



**Reha-Zentrum**  
Alland

# Informationen für Patient\*innen

Stand: Oktober 2024

[www.rz-alland.at](http://www.rz-alland.at)



# Rehabilitation

Ihr Weg zu bestmöglicher Aktivität  
und Teilhabe an Ihrem Leben

## Impressum

### Medieninhaber und Herausgeber:

Pensionsversicherungsanstalt (PVA)  
Friedrich-Hillegeist-Straße 1, 1020 Wien  
Telefon: +43 (0)5 03 03  
Website: [www.pv.at](http://www.pv.at)  
E-Mail: [pva@pv.at](mailto:pva@pv.at)

**Verlags- und Herstellungsort:** PVA, Wien

**Druck:** PVA, Wien

**Stand:** Oktober 2024, 1. Auflage

**Titelbild:** © Hannes Spess

**Haftungsausschluss:** Die bereitgestellten Inhalte dienen der allgemeinen Information. Eine Gewähr für Richtigkeit oder Vollständigkeit wird nicht übernommen. Jegliche Haftung ist ausgeschlossen. Die Expert\*innen der Pensionsversicherung können individuelle Fälle beurteilen und auf Fragen eingehen.

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	2
Modernes Zentrum für Stoffwechselerkrankungen in idyllischer Lage .....	3
Medizinische Schwerpunkte .....	5
Therapeutisches Angebot .....	6
Kulinarik & Genuss .....	7
Wissenswertes zu Ihrem Aufenthalt .....	9
Anreise .....	9
Aufnahme.....	9
Anwesenheit .....	9
Essen & Trinken .....	10
Besuch .....	10
Cafeteria .....	10
Abreise .....	10
Nützliche Informationen .....	11
Weitere Angebote unseres Hauses.....	11
REHA.Patient App für mehr Komfort .....	12
Reha-Zentren und Landesstelleng .....	13

# Sehr geehrte\*r Patient\*in!

Herzlich willkommen im Reha-Zentrum Alland der Pensionsversicherung (PV).

Die Pensionsversicherung betreibt für ihre Versicherten österreichweit 15 stationäre und 2 ambulante Reha-Zentren. Das Reha-Zentrum Alland ist auf Stoffwechselerkrankungen spezialisiert.

Wir bieten Ihnen eine moderne medizinische Rehabilitation entsprechend dem bio-psycho-sozialen Modell der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Unter Berücksichtigung Ihres Gesundheitsproblems werden wir Sie dabei unterstützen, Ihr privates und gesellschaftliches Leben auch zukünftig so selbstständig und selbstbestimmt wie möglich weiterführen zu können.

Die Ziele der Rehabilitation sind, erwerbsfähige Patient\*innen im Berufsleben zu halten bzw. wieder in die Arbeitsfähigkeit einzugliedern sowie Pflegebedürftigkeit zu verhindern oder zu minimieren.

Wir laden Sie ein, gemeinsam mit unserem Team erfahrener Reha-Expert\*innen aus verschiedenen Gesundheitsberufen aktiv und eigenverantwortlich an der Erreichung Ihrer Reha-Ziele zu arbeiten und wünschen Ihnen einen erfolgreichen Aufenthalt.

Ihr Team des Reha-Zentrums Alland  
der Pensionsversicherung

# Alland

## Modernes Zentrum für Stoffwechselerkrankungen in idyllischer Lage

Das Reha-Zentrum Alland der PV bietet maßgeschneiderte Rehabilitation nach modernsten medizinischen Standards. Eingebettet in die Hügel des Wienerwaldes ist das Reha-Zentrum mit 143 Betten ausgestattet.

Unser umfangreiches Angebot an Therapien und Diagnostik unterstützt Sie optimal bei der Erreichung Ihrer individuellen Reha-Ziele.

In Ihrer therapiefreien Zeit stehen Ihnen zusätzliche Erholungs- und Entspannungsangebote wie Tepidarium, freies Schwimmen sowie gut beschilderte Wanderwege mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden zur Verfügung.

Besuche sind zu therapiefreien Tageszeiten sowie an Wochenenden und Feiertagen herzlich willkommen.



