



Isny



Prävention im Fokus

Bericht und Film über Rehaklinik Überruh

ISNY (sz) - Medizinische Prävention steht ganz im Fokus der aktuellen Ausgabe des Magazins „zukunft jetzt“ der Deutschen Rentenversicherung. Ausführlich vorgestellt werden die vielfältigen Möglichkeiten am Beispiel der Rehaklinik Überruh. Hierfür begleitete ein Redaktions- und Filmteam eine Präventionsgruppe durch ihren Alltag. Das Ergebnis sind ein Film und eine Reportage. Anzusehen und zu lesen in der „zukunft jetzt“ - online auf der Internetseite der Deutschen Rentenversicherung www.deutsche-rentenversicherung.de und der Rehaklinik Überruh www.rehaklinik-ueberruh.de.

Hochsommerliche Temperaturen und strahlender Sonnenschein. Kurz gesagt: Alles hat gepasst, als ein Filmteam der wdv-Mediengruppe in der Rehaklinik Überruh zu Gast war. Im Auftrag der Deutschen Rentenversicherung begleitete das vierköpfige Team einen Teilnehmer des Präventionsprogramms Betsi (Beschäftigungsfähigkeit teilhabeorientiert sichern) durch den Tag. Das Ergebnis sei nicht nur eine einfühlsame Reportage, veröffentlicht in der aktuellen Ausgabe von „zukunft jetzt“, dem Magazin der Deutschen Rentenversicherung sondern auch ein wunderbarer Film mit eindrucksvollen Bildern, geht aus einer Pressemitteilung der Rehaklinik Überruh hervor.

Nicht nur für die Teilnehmer der Betsi-Gruppe, auch für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Rehaklinik Überruh sei es ein spannender

und aufregender Tag gewesen. Wann habe man denn schon einmal die Möglichkeit, Teil eines Filmdrehs zu sein beziehungsweise einem professionellen Filmteam bei der Arbeit über die Schulter schauen zu können?

Besonders aufregend sei der Tag natürlich für Torsten Fruh gewesen, der sich als „Hauptdarsteller“ zur Verfügung gestellt hat. Jeder der Betsi-Teilnehmer hat sein Ziel: ein besserer Umgang mit Stress, mehr Gelassenheit, mehr Struktur im Leben, beweglicher werden oder wie Torsten Fruh - Gewicht abbauen. 106 Kilo hat sich der Computerspezialist „angefressen“, wie er selbstkritisch sagt. „Um die 90 Kilo“, so definiert er sein langfristiges Gewichtsziel. Eitel ist er nicht, aber zwei Dinge will er unbedingt erreichen: Sein Sohn ist vier Jahre, „ich will wieder mit dem Bub toben können, der fordert mich richtig“.

Vier Kernelemente

Die notwendige Unterstützung erfährt Torsten Fruh durch die Teilnahme am Präventionsprogramm in der Rehaklinik Überruh. „Unsere Programme setzen auf vier Kernelemente“, erklärt der Chefarzt der Rehaklinik Überruh, Thomas Bösch: „Erstens Sport- und Bewegungstherapie, zweitens Stress- und Burn-out-Prophylaxe, drittens lehren wir gesunde Ernährung und viertens vermitteln wir Entspannungstechniken. Nur diese Kombination sichert einen nachhaltigen Erfolg.“