

Nachrichten

der Deutschen Rentenversicherung Hessen

Winter 2024

**Gesund sein –
gesund bleiben:
Anleitung für
einen bewussten
Lebensstil**



Deutsche
Rentenversicherung

Hessen

INHALT

3 Vorwort

4 Renten für Hinterbliebene Unterstützung in schweren Zeiten

8 Das gilt 2025

10 Vereint in die Zukunft Zusammenführung der DRV-Kliniken sichert Reha-Standort Bad Sooden-Allendorf

12 Gesund sein – gesund bleiben Leitender Oberarzt Dr. Hans-Peter Filz über Lebensstil und Lebensstiländerung

16 RV Fit Das Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung in der Eleonoren-Klinik

18 Ein Gewinn für alle Beteiligten Kooperationsprojekt von Deutscher Rentenversiche- rung Hessen und Berufsbildungswerk Südhessen

20 Seminare für Mitarbeitende von Gemeinden und Versicherungsämtern

22 Wechsel an der Vorstandsspitze

23 Amtliche Bekanntmachung



RG4

www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis wurde mit
dem Blauen Engel gekennzeichnet.

Impressum

Herausgeber und Verleger:
Deutsche Rentenversicherung Hessen
Städelstraße 28
60596 Frankfurt am Main
Telefon 069 6052-0
Telefax 069 6052-1036
Internet
www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de
Redaktion: Astrid Morchat (verantwortlich)

Die „Nachrichten“ sind das satzungsgemäße Veröffentlichungsorgan der Deutschen Rentenversicherung Hessen. Sie erscheinen alle drei Monate und werden im Rahmen der Aufklärungspflicht kostenlos abgegeben. Für die mit Namen gekennzeichneten Beiträge übernimmt die Redaktion nur die allgemeine presse-gesetzliche Verantwortung. Nachdruck mit Ausnahme der mit Namen gekennzeichneten Beiträge gegen Belegstück gestattet. Quellenangabe erbeten.

74. Jahrgang

Auflage 13.000; ISSN 1863-3196

Druck: Bonifatius GmbH Druck-Buchverlag,
Karl-Schurz-Straße 26, 33100 Paderborn

Bilder

Seiten 1, 12-13, 21: adpic; Seiten 10-11: Stadt Bad Sooden-Allendorf; Seiten 10, 11: Kasper Jensen; Seiten 4-5, 7, 8, 9, 16: Deutsche Rentenversicherung Bund; Seite 24: freepik; alle anderen Bilder: Deutsche Rentenversicherung Hessen

Liebe Leserinnen und Leser,

eine gute Gesundheit hilft uns dabei, das Leben zu genießen und unseren täglichen Aktivitäten nachzugehen. Doch was bedeutet es, gesund zu sein, und wie können wir diesen Zustand bewahren?

Mit dieser Frage beginnt Dr. Hans-Peter Filz, Chefarzt der Abteilung für Innere Medizin an der Eleonoren-Klinik der Deutschen Rentenversicherung Hessen, sein leidenschaftliches Plädoyer für einen gesunden Lebensstil. Die ausführliche Antwort lesen Sie gerne ab Seite 12. Sie ist alles andere als bequem. Damit unser Körper biologisch gut funktioniert, benötigt er rund 150 Minuten sportliche Aktivität pro Woche im Ausdauerbereich, steht da. Und: Gesund zu sein und gesund zu bleiben, erfordert bewusste Entscheidungen und einen aktiven Lebensstil.

Entscheiden wir uns für die Couch oder den Spaziergang? Essen wir Fastfood oder bereiten wir eine frische Gemüsepfanne zu? Veränderungen beginnen mit kleinen Schritten.

Ein erster Schritt könnte zum Beispiel die Anmeldung zu RV Fit sein, dem Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung für berufstätige Versicherte (Seite 16).

Denn: „Prävention vor Reha vor Rente“ lautet unsere Maxime.

Die Deutsche Rentenversicherung begleitet Versicherte in unterschiedlichen Lebensphasen – seit 135 Jahren und im Wandel der Zeit. Wir zahlen zum Beispiel Renten für Hinterbliebene (Seite 4) und unterstützen die Teilhabe am Arbeitsleben (Seite 18). Von Beginn an selbstverwaltet aufgestellt, leben wir den demokratischen Grundgedanken (Seite 22).

