

## LEISTUNGEN

REHABILITATION  
PRÄVENTION

PHYSIOTHERAPIE  
STUDIUM

ERGOTHERAPIE  
AUS-/FORTBILDUNG

## STANDORTE RV FIT

**medicoreha Köln** im medcampus Hohenlind  
Werthmannstr. 1c  
(0221) 46 78 78 – 00

**medicoreha Mönchengladbach** im medicentrum  
Dahlener Str. 69  
(02166) 99 88 20

**medicoreha Neuss** am Lukaskrankenhaus  
Preußenstr. 84a  
(02131) 890 – 0

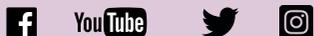
UNSERE AKTUELLEN ÖFFNUNGSZEITEN FINDEN SIE UNTER  
[WWW.MEDICOREHA.DE](http://WWW.MEDICOREHA.DE)

# medicoreha

AMBULANTE FACHKLINIKEN FÜR REHABILITATION ■■■■

## RV Fit für Berufstätige

KOSTENLOS  
über die Deutsche  
Rentenversicherung

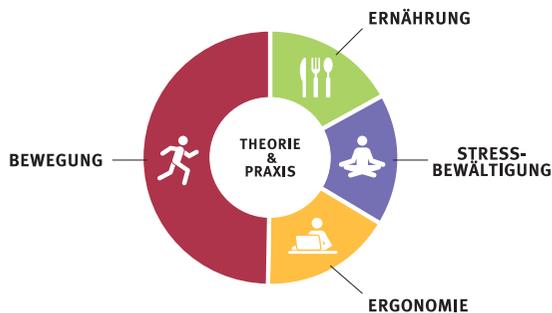


[www.medicoreha.de](http://www.medicoreha.de)

[WWW.FACEBOOK.COM/MEDICOREHA](http://WWW.FACEBOOK.COM/MEDICOREHA)  
[WWW.YOUTUBE.COM/USER/MEDICOREHA](http://WWW.YOUTUBE.COM/USER/MEDICOREHA)  
[WWW.TWITTER.COM/MEDICOREHA](http://WWW.TWITTER.COM/MEDICOREHA)  
[WWW.INSTAGRAM.COM/MEDICOREHA](http://WWW.INSTAGRAM.COM/MEDICOREHA)

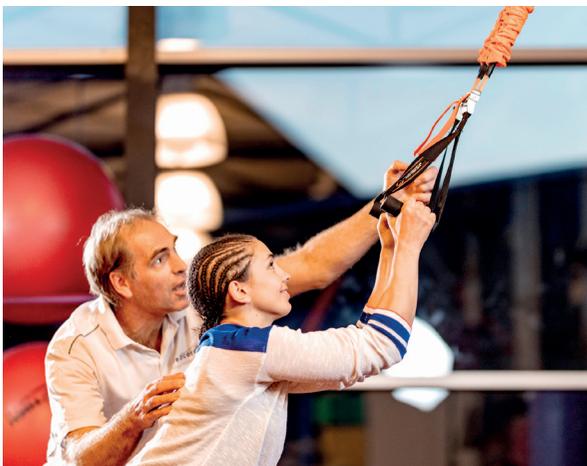
Neuss | Mönchengladbach | Köln | Essen

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Rentenversicherung hat medicoreha das Programm RV Fit entwickelt. Ziel ist, Berufstätige mit ersten gesundheitlichen Beschwerden (z.B. Rückenschmerzen, Bluthochdruck, Stressbelastung) vor Krankheiten zu bewahren. Oder die Gesundheit nach überwundenen Krankheiten aufrecht zu erhalten. Der Baustein Bewegung ist Schwerpunkt des Programms, hinzu kommen Ernährung, Arbeitsplatzergonomie und Stressbewältigung. RV Fit wird von der Deutschen Rentenversicherung finanziert und ist für die Teilnehmer kostenlos.



### TEILNEHMEN KÖNNEN ALLE, DIE

- Aktiv berufstätig sind
- Seit mindestens 6 Monaten arbeiten
- Erste oder neue Zipperlein haben



### ABLAUF

- 1. Startphase**  
3 Tage intensive Seminare, Testungen, Trainingsplanerstellung
- 2. Trainingsphase**  
Vier Monate lang, 2x Woche, jeweils 60 Min. Training und 45 Min. Seminar oder praktische Einheit
- 3. Auffrischungs-Tag**  
3 Monate nach Trainingsphase, Auffrischung aller Themen
- 4. Für die Beantragung bei der Rentenversicherung müssen Sie lediglich das Formular G0180 ausfüllen, Sie finden das Formular auf der Homepage der medicoreha und der Rentenversicherung:**

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



### BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG:

Wir beraten Firmen zur Durchführung von RV Fit für Ihre Beschäftigten. Dafür können wir in der Firma oder bei medicoreha kostenlose Info-Veranstaltungen durchführen. Auch über RV Fit hinaus bieten wir Gesundheitsmaßnahmen und Aktionstage in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung und Ergonomie für Firmen an.

### IHRE ANSPRECHPARTNER\*INNEN:

Nora Haarz (Neuss)  
02131-8900  
haarz@medicoreha.de

Daniel Glockmann (Köln)  
0221-46787800  
glockmann@medicoreha.de

Lucie Wünnenberg (Mönchengladbach)  
02166 – 99 88 20  
wuennenberg@medicoreha.de