

## Wer trägt die Kosten für PRIMA?

Die Deutsche Rentenversicherung trägt die Kosten für die stationäre Präventionswoche oder die gänztägig ambulanten Präventionstage. Ebenso übernimmt sie die Kosten für das ambulante 12-Wochen-Programm, das Auffrischungswochenende oder den Auffrischungstag. Auch die Reisekosten werden übernommen.

## Wer kann teilnehmen?

Das Angebot richtet sich an Beschäftigte, die bei der Deutschen Rentenversicherung rentenversichert sind und bei denen aus gesundheitlichen Gründen ein Bedarf für entsprechende präventiven Leistungen zur Sicherung der Beschäftigungsfähigkeit besteht.

## Finanziell abgesichert?

Für die Zeit des ganztägigen Aufenthalts in der Rehaklinik oder der ambulanten Rehaeinrichtung besteht ein Anspruch auf Entgeltfortzahlung.

## Firmenservice?

Wir beraten Sie zusätzlich gerne individuell zu unserem Präventionsprogramm. Wir unterstützen Arbeitgeber, Werks- oder Betriebsärzte, Betriebsräte und Schwerbehindertenvertretungen.

## Wie stelle ich den PRIMA-Antrag?

Den Antrag können Sie direkt unter folgender Adresse Stellen: [www.RV-Fit.de](http://www.RV-Fit.de)  
Bei Problemen oder Fragen wenn Sie sich gerne an uns.



©contrastwerkstatt-Fotolia

**Elithera**<sup>®</sup>  
Reha- und Gesundheitszentrum  
Hameln

## Auszug aus unserem Leistungsangebot

Manuelle Therapie  
Ergotherapie  
Krankengymnastik (auch an Geräten)  
Medizinische Trainingstherapie  
Ambulante Rehabilitation  
Rehasport & Funktionstraining  
Elithera Training  
Rückentraining  
Massage  
Präventionskurse  
Personal Training (indoor/outdoor)



### Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 07:00 bis 20:00 Uhr

### Therapie- und Rehasentrum Hameln GmbH

Elsa-Buchwitz-Straße 2 | 31785 Hameln  
Tel. 0 51 51/98 78 0 | Fax 0 51 51/98 78 0  
Fabian.Goerlitz@elithera-hameln.de |  
[www.elithera.de/hameln](http://www.elithera.de/hameln)



**Elithera**<sup>®</sup>  
Reha- und Gesundheitszentrum  
Hameln

## PRIMA / RV-FIT

Präventive Maßnahme zur teilhabeorientierten Erhaltung der Erwerbsfähigkeit



©Jakub Jirsak-stock.adobe.com



[www.elithera.de/hameln](http://www.elithera.de/hameln)

## Arbeitsfähig bis ins Rentenalter?

Die steigenden Anforderungen im Beruf und die Erhöhung des Renteneintrittsalters lassen viele Menschen daran zweifeln, dass sie bis dahin berufstätig sein können. Leichtere Beschwerden werden ignoriert und zu spät angegangen. In Zusammenarbeit mit der Deutschen Rentenversicherung bieten wir daher Arbeitnehmern mit ersten gesundheitlichen Beschwerden das spezielle Präventionsprogramm Elithera-PRIMA an.

Der qualifizierte Mitarbeiter bleibt damit Ihrem Unternehmen erhalten, krankheitsbedingte Ausfälle werden reduziert oder gar Frühverrentungen vermieden. Bei einsetzendem Fachkräftemangel ist dies ein klarer strategischer Vorteil.

