



PFLEGE*prevent* – Gesund im Pflegealltag



PFLEGEprevent – Gesund im Pflegealltag





**MEHRWERT:
PFLEGE**

EIN ANGEBOT DER ERSATZKASSEN

MEHRWERT:PFLEGE

Ein Angebot der Ersatzkassen zur
gesundheitsförderlichen Organisationsberatung



BARMER

DAK
Gesundheit

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

hkk
KRANKENKASSE

HEK
HANSEATISCHE KRANKENKASSE

vdek Die Ersatzkassen

Der gesetzliche Auftrag - § 20 SGB V



Unser BGM-Verständnis

Beim betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) geht es um die...

- ...systematische sowie nachhaltige Schaffung und Gestaltung von gesundheitsförderlichen **Strukturen und Prozessen**
- ...einschließlich der **Befähigung der Organisationsmitglieder** zu einem eigenverantwortlichen gesundheitsbewussten Verhalten.

[In Anlehnung an Walter, Münch, & Badura, 2002, S. 534]



Verhalten + Verhältnisse

Unser Angebot

Umfassende und kostenfreie Prozessberatung zum betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM)



Unterstützung bei einem bedarfsgerechten und nachhaltigen BGM-Projekt: von der Bedarfsanalyse über die Maßnahmenumsetzung bis zur Evaluation



Alle Mitarbeitenden in Krankenhäusern, (teil-)stationären Pflegeeinrichtungen und ambulanten Pflegediensten