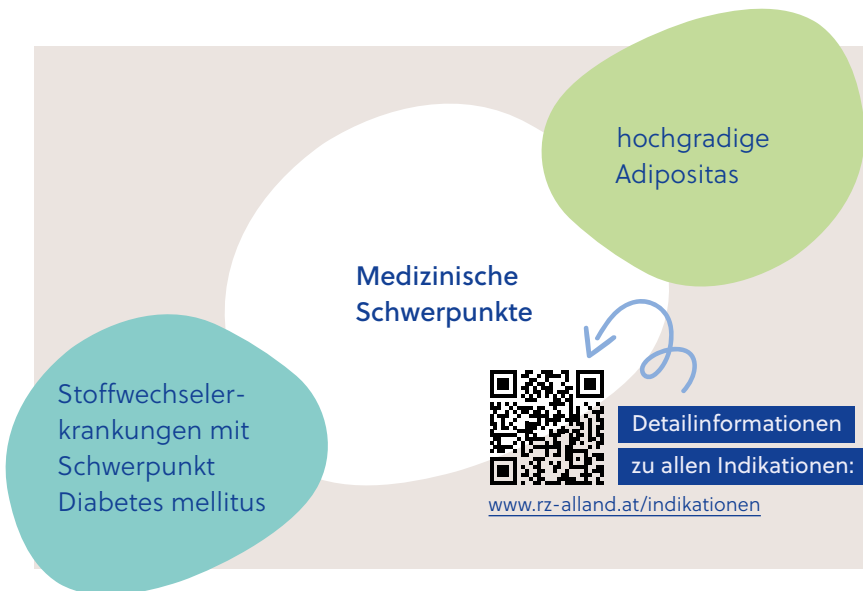
# Medizinische Schwerpunkte

## *Ihre Gesundheit im Fokus*

Die Rehabilitation unterstützt Sie dabei, Ihre Teilhabe am beruflichen und gesellschaftlichen Leben zu erhalten bzw. wiederzuerlangen. Zu Beginn Ihres Aufenthaltes definieren Sie gemeinsam mit unserem multiprofessionellen Reha-Team Ihre individuellen Reha-Ziele.

Unser umfassendes, auf Sie abgestimmtes und vielseitiges Leistungsangebot unterstützt Sie in den kommenden Wochen dabei, diese Ziele bestmöglich zu erreichen und Ihnen ein selbstständiges Leben zu ermöglichen.

Das Reha-Zentrum Alland setzt einen medizinisch-therapeutischen Schwerpunkt auf Stoffwechselerkrankungen.



# Therapeutisches Angebot

Je nach Diagnose und individuellen Bedürfnissen kommen verschiedene Kombinationen von Therapiemöglichkeiten zum Einsatz.

- » Strukturierte Schulungsprogramme und Beratungen (Diätologie und Ernährung, Tabakentwöhnung ...)
- » Insulinpumpentechnologie
- » Sensortechnologie
- » Psychologische Einzel- und Gruppentherapie
- » Medizinische Trainingstherapie (Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining ...)
- » Physiotherapeutische Einzel- und Gruppentherapie
- » Physikalische Therapie (Elektrotherapie, Fango ...)
- » Wundmanagement (auch bei diabetischem Fußsyndrom)
- » Massagen (Heil- und Fußreflexzonenmassage, Lymphdrainage ...)

## **Tabakkonsum**

Dieses Reha-Zentrum ist eine tabakfreie Gesundheitseinrichtung. Bitte beachten Sie das generelle Tabakverbot (gilt auch für E-Zigaretten etc.). Der Tabakkonsum ist ausschließlich in gekennzeichneten Zonen im Außenbereich gestattet.



# Kulinarik & Genuss

Kulinarischer Genuss und allgemeines Wohlergehen stehen in engem Zusammenhang. Besonders bei einem mehrwöchigen Aufenthalt ist eine hervorragende Küche ein wichtiger Faktor, der zum Behandlungserfolg beiträgt.

Nach neuesten Erkenntnissen der Wissenschaft wird Ihre Verpflegung individuell auf Sie abgestimmt und mit frischen Produkten zubereitet. Sie können täglich zwischen 3 Menüs, eines davon vegetarisch, wählen.

Das Abmelden von Mahlzeiten ist prinzipiell möglich, allerdings im Sinne der Erreichung Ihrer Ziele (Gewichtsreduktion, Stoffwechsell-optimierung) sowie im Zuge von Therapieeneueinstellungen aus medizinischer Sicht weder zu empfehlen, noch erwünscht. Wir betrachten unsere Mahlzeiten als eine Form der Therapie und als solches sollten Sie sie auch wahrnehmen.

