

La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco: aiuto per le malattie croniche



Una guida per migranti, disponibile in 8 lingue



Impressum

Die medizinische Rehabilitation der Deutschen Rentenversicherung:
Hilfe bei chronischen Erkrankungen
Ein Wegweiser für Migranten

Herausgeber – Konzeption, Inhalt, Erstellung:
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
Königstraße 6
30175 Hannover

Mitarbeit:
Medizinische Hochschule Hannover (MHH)
Klinik für Rehabilitationsmedizin
Carl-Neuberg-Straße 1
30625 Hannover

Redaktion: Prof. Dr. med. Christoph Gutenbrunner, Julia Helmert, Ahmet Kimil,
Klara Markin, Ramazan Salman, Dr. med. Lara-Marie Reißmann, Betje Schwarz
Übersetzung: Dolmetscherdienst – Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
Bildquellen: Fotolia © 2004–2014

Wenn in diesem Wegweiser Personengruppen benannt sind, wird im Folgenden die männliche Schreibweise verwendet. Es sind aber weibliche und männliche Personen gleichermaßen gemeint. Dies geschieht aus Gründen des besseren Leseflusses und ist nicht als diskriminierend zu verstehen. 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.

1. Auflage

Dieser Wegweiser ist erhältlich in folgenden Sprachen: Deutsch, Englisch, Griechisch, Italienisch, Russisch, Serbo-Kroatisch, Spanisch, Türkisch

Stand: April 2016



Wir danken der Deutschen Rentenversicherung für die freundliche Unterstützung bei der Realisierung dieses Wegweisers.

La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco: aiuto per le malattie croniche

Gentili lettrici, gentili lettori,

la felicità e il benessere della persona dipendono in modo sostanziale dal proprio stato di salute. La salute è un bene prezioso che va preservato.

Tuttavia nei sondaggi più recenti oltre un terzo delle persone che vivono in Germania dichiarano di soffrire di almeno una malattia cronica, cioè di una malattia di lunga durata, non completamente guaribile e che necessita di cure e controlli periodici. Le malattie croniche possono portare a gravi limitazioni nella vita quotidiana e nel lavoro.



Molte delle persone interessate – soprattutto persone con un background di migrazione – non sanno che la riabilitazione medica può essere un rimedio o comunque portare dei miglioramenti. Altri non sono sicuri di avere diritto a una riabilitazione. Spesso mancano anche le conoscenze di base: come si fa richiesta? cosa viene fatto esattamente nell'istituto di riabilitazione? si tiene conto delle mie necessità personali, culturali e linguistiche?

Tutto questo può avere come conseguenza che non si sfrutti in tempo l'opportunità offerta dalla riabilitazione per il miglioramento della qualità di vita e il ripristino della capacità di lavorare. Perciò trovo importante che questa guida alla riabilitazione medica sia stata redatta in più lingue. In essa persone provenienti da altri Paesi ricevono informazioni importanti su come fare richiesta e su come agire affinché il processo riabilitativo abbia successo. Questa guida spiega i termini più importanti e riporta indirizzi a cui attingere ulteriori informazioni.

Ringrazio l'Ente pensionistico tedesco e l'Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. che, con il supporto delle esperte e degli esperti di medicina riabilitativa dell'Università di medicina di Hannover, hanno redatto una guida alla riabilitazione assolutamente unica. Hanno aggiunto un tassello importante, contribuendo in modo significativo all'integrazione e alla partecipazione. Desidero che tutte le persone di questo Paese traggano vantaggio dalle offerte del sistema sanitario tedesco. Questa guida ha lo scopo di contribuire a raggiungere tale obiettivo!

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Aydan Özoğuz'.

Aydan Özoğuz

Ministra aggiunta presso la cancelliera federale e incaricata del Governo federale per la migrazione, i rifugiati e l'integrazione

Care lettrici e cari lettori,

chi, a causa di una malattia cronica, ha una capacità lavorativa limitata o fortemente a rischio può trovare aiuto nella riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco. La riabilitazione ha lo scopo di minimizzare le conseguenze dalla malattia e i loro effetti sulla capacità lavorativa, e di consentire ai pazienti di partecipare attivamente alla vita lavorativa.

La società tedesca è diventata multiculturale. Un cittadino su cinque ha un background di migrazione e in futuro la percentuale è destinata a salire.

Le ricerche scientifiche mostrano che le persone con background di migrazione spesso hanno una maggiore necessità di riabilitazione. Spesso, soprattutto migranti in età avanzata, soffrono di specifiche malattie croniche, come il diabete mellito, con frequenza maggiore rispetto a persone della stessa età senza background di migrazione. Anche il pensionamento anticipato per cause di salute è più frequente in questo gruppo di persone. Tuttavia le persone con background di migrazione si avvalgono raramente e spesso molto tardi della riabilitazione. Una riabilitazione che inizia troppo tardi, cioè quando la malattia ormai è già diventata cronica, ha minor successo di una iniziata precocemente. In questo modo si mette a rischio la possibilità di un reinserimento a lungo termine nel mondo del lavoro dopo la riabilitazione. Poiché dal punto di vista legale gli assicurati con background di migrazione hanno la stessa possibilità di accesso alle prestazioni della riabilitazione medica, supponiamo che sia la mancata conoscenza delle offerte riabilitative e delle modalità di accesso ad esse la causa del fatto che la riabilitazione non viene richiesta o viene richiesta molto tardi.

Per questo sono lieta di presentarvi la guida per migranti dal titolo La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco: aiuto per le malattie croniche. Gli autori hanno saputo fornire informazioni approfondite e pratiche sulla riabilitazione, tenendo conto delle priorità e delle necessità di migranti di diversa provenienza.

Sono assolutamente convinta che con questa guida si sia contribuito ad offrire a tutti gli assicurati dell'Ente pensionistico tedesco, indipendentemente dal loro Paese d'origine, le stesse opportunità di beneficiare delle offerte della riabilitazione.

A questo proposito desidero ringraziare calorosamente tutti coloro che hanno contribuito alla riuscita di questa guida. Un grazie particolare a tutte le collaboratrici e i collaboratori dell'Ethno-Medizinisches Zentrum e dell'Università di medicina di Hannover.



Dr. Ingrid Künzler

Presidentessa della dirigenza della DRV (Ente pensionistico tedesco)



Le informazioni più importanti in sintesi:

- Se soffrite di una malattia cronica che vi provoca non solo condizionamenti nella vita privata, ma soprattutto limitazioni nel lavoro, dovrete riflettere sulla possibilità di usufruire della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco. Non abbiate esitazioni a presentare domanda. L'Ente pensionistico accetterà che abbiate tutti i requisiti necessari per usufruirne. La richiesta scritta può essere presentata anche presso la cassa malattia o presso l'assicurazione contro gli infortuni.
- Importante: non aspettate che sia il vostro medico a indicarvi la possibilità della riabilitazione medica. Se avete la sensazione che la riabilitazione medica vi possa aiutare, fate il primo passo. Come fare? Parlatene col vostro medico o rivolgetevi per informazioni ai Centri congiunti di servizio per la riabilitazione (Gemeinsame Servicestellen für Rehabilitation). Anche i Centri di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco (Auskunfts- und Beratungsstellen der Deutschen Rentenversicherung) vi possono aiutare; anche per riempire i moduli della richiesta.
- Non vi preoccupate. Le spese per la riabilitazione medica in regime residenziale vengono sostenute in gran parte dall'Ente pensionistico tedesco. Voi dovrete pagare al massimo 10,- € al giorno. La riabilitazione ambulatoriale è addirittura assolutamente gratuita per voi.
- Desiderate andare in un particolare centro riabilitativo? Il vostro desiderio verrà esaminato e tenuto in considerazione durante il disbrigo della pratica da parte dell'Ente pensionistico tedesco.
- Ci sono ormai anche centri per la riabilitazione la cui offerta è pensata in modo particolare per migranti. Tuttavia non è detto che il centro in questione sia il più adatto per la vostra malattia. Anche in questo caso potete ricevere consulenza presso i Centri congiunti di servizio per la riabilitazione e i Centri di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco.

- Una volta che la vostra richiesta è stata accettata e vi hanno comunicato quale centro riabilitativo vi è stato assegnato, potete naturalmente contattarlo per telefono o scrivergli; ad esempio se avete domande in merito alle regole per i visitatori, alle abitudini alimentari, alla possibilità di preghiera o alle disposizioni sull'abbigliamento.
- Nel caso in cui l'Ente pensionistico tedesco rifiuti la vostra richiesta, avete la possibilità e il diritto di presentare ricorso. In questo caso, però, verificate anche di aver veramente usufruito di tutte le altre possibilità di cura..
- In caso di malattia, e anche durante la riabilitazione medica, avete diritto al pagamento del vostro stipendio da parte del datore di lavoro per la durata di sei settimane. Successivamente avete la possibilità di inoltrare richiesta di indennità transitoria. Se percepite l'indennità di disoccupazione, questa vi verrà corrisposta anche durante il periodo di riabilitazione.
- La partecipazione alla riabilitazione medica non è motivo che possa giustificare il licenziamento.
- La riabilitazione medica non ha effetti sui contributi sociali che versate, poiché questi per la durata della riabilitazione vengono versati dall'Ente pensionistico tedesco. Per questo motivo la riabilitazione medica non ha nemmeno effetti sull'importo della vostra futura pensione mensile.

Indice

Introduzione	10
L'Ente pensionistico tedesco	11

1. Principi: la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco 12

La riabilitazione medica • Dove ha luogo la riabilitazione medica? • Chi può fruire della riabilitazione medica (requisiti)? • Copertura delle spese e pagamenti aggiuntivi • Sostegno finanziario dei pazienti • Che effetti ha la riabilitazione medica sul posto di lavoro, sui contributi sociali e sulla pensione?

2. Prima della riabilitazione 20

Presentazione della domanda • Posso essere obbligato a fare domanda per la riabilitazione medica? • La riabilitazione può essere posticipata? • Cosa posso fare se la mia domanda viene respinta?

3. Durante la riabilitazione 23

Preparazione e viaggio • Alloggio e vitto • Regole di comportamento nel centro riabilitativo • Il personale del centro riabilitativo • Lo svolgimento della riabilitazione • L'organizzazione della giornata • Possibilità di preghiera • Regole per le visite e gli accompagnatori • Difficoltà di comprensione a causa di scarse conoscenze di tedesco • Offerte particolari per migranti • Obbligo di collaborazione e interruzione della riabilitazione

4. Dopo la riabilitazione 30

Sport riabilitativo, allenamento funzionale, assistenza post-riabilitazione • Reinserimento professionale • Riabilitazione professionale • Gruppi di autoaiuto, associazioni

Esempi di casi di riabilitazione	32
Domande frequenti	36
Istituzioni, centri e contatti	40
Glossario	42
Ringraziamenti	45
Annotazioni	46

Introduzione

In Germania poco meno di una donna su due (42%) e circa un uomo su tre (35%) soffrono di una malattia *cronica** – ossia di lunga durata e non completamente curabile. Spesso una malattia di questo genere causa nella vita dei pazienti delle limitazioni tanto gravi da non permettere loro di svolgere le attività quotidiane adeguatamente, con conseguente forte peggioramento della qualità di vita. *La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico* tedesco può aiutare queste persone.

La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco è un tassello importante del sistema previdenziale tedesco e ha soprattutto un obiettivo: evitare che gli interessati vadano in pensione anticipatamente e quindi che escano da una condizione lavorativa in cui pagano i contributi della previdenza sociale. Quindi il principio che è alla base della concessione della prestazione è “riabilitazione prima di pensione”. Questo significa che prima del pagamento di una *pensione per ridotta capacità lavorativa* dovranno essere svolti, a seconda delle possibilità, dei provvedimenti riabilitativi al fine di raggiungere il reinserimento nel mondo del lavoro.

Non si tratta, però, semplicemente di riacquisire o mantenere la capacità lavorativa. Per gli interessati il prepensionamento è sempre un avvenimento carico di conseguenze e significati. Spesso viene vissuto come distacco improvviso dalla vita lavorativa e dalla comunità, e in molti casi è accompagnato dalla perdita di contatti sociali, per non parlare delle limitazioni finanziarie. Per questo la riabilitazione medica va vista come un'opportunità per poter convivere meglio con la propria malattia cronica e per poter riconquistare un po' di gioia di vivere. La fruizione della riabilitazione medica non ha nulla a che fare con la debolezza. Al contrario: può mobilitare nuove forze e non bisogna vergognarsene come non ci si vergogna di curare un raffreddore.

Non siete soli! Ogni anno un milione di persone si avvale della riabilitazione medica, le donne un po' più spesso degli uomini. L'età media è di circa 51 anni. I disturbi per cui più spesso si ricorre alla riabilitazione sono quelli legati all'apparato motorio, seguiti dalle malattie del sistema circolatorio e da quelle *psichiche*. L'85% delle persone conclude la riabilitazione con successo riacquisendo la capacità lavorativa.

La via verso la riabilitazione passa attraverso una montagna di domande. Per questo spesso i pazienti con un background di migrazione hanno più difficoltà dei loro concittadini tedeschi. Hanno problemi a comprendere le informazioni sulla riabilitazione medica scritte in tedesco “burocratico” e devono fare i conti con ulteriori dubbi: “In quanto persona con un background di migrazione ho diritto alla riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco?”, “Devo pagare io la riabilitazione?”, “Perdo diritti pensionistici a causa della riabilitazione medica?”, “Che livello di conoscenza del tedesco devo avere per poter prendere parte alla riabilitazione medica?”, “In quale misura si possono rispettare prescrizioni religiose e culturali come gli orari della preghiera, le abitudini alimentari o le regole relative all'abbigliamento?” Proprio per questo è stata scritta la presente guida. Il suo obiettivo è dissolvere le paure e sciogliere i dubbi legati a queste domande nei malati cronici con background di migrazione. Ha lo scopo di invogliarli ad informarsi per tempo in caso di necessità e, se se ne presenta il bisogno, di fare domanda per la riabilitazione medica.