Projektbegleitung für bis zu zwei Jahre durch erfahrene Berater:innen



kostenfrei und bundesweit verfügbar

Unser Vorgehen

1. VORBEREITUNG
Was wollen wir im BGM erreichen?



2. BEDARFSANALYSE
Wo stehen wir als Organisation?



3. MAßNAHMENPLANUNG
Was kann verbessert werden? Und wie?

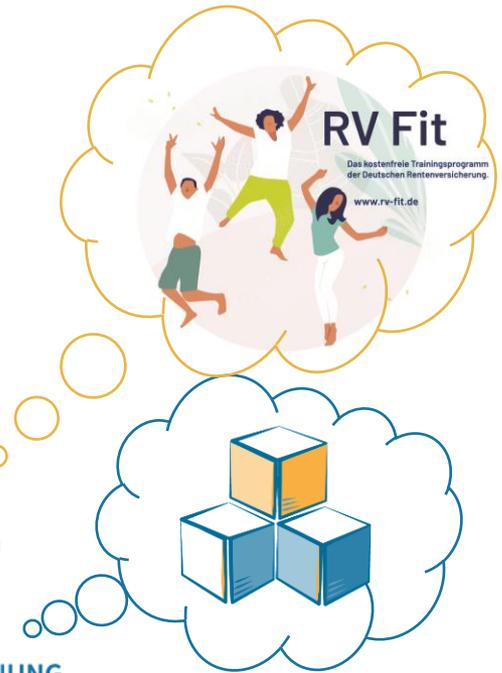


**Aufbau und
Nutzung von
Strukturen**

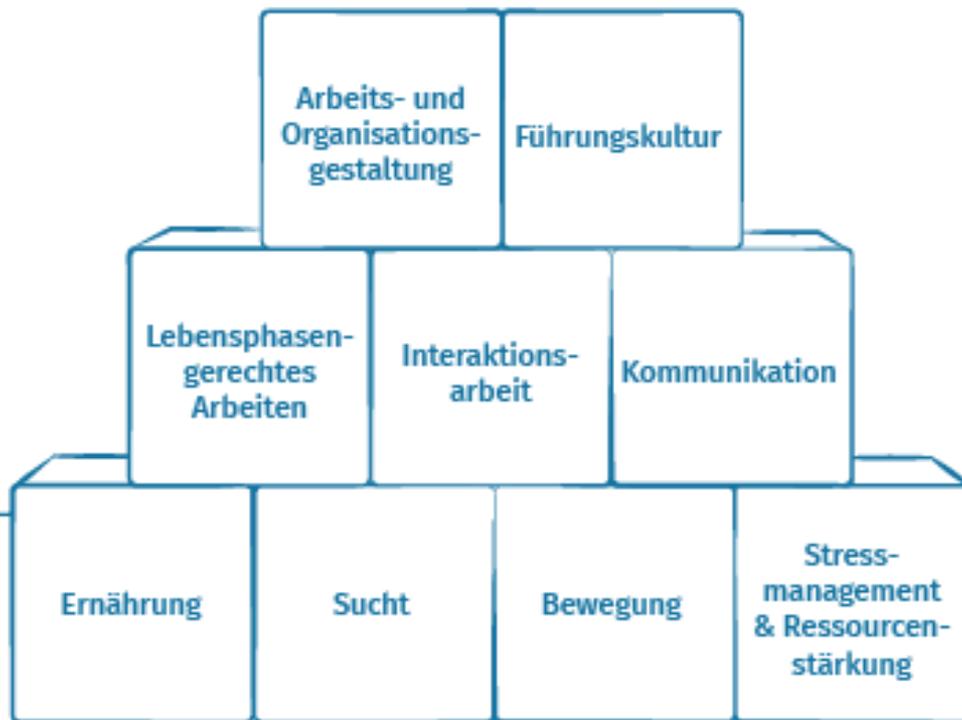
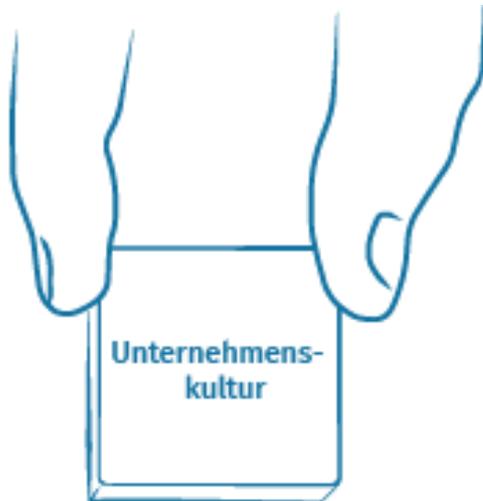
5. ERFOLGSKONTROLLE
Was hat es gebracht?



4. MAßNAHMENUMSETZUNG
Aktiv etwas verändern!



Der Baukasten (stationär)



Der MEHRWERT...



für Beschäftigte

Erhalt der Arbeitsfähigkeit, Stärkung gesundheitlicher Ressourcen, gesunde Arbeitsbedingungen, Wertschätzung



für Arbeitgeber

Erhalt der Arbeitsfähigkeit, Arbeitgeberattraktivität, Wettbewerbs-fähigkeit, Mitarbeiterzufriedenheit, verbessertes Arbeitsklima



für Bewohnende, Patientinnen und Patienten

Gesundheit der Beschäftigten in Zusammenhang mit der Gesundheit der Bewohnenden / Patientinnen und Patienten

Wichtig für den Erfolg

- ★ **Unterstützung:** fördernde Haltung von Geschäftsleitung, BR/PR/MAV
- ★ **Ressourcen:** personelles Eigenengagement der Organisation
- ★ **Partizipation:** Mitarbeitenden und Funktionsträger einbeziehen
- ★ **Ganzheitlichkeit:** Verhalten, Verhältnisse und System berücksichtigen
- ★ **Veränderungsbereitschaft:** für gesundheitsfördernde Organisationsentwicklung



Deutsche
Rentenversicherung

RV Fit – Das Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung



Kongress Pflege 2024
26. Januar 2024

Karin Klopsch DRV Bund

Gesetzlicher Auftrag

Sicherung der Erwerbsfähigkeit der Versicherten

Ziel

Das frühzeitige Erkennen von Präventions- und Rehabilitationsbedarfen, eine frühzeitige Inanspruchnahme notwendiger Leistungen der Rentenversicherungsträger und damit die Sicherung der Beschäftigungsfähigkeit der Mitarbeitenden.

Prävention vor Reha vor Rente



Zweigleisige Präventionsstrategie

**Präventionsleistungen für
Versicherte**



RV Fit

**Beratung und Information
für Betriebe**



Firmenservice



Präventionsportal RV Fit

Leistungen zur Prävention § 14 Abs. 1 SGB VI: „Die Träger der Rentenversicherung erbringen medizinische Leistungen zur Sicherung der Erwerbsfähigkeit an Versicherte, die erste gesundheitliche Beeinträchtigungen aufweisen, die die ausgeübte Beschäftigung gefährden.“

RV Fit

RV Fit ist ein für Sie kostenfreies Trainingsprogramm mit Elementen zu **Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung** für ein ganzheitlich verbessertes Lebensgefühl.

