest mjeseci gospodin Ö. učestvuje/sudjeluje u *programu praćenja poslije rehabilitacije* Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) u svom mjestu stanovanja.

Pristup medicinskoj rehabilitaciji preko agencije za zapošljavanje

Gospođa P. (47 godina, iz Kazahstana) radila je kao njegovateljica starih i nemoćnih osoba. Međutim, već godinama ima jake bolove u leđima. To je dovelo do toga da je gospođa P. zbog čestog bolovanja izgubila radno mjesto. Nezaposlenost je veoma opterećuje. Nisu uspjeli njeni pokušaji da nađe novo radno mjesto. Istovremeno, gospođa P. je svjesna da nije više dorasla fizičkom opterećenju koje sa sobom nosi posao njegovateljice. O tome razgovara sa svojim agentom za zapošljavanje u agenciji za zapošljavanje, s kojim mora redovno da razgovara. On ukazuje na to da postoji mogućnost korištenja medicinske rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Gospođa P. nikada nije čula za to. Gdje može da se informiše o tome? Njen profesionalni savjetnik daje joj adresu savjetovišta Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) u blizini. Uz mučan osjećaj gospođa P. odlazi do te službe. Njena briga bila je bezrazložna. Savjetnik za rehabilitaciju odvaja vrijeme za nju i odgovara na sva njena pitanja. Nakon toga popunjavaju zahtjev za medicinsku rehabilitaciju. Gospođa P. naknadno dostavlja i *izvještaj* svog ordinirajućeg ljekara/liječnika o nužnosti rehabilitacije.

Nakon pet nedjelja/tjedana, gospođa P. dobija rješenje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) o početku rehabilitacije. Pošto se radi o *ambulantnoj* rehabilitaciji, gospođa P. dolazi na terapije autobusom. Poslije detaljnog razgovora sa doktorkom/liječnicom, počinje sa terapijama. U terapiju spadaju vježbe za leđa, kako bi izbjegla nepravilno opterećenje kičme, medicinske vježbe za

jačanje mišićne mase i povećanje izdržljivosti, kao i *fizioterapija* za smanjenje bolova i poboljšanje pokretljivosti. Uz to sluša predavanja o zdravom načinu ishrane/prehrane i učestvuje/sudjeluje u relaksacionom treningu. Gospođa P. dobija plan vježbanja u periodu nakon rehabilitacije, kako bi ojačala leđa i održala pokretljivost.

Rehabilitacija je gospođi P. donijela puno. Ipak, gospođa P. nije sigurna da li zbog zdravstvenih razloga može i dalje da obavlja posao njegovateljice starih osoba. Njena terapeutkinja u ustanovi za rehabilitaciju je provjerila njene navode i napisala je to u otpusnici. Nakon toga je gospođi P. preporučila *profesionalnu rehabilitaciju*. Gospođa P. čvrsto je riješena da se o tome informiše prilikom sljedećeg razgovora sa svojim profesionalnim savjetnikom u agenciji za zapošljavanje.

Pristup medicinskoj rehabilitaciji na ličnu/osobnu inicijativu

Gospođa S. (36 godina, iz Turske) živi jedanaest godina u Njemačkoj. Radi cijelog dana u velikoj robnoj kući, a uveče brine o troje djece i domaćinstvu. Unazad oko osam godina gospođu S. muče jaki bolovi u trbuhu. Posljednjih godina bila je kod bezbroj ljekara/liječnika, ali i pored svih pregleda/pretraga nije utvrđen uzrok njenih tegoba. Prije nekoliko mjeseci njen porodični ljekar/obiteljski liječnik konačno je prepoznao da se kod gospođe S. radi o *psihosomatskim* tegobama. Nakon toga gospođa S. otpočela je sa liječenjem. Ali, i pored toga njene tegobe se do sada nisu smanjile.

I na poslu i u privatnom životu gospođa S. ima utisak da je sve manje dorasla svakodnevnom ob(a)vezama. Njena najbolja

prijateljica ne može više da gleda kako se gospođa S. pati. Istraživala je na internetu o tome šta se još može uraditi u takvim slučajevima. Na jednom forumu naišla je na mogućnost medicinske rehabilitacije i saznala da ista postoji i za *psihosomatska* oboljenja. Odmah je nazvala gđu S. i ponudila joj da zajedno potraže više informacija na internet stranici Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Iako je gospođa S. imala mučan osjećaj, na nagovor svoje prijateljice pristala je da podnese zahtjev za medicinsku rehabilitaciju. Kao naredni korak zakazala je pregled kod svog porodičnog ljekara/obiteljskog liječnika, koji joj je dao odgovarajući *izvještaj*. Poslije toga popunila je zahtjev i poslala ga Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung).