L'Ente pensionistico tedesco

L'Ente pensionistico copre tutti i suoi assicurati nella vecchiaia e in caso di *incapacità lavorativa* o di decesso. Le sue prestazioni sono la *pensione di vecchiaia* e la pensione per ridotta capacità lavorativa, la *pensione di reversibilità*, la riabilitazione medica e la *riabilitazione professionale*.

L'Ente pensionistico tedesco (Deutsche Rentenversicherung, abbreviato: DRV) è composto da due istituzioni nazionali – Deutsche Rentenversicherung Bund (Ente pensionistico tedesco federale – 40% degli assicurati) e Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See (Ente pensionistico tedesco Knappschaft-Bahn-See – 5% degli assicurati) – e da 14 istituzioni regionali (fra queste DRV Nord, DRV Oldenburg-Bremen, DRV Rheinland-Pfalz, DRV Braunschweig-Hannover) con il 55% degli assicurati.

I 57 milioni di assicurati dell'Ente pensionistico tedesco vengono assistiti da un'istituzione pensionistica, la quale è il punto di riferimento per inoltrare le domande di pensione e riabilitazione. A ogni assicurato è associato un numero di assicurazione, che, insieme al nome dell'istituzione pensionistica competente, viene comunicato a ogni nuovo dipendente assicurato. Il nome dell'istituzione pensionistica competente può essere richiesto anche all'Ente pensionistico tedesco federale al numero telefonico di servizio gratuito (0800 1000 4800) oppure alla propria cassa malattia.

Tutti i lavoratori dipendenti soggetti all'obbligo assicurativo devono pagare i contributi all'Ente pensionistico tedesco. Per coloro che ricevono il sussidio di disoccupazione Arbeitslosengeld I è la Agentur für Arbeit (Centro per l'impiego) a pagare i contributi mensili. I lavoratori indipendenti possono scegliere se pagare l'assicurazione pensionistica pubblica o stipulare un'assicurazione privata. Tuttavia la libertà di scelta è limitata per i lavoratori indipendenti che percepiscono il loro reddito in particolari settori (ad esempio insegnanti ed educatori, professioni sanitarie e ostetriche, artisti).

La previdenza pensionistica pubblica funziona secondo il principio di solidarietà. Questo significa che la popolazione esercitante un'attività remunerativa finanzia con i propri contributi le pensioni attuali e le altre prestazioni dell'assicurazione pensionistica (ad esempio riabilitazione medica e professionale). Attualmente l'importo pagato da ogni assicurato corrisponde al 18,7% del suo stipendio lordo. Una metà viene pagata dal dipendente stesso, l'altra dal datore di lavoro. Se un assicurato guadagna mensilmente nell'anno 2016 più di 6.200,- € lordi nei vecchi Land federali e 5.400,- € lordi nei Land federali aggiunti dopo la riunificazione, allora si supera il cosiddetto limite di contribuzione obbligatoria. In questo caso si paga un massimo di 1.159,40 € nei vecchi Land e 1.009,80 € nei nuovi Land. La somma precisa da pagare si evince dalla busta paga (conteggio della retribuzione mensile o annuale). Il limite di contribuzione obbligatoria può variare di anno in anno.

1. Principi: la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco

La riabilitazione medica

La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco è riservata alle persone la cui capacità lavorativa è in pericolo o ha già subito delle

L'obiettivo: ripristinare o migliorare la capacità lavorativa

limitazioni a causa di danni alla salute. Il suo obiettivo è eliminare questi danni o ridurli attraverso apposite terapie, in modo da ripristinare completamente o almeno migliorare la capacità lavorativa della persona interessata. Di conseguenza lo scopo è rimuovere la limitazione di capacità lavorativa o l'incapacità lavorativa. In altre parole: l'interessato può di nuovo lavorare. Per questo motivo le prestazioni per la riabilitazione medica hanno priorità sulle prestazioni pensionistiche. Questo significa che il prepensionamento per cause di salute (pensione per ridotta capacità lavorativa) può essere concesso solo se lo stato di salute, e quindi anche la capacità lavorativa, non possono essere sufficientemente migliorati con l'aiuto della

riabilitazione medica.

Hanno diritto alla riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco in generale i malati cronici abili al lavoro.

Le persone che hanno diritto alla riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco sono generalmente malati cronici abili al lavoro.

La riabilitazione medica

ha solitamente la durata di tre settimane.

Invece in linea di principio la riabilitazione per malattie psichiche o *psicosomatiche* dura cinque settimane. I pazienti che più spesso si avvalgono della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco sono quelli affetti da

malattie croniche dell'apparato motorio (come danni ai dischi intervertebrali, mal di schiena cronico, malattie reumatiche) e quelli con malattie psichiche (come *depressione e psicosi*). Nella riabilitazione medica rientra anche il cosiddetto *trattamento terapeutico post-operatorio* che avviene subito dopo una permanenza in ospedale (ad esempio dopo un'operazione ai dischi intervertebrali). Anche questo generalmente ha la durata di tre settimane, tuttavia, a seconda della *diagnosi*, può – come la riabilitazione medica – essere prolungato o ridotto. Solitamente ne viene fatta richiesta già in ospedale. Il servizio sociale dell'ospedale può aiutare i pazienti nel compilare la domanda. Inoltre l'Ente pensionistico tedesco offre provvedimenti riabilitativi per gli assicurati, i pensionati e i loro congiunti affetti da cancro, e ancora provvedimenti riabilitativi per bambini e adolescenti affetti da malattie croniche. Inoltre della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco fanno parte anche terapie di disintossicazione per *malattie da dipendenza* (ad esempio dipendenza da alcolici, droghe o medicinali).

Nell'ambito della riabilitazione medica l'interessato viene sottoposto a diverse terapie e provvedimenti scelti individualmente per il suo problema di salute e per il suo obiettivo riabilitativo, ad esempio ginnastica medica, terapia psicologica di gruppo o consulenza del servizio sociale. Un team riabilitativo mette in pratica le terapie e accompagna il paziente durante la permanenza nel centro riabilitativo.

Oltre all'Ente pensionistico anche l'assicurazione sanitaria e l'assicurazione contro gli infortuni offrono provvedimenti riabilitativi. Tuttavia

tali provvedimenti si differenziano da quelli della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco per l'obiettivo delle terapie e per il tipo di persone che vengono curate.

Talvolta nel linguaggio comune si utilizza il termine *cura* (Kur) intendendo la riabilitazione. Si tratta di un termine ormai ufficialmente non più in uso per riabilitazione.

Dove ha luogo la riabilitazione medica?

In linea di principio la riabilitazione medica può avvenire in una struttura *ambulatorialmente* o in *regime residenziale*.

Questo dipende dalla malattia, dall'obiettivo della riabilitazione e da desideri e presupposti del paziente.

Inizialmente si cerca di raggiungere l'obiettivo riabilitativo con

un provvedimento ambulatoriale. Nel caso in cui questo non sia possibile il paziente viene indirizzato a un istituto per la riabilitazione residenziale. Nella riabilitazione residenziale i pazienti vengono ricoverati in un istituto riabilitativo e oltre alle prestazioni terapeutiche

La riabilitazione medica che impiega tutta la giornata può essere fatta ambulatorialmente o in regime residenziale.

Riabilitazione medica per bambini e adolescenti

L'Ente pensionistico tedesco offre a bambini e adolescenti la riabilitazione medica nel caso in cui soffrano di una malattia (ad esempio delle vie respiratorie, della pelle o del sistema cardiocircolatorio) che potrebbe ostacolare fortemente il loro sviluppo fisico e mentale, limitando permanentemente la loro capacità produttiva e lavorativa. L'obiettivo è curare i bambini e gli adolescenti al fine di dar loro la possibilità di inserirsi nella scuola, nella vita di tutti i giorni e più tardi nel mercato del lavoro.

La riabilitazione infantile è possibile in generale fino al 18° anno di età (in presenza di particolari presupposti addirittura fino al 27° anno di età). Poiché bambini e adolescenti non pagano i contributi dell'assicurazione pensionistica, i genitori devono presentare alcuni presupposti richiesti dal diritto assicurativo. A questo proposito si possono avere informazioni presso i Centri di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco e presso i Centri congiunti di servizio per la riabilitazione.

Fino all'ottavo compleanno è possibile accompagnare il bambino durante la riabilitazione. Se i bambini sono più grandi, possono essere accompagnati nel caso in cui sia necessario dal punto di vista medico. L'Ente pensionistico tedesco copre le spese per un accompagnatore (spese di viaggio, vitto e alloggio ed eventualmente stipendi non corrisposti). Fino al 15° compleanno il bambino può essere accompagnato durante i viaggi di andata e di ritorno. Nella maggior parte dei casi il datore di lavoro è obbligato a concedere dei giorni di ferie non pagati. Ad ogni modo se ne dovrebbe parlare con lui col dovuto anticipo. Su richiesta l'Ente pensionistico tedesco rimborsa gli stipendi non corrisposti.

Generalmente la riabilitazione ha luogo nel periodo scolastico. Ha la durata di quattro settimane (se necessario anche di più) e si svolge in appositi istituti per la riabilitazione infantile. I bambini, oltre alle terapie, vi ricevono anche lezioni scolastiche. Il personale insegnante fa parte dell'istituto di riabilitazione. La scuola di appartenenza del bambino è tenuta ad consentirne l'assenza in caso di riabilitazione.



ricevono anche vitto e alloggio sul posto. Nel caso della riabilitazione ambulatoriale che dura tutta la giornata i pazienti passano tutto il giorno nell'istituto (con vitto), ma pernottano a casa propria.

L'istituzione competente per l'assicurazione pensionistica sceglie l'istituto che offre la terapia più adeguata alla malattia in questione. In questo modo la persona interessata ha le migliori possibilità di successo nella terapia.

Il sistema va incontro ai pazienti: è addirittura possibile influire sulla scelta del luogo e dell'istituto riabilitativo. Infatti il paziente, in quanto fruitore della prestazione, ha "diritto di desiderio e di scelta". In questo si tiene conto della situazione personale, dell'età, del genere, della

situazione familiare e delle necessità religiose e ideologiche. Desideri legittimi possono essere espressi già al momento dell'inoltro della domanda. È sufficiente una nota scritta con le motivazioni. L'istituto scelto dal paziente può anche essere indicato dal medico nel referto e accompagnato dalla motivazione. Possono essere rilevanti la distanza dal luogo di residenza, particolari offerte, il luogo in cui si trova l'istituto o il periodo di terapia. Le motivazioni devono essere descritte in modo personale e individuale.

Consiglio: indicate l'istituto riabilitativo in cui desiderate andare già al momento della presentazione della domanda.

L'istituzione competente per l'assicurazione pensionistica controlla le indicazioni e le motivazioni dell'assicurato. Nel caso in cui la riabilitazione nel luogo o nell'istituto desiderato sia più costosa o non possa avere lo stesso risultato che se venisse svolta in un altro istituto proposto dall'Ente pensionistico tedesco, l'istituzione competente per l'assicurazione pensionistica può rifiutare il luogo o l'istituto scelti dal paziente. Tuttavia contro questa decisione può essere presentato *ricorso* presso l'Ente pensionistico tedesco, indicandone le motivazioni.

Riabilitazione ambulatoriale giornata completa

- Misure terapeutiche
- Vitto

- + Attività nelle vicinanze del domicilio
- + Il paziente non viene allontanato dal suo ambiente e dai suoi congiunti e può coinvolgere questi ultimi nella terapia.
- + Le capacità riacquisite posso essere messe in pratica subito.

Riabilitazione residenziale

- Misure terapeutiche
- Vitto
- Alloggio
- + Possibilità di concentrarsi completamente sul problema di salute per alcune settimane
- + Nessuna distrazione a causa di altri impegni
- + Eventualmente migliore specializzazione dell'istituto riabilitativo residenziale

Chi può fruire della riabilitazione medica (requisiti)?

L'assicurato, per poter fruire della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco, deve presentare particolari requisiti in materia di permesso di soggiorno, di diritto assicurativo e personali.

Per i requisiti in materia di diritto assicurativo l'interessato deve:

- aver raggiunto i 15 anni di attesa o ricevere una pensione per ridotta capacità lavorativa oppure
- negli ultimi due anni prima della domanda aver pagato i contributi pensionistici per sei mesi oppure

- entro due anni dalla conclusione di un corso di formazione professionale aver intrapreso un'attività in proprio o dipendente con assicurazione, e averla svolta fino alla presentazione della domanda oppure
- dopo un'attività in proprio o dipendente con assicurazione esser stato disoccupato o incapace al lavoro fino alla presentazione della domanda, avendo però pagato per almeno un mese l'assicurazione pensionistica oppure
- avere una limitata capacità lavorativa (o che essa sia prevista nel prossimo futuro) ed aver adempiuto il generale periodo di attesa di cinque anni.

