

Physiotherapie

Bei orthopädischen, neurologischen oder internistischen Begleiterkrankungen kann Physiotherapie verordnet werden. Durch abgestimmte Therapien verbessern wir die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Körpers. Schmerzen werden gelindert und Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden verbessern sich.

Unser Angebot

- Atemtherapie
- Krankengymnastik
- Manuelle Lymphdrainage
- Rückenfit für Kids
- Rückengymnastik
- Seniorengymnastik
- Sturzprävention

Zentralinstitut für Seelische Gesundheit
Physio- und Bewegungstherapie
J 5 · 68159 Mannheim
zi-mannheim.de

Leitung

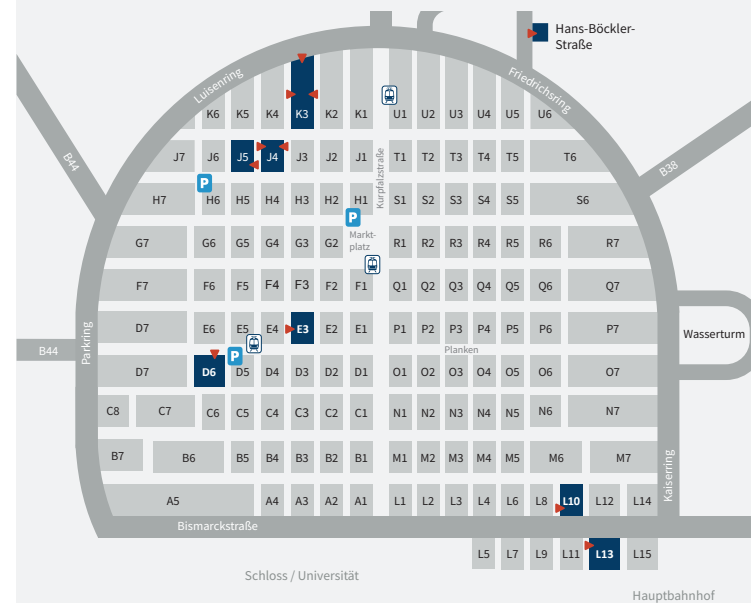
Antje Breisacher

Telefon: 0621 1703-1751

E-Mail: antje.breisacher@zi-mannheim.de

Stand: 08/2023 · Titelbild: shutterstock.com · @ Halfpoint
Bild Innenseite: adobestock.com · @ contrastwerkstatt

Anfahrt mit den Straßenbahnlinien 1, 3, 4, 5 und 7 Haltestellen Abendakademie und Marktplatz



Physio- und Bewegungstherapie Therapieangebote

Zentralinstitut
für Seelische
Gesundheit

Physio- und Bewegungstherapie – Körper und Geist als Team

Die MitarbeiterInnen der Physio- und Bewegungstherapie sind stationsübergreifend in der Erwachsenen- sowie in der Kinder- und Jugendpsychiatrie im Einsatz und fester Bestandteil des multi-professionellen Teams. Durch Bewegung, Sport, Körpertherapie und Krankengymnastik tragen wir dazu bei, körperliche, psychische und soziale Funktionen zu regenerieren.

Aus unserem vielfältigen Therapieangebot stellen wir für jeden Patienten und jede Patientin ein individuelles Trainingsprogramm zusammen. Die positiven Bewegungserfahrungen stärken die Selbstwirksamkeit und Selbstständigkeit. So motivieren wir zu einem gesundheitsbewussten Verhalten nicht nur während des Aufenthalts am ZI, sondern auch im Alltag.

Die Therapien werden meist in Gruppen, bei Bedarf aber auch als Einzelbehandlung durchgeführt. Für die Gruppentherapien steht uns eine Sporthalle und ein Fitnessraum zur Verfügung. Ergänzend kommen wir auch auf die Stationen.

Sporttherapie

Durch sportliche Betätigung helfen wir, dem Tag Struktur zu geben. Wir stärken die körperliche Belastbarkeit, bauen Fitness auf und Spannung ab. Dabei ist es unser Ziel, Spaß am Aktivsein zu schaffen und soziales Lernen zu fördern.

Unser Angebot

- Bewegung & Aktivierung
- Fitness & Kraft
- Fitnessboxen
- Morgenaktivierung
- Morgenspaziergang
- Nordic Walking
- Powerzirkel
- Rückengymnastik
- Seniorengymnastik
- Schwimmen
- Sport & Spiel
- Tanzen



Körper- und Bewegungstherapie

Durch besondere Übungen wollen wir Körperbewusstsein, Ich-Erfahrung, Achtsamkeit, Selbstwert, Vertrauen und Emotionalität fördern. Unsere PatientInnen sollen durch Wahrnehmung, Bewegung und Ausdruck mit dem eigenen Körper in Kontakt kommen. Improvisation mit Bewegung, Musik und Materialien öffnet die Tür zum kreativen Erleben.

Unser Angebot

- Bewegungstherapie bei Essstörungen
- Entspannungstraining
- Escrima
- Körperbildtherapie
- Körperskills
- Körpertherapie
- Mototherapie
- Qi Gong
- Therapeutisches Boxen
- Yoga