

## Information für Versicherte zur Empfehlung einer Leistung zur Nachsorge IRENA, T-RENA, Psy-RENA

Sehr geehrte Versicherte, sehr geehrter Versicherter,

die Ärztin beziehungsweise der Arzt der Rehabilitationseinrichtung hat Ihnen für die Zeit nach der Rehabilitation als nachsorgende Leistung IRENA, T-RENA oder Psy-RENA empfohlen, die Sie dann zu Hause berufsbegleitend durchführen. Die Empfehlung gilt als Kostenzusage der Deutschen Rentenversicherung und verliert 12 Monate nach dem Ende der Leistung zur medizinischen Rehabilitation ihre Gültigkeit.

### Ziele der Rehabilitationsnachsorgeprogramme

Die Nachsorgeprogramme der Deutschen Rentenversicherung haben das Ziel, die erreichten Rehabilitationsziele zu stabilisieren und dadurch die Wiedereingliederung in das Erwerbsleben zu sichern. Die Nachsorgeangebote unterstützen Sie dabei, das in der Rehabilitation Erlernte im Alltag umzusetzen.

Die Nachsorgeprogramme können nicht von Versicherten in Anspruch genommen werden, die

- mit einer Leistungsfähigkeit von unter 3 Stunden pro Tag aus der medizinischen Rehabilitation entlassen wurden
- eine Rente wegen Alters beziehen oder beantragt haben.

### Was ist intensivierete Rehabilitationsnachsorge IRENA?

Das Nachsorgeprogramm IRENA wird in Rehabilitationseinrichtungen durchgeführt und umfasst mehrere Behandlungselemente wie zum Beispiel Sport und Bewegungstherapie, Physiotherapie, Ernährungstherapie, Entspannungsübungen und sozialrechtliche Beratung. IRENA umfasst 24 beziehungsweise 36 Behandlungseinheiten und wird in der Gruppe durchgeführt. Die Durchführung erfolgt mindestens 1 mal pro Woche und kann in Ausnahmefällen auch in Blockform (zum Beispiel als kardiologische Reha-Nachsorge) erfolgen.

### Was ist Rehabilitationsnachsorge T-RENA?

Das trainingstherapeutische Nachsorgeprogramm T-RENA ist ein gerätegestütztes Trainingsangebot für Versicherte mit Beeinträchtigungen am Haltungsapparat und Bewegungsapparat. T-RENA umfasst Behandlungselemente wie zum Beispiel Muskelaufbautraining, Krafttraining und Ausdauertraining. T-RENA wird in Gruppen 2 mal pro Woche durchgeführt und umfasst insgesamt 26 Termine mit der Möglichkeit der Verlängerung um weitere 26 Trainingstermine. Sollte aufgrund nicht ausreichender Teilnehmerzahl keine Gruppe zustande kommen, ist im Ausnahmefall ein Einzeltraining möglich. Das Einzeltraining umfasst 12 Termine mit der Möglichkeit der Verlängerung um weitere 12 Trainingstermine.

### Was ist Rehabilitationsnachsorge Psy-RENA?

Psy-RENA ist ein Nachsorgeprogramm für Versicherte mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen und beinhaltet unter anderem Selbstmanagementverfahren, Problemlösungsstrategien und Erfahrungsaustausch. Psy-RENA wird 1 mal pro Woche durchgeführt und umfasst 25 Gruppengespräche. Sollte aufgrund nicht ausreichender Teilnehmerzahl keine Gruppe zustande kommen, sind im Ausnahmefall Einzelgespräche möglich. Die 8 Einzelgespräche können im Bedarfsfall um 4 Termine verlängert werden.

### Zeitpunkt und Dauer

Die Nachsorgeprogramme IRENA und Psy-RENA sind spätestens innerhalb von 3 Monaten nach Ende der Rehabilitationsleistung zu beginnen und müssen innerhalb von 12 Monaten nach dem Ende der Rehabilitationsleistung abgeschlossen sein. Die Anzahl der Behandlungseinheiten richtet sich nach der vorliegenden Indikation und wird in der Nachsorgeempfehlung festgelegt.



Das Nachsorgeprogramm T-RENA ist spätestens innerhalb von 6 Wochen nach Ende der Rehabilitationsleistung zu beginnen. T-RENA muss in jedem Fall innerhalb von 6 Monaten, bei Verlängerung innerhalb von 12 Monaten nach Ende der Rehabilitationsleistung abgeschlossen sein.

#### **Wo werden die Nachsorgeprogramme durchgeführt?**

Die Nachsorgeprogramme werden in Rehabilitationseinrichtungen der Deutschen Rentenversicherung und von weiteren zugelassenen Nachsorgeanbietern durchgeführt. Für nicht zugelassene Anbieter werden keine Kosten übernommen.

Der für Sie geeignete und wohnortnahe Nachsorgeanbieter und der erste Termin werden in der Empfehlung aufgeführt. Bitte informieren Sie den Nachsorgeanbieter, wenn Sie den Termin aus einem wichtigen Grund nicht wahrnehmen können. Wenn möglich, sollten Sie mit dem Nachsorgeanbieter einen Ersatztermin vereinbaren.

#### **Wer trägt die Kosten?**

Die Deutsche Rentenversicherung übernimmt die Kosten für das empfohlene Nachsorgeprogramm in einem Zeitraum von bis zu 12 Monaten nach Ende der medizinischen Rehabilitation.

#### **Zuzahlung**

Für die Teilnahme an den Nachsorgeprogrammen ist keine Zuzahlung zu leisten.

#### **Fahrkosten**

Sofern Ihnen anlässlich der Teilnahme an einer Nachsorgeleistung Fahrkosten für die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel oder eines privaten Kraftfahrzeuges tatsächlich entstehen, beteiligt sich der Rentenversicherungsträger mit einer Kostenpauschale je Teilnahmetag.

#### **Wichtige Hinweise**

Eine bestehende Arbeitsunfähigkeit, eine stufenweise Wiedereingliederung oder die Teilnahme an einer Leistung zur Teilhabe am Arbeitsleben (berufliche Rehabilitation) sind grundsätzlich kein Hindernis für die Inanspruchnahme der Nachsorgeprogramme.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg!

Mit freundlichen Grüßen  
Ihre Deutsche Rentenversicherung