Diritto di desiderio e di scelta

Cosa significa esattamente? Spiegazione tramite un esempio concreto

La signora R. ha da tempo forti dolori alle articolazioni, tanto che già da diversi mesi non può lavorare. La sua cassa malattia le indica la possibilità di fare domanda di riabilitazione medica presso l'Ente pensionistico tedesco. Altrimenti le verrà diminuita l'indennità di malattia. La signora R. ne parla durante l'incontro settimanale delle donne nella Moschea. Lì una conoscente le racconta che anche sua cugina ha fatto la riabilitazione medica e che per questo ha dovuto passare tre settimane in una clinica riabilitativa a 350 km di distanza. Per la signora R. una cosa del genere sarebbe inaccettabile. Non riesce a immaginarsi di poter stare in un ambiente sconosciuto così lontano dai suoi figli, da suo marito e dai suoi genitori. Inoltre la preghiera e gli incontri periodici delle donne in Moschea hanno un ruolo importante nella sua vita. Per questo la signora R. si rivolge alla cassa malattia per spiegare la propria situazione e chiedere se ci sono altre possibilità. L'impiegata della cassa malattia spiega alla signora R. che deve rivolgersi a un Centro di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco, e le dà l'indirizzo di un centro nelle vicinanze. La signora R. ci va subito. Il personale del Centro di informazione e consulenza le spiega che ha diritto di desiderio e di scelta e che quindi può indicare l'istituto riabilitativo di propria scelta già al momento della compilazione della domanda di riabilitazione. L'impiegato riempie insieme alla signora R. il modulo. In uno scritto a parte la signora indica la propria scelta e spiega le motivazioni per cui desidera essere curata nelle vicinanze. Il modulo di richiesta e la lettera vengono trasmessi all'ufficio competente direttamente dall'impiegato del Centro d'informazione e consulenza. Dopo quattro settimane di attesa arriva la risposta dell'Ente pensionistico tedesco. La signora R. ha avuto fortuna: vicino al suo luogo di residenza c'è ancora un posto libero per la riabilitazione. Le può essere assegnato se si reca entro tre giorni nell'istituto riabilitativo. Durante la sua permanenza nell'istituto il marito la va a trovare con i figli nel fine settimana. Poiché non vi sono controindicazioni dal punto di vista medico, la signora R. si può recare nella vicina Moschea in un giorno prestabilito.

L'interessato presenta i **requisiti personali** se:

- la sua capacità lavorativa è limitata o in pericolo a causa di una malattia fisica, psichica o mentale o di una disabilità (necessità riabilitativa) e
- grazie alla riabilitazione medica può evitare la limitazione della capacità lavorativa oppure ripristinare o migliorare la già limitata capacità lavorativa o altresì evitarne il peggioramento (prognosi *riabilitativa* positiva)
- e sono passati quattro anni dall'ultimo provvedimento riabilitativo (in caso di necessità urgente è possibile usufruire di un nuovo provvedimento anche prima dello scadere di questo periodo di quattro anni).

Inoltre il paziente deve essere capace di partecipare alla riabilitazione (*capacità riabilitativa*). Questo significa che deve essere in grado di partecipare sia fisicamente che mentalmente alle terapie. A questo proposito si intende anche che il paziente possa comunicare con il personale e riesca a riempire il modulo per la domanda in tedesco. Allo stesso modo il paziente deve avere la volontà di partecipare ai provvedimenti riabilitativi (*volontà riabilitativa*).

La necessità riabilitativa deve essere certificata da un medico. L'Ente pensionistico tedesco decide se un provvedimento riabilitativo è veramente indicato e se il paziente presenta i requisiti richiesti.

L'interessato presenta i **requisiti** in merito al **permesso di soggiorno** se:

- soggiorna legalmente in Germania e
- lavora essendo soggetto all'obbligo assicurativo

Richiedenti asilo e profughi non possono fruire della riabilitazione.

Copertura delle spese e pagamenti aggiuntivi

La riabilitazione e il viaggio per raggiungere il centro riabilitativo vengono pagati dall'Ente pensionistico tedesco. Nella riabilitazione in regime residenziale l'assicurato deve pagare al massimo 10 € al giorno di spese aggiuntive e questo per un massimo di 42 giorni. Questo significa che non dovrà pagare più di 420 € di tasca propria, anche se la terapia dura più di 42 giorni. In questo calcolo rientrano anche le permanenze in ospedale. Ad esempio se una persona prima della riabilitazione è stata dieci giorni in ospedale, per la riabilitazione dovrà pagare al massimo 32 giorni.

Il paziente deve pagare ancora meno o addirittura nulla se ha un reddito netto basso e

- si occupa dell'educazione di un bambino oppure
- ha lui stesso necessità di cura e non ha diritto all'assegno assistenziale (Pflegegeld) oppure
- il coniuge ha necessità di cura e non ha diritto all'assegno assistenziale.

Esenti dai pagamenti aggiuntivi sono:

- bambini e adolescenti prima del 18° anno di età
- fruitori di indennità di malattia o di *indennità transitoria*

Coloro che percepiscono il sussidio di disoccupazione Arbeitslosengeld II e le persone che ricevono prestazioni per il diritto al minimo vitale (ad esempio assistenza sociale) possono fare richiesta di esenzione dai pagamenti aggiuntivi presso l'Ente pensionistico tedesco.

La riabilitazione ambulatoriale è completamente esente da pagamenti aggiuntivi!

Bisogna pagare al massimo 10 € al giorno di spese aggiuntive.

Sostegno finanziario dei pazienti

Assistenza domestica e cura dei bambini

I pazienti che hanno famiglia e figli possono far richiesta all'Ente pensionistico tedesco di supporto finanziario per l'assistenza domestica e la cura dei bambini per la durata della riabilitazione. La richiesta viene accettata in presenza di particolari presupposti.

Vi è la possibilità di portare il bambino nell'istituto per la riabilitazione, se consentito dal punto di vista medico. Deve essere conciliabile con l'istituto e bisogna che sussistano i presupposti per l'assistenza domestica.

Per domande sull'assistenza domestica e sulla cura dei bambini durante la riabilitazione ci si può rivolgere al personale dei Centri d'informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco.

Chi assicura il mantenimento durante la riabilitazione medica?

Non vi preoccupate. In caso di malattia e per il periodo di riabilitazione medica i lavoratori dipendenti hanno diritto a continuare a percepire lo stipendio da parte del datore di lavoro per un periodo di sei settimane. Successivamente l'assicurato può fare domanda presso l'Ente pensionistico tedesco per ricevere l'indennità transitoria per la durata della riabilitazione medica. Si riceve l'indennità sia in caso di riabilitazione in regime residenziale che ambulatoriale. Il presupposto è che l'assicurato nel periodo immediatamente precedente l'inizio della riabilitazione o subito prima dell'incapacità lavorativa abbia lavorato e pagato i contributi pensionistici.

Durante la riabilitazione avete copertura finanziaria.

L'indennità transitoria per gli assicurati senza figli a carico è circa il 68% dell'ultimo stipendio netto, per quelli con figli a carico è circa il 75%. Per le persone assicurate volontariamente l'indennità transitoria è l'80% del reddito mensile medio dell'anno civile passato per il quale sono stati pagati i contributi dell'assicurazione pensionistica.

Se l'assicurato prima della riabilitazione percepiva il sussidio di disoccupazione Arbeitslosengeld I, riceverà, se sussistono determinati presupposti, un'indennità transitoria dello stesso importo delle prestazioni ricevute dalla Arbeitsagentur (Centro per l'impiego – ente che si occupa tra l'altro dei sussidi di disoccupazione). Se prima della riabilitazione percepiva il sussidio Arbeitslosengeld II, continuerà a riceverlo dall'ente competente per il minimo vitale.

Nel caso in cui l'indennità transitoria non raggiunga l'importo del minimo vitale, l'interessato può fare domanda per ricevere ulteriori prestazioni sociali all'ente competente per la previdenza sociale, in modo da raggiungere il minimo vitale.



Che effetti ha la riabilitazione medica sul posto di lavoro, sui contributi sociali e sulla pensione?

Posso perdere il posto di lavoro se vado a fare la riabilitazione?

Nelle aziende con più di 10 dipendenti si applica la Legge sulla protezione contro i licenziamenti ingiustificati. In essa è fissato quali sono i presupposti per il licenziamento del dipendente da parte del datore di lavoro.

Prima che il datore di lavoro proceda a un licenziamento, deve svolgere dei colloqui per la cosiddetta *gestione aziendale dell'inserimento (BEM)*. È obbligato a farlo per ogni dipendente che nell'arco di un anno è stato incapace al lavoro (certificato medico di malattia) ripetutamente o continuativamente per un periodo di tempo superiore alle 6 settimane. In questo colloquio per la gestione aziendale dell'inserimento vengono discusse tutte le possibili soluzioni per evitare l'incapacità lavorativa e mantenere il posto di lavoro.

I provvedimenti riabilitativi hanno lo scopo di consentire all'interessato di riprendere l'attività lavorativa. Questo è lo stesso obiettivo che ha

La riabilitazione medica da sola non è un motivo di licenziamento.

il datore di lavoro. Perciò il licenziamento a causa della partecipazione ad attività riabilitative è inizialmente da escludere. Ciò significa che l'interessato non può essere licenziato solo per-

ché fa riabilitazione. Tuttavia se ha un contratto di lavoro a tempo determinato, è possibile che questo scada nel periodo di malattia o di riabilitazione e che non venga prolungato.

In aziende più piccole, con un numero di dipendenti inferiore a 10, non si applica la Legge sulla protezione contro i licenziamenti ingiustificati. È importante che i pazienti si mettano in contatto con il datore di lavoro già prima dell'inizio della riabilitazione per spiegarli la situazione e pensare insieme a come procedere dopo i provvedimenti riabilitativi.

Quali effetti ha la riabilitazione sui contributi della previdenza sociale e sulla pensione che si percepirà più tardi?

Durante il percepimento dell'indennità transitoria il paziente continua a usufruire dell'assicurazione sociale. L'Ente pensionistico tedesco paga i contributi per l'assicurazione malattia, per l'assicurazione per la non autosufficienza, per l'assicurazione contro gli infortuni, per l'assicurazione pensionistica e per l'assicurazione contro la disoccupazione.

La riabilitazione non ha effetti sulla futura pensione.

Poiché l'Ente pensionistico tedesco paga i contributi dell'assicurazione pensionistica durante la riabilitazione, questa non ha effetti negativi sull'importo della futura pensione. Anche nel caso in cui siano necessari più provvedimenti riabilitativi, essi non comportano una diminuzione del diritto pensionistico. Il presupposto per la ricezione di una pensione di vecchiaia è che siano stati pagati i contributi di almeno 60 mesi (periodo generale di attesa) dell'assicurazione pensionistica pubblica. Questo vale anche per i migranti che nell'età della pensione tornano nel loro Paese d'origine.

Restituzione dei contributi anziché pensione

In presenza di determinati presupposti i contributi pensionistici versati possono essere restituiti. Persones di nazionalità tedesca possono farsi restituire i contributi solo se hanno

raggiunto l'età pensionabile avendo pagato i contributi dell'assicurazione pensionistica per meno di 60 mesi (periodo generale di attesa). Persones di nazionalità non tedesca, se sussistono particolari presupposti, hanno diritto alla restituzione dei contributi anche se hanno pagato per più di 60 mesi. Se la persona interessata presenta i requisiti richiesti per la restituzione dei contributi, deve tener conto di quanto segue:

- La domanda per la restituzione dei contributi può essere presentata solo 24 mesi dopo la cessazione dell'attività lavorativa soggetta

all'obbligo assicurativo. Durante questo periodo non si deve percepire la pensione di vecchiaia.

- Vengono restituiti solo i contributi pagati dopo la fruizione delle prestazioni dell'Ente pensionistico tedesco. Questo significa che, se l'interessato ha ad esempio preso parte alla riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco, gli vengono restituiti solo i contributi pagati dopo la riabilitazione.

Il personale dei Centri d'informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco offre consulenza individuale per i singoli casi.

Effetti della riabilitazione sulla futura pensione per persone senza cittadinanza tedesca

Cosa significa esattamente? – Spiegazione con un esempio concreto

Il sig. S. ha lavorato ininterrottamente per 32 anni in una fabbrica di mobili in Germania. A causa del tipo di lavoro particolarmente pesante, undici anni fa ha sofferto di ernia del disco. Dopo la cura dell'ernia del disco, ha fatto la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco per poter poi tornare a svolgere il proprio lavoro. Adesso, pochi mesi prima di raggiungere la meritata pensione di vecchiaia (da novembre 2014), il sig. S. progetta insieme alla moglie il ritorno in Italia, per potersi godere gli anni della pensione. Riflette sulla possibilità di farsi restituire i contributi pensionistici. Insieme a suo figlio si reca presso la filiale più vicina dell'Ente pensionistico tedesco per fare domanda di restituzione dei contributi e per farsi fare il calcolo della somma che gli verrà restituita. Lì gli viene comunicato che potrà presentare domanda di restituzione dei contributi versati solo 24 mesi dopo il suo ultimo pagamento. Inoltre gli potranno essere restituiti solo i contributi pensionistici che ha pagato dopo aver fatto la riabilitazione medica. Ne scaturisce per il sig. S. il seguente conteggio dei contributi che possono essere restituiti:

Data prevista per la presentazione della domanda di restituzione dei contributi: 20/11/2016

Contributi dell'assicurazione pensionistica: 01/11/1982 – 31/10/2014

Domanda di riabilitazione medica: 03/03/2003

Autorizzazione alla riabilitazione medica: 31/03/2003

Fruizione della riabilitazione medica: 07/04/2003 – 25/04/2003

Contributi che possono essere restituiti: 01/04/2003 – 31/10/2014

Questo il sig. S non se lo aspettava. Si chiede se non sarebbe stato meglio rinunciare alla riabilitazione medica. In questo caso gli avrebbero potuto restituire i contributi di 32 anni di lavoro. Tuttavia suo figlio lo tranquillizza: in fondo è molto più importante che suo padre grazie alla riabilitazione medica abbia goduto di miglior salute. Consiglia a suo padre di rinunciare alla restituzione dei contributi. Ad ogni modo gli spetta la pensione di vecchiaia, con la quale potrà affrontare gli anni della pensione senza preoccupazioni finanziarie. Il sig. S. decide di presentare domanda per la pensione di vecchiaia.

2. Prima della riabilitazione

Presentazione della domanda

Informazioni sui provvedimenti riabilitativi si trovano presso le istituzioni regionali dell'Ente pensionistico tedesco, presso l'Ente pensionistico tedesco federale, presso i Centri d'informazione e consulenza dell'assicurazione pensionistica tedesca, presso l'assicurazione sanitaria pubblica e presso i Centri congiunti di servizio per la riabilitazione. Vi trovate anche tutti i moduli necessari.

