



  
**STAATSBAD PYRMONT**  
Gesundheit und Lebensfreude

# Reha! Doch was dann?

■ Als DRV-Patient\*in haben Sie im Anschluss an die Rehabilitationsmaßnahme Anspruch auf eine Reha-Nachsorge der Deutschen Rentenversicherung

## Nachsorge-Formen:

- IRENA digital
- IRENA analog
- T-RENA analog



# Ablauf in der Einrichtung



## Caspar Einweisungsseminar

Heute erhalten Sie eine Einführung in die Caspar App.

Woche 1



## Begleitetes Training

Bitte bringen Sie hier Ihr Smartphone oder Tablet mit!

Woche 2



## Nachsorgevortrag/ beratung

Vorstellung der Nachsorgeformen & Nachsorgeentscheidung

Woche 3



## Nachsorge

Ihre digitale Nachsorge startet mit einem Begrüßungsanruf der Caspar Clinic



## Einweisungstraining

Zu Beginn Ihrer Reha findet ein Einweisungstraining mit Therapeut\*innen statt

## Ärztliches Abschlussgespräch

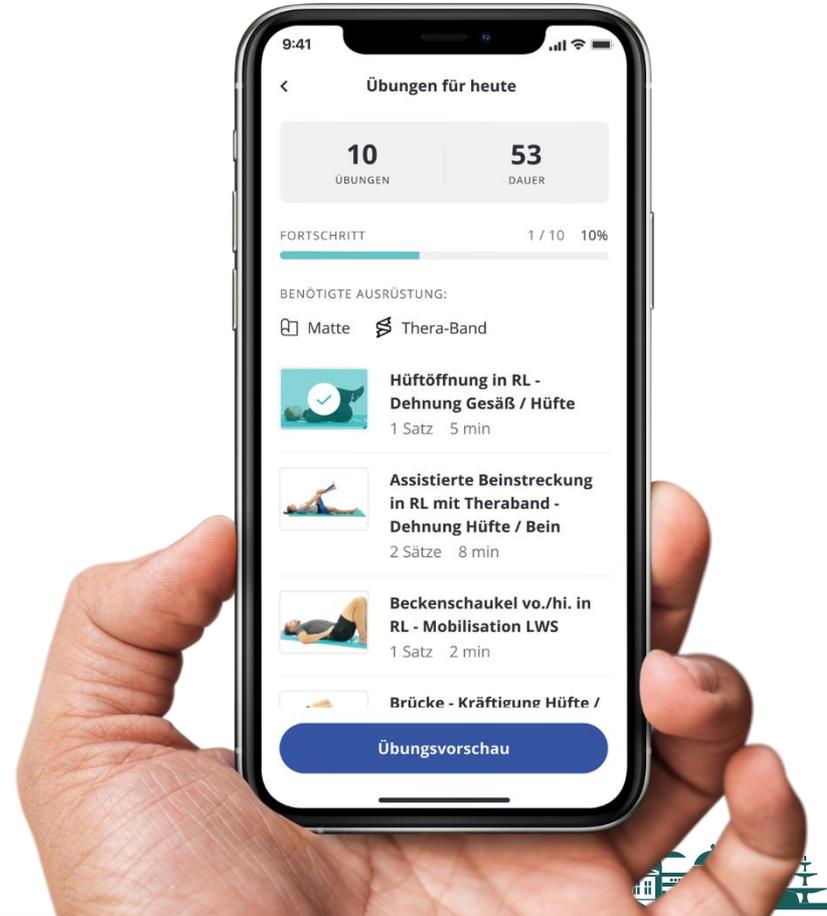
Sollten Sie noch kein Nachsorge-Empfehlungsformular erhalten haben, können Sie nun bei Ihren Ärzt\*innen nachfragen

## Selbständiges Training

Auf Ihrem Zimmer oder im Caspar Bereich



# Caspar Health App



# Die Nachsorge in Zahlen

- IRENA: 11,54 %
- TRena: 23,08 %
- Funktionstraining/Rehasport: 8,97 %
- **Digitalte Nachsorge (Caspar): 56,41%**



