

[www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen](http://www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen)

## Der Rehakompass – Neue Wege im Umgang mit psychischen und Suchtbelastungen

Viele Menschen in Deutschland kämpfen mit psychischen Beschwerden oder haben Schwierigkeiten, ohne den Konsum von Alkohol oder anderen Suchtmitteln zurecht zu kommen. Vor diesem Hintergrund hat die Deutsche Rentenversicherung Oldenburg-Bremen das Modellprojekt "Rehakompass" ins Leben gerufen.

Ziel des vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales im Rahmen des Programms rehapro geförderten Projektes ist es, Menschen mit einem Rehabilitationsbedarf frühzeitig einen niedrighschwelligem Zugang zur medizinischen Rehabilitation zu ermöglichen und eine Chronifizierung der Beschwerden zu verhindern.

Der Rehakompass umfasst innovative Maßnahmen zur frühzeitigen Ermittlung des Rehabilitationsbedarfs und rechtzeitigen Steuerung in die psychosomatische Rehabilitation oder in die Rehabilitation für Abhängigkeitserkrankte. Betroffene können kostenfrei zwei Tage lang an einer ambulanten „Schnupper-Reha“ in den Kooperationskliniken in Oldenburg oder Bremen teilnehmen.

Dort lernen sie die verschiedenen Angebote einer Rehabilitationsbehandlung kennen und erhalten einen sozialmedizinischen Befund. Wenn während der „Schnupper-Reha“ ein Rehabilitationsbedarf festgestellt wird, kann direkt vor Ort ein Antrag auf eine reguläre Rehabilitation gestellt werden (weitere ärztliche Befunde sind nicht notwendig). Ebenfalls wird Unterstützung beim Ausfüllen der entsprechenden Antragsformulare angeboten.

Das Projekt richtet sich vornehmlich an Personen im erwerbsfähigen Alter im Einzugsgebiet der Städte Bremen und Oldenburg, die eine Gesundheitsbeeinträchtigung oder Minderung ihrer Erwerbsfähigkeit bei sich feststellen, sich aber noch unsicher sind, ob eine Rehabilitationsmaßnahme für sie geeignet wäre. Weitere Informationen finden Sie unter [www.rehakompass-drv.de](http://www.rehakompass-drv.de).



## 49 gewinnt... Ihr Unternehmen, Ihre Idee, Ihr Erfolg!



Am 1. Februar 2025 fällt der Startschuss für den Ideenwettbewerb der BGF-Koordinierungsstellen – speziell für Klein- und Kleinunternehmen wie Ihres, mit 1 bis zu 49 Mitarbeitenden. Infos gibt es auf der Website [www.49gewinnt.de](http://www.49gewinnt.de).

### Warum mitmachen?

Gesunde Mitarbeitende sind ein Gewinn für jedes Unternehmen, besonders in kleinen Teams, wo jeder Einzelne zählt. Betriebliche Gesundheitsförderung erhöht die Bindung Ihrer Mitarbeitenden, steigert Ihre Attraktivität als Arbeitgeber und hilft so, dem Fachkräftemangel zu begegnen.

Sei es eine kurze Auszeit für Bewegung, gesunde Snack-Ideen, Möglichkeiten zur Entspannung oder die Verbesserung des Betriebsklimas. Schon kleine Maßnahmen können viel bewirken:

Hauptsache, die Idee bringt frischen Schwung in den Arbeitsalltag! Die besten Gesundheitsideen setzen wir gemeinsam mit Ihnen um und unterstützen dies im Wert von bis zu **25.000 €**.

## So funktioniert's

Datum merken: Ab dem 1. Februar 2025 können Sie Ihre Idee direkt über das Online-Formular unter [www.49gewinnt.de](http://www.49gewinnt.de) einreichen. Die Einreichungsfrist endet am 31. Mai 2025. Danach wird eine Fachjury die Ideen prüfen und die Preisträger:innen auswählen. Diese werden benachrichtigt. Die Preisverleihung ist für Herbst 2025 vorgesehen. Die prämierten Ideen werden veröffentlicht. Sie sollen zeigen, dass Gesundheit auch in kleinen Unternehmen mit 1 bis 49 Mitarbeitenden erfolgreich umgesetzt werden kann.

**Egal, ob Sie schon eine konkrete Idee haben, noch nach Inspiration suchen oder bereits etwas erprobt haben** – alle Ideen sind willkommen! Wählen Sie einfach im Formular aus, wie weit Sie mit Ihrer Idee schon sind, und los geht's.

**Neugierig, aber noch unentschlossen?** Melden Sie sich einfach bei unserem „Infoletter“ an. Wir informieren Sie über alle wichtigen Infos und Termine.

**Noch Fragen?** Damit Sie optimal vorbereitet sind, finden Sie auf der Website [Angebote zur Unterstützung](#). Freuen Sie sich auf den Start und bleiben Sie kreativ!



## Vortrag "4-Tage-Woche: Zukunft oder Utopie?" von Silvia Kaiser am 21.02.25

Wer weniger arbeitet, schafft mehr? In einer Welt, in der mentale Gesundheit aufgrund der zunehmenden Informationsdichte und Komplexität immer wichtiger wird, gewinnen neue Arbeitszeitmodelle an Bedeutung. Ist die 4-Tage-Woche die Lösung für gesunde Mitarbeitende, die dabei sogar produktiver sind? Oder forciert das neue Arbeitszeitmodell den Fachkräftemangel und bleiben Branchen, die eine hohe Anwesenheitsquote erfordern, beim Wettbewerb um Mitarbeitende auf der Strecke?

Fakt ist: immer mehr Unternehmen, Kommunen und Länder testen die 4-Tage-Woche oder führen sie schon ein.

Die **BGF-Koordinierungsstelle Niedersachsen** lädt Sie herzlich ein, dieses Thema zusammen mit der Referentin Frau Silvia Kaiser näher zu beleuchten, Modelle der 4 Tage Woche kennenzulernen und sich mit den Vor- und Nachteilen zu beschäftigen.

### Die 4-Tage-Woche: Zukunft der Arbeit oder Utopie?

Freitag, 21.02.2025, 09:30 – 11:30 Uhr

Referentin Silvia Kaiser

Online über MS Teams. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmelden können Sie sich bis zum 07.02.2025 unter [www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen](http://www.bgf-koordinierungsstelle.de/niedersachsen)

### Inhalte der Veranstaltung

- Modelle der 4-Tage-Woche
- Vor und Nachteile
- Pilotprojekte und erste Ergebnisse
- Erfolgsfaktoren
- Herausforderungen
- Anlaufstellen für Unternehmen



Auch im kommenden Jahr plant die BGF-Koordinierungsstelle Niedersachsen spannende Workshops zu Themen der Betrieblichen Gesundheitsförderung durchzuführen. Bleiben Sie up to date und informieren sich regelmäßig auf unserer Website.



Impressum:

BGF-Koordinierungsstelle Land Niedersachsen nach § 20b Abs. 3 SGB V, vertreten durch die federführenden Verbände: Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), Julie Fliegner, Schillerstraße 32, 30159 Hannover  
BKK Landesverband Mitte, Jens Burneleit, Eintrachtweg 19, 30173 Hannover  
[niedersachsen@bgf-koordinierungsstelle.de](mailto:niedersachsen@bgf-koordinierungsstelle.de)

Bildnachweise: [www.rehakompass-drv.de](http://www.rehakompass-drv.de), Silvia Kaiser