



Informationen
für Ihren Aufenthalt

Gemeinsam Schritt
für Schritt weiter.

Liebe Patientin, Lieber Patient

Sie werden bald zur Rehabilitation in die Rehaklinik eintreten. Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen und auf Ihrem Genesungsweg begleiten zu dürfen. Die Informationen in dieser Broschüre sollen Sie dabei unterstützen, sich auf Ihren Aufenthalt bei uns vorzubereiten.

Sie werden bei uns von einem kompetenten Team aus Ärztinnen und Ärzten, Therapeutinnen und Therapeuten, Pflegefachpersonen und Beratungsdiensten begleitet und unterstützt. Dies mit dem Ziel, eine grösstmögliche Unabhängigkeit für Sie zu erreichen und zu festigen.



3500

Sonnenstunden
im Jahr

15

Minuten vom
Bahnhof Walenstadt
entfernt

30

Kilometer Weitsicht
nach Süden



Vor dem Aufenthalt

Was Sie in die Rehabilitation mitbringen sollten

Zuweisung und Kostengutsprache

Die Zuweisung erfolgt in der Regel aus einem Spital oder durch Ihren Hausarzt direkt an uns. Die Kostengutsprache für Ihren Aufenthalt wird durch uns bei Ihrer Kranken- oder Unfallversicherung eingeholt. Nach deren Vorliegen teilen wir Ihnen den Eintrittstermin schriftlich mit.

Zimmerzuteilung

Ihre Zimmerzuteilung erfolgt nach Ihrem Versicherungsstatus. Ein Zimmerwechsel kann dennoch (auch ohne Vorankündigung) notwendig sein. Dies insbesondere, wenn Sie nicht in einem Mehrbettzimmer, sondern in einem Ein- oder Zweibettzimmer untergebracht sind. Ein Zimmerupgrade auf ein Ein- oder Zweibettzimmer ist im Rahmen der Verfügbarkeiten und gegen Zusatzzahlung möglich, muss aber bereits zu Beginn Ihres Aufenthaltes vereinbart sein. Unser Team der Patientendisposition gibt Ihnen gerne Auskunft.

Checkliste fürs Packen

Wir empfehlen Ihnen, neben dem «Alltäglichen», folgende Dinge mitzubringen:

- Alle Arztberichte und CDs mit Röntgenbildern, die Sie zu Hause haben sowie ggf. Ihre Patientenverfügung
- Versicherungskarte Ihrer Kranken- oder Unfallversicherung
- Medikamente, die Sie zurzeit einnehmen, mindestens für die ersten drei Tage; Spezialmedikamente möglichst für den ganzen Aufenthalt!
- Hilfsmittel, die Sie benötigen (Stöcke, Schienen, Rollator, Rollstuhl, Kissen etc.)
- Bequeme und der Jahreszeit entsprechende Kleidung, z. B. Trainingsanzug sowie rutschfeste, geschlossene Schuhe für drinnen
- Wetterfeste Kleidung (z. B. Regenjacke) sowie Sportschuhe/feste Schuhe für Aktivitäten draussen

Frotteewäsche erhalten Sie bei uns, einen Föhn können Sie auf der Station ausleihen.

Anreise und Eintritt

So finden Sie uns

Mit dem Auto

- Autobahn A3 aus Richtung Zürich:
Ausfahrt Nr. 48 – Walenstadt
- Autobahn A3 aus Richtung
Sargans/Chur: Ausfahrt
Nr. 49 – Flums

Ab Walenstadt erreichen Sie die Rehaklinik in ca. 15 Minuten.

Unser Parkplatzangebot ist leider beschränkt. Wir bitten Sie deshalb, Ihr Auto nach Möglichkeit zu Hause zu lassen. Die vorhandenen Parkplätze sind zudem gebührenpflichtig, eine Parkkarte kostet CHF 5.– pro Tag. Bei Bedarf wenden Sie sich bitte an die Réception.

Mit dem öffentlichen Verkehr (öV)

Die Rehaklinik Walenstadtberg ist gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Ab Bahnhof Walenstadt verkehren mehrmals täglich Busse. Die Haltestelle befindet sich direkt vor der Rehaklinik.

Ihre Adresse während des Rehabilitationsaufenthaltes:

Ihr Vorname und Nachname
c/o Rehaklinik Walenstadtberg
Chnoblisbüel 1
8881 Walenstadtberg

Melden Sie sich bitte an Ihrem Eintrittstag zur angegebenen Zeit an der Réception. Sie werden dort, nach den Eintrittsformalitäten, abgeholt und in Ihr Zimmer begleitet.

Eintrittsuntersuchung

Die zu Beginn Ihres Aufenthaltes notwendigen Untersuchungen und Assessments haben zum Ziel, Ihren aktuellen Gesundheitszustand und Ihre Leistungsfähigkeit zu erfassen, gemeinsam Behandlungsziele festzulegen und die dazu notwendigen Therapien zu planen.

Wichtiges für den Aufenthalt

Bargeldbezug

Sie können mit allen gängigen EC-Karten und Kreditkarten an der Réception Bargeld beziehen.

