



# FACHKLINIK SONNENHOF

Rehabilitationsklinik für Innere Medizin und Orthopädie

Am Wald 1 · 72178 Waldachtal-Lützenhardt · Fon 07443 27-0 · [www.fachklinik-sonnenhof.de](http://www.fachklinik-sonnenhof.de)



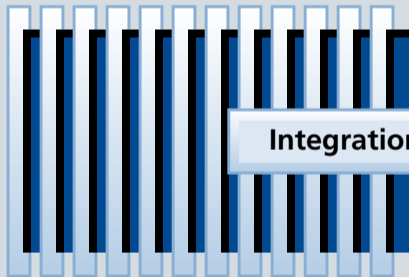
## **Betsi: 4 Phasen** zur langfristigen Sicherung der Beschäftigungsfähigkeit

### Initialphase



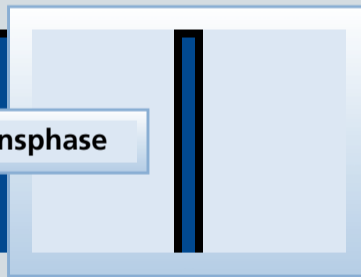
6 Tage in Folge  
stationär in der  
Reha-Klinik

### Ambulante Trainingsphase



12 Einheiten à 90 Minuten  
in der Einrichtung  
über 12 Wochen

### Eigentrainingsphase



3 Monate Übungen  
in Eigenregie und  
Eigenverantwortung

### Nachsorgephase



Freitag und Samstag  
stationär in der  
Reha-Klinik

Integrationsphase

## Ziele:

- Lebensstiländerung
- Aktivitätsförderung
- besserer Umgang mit körperlicher und psychischer Anspannung
- Problembewältigung im Arbeitsalltag
- Förderung gesundheitsgerechter Verhaltensweisen
- bessere Körperwahrnehmung
- Schmerzprophylaxe

Ein Präventionsprogramm der



Deutsche  
Rentenversicherung  
Baden-Württemberg



InfoTel:  
07443 27-704  
Manuela Gläbel