Zahtjev za rehabilitaciju je najprije odbijen, uz obrazloženje da još nisu iscrpljene sve raspoložive mjere. Gospođa S. ima osjećaj da nema više snage da se, pored ostalih ob(a)veza, bori i za medicinsku rehabilitaciju. Ali ni ovdje je njena prijateljica nije ostavila na cjedilu. Nazvala je

Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) i saznala da se na svaku odbijenicu može reagovati *prigovorom*. Nakon toga se aktivirala i zajedno sa gđom S. napisala je detaljno obrazloženje o tome zašto je potrebna medicinska rehabilitacija. Ovo obrazloženje, zajedno sa novim *izvještajem* ordinirajućeg ljekara/liječnika, gospođa S. je poslala Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju (Deutsche Rentenversicherung). Kratko nakon toga gospođa S. je dobila odobrenje za *stacionarnu* rehabilitaciju u trajanju od pet nedjelja/tjedana.

Gospođi S. veoma se dopalo u ustanovi za rehabilitaciju. Dobijala je različite terapije za poboljšanje svog zdravstvenog stanja, kao što je terapija disanja, vježbe za opuštanje i kineziterapija. Na grupnoj i individualnoj *psihoterapiji* učila je kako da se ophodi prema svom bolu i koju ulogu bol igra u njenom svakodnevnom životu.

Veoma joj nedostaje njena porodica/obitelj. Zbog toga je radosna što su muž i djeca došli u posjet(u) tokom jednog vikenda.

Poslije otpuštanja, gospođa S. se osjeća mnogo bolje. Ovdje je naučila kako, i pored bola, može da funkcioniše u svakodnevnom životu. Raduje se što ponov(n)o može da radi.

Često postavljana pitanja

Opšta/Opća pitanja:

1. Kada imam pravo na medicinsku rehabilitaciju?

Imate pravo na *medicinsku rehabilitaciju Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung) ako bolujete od *hronične* bolesti koja utiče/utječe na vašu radnu sposobnost i ispunjavate socijalno-pravne i lične/osobne uslove/uvjete. Ovaj kriterij(um) važi i za *tretman poslije akutne faze liječenja*, odmah poslije bolničkog liječenja. I korisnici *invalidske penzije/mirovine*, kao i članovi njihove porodice/obitelji koji boluju od raka, i djeca i mladi sa *hroničnim* oboljenjima imaju pravo na *medicinsku rehabilitaciju Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung). Ako je kod *bolesti zavisnosti/ovisnosti* potrebno liječenje radi odvikavanja od zavisnosti/ovisnosti (na primjer ovisnosti/zavisnosti od alkohola, droga ili lijekova), i to liječenje, kao i usluge medicinske rehabilitacije, finansira Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung).

2. Koga mogu da kontaktiram?

U prvom redu kontaktirajte svog ljekara/liječnika (možete i pogonskog ljekara/liječnika), Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje Bund (Deutsche Rentenversicherung Bund), regionalne nosioce/nositelje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), fondove za ob(a)vezno zdravstveno osiguranje i centre za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung). Ako smatrate da

vam je potrebna rehabilitacija, onda se obratite tim ustanovama. Smjernice ćete naći u popisu adresa.

3. Moram li na rehabilitaciju, ako to ne želim?

Da i ne. Ako vam vaš ljekar/liječnik preporuči medicinsku rehabilitaciju, ne morate bezuslovno/bezuvjetno podnijeti zahtjev za istu. Ako primete naknadu za bolovanje, vaše zdravstveno osiguranje može zatražiti od vas da podnesete zahtjev za rehabilitaciju. Ako ne to ne učinite, može vam smanjiti naknadu za bolovanje.

I agencija za zapošljavanje ili Centar za poslove (Jobcenter) može zatražiti od vas da podnesete zahtjev za rehabilitaciju.

4. Da li mi je potrebna ambulantska ili stacionarna rehabilitacija?

Ovaj izbor zavisi, jednim dijelom, od vaših predodžbi i želja, a drugim dijelom od očekivanog uspjeha liječenja. Postoje, na primjer, specijalne ustanove za rehabilitaciju kod rijetkih oboljenja, koje nude samo *stacionarnu* rehabilitaciju.

Zahtjev i prigovor:

5. Može li se odbiti moj zahtjev za rehabilitaciju, jer imam malu djecu ili rodbinu o kojoj moram brinuti?

Ne postoji povezanost između vašeg zahtjeva za rehabilitaciju odnosno vaše potrebe za rehabilitacijom i vaše porodične/obiteljske situacije. Ako imate djecu o kojoj treba brinuti, a o kojima nema (t)ko brinuti tokom vaše rehabilitacije, možete kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) podnijeti zahtjev za finansijsku pomoć radi angažovanja službe pomoći u kući i/ili brige o djeci. Ako ispunjavate uslove/uvjete, troškove ovog angažovanja snosi Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung).