An fünf eigenen Standorten betreibt die Deutsche Rentenversicherung Hessen haus eigene Kliniken, die für medizinische Reha-Leistungen in ausgezeichneter Qualität stehen. Ein Beispiel ist die Klinik Kurhessen in Bad-Sooden-Allendorf, die zum 1. Januar 2025 den dortigen Betrieb der Klinik Werra der Deutschen Rentenversicherung Bund übernimmt (Seite 10).

Auch im neuen Jahr können Sie auf uns zählen. Rentenrelevante Informationen und Zahlen für 2025 bieten die Seiten 8 und 9.

Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre, frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr. Bleiben Sie in Bewegung!

Ihre Deutsche Rentenversicherung Hessen



Dr. Michael Stegmann
Mitglied der Geschäftsführung



Thomas Hild-Füllenbach
Mitglied der Geschäftsführung





Renten für Hinterbliebene

Unterstützung in schweren Zeiten

Der Tod eines engen Angehörigen ist ein schwerer Einschnitt im Leben. Neben der Trauer stellen sich leider oft auch finanzielle Fragen ein, wenn man auf Unterhaltszahlungen der oder des Verstorbenen angewiesen ist. Die „Renten wegen Todes“ sollen Angehörige dabei unterstützen, ihren Lebensunterhalt zu sichern. Neben den Renten an Witwen und Witwer sowie eingetragenen Lebenspartner/-innen zählen hierzu auch Waisen- und Erziehungsrenten. Im Folgenden werden die Grundsätze zusammenfassend dargestellt:

Große oder kleine Witwenrente?

Wer mindestens ein Jahr verheiratet war, kann Witwen- oder Witwerrente erhalten. Trat der Tod unvorhergesehen zum Beispiel durch einen Unfall ein, wird die Rente vor Ablauf der Jahresfrist gezahlt. Auch den Partnerinnen und Partnern eingetragener Lebensgemeinschaften steht ein Anspruch auf Witwen- oder Witwerrente zu.

Es wird unterschieden zwischen kleiner und großer Witwen- oder Witwerrente: Große Witwen- oder Witwerrente erhalten Ehe- oder Lebenspartner/-innen, die älter als aktuell 46 Jahre und 2 Monate sind oder erwerbsgemindert sind oder ein eigenes Kind des oder der verstorbenen Person erziehen, welches noch keine 18 Jahre alt ist. Wenn das Kind eine Behinderung hat und nicht selbst für seinen Unterhalt sorgen kann, wird die Rente unabhängig vom Alter des Kindes gezahlt. Kleine Witwen- oder Witwerrente erhält, wer jünger als aktuell 46 Jahre und 2 Monate ist, weder ein Kind erzieht noch erwerbsgemindert ist. Sie wird maximal für zwei Jahre gezahlt.

Hinweis: Parallel zur Anhebung des Renteneintrittsalters werden auch die Altersgrenzen bei der Witwen- oder Witwerrente angehoben, von 46 Jahren im Jahr 2023 in zwei Monatsschritten auf 47 Jahre im Jahr 2029.



Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre „Hinterbliebenenrente: So viel können Sie hinzuverdienen“.

Die große Witwen- oder Witwerrente beträgt grundsätzlich 55 Prozent der Rente, die die/der verstorbene Ehe- oder Lebenspartner/-in zum Zeitpunkt des Todes bezogen hat oder hätte. Bei der kleinen Witwenrente sind es 25 Prozent. Erforderlich ist, dass die/der verstorbene Ehe- oder Lebenspartner/-in eine Mindestversicherungszeit in der Rentenversicherung von 5 Jahren hat, also beispielsweise Beiträge aus einer Beschäftigung eingezahlt wurden. Diese so genannte allgemeine Wartezeit ist nicht erforderlich, wenn die/der Verstorbene bereits eine Rente bezogen hat oder unvorhergesehen zum Beispiel durch einen Unfall oder eine Berufskrankheit verstirbt.

Was ist das Sterbevierteljahr?

Unabhängig von der Frage, ob eine kleine oder große Witwenrente in Betracht kommt, wird in den ersten drei Monaten, die auf den Sterbemonat folgen, die Rente in voller Höhe des Rentenanspruchs der verstorbenen Person gezahlt, sofern diese bereits Rente bezogen hat.

