

A photograph showing two hands assembling puzzle pieces on a light blue surface. One hand is placing a silver piece, while the other is holding a white piece. A prominent red puzzle piece is also visible in the center. A dark blue speech bubble is overlaid on the left side of the image.

**Starker Service.
Starke Firma.**

RV Fit – Ein Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung

Reinhard Schädle, Firmenberater, DRV Bund

Firmenservice – Angebot der DRV für Unternehmen

Beratung zu den Themenfeldern

- Prävention
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Betriebliches Eingliederungsmanagement
- Leistungen zur Teilhabe
- Rente und Altersvorsorge
- Beiträge/ Meldungen zur Sozialversicherung

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



Teilnahmevoraussetzungen:

- aktiv berufstätig
- 6 Monate Pflichtbeiträge in den letzten 2 Jahren
oder z.B. 15 Jahre Wartezeiterfüllung
- erste gesundheitliche Beeinträchtigungen mit
Auswirkungen auf die Beschäftigung „Zipperlein“
(Befund nicht erforderlich)



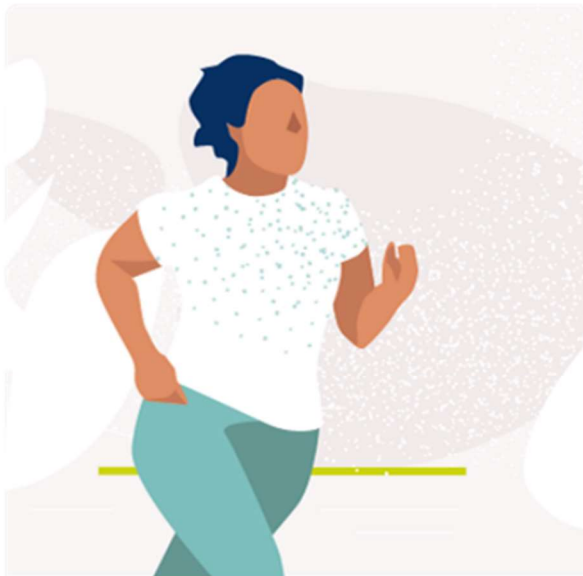
Zusätzliche Informationen:

- Erstattung der Fahrtkosten
- keine Zuzahlung nötig
- Lohnfortzahlung durch Arbeitgeber*in (Initialphase/Auffrischung)
- kein Ausschlussgrund für med. Reha
- Gruppentraining – bis zu 15 Personen

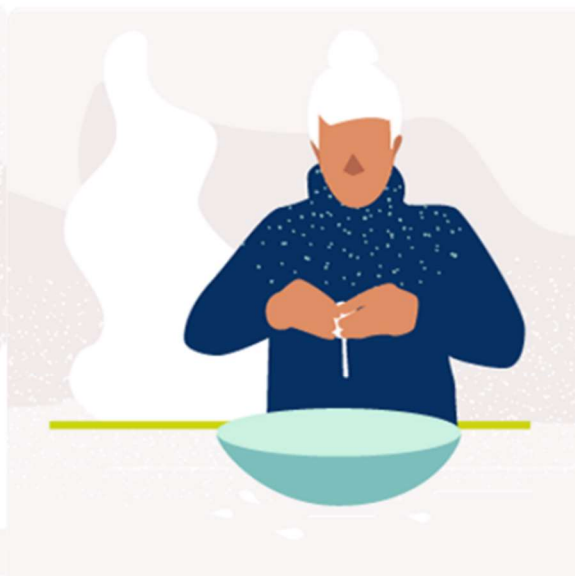


Ein von Ärzten entwickeltes **Präventionsprogramm** – erste gesundheitliche Probleme frühzeitig und aktiv angehen

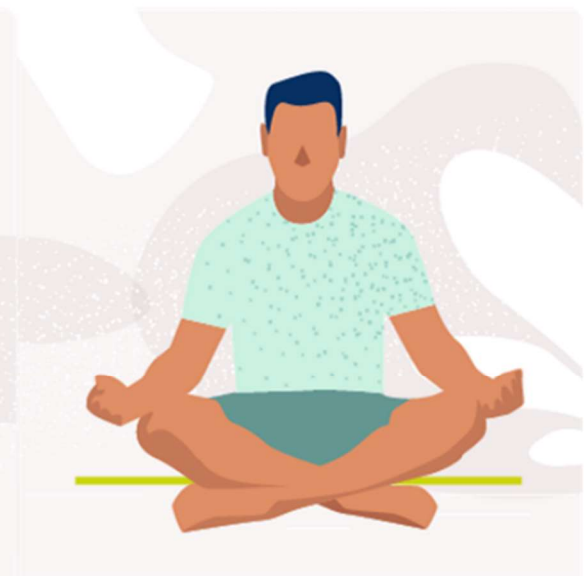
Trainingsinhalte zu:



