



## Karlsruhe

Telefon 0721 825-11203  
servicestelle.ka@drv-bw.de

## Lörrach

Telefon 07621 42256-30  
servicestelle.loe@drv-bw.de

## Mannheim

Telefon 0621 82005-201  
servicestelle.ma@drv-bw.de

## Offenburg

Telefon 0781 63915-300  
servicestelle.og@drv-bw.de

## Pforzheim

Telefon 07231 9314-20  
servicestelle.pf@drv-bw.de

## Ravensburg

Telefon 0751 8808-484  
servicestelle.rv@drv-bw.de

## Reutlingen

Telefon 07121 2037-136  
servicestelle.rt@drv-bw.de

## Schwäbisch Hall

Telefon 0791 97130-195  
servicestelle.sha@drv-bw.de

## Singen

Telefon 07731 8227-28  
servicestelle.sn@drv-bw.de

## Region Stuttgart

Telefon 0711 61466-250  
servicestelle.region-stuttgart@drv-bw.de

## Ulm

Telefon 0731 92041-133  
servicestelle.ul@drv-bw.de

## Villingen-Schwenningen

Telefon 07721 9915-101  
servicestelle.vs@drv-bw.de



REHA5508\_03/14



## Aktive Prävention in Alltag & Beruf

- Beschäftigungsfähigkeit  
teilhabeorientiert sichern – **Betsi**
- Präventionsprogramm zum Umgang  
mit gesundheitlichen Problemen am  
Arbeitsplatz



## Arbeitsfähig bis ins Rentenalter?

Die meist steigenden Anforderungen im Beruf und auch die Zunahme chronischer Erkrankungen lassen viele Menschen daran zweifeln, dass sie bis ins Rentenalter berufstätig sein können. Oftmals werden leichtere Beschwerden ignoriert und zu spät angegangen. Eine gute Gesundheit ist die zentrale Voraussetzung für eine lange Erwerbstätigkeit. Mit einem gesunden Lebensstil können wir Krankheiten wie Rückenschmerzen, Bluthochdruck, Übergewicht und Diabetes Mellitus entgegenwirken. So werden Beschwerden verhindert, deren Verschlimmerung vermieden und Lebensqualität bewahrt.

## Was ist Betsi?

Betsi ist ein Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg und dient der Erhaltung Ihrer Gesundheit und Ihrer Arbeitsfähigkeit. Es kombiniert einen einwöchigen, stationären Aufenthalt in einer ausgewählten Rehaklinik mit ambulanten Therapieeinheiten am Wohn- oder Beschäftigungsort.



## Unser Ziel

Betsi setzt bei der frühzeitigen Förderung gesunder Lebens- und Arbeitsstrategien an. Wir wollen, dass Sie möglichst lange ein aktives Leben führen können. Das gesundheitsfördernde Verhalten, das Sie bei Betsi erlernen, wird langfristig in Ihrem privaten und beruflichen Alltag integriert. Daher führen wir einen Teil der Anwendungen und Schulungen berufsbegleitend durch. Sie vermeiden auf Dauer lange Krankheitszeiten und ein frühes Ausscheiden aus dem Erwerbsleben.

## Für wen ist Betsi geeignet?

Betsi ist für alle Berufstätige entwickelt worden, die durch gesundheitliche Beschwerden Probleme am Arbeitsplatz haben. Betsi ist für Sie das Richtige, wenn folgende Faktoren mindestens teilweise auf Sie zutreffen:

- zu wenig Bewegung
- Probleme mit Gewicht und Ernährung
- Rückenschmerzen
- Bluthochdruck
- Diabetes Mellitus

→ ungünstige Arbeitsbedingungen (z.B. Stress durch Schichtarbeit, Arbeitsdichte, Lärm, Kälte, Hitze, Steh- oder Sitzhaltung)

## Für wen ist Betsi nicht geeignet?

Betsi ist nicht geeignet, wenn Sie bereits unter massiven gesundheitlichen Beschwerden leiden. Hier besteht unter Umständen ein Anspruch auf eine medizinische Rehabilitationsmaßnahme.

## Wie läuft Betsi ab?

Die Gesundheitsprävention Betsi soll in Gruppen durchgeführt werden. Es beginnt mit einem einwöchigen Aufenthalt in einer ausgewählten Rehaklinik. Wir fördern Ihr Gesundheitsverhalten unter anderem durch indikationsspezifische Krankengymnastik, Bewegungstherapien und Ergometertraining. Aufbauend auf die stationären Inhalte trainieren Sie anschließend außerhalb Ihrer Arbeitszeit drei Monate ein- bis zweimal pro Woche in einem beschäftigungsornahen Reha- oder Trainingszentrum. Danach führen Sie Ihr Training drei Monate eigenverantwortlich fort.

Betsi endet durch ein Wochenende in der Rehaklinik mit einer Abschlussuntersuchung und weiteren Therapieempfehlungen.

## Wo findet Betsi statt?

Betsi findet in Rehakliniken und ambulanten Reha- oder Trainingszentren statt. Die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg wählt zusammen mit Ihnen die in Frage kommenden Einrichtungen aus.

## Wer trägt die Kosten für Betsi?

Bis auf die Eigentrainingsphase werden die Kosten der Gesundheitsprävention von der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg übernommen.

Für den Aufenthalt in der Rehaklinik fällt in der Regel eine Zuzahlung von 10 Euro pro Tag für Sie an.

## Wie sind Sie während Betsi finanziell abgesichert?

Für die Woche in der Rehaklinik erhalten Sie Entgeltfortzahlung von Ihrem Arbeitgeber oder Übergangsgeld von der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg.

## Haben Sie Interesse an Betsi?

Um an der Gesundheitsprävention Betsi teilzunehmen, wenden Sie sich bitte an unsere regionalen Ansprechpartner vor Ort in den Gemeinsamen Servicestellen für Rehabilitation. Dort erhalten Sie weitere Informationen und die erforderlichen Antragsunterlagen. Interessierte Betriebe beraten wir auch gerne individuell.



## Ihre Ansprechpartner vor Ort – Gemeinsame Servicestelle für Rehabilitation

### Aalen

---

Telefon 07361 9684-152  
servicestelle.aa@drv-bw.de

### Freiburg

---

Telefon 0761 20707-101  
servicestelle.fr@drv-bw.de

### Freudenstadt

---

Telefon 07441 86050-13  
servicestelle.fds@drv-bw.de

### Göppingen

---

Telefon 07161 96073-0  
servicestelle.gp@drv-bw.de

### Heilbronn

---

Telefon 07131 6088-115  
servicestelle.hn@drv-bw.de