Wichtig: Um den gesamten Betrag in Form einer Einmalzahlung als Vorschuss zu erhalten, muss der Antrag innerhalb von 30 Tagen nach dem Tod bei dem Renten Service der Deutschen Post AG gestellt werden.

Was ist eine Rentenabfindung?

Wer wieder heiratet, verliert den Anspruch auf Witwen- oder Witwerrente. Was viele nicht wissen: In diesem Fall kann auf Antrag eine Rentenabfindung gezahlt werden. Diese beträgt zwei Jahresbeträge der großen Witwen- oder Witwerrente. Bei der kleinen Witwen- oder Witwerrente wird nur der Restbetrag bis zum Erreichen der maximalen Auszahlungsdauer von zwei Jahren gezahlt.

Wer bekommt Erziehungsrente?

Grundsätzlich besteht nach einer Scheidung kein Anspruch auf eine Hinterbliebenenrente. Wer jedoch ein Kind unter 18 Jahren erzieht und die/der geschiedene Partner/-in verstirbt, kann einen Anspruch auf Erziehungsrente haben. Das gleiche gilt bei der Erziehung von Stief- und Pflegekindern, Enkeln oder Geschwistern.

Anders als die Witwen- und Witwerrente wird die Rente nicht aus der Versicherung der verstorbenen, sondern aus dem Konto der anspruchsberechtigten Person gezahlt – also aus der eigenen Versicherung. Deswegen muss die geschiedene Ehegattin oder der geschiedene Ehegatte selbst die Mindestversicherungszeit von fünf Jahren erfüllen. Die Höhe entspricht der Rente wegen voller Erwerbsminderung.

Erziehungsrente kann unter den gleichen Voraussetzungen gezahlt werden, wenn eine eingetragene Lebenspartnerschaft gerichtlich aufgehoben wurde.

Es gibt weitere Ausnahmen, unter denen vor dem 1. Juli 1977 Geschiedene einen Anspruch auf Hinterbliebenenrente geltend machen können. Weitere Infos hierzu finden Sie auf der Internetseite www.deutsche-rentenversicherung.de oder in der Broschüre „Hinterbliebenenrente: Hilfe in schweren Zeiten“.

Was ist mit Einkommen neben einer Hinterbliebenenrente?

Wer eine Witwen-, Witwer- oder Erziehungsrente bezieht, kann berufstätig sein. Allerdings werden die Einkünfte anteilig auf die Rente angerechnet. Hierzu zählen zum Beispiel Einkommen aus Erwerbstätigkeit, Arbeitslosengeld, Renten oder auch Miet- und Pachteinnahmen. Es wird aber nicht das gesamte Einkommen berücksichtigt, vielmehr werden nur die Einkünfte oberhalb eines bestimmten Freibetrages zu 40 Prozent auf die Rente angerechnet. Der Freibetrag wurde am 1. Juli 2024 von 992,64 Euro auf 1.038,05 Euro erhöht. Die Hinzuverdienstgrenze wird in der Regel jährlich erhöht.

Keine Anrechnung findet während der ersten drei Monate, also im Sterbevierteljahr statt. Die Rente wird ungekürzt ausbezahlt.



Welche Ansprüche haben Waisen?

Kinder von Versicherten haben grundsätzlich einen Anspruch auf Waisenrente. Dies gilt auch für Adoptiv-, Stief- und Pflegekinder sowie Enkel und Geschwister, die im Haushalt der/des Verstorbenen lebten oder von ihr/ihm überwiegend unterhalten wurden.

Die Halbwaisenrente beträgt 10 Prozent, die Vollwaisenrente 20 Prozent der Versichertenrente, auf die/der Verstorbene Anspruch gehabt hätte oder die sie/er bereits bezogen hat. Der Anspruch besteht grundsätzlich bis zum 18. Lebensjahr, kann sich aber bis zum 27. Lebensjahr verlängern, wenn eine Schul- oder Berufsausbildung oder ein Studium absolviert oder ein Freiwilligendienst geleistet wird. Auch wer sich aufgrund einer Behinderung nicht selbst unterhalten kann, hat einen Anspruch bis zum 27. Lebensjahr. Auf Waisenrenten findet keine Einkommensanrechnung statt.

Neu: Pauschale Zuschläge auf Hinterbliebenenrenten

Seit dem 1. Juli 2024 erhalten die Bezieher und Bezieherinnen von Hinterbliebenenrente einen pauschalen Zuschlag von 7,5 Prozent beziehungsweise 4,5 Prozent, wenn der Rentenbeginn in der Zeit von 2001 bis 2018 liegt und weitere Voraussetzungen gegeben sind. Der Anspruch wird automatisch ausgezahlt, ein Antrag ist nicht notwendig.