Bewegung



Ernährung



Umgang mit Stress

Ziele

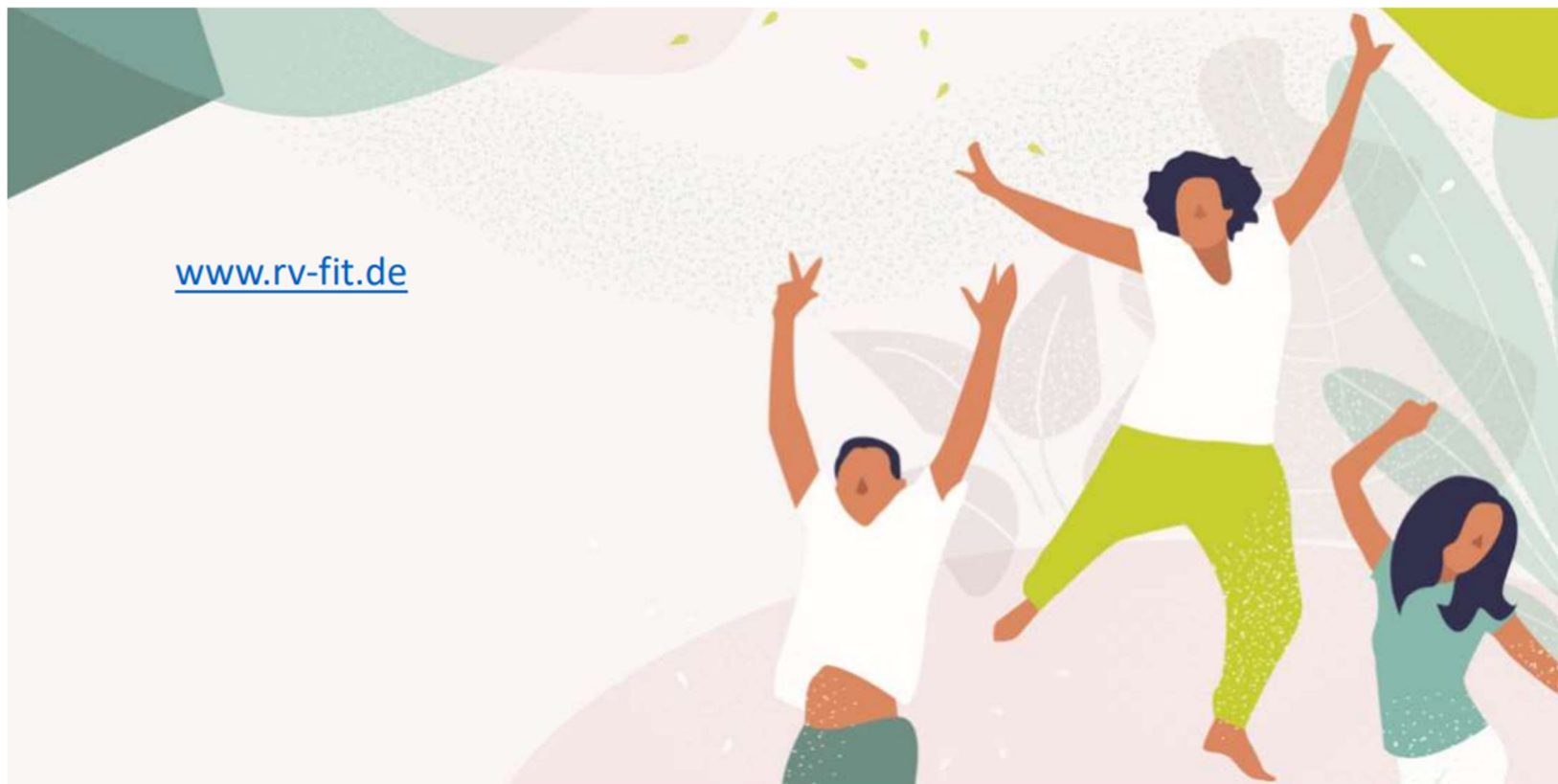
- Motivation und Aktivität für ein eigenverantwortliches und gesundheitsbewusstes Verhalten fördern
- Strategien zum Umgang mit psychischer Anspannungen erlernen
- Stress- und Konfliktbewältigungsfähigkeit am Arbeitsplatz und in der Freizeit fördern
- Bewegung und Körperwahrnehmung fördern
- Kompetenz zur Bewältigung von Schmerzen und Befindlichkeitsstörungen fördern



Anmeldung:

Antrag online über e-Antrag: www.rv-fit.de

Unterstützung bei Gruppenantrag durch Firmenberatenden



A close-up photograph showing two hands assembling puzzle pieces on a light-colored surface. One hand is on the left, placing a silver piece, and the other is on the right, placing another silver piece. A prominent red puzzle piece is in the center. A semi-transparent blue speech bubble is overlaid on the left side of the image.

**Starker Service.
Starke Firma.**

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Reinhard Schädle, Firmenberater, DRV Bund