# Beispiel



# In Kürze auch als Präventionsprogramm RV-FIT

## Der Ablauf

1. 3 Tage ganztägig  
ambulant oder  
5 Tage stationär  
freigestellt



2. 3 Monate  
1-2 mal pro Woche  
berufsbegleitend



3. 3 Monate  
selbständig trainieren  
berufsbegleitend



4. 1 Tag ganztägig  
ambulant oder  
3 Tage stationär  
freigestellt



## Programminhalte

### Bewegung

Sie üben körperschonende Alltagsbewegungen und kräftigen mit dem Training Ihre Muskulatur für eine stabile Körperhaltung.

- Muskelaufbautraining
- Ausdauertraining
- Arbeitsplatzbezogene Ergonomieberatung



### Ernährung

Sie kochen gemeinsam gesunde und schnelle Gerichte und lernen, welche Lebensmittel Ihnen besonders gut tun.

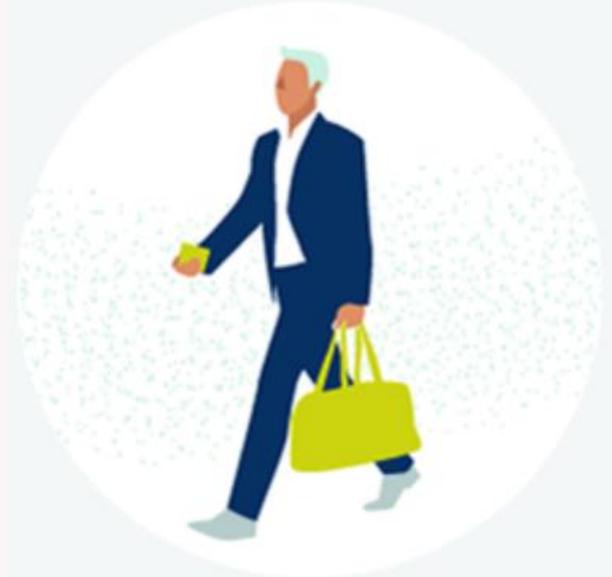
- Ernährungsberatung
- Gemeinsames Kochen
- Einkaufstipps



### Umgang mit Stress

Sie üben, aktiv loszulassen und lernen Tricks, mit denen Sie auch in stressigen Zeiten zur Ruhe kommen.

- Stressmanagement
- Entspannungsübungen (z. B. autogenes Training)



Berufsbegleitend vor  
oder nach der Arbeit



# Dialog zur digitalen Zukunft in Bad Pyrmont

„Innovation für morgen, Teilen ist das neue Haben“

Mittwoch, den 23.10.2024



Zusammenfassung  
aus dem



**Workshop „Gesundheit“**



# 1. Auswertung

## Brainstorming:

- Digitale Badekur (ambulant) in Bad Pyrmont
- Bad Pyrmont Gesundheits-App
- Prävention durch Pyrmonter Gesundheits-App (für unsere touristischen Gäste, hier wird Gesundheitsbewusstsein initiiert!)
- Telemedizin ausbauen, Telemedizinische Zugänge erweitern
- Kostenträger sind die Krankenkassen (Standortvorteil für Fachkräftegewinnung)
- Zugang zu RV-Fit bahnen

## 2. Auswertung

### **Das ist unsere Herausforderung:**

- Erhöhung Gäste, Bewohner, Kurgäste

### **Warum macht das Sinn diese Herausforderung anzugehen?**

- Cash-Flow

### **Chancen?**

- Steigerung der Attraktivität BPT

### **Risiken?**

- Zeitprobleme

## 2. Auswertung

### Brainstorming:

- Datenaustausch
- Offenes Datensystem
- Netzwerk mit z.B. Mobilität / Tourismus

# 3. Auswertung

## Brainstorming:

- Telemedizin – Badearzt online – ambulante Badekur
- Tourismus & Gesundheit
- Nicht nur DRV
- Langfristige Betreuung (nachhaltig)
- BPT-App