Esther Wörz, Versicherung und Rente

Hinterbliebenenrente: Hilfe in schweren Zeiten

→ Welche Renten es für Witwen und Witwer gibt
→ Wer eine Waisenrente bekommt
→ Wann Sie Anspruch auf eine Erziehungsrente haben

versicherung ist für Sie da

er, können Sie Anspruch auf eine Witwen- oder Witwerrenten Kinder unter 18 Jahren einen Elternteil, können Hilfe bekommen. Geschiedene, die ein minderjähriges einen beim Tod des Ex-Partners eine Erziehungsrente als Witwe oder Witwer wieder heiraten oder eine liche Ehe eingehen, müssen Sie beachten, dass die Rente per Umständen bekommen Sie dann als „Startkapital“ rung. Und seit 2002 können Ehepaare anstelle der Hinter- as Rentensplitting wählen.

er vor dem 1. Oktober 2017 eingetragenen Lebenspart- ebenfalls Anspruch auf diese Leistungen, wenn sie die seltungen – übertragen auf Ihre Partnerschaft – erfüllen, en in dieser Broschüre gelten deshalb auch für eingetrag- ner.

erklärt, wie Sie zu Ihrer Rente kommen. Und wenn Sie noch Fragen haben: Kommen Sie zu uns – wir sind für

ge (7/2024)

Deutsche Rentenversicherung
Sicherheit für Generationen

#einlebenlang

Die Deutsche Rentenversicherung berät Sie gerne in allen Fragen zu Hinterbliebenen- und Erziehungsrenten. Ausführliche Informationen finden Sie auf der Internetseite **www.deutsche-rentenversicherung.de** und in der Broschüre „Hinterbliebenenrente: Hilfe in schweren Zeiten“.

Das gilt 2025



Altersgrenze für die reguläre Altersrente

Die Altersgrenze für die reguläre Altersrente wird zu Beginn des nächsten Jahres weiter angehoben. Für Versicherte, die 1960 geboren wurden und im nächsten Jahr 65 werden, steigt sie auf 66 Jahre und 4 Monate. Für diejenigen, die später geboren wurden, erhöht sich das Eintrittsalter weiter. Die Altersgrenze wird jährlich in 2-Monats-Schritten angehoben. Für die Jahrgänge ab 1964 liegt die Regelaltersgrenze bei 67 Jahren.

Altersrente für langjährig Versicherte

Eine Altersrente für langjährig Versicherte – also mit mindestens 35 Jahren rentenrechtlicher Zeit in der gesetzlichen Rentenversicherung – kann frühestens mit 63 Jahren bezogen werden, allerdings mit Abschlägen. Diese Abschläge gelten dann dauerhaft für die gesamte Zeit des Rentenbezugs. Für Versicherte des Jahrgangs 1962 sind dies 13,2 Prozent Abschlag. Rentenabschläge lassen sich jedoch durch freiwillige Einzahlungen ausgleichen.

Beitragssatz

Der Beitragssatz in der gesetzlichen Rentenversicherung beträgt ab dem 1. Januar 2025 voraussichtlich weiterhin 18,6 Prozent in der allgemeinen Rentenversicherung.

Altersrente für

besonders langjährig Versicherte

Bei der abschlagsfreien Altersrente für besonders langjährig Versicherte liegt die Altersgrenze für 1961 Geborene bei 64 Jahren und sechs Monaten. Für diejenigen, die später geboren wurden, erhöht sich das Eintrittsalter weiter. Für die Jahrgänge ab 1964 liegt es bei 65 Jahren. Die Altersrente für besonders langjährig Versicherte kann in Anspruch nehmen, wer mindestens 45 Versicherungsjahre (mit Ausnahmen) in der gesetzlichen Rentenversicherung vorweisen kann. Häufig wird sie noch „Rente ab 63“ genannt – diese Bezeichnung ist allerdings falsch, da diese Rentenart nicht mehr mit 63 Jahren in Anspruch genommen werden kann. Die Altersrente für besonders langjährig Versicherte kann nicht vorzeitig bezogen werden, auch nicht mit Abschlägen.



