

Länger fit durch Gesundheitsprävention

Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover bietet kostenloses Programm in Bad Eilsen

VON KERSTIN LANGE

BAD EILSEN. Viele Menschen leben nicht gesund. Das zeigt eine Auswertung der Deutschen Rentenversicherung Braunschweig-Hannover: Jeder zehnte Versicherte hat ein hohes Risiko, in den nächsten fünf Jahren vorzeitig arbeitsunfähig zu werden. Mit Angeboten wie „RV Fit“ will der Rentenversicherer frühzeitig Krankheiten vorbeugen, damit gesundheitliche Probleme erst gar nicht entstehen. Im Präventionszentrum des Reha-Zentrums Bad Eilsen hat sich Niedersachsens Gesundheitsminister Andreas Philippi jetzt über diese besonderen Programme informiert.

„Mehr als 45 000 Menschen haben 2023 eine medizinische Rehabilitation von der Deutschen Rentenversicherung Braunschweig-Hannover erhalten. Bei leichten gesundheitlichen Beschwerden kann aber auch schon eine Prävention helfen“, erklärte Axel Kobelt-Pönicke, Leiter des Referates Reha-Strategie der Deutschen Rentenversicherung in einem Vortrag.

Dafür wird in Bad Eilsen das besondere Programm angeboten. Zunächst wurden im Landkreis Schaumburg alle Versicherten ab 45 Jahren angeschrieben. Sie konnten bei einem U45-Check-up, im Präventionszentrum (PiZ) in Bad Eilsen erfahren, ob sie ein solches Angebot benötigen.

„An der Gesundheitsuntersuchung haben bislang mehr als 1000 Menschen teilgenommen. Ergebnis: Bei 85 Prozent von ihnen wurde ein Bedarf für eine Prävention oder sogar eine Rehabilitation festgestellt“, so Kobelt-Pönicke. Leider hätten aber etliche dieser Menschen mit Bedarf das kostenlose Angebot dann doch nicht angenommen. „Nach den Gründen suchen wir noch“, stellte Kobelt-Pönicke fest.

In der Einrichtung des Rentenversicherers werden verschiedene Programme rund um Ernährung, Bewegung und den Umgang mit Stress angeboten. „Sie sollen dabei helfen, langfristig einen gesünderen Lebensstil zu entwickeln“, so der Referatsleiter.

In „RV Fit Vital“ etwa können Teilnehmende in der Bewegungstherapie ihre körperliche Gesundheit stärken. Daneben gibt es in „RV Fit Balance“ Angebote zur Entspannung und Stressbewältigung. „RV Fit“ schließt zudem Programme ein, die speziell auf die Bedürfnisse von Auszubildenden abgestimmt sind oder die persönliche und berufliche Situation von Teilnehmenden stärker berücksichtigen können.

„Jeder Einzelne kann viel dafür tun, um Krankheiten vorzubeugen und seine Gesundheit zu stärken“, sagte Philippi. „Selbst bei ersten Krankheitsanzeichen gibt es



Andreas Philippi hat sich einigen Gesundheitstests unterzogen. FOTO: LA

gute Wege, rechtzeitig die Kurve zu bekommen.“

Genau hier setzt Prävention an: Arbeitnehmer werden dabei unterstützt, gesund und erwerbsfähig zu bleiben – möglichst bis zum Beginn der Rente. Die vielfältigen Programme im neuen Präventionszentrum Bad Eilsen sind zielgenau darauf ausgerichtet. „Ich freue mich, dass die Deutsche Ren-

tenversicherung Braunschweig-Hannover hier tolle Möglichkeiten für berufstätige Versicherte geschaffen hat, ihrer Gesundheit auf die Sprünge zu helfen. Der Landkreis Schaumburg ist in Sachen Reha ganz weit vorne“, so der Minister.

Vor allem im Alter von knapp über 50 bis 60 Jahren haben Versicherte ein hohes

Risiko, vorzeitig erwerbsunfähig zu werden.

„Wir nehmen unsere Verantwortung für diese Menschen sehr ernst und wollen frühzeitig passgenaue Lösungen anbieten, im Job wie im Alltag fit zu bleiben. Denn berufliche Teilhabe sichert nicht nur das Einkommen, sie sorgt auch dafür, dass die Menschen im Alter eine auskömm-

liche Rente erhalten können“, sagte Jan Miede, Geschäftsführer der Deutschen Rentenversicherung Braunschweig-Hannover.

Seit einem Jahr läuft das Reha-Vital-Programm in Bad Eilsen und die Zahlen der Teilnehmer steigen deutlich an. „Das verdanken wir vor allem der Mundpropaganda“, stellte Miede fest. Mehr als 300 Bewilligungen für das Programm habe es im vergangenen Jahr gegeben – und die Zahl steige stetig: „Wir haben jetzt 60 Plätze und wollen die auf 120 aufstocken, damit jeder in Niedersachsen, der 45 Jahre oder älter ist, an so einem Projekt teilnehmen kann.“

Der Minister, Miede und Kobelt-Pönicke, der SPD-Landtagsabgeordnete Jan-Philipp Beck und Frederic Frevert, stellvertretender Verwaltungsdirektor des Reha-Zentrums Bad Eilsen, machten schließlich noch einen Rundgang durch die Einrichtung.

„Sie residieren hier ja in einem richtigen Schloss“, stellte der Minister im Fürstenhof fest. Trotz der Hitze am Dienstagmittag unterzog er sich selbst einigen der Fitness-Test und zeigte sich beeindruckt von dem sportlichen Angebot.

Übrigens: Eine Prävention kann über die Webseite www.rv-fit.de oder über einen elektronischen Antrag der Deutschen Rentenversicherung beantragt werden.