



Deutsche
Rentenversicherung

Deutsche Rentenversicherung Westfalen
Gartenstraße 194 · 48147 Münster

Fragen zu Einzelfällen

Burkhard Ausel
Tel. 02 51 / 238 - 22 33
burkhard.ausel@drv-westfalen.de

Georg Wilde
Tel. 02 51 / 238 - 34 73
georg.wilde@drv-westfalen.de

Ansprechpartner für Betriebe

Barbara Reckmann
Tel. 02 51 / 238 - 4 98 68
barbara.reckmann@drv-westfalen.de

Grundsätzliche Fragen

Werner Peters
Tel. 02 51 / 238 - 23 15
werner.peters@drv-westfalen.de

reha bad hamm 
Wir bewegen Sie.



Deutsche
Rentenversicherung



**Das Präventionsprogramm
in der reha bad hamm**

Das Konzept der reha bad hamm integriert multimodale, interdisziplinäre Therapie und Beratungsangebote in den Bereichen ambulante Rehabilitation (Kardiologie, Neurologie, Onkologie, Orthopädie), Nachsorge, Heilmittel, Prävention, betriebliche Gesundheitsförderung und sozialmedizinische Begutachtung sowie Neuropsychologie.

Das von den Fachärzten geleitete interdisziplinäre Team steht Ihnen auch bei der Durchführung des in der reha bad hamm angebotenen Präventionsprogrammes zur nachhaltigen Sicherung Ihrer Beschäftigungsfähigkeit zur Seite.



Öffnungszeiten

Mo.–Do. 6.45–20.30 Uhr
Freitag 6.45–19.30 Uhr
und Termine nach Vereinbarung

reha bad hamm

Arthur-Dewitz-Straße 5
59065 Hamm

Telefon 0 23 81 / 8 71 15-0
Telefax 0 23 81 / 8 71 15-19

E-Mail info@reha-bad-hamm.de
Internet www.reha-bad-hamm.de



Ein Präventionsprogramm zum Umgang mit
gesundheitlichen Problemen am Arbeitsplatz

Aktive
Prävention
in Alltag
& Beruf

www.grafik-werk.de · Hamm · Fotos: Anja Laube, shutterstock.com



St. Barbara Klinik
Hamm-Heessen GmbH



St. Franziskus-Hospital
Ahlen GmbH



St. Marien-Hospital
Hamm gGmbH



Evangelisches Kranken-
haus Hamm gGmbH



inoges ag

**Was bietet das
Präventionsprogramm?**

Das berufsorientierte Präventionsprogramm beinhaltet wohnortnahe, berufsbegleitende und wissenschaftlich betreute Leistungen zum Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit. In dem Programm bietet Ihnen die Deutsche Rentenversicherung bei sich anbahnenden Beeinträchtigungen Ihrer Erwerbsfähigkeit an, präventiv etwas für Ihre Gesundheit, Ihre Lebensqualität und Ihre Erwerbsfähigkeit zu tun.

**Was muss ich tun, um die
Präventionsleistungen in
Anspruch nehmen zu können?**

Die wichtigste Verbindungsperson zwischen Ihnen als Arbeitnehmer und uns als Behandler ist Ihr Werks- oder Betriebsarzt. Er stellt mit Ihnen zusammen den Antrag für das Präventionsprogramm. Über die Bewilligung der Maßnahme entscheidet abschließend die Deutsche Rentenversicherung. Für Fragen stehen wir Ihnen und Ihrem Betriebsarzt gerne zur Verfügung.

Alle Informationen zur reha bad hamm
finden Sie auf unserer Internetseite:

www.reha-bad-hamm.de





Arbeitsfähig bis ins Rentenalter?

Die Verlängerung der Lebensarbeitszeit, die unsichere wirtschaftliche Lage, die meist steigenden körperlichen und psychischen Anforderungen im Beruf und auch die Zunahme chronischer Krankheiten lassen viele Menschen daran zweifeln, bis zum Rentenalter berufstätig sein zu können.

Oftmals werden leichte Beschwerden ignoriert und zu spät angegangen. Gerade bei chronischen Erkrankungen dürfen adäquate Maßnahmen nicht zu spät beginnen.

.....



Unser Ziel

Ein gesundes und aktives Leben führen, dies ist das Ziel unseres Präventionsprogrammes. Durch die Vermittlung und gezielte Förderung von Lebens- und Arbeitsstrategien unterstützen wir Sie hin zu einem gesundheitsbewussten (Arbeits-) Alltag, bevor Beschwerden Sie dauerhaft beeinträchtigen können.

Die dazu notwendigen präventiven Leistungen der Deutschen Rentenversicherung bieten wir Ihnen auf einem qualitativ hochwertigen neuartigen Weg an.

Dabei sollten das gesundheitsfördernde Verhalten und die damit verbundenen Lebenszieländerungen bezüglich Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung langfristig in Ihren privaten und beruflichen Alltag integriert werden. Um dies zu gewährleisten, werden die Anwendungen und Schulungen berufsbegleitend durchgeführt.



Für wen ist das Präventionsprogramm geeignet?

Das Präventionsprogramm ist für Berufstätige, die bei der Deutschen Rentenversicherung versichert sind und durch ihre Beschwerden Probleme am Arbeitsplatz haben oder in absehbarer Zeit haben könnten.

Wenn Sie zusätzlich noch mindestens eine der folgenden Fragen mit „Ja“ beantworten würden, sind die Präventionsleistungen für Sie das Richtige!

- Sie möchten sich mehr bewegen oder sich gesünder ernähren?
- Sie möchten besser mit beruflichem, sozialem oder privatem Stress umgehen können?
- Sie möchten körperliche Schmerzen besser bewältigen können?
- Sie machen sich Sorgen, ob Sie bis ins Rentenalter und darüber hinaus gesundheitlich voll leistungsfähig bleiben werden?
- Es fällt Ihnen leichter, mit anderen zusammen etwas an Ihrem Verhalten zu verändern als alleine?

Aufbau der Maßnahme

Die insgesamt 9-monatige Maßnahme umfasst folgende vier Phasen:

Phase 1 – drei Diagnostik- und Einführungstage (ganztätig): Nach der medizinischen und sporttherapeutischen Diagnostik und der individuellen Zielfestlegung werden Sie in Ihr Training eingeführt.

Phase 2 – Trainingsphase (berufsbegleitend): An insgesamt 16 Terminen führen wir mit Ihnen im Anschluss an Ihre Arbeitszeit das bedarfsgerecht zusammengesetzte Training durch.

Phase 3 – Abschluss der Trainingsphase (gangztätig)

Phase 4 – ein Auffrischungstag: Ca. sechs Monate nach Beendigung der Trainingsphase soll das Gelernte noch einmal aufgefrischt und die Eigenkompetenz und Motivation für einen gesunden Lebensstil mit der Anfangssituation verglichen werden.