6. Postoji li obrazac zahtjeva i na drugim jezicima osim na njemačkom?

Ne. Zahtjev za rehabilitaciju postoji samo na njemačkom jeziku.

7. Imam li pomoć kod popunjavanja zahtjeva?

Službenici Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja Bund (Deutsche Rentenversicherung Bund), regionalni nosilac/nositelj Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), centara za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) i fondova za ob(a)vezno zdravstveno osiguranje pomoći će vam kod svih pitanja u vezi sa zahtjevom. Inače, pomoć možete dobiti i od svog ljekara/liječnika.

8. Može li se zahtjev odbiti ako sam ga popunio/la pogrešno?

Ako ste očigledno i/ili namjerno dali pogrešne podatke ili isпустили neophodne informacije, vaš zahtjev će, najvjerovatnije, biti odbijen. Međutim, ako ste nesvjesno napravili grešku ili niste poslali sve tražene dokumente, biće/bit će zatraženo da naknadno dostavite nedostajuće dokumente ili objasnite nejasne činjenice.

9. Šta/Što da radim ako dobijem odbijenicu?

Imate mogućnost da uložite *prigovor* ili – ako *medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung) u ovom trenutku nije medicinski neophodna – da se informišete o ponudama za prevenciju i promovisanje zdravlja u vašoj blizini (možete se informisati i kod svog zdravstvenog osiguranja) i da iste iskoristite.

10. Mogu li da uložim prigovor zbog određivanja mjesta za (s)provođenje rehabilitacije?

Da. Ali, neizvjesno je da li je moguće udovoljiti vašoj želji za izbor određenog mjesta.

Pitanja u vezi sa visinom plate i troškova:

11. (T)ko plaća troškove rehabilitacije?

Ako vam se odobri *medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja* (Deutsche Rentenversicherung), onda osiguranje snosi ove troškove. Ako se medicinska rehabilitacija (s)provodi u *stacionarnoj* ustanovi za rehabilitaciju, osiguranik mora da plati 10 € dnevno, a najviše za 42 dana godišnje (u to spada i *stacionarno* liječenje u bolnici). U zavisnosti od visine prihoda, ovaj iznos se može umanjiti ili potpuno osloboditi od njegovog plaćanja. Osiguranici koji primaju *pr(ij)elaznu naknadu*, oslobođeni su od plaćanja doplate. Za *ambulantnu* rehabilitaciju ne plaćate doplatu.

12. Dobijam li platu za vrijeme rehabilitacije?

Tokom boravka na rehabilitaciji (kao i slučaju bolesti) poslodavac nastavlja da vam isplaćuje platu u trajanju do šest nedjelja/tjedana. Nakon tih šest nedjelja/tjedana, možete kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) podnijeti zahtjev za *pr(ij)elaznu naknadu* tokom trajanja rehabilitacije.

13. Mogu li zbog rehabilitacije ostati bez posla?

Ne možete ostati bez posla samo zato što koristite medicinsku rehabilitaciju. U normalnim okolnostima, poslodavci žele da je koristite, jer vas ona čuva od privremenog penzionisanja/umirovljenja i radne nesposobnosti. Tako razmišlja i vaš poslodavac. Ali, ako vaš privremeni ugovor o radu ističe za vrijeme vašeg boravka na rehabilitaciji, postoji mogućnost da isti ne bude produžen. U tom slučaju posavjetujte

se na vrijeme sa agencijom za zapošljavanje (Arbeitsagentur).

14. Utiče/utječe li rehabilitacija na moju kasniju penziju/mirovinu?

Medicinska rehabilitacija nema uticaja na vašu kasniju mjesečnu penziju/mirovinu. Ali, ako zatražite jednokratnu isplatu doprinosa za penzijsko/mirovinsko osiguranje i ispunjavate uslove/uvjete za to, morate imati u vidu sljedeće: ako ste već koristili usluge Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) (na primjer medicinsku rehabilitaciju), biće/bit će vam isplaćeni samo oni doprinosi koje ste plaćali nakon tih usluga.

Rehabilitacija i ustanove za rehabilitaciju:

15. Smijem li sam/a izabrati mjesto za (s)provođenje rehabilitacije?

Osiguranik ima pravo na želju i izbor. To znači da kod podnošenja zahtjeva može navesti svoje želje u pogledu ustanove za rehabilitaciju. Nosilac penzijskog osiguranja/nositelj mirovinskog osiguranja provjeriće podatke i obrazloženje osiguranika i, po mogućnosti, uzeti ih u obzir.