Um bestmöglich für Ihr leibliches Wohl sorgen zu können, bitten wir Sie, unseren Diätolog\*innen jegliche Unverträglichkeiten und Allergien bereits vor Reha-Antritt per E-Mail ([rz-alland@pv.at](mailto:rz-alland@pv.at)) unter dem Betreff „Diätologie“ oder unmittelbar bei Ihrem Reha-Antritt mitzuteilen.



Die Ernährung als wichtiger  
Faktor, der zum  
Behandlungserfolg beiträgt



Anfahrtsplan via  
Google Maps

# Navigation

Ihr Weg zu bestmöglicher Aktivität  
und Teilhabe an Ihrem Leben



# Wissenswertes zu Ihrem Aufenthalt

## Anreise

Bitte achten Sie darauf, rechtzeitig im Reha-Zentrum anzukommen. Am Tag Ihrer Anreise werden Sie mit einem Shuttlebus vom Patient\*innenparkplatz abgeholt. Für Ihren Aufenthalt stehen Ihnen gebührenpflichtige Dauerparkplätze zur Verfügung. Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist mit dem Autobus von den Bahnhöfen Baden und Mödling prinzipiell möglich.

## Aufnahme

Bitte melden Sie sich im Aufnahmebereich (Pavillon Schrötter) unter Bereithaltung Ihrer Aufnahmedokumente (inkl. Einladungsschreiben und Identitätsausweis) beim Schalter der Patient\*innenadministration. Unsere Mitarbeiter\*innen informieren Sie über die weiteren Aufnahmemodalitäten.

## Anwesenheit

Unser Reha-Zentrum ist eine Einrichtung, in der viele Personen aus medizinischen Gründen intensiver Betreuung und Beobachtung bedürfen. Achten Sie daher bitte unbedingt darauf, bei den auf Ihrem Therapieplan ausgewiesenen Terminen sowie zu den Essenszeiten pünktlich zu erscheinen. Die Torsperre um 22:00 Uhr ist ausnahmslos einzuhalten.

## Essen & Trinken

Um bestmöglich für Ihr leibliches Wohl sorgen zu können, bitten wir Sie, unseren Diätolog\*innen jegliche Unverträglichkeiten und Allergien bereits vor Reha-Antritt per E-Mail ([rz-alland@pv.at](mailto:rz-alland@pv.at)) unter dem Betreff „Diätologie“ oder unmittelbar bei Ihrem Reha-Antritt mitzuteilen.

## Besuch

Gäste sind gerne zu den therapiefreien Tageszeiten, am Wochenende und an den Feiertagen willkommen. Dazu gibt es eigens für Besucher\*innen zugängliche Räumlichkeiten.

## Cafeteria

Unsere Cafeteria bietet alkoholfreie Getränke, aber auch Zeitungen und Zeitschriften, Toiletteartikel und andere Gegenstände des täglichen Bedarfs.

## Abreise

Da bereits am Tag Ihrer Abreise Ihr Zimmer neu bezogen wird, stehen nur wenige Stunden für die Reinigung zur Verfügung. Wir bitten Sie deshalb, das Zimmer bis 07:00 Uhr zu räumen. Selbstverständlich können Sie sich bis zu Ihrer Abreise in unserem Reha-Zentrum aufhalten.

## Nützliche Informationen

Für jeden Anwesenheitstag ist ein Zuzahlungsbetrag in gesetzlich festgelegter Höhe zu leisten ([www.pv.at/zuzahlung](http://www.pv.at/zuzahlung)). Das Begleichen der Zuzahlung ist vor Ort auch bargeldlos mittels Bankomatkarte möglich.

Im Rahmen des Heilverfahrens können Bewegungstherapien im Freien stattfinden. Wir empfehlen Ihnen, einer möglichen FSME-Erkrankung nach einem Zeckenbiss durch entsprechende Impfung vorzubeugen.

Der Betrieb mitgebrachter, netzgebundener Elektrogeräte ist aus Sicherheits- und Brandschutzgründen grundsätzlich nicht gestattet. Sollten Sie medizinische elektronische Geräte benötigen, ist dies nur nach Überprüfung durch unsere Haustechnik möglich.

