



## 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 in Präsenzform oder digital berufsbegleitend durchführen. Die Empfehlung gilt als Kostenzusage der Deutschen Rentenversicherung.

### 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
- eine Teilrente wegen Alters von wenigstens 2/3 der Vollrente beziehen.

### Was ist intensivierte Rehabilitationsnachsorge IRENA?

Das Nachsorgeprogramm IRENA kombiniert Leistungen aus mehreren Behandlungselementen, wie zum Beispiel Sporttherapie und Bewegungstherapie / Physiotherapie, Ernährungstherapie, Entspannungsübungen und sozialrechtliche Beratung. IRENA umfasst 24 Behandlungseinheiten beziehungsweise 36 Behandlungseinheiten (bei Neurologie) und 42 Behandlungseinheiten (bei Adipositas) und wird in der Gruppe (anders als bei digitaler Durchführung) mindestens 1 mal pro Woche durchgeführt. In Ausnahmefällen kann die Durchführung 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. Sollte aufgrund nicht ausreichender Teilnehmerzahl keine Gruppe zustande kommen, ist im Ausnahmefall ein Einzeltraining möglich. Das Einzeltraining umfasst - ebenso wie bei T-RENA in digitaler Durchführung - 12 Termine.

### 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 (gilt auch bei digitaler Durchführung). Sollte aufgrund nicht ausreichender Teilnehmerzahl keine Gruppe zustande kommen, sind im Ausnahmefall 8 Einzelgespräche möglich.

DE-RENA ist eine (Smartphone-)App Nachsorge für Versicherte mit depressiven Störungen und unterstützt diese bei ihrer individuellen Tagesplanung.

### 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 nach Ende der Rehabilitationsleistung abgeschlossen sein.

Das Nachsorgeangebot DE-RENA ist spätestens innerhalb von 4 Wochen nach Ende der Rehabilitationsleistung zu beginnen. Die (App-)Nutzung ist auf einen Zeitraum von 6 Monaten begrenzt.

Grundsätzlich ist eine Fortführung von IRENA, T-RENA oder Psy-RENA nur nach kurzfristiger, begründeter Unterbrechung der Teilnahme zulässig. Die Fortführung von IRENA, T-RENA oder Psy-RENA ist ausgeschlossen, wenn eine weitere medizinische Rehabilitation begonnen wird.

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

Die Nachsorgeprogramme IRENA, T-RENA, Psy-RENA (in Präsenzform und digitaler Form) werden von zugelassenen Rehabilitationseinrichtungen der Deutschen Rentenversicherung sowie weiteren zugelassenen Nachsorgeanbietern (T-RENA, Psy-RENA) durchgeführt. Für nicht zugelassene Anbieter werden keine Kosten übernommen.

Der für Sie geeignete Präsenz- oder digitale 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.

Der Wechsel zu einem anderen zugelassenen Nachsorgeanbieter ist grundsätzlich möglich. Die Nachsorgeempfehlung muss in diesem Fall nicht neu ausgestellt werden. Der zuständige Rentenversicherungsträger muss über den Anbieterwechsel informiert werden.

Die von der Deutschen Rentenversicherung zugelassenen Nachsorgeanbieter finden Sie im Internet unter [www.nachderreha.de](http://www.nachderreha.de).

### **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 Kraftfahrzeugs tatsächlich entstehen, beteiligt sich der Rentenversicherungsträger auf Antrag (Formular G4860-00) mit einer Kostenpauschale je Teilnahmetag.

### **Wichtige Hinweise**

Eine bestehende Arbeitsunfähigkeit zum Zeitpunkt der Empfehlung der Nachsorge, 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