

**Sie haben Fragen?  
Wir sind für Sie da.  
Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns.  
+49 (0) 6221 88-2263  
dennis.brunner@srh.de  
www.technische-hilfen.de**

Fotonachweise:  
© Titel und Seite 3: Jörg Simanowski, Seiten 5 und 8: Nils Fabisch



**srh**

**SRH Berufliche Rehabilitation  
Einhandtraining – Ihr individuelles Angebot**

**Für Menschen mit  
eingeschränkter  
Handfunktion**

# Entdecken Sie neue berufliche Möglichkeiten



Mit unserer Einhandtastatur TASTA unterstützen wir Sie bei der effizienten PC-Bedienung trotz motorischer Einschränkungen.

Durch eine Erkrankung oder einen schweren Unfall kann sich die gesamte Lebenssituation ändern. Plötzlich muss man sich auch beruflich neu orientieren. Seit fünf Jahrzehnten vertrauen Menschen auf die Erfahrung und Kompetenz der SRH Beruflichen Rehabilitation Heidelberg. Wir unterstützen Sie von der Auswahl des passenden Berufs über die Ausbildung bis hin zur Bewerbung auf einen neuen Arbeitsplatz.

## Die Hände sind für den Menschen wichtig, um das Leben im Griff zu behalten.

**In unserem Einhandtraining stärken wir Ihre Fähigkeiten zum Ausgleich der neuen Situation, mit Einschränkungen leben zu müssen. Gemeinsam trainieren wir gezielt Basisfunktionen, die für eine berufliche Rehabilitation erforderlich sind.**

Sie greifen, fühlen und kommunizieren. Wenn zwei Hände nicht mehr miteinander koordiniert arbeiten können, müssen viele Gewohnheiten verändert und neue Fertigkeiten eingeübt werden. Menschen mit entsprechenden Einschränkungen durch einen Unfall, eine plötzliche Erkrankung oder starke einhändige Schmerzen stehen genau vor dieser Herausforderung.

Wir bieten Ihnen die für Sie passenden Hilfen und Strategien, um Ihre beruflichen und alltäglichen Aufgaben weiterhin bewältigen zu können. In einer 14-tägigen Schulung gehen wir individuell auf Ihre Wünsche und Ziele ein.

**Bei Ihnen kann ein Einhandtraining unter anderem sinnvoll sein, aufgrund**

- eines Schlaganfalls
- einer Amputation oder einer vollständigen oder teilweisen Lähmung eines Armes
- einer folgenschweren Verletzung im Bereich einer Hand
- von Schmerzen und Beschwerden durch umfangreiche Computerarbeit (RSI-Syndrom)
- Einschränkungen im Bereich der Sinnesorgane
- anderer erworbener oder seit Geburt vorhandener, halbseitiger Einschränkungen der Beweglichkeit
- einhändig chronische Schmerzsymptome (Sudeck-Syndrom)

# Leben mit einer Hand – wir bieten folgende Inhalte an:



## 1. Individuelle Ziele gemeinsam festlegen:

- Welche Fertigkeiten benötigen Sie für Ihren beruflichen und privaten Alltag?
- Was müssen Sie besonders üben?
- Wie werden Sie schnell wieder arbeitsfähig?

## 2. Arbeiten am Computer:

Sie lernen, einen PC effizient einhändig zu bedienen. Dazu probieren Sie Sondertastaturen und spezielle Mausgeräte aus.

## 3. Schreibtraining:

Wenn Sie ihre Schreibhand nicht mehr nutzen können, unterstützen wir Sie bei der Umstellung. Mit ergotherapeutischen Übungen erlernen Sie graphomotorische Fertigkeiten für handschriftliches Schreiben. Bei Bedarf bieten wir spezielle Schreibhilfen an.

## 4. Abschlussbericht:

Im Abschlussbericht empfehlen wir passende und erfolgreich getestete Hilfsmittel. Auf Anfrage erstellen wir einen Kostenvoranschlag für Ihren Rehaträger und übernehmen die Versorgung beauftragter Hilfsmittel.

### Gruppengröße

Die Anzahl ist auf zwei bis drei Teilnehmer je Maßnahme begrenzt. So können Sie individuell trainieren und sich miteinander austauschen.

### Wohnen

Für die Dauer der Schulung stellen wir Ihnen bei Bedarf eine Unterkunft inklusive Verpflegung auf unserem Campus in Heidelberg zur Verfügung.

### Finanzierung

Das Einhandtraining ist von allen Rehabilitationsträgern anerkannt und kann als Leistung zur Teilhabe am Arbeitsleben gefördert werden.

Vorabklärung ist bei komplexen Krankheitsbildern möglich.

## Unsere Leistungen auf einen Blick

- Festlegung individueller Maßnahmeziele
- Schulung „Richtiges Sitzen“, vorhandene Einschränkungen werden berücksichtigt
- Auswahl eines geeigneten Sitzmöbels
- Umfangreiche Hilfsmittelberatung über PC-Eingabemittel
  - Tastatur und Mauszeigergerät
- Dateneingabe am Computer mit Einsatz der ausgewählten Hilfsmittel und aktueller Office-Software
- Effiziente PC-Bedienung trotz motorischer Einschränkungen
- Beratung zur Entlastung durch persönliches Zeitmanagement
- Übungseinheiten, um motorische Fähigkeiten der aktiven, nicht eingeschränkten Hand zu steigern
- Beratung zur Steigerung der Selbständigkeit im täglichen Leben (ADL-Hilfsmittel)
- Sozialtherapeutisches Beratungsgespräch
- Ausführlicher Abschlussbericht

# Haben wir Ihr Interesse geweckt?



**Kontaktieren Sie uns oder  
sprechen Sie Ihren Reha-Berater an!**

## **Termine Einhandtraining 2023**

- 16.01. – 27.01.2023
- 06.02. – 17.02.2023
- 13.03. – 24.03.2023
- 17.04. – 28.04.2023
- 12.06. – 23.06.2023
- 03.07. – 14.07.2023
- 04.09. – 15.09.2023
- 09.10. – 20.10.2023
- 06.11. – 17.11.2023
- 27.11. – 08.12.2023

### **Ihr persönlicher Kontakt**

**Dennis Brunner**

Kundenservice/Ausbildung

☎ **+49 (0) 6221 88-2263**

✉ **dennis.brunner@srh.de**



In Übungseinheiten, lernen Sie die motorischen Fähigkeiten der aktiven, nicht eingeschränkten Hand zu steigern.