Consiglio: parlate con il vostro medico della riabilitazione medica. Ad ogni modo la prima persona a cui rivolgersi è il medico curante. Può essere il medico di famiglia, uno specialista o il medico aziendale; la cosa migliore è che sia un medico che ben conosce i problemi del paziente. Il medico, se anche lui vede la necessità di ricorrere alla riabilitazione medica, scrive un referto apposito. Questo *referto medico* è una parte importante della domanda per la riabilitazione medica. Contiene informazioni e referti sullo stato di salute del paziente, soprattutto sulle sue malattie, sui danni funzionali, sulla capacità al lavoro, sui *fattori di rischio* e sulle terapie fatte. Il medico decide se il paziente ha necessità di riabilitazione e capacità di riabilitazione, e anche come va stimata la prognosi riabilitativa del paziente. Per questo il referto medico è molto importante. Quando il medico ha motivato la necessità medica della riabilitazione, si può presentare domanda di riabilitazione medica presso l'Ente pensionistico tedesco.

Alcune istituzioni dell'Ente pensionistico tedesco richiedono ai loro assicurati un'ulteriore visita medica dopo la presentazione della domanda. Questa viene svolta da un medico perito incaricato dall'assicurazione pensionistica. In questo caso anziché un referto medico viene fatta una *perizia medica*.

Moduli per la domanda

Tutti i moduli per la domanda di prestazioni riabilitative dell'Ente pensionistico tedesco hanno un codice alfanumerico composto dalla lettera "G" e da un numero a tre cifre (ad esempio il modulo per la domanda generica con il codice G100 "Domanda di prestazioni per la partecipazione degli assicurati – domanda di riabilitazione"). La domanda di riabilitazione G100 è divisa in 21 blocchi e impegna sette pagine. Tuttavia nella maggior parte dei blocchi bisogna semplicemente mettere una crocetta, motivo per cui solitamente per riempire il modulo non si impiegano più di 20 minuti. A seconda dell'obiettivo e del desiderio riabilitativi è necessario riempire altri moduli e allegati.

Il personale dei Centri d'informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco e dei Centri congiunti di servizio per la riabilitazione offre consulenza e supporto nel riempimento dei moduli. Le domande possono essere consegnate presso tutte le istituzioni per la riabilitazione – ossia assicurazioni pensionistiche, sanitarie e contro gli infortuni. Gli enti assicurativi verificano le competenze ed eventualmente tramettono la domanda all'ente competente. Qui si controlla che per il richie-

! Potete consegnare la domanda all'assicurazione pensionistica, sanitaria o contro gli infortuni.

dente sussistano i presupposti personali e in materia di diritto assicurativo. Questo processo può durare diverse settimane.

Posso essere obbligato a fare domanda per la riabilitazione medica?

Se il medico curante propone di fare domanda per la riabilitazione, non dovete farlo obbligatoriamente. Ognuno può decidere se per lui o per lei il provvedimento riabilitativo è una buona soluzione. L'interessato non deve temere nessun tipo di conseguenze. Anche nel corso del processo di accettazione la domanda di riabilitazione può essere ritirata senza il bisogno di spiegarne il motivo.

Se l'assicurato percepisce l'indennità di malattia, la cassa malattia lo può obbligare a presentare domanda di riabilitazione medica o professionale. Se questo non viene fatto, l'indennità di malattia può essere ridotta. Anche il Centro per l'impiego può obbligare a presentare domanda per la riabilitazione.

La riabilitazione può essere posticipata?

Se il paziente riceve dall'Ente pensionistico tedesco la comunicazione che la riabilitazione è stata approvata, tale consenso solitamente ha validità di sei mesi. In linea di principio il paziente dovrebbe iniziare la riabilitazione nella data indicata dall'istituto riabilitativo. La

Consiglio: iniziate la riabilitazione al più presto possibile e posticipatela solo in casi eccezionali.

posticipazione dell'inizio della riabilitazione è possibile solo in casi particolari. Per questo il paziente può contattare l'istituto riabilita-

tivo, spiegare le motivazioni e chiedere un nuovo appuntamento. Tuttavia non è sicuro che l'inizio della riabilitazione possa essere posticipato. È anche importante che il nuovo appuntamento sia entro i sei mesi di validità dell'approvazione. Nel caso in cui l'assicurato percepisca l'indennità di malattia, la sua cassa malattia deve approvare il posticipo dell'inizio della riabilitazione.

Bisogna anche tener conto del fatto che lo stato di salute come motivo per il posticipo della riabilitazione può portare a una nuova valutazione della necessità riabilitativa. Questo può avere come eventuale conseguenza che la riabilitazione venga rifiutata. Bisogna anche considerare se il paziente in quel momento ha capacità lavorativa o meno. In caso di capacità lavorativa è più probabile che il desiderio di posticipo venga assecondata, in caso di incapacità lavorativa è più difficile. Non bisogna mai dimenticare: l'obiettivo di un provvedimento riabilitativo dell'Ente pensionistico tedesco è riportare il paziente al suo posto di lavoro al più presto possibile.

Cosa posso fare se la mia domanda viene rifiutata?

Se la domanda di riabilitazione viene rifiutata, il richiedente ha a disposizione diverse possibilità.

Il ricorso

In caso di rifiuto della domanda è possibile presentare ricorso indicandone le motivazioni. Questo deve essere presentato in forma scritta all'Ente pensionistico tedesco entro un mese. Gli assicurati ricevono supporto per la stesura del ricorso presso i Centri d'informazione e di consulenza dell'Ente pensionistico tedesco, presso i Centri congiunti di servizio per la ria-

bilitazione, presso vari centri di consulenza e intermediazione, associazioni sociali oppure dal medico di famiglia. Nel ricorso l'assicurato deve illustrare in modo il più possibile obiettivo il decorso della malattia, le terapie già svolte e indicare se hanno avuto successo o meno.

Consiglio: indicate le motivazioni del ricorso in modo individuale e completo.

Si dovrebbero riportare anche eventuali problemi psichici legati alle sofferenze fisiche o da esse causati o viceversa. È indispensabile rispettare il termine di un mese per la presentazione del ricorso.

Nel caso in cui all'interessato non sia possibile consegnare delle motivazioni ben formulate entro il termine stabilito, deve consegnare intanto un ricorso in forma semplice, nel quale scriverà che successivamente presenterà delle motivazioni convincenti. Il richiedente, a seconda dello stato di salute, può anche presentarsi di persona presso l'Ente pensionistico tedesco e illustrare la situazione. Inoltre il medico curante può certificare la necessità di riabilitazione redigendo un nuovo referto medico. Comunque in linea di principio l'indicazione delle proprie motivazioni è sufficiente.

Importante: a ogni comunicazione dell'Ente pensionistico tedesco si può rispondere con un ricorso. Nel processo di ricorso si analizza nuovamente se la diagnosi fornita è sufficiente per la partecipazione alla riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco e se si è già usufruito di tutte le offerte ambulatoriali di terapia (ad esempio *psicoterapia*, ginnastica medica). Se il ricorso dell'assicurato viene riconosciuto come legittimo, riceve un cosiddetto *avviso di revisione pregiudiziale*. Con l'avviso di revisione pregiudiziale si dà ragione all'assicurato e la riabilitazione viene consentita. Se il ricorso viene respinto è possibile prendere in considerazione la possibilità di una causa presso il tribunale

sociale. Il processo di revisione e il processo presso il tribunale sociale sono gratuiti per l'assicurato. Se l'assicurato incarica un avvocato di assisterlo, dovrà eventualmente pagare di tasca propria.

Alternative alla riabilitazione medica

Se la domanda viene rifiutata, vale la pena per prima cosa considerare se i disturbi possono essere eliminati con altri provvedimenti. Poiché non sempre la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco è necessaria nel momento della presentazione della domanda.

Ad esempio nell'ambito delle strutture ambulatoriali vengono offerte numerose possibilità come psicoterapia o *fisioterapia*. Ad ogni modo per l'assicurato è consigliabile chiedere al proprio medico curante e informarsi sulle offerte di prevenzione e promozione della salute sia in ambito privato che presso la cassa malattia (ad esempio corsi in palestra, ginnastica per la schiena, consulenza alimentare), ed eventualmente usufruirne.

3. Durante la riabilitazione

Durante la riabilitazione

Dopo l'autorizzazione dell'Ente pensionistico tedesco il fruitore della prestazione riceve un avviso da parte dell'istituto riabilitativo pre-scelto, nel quale si comunica dove e quando la

riabilitazione avrà inizio.

Consiglio: una buona preparazione facilita l'inizio della riabilitazione. Mettetevi in contatto con l'istituto riabilitativo per chiarire gli ultimi dubbi.

Solitamente fra l'autorizzazione alla riabilitazione e l'inizio di essa intercorrono poche settimane.

Una buona preparazione – soprattutto nel caso di riabilitazione in regime residenziale – può facilitare l'inizio della riabi-

lizzazione. Prima di iniziare un provvedimento riabilitativo è consigliabile mettersi in contatto con l'istituto in questione per chiarire eventuali dubbi.

Cose da non dimenticare per la permanenza in un istituto:

- abbigliamento per dentro e fuori (adatto anche al brutto tempo)
- tuta da ginnastica o abbigliamento sportivo
- scarpe da ginnastica
- abbigliamento da bagno (costume da bagno, ciabatte da bagno, accappatoio)
- asciugamani
- eventualmente materiale per fare sport (bastoncini da nordic walking)
- resoconti e referti del medico
- per allergici: libretto delle allergie
- per diabetici: libretto del diabete
- per persone con stimolatore cardiaco: tessera dello stimolatore cardiaco

- eventualmente radiografie
- tessera sanitaria
- medicinali
- ausili sanitari necessari (ad esempio stampelle, apparecchio acustico)
- lista di numeri di telefono importanti
- libri, cd, giochi...

Se il paziente, ad esempio per motivi religiosi, deve attenersi a un preciso codice per l'abbigliamento (come abiti non attillati, burkini) è consigliabile che ne parli con il medico dell'istituto.

I viaggi di andata e di ritorno devono essere organizzati dal paziente stesso o dai suoi familiari. Indicazioni in merito si trovano sull'avviso di autorizzazione dell'Ente pensionistico tedesco. L'Ente pensionistico tedesco si fa carico di tutte le spese per il viaggio in treno in seconda classe e per l'utilizzo dei mezzi pubblici necessari per raggiungere l'istituto riabilitativo e per tornare a casa. Per viaggi in automobile nel 2015 vengono rimborsati 20 centesimi a chilometro, tuttavia per un massimo di 130,- € totali per andata e ritorno in caso di riabilitazione in regime di residenza. Per la riabilitazione ambulatoriale vengono rimborsate le spese nell'ambito del necessario. L'importo dei rimborsi per il viaggio può variare di anno in anno. Informazioni a questo proposito si trovano presso l'Ente pensionistico tedesco. Inoltre molti istituti riabilitativi per cure ambulatoriali offrono servizi di navetta gratuiti. Per quanto riguarda la riabilitazione

Il viaggio di andata e ritorno viene pagato per la maggior parte dall'Ente pensionistico tedesco.

senza degenza il paziente può anche raggiungere l'istituto e tornare a casa con il "taxi dei pazienti", se ha limitazioni motorie. Per la riabilitazione in regime residenziale si possono spedire due valigie per posta. Il rimborso delle spese di viaggio deve essere richiesto all'Ente pensionistico (per viaggi in treno e mezzi pubblici è necessario allegare i biglietti).

Alloggio e vitto

Negli istituti che offrono riabilitazione residenziale i pazienti vengono sistemati in camere singole o con più letti. In questi istituti in genere non è possibile provvedere personalmente ai pasti poiché spesso non ci sono cucine per i pazienti. Alcuni istituti hanno una stanzetta o un angolo con un bollitore per tè e simili.

Nella maggior parte degli istituti non è possibile aver un'alimentazione che risponda alle regole religiose. Tuttavia la maggior parte degli istituti offre un menù vegetariano molto vario. A disposizione dei pazienti vi sono anche dietisti, con i quali è possibile redigere un piano alimentare che tenga conto dei desideri del paziente. Se il paziente rispetta il digiuno

Consiglio:
parlate dei
vostri desideri
in materia di
alimentazione.

durante il Ramadan, nella maggior parte degli istituti è possibile farsi mettere da parte i pasti e riscaldarli la sera. In caso di particolari abitudini alimentari è consigliabile che i pazienti si met-

tano in contatto con l'istituto prima dell'inizio della riabilitazione per chiarire se durante la permanenza tali abitudini alimentari possano essere mantenute. Naturalmente i pazienti hanno la possibilità di informarsi in precedenza sui vari istituti riabilitativi per telefono o tra-

mite internet, in modo da poter indicare nella domanda di riabilitazione l'istituto più adatto.

In linea di principio non è un problema se i famigliari portano del cibo durante le visite. Tuttavia bisogna assolutamente informarne l'istituto. Alimenti facilmente deperibili devono essere conservati in frigorifero. Se non ci sono possibilità di conservazione corretta, si possono portare solo alimenti a lunga conservazione. In particolare pazienti che seguono una dieta o hanno bisogno di alimentazione leggera dovrebbero informarne i loro amici e famigliari. Consumare cibi molto grassi o dolci mentre si affronta un processo di cambiamento dell'alimentazione, può influenzare negativamente la riabilitazione.

Regole di comportamento nell'istituto

Ogni istituto ha diverse regole che vanno rispettate. In linea di principio si può dire che tutto ciò che influisce negativamente sul processo riabilitativo, non è ben visto. In tutti gli istituti è vietato il consumo di alcolici e droghe.

In ogni istituto riabilitativo le giornate hanno una struttura ben definita, che dovrebbe essere rispettata da tutti i pazienti. Ne fanno parte ad esempio gli orari dei pasti, i periodi di riposo, gli orari delle visite e il riposo notturno. I pazienti devono attenersi alle indicazioni dell'istituto riabilitativo e del suo personale.