Mindestlohn

Zum 1. Januar 2025 wird der allgemeine Mindestlohn in Deutschland erneut angehoben: von 12,41 Euro auf 12,82 Euro. Dieser gilt für alle Beschäftigten, auch für diejenigen mit Minijob. Die monatliche Verdienstgrenze im Minijob ist dynamisch und orientiert sich am Mindestlohn. Wird der Mindestlohn erhöht, steigt auch die Verdienstgrenze im Minijob. Daher steigt diese zum 1. Januar 2025 von 538 Euro pro Monat auf 556 Euro. Die Jahresverdienstgrenze steigt auf 6.672 Euro. Liegt der monatliche Verdienst zwischen 556,01 Euro und 2.000 Euro, handelt es sich um einen so genannten Midijob. Midijobs sind anders als Minijobs in allen Zweigen der Sozialversicherung versicherungspflichtig, wobei die beschäftigte Person nicht die vollen Sozialversicherungsbeiträge zahlen muss.

Vorläufiges Durchschnittsentgelt

Das vorläufige monatliche Durchschnittsentgelt für das Jahr 2025 beträgt voraussichtlich 4.208 Euro. Das Durchschnittsentgelt sagt aus, wie viel Geld alle Rentenversicherten in Deutschland durchschnittlich verdienen. Wer das Durchschnittsentgelt verdient, erhält dafür genau einen Entgeltpunkt für die Berechnung der späteren Rente.

Beiträge zur freiwilligen Versicherung

Der Höchstbetrag zur freiwilligen Versicherung für das Jahr 2025 steigt bundesweit voraussichtlich von 1.404,30 Euro auf 1.497,30 Euro im Monat; der Mindestbeitrag steigt bundesweit voraussichtlich von 100,07 Euro auf 103,42 Euro monatlich. Freiwillige Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung können alle zahlen, die ihren Wohnsitz in Deutschland oder als deutsche/-r Staatsangehörige/-r einen gewöhnlichen Aufenthalt im Ausland haben und mindestens 16 Jahre alt sind. Zusätzlich kann nach den über- und zwischenstaatlichen Regelungen eine Berechtigung für weitere Personen bestehen. Sie dürfen allerdings nicht in der gesetzlichen Rentenversicherung versicherungspflichtig sein. Ausgeschlossen von der Möglichkeit sind auch Versicherte, die die reguläre Altersgrenze erreicht haben und eine volle Altersrente beziehen.

Beitragsbemessungsgrenze

Die erstmals bundesweit einheitliche Beitragsbemessungsgrenze in der Rentenversicherung steigt voraussichtlich auf monatlich 8.050 Euro (2024: monatlich 7.550 Euro West und monatlich 7.450 Euro Ost). Sie bestimmt den Höchstbetrag, bis zu dem Arbeitseinkommen bei der Berechnung des Rentenversicherungsbeitrags berücksichtigt wird. Für darüber hinausgehendes Einkommen werden keine Beiträge gezahlt.



Krankenkassenbeiträge

Die Zusatzbeiträge zur Krankenversicherung erhöhen sich voraussichtlich ab 2025. Der Schätzerkreis der Gesetzlichen Krankenversicherung erwartet für das Jahr 2025 eine Erhöhung des rechnerischen durchschnittlichen Zusatzbeitragssatzes um 0,8 Prozentpunkte auf 2,5 Prozent. Geschieht dies, zahlen auch Rentenbeziehende ab März 2025 einen höheren Beitrag zur Krankenversicherung. Im Januar und Februar 2025 werden die aus der Rente zu zahlenden Krankenversicherungsbeiträge zunächst weiter auf Grundlage des bisherigen Beitrages berechnet.

Vereint in die Zukunft

Zusammenführung der DRV-Kliniken sichert Reha-Standort Bad Sooden-Allendorf

Die Vorstände der Deutschen Rentenversicherung Bund und der Deutschen Rentenversicherung Hessen haben sich dafür ausgesprochen, die Klinik Werra mit der Klinik Kurhessen unter hessischer Trägerschaft zusammenzuführen, um den Rehabilitationsstandort Bad Sooden-Allendorf zukunftssicher aufzustellen.

Zum 1. Januar 2025 wird die Deutsche Rentenversicherung Hessen den Betrieb der Klinik Werra übernehmen, nach dem Grundsatz „Ein Standort – Ein Träger“.