16. Moram li sam/a da se pobrinem za dolazak i odlazak sa rehabilitacije?

Da. U vašem rješenju navedeno je gdje i kada trebate doći na rehabilitaciju. Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) plaća putne troškove za voznu kartu 2. klase/razreda i sredstva javnog pr(ij)evoza. Ako putujete automobilom, nadoknađuje vam se 20 centi po pređenom kilometru u oba smjera, ali

najviše 130,00 € kod *stacionarne* rehabilitacije. Kod *ambulantne* rehabilitacije putni troškovi se nadoknađuju ako je to nužno. Informacije o tome dobićete kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung).

17. Postoje li specijalne ponude rehabilitacije za migrante?

Da. U pojedinim ustanovama postoje specijalne ponude za migrante. Informacije o ovim ustanovama dobićete kod Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja Bund (Deutsche Rentenversicherung Bund), regionalnih nosilaca/nositelja Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), centara za informisanje i savjetovanje Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja i fondova ob(a)veznog zdravstvenog osiguranja. Osim toga, možete se informisati i direktno/izravno kod raznih ustanova o tome da li imaju specijalne ponude za migrante.

18. Da li ću imati na raspolaganju prevodioca/prevoditelja?

Za medicinski intervju na prijemu u ustanovu za rehabilitaciju, u kojem ćete, na primjer, dogovarati se sa ljekarom/liječnikom o planu liječenja, angažovaće se prevodilac/prevoditelj, ali ne i tokom kasnijeg liječenja.

19. Da li moram učestvovati/sudjelovati u svim terapijama, čak i ako to ne želim?

Ne morate učestvovati/sudjelovati u svim terapijama, ako to ne želite. U tom slučaju možete se sa svojim ljekarom/liječnikom dogovoriti o korištenju alternativnih terapija. Ali, načelno ste ob(a)vezni da saradujete, kako bi se ostvario postavljeni cilj rehabilitacije. Pri tome se mora imati na umu da određene terapije ne mogu da se izbace ili zamjene drugim terapijskim mjerama.

20. Mogu li se moliti u ustanovi za rehabilitaciju?

Da, u mnogim ustanovama za rehabilitaciju postoje prostorije za molitvu i meditiranje. Inače, naravno da se možete moliti i u svojoj sobi.

21. Postoje li propisi o jelu, kojih se moram pridržavati?

Zависи od razloga zbog kojih ste na rehabilitaciji. Ako bolujete, na primjer, od dijabetesa, morate se pridržavati propisa o režimu ishrane/prehrane, kako ne biste ugrozili uspjeh rehabilitacije. Kod ostalih bolesti to ne mora da bude slučaj.

Porodica i domaćinstvo/ Obitelj i kućanstvo:

22. (T) Ko će brinuti o mojoj porodici/obitelji dok se ja nalazim na stacionarnoj rehabilitaciji?

Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) će, na zahtjev i pod određenim uslovima/uvjetima, plaćati vašoj porodici/obitelji pomoć u kući i/ili brigu o djeci. Postoji i mogućnost da povedete sa sobom i jedno dijete u ustanovu za rehabilitaciju, ako je to sa medicinskog gledišta moguće i ako se o tome možete dogovoriti sa ustanovom.

23. Smijem li povesti sa sobom svog partnera/partnericu?

U većini slučajeva ne možete, osim ako vam je potreban pratilac/pratitelj, na primjer zbog invalidnosti. Vaš partner/partnerica može putovati sa vama o svom trošku.

Osobe za kontakt, ustanove za kontakt i kontakti

Savezni i regionalni nosioci/ nositelji Njemačkog penzijskog/ mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung)

Deutsche Rentenversicherung Bund
Ruhrstraße 2 · 10709 Berlin
Tel.: 030 8650 · Fax: 030 86527240
E-Mail: drv@drv-bund.de

Deutsche Rentenversicherung
Knappschaft-Bahn-See
Pieperstraße 14–28 · 44789 Bochum
Tel.: 0234 3040 · Fax: 0234 30466050
E-Mail: zentrale@kbs.de

Deutsche Rentenversicherung
Berlin-Brandenburg
Bertha-von-Suttner-Straße 1
15236 Frankfurt (Oder)
Tel.: 0335 5510 · Fax: 0335 5511295
E-Mail: post@drv-berlin-brandenburg.de

Centri za informisanje i savjetova- nje Njemačkog penzijskog/miro- vinskog osiguranja (DRV)

Centre za informisanje i savjetovanje Nje-
mačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja
u vašoj blizini naći ćete na adresi:

[www.deutsche-rentenversicherung.de/
DRV/DE/Beratung-und-Kontakt/
beratung-und-kontakt_node.html](http://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Beratung-und-Kontakt/beratung-und-kontakt_node.html)
Moguće je traženje prema poštanskom
broju i mjestu.

