

Was ist SHANIA ?

Der Name SHANIA entwickelte sich aus der Überzeugung, durch körperliche Bewegung wieder gestärkt auf seinem Weg zu gehen. Es ist ein Begriff der Objibwa Indianer, welcher genau das bezeichnet: „Ich bin auf meinem Weg“.

SHANIA ist ein Rehasportverein, der Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen die Möglichkeit bietet, im geschützten Rahmen Sport zu treiben.

Sie können ihr Bewegungs- und Körpererleben wieder entdecken, an bekannte Kraftquellen anknüpfen und in Interaktion mit anderen treten, um miteinander in der Gruppe **Bewegungsfreude** zu erleben.



Für wen ist SHANIA geeignet?

Shania ist ein Verein für Menschen mit folgenden psychischen Beeinträchtigungen/ AndersSein...

- ❖ Depressionen
- ❖ bipolare Affektstörungen
- ❖ Angststörungen
- ❖ Zwangsstörungen
- ❖ somatoforme Störungen
- ❖ Psychosen
- ❖ Persönlichkeitsstörungen (u.a. Borderline)
- ❖ Suchterkrankungen



Welche Bewegungsangebote gibt es bei SHANIA ?

Die Leitung der verschiedenen Sportgruppen, mit max. 15 Teilnehmern pro Gruppe, übernehmen lizenzierte Rehasport- Trainer, welche hauptberuflich in anderen psychotherapeutischen Einrichtungen tätig sind.

Folgende Sportgruppen werden angeboten :

- Spielmix (Fußball, Hockey, Basketball, Handball, Volleyball etc.)
- Tischtennis/Federball
- Muskelaufbau & Entspannung



Was kostet mich die Bewegung bei SHANIA ?

Möglichkeit 1:

Durch eine ärztliche Verordnung:

„Rehabilitationssport“ und

als SHANIA V- Mitglied

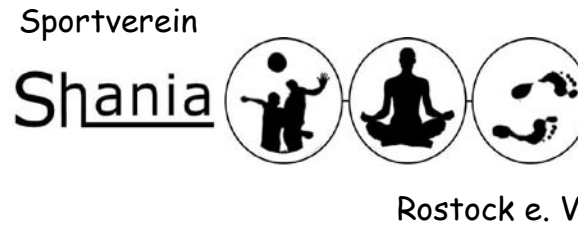
Kosten: 3,50 € im Monat

Jeder Arzt kann diese Verordnung (in der Regel 120 Übungseinheiten in max. 36 Monaten) bei entsprechendem Vorliegen des psychischen Krankheitsbildes ohne Schwierigkeiten verschreiben, da es nicht in sein Budget fällt.

Möglichkeit 2:

Als SHANIA-Mitglied...

Kosten: 11 € im Monat



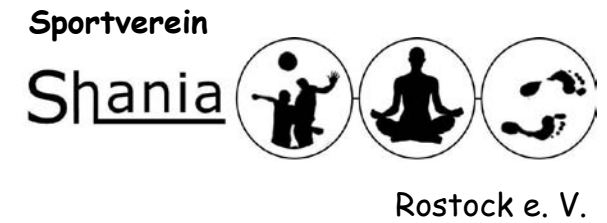
Kontakt

Bei Interesse und/ oder offenen Fragen :

- Email: dpllessentin-shania@gmx.de
- Tel.: ganztags: 0381- 60068516/
0381-6006850
(Frau Plessentin)
- Homepage: www.shania-sport.de

Anschrift: SV SHANIA Rostock e.V.
Dierkower Höhe 14 18146 Rostock- Dierkow

Bankverbindung: SV Shania Rostock e.V.- Allianz Bank-
Kontonummer: 331 258 6500- Bankleitzahl: 70035000



**Sport und Bewegung
für Menschen mit
psychischen Beeinträchtigungen**

