

## Was ist Betsi?

Die Rehaklinik Bad Boll ist eine Fachklinik für Orthopädie, Schmerztherapie und Naturheilverfahren. Das der Klinik angeschlossene neue Badhaus zeichnet sich durch eine klare Architektur, lichtdurchflutete Räume und einen ungehinderten Blick auf die Landschaft der Schwäbischen Alb aus. Im VitalZentrum stabilisieren Sie Ihre körperliche Fitness. Am Milon-Zirkel erhalten Sie ein hochwertiges Trainings- und Betreuungsprogramm unter fachkundiger Anleitung.

Die hauseigene MineralTherme bietet Aktivität und Entspannung zugleich:

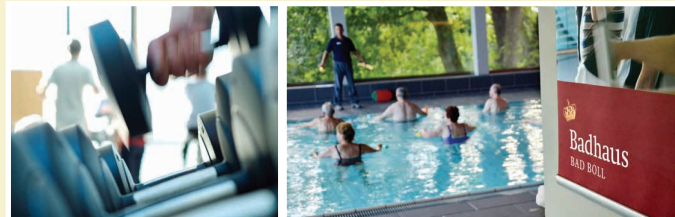
- Der Wasserwiderstand stellt beim Aquatraining einen besonders hohen Trainingsanreiz für die Muskulatur dar.
- Die Innen- und Außenbecken bieten mit ihrem 34°C warmen, kohlenstoffhaltigen Thermalmineralwasser Raum für aktive Erholung und Entspannung.

Durch unsere Öffnungszeiten (täglich bis 22 Uhr) können die einzelnen Inhalte des Programmes stressfrei absolviert werden.

Unsere Mitarbeiter sind bei Fragen gerne für Sie da. Geben Sie Ihre Gesundheit in erfahrene Hände!

## Anfahrt

Dank der guten Autobahnverbindung ist die Rehaklinik Bad Boll ideal zu erreichen. Den 25 km entfernten Stuttgarter Flughafen erreichen Sie in ca. 20 Minuten; Ulm, 50 km entfernt, in ca. 40 Minuten. Reisen Sie mit der Bahn an, besteht eine direkte und schnelle Busverbindung vom Busbahnhof Göppingen aus.



rehaklinik bad boll

Fachklinik für Orthopädie, Schmerztherapie  
und Naturheilverfahren

Am Kurpark 1 • 73087 Bad Boll  
Tel. 07164 81-0 • Fax 07164 81-492  
info@rehaklinik-bad-boll.de  
www.rehaklinik-bad-boll.de



rehaklinik bad boll

## Betsi

*Aktive Gesundheitsförderung  
für Berufstätige*





## „Betsi“ - Beschäftigungsfähigkeit teilhabeorientiert sichern - ein Programm der DRV

### Was ist Betsi?

Betsi ist ein Präventionsangebot der Deutschen Rentenversicherung (DRV).

Das Programm richtet sich an Arbeitnehmer, die am Arbeitsplatz hohen Belastungen ausgesetzt sind und bereits erste gesundheitliche Beschwerden haben. Es wird wohnortnah und berufsbegleitend durchgeführt.

### Ziele von Betsi?

Eine aktive Gesundheitsvorsorge zum Erhalt der Erwerbsfähigkeit steht im Mittelpunkt des Programmes.

Mit Betsi können Berufstätige beginnenden gesundheitlichen Problemen wie Bluthochdruck, Diabetes Mellitus, Rückenschmerzen, Übergewicht und Stressbelastungen aktiv entgegenwirken.

### Betsi aus Sicht des Arbeitgebers

Jeder Arbeitgeber hat ein großes Interesse am Erhalt der Leistungsfähigkeit seiner Mitarbeiter und unterstützt Sie aktiv bei der Umsetzung des Programmes.

### Welche Vorteile bietet Betsi?

Sie werden nach einem ausführlichen Gesundheitscheck in ein gezieltes, auf Ihre individuellen Probleme abgestimmtes Trainingsprogramm eingeführt. Dadurch verbessern Sie wieder Ihre körperliche Leistungsfähigkeit und reduzieren Ihre gesundheitlichen Risiken.

### Wie läuft Betsi ab?

Das Programm besteht aus vier Phasen, die sich im Durchschnitt über ein halbes Jahr erstrecken:

Phase 1 1 Woche	<b>Stationärer Aufenthalt</b> (Basiswoche mit Gesundheitscheck, Trainingseinführung und Schulung)
Phase 2 12 Wochen	<b>Ambulante Trainingsphase</b> an der Rehaklinik Bad Boll (Fortführung des Trainings unter fachkundiger Anleitung)
Phase 3 3 Monate	<b>Eigentrainingsphase</b> (Fortführen des Trainings in Eigenverantwortung)
Phase 4	<b>Auffrischungstage (2 oder 3 Tage)</b>

### Ambulantes Training an der Rehaklinik Bad Boll:

- Inhalte der Basiswoche werden aufgegriffen und fortgeführt
- Festlegung der individuellen Ziele im Hinblick auf die Eigentrainingsphase
- Training am Milon-Kraft-Ausdauer-Zirkel
- Fortführung des Trainings unter fachkundiger Anleitung
- Selbstständiges Aquatraining in der hauseigenen Mineraltherme

### Finanzierung

Die Kosten für die stationäre und ambulante Leistung werden von der Rentenversicherung übernommen.

Für die Teilnahme an der Basiswoche und an den Auffrischungstagen erhält der Arbeitnehmer Lohnfortzahlung.

Für jede Übernachtung im Rahmen der stationären Basiswoche fällt eine Zuzahlung von 10 Euro an.