Web adrese

www.deutsche-rentenversicherung.de
Informacije o penziji/mirovini, medicinskoj
i profesionalnoj rehabilitaciji naći ćete na
stranici Njemačkog penzijskog/mirovinskog
osiguranja (Deutsche Rentenversicherung).
Tamo ćete naći i popis savjetovališta Nje-
mačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja
(Deutsche Rentenversicherung).

[www.bmas.de/DE/Themen/Teilhabe-
Inklusion/Rehabilitation-und-Teilhabe/
rehabilitation-und-teilhabe.html](http://www.bmas.de/DE/Themen/Teilhabe-Inklusion/Rehabilitation-und-Teilhabe-rehabilitation-und-teilhabe.html)
Rehabilitacija i integracija osoba sa invalidi-
tetom jeste glavna tema Saveznog ministar-
stva za rad i socijalna pitanja (Bundesminis-
terium für Arbeit und Soziales; BMAS).

www.bmg.bund.de
Internet stranica Saveznog ministarstva
zdravlja (Bundesgesundheitsministerium)
nudi informacije o nosiocima/nositeljima
socijalnog osiguranja i njihovim uslugama/
davanjima.

Potraži odgovarajuću ustanovu za rehabilitaciju

Na ovim linkovima/poveznicama možete potražiti odgovarajuću ustanovu za rehabilitaciju:

www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Reha/Reha-Einrichtungen/reha-einrichtungen_node_functional.html

www.rehakliniken.de

www.kurklinikverzeichnis.de

www.qualitaetskliniken.de/reha/

www.kurkliniken.de

www.medfuehrer.de/Reha-Kliniksuche

Izbor ustanova za ambulantnu rehabilitaciju u Berlinu

Zentrum für ambulante Rehabilitation (ZAR)

ambulantna rehabilitacija za ortopediju, urološku onkologiju, neurologiju, psihosomatiku
www.zar-berlin.de

Rehazentrum Bergmannstraße

www.reha-bergmann.de

Herzhaus Berlin

Kardiološka dnevna klinika
<https://herzhausberlin.de>

ambulantni zdravstveni centri u raznim dijelovima grada

www.vental.de

Izbor klinika i savjetovališta sa ponudom na stranom jeziku

Klinik am Vogelsang

kulturno osjetljiv terapijski koncept, ljekari/ liječnici i terapeuti koji govore turski i kurdski jezik

www.klinik-am-vogelsang.de

Reha Klinik Kandertal

Psihosomatska oboljenja i depresija u vezi sa migrantskom problematikom
www.rehaklinik-kandertal.de

Segeberger Klinik

Psihosomatika i psihoterapija sa ljekarima/ liječnicima i terapeutima koji govore turski jezik

www.segebergerkliniken.de/tuerkische-migranten.html

Parkland Klinik

Psihosomatika i psihoterapija sa ponudom terapija na grčkom i turskom jeziku
www.parkland-klinik.de/klinik/zahlen-und-fakten

Klinik Brilon-Wald

Klinika za bolesti zavisnosti/ovisnosti, sa ljekarima/liječnicima i terapeutima koji govore turski jezik
www.klinik-brilon-wald.de/index.php?id=672

Paracelsus Wittekindklinik

Psihosomatska klinika sa ponudom terapija na ruskom jeziku
www.paracelsus-kliniken.de/de/wittekindklinik

Polnischer Sozialrat e.V.

nudi savjetovanje o rehabilitaciji na
poljskom jeziku
<https://polskarada.de/>

Grupa za reumu i bol na ruskom jeziku

www.selbsthilfe-treffpunkt.de

**Notdienst für Suchtmittelgefährdete
und -abhängige Berlin e.V.**

Savjetovalište za zavisnike/ovisnike od droge,
sa prevodilačkom/prevoditeljskom službom
na arapskom, farsiju, turskom i ostalih jezi-
cima
<https://drogennotdienst.de/>

**Beratungstelefon zur Glücksspielsucht
BzGA**

Dežurna linija u vezi sa zavisnošću od igara
na sreću, i na turskom jeziku
[www.bzga.de/presse/pressemitteilungen/
2018-02-02-angebot-an-online-gluecksspielen-
waechst-bzga-informiert-ueber-risiken/](http://www.bzga.de/presse/pressemitteilungen/2018-02-02-angebot-an-online-gluecksspielen-waechst-bzga-informiert-ueber-risiken/)

**Drogen- und Suchtberatung
Marzahn-Hellersdorf**

Savjetovalište i ponude u vezi sa drogama i
zavisnošću, i na ruskom jeziku
[https://vistaberlin.de/einrichtungen/
drogen-und-suchtberatung-marzahn-
hellersdorf/](https://vistaberlin.de/einrichtungen/drogen-und-suchtberatung-marzahn-hellersdorf/)