- Von Ärzten entwickelt
- Kleine Gruppen
- Speziell für Berufstätige

Mitmachen

Ziel: Erhalt der Erwerbsfähigkeit - Prävention vor Reha vor Rente



RV Fit – Das Präventionsportal der Deutschen Rentenversicherung – www.rv-fit.de

KLICK
MICH

RV Fit

RV Fit ist ein für Sie kostenfreies Trainingsprogramm mit Elementen zu **Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung** für ein ganzheitlich verbessertes Lebensgefühl.

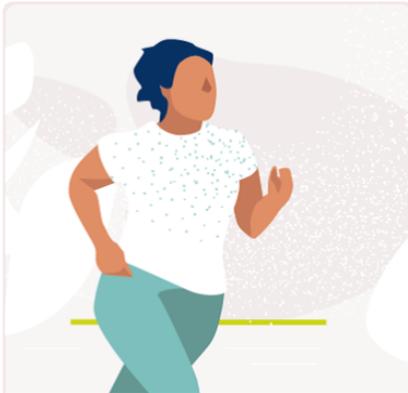
- Von Ärzten entwickelt
- Kleine Gruppen
- Speziell für Berufstätige

Mitmachen



RV Fit – Inhalte

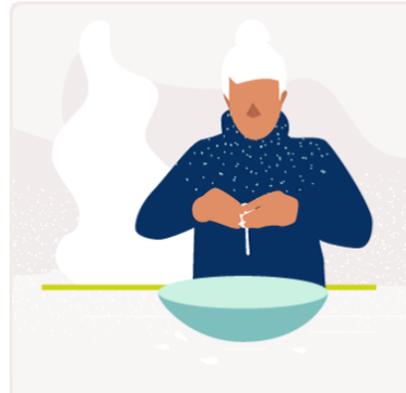
Programm



Bewegung

Sie üben körperschonende Alltagsbewegungen und kräftigen mit dem Training Ihre Muskulatur für eine stabile Körperhaltung.

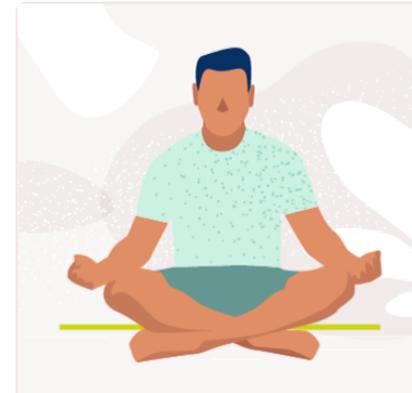
- Muskelaufbautraining
- Ausdauertraining
- Arbeitsplatzbezogene Ergonomieberatung



Ernährung

Sie kochen gemeinsam gesunde und schnelle Gerichte und lernen, welche Lebensmittel Ihnen besonders gut tun.

- Ernährungsberatung
- Gemeinsames Kochen
- Einkaufstipps



Umgang mit Stress

Sie üben aktiv loszulassen und lernen Tricks, mit denen Sie auch in stressigen Zeiten zur Ruhe kommen.

- Stressmanagement
- Entspannungsübungen (z.B. autogenes Training)

RV Fit – Ablauf

Ablauf

1. Intensiv starten



**3 Tag ganztägig
ambulant oder
5 Tage stationär**
von der Arbeit
freigestellt

2. Regelmäßig trainieren



3 Monate
1-2 mal pro Woche
berufsbegleitend
(morgens oder abends)

3. Motiviert dranbleiben



3 Monate
selbstständig trainieren
berufsbegleitend
(morgens oder abends)

4. Auffrischen



**1 Tag ganztägig
ambulant oder
3 Tage stationär**
von der Arbeit
freigestellt

Die Dauer der Phasen kann je nach Einrichtung und Bundesland variieren.

RV Fit – Das Präventionsportal der Deutschen Rentenversicherung

Trainingsorte

Bitte geben Sie Ihre PLZ ein und wählen Sie dann einen Trainingsort für Ihren Trainingsplan aus.