Il personale della riabilitazione

Oggi sappiamo che la comparsa e la persistenza di malattie croniche dipendono da molti fattori. Oltre ai fattori medici anche i fattori sociali e psichici giocano un ruolo importante. Per questo motivo al giorno d'oggi la riabilitazione medica è un provvedimento che si

Nella riabilitazione medica venite assistiti da diversi gruppi professionali.

compone di tanti elementi come la ginnastica medica, l'allenamento, la formazione, colloqui psicologici di gruppo e consulenza dei servizi sociali. A seconda

del quadro clinico e delle limitazioni ad esso legate, i pazienti entrano in contatto con diversi gruppi professionali.

Il medico si occupa di tutti i trattamenti medici e coordina il processo riabilitativo. Prescrive i medicinali, i provvedimenti terapeutici e gli ausili necessari. Inoltre giudica la capacità di prestazione nella vita lavorativa e parla con l'interessato di come procedere nel periodo successivo alla dimissione dall'istituto.

Psicologi e psicoterapisti offrono fra l'altro consulenza individuale o colloqui di gruppo durante il processo riabilitativo ed eseguono *diagnostica psicologica*.

Operatori sociali, assistenti pedagogici e il servizio sociale offrono supporto e consulenza in ambito sociale (ad esempio consulenza per le questioni domestiche, per le domande in merito alle finanze e per il lavoro).

Fisioterapisti e terapisti del movimento sviluppano programmi di movimento che possono essere svolti sia in palestra che all'aria



aperta. Dipendentemente dal tipo di malattia offrono anche trattamenti individuali appositi.

Gli **ergoterapisti** offrono supporto nell'affrontare la quotidianità e il reinserimento nel lavoro. Offrono anche consulenza sugli ausili ed esercitano in modo mirato con il paziente i compiti che dovrà svolgere nella routine giornaliera sul lavoro.

Gli **infermieri** si occupano delle cure mediche e aiutano i pazienti nello svolgimento delle attività quotidiane. Fra i loro compiti vi è la somministrazione dei medicinali secondo le indicazioni del medico, la cura delle ferite, i provvedimenti per il supporto e il mantenimento della mobilità.

I **dietisti** sviluppano piani alimentari e aiutano nei cambiamenti di abitudini alimentari e nell'impostazione di nuove abitudini alimentari, come alimentazione a basso contenuto di grassi o alimentazione tramite sonda. Inoltre aiutano nell'applicazione pratica dei mutamenti alimentari offrendo corsi di cucina.

Altri gruppi professionali speciali come logopedisti o terapisti del linguaggio aiutano in presenza di disturbi di linguaggio, pronuncia o deglutizione.

Nell'istituto riabilitativo lavora anche il personale addetto alle pulizie e quello addetto alla cucina.

Lo svolgimento della riabilitazione

All'inizio della riabilitazione a ogni paziente vengono poste molte domande sui suoi problemi nel cosiddetto colloquio di accettazione.

Consiglio: rispondete con sincerità alle domande del medico al fine di ricevere la terapia migliore e più adeguata.

Anche i referti già presenti vengono osservati e se ne parla con il paziente. Dopo il colloquio seguono solitamente alcune visite mediche. A seconda del tipo di patologia può essere necessario che il colloquio e le visite vengano svolti

anche da altri membri del team riabilitativo come psicologi e assistenti pedagogici. È importante rispondere con sincerità a tutte le domande. Solo così il medico e il personale addetto alla riabilitazione possono farsi un'idea dello stato di salute e dei possibili fattori che lo influenzano. Naturalmente si possono porre domande in ogni momento. Sulla base di queste prime visite e dei colloqui si fissano insieme al paziente gli obiettivi della riabilitazione e un apposito piano terapeutico.

Le terapie spaziano dai programmi sportivi e di movimento alle tecniche di rilassamento, fino alla consulenza alimentare. Ecco alcuni esempi:

- Ergoterapia e terapia del lavoro (come *allenamento funzionale*, *training per la postazione di lavoro*, *allenamento per ausili sanitari*) *fisioterapia*, terapia sportiva e terapia del movimento (ad esempio ginnastica medica, ginnastica acquatica, ginnastica per la schiena, allenamento muscolare e agli attrezzi, nordic walking)
- Offerte di consulenza del servizio sociale (come consulenza di diritto sociale, consulenza lavorativa)
- colloqui psicologici di gruppo e individuali
- attività di rilassamento
- attività creative (ballo, teatro, lavori manuali, terapia musicale)
- massaggi, bagni, impacchi
- attività particolari (come terapia del linguaggio, terapia della pronuncia, consulenza alimentare)
- informazioni sui fattori di rischio per la salute (ad esempio sovrappeso, fumo, consumo di alcolici)

Nessuno può essere costretto a partecipare a un'attività terapeutica. Ad ogni modo bisogna ricordare che il paziente durante la riabilitazione è tenuto a collaborare di modo che la riabilitazione possa concludersi con successo.

Questo significa anche che determinate terapie non possono essere cancellate o cambiate. Per questo se il paziente rifiuta particolari terapie per motivi religiosi o

Parlate con il medico delle terapie che non desiderate fare e delle possibili alternative.

ideologici deve parlarne con il medico o il terapeuta interessato. Eventualmente ci può essere un'alternativa per sfruttare in modo costruttivo il tempo che sarebbe stato dedicato alla terapia. Tuttavia è sempre consigliabile partecipare

a tutte le terapie e attività previste di modo che lo stato di salute migliori al più presto. In particolare nella riabilitazione per la cura di una malattia psicosomatica al paziente deve essere chiaro fin dall'inizio che ci sono anche colloqui di gruppo e terapie motorie di gruppo (anche con persone dell'altro sesso). La pratica del lavoro in gruppo è molto utile, per questo il paziente deve essere pronto a partecipare a queste terapie di gruppo.

Nel corso della riabilitazione ha luogo una seconda visita medica volta a controllare i progressi dello stato di salute ed eventualmente a dare avvio ad altre attività e terapie, o a stabilire la necessità di un prolungamento della riabilitazione. Alla fine della riabilitazione ha luogo un colloquio di consulenza con il medico, il quale fornisce informazioni su possibili offerte di *assistenza post-riabilitazione* e di *sport riabilitativo*. Il protocollo di dimissione viene spedito all'Ente pensionistico tedesco e, su richiesta del paziente, anche al medico di famiglia.

L'organizzazione della giornata

Ogni giorno si hanno da quattro a sei ore di terapia. Nelle ore serali e il fine settimana in genere non ci sono terapie.

Nei centri per la riabilitazione ambulatoriale solitamente i pazienti ricevono il pranzo. In genere anche qui sono a disposizione stanze apposite per rilassarsi da sfruttare nei momenti in cui non si hanno terapie.

Nella riabilitazione in regime residenziale i pazienti alloggiano nell'istituto e ricevono il vitto per tutta la giornata. Nel tempo che rimane libero la maggior parte degli istituti offre altre attività come letture, serate di ballo o gite. I pazienti interessati alle attività possono informarsi direttamente sul posto in merito a eventuali costi e presupposti per la partecipazione.

Possibilità di preghiera

A seconda dell'istituto ci sono stanze apposite dedicate al silenzio e alla preghiera. Naturalmente il paziente può utilizzare anche la propria stanza per pregare. Per informazioni si può telefonare o consultare internet. Già alla presentazione della domanda si può indicare l'istituto che si preferisce.

Regole per le visite e gli accompagnatori

Parenti e amici dovrebbero venire solo negli orari in cui non si hanno terapie per non influenzare negativamente la riabilitazione. I pazienti ricevono informazioni sugli orari per le visite all'interno dell'istituto presso la reception o sul sito internet. Negli istituti riabilitativi per malattie psicosomatiche è possibile che il paziente all'inizio e durante la terapia non possa ricevere visite. In questi casi è importante informarsi per tempo.

Consiglio: parlate col personale dell'istituto riabilitativo per sapere quando potete ricevere visite.

Se necessario dal punto di vista medico o terapeutico, in singoli casi è possibile che il partner o la partner prenda parte alla riabilitazione insieme al paziente. Delle spese di vitto e alloggio e anche dell'eventuale perdita di reddito si fa carico l'Ente pensionistico. Tuttavia questo viene finanziato solo se il provvedimento non può essere svolto nel luogo di residenza del paziente. In alcuni istituti può tuttavia venire un accompagnatore anche nel caso in cui non sia necessario dal punto di vista medico. Per questo bisogna rivolgersi direttamente all'istituto interessato. Le spese sono a carico dell'accompagnatore.

Se il paziente è un bambino sotto gli otto anni, può essere accompagnato da un genitore o da un'altra persona. I bambini più grandi possono essere accompagnati se necessario dal punto di vista medico. L'Ente pensionistico si fa carico delle spese: spese di viaggio, vitto e alloggio. Fino al 15° compleanno il bambino può essere accompagnato durante il viaggio di andata e ritorno. Gli accompagnatori che lavorano possono prendere un giorno di ferie non pagato. Su richiesta l'Ente pensionistico rimborsa l'importo perso.



Difficoltà di comprensione a causa di scarse conoscenze di tedesco

Nel caso in cui non sia possibile capirsi, durante una visita medica o durante il colloquio di accettazione può essere richiesta la presenza di un interprete per iniziativa del medico. Ciò viene finanziato dall'Ente pensionistico tedesco. Questo vale solo per il colloquio medico di accettazione.

È possibile che un interprete sia presente durante il colloquio medico di accettazione.

Per le ulteriori attività riabilitative il paziente non ha diritto a un interprete, a meno che non ne paghi lui l'onorario e l'alloggio. Le scarse conoscenze di tedesco possono essere indicate nella domanda di riabilitazione per influire sulla scelta dell'istituto riabilitativo. Si consiglia anche di informarsi sugli istituti riabilitativi con personale di madrelingua prima di inviare la domanda, al fine di indicare l'istituto più adatto.

Offerte particolari per migranti

In alcuni istituti riabilitativi sono state organizzate offerte particolari per migranti. I pazienti vi ricevono le stesse terapie e la stessa assistenza che si hanno negli altri istituti; la differenza sta nel fatto che si può tener conto in modo particolare delle loro necessità culturali e religiose, e che i problemi linguistici possono essere superati con l'aiuto di interpreti. Fra le offerte vi sono stazioni separate per persone di sesso diverso, stanze per la preghiera, servizio di navetta per la preghiera in moschea o il trattamento terapeutico da parte di personale dello stesso sesso. Tuttavia bisogna considerare che non tutti gli istituti riabilitativi hanno tali offerte e che non si può venire incontro alle necessità e ai desideri specifici di ogni cultura

e religione. Inoltre si deve tener conto del fatto che un istituto riabilitativo con offerte particolari per migranti può, a seconda della malattia, non essere la scelta migliore. Un istituto specializzato nella riabilitazione per la malattia da cui si è affetti può, in certi casi, offrire un trattamento molto migliore, anche se non ha particolari offerte per migranti.

Consiglio: scegliete l'istituto che offre la migliore cura per la vostra malattia.

Obbligo di collaborazione e interruzione della riabilitazione

Perché la riabilitazione medica abbia successo la collaborazione del paziente è decisiva. Si parla addirittura di un *obbligo di collaborazione*. I pazienti dovrebbero attenersi a tutto quanto stabilito relativamente alle terapie, prendere parte alle attività e trasporre le nuove esperienze e le cose imparate nella vita quotidiana. Tutto il personale riabilitativo vi supporta in questo. Se un paziente non rispetta il suo dovere di collaborazione, mettendo così in pericolo il successo della riabilitazione, l'Ente

I pazienti hanno il dovere di collaborare attivamente nella riabilitazione.

pensionistico tedesco può diminuire o addirittura eliminare prestazioni sociali. Tuttavia questo accade solo in casi eccezionali e non è auspicato. Se il paziente riceve l'indennità di malattia e la cassa

malattia l'ha obbligato a sottoporsi alla riabilitazione, è anche possibile che venga decurtata l'indennità.

Ci sono molti motivi per cui un paziente può desiderare di interrompere la riabilitazione. Tuttavia la decisione di interrompere la riabilitazione deve essere preceduta da riflessioni

approfondite. Poiché l'obiettivo della riabilitazione è quello di migliorare lo stato di salute e di benessere del paziente. In caso di interruzione precoce della riabilitazione è possibile che gli obiettivi riabilitativi non vengano raggiunti. Se l'interruzione della riabilitazione è inevitabile, il paziente deve parlarne con il medico che lo segue nel centro riabilitativo. Questo redige un documento che certifica l'assenza di motivi che contrastino l'interruzione. Se questo certificato non viene fatto, è possibile che vengano ridotte prestazioni sociali come l'indennità di malattia. Il paziente, dopo aver lasciato l'istituto riabilitativo, dovrebbe rivolgersi all'Ente pensionistico tedesco per esporre le motivazioni dell'interruzione.

Se l'interessato riceve l'indennità transitoria dell'Ente pensionistico, dovrà restituire la parte relativa al periodo di riabilitazione rimasto. Tuttavia il paziente non deve pagare di tasca propria tutta la riabilitazione nel caso in cui la interrompa.

Bisogna essere coscienti del fatto che l'interruzione della riabilitazione può influenzare altre future domande di riabilitazione. In particolare si controlla quali siano state le motivazioni che hanno indotto all'interruzione della riabilitazione.

4. Dopo la riabilitazione

Dopo una riabilitazione medica di successo i provvedimenti descritti qui di seguito possono essere, a seconda della necessità individuale, consigliati, adottati e/o avviati.