Rječnik pojmova

Ambulantno (ambulantna terapija) (Ambulant (ambulante Therapie))	Terapija kod koje pacijent ne ostaje u zdravstvenoj ustanovi tokom noći, nego se istog dana može vratiti kući. Neke od tih terapija moguće je (s)provoditi i uz rad.
Banja (Kur)	Zastarjeli termin za rehabilitaciju
Bolesti zavisnosti/ovisnosti (Suchterkrankungen)	Bolesti koje karakteriše nesavladiva potreba za određenim supstancama (kao što su alkohol ili droge) ili za određenim radnjama (kao što su ovisnost o igrama na sreću ili ovisnost o kupovini).
Depresija (Depression)	Psihičko oboljenje, za koje je karakteristična psihička utučenost.
Dijagnoza (Diagnose)	Definisanje bolesti.
Dijagnostika (Diagnostik)	Metode/Postupci za postavljanje dijagnoze.
Doprinosi za socijalno osiguranje (Sozialversicherungsbeiträge)	Doprinosi koje svaki osiguranik radnik/djelatnik uplaćuje u ob(a)vezno socijalno osiguranje.
Ergoterapija (Ergotherapie)	Terapija koja podstiče svakodnevne sposobnosti čovjeka.
Faktori rizika (Risikofaktoren)	Faktori (na primjer određeni modeli ponašanja) koji povećavaju vjerovatnoću dobijanja bolesti.
Fizioterapija (terapijska gimnastika) (Physiotherapie (Krankengymnastik))	Terapija koja vraća, poboljšava ili čuva pokretljivost i funkcionalnost.
Funkcionalni trening (Funktionstraining)	Posebne vježbe za terapiju pokreta (poput gimnastike), s ciljem jačanja mišića i održavanja pokretljivosti zglobova.

Hronično (chronisch)	Bolest/Stanje koje traje dugo ili se sporo razvija.
Interni menadžment za integraciju (BEM) (Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM))	Zadatak menadžmenta poslodavca, koji je usmjeren ka tome da se u okviru preduzeća/poduzeća prevlada i spriječi radna nesposobnost zaposlenih i da se sačuva radno mjesto.
Invalidska penzija/mirovina (Erwerbsminderungsrente)	Penzija/Mirovina koju osiguranik dobija ako, zbog psihičkog ili fizičkog poremećaja, ne može da radi ili može da radi samo djelimično.
Izveštaj ljekara/liječnika (Ärztlicher) Befundbericht)	Pismo ljekara/liječnika koje sadrži opis zdravstvenog stanja pacijenta.
Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung) (Medizinische Rehabilitation der Deutschen Rentenversicherung)	Jedan oblik rehabilitacije, koja ima za cilj da ublaži narušavanje zdravlja koje ugrožava radnu sposobnost, kako bi se na taj način spriječilo smanjenje ili gubitak radne sposobnosti. Ova vrsta rehabilitacije može biti ambulatna ili stacionarna.
Medicinsko vještačenje (Medizinisches Gutachten)	U okviru podnošenja zahtjeva za medicinsku rehabilitaciju: dopis ljekara/liječnika koji sadrži nalaze pregleda/pretraga.
Ob(a)veza saradnje (Mitwirkungspflicht)	Ob(a)veza da se aktivno učestvuje/sudjeluje u događaju. Pacijenti su ob(a)vezni, na primjer, da aktivno učestvuju/sudjeluju u mjerama rehabilitacije, kako bi se ostvario cilj rehabilitacije.
Porodična penzija/Obiteljska mirovina (Hinterbliebenenrente)	Porodična penzija/Obiteljska mirovina udovici odn. udovcu, djeci i penzija/mirovina na ime podizanja djece. Ove penzije/mirovine isplaćuju se u slučaju smrti osigurane osobe, pod određenim uslovima/uvjetima, bračnom drugu, partneru ili djeci.
Potreba za rehabilitacijom (Rehabilitationsbedarf)	Važan lični/osobni uslov/uvjet za korištenje rehabilitacije, koji pokazuje da li je toj osobi zaista potrebna rehabilitacija.
Prigovor (Widerspruch)	Pravno sredstvo protiv odluke nadležnog organa (to znači postupanje protiv odluke nadležnog organa). Pri tome se mora poštovati ostavljeni rok, koji je naveden u odbijenici. To znači, ako je vaš zahtjev za rehabilitaciju odbijen, dobijate rješenje o odbijanju zahtjeva. Protiv ovog rješenja možete u određenom roku uložiti prigovor.