Behandlungsablauf

Die Rehabilitationsbehandlung findet unter ärztlicher Aufsicht statt und eine Ärztin oder ein Arzt ist immer im Haus. Zusammen mit Ihnen wollen wir Ihre Selbstständigkeit in Alltag und Beruf fördern und Sie auf Ihrem Genesungsweg unterstützen. Ein Patientencoach ist für Sie zuständig und koordiniert Ihre Anliegen und Bedürfnisse zwischen dem ärztlichen Dienst, der Pflege und allen anderen Fachbereichen. Ihre Therapien werden individuell geplant und Sie erhalten täglich einen persönlichen Übersichtsplan.

Besuche

Besuche sind erwünscht. Die Besuchszeiten sind täglich von 10 bis 11.30 Uhr und von 14 bis 20 Uhr. Ihren Besuch bitten wir, auf Ihr Ruhebedürfnis sowie das der anderen Patienten Rücksicht zu nehmen. Fixzeiten im Tagesablauf

für Therapien, Pflege, Beratungen, Visiten sowie die Essenszeiten haben Vorrang.

Coiffeur/Medizinische Fusspflege

Es stehen Ihnen ein Coiffeursalon und eine Medizinische Fusspflege zur Verfügung. Details zu den Zeiten entnehmen Sie bitte dem Patientenbuch in Ihrem Zimmer. Die Angebote sind kostenpflichtig und direkt (bar) zu bezahlen.

Essenszeiten und Menüauswahl

Sie können täglich aus verschiedenen Menüvarianten auswählen. Alle Hauptmahlzeiten werden in der Regel in unserem Speisesaal eingenommen. Unsere Essenszeiten sind:

- Frühstück von 07.30 bis 09.30 Uhr
- Mittagessen von 11.45 bis 13.15 Uhr
- Abendessen von 18.00 bis 19.00 Uhr

Auf Wunsch können Sie jederzeit verschiedene Zwischenmahlzeiten bestellen.

Öffnungszeiten/Ausgang/ Nachtruhe

Unser Haupteingang ist von 6 bis 22 Uhr geöffnet. Ausserhalb dieser Zeiten müssen Sie an der Nachtglocke läuten. Falls Sie das Klinikareal verlassen möchten, bitten wir Sie, sich beim Pflegepersonal ab- und, bis spätestens 21 Uhr, wieder anzumelden. Für grössere Ausflüge, z. B. nach Walenstadt, müssen Sie dies aus versicherungstechnischen Gründen unbedingt mit dem zuständigen Arzt besprechen und eine dementsprechende Bewilligung einholen.

Patientenbibliothek

Unsere Bibliothek mit einer kleinen Auswahl an Büchern finden Sie in der Patientenlounge im EG West. Wenden Sie sich bei Bedarf bitte direkt an unsere Mitarbeitenden.

Post

Unsere Réception ist auch eine Poststelle. Sie können dort Ihre Post aufgeben und Briefmarken kaufen. Leider können wir keine Einzahlungen entgegennehmen.

Radio/TV

In Ihrem Zimmer steht Ihnen ein Fernsehapparat zur Verfügung, mit dem Sie auch Radiosender empfangen können. Kopfhörer und eine Fernbedienung sind an der Réception gegen ein Depot von CHF 20.– erhältlich. Die Mietgebühr des Fernsehgerätes beträgt CHF 4.– pro Tag. Falls Sie nur Radio hören möchten,

haben Sie die Möglichkeit, sich gegen ein Depot von CHF 20.– einen Radioapparat an der Réception auszulihen.

Rauchen/Alkohol

In der Rehaklinik Walenstadtberg gilt ein strenges Rauchverbot. Das Rauchverbot gilt auch auf Balkonen und Sitzplätzen vor den Patientenzimmern sowie beim Haupteingang. Rauchen ist nur in den dafür bezeichneten Zonen gestattet. Wir bitten Sie, während Ihres Aufenthaltes auf den Konsum von Alkohol und sonstigen Drogen zu verzichten, da dies den Behandlungserfolg erheblich stören kann.

Seelsorge/Gottesdienste

An bestimmten Wochentagen ist jemand von unserem Seelsorgeteam im Haus und sucht, sofern Sie dies wünschen, das Gespräch mit Ihnen. Falls Sie keinen Besuch wünschen oder aber einen zusätzlichen Termin möchten, lassen Sie es uns wissen. Ihr Patientencoach oder eine Pflegefachperson leitet Ihren Wunsch gerne weiter. In unserem Andachtsraum werden regelmässig Gottesdienste abgehalten. Diese stehen allen Religionen offen, Details finden Sie im Patientenbuch auf Ihrem Zimmer.

Telefon/Mobiltelefon

Zur Einhaltung der Nachtruhe ist das Telefon in Ihrem Zimmer zwischen 21 und 7 Uhr für eingehende Anrufe nicht in Betrieb – wir bitten um Ihr Verständnis! Zudem möchten wir Sie bitten, während der Therapien und im Speisesaal auf die Benutzung Ihres Mobiltelefons zu verzichten – herzlichen Dank!