Reha-Kliniken kooperieren seit vielen Jahren

Bisher betreiben die Deutsche Rentenversicherung Bund und die Deutsche Rentenversicherung Hessen im traditionellen Kurort Bad Sooden-Allendorf jeweils eine eigene Reha-Klinik, die Kliniken Werra und Kurhessen. Die Einrichtungen der beiden Rentenversicherungsträger kooperieren seit Jahren mit dem Ziel, Synergieeffekte zu erzielen, und damit die Wirtschaftlichkeit der Betriebsführung zu erhöhen. Hierzu gehört zum Beispiel die gemeinsame ärztliche und kaufmännische Direktion der beiden Kliniken durch Dr. Heiko Roßband und Markus Hamp. Darüber hinaus gibt es eine gemeinsame Pflegedienstleitung, Technische Leitung und Küchenleitung.



Markus Hamp,
Kaufmännischer
Direktor





*Dr. Heiko Roßband,
Ärztlicher Direktor*

Medizinische Reha-Leistungen ausgezeichneter Qualität

Mit der Zusammenführung beider Kliniken erhalten Rehabilitandinnen und Rehabilitanden mit der Indikation Orthopädie, Psychosomatik oder Post-COVID in Bad Sooden-Allendorf auch künftig medizinische Reha-Leistungen in ausgezeichneter Qualität.

Das Personal der Klinik Werra der Deutschen Rentenversicherung Bund wird im Rahmen eines Betriebsübergangs an die Deutsche Rentenversicherung Hessen übergeleitet. Dies bietet den Beschäftigten weiterhin attraktive, zukunftsfähige Arbeitsplätze, und sichert eine berufliche Perspektive in der Region. Die Interessensvertretungen sind in den Übergangsprozess involviert.

Wichtig für die Rehabilitationslandschaft Deutschlands

Mit der Zukunftssicherung des Reha-Standorts im ehemaligen Grenzgebiet im Dreiländereck Hessen-Niedersachsen-Thüringen bleibt Bad Sooden-Allendorf ein bedeutender Teil der Rehabilitationslandschaft Deutschlands.

Ab Januar 2025 wird das Leistungsspektrum der Klinik Werra auf der Website der Klinik Kurhessen integriert. Interessierte sind mit einem Klick auf **www.klinik-kurhessen.de** auf dem aktuellen Stand.

GESUND SEIN – GESUND BLEIBEN

**Leitender Oberarzt Dr. Hans-Peter Filz über
Lebensstil und Lebensstiländerung**



Wer diesen Artikel liest, braucht Mut. Mut zur Ehrlichkeit und Mut zur Selbstreflexion. Wer sich vor sich selbst fürchtet, sollte hier aufhören zu lesen und lieber ein leichtes Videogame zur Hand nehmen. Wer aber mutig ist und weiterliest, kann an Leib und Seele vielleicht von diesem Artikel profitieren.



Zur Person

Dr. Hans-Peter Filz ist seit 2006 für die Deutsche Rentenversicherung in der Eleonoren-Klinik als Chefarzt der Abteilung für die Innere Medizin tätig. Zum

1. April 2025 beendet er sein Berufsleben nach äußerst engagiertem Einsatz für die Rehabilitantinnen und Rehabilitanden sowie die Beschäftigten der Reha-Klinik in Lindenfels-Winterkasten. In dieser Zeit ist es ihm gelungen, die Klinik mit Hilfe des gesamten Teams kontinuierlich konzeptionell weiterzuentwickeln und an die Gegebenheiten der Zeit anzupassen. So hat die Klinik eine deutschlandweit anerkannte Vollkompetenz in der Erwachsenenendokrinologie und Adipositas-Therapie. Auch das Präventionsprogramm RV Fit konnte sehr erfolgreich etabliert werden.



Das Leben ist wertvoll und das Leben ist schön – nicht immer, aber gerade deshalb gibt es ja auch die schönen und glücklichen Momente. Eine gute Gesundheit hilft uns dabei, das Leben zu genießen und unseren täglichen Aktivitäten nachzugehen. Doch was bedeutet es, gesund zu sein, und wie können wir diesen Zustand bewahren? Schauen wir uns zunächst den Lebensweg eines Menschen an.