Pr(ij)elazna naknada (Übergangsgeld)	Novčano davanje nosioca/nositelja socijalnog osiguranja za ograničen vremenski period (kao za vrijeme korištenja rehabilitacije).
Profesionalna rehabilitacija (usluge za integraciju u proces rada) (Berufliche Rehabilitation (Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben))	Mjera kojom se nudi pomoć za održavanje i sticanje radnog mjesta, kao i profesionalno prilagođavanje i doškolovanje, ako osiguranik poslije oboljenja ne može više da obavlja svoju prethodnu djelatnost u mjeri kao prije oboljenja.
Prognoza uspješnosti rehabilitacije (Rehabilitationsprognose)	Prognoza očekivanog uspjeha rehabilitacijskih mjera.
Psihički (Psychisch)	Nešto što se tiče duše.
Psihosomatski (Psychosomatisch)	Interakcija tijela i duše; to znači da fizičke/tjelesne tegobe imaju psihički uzrok.
Psihoterapija (Psychotherapie)	Terapija za liječenje psihičkih poremećaja ili psihičkih posljedica fizičkih/tjelesnih oboljenja.
Psihoza (Psychose)	Psihički poremećaj (sa gubitkom osjećaja za realnost).
Reumatski (reuma) (Rheumatisch (Rheuma))	Oboljenja praćena bolovima lokomotornog aparata.
Rješenje po žalbi (Abhilfebescheid)	Pismo javne službe ili organa koji je odbio zahtjev, u kojem se navodi da se usvaja prigovor na odbijanje zahtjeva. To znači da ako vaš zahtjev za rehabilitaciju bude odbijen, možete u određenom vremenskom roku uložiti prigovor na ovo odbijanje. Ako se prigovor usvoji, dobićete rješenje po žalbi. Rješenjem po žalbi se osiguranoj osobi priznaje pravo i odobrava rehabilitacija.
Smanjenje radne sposobnosti/ radna nesposobnost (Erwerbsminderung/ Erwerbsunfähigkeit)	Sposobnost za rad je smanjena ako osoba, zbog psihičke ili fizičke slabosti, može da radi samo djelimično ili uopšte ne može da radi.

(Socijalnomedicinsko) praćenje poslije rehabilitacije (Sozialmedizinische Nachsorge)	Mjera koja se neposredno nastavlja na bolničko liječenje ili stacionarnu rehabilitaciju. Praćenjem se skraćuje ili izbjegava boravak u bolnici, a kod mjera rehabilitacije se osigurava uspjeh liječenja.
Sposobnost za rehabilitaciju (Rehabilitationsfähigkeit)	Osoba mora biti fizički i psihički sposobna da učestvuje/sudjeluje u rehabilitaciji; važan lični preduslov/preduvjet za korištenje rehabilitacije.
Spremnost za rehabilitaciju/motivacija za rehabilitaciju (Rehabilitationswilligkeit/Rehabilitationsmotivation)	Pacijent mora biti motivisan da učestvuje/sudjeluje u rehabilitaciji. Ovo je važan uslov/preduvjet za korištenje rehabilitacije.
Stacionarno (Stationär)	Pacijenti su smješteni u ustanovu sličnu bolnici ili ustanovu za rehabilitaciju. U toj ustanovi spavaju u hrane se.
Starosna penzija/mirovina (Altersrente)	Penzija/Mirovina poslije završenog radnog vijeka, koja radniku pripada ako je dostigao starosnu granicu za ovu penziju/mirovinu.
Terapijske vježbe (Reha-Sport) (Rehabilitationssport (Reha-Sport))	Program Njemačkog penzijskog/mirovinsko osiguranje (Deutsche Rentenversicherung) koji se nudi poslije obavljene medicinske rehabilitacije. Ovim vježbama se učvršćuje uspjeh rehabilitacije.
Trening s pomagalima (Hilfsmitteltraining)	Trening na kojem se uvježbava korištenje pomagala (kao što je proteza), kao priprema za svakodnevni život.
Trening za radno mjesto (Arbeitsplatztraining)	Mjere i vježbe uz čiju pomoć se može smanjiti opterećenja na radnom mjestu (kao npr. zaštitni položaji za leđa).
Tretman/rehabilitacija poslije akutne faze liječenja (AHB) (Anschlussheilbehandlung/Anschlussrehabilitation (AHB))	Tretman koji slijedi odmah poslije bolničkog liječenja (na primjer poslije operacije) ili u roku od 14 dana poslije otpuštanja iz bolnice, u izuzetnim slučajevima i kasnije.
Zaštitna radionica (radionica za invalide) (Werkstatt für behinderte Menschen)	Ustanova u kojoj mogu da rade osobe sa invaliditetom.