Sport riabilitativo, allenamento funzionale, assistenza post-riabilitazione

Per rafforzare il successo della riabilitazione e applicare quanto imparato alla vita quotidiana è possibile, subito dopo la riabilitazione medica, partecipare a sport riabilitativo, allenamento funzionale o a un programma di assistenza post-riabilitazione dell'Ente pensionistico tedesco. Se questo sia necessario, lo decide il medico dell'istituto riabilitativo. Prepara una prescrizione medica e informa il paziente nel colloquio finale. L'importante è che le attività devono iniziare, dipendentemente dal tipo, fra sei settimane e tre mesi dopo la conclusione della riabilitazione, altrimenti decade la prescrizione medica. L'indicazione esatta del termine di scadenza si trova sul foglio informativo che viene consegnato insieme alla prescrizione.

Sport riabilitativo e allenamento funzionale
Nell'ambito dello sport riabilitativo e dell'allenamento funzionale vengono eseguiti esercizi motori di tipo terapeutico, in gruppo e sotto la guida di un professionista. Solitamente lo sport riabilitativo, o l'allenamento funzionale, dura sei mesi. Viene offerto nelle vicinanze del luogo

di residenza di modo che il partecipante abbia la possibilità di riprendere il lavoro. Lo sport riabilitativo si pratica dopo malattie dell'apparato motorio, malattie cardio-circolatorie e particolari tipi di cancro e malattie delle vie aeree. Per persone con malattie dell'apparato cardio-circolatorio ci sono anche degli speciali "gruppi del cuore". L'allenamento funzionale – in genere ginnastica (acquatica) – invece si predilige per malattie reumatiche.

Programmi post-riabilitazione

Nei programmi post-riabilitazione le attività terapeutiche di movimento vengono integrate da corsi di formazione e consulenza. L'obiettivo è migliorare ancora, anche dopo la riabilitazione, le capacità del paziente che hanno subito limitazioni. Si vogliono stimolare ulteriormente le sue capacità personali e sociali, e consolidare i cambiamenti dello stile di vita decisi e iniziati nella riabilitazione. Questi programmi post-riabilitazione hanno una struttura ben definita, si svolgono in gruppo e parallelamente all'attività lavorativa. Il numero di incontri e di attività svolte varia a seconda dei programmi.

Reinserimento professionale

Dopo un prolungato periodo di incapacità lavorativa è spesso difficile tornare al proprio lavoro. L'attività lavorativa deve essere ripresa in modo differenziato.

Se il dipendente nell'arco di un anno è stato malato più di sei settimane, di seguito o con interruzioni, si parla di incapacità lavorativa e il

Consiglio: parlate col vostro datore di lavoro di come riprendere l'attività lavorativa.

datore di lavoro è obbligato a offrirgli la cosiddetta gestione aziendale dell'inserimento (BEM). Il dipendente sceglie se prendervi parte. Nell'ambito di un colloquio per l'inserimento aziendale il datore di lavoro elabora insieme al dipendente e – previo consenso del dipendente – insieme ad altro personale specializzato (ad esempio consiglio aziendale o del personale, rappresentanza degli invalidi gravi, medico aziendale o di fabbrica, personale dei Centri congiunti di servizio per la riabilitazione, ufficio per l'integrazione) i provvedimenti col cui aiuto il dipendente può essere nuovamente occupato all'interno dell'azienda. Questi provvedimenti possono essere la riduzione dell'orario di lavoro settimanale oppure il reinserimento graduale. In quest'ultimo caso il dipendente inizialmente rimane per poche ore in azienda, aumentando il numero gradualmente.

Se non è più possibile riprendere l'attività svolta precedentemente, il dipendente può eventualmente cambiare posto di lavoro all'interno dell'azienda.

Riabilitazione professionale

Se il reinserimento nel posto di lavoro precedente non può essere raggiunto con la riabilitazione medica, l'Ente pensionistico tedesco, in presenza di determinati presupposti, offre ai propri assicurati prestazioni per la riabilitazione professionale. Anche queste hanno lo scopo di evitare la limitazione della capacità lavorativa e se ne può fruire senza aver prima fatto la riabilitazione medica o dopo di essa.

Fra le prestazioni della riabilitazione professionale vi sono:

- Adeguamento del posto di lavoro (ad esempio rampe, tavoli e sedie regolabili in altezza, monitor speciali)
- Assistenza lavorativa per un periodo di tre anni (l'assistenza lavorativa offre supporto sul posto di lavoro, ad esempio accompagnamento del dipendente, lettura o scrittura di testi per lui)
- Formazione e aggiornamento professionale o riqualificazione professionale
- Sovvenzioni per l'avvio di un'attività in proprio
- Adeguamento dei locali abitativi, se grazie ad esso si può ottenere un ambiente di lavoro senza barriere architettoniche
- Patente di guida
- Sovvenzioni per l'adeguamento dell'automobile alla disabilità
- Spostamenti con mezzi pubblici o servizi di trasporto

In caso di disabilità molto accentuata vi è la possibilità di lavorare in un'*officina per disabili*

Gruppi di autoaiuto, associazioni

Anche gruppi di autoaiuto e associazioni possono offrire un sostegno prezioso. Aiutano i pazienti e/o i loro congiunti nel superamento della malattia e sono a disposizione per domande e richieste. Vi sono anche incontri fra persone colpite per scambiarsi esperienze. I nuovi pazienti possono trarre profitto dalle esperienze degli altri. In Germania ci sono fra 70.000 e 100.000 gruppi di autoaiuto. La maggior parte delle città offre centri per la consulenza e il contatto in merito all'autoaiuto.

Esempi di casi di riabilitazione

Per illustrare come e a quali condizioni gli assicurati possono ricevere le prestazioni della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco, e come si può svolgere la riabilitazione, si presentano qui di seguito alcuni esempi inventati.

Accesso alla riabilitazione medica attraverso il Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK servizio medico delle casse malattia)

Il signor K. (52 anni, russo) ha avuto un ictus. All'inizio la parte destra del suo corpo è completamente paralizzata. Durante la permanenza in ospedale impara nuovamente a usare il braccio per le attività quotidiane, tuttavia non riesce a muovere la gamba come prima. Nella clinica l'assistente sociale gli propone un trattamento terapeutico post-operatorio di tre settimane subito dopo la permanenza in ospedale. Tuttavia il signor K. rifiuta poiché dopo diverse settimane di degenza in ospedale desidera tornare a casa, nell'ambiente a cui è abituato.

Alcune settimane dopo – l'incapacità lavorativa del signor K. sussiste già da oltre sei settimane – il signor K. riceve una telefonata dal Servizio medico delle casse malattia (MDK). L'impiegata gli consiglia di fare domanda per la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco. Altrimenti la sua indennità di malattia può essere decurtata. Il signor K. inizialmente è scioccato. Tuttavia già da alcune settimane è preoccupato per la sua gamba e per il suo futuro professionale. Per lui è molto importante lavorare e mantenere la propria famiglia autonomamente.

Quindi decide di presentare domanda per la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco. Per questo si rivolge alla propria cassa malattia. L'impiegata gli spiega tutto e gli offre di inoltrare la domanda all'Ente pensionistico tedesco. Successivamente il signor K. consegna anche il referto del suo medico.

Il consenso arriva tre settimane più tardi. Giunto nell'istituto riabilitativo per prima cosa viene controllato il suo stato di salute. Poiché la sua pressione sanguigna dopo l'ictus è sempre troppo alta, il medico discute con lui la modifica del dosaggio dei medicinali per la pressione, in modo da prevenire un nuovo ictus. Inoltre fa fisioterapia ed ergoterapia per poter di nuovo camminare, allenare i muscoli e imparare nuovamente ed eseguire i movimenti quotidiani. Fra le altre attività vi sono rilassamento, formazione alimentare e attività motorie in gruppo.

La riabilitazione è stata un ottimo aiuto per il signor K. Adesso si sente sicuro a camminare e crede di poter migliorare ancora le sue capacità motorie esercitandosi regolarmente. Il medico gli ha consigliato di continuare la fisioterapia e di fare sport riabilitativo nel suo luogo di residenza, e gli ha preparato una prescrizione medica.

Al momento il signor K. non ha ancora ripreso l'attività lavorativa precedente. Tuttavia ha già preso contatto con il datore di lavoro per informarsi sulle possibilità di riprendere il lavoro in azienda. Il datore di lavoro gli ha assicurato che dopo il suo ritorno in azienda avranno un colloquio nel quale cercheranno insieme una soluzione.

Accesso alla riabilitazione medica tramite il medico di famiglia

Il signor O. (56 anni, turco) è stato operato al cuore. A casa il signor O. viene seguito assiduamente dal proprio medico di famiglia. Poiché dopo un intervento così grosso è necessario aumentare gradatamente il carico di sforzo, il medico di famiglia del signor O. gli propone di fare domanda per la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco. Il signor O. si sente piuttosto insicuro all'idea, poiché da quando è arrivato in Germania, oltre 20 anni fa, non ha mai fatto una cosa del genere. Per questo si rivolge a sua figlia, che spesso lo aiuta in situazioni problematiche. Lei gli procura un modulo per la domanda presso l'istituzione regionale dell'Ente pensionistico tedesco, dove viene a sapere che suo padre per riempire il modulo può ricevere aiuto, telefonicamente o di persona, presso i Centri di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco. Il giorno seguente va con suo padre al centro di consulenza. L'impiegato spiega il modulo e lo riempie insieme al signor O. Con il modulo riempito il signor O. si reca nuovamente dal medico di famiglia il quale scrive il referto medico. La figlia consegna la domanda completa al centro regionale dell'Ente pensionistico tedesco.

Dopo alcune settimane di attesa il signor O. arriva in un centro riabilitativo specializzato in malattie del cuore e dei vasi sanguinei. Inizialmente il signor O. viene visitato e parla col suo medico del programma della riabilitazione.

Il signor O. prima dell'inizio della riabilitazione era piuttosto preoccupato: come sarà? Si sentirà a suo agio? E soprattutto, potrà pregare regolarmente? Per il signor O. la religione è molto importante. Nel reparto ospedaliero chiede a un infermiere se c'è una stanza adibita

alla preghiera. Purtroppo l'infermiere deve rispondere che non c'è. Tuttavia il signor O. può pregare nella sua stanza ogni volta che lo desidera.

L'istituto riabilitativo offre al signor O. molte possibilità. Poiché è un fumatore accanito, per prima cosa partecipa a un corso per smettere di fumare. Grazie al cambiamento delle abitudini alimentari e a dei corsi di cucina riuscirà col tempo a ridurre il suo peso corporeo passando dal sovrappeso al peso normale. In un corso speciale per la gestione dello stress il signor O. impara a gestire meglio lo stress sul lavoro. Inoltre nel periodo della riabilitazione il signor O. fa molto sport e partecipa a terapie motorie.

Nel complesso dopo la riabilitazione lo stato di salute del sig. O. è molto migliorato ed è di nuovo in grado di affrontare la quotidianità sia sul lavoro che nella vita privata. Per dodici mesi il signor O. partecipa al programma post-riabilitazione dell'Ente pensionistico tedesco nella sua città di residenza.

Accesso alla riabilitazione medica attraverso la Arbeitsagentur (Centro per l'impiego)

La signora P. (47 anni kazaka) ha lavorato volentieri come assistente agli anziani. Tuttavia soffre già da anni di forti dolori alla schiena. La signora P. a causa dei numerosi periodi di incapacità lavorativa ha addirittura perso il lavoro. Il fatto di essere disoccupata le pesa molto. I tentativi di trovare un nuovo lavoro non hanno avuto successo. Allo stesso tempo la signora P. è cosciente del fatto di non riuscire più a sopportare lo sforzo fisico richiesto dalla sua professione di assistente agli anziani. Di questo parla con il suo consulente del lavoro presso il Centro per l'impiego, dove deve presentarsi regolarmente. Lui la informa della possibilità di fruire della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco. La signora P. non ne aveva mai sentito parlare prima. Dove può ricevere maggiori informazioni? Il consulente del lavoro le dà l'indirizzo di un Centro congiunto di servizio per la riabilitazione nelle vicinanze. La signora P. si reca nel centro pur essendo un po' insicura. Tuttavia le sue preoccupazioni si rivelano infondate. Il consulente della riabilitazione le dedica molto tempo e risponde a tutte le sue domande. Infine riempiono la domanda per la riabilitazione medica. La signora P. successivamente invia anche il referto medico redatto dal suo medico curante sulla necessità di un provvedimento riabilitativo.

Cinque settimane più tardi la signora P. riceve il consenso dell'Ente pensionistico tedesco per l'inizio della riabilitazione. Trattandosi di riabilitazione ambulatoriale, la signora P. si reca alle terapie con l'autobus. Nell'istituto, dopo un approfondito colloquio con il medico, iniziano le terapie: ginnastica per la schiena, per evitare sforzi mal distribuiti sulla colonna vertebrale, allenamento medico per rinforzare i muscoli e

umentare la resistenza, fisioterapia per lenire il dolore e migliorare l'agilità. Inoltre assiste a presentazioni sul tema dell'alimentazione sana e partecipa a attività di rilassamento. Per il periodo successivo alla riabilitazione la signora P. riceve un calendario per gli allenamenti in modo da rinforzare la schiena e mantenere la mobilità.

La riabilitazione ha aiutato molto la signora P. Tuttavia non è sicura di poter continuare a esercitare la professione di assistente agli anziani a causa dei problemi di salute. La terapeuta del centro riabilitativo l'ha informata del fatto eventualmente può fare la riabilitazione professionale. La signora P. ha deciso di farsi dare al più presto altre informazioni presso il Centro congiunto di servizio per la riabilitazione.

Accesso alla riabilitazione medica su propria iniziativa

La signora S. (36 anni, italiana) vive da undici anni in Germania. Lavora a tempo pieno in un grande negozio e la sera si occupa dei suoi tre figli e delle faccende domestiche. Da circa otto anni la signora S. soffre di forti dolori allo stomaco. Negli ultimi anni è stata da innumerevoli medici, ma nonostante tutte le analisi non è stato possibile trovare la causa dei dolori. Infine pochi mesi fa il medico di famiglia ha diagnosticato che la signora P. soffre di disturbi psicosomatici. Di conseguenza la signora P. ha iniziato una cura, tuttavia i disturbi non sono diminuiti.