## Was ist Elithera-PRIMA?

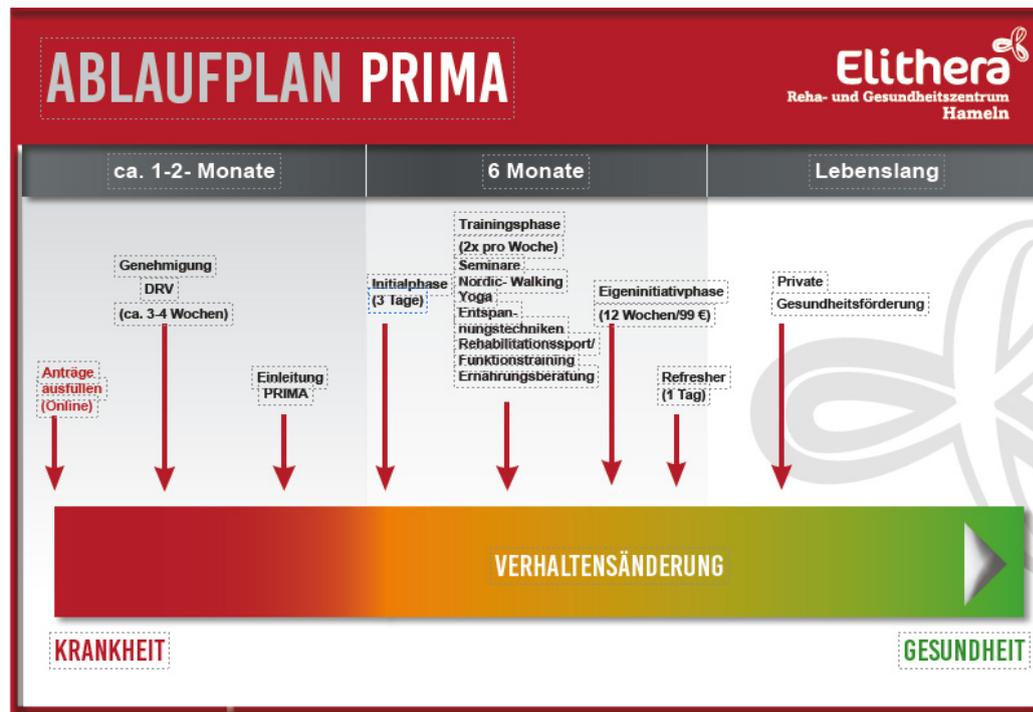
Als Teil der Betrieblichen Gesundheitsförderung im Unternehmen soll Elithera-PRIMA die Erwerbsfähigkeit erhalten sowie gesunde Lebens- und Arbeitsstrategien frühzeitig fördern. In Frage kommen für das Präventionsprogramm Beschäftigte mit auffälligen Krankheitszeiten, Herz-Kreislaufproblemen, Übergewicht, Stoffwechselerkrankungen oder Problemen des Bewegungsapparates sowie mit psychosozialen Fehlbelastungen.

## Für wen ist PRIMA geeignet?

Elithera-PRIMA ist für alle Berufstätige entwickelt worden, die durch gesundheitliche Beschwerden bereits Probleme am Arbeitsplatz haben.

Das spezielle Präventionsprogramm ist geeignet, wenn mehrere der folgenden Faktoren zutreffen:

- zu wenig Bewegung
- Probleme mit Gewicht und Ernährung
- Rückenschmerzen
- Bluthochdruck
- Diabetes mellitus
- ungünstige Arbeitsbedingungen (zum Beispiel Stress durch Schichtarbeit, Arbeitsdichte, Lärm, Kälte, Hitze, Steh- oder Sitzhaltung)
- auffällige Krankheitszeiten
- Stressbewältigung



## Aktive Stimmen zu Elithera-PRIMA



Sylvia Hass (54) & Carola Schumann (52)

„PRIMA hat uns motiviert neue Aufgaben und Übungen für zu Hause aufzunehmen.“



Svea Alter (27)

„Seitdem ich mit PRIMA begonnen habe, fühle ich mich auf der Arbeit fitter und belastbarer. Ich würde das Angebot jederzeit wieder in Anspruch nehmen und in meinem beruflichen Umfeld weiterempfehlen.“



Norbert Reelsen (61)

„Das Zusammenspiel der einzelnen Inhalte (Trainings-therapie, Ergotherapie, Physiotherapie etc.) hat mir sehr gut gefallen. Ich fühlte mich rundum gut aufgehoben und betreut im Elithera Reha- und Gesundheitszentrum. Außerdem konnte ich innerhalb von 6 Monaten mein gemessenes Alter um 11 Jahre senken.“