Zahvalnica

Zahvaljujemo sljedećim stručnjacima, koji su svojim stručnim znanjem naročito doprinijeli nastanku ovog vodiča

- › Dr. Ulrich Eggens (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje – DRV Berlin-Brandenburg)
- › Dr. Betje Schwarz (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje – DRV Berlin-Brandenburg)
- › Gitta Kowalski (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje – DRV Berlin-Brandenburg)
- › Dr. Nathalie Glaser-Möller (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje/DRV Nord)
- › Karin Fleischer (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje/DRV Nord)
- › Gabriele Meyer (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje/DRV Nord)
- › Roland Schreiber (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje/DRV Nord)
- › Sabine Erbstößer (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje/DRV Bund)
- › Ralf Weisenburger (Njemačko penzijsko/mirovinsko osiguranje/DRV Rheinland-Pfalz)
- › Prof. Dr. Hans-Peter Waldhoff (Etno-medicinski centar/Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.)
- › Soner Tuna (Etno-medicinski centar/Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.)
- › Dr. Claudia Martini (Služba saveznog kancelara, Radna grupa/skupina Povjerenika savezne vlade za migraciju, izbjeglice i integraciju)
- › Prof. Dr. med. Hajo Zeeb (Institut „Leibniz“ za preventivno istraživanje i epidemiologiju – BIPS GmbH Odjeljenje za prevenciju i evaluaciju)
- › Prof. Dr. med. Christoph Gutenbrunner (glavni ljekar/liječnik i šef/voditelj odjeljenja Klinike za rehabilitaciju, Visoke medicinske škole Hannover)
- › Prof. Dr. Jan Ilhan Kizilhan (šef/voditelj studijskog programa Socijalni rad sa psihičkim bolesnicima i ovisnicima – Fakultet za sociologiju Dualne visoke škole Baden-Württemberg, Villingen-Schwenningen)
- › Dr. med. Eva Renckly-Senel (Ljekar opšte medicine/liječnica opće medicine, socijalne medicine, psihoterapeut, vještak u Njemačkom penzijskom/mirovinskom osiguranju rudara – željezničara-pomoraca/Knappschaft-Bahn-See, sa težištem na radu sa migrantima)
- › Dr. Alfons Schröer (visokoškolski profesor)

Etno-medicinski centar (Ethno-Medizinische Zentrum e.V.) nudi i druge brošure na vašem maternjem jeziku, na različite teme zdravlja. Možete ih preuzeti na veb stranici www.mimi-bestellportal.de ili naručiti:

- › Zdravlje za sve – vodič kroz njemački zdravstveni sistem/sustav
- › Objašnjenje za popunjavanje zahtjeva za uslugu u svrhu integracije osiguranika – Zahtjev za rehabilitaciju (G0100)
- › Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung): Pomoć za bolesnu djecu i mlade/adolescente
- › Korona virus SARS-CoV-2 – Informacije i praktični savjeti
- › Vodič za zdravlje tražilaca/tražitelja azila u Njemačkoj
- › Vodič za poremećaje koji se javljaju kao posljedica traume i PTSP
- › Vodič za depresiju, izdanje za Bavarsku i Donju Saksoniju
- › Vodič „Zavisnost od kompjutera, interneta i igara na sreću“ izdanje za Šlezvig-Holštajn i Donju Saksoniju
- › Vodič za pomoć kod bolesti zavisnosti – zavisnost je bolest
- › Vodič za AIDS i HIV – aktualna saznanja, zaštita i terapija
- › Vodič za zaštitnu vakcinaciju/cijepljenje
- › Vodič za zdravlje majki
- › Vodič za dijabetes
- › Zbrinjavanje u hospicijima i ustanovama za palijativnu njegu
- › Vodič za zaštitu od nasilja nad ženama u Njemačkoj
- › Vodič za muškarce – izbjeglice i tek doseljene muškarce

Medicinska rehabilitacija Njemačkog penzijskog/ mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung):

Pomoć kod hroničnih oboljenja

Ovaj vodič pruža vam bitne informacije na temu medicinske rehabilitacije Njemačkog penzijskog/mirovinskog osiguranja (Deutsche Rentenversicherung), o podnošenju zahtjeva, plaćanju i toku rehabilitacije. Osim toga, navedene su i adrese na kojima možete dobiti dalje informacije.

- › Šta/Što je to medicinska rehabilitacija i (t)ko je može koristiti?
- › Kako se plaća medicinska rehabilitacija?
- › Ima li medicinska rehabilitacija efekte na moje radno mjesto?
- › Kako i gdje da podnesem zahtjev za medicinsku rehabilitaciju?
- › Šta/Što se događa u ustanovi za rehabilitaciju i nakon rehabilitacije?

Možda se bavite ovim pitanjima ili poznajete nekoga (t)ko traži odgovore na ova pitanja ...

Ovaj vodič se može preuzeti na internet adresi www.mimi-bestellportal.de i dostupan je na sljedećim jezicima:
arapski, engleski, (i)talijanski, kurdski, poljski, ruski, srpski/hrvatski/bosanski, špan(jol)ski i turski

Za više informacija o ovom projektu posjetite i našu veb stranicu projekta:
www.mimi-reha.de

Uručio/la