Sia sul lavoro che nella vita privata la signora S. ha la sensazione di non riuscire più ad affrontare le attività quotidiane. La sua migliore amica non ce la fa più a vederla soffrire in questo modo. Fa una ricerca su internet per scoprire cos'altro si può fare in questi casi.

All'interno di un forum viene a conoscenza della riabilitazione medica e scopre che viene offerta anche per malattie psicosomatiche. Chiama subito la signora S. e le propone di cercare insieme altre informazioni sul sito internet dell'Ente pensionistico tedesco. Sebbene la signora S. abbia dei dubbi, si lascia convincere dalle parole dell'amica a fare domanda per la riabilitazione medica. Per prima cosa prende appuntamento con il medico di famiglia, il quale le prepara un referto medico adeguato, poi riempie il modulo per la domanda e lo invia all'Ente pensionistico tedesco.

Inizialmente la richiesta viene respinta con la motivazione che le possibilità di terapia sul posto non sono state sfruttate completamente. La signora S. ha la sensazione di non avere la forza di lottare anche per ottenere la riabilitazione medica, oltre a tutti gli altri obblighi a cui deve adempiere. Ma anche questa volta la sua amica non la abbandona: chiama l'Ente pensionistico tedesco e scopre che ad ogni rifiuto si può reagire con un ricorso. Quindi prende l'iniziativa e insieme alla signora S. scrive le motivazioni per cui la riabilitazione medica in questo caso è necessaria. La signora S. consegna le motivazioni all'Ente pensionistico tedesco insieme al nuovo referto del medico curante. Dopo poco tempo la signora S. riceve il consenso per una riabilitazione medica in regime residenziale della durata di cinque settimane.

La signora S. si trova molto bene nel centro riabilitativo. Prende parte a molte attività per il miglioramento del suo stato di salute, come terapia della respirazione, esercizi di rilassamento e terapia del movimento. Nei colloqui di gruppo e nei colloqui psicoterapeutici individuali impara a gestire il dolore e comprende il ruolo che questo svolge nella sua vita quotidiana.



Le manca molto la sua famiglia e per questo è contenta che suo marito e i figli la vengano a trovare un fine settimana.

Quando viene dimessa la signora S. si sente molto meglio. Ha imparato come affrontare la vita quotidiana nonostante il dolore. È felice di riprendere il proprio lavoro.

Domande generiche:

1. Quando si ha diritto alla riabilitazione medica?

Ha diritto alla riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco chi soffre di una malattia cronica che influisce sulla sua capacità lavorativa e al contempo presenta i requisiti di diritto assicurativo, personali e di permesso di soggiorno. Questo vale anche nel caso in cui si riceva un trattamento terapeutico post-operatorio subito dopo la permanenza in ospedale. Oltre a queste due prestazioni riabilitative hanno diritto alla riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco anche gli assicurati e i pensionati, e anche i loro familiari, affetti da cancro, e i bambini e gli adolescenti con malattie croniche. Nel caso in cui sia necessaria una terapia di disassuefazione per persone affette da dipendenza (ad esempio da alcolici, droghe o medicinali) anche questa viene finanziata dall'Ente pensionistico tedesco come riabilitazione medica.

2. A chi bisogna rivolgersi?

Innanzitutto al proprio medico (anche medico aziendale o di fabbrica), all'Ente pensionistico tedesco federale, alle istituzioni regionali dell'Ente pensionistico tedesco, all'assicurazione sanitaria pubblica, ai Centri congiunti di servizio per la riabilitazione e ai Centri d'informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco. Chi crede di aver bisogno di riabilitazione, può rivolgersi a questi centri. Maggiori informazioni si trovano nella lista degli indirizzi.

3. Si deve fare la riabilitazione anche se non si vuole?

Sì e no. Se il medico consiglia una riabilitazione medica, non si deve obbligatoriamente fare richiesta. Tuttavia chi percepisce l'indennità di malattia può essere invitato dalla cassa malattia a presentare domanda di riabilitazione. Se non si fa è possibile che l'indennità di malattia venga decurtata.

Anche il Centro per l'impiego può richiedere che venga fatta domanda di riabilitazione.

4. È più indicata la riabilitazione ambulatoriale o quella in regime residenziale?

Questo dipende da una parte dai desideri e dalle idee del paziente, dall'altra dall'esito che ci si aspetta dalla riabilitazione. Ad esempio ci sono istituti riabilitativi specializzati in malattie rare che offrono solo riabilitazione in regime residenziale.

Domanda e ricorso:

5. La domanda di riabilitazione può essere respinta perché il paziente ha bimbi piccoli o famigliari bisognosi di assistenza?

Non sussiste alcun collegamento fra la domanda o la necessità di riabilitazione del paziente e la sua situazione famigliare. Chi ha bambini che hanno bisogno di assistenza e dei quali nessuno può occuparsi durante la riabilitazione, può fare richiesta di aiuto finanziario per una collaboratrice domestica e/o assistenza ai bambini presso l'Ente pensionistico tedesco. Se se ne hanno i requisiti, le spese vengono sostenute dall'Ente pensionistico tedesco.

6. Il modulo per la domanda esiste anche in altre lingue oltre al tedesco?

No. Il modulo per la domanda esiste solo in tedesco.

7. Si può avere aiuto nella compilazione della domanda?

Il personale dell'Ente pensionistico tedesco federale, delle istituzioni regionali dell'Ente pensionistico tedesco, dei Centri congiunti di servizio per la riabilitazione, dei Centri di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco e delle casse malattia pubbliche offre aiuto in caso si domandi. Altrimenti ci si può rivolgere al proprio medico.

8. È possibile che la domanda venga respinta se è stata compilata in modo errato?

Se sono state inserite informazioni errate o sono state omesse informazioni necessarie, in modo evidente e/o volontario, con tutta probabilità la domanda viene respinta. Tuttavia, se si fanno degli errori inconsapevolmente o non si allegano tutti i documenti richiesti, si viene invitati a consegnare quanto manca o a chiarire i punti controversi.

9. Cosa si può fare se la domanda viene respinta?

Innanzitutto si può fare ricorso, d'altra parte – nel caso in cui la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco non sia necessaria dal punto di vista medico nel momento della presentazione della domanda – ci si può informare (anche presso la propria cassa malattia) sulle offerte di prevenzione e promozione della salute nelle proprie vicinanze e sfruttarle.

10. Si può fare ricorso contro il luogo della riabilitazione?

Sì, tuttavia non è certo che si possa fare la riabilitazione nel luogo desiderato.

Reddito e spese:

11. Chi si fa carico delle spese della riabilitazione?

Se si riceve la riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco, è questo a sostenerne le spese. Se la riabilitazione medica ha luogo in un istituto in regime residenziale, l'assicurato deve pagare 10 € al giorno, tuttavia solo per un massimo di 42 giorni l'anno (si considerano anche i giorni di degenza in ospedale). A seconda del reddito questo importo può essere ridotto o annullato. Coloro che percepiscono l'indennità transitoria sono esenti dal pagamento. La riabilitazione ambulatoriale è completamente esente da pagamenti aggiuntivi.

12. Durante la riabilitazione si continua a percepire lo stipendio?

Per il periodo di permanenza nella struttura riabilitativa (come in caso di malattia) lo stipendio continua a essere pagato dal datore di lavoro per un massimo di sei settimane. Dopo queste sei settimane è possibile far richiesta di indennità transitoria presso l'Ente pensionistico tedesco per la durata della riabilitazione.

13. Si può diventare disoccupati a causa della riabilitazione?

Non si può diventare disoccupati solo perché ci si avvale della riabilitazione medica. Normalmente i datori di lavoro la apprezzano poiché preserva il lavoratore dal prepensionamento e dall'incapacità lavorativa. Questo è un aspetto positivo per il datore di lavoro. Tuttavia se il contratto di lavoro scade durante il periodo di permanenza nel centro riabilitativo, è possibile che non venga rinnovato.

14. La riabilitazione influisce sulla futura pensione?

La riabilitazione medica non influisce sulla futura pensione. Tuttavia nel caso in cui si vogliano riscuotere i premi pagati all'assicurazione pensionistica in una volta sola, e si risponda ai requisiti per farlo, bisogna tener presente quanto segue: chi ha già fruito di prestazioni dell'Ente pensionistico tedesco (ad esempio la riabilitazione medica) può riscuotere solo i contributi pagati successivamente.

Attività e istituti:

15. Si può scegliere in quale luogo fare la riabilitazione?

L'assicurato ha diritto di desiderio e di scelta. Ciò significa che al momento di fare domanda può indicare le sue preferenze riguardo all'istituto riabilitativo. L'istituzione pensionistica considererà le indicazioni e le motivazioni dell'assicurato e, se possibile, le asseconderà.

16. Ci si deve occupare personalmente dei viaggi di andata a di ritorno?

Sì. Nell'avviso che ricevete è indicato dove e quando inizierà la riabilitazione. L'Ente pensionistico tedesco copre le spese per i viaggi in treno in seconda classe e per i mezzi pubblici. Chi viaggia in macchina riceve un rimborso di 20 centesimi per chilometro percorso sia per l'andata che per il ritorno, tuttavia solo fino a un massimo di 130,00 € per la riabilitazione in regime residenziale. In caso di riabilitazione ambulatoriale le spese di viaggio vengono rimborsate nell'ambito del necessario. Informazioni a proposito si ricevono presso l'ente pensionistico tedesco.

17. Ci sono offerte riabilitative specifiche per migranti?

Sì. In alcuni istituti ci sono offerte specifiche per migranti. Per informazioni a riguardo ci si può rivolgere all'Ente pensionistico tedesco federale, alle istituzioni regionali dell'Ente pensionistico tedesco, ai Centri congiunti di servizio per la riabilitazione, ai Centri d'informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco e all'assicurazione sanitaria pubblica. Inoltre è possibile informarsi direttamente presso i centri riabilitativi, chiedendo se hanno offerte specifiche per migranti.

18. Ci sono interpreti a disposizione del paziente?

Per il colloquio medico di accettazione nell'istituto riabilitativo, nel quale ad esempio si definisce il programma riabilitativo insieme al medico, è possibile, su richiesta del medico, avere a disposizione un interprete. Per i trattamenti successivi non è previsto.

19. Si deve partecipare a tutte le attività terapeutiche anche se non si vuole?

Se non si desidera non si deve partecipare a tutte le attività terapeutiche previste. In questo caso è possibile parlare con il medico di attività alternative. Tuttavia in linea di principio il paziente è tenuto a collaborare al raggiungimento dell'obiettivo riabilitativo. Bisogna anche tener presente che determinate terapie non possono essere cancellate o sostituite.

20. È possibile pregare nell'istituto riabilitativo?

Sì. In molti istituti ci sono stanze apposite per la preghiera e il silenzio. Altrimenti naturalmente è possibile pregare nella propria stanza.

21. Ci si deve attenere a precise prescrizioni alimentari?

Questo dipende dal motivo per cui si fa la riabilitazione. Chi ad esempio soffre di diabete, si deve attenere a particolari regole alimentari per non mettere in pericolo il successo della riabilitazione. Per altre malattie non deve obbligatoriamente essere così.

Famiglia e faccende domestiche:

22. Chi si occupa della famiglia del paziente durante la riabilitazione in regime residenziale?

In caso di necessità, su richiesta e in presenza di particolari presupposti l'Ente pensionistico tedesco finanzia un aiuto per le faccende domestiche e/o l'assistenza ai bambini per la famiglia del paziente.

23. È possibile portare il proprio partner?

Nella maggior parte dei casi no, a meno che il paziente non abbia bisogno di una persona che lo assista, ad esempio in caso di disabilità. Tuttavia il partner può eventualmente partecipare a proprie spese.

Istituzioni, centri e contatti

Istituzioni nazionali e regionali dell'Ente pensionistico tedesco

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.: 0234/304 0 · Fax: 0234/30466050
E-Mail: zentrale@kbs.de

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg

Gartenstraße 105 · 76135 Karlsruhe
Tel.: 0721/825 0 · Fax: 0721/825 21229
E-Mail: post@drv-bw.de

Deutsche Rentenversicherung Bayern Süd

Am Alten Viehmarkt 2 · 84028 Landshut
Tel.: 0871/81 0 · Fax: 0871/81 2140
E-Mail: service@drv-bayernsued.de

Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg

Bertha-von-Suttner-Straße 1
15236 Frankfurt (Oder)
Tel.: 0335/551 0 · Fax: 0335/551 1295
E-Mail: post@drv-berlin-brandenburg.de

Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover

Lange Weihe 2 · 30880 Laatzen
Tel.: 0511/829 0 · Fax: 0511/829 2635
E-Mail: info@drv-bsh.de

Deutsche Rentenversicherung Hessen

Städelstraße 28 · 60596 Frankfurt/Main
Tel.: 069/6052 0 · Fax: 069/6052 1600
E-Mail: kundenservice-in-hessen@drv-hessen.de

Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland

Georg-Schumann-Straße 146 · 04159 Leipzig
Tel.: 0341/550 55 · Fax: 0341/550 5900
E-Mail: service@drv-md.de

Deutsche Rentenversicherung Nord

Ziegelstraße 150 · 23556 Lübeck
Tel.: 0451/485 0 · Fax: 0451/485 15333
E-Mail: info@drv-nord.de

Deutsche Rentenversicherung Nordbayern

Wittelsbacherring 11 · 95440 Bayreuth
Tel.: 0921/607 0 · Fax: 0921/607 2398
E-Mail: info@drv-nordbayern.de

Deutsche Rentenversicherung Oldenburg-Bremen

Huntestraße 11 · 26135 Oldenburg
Tel.: 0441/9270 · Fax: 0441/9272563
E-Mail: presse@drv-oldenburg-bremen.de

Deutsche Rentenversicherung Rheinland

Königsallee 71 · 40194 Düsseldorf
Tel.: 0211/937 0 · Fax: 0211/937 3096
E-Mail: post@drv-rheinland.de

Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz

Eichendorffstraße 4–6 · 67346 Speyer
Tel.: 06232/17 0 · Fax: 06232/17 2589
E-Mail: service@drv-rlp.de

Deutsche Rentenversicherung Saarland

Martin-Luther-Straße 2–4 · 66111 Saarbrücken

Tel.: 0681/3093 0 · Fax: 0681/3093 199

E-Mail: service@drv-saarland.de

Deutsche Rentenversicherung Schwaben

Dieselstraße 9 · 86154 Augsburg

Tel.: 0821/500 0 · Fax: 0821/500 1000

E-Mail: info@drv-schwaben.de

Deutsche Rentenversicherung Westfalen

Gartenstraße 194 · 48147 Münster

Tel.: 0251/238 0 · Fax: 0251/238 2960

E-Mail: kontakt@drv-westfalen.de

Centri di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco

Trovate i Centri di informazione e consulenza dell'Ente pensionistico tedesco nelle vostre vicinanze consultando:

http://www.deutsche-rentenversicherung.de/Allgemein/de/Navigation/5_Services/01_kontakt_und_beratung/02_beratung/01_beratung_vor_ort/01_servicezentren_beratungsstellen_node.html

È possibile fare la ricerca per città o per codice d'avviamento postale.

