



Ziel: Arbeitsfähig  
bis ins Rentenalter

## Zum Erhalt der Arbeitskraft: RV Fit

- Informationen für Arbeitnehmer
- Präventionsprogramm zum Umgang mit ersten gesundheitlichen Beschwerden am Arbeitsplatz und im Alltag

### Warum RV Fit?

Das Präventionsangebot RV Fit der Rentenversicherung soll Sie dabei unterstützen, Risiken aus Lebens- und Arbeitswelt zu reduzieren und gleichzeitig Ihre gesundheitlichen Ressourcen zu stärken.

Wir fördern Ihr Gesundheitsverhalten mit unserem Präventionsprogramm in einer Rehaeinrichtung durch praktische und theoretische Einheiten zu den Themen

- aktive Bewegungsübungen
- ergonomische Arbeitsplatzbedingungen
- Ernährung
- Risikofaktoren
- Stressmanagement
- psychische Widerstandsfähigkeit
- Entspannung

### RV Fit auf einen Blick





Weitere Informationen, Anmeldungen  
und Anträge unter

[www.rv-fit.de](http://www.rv-fit.de)

## Wer braucht RV Fit?

RV Fit wurde für Beschäftigte, Azubis und Selbständige entwickelt, die bei der Deutschen Rentenversicherung pflichtversichert sind und erste Beschwerden am Arbeitsplatz haben, ausgelöst durch:

- Bewegungsmangel
- Gewichtsprobleme
- Rückenschmerzen
- Bluthochdruck
- Diabetes Mellitus
- ungünstige Arbeitsbedingungen
- psychische Belastungen, wie zum Beispiel erhöhte Stressanfälligkeit, Konzentrationsstörungen, nachlassende Motivation, Konflikte in der menschlichen Interaktion, Überengagement
- auffällige Medikation

## Versicherungsrechtliche Voraussetzungen

In der Regel reichen sechs Monate mit Pflichtbeiträgen für eine versicherte Beschäftigung oder Tätigkeit in den letzten zwei Jahren vor dem Antrag aus, um die versicherungsrechtlichen Voraussetzungen zu erfüllen.

## Wer trägt die Kosten?

Die Deutsche Rentenversicherung trägt die gesamten Kosten für den Aufenthalt in den Einrichtungen, sowie die Reisekosten.

Der Arbeitgeber leistet Entgeltfortzahlung während der Initialphase und der Refresherphase.

## Ihre Ansprechstellen vor Ort

Die Ansprechstellen für Prävention und Reha sind in ganz Baden-Württemberg verteilt. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beraten Sie dort in allen Anliegen rund um die Themen Prävention und Rehabilitation und unterstützen bei der Antragstellung.

**Wir sind gerne für Sie da!**

Weitere Informationen zu den Ansprechstellen für Prävention und Reha sowie die Ansprechpartner in Ihrer Nähe finden Sie im Internet unter [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)