

## Bericht und Film über Prävention in der Rehaklinik Überruh

**BOLSTERNANG** - 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 eine eindrucksvoller Film und eine einfühlsame Reportage. Anzusehen und zu lesen in der „zukunft jetzt“ – online auf der Internetseite der Deutschen Rentenversicherung [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de) und der Rehaklinik Überruh [www.rehaklinik-ueberruh.de](http://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 ist 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.

Nicht nur für die Teilnehmer der Betsi-Gruppe, auch für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Rehaklinik Überruh war es ein spannender und aufregender Tag. Wann hat man denn schon einmal die Möglichkeit, Teil eines Filmdrehs zu sein bzw. einem professionellen Filmteam bei der Arbeit über die Schulter schauen zu können?

### Patient als Hauptdarsteller

Besonders aufregend war der Tag natürlich für Torsten Fruh, 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“.


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, Dr. 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.“

Wie Torsten Fruhs Tagesablauf ausgesehen hat, zu welchen Ergebnissen der Gesundheitscheck zu Beginn des Präventionskurses gekommen ist und mit welchen Bewegungsübungen Therapeleiter Dieter Beh die Teilnehmer begeistert hat – dies alles findet sich in der aktuellen

Ausgabe der „zukunft jetzt“ und im Film zur Reportage.

### zukunft jetzt

Das Magazin „zukunft jetzt“ kann bei der Deutschen Rentenversicherung bestellt werden. Darüber hinaus stehen die Ausgaben als eJournal auf der Internetseite der DRV bereit. Im eJournal und auf der Internetseite der Rehaklinik Überruh findet sich auch den Film zur Reportage. [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de) und [www.rehaklinik-ueberruh.de](http://www.rehaklinik-ueberruh.de)

 Die Rehaklinik Überruh ist eine Fachklinik für Innere Medizin und Erkrankungen der Bewegungsorgane. Sie gehört zur Gruppe der RehaZentren Baden-Württemberg, welche 2007 aus dem Zusammenschluss der Rehakliniken der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg entstanden ist. Dazu gehören acht Kliniken in Baden-Württemberg und eine in Bayern: Baden-Baden, Bad Mergentheim, Bad Kissingen, Donaueschingen, Freiburg, Glottertal, Heidelberg, Isny und Nordrach.