## Weitere Angebote unseres Hauses

- » Lesecke
- » Dart
- » Tischtennis, Tischfußball
- » Brett- und Gesellschaftsspiele
- » Tepidarium und freies Schwimmen  
(nach ärztlicher Freigabe)
- » Fußpflege (entgeltlich)
- » Waschmaschine und Trockner
- » Fallweise kulturelle Veranstaltungen im Mehrzwecksaal
- » WLAN

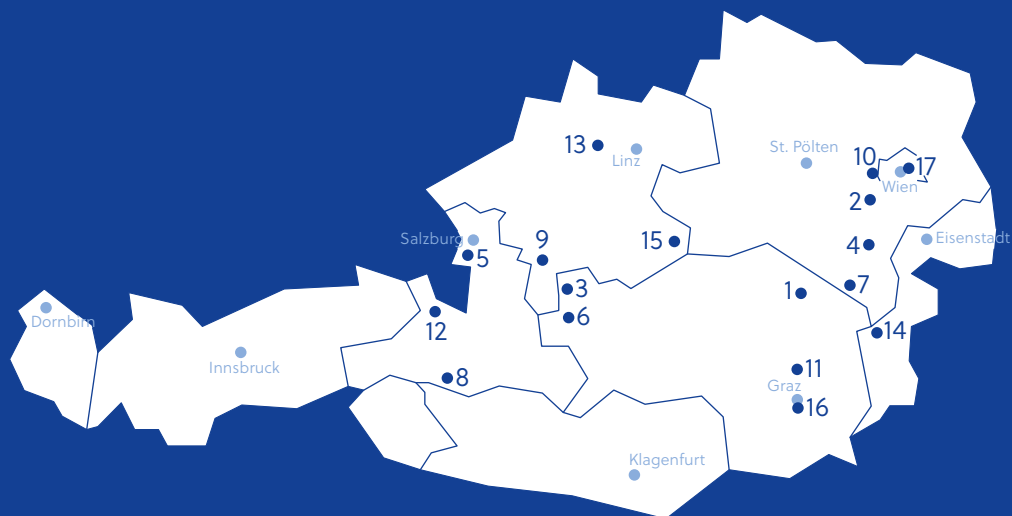
# Meine REHA.Patient App für mehr Komfort

*Die App ist die ideale Ergänzung für Ihre Reha. Sie können diese bereits vor der Anreise herunterladen und erhalten am Aufnahmetag Ihre Anmeldedaten. Im Rahmen des Aufenthalts können jederzeit Termine und Medikationen eingesehen sowie selbstständig Vitalparameter wie Blutdruck oder Gewicht erfasst werden. Ganz neu gibt es die Möglichkeit, ein eigenes Trainingstagebuch zu führen und Aktivitäten wie Laufen, Gehen, Fahrradfahren, Schwimmen etc. einzutragen und damit die eigene Leistung zu dokumentieren.*

→ Jetzt gleich downloaden unter:



# Reha-Zentren und Landesstellen



- |                                |                                    |
|--------------------------------|------------------------------------|
| 1. Reha-Zentrum Aflenz         | 11. Reha-Zentrum St. Radegund      |
| 2. Reha-Zentrum Alland         | 12. Reha-Zentrum Saalfelden        |
| 3. Reha-Zentrum Bad Aussee     | 13. Reha-Zentrum Bad Schallerbach  |
| 4. Reha-Zentrum Felbring       | 14. Reha-Zentrum Bad Tatzmannsdorf |
| 5. Reha-Zentrum Großmain       | 15. Reha-Zentrum Weyer             |
| 6. Reha-Zentrum Gröbming       | 16. PV ZAR Graz                    |
| 7. Reha-Zentrum Hohegg         | 17. PV ZAR Wien                    |
| 8. Reha-Zentrum Bad Hofgastein |                                    |
| 9. Reha-Zentrum Bad Ischl      |                                    |
| 10. Reha-Zentrum Laab im Walde |                                    |

# Kontakt

Mehr zu Ihrem Aufenthalt und über unser Reha-Zentrum finden Sie im Internet unter [www.pv.at](http://www.pv.at) und [www.rz-alland.at](http://www.rz-alland.at)

## **Reha-Zentrum Alland**

Alland 146, 2534 Alland

Telefon: +43 (0)2258 26 30-0

Fax Verwaltung: +43 (0)2258 26 30-41 190

Fax Medizin: +43 (0)2258 26 30-41 290

E-Mail: [rz-alland@pv.at](mailto:rz-alland@pv.at)

Website: [www.rz-alland.at](http://www.rz-alland.at)