RV Fit – Voraussetzungen

Teilnehmen können alle, die:

- ✔ Aktiv berufstätig und nicht arbeitslos sind
- ✔ Seit mindestens 6 Monaten arbeiten
- ✔ Erste "Zipperlein" haben
z.B. gelegentliche Rückenschmerzen, leichtes Übergewicht, Stress- oder Schlafprobleme.*

*Sollten Sie schwerer erkrankt oder eingeschränkt sein, erkundigen Sie sich zum Thema [Reha](#) bei der Deutschen Rentenversicherung.

Mitmachen



RV Fit – Online Antragstellung

Präventionsportal RV Fit

Deutsche Rentenversicherung
eAntrag

Hilfe Gebärdensprache Leichte Sprache

Interaktionen zum Formular

Präventionsantrag online stellen

Antrag auf Leistungen zur Prävention (SGB 18)

Dauer
Die Antragstellung dauert ca. 5 Minuten.

Checkliste

Folgende Informationen brauchen Sie für Ihren Präventionsantrag:

- Versicherungsnummer - diese finden Sie z.B. auf Ihrer Renteninformation, Gehaltsabrechnung oder Ihrem Sozialversicherungsausweis
- bei Antragstellung durch eine dritte Person: Vollmacht oder Betreuungsurkunde sowie gültiges Personaldokument (wie etwa Geburtsurkunde oder Stammbuch in bestättigter Kopie)

Teilnahmebedingungen

Damit Sie Ihren Präventionsantrag online stellen können, lesen und akzeptieren Sie bitte unsere **Teilnahmebedingungen**.

Ich habe die Informationen zur Kenntnis genommen.
Die allgemeinen Teilnahmebedingungen der Online-Dienste werden akzeptiert bzw. wurden bereits akzeptiert (Online-Kliente mit Registrierung).

Vorgesehene Rehabilitationseinrichtung

Vorgesehene Rehabilitationseinrichtung

- Angaben zur Person
- Dokumentenzugang
- Bemerkungen zum Antrag
- Zusammenfassung
- Erklärungen & senden

Vorgesehene Rehabilitationseinrichtung

Die für die Präventionleistung vorgesehene Rehabilitationseinrichtung ist / vorgesehenen Rehabilitationseinrichtungen sind (soweit bekannt):

1. Name, Anschrift (optional)
ZAR Spandau, Neuendorfer Str., 25, 13585, Berlin

2. Name, Anschrift (optional)
ZAR Spandau, Neuendorfer Str., 25, 13585, Berlin



RV Fit – Das Präventionsportal der Deutschen Rentenversicherung

Für Arbeitgeber

Voraussetzungen? Freistellung? Entgeltfortzahlung?
Spezielles Infomaterial und alles, was für Sie als Arbeitgeber wichtig ist.

Kostenloser Firmenservice

0800 1000 453

Montag bis Freitag von 9-15 Uhr

NACHRICHT SCHREIBEN 

Firmenservice

Unser Firmenservice berät Sie gerne persönlich. Wir stehen Ihnen neben der Prävention auch bei allen Fragen rund um die Themen gesunde Beschäftigte, Rente und Altersvorsorge sowie Sozialabgaben zur Verfügung.

Sie haben Fragen oder Anregungen? Rufen Sie uns an oder schicken Sie uns eine Nachricht.

Kostenloser Firmenservice

0800 1000 453

Montag bis Freitag von 9-15 Uhr

E-MAIL SCHREIBEN 



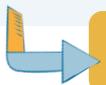
**RV Fit –
Das Präventionsprogramm
der Deutschen Rentenversicherung**

**Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit!**

PFLEGEprevent – Schritt für Schritt

Vorstellung

Wir stellen Ihnen PFLEGEprevent vor und erfragen den Status quo Ihrer Organisation.



Auftragsklärung

Wir führen zusammen mit der künftigen Beratungsperson ein Erstgespräch bei Ihnen vor Ort oder digital durch.



Konzeptions-Workshop

In einem Workshop erstellt die Beratungsperson mit Ihnen eine Projektskizze für MEHRWERT:PFLEGE.



Kooperationsvereinbarung

Projektstart

Analyse, Maßnahmenplanung und -umsetzung, Evaluation, Nachhaltigkeits-Workshop.





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Gibt es Fragen?

