

TEILNAHME UND KOSTEN

Teilnehmen können grundsätzlich alle bei der Deutschen Rentenversicherung (DRV) versicherten Mitarbeiter.

Die Kosten für die stationäre Woche und ambulante Trainingsphase sowie für das Auffrischungswochenende werden von der DRV übernommen.

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

ANBIETER DES PROGRAMMS

Das **Klinikum Christophsbad** in Göppingen umfasst 6 Akutkliniken mit den Schwerpunkten Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik, Neurologie sowie Radiologie und Neuroradiologie. Dazu gehören auch die Geriatriische Rehaklinik und die Orthopädische Rehaklinik Bad Boll und ein spezialisiertes Heim.

Klinikum Christophsbad

Faurndauer Straße 6-28
73035 Göppingen

Tel. 07161 601-0

info@christophsbad.de
www.christophsbad.de



VERANSTALTUNGsort

Rehaklinik Bad Boll

Am Kurpark 1
73087 Bad Boll

Tel. 07164 81-0

info@rehaklinik-bad-boll.de
www.rehaklinik-bad-boll.de



ANSPRECHPARTNER BalancePLUS

Fachliche Leitung:

Dipl.-Psych. Rosita Szlak-Rubin

Leitende Psychologische Psychotherapeutin

Tel. 07161 601-8285,

E-Mail: rosita.szlak-rubin@christophsbad.de

Gästebüro / Patientenaufnahme

Tel. 07164 81-403/ -404

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg:

Ulrike Damköhler: Tel. 0711 61466-177,

E-Mail: firmenservice-es-gp@drv-bw.de

firmenservice-s-bb@drv-bw.de

Präventionsprogramm

BalancePLUS

*Gemeinsames Programm zur präventiven
Erwerbsfähigkeitssicherung
betrieblicher Mitarbeiter*



rehaklinik bad boll



KLINIKUM
CHRISTOPHSBAD



Deutsche
Rentenversicherung

BalancePLUS

Belastungen erfolgreich bewältigen

BalancePLUS, das Programm zur präventiven Erwerbsfähigkeitssicherung betrieblicher Mitarbeiter

- BalancePLUS ist ein Angebot, bei dem Präventionsleistungen der gesetzlichen Rentenversicherungen speziell auf die Bedürfnisse betrieblich Beschäftigter angepasst und erbracht werden.
- BalancePLUS findet in einer Kombination stationärer und berufsbegleitend ambulanter Leistungen statt.
- BalancePLUS findet in einer Gruppe von 10 – 12 Personen statt.
- BalancePLUS wird in der Rehaklinik Bad Boll durchgeführt.
 - Modell 1: Stationäre Phase sowie Refresher
 - Modell 2: Ambulante Phase



DIE MODULE VON BalancePLUS

1. Vorbereitungsphase

- Informationsgespräch mit Betriebsarzt/ Hausarzt
- Ggf. Informationsveranstaltung durch die DRV

2. Stationäre Phase

- 1-wöchige stationäre Prävention in der Rehaklinik Bad Boll
- Unterbringung mit Vollpension
- Angebote:
 - Ressourcentraining mit dem ZRM (Zürcher Ressourcen Modell)
 - Entspannungsverfahren
 - Sport- und Bewegungstherapie
 - Ernährungs- und Gesundheitstraining
 - Zugang zu eigenen kreativen Fähigkeiten
 - Nutzung der MineralTherme, des VitalZentrums und der SaunaLounge

3. Ambulante Trainingsphase

- Dauer 12 Wochen
- Fortführung der ressourcenorientierten Gruppenarbeit in der Rehaklinik Bad Boll (1,5 h / Wo)
- Betreuung durch Gruppentherapeuten

4. Eigen-Trainingsphase

- Dauer 12 Wochen
- Nutzung von innerbetrieblicher Gesundheitsangebote:
 - Stressbewältigung
 - Entspannungsverfahren
 - Sportliche Aktivitäten
 - Ernährungskurs

5. Auffrischungs-Wochenende (Refresher)

- Nach ca. 6 Monaten in der Rehaklinik Bad Boll



BALANCE VON ARBEIT UND PRIVATEM LEBEN

Wer kann an BalancePLUS teilnehmen?

Teilnehmen kann jeder bei der Deutschen Rentenversicherung (DRV) versicherte Beschäftigte.

Wie kann ich Teilnehmer an BalancePLUS werden?

- Informationsgespräch mit Betriebsarzt/ Hausarzt/ Sozialberater
- Beantragung der Maßnahme bei der Deutschen Rentenversicherung

Zielsetzung des Präventionsprogramms BalancePLUS

- Vermeidung von Burnout-Syndromen
- Umgang mit Stress
- Gesunde Work-Life-Balance
- Ressourcenaktivierung / Resilienztraining
- Umgang mit Konflikten
- Entdecken eigener kreativer Potentiale