Centri congiunti di servizio per la riabilitazione

Trovate i Centri congiunti di servizio per la riabilitazione nelle vostre vicinanze sul sito:
www.reha-servicestellen.de

È possibile fare la ricerca per istituzione, per Land o per città.

Indirizzi internet

www.deutsche-rentenversicherung.de

Sul sito dell'Ente pensionistico tedesco si trovano informazioni su pensione, riabilitazione medica e professionale. Vi sono anche indicati i centri di consulenza dell'Ente pensionistico tedesco.

www.bmas.de/DE/Themen/Teilhabe-behinderter-Menschen/Rehabilitation-und-Teilhabe/inhalt.html

La riabilitazione e la partecipazione delle persone disabili sono temi affrontati dal Ministero federale per il Lavoro e gli Affari Sociali (Bundesministerium für Arbeit und Soziales, BMAS).

www.bmg.bund.de

Il sito del Ministero federale per la Salute (Bundesgesundheitsministerium) offre informazioni sulle istituzioni che si occupano di assicurazione sociale e sulle loro prestazioni.

Ricerca di istituti riabilitativi

Su questi siti potete cercare un istituto riabilitativo adeguato alle vostre esigenze:

www.deutsche-rentenversicherung.de/Bund/de/Navigation/2_Rente_Reha/02_reha/04_reha_einrichtungen/med_rehaeinrichtungen/standorte_indikationen_node.html

www.meine-gesundheit.de/rehakliniken-suche

www.kurklinikverzeichnis.de/erweitert-suchen

<http://reha.qualitaetskliniken.de/>

www.kurkliniken.de/cgi-bin/kliniken/kliniken_form.cgi

www.medfuehrer.de/Reha-Kliniksuche

www.gelbeseiten.de/branchenbuch/reha-klinik

www.krankenhaus.net/klinikrehasuche.php

Allenamento funzionale	Speciali esercizi di terapia del movimento (ginnastica) che hanno lo scopo di rafforzare i muscoli e di mantenere la mobilità delle articolazioni.
Allenamento per ausili sanitari	Allenamento nel quale si esercita l'uso di ausili sanitari (come protesi) in preparazione all'utilizzo nella vita quotidiana.
Ambulatoriale (terapia ambulatoriale)	Terapia per la quale il paziente non pernotta nell'istituto, ma torna a dormire a casa. Alcune di queste terapie possono essere svolte parallelamente all'attività lavorativa.
Assistenza (socio-medica) post-riabilitazione e post-operatoria	Provvedimento che si svolge subito dopo la permanenza in ospedale o la riabilitazione in regime residenziale. Grazie ad essa si vuole accorciare o evitare la permanenza in ospedale; nella riabilitazione si vogliono stabilizzare i successi ottenuti.
Capacità riabilitativa	Una persona deve essere in grado di partecipare alla riabilitazione sia dal punto di vista fisico che da quello psichico; un presupposto importante per accedere alla riabilitazione.
Contributi della previdenza sociale	Contributi che ogni lavoratore dipendente sottoposto a obbligo assicurativo paga alla previdenza sociale pubblica.
Cronico	Di lunga durata o che si sviluppa lentamente.
Cura	Termine ormai non più in uso per riabilitazione.
Depressione	Malattia psichica caratterizzata da abbattimento psichico.
Diagnosi	Accertamento della presenza di una malattia.
Diagnostica	Metodi e processi per il raggiungimento della diagnosi.
Ergoterapia	Terapia volta a sviluppare ed esercitare le capacità della persona necessarie nella vita quotidiana.
Fattori di rischio	Fattori (ad esempio determinati comportamenti) che aumentano le probabilità di contrarre una malattia.
Fisioterapia	Terapia che ripristina, migliora o mantiene la mobilità e la funzionalità.
Gestione aziendale dell'inserimento (BEM)	Compito gestionale del datore di lavoro, che ha lo scopo di superare e di evitare l'incapacità lavorativa del lavoratore all'interno dell'azienda, in modo da conservare il posto di lavoro.
Indennità transitoria	Prestazioni finanziarie della previdenza sociale per un periodo di tempo limitato (ad esempio durante la riabilitazione).

Limite di contribuzione obbligatoria	Importo dello stipendio lordo in base al quale si calcolano ad esempio i contributi massimi per l'assicurazione sociale pubblica.
Malattie da dipendenza	Malattie caratterizzate dal desiderio incontrollabile di determinate sostanze (come alcolici o droghe) o di specifiche attività (come dipendenza dal gioco o shopping compulsivo)
Necessità riabilitativa	Importante presupposto personale per accedere alla riabilitazione, che indica se la persona ha veramente bisogno di riabilitazione.
Obbligo di collaborazione	Obbligo di partecipare attivamente a quanto succede. Ad esempio il paziente è obbligato a partecipare attivamente ai provvedimenti riabilitativi al fine di raggiungere l'obiettivo riabilitativo.
Officina per disabili	Un istituto nel quale possono lavorare persone con disabilità.
Pensione di reversibilità	Pensione per vedova/o, pensione per orfani e pensione concessa per l'educazione dei figli dopo il decesso dell'ex-coniuge. In caso di morte dell'assicurato e in presenza di determinati presupposti, questa pensione viene pagata al/alla coniuge, al/alla compagno/a o ai figli.
Pensione di vecchiaia	Pensione che si percepisce dopo l'uscita dalla vita lavorativa e che spetta al lavoratore quando ha raggiunto l'età pensionabile.
Pensione per ridotta capacità lavorativa	Pensione percepita dall'assicurato nel caso in cui, a causa di un disturbo fisico o psichico, presenti ridotta capacità lavorativa o incapacità lavorativa.
Perizia medica	Nell'ambito di una richiesta di riabilitazione medica: scritto redatto dal medico che contiene i risultati delle visite mediche.
Prognosi riabilitativa	Previsione dell'esito che ci si aspetta dalla riabilitazione.
Psichico	Che interessa la psiche.
Psicosi	Un disturbo psichico (con perdita della percezione della realtà).
Psicosomatico	Interazione fra corpo e psiche: disturbi fisici hanno cause psichiche.
Psicoterapia	Terapia per il trattamento di disturbi psichici o di conseguenze psichiche derivanti da malattie fisiche.
Referto medico	Uno scritto redatto dal medico nel quale viene descritto lo stato di salute del paziente.
Regime residenziale	Il paziente viene alloggiato in un istituto come l'ospedale o un centro riabilitativo. Pernotta nell'istituto e vi riceve anche il vitto.
Reumatico (reumatismo)	Malattia caratterizzata da dolori all'apparato motorio.

Revisione pregiudiziale	Scritto redatto da un ufficio pubblico/un'autorità che ha rifiutato una richiesta e nel quale si comunica che il ricorso contro il rifiuto è stato accettato. Questo significa: se la domanda di riabilitazione viene rifiutata è possibile presentare ricorso contro il rifiuto entro una data prefissata. Se il ricorso viene accettato, si riceve un avviso di revisione pregiudiziale. Con l'avviso di revisione pregiudiziale si dà ragione all'assicurato e la riabilitazione viene approvata.
Riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco	Una forma di riabilitazione che ha lo scopo di limitare il danno alla salute che minaccia di influire sulla capacità lavorativa, evitando così l'incapacità lavorativa o la riduzione della capacità lavorativa. Può essere svolta in regime ambulatoriale o residenziale.
Riabilitazione professionale (prestazioni per la partecipazione alla vita lavorativa)	Provvedimento che offre aiuto per il mantenimento o l'acquisizione di un posto di lavoro e anche per l'adeguamento e l'aggiornamento professionali, nel caso in cui la persona interessata, dopo una malattia, non sia più in grado di svolgere l'attività svolta precedentemente in misura uguale al periodo precedente la malattia.
Ricorso	Mezzo d'impugnazione contro decisioni delle autorità (cioè procedere contro una decisione delle autorità). È necessario rispettare il termine di scadenza indicato nell'avviso di rifiuto. In altre parole: se la domanda di riabilitazione viene rifiutata, si riceve un avviso di rifiuto; contro questo rifiuto è possibile fare ricorso entro la data indicata.
Ridotta capacità lavorativa/incapacità lavorativa	La capacità lavorativa è ridotta se la persona, a causa di problemi psichici o fisici non può lavorare o può farlo solo in parte.
Sport riabilitativo	Attività offerta dall'Ente pensionistico tedesco dopo la conclusione positiva della riabilitazione medica. Grazie a esercizi di terapia motoria si rafforzano e stabilizzano i risultati della riabilitazione.
Training per la postazione di lavoro	Provvedimenti ed esercizi con il cui aiuto possono essere diminuiti le sollecitazioni e i fastidi fisici alla postazione di lavoro (ad esempio postura della schiena).
Trattamento terapeutico post-operatorio/riabilitazione post-operatoria	Trattamento che avviene subito dopo una permanenza in ospedale (ad esempio dopo un'operazione) o entro 14 giorni dopo la dimissione dall'ospedale; in casi eccezionali anche più tardi.
Volontà riabilitativa	Il paziente deve avere la volontà di partecipare alla riabilitazione; un presupposto importante per l'accesso alla riabilitazione.

Ringraziamenti

Ringraziamo i seguenti esperti che con le loro conoscenze specialistiche hanno contribuito in modo determinante alla realizzazione di questa guida:

Dr Nathalie Glaser-Möller (Deutsche Rentenversicherung Nord)

Karin Fleischer (Deutsche Rentenversicherung Nord)

Gabriele Meyer (Deutsche Rentenversicherung Nord)

Roland Schreiber (Deutsche Rentenversicherung Nord)

Sabine Erbstößer (Deutsche Rentenversicherung Bund)

Ralf Weisenburger (Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz)

Dr Claudia Martini (Cancelleria federale, gruppo di lavoro degli incaricati del Governo federale per la migrazione, i rifugiati e l'integrazione)

Prof Dr Hajo Zeeb MD (Istituto Leibniz per la ricerca preventiva e l'epidemiologia – BIPS GmbH, Dipartimento prevenzione e valutazione)

Prof Dr Jan İlhan Kizilhan (direttore del corso di studi "Lavoro sociale con i pazienti affetti da malattie psichiche e da dipendenza" – facoltà per gli affari sociali della Duale Hochschule Baden-Württemberg, Villingen-Schwenningen)

Dr Eva Renckly-Senel MD (medico generico, medicina sociale, psicoterapista medica, perito presso la DRV Knappschaft-Bahn-See, specializzazione migranti)

Dr Alfons Schröer (insegnante universitario)

La traduzione della guida nelle varie lingue è stata realizzata dai seguenti esperti:

Dr. Nilgün Kimil, Dr. Engin M. Erdoğan, Tatjana Pankratz-Milstein, Elena Görzen, Matthias Wentzlaff-Eggebert, Photini Kaiser, Javier Arola, Francesca Parenti, Miloš Petković

L' Ethno-Medizinische Zentrum e. V. offre anche altre guide su diversi temi in ambito sanitario. Si possono scaricare all'indirizzo www.ethnomed.com o ordinare direttamente presso l'Ethno-Medizinischen Zentrum e. V.:

- Salute mano nella mano – il sistema sanitario tedesco
- Guida alla salute per richiedenti asilo in Germania
- Diabete – Informare. Prevenire. Agire.
- Vaccinazioni
- Depressione – riconoscerla, capirla, aiutare
- Dipendenza da computer, internet e gioco – cause, prevenzione, terapia
- Disturbi correlati al trauma e disturbo post traumatico da stress
- Vita sana – futuro sano

La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco: aiuto per le malattie croniche

In questa guida sono contenute informazioni importanti sul tema della riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco, per la presentazione della domanda, il finanziamento e lo svolgimento della riabilitazione. Inoltre vi sono gli indirizzi a cui rivolgersi per avere maggiori informazioni.

La guida "La riabilitazione medica dell'Ente pensionistico tedesco: aiuto per le malattie croniche" può essere scaricata all'indirizzo internet www.ethnomed.com

- Guida in più lingue
- Cos'è la riabilitazione medica e chi ne può usufruire?
- Come viene finanziata la riabilitazione medica?
- La riabilitazione medica influenza il mio posto di lavoro?
- Come e dove si può presentare la domanda per la riabilitazione medica?
- Cosa avviene nell'istituto riabilitativo e dopo la riabilitazione?

Forse anche voi vi ponete queste domande o conoscete qualcuno che cerca delle risposte ...

Questa guida è stata consegnata da: