

Podcast: Die Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung RV Fit (Transkript)

Ulrike Damköhler, Firmenberaterin bei der DRV Baden-Württemberg, spricht mit Georgia Bouratzi von der Volksbank Backnang eG über die Präventionsleistungen der DRV (RV-Fit) und wie der Firmenservice Unternehmen hilft, diese bei sich einzuführen.

Herzlich Willkommen zum Podcast der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg, mein Name ist Ulrike Damköhler, ich bin Firmenberaterin und betreue Firmen aus den Regionen Ludwigsburg und Waiblingen. Heute wollen wir uns mit den Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung beschäftigen.

Aufgrund der steigenden Lebensarbeitszeit und der Zunahme der Belastungen an den Arbeitsplätzen haben die Präventionsleistungen stetig an Bedeutung gewonnen. Die Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung können ein wertvoller Bestandteil der betrieblichen Gesundheitsförderung sein. Kurz nennt man sie RV-Fit.

Aber wie können Unternehmen diese Leistung einführen und was genau steckt eigentlich dahinter?

Die Volksbank Backnang hat die Präventionsleistungen bereits als festes Gesundheitsangebot für ihre Beschäftigten implementiert und deshalb haben wir heute Georgia Bouratzi von der Volksbank Backnang eingeladen.

Ulrike Damköhler: Hallo Frau Bouratzi. Schön, dass Sie heute bei uns sind.

Georgia Bouratzi: Hallo Frau Damköhler, vielen Dank für die Einladung.

Ulrike Damköhler: Stellen Sie sich doch mal kurz vor.

Georgia Bouratzi: Mein Name ist Georgia Bouratzi. Ich bin zuständig für das betriebliche Gesundheitsmanagement - kurz BGM der Volksbank Backnang. Wir sind eine große regionale Genossenschaftsbank. Bei uns arbeiten rund 280 Beschäftigte. Seit vier Jahren sind wir dabei aktiv unser BGM auszubauen. Ja und im Rahmen meiner Tätigkeit bin ich immer auf der Suche nach neuen interessanten und die eigenen Gesundheitsangeboten. Diese Herausforderungen kennen sicherlich auch viele andere Firmen.

Ulrike Damköhler: Erzählen Sie doch mal. Wie haben Sie denn von RV-Fit erfahren?

Georgia Bouratzi: Ja, ich kann mich noch an unsere erste Begegnung erinnern. Ich habe in einer Veranstaltung der Deutschen Rentenversicherung zum Thema BGM teilgenommen. Da habe ich sie, Frau Damköhler, kennengelernt. Sie haben dort in einem tollen Impulsvortrag die Präventionsleistungen vorgestellt. Wir haben uns auch bereits direkt auf der Veranstaltung kurz ausgetauscht und anschließend haben wir uns dann zu einem persönlichen Gespräch direkt bei uns in

der Volksbank Backnang getroffen. Unser Personalleiter Hannes Müller war von Anfang an mit dem Boot. Dies ist sehr wichtig für die Umsetzung.

Ulrike Damköhler: Ich kann mich daran erinnern. Es war ein sehr angenehmes und vertrauensvolles, aber auch ein sehr konstruktives Gespräch und ich fand es auch gut, dass der Personalleiter Herr Müller direkt mit einbezogen wurde. Und wenn ich noch so darüber nachdenke, wie das alles mit unserer Zusammenarbeit begonnen hat, da muss ich sie direkt fragen:

Was war denn der Grund für Sie RV-Fit bei der Volksbank einzuführen?

Georgia Bouratzi: Eine gute und berechtigte Frage. Für mich als BGM-Akteur war die Aussage entscheidend, dass die Programme schon bei ersten gesundheitlichen Einschränkung am Arbeitsplatz greifen. Dies war uns nicht bewusst. Wir haben bereits ein vielfältiges Angebot. Dazu gehört neben den Arbeitsschutzregeln das Betriebliche Eingliederungsmanagement und ganz klar, die betriebliche Gesundheitsförderung. Dazu gehört zB. die aktive Pause oder einen Kurs für einen gesunden Rücken. Die Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung schließen aber noch eine ganz wichtige wertvolle Lücke. Wie Sie wissen, beschäftigen wir hauptsächlich Schreibtischtäterinnen und Schreibtischtäter. Das Problem kennen sie sicher. Neben den klassischen Rücken- und Nackenbeschwerden kämpfen auch wir mit den Themen Stress, Ernährung, Schlafproblemen.

Ulrike Damköhler: Das kann ich mir gut vorstellen. Diese Themen werden immer präsenter im Arbeitsalltag und genau hier setzt das kostenfreie Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung an. Mit einem vielfältigen Trainingsprogramm aus Bewegungs-, Entspannungs- und Stressbewältigungseinheiten. Und Tipps zur gesunden Ernährung. Ein Programm, liebe Frau Bouratzi, das genau Ihre Themen angeht.

Georgia Bouratzi: Da haben sie total recht, Frau Damköhler.

Ulrike Damköhler: Das besondere an RV-Fit ist die Kombination aus intensiven Phasen und berufsbegleitenden Phasen. Gesunde Ernährung, Sport und Bewegung sowie Entspannungstechniken sollen Schritt für Schritt in den Berufsalltag integriert werden. Das Gesundheitsverhalten soll nachhaltig verbessert werden. Frau Bouratzi, jetzt haben wir uns darüber unterhalten, wie wir uns kennengelernt haben, wie sie es eingeführt haben und was die Inhalte der Präventionsprogramme sind.

Aber wie sind sie dann vorgegangen? Wie haben sie die Beschäftigten über die Angebote informiert?

Georgia Bouratzi: Für uns war es sehr wichtig, alle Beschäftigte über diese Gesundheitsangebote zeitnah zu informieren. Wir haben Infos dazu in unserem internen Newsletter platziert und gleichzeitig auch Kolleginnen und Kollegen konkret angesprochen. Unsere Beschäftigte können sich auch jederzeit Infos aus dem Intranet holen.

Ulrike Damköhler: Ich denke, es ist auch wichtig die Beschäftigten gut zu informieren, umso auch das Interesse der Beschäftigten zu steigern. Also wie sie schon sagen durch eine Veröffentlichung im

Intranet, durch einen Newsletter oder vielleicht auch durch eine Vortragsreihe. Und das Thema Gesundheit ist ja doch auch ein sehr sensibles Thema.

Wie haben ihre Beschäftigten denn reagiert als sie sie persönlich angesprochen haben?

Georgia Bouratzi: Zu Beginn hatte auch ich etwas Bauchweh und war skeptisch, aber dennoch sehr positiv überrascht. Die Mitarbeitende waren sehr dankbar für die persönlichen Gespräche. So können nach offene Fragen geklärt werden. Eine Kollegin dachte zB. als sie das Wort Rentenversicherung las "das geht mich noch nichts an. Ich muss ja noch nicht in Rente."

Ulrike Damköhler: Das ist leider ein weitverbreiteter Irrtum, denn die Deutsche Rentenversicherung ist auch bei Themen Prävention und Reha aktiv. Mittlerweile haben wir auch einige Beschäftigte sehr erfolgreich an den Programmen teilgenommen.

Welche Rückmeldungen haben Sie denn bekommen?

Georgia Bouratzi: Das Feedback war durchweg positiv. Alle waren sich einig, dass es empfehlenswert ist daran teilzunehmen. Vor allem waren sehr kurze aber dennoch wertvolle Impulse. Das Training war sehr vielfältig. Wie Sie wissen, kann ich vor Ort selbst viel probieren und kann das absolut bestätigen. Durch die Teilnahme in Gruppen ist eine tolle Gruppendynamik entstanden. Das war sehr wertvoll für unser Betriebsklima. Die Beschäftigten waren so noch mehr motiviert, etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Schön war es zu sehen, dass die Beschäftigten gestärkt in den Berufsalltag zurückgekehrt sind. Viele treffen sich heute noch zum gemeinsamen Training bei uns im Plattenwald.

Ulrike Damköhler: Mensch, das klingt ja echt spannend.

Georgia Bouratzi: Wir sind echt dankbar, dass wir durch Sie, Frau Damköhler, überhaupt von diesem Programm erfahren haben. Die gemeinsame Umsetzung und Betreuung hat super funktioniert.

Ulrike Damköhler: Vielen Dank. Und jetzt noch eine letzte Frage:

Was würden Sie denn gerne anderen Firma mit auf den Weg geben?

Georgia Bouratzi: Es lohnt sich auf jeden Fall, die Maßnahmen im Betrieb einzuführen. Man sollte einfach Kontakt mit dem Firmenservice aufnehmen. Wir von der Volksbank Backnang freuen uns jetzt schon auf weitere gemeinsame Aktionen. Vielen Dank.

Ulrike Damköhler: Frau Bouratzi, schön, dass Sie heute bei uns waren.

Georgia Bouratzi: Vielen Dank Frau Damköhler für die Einladung.

Ulrike Damköhler: Sehr gerne.

Outro Damköhler: Das war's auch schon mit unserem Podcast zu den Präventionsleistungen der Deutschen Rentenversicherung. Rückenschmerzen, leichtes Übergewicht, Stress oder Schlafprobleme. RV-Fit hilft gesund und fit zu bleiben. Weitere Informationen finden sie unter diesem Podcast, über die angegebenen Links zu den Themen RV-Fit und des Firmenservice. Vielen Dank fürs Zuhören bis zum nächsten Mal.