Übernachtungsmöglichkeiten für Angehörige

Für Ihre Angehörigen und/oder Besucher besteht die Möglichkeit, in einem unserer Gästezimmer zu übernachten. Bitte erkundigen Sie sich an der Réception nach den freien Kapazitäten und den Preisen.

Wäscheservice

Sie können Ihre private Wäsche nach Stückzahl und gegen Bezahlung im Haus waschen lassen. Bitte wenden Sie sich hierzu an unsere Mitarbeitenden. Voraussetzung ist eine gute Kennzeichnung der einzelnen Wäschestücke. Gerne kennzeichnen (patchen) wir Ihre Textilien (gegen Bezahlung nach Stückzahl).

Wertsachen/Bargeld

Unsere Zimmer sind mit abschließbaren Nachttischen ausgestattet. Die passende Benutzerkarte können Sie kostenlos an der Réception beziehen.

Alternativ können Sie Bargeld und Wertsachen auch kostenlos in unserem Safe an der Réception deponieren. Der Bezug von (auch kleineren) Geldbeträgen ist während der Öffnungszeiten der Réception jederzeit möglich. Wir können für abhanden gekommene Wertsachen, die nicht bei der Réception deponiert wurden, keinerlei Haftung übernehmen!

Internet/WLAN

Ihnen steht im Erdgeschoss eine frei zugängliche und kostenlose PC-Station mit Internetzugang zur Verfügung (Internet Corner). Auch der Internetzugang auf Ihrem Zimmer über ein kostenfreies WLAN ist gewährleistet. Bei Eintritt erhalten Sie eine Anleitung zur Handhabung.

Zeitungen/Zeitschriften

In unserer Cafeteria erhalten Sie diverse Zeitungen und Zeitschriften. Falls Sie spezielle Wünsche haben, lassen Sie es uns wissen – wir werden tun, was wir können!



Austritt

Wenn Sie wieder nach Hause können

Ihr behandelnder Arzt und das Pflegepersonal werden rechtzeitig mit Ihnen zusammen den Austrittstag bestimmen. Der Termin ist abhängig von Ihrem Gesundheitszustand sowie der Gültigkeit Ihrer Kostengutsprache Ihrer Kranken- bzw. Unfallversicherung.

Bitte prüfen Sie vor der Abreise, ob Sie

- alle mitgebrachten Medikamente und Ihre Rezepte bei sich haben;
- den ärztlichen Austrittsbericht, die allfällige Therapieverordnung und evtl. den Pflegebericht haben;
- im Besitz Ihrer Röntgenbilder sind;
- die eigenen Hilfsmittel eingepackt und die geliehenen abgegeben haben;
- Ihre TV-/Telefonkarte an der Rezeption zurückgegeben haben. Ihre Auslagen können Sie direkt an der Rezeption auf Rechnung begleichen. Wir können Ihnen Ihre Privatrechnung aber auch nach Hause senden;

- deponierte Wertgegenstände aus dem Safe genommen bzw. an der Rezeption abgeholt haben;
- Ihren persönlichen Abholdienst durch Angehörige/Bekannte organisiert haben.

Wir bitten allgemeinversicherte und halbprivatversicherte Patientinnen und Patienten, Ihre Abreise so zu planen, dass Sie Ihr Zimmer bis 9 Uhr verlassen haben. Privatpatientinnen und -patienten können bis 12 Uhr im Zimmer sein. Sollte dies nicht möglich sein, wenden Sie sich bitte 3 Tage vor Austritt an das Pflegepersonal.

Ihre Erfahrungen helfen uns weiter
Rückmeldungen positiver und negativer Art helfen uns, uns stets zu verbessern und Arbeitsabläufe zu optimieren. Die Rehaklinik Walenstadtberg verfügt über verschiedene Qualitätsgütesiegel und ist bestrebt, den Klinikbetrieb laufend zu überprüfen und zu verbessern. Dazu gehören verschiedene Messinstrumente, auch in Form von direkten Befragungen. Wir bitten Sie deshalb, den Fragebogen, den wir Ihnen während Ihres Aufenthaltes aushändigen, auszufüllen und an der Rezeption abzugeben. Es ist möglich, dass Sie einige Tage nach Ihrem Austritt von einem durch uns beauftragten Institut einen weite-

ren Fragebogen erhalten. Ihre Beantwortung dieser Umfragen ist für uns sehr wertvoll und wir sind Ihnen dankbar, wenn Sie sich dazu ein paar Minuten Zeit nehmen können.

Wir sind bemüht, Ihren Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten. Wenn Ihr Aufenthalt durch irgendetwas gestört wird oder Ihre Erwartungen nicht erfüllt werden, melden Sie sich bitte beim Pflegepersonal, beim zuständigen Arzt, Patientencoach oder bei der Klinikleitung.



Rehaklinik Walenstadtberg

Chnoblisbüel 1

8881 Walenstadtberg

T +41 58 511 51 11

info.walenstadtberg@kliniken-valens.ch

www.valens.ch/reha-walenstadtberg

Wir sind Teil der Klinikgruppe Valens.