Unser Lebensweg

Unser Lebensweg umfasst verschiedene Etappen. Zunächst erleben wir die Kindheit: Diese Phase umfasst die frühen Jahre, in denen wir grundlegende Fähigkeiten und Werte erlernen. Danach kommt die Jugend, die durch eine Zeit des Wachstums, der zunehmenden körperlichen Leistungsfähigkeit und der Selbstfindung gekennzeichnet ist, oft geprägt von schulischen und sozialen Erfahrungen. Als junger Mensch folgt der Übergang ins Erwachsenenalter, häufig verbunden mit Ausbildung, Berufseinstieg und der Suche nach Unabhängigkeit. Das mittlere Erwachsenenalter kann berufliche Etablierung, Familiengründung und persönliche Weiterentwicklung umfassen. Das späte Erwachsenenalter ist oft die Zeit des Ruhestands, mit nachlassenden geistigen und körperlichen Ressourcen und häufig auch motiviert bezüglich der Weitergabe von Wissen und Erfahrungen an jüngere Generationen. Im Alter stellt die weiter nachlassende Vitalität eine Herausforderung für uns alle dar, bietet aber auch die Möglichkeit zur Ruhe und Reflexion. Diese Etappen können individuell variieren und sind nicht immer klar voneinander abzugrenzen. Wenn wir Glück haben, durchlaufen wir alle unabänderlich diesen Lebensweg.

Was wollen wir wirklich?

Grundsätzlich wollen wir die körperliche, die geistige und die psychische Leistungsfähigkeit entsprechend unserer Lebensphase gut erhalten – aber wie können wir das erreichen?

Wir sind hochintelligente Lebewesen (zumindest könnten wir das sein), aber unser Körper ist der eines Säugetieres. Wir können nicht sagen: „Ich bin intelligent, ich esse nicht“, denn dann würden wir verhungern. Das betrifft alle Körperfunktionen wie Nahrungsaufnahme, Flüssigkeitsbedarf, ausreichende Bewegung, Ruhe- und Entspannungsphasen sowie die Akzeptanz des natürlichen Alterungsprozesses. Dabei wertet die Biologie nicht: Es gibt hier kein Gut oder Böse, es interessiert unseren Körper auch nicht, warum ich etwas tue oder nicht. Es gilt nur: Ich erfülle die Grundbedürfnisse oder nicht. Einige einfache Regeln sind zu berücksichtigen:

1. Viel hilft nicht viel, sondern das richtige Maß hilft viel.
2. Nur Regelmäßigkeit hilft.
3. Physikalische Grundsätze gelten auch für Menschen.

Hierzu als Beispiel die Haarpflege: Wenn ich mich nicht um

die Haarpflege kümmere, werden die Haare verfetten, dann verfilzen sie und schlimmstenfalls ziehen zum Schluss Türe ein. Es hilft auch nicht, die Haare dreißigmal hintereinander zu waschen und zu glauben, für die nächsten dreißig Tage bräuchte ich mich nicht mehr darum zu kümmern. Dann habe ich mich nur zunächst aufgrund von zu viel Haarpflege geschädigt und nach spätestens zwei Wochen sind die Haare verfettet, riechen schlecht und beginnen zu verfilzen, da die Regelmäßigkeit fehlt. Diese Grundsätze gelten für alle körperlichen Funktionen, auch für Geist und Seele.

Wie entscheiden wir?

Gesund zu sein und gesund zu bleiben, erfordert bewusste Entscheidungen und einen aktiven Lebensstil. Dabei stellt sich die Frage: Was will ich wirklich und wozu bin ich wirklich bereit? Noch einmal: Es gibt kein Gut oder Böse! Wenn ich mich entscheide, regelmäßig die Zähne zu putzen, dann entscheide ich mich für einen guten Mundgeruch und für gute Zähne. Wenn ich mich entscheide, die Zähne nicht zu putzen, will ich lieber aus dem Mund riechen und schneller schlechte Zähne bekommen.

Wir sind Menschen und Menschen sind nicht vollkommen. Menschen sind auch nicht gleich, weder in den körperlichen Maßen noch in der Biologie der Funktionen. Unser Körper liebt uns, lieben Sie auch Ihren Körper und akzeptieren Sie und respektieren Sie ihn. Niemand kann alles und nur für die Gesundheit zu leben, kann nicht das Lebensziel sein. Wir leben mit unseren sozialen und wirtschaftlichen Zwängen. Stärken Sie Ihre Stärken, schwächen Sie Ihre Schwächen. Tun Sie das, was Sie können, und was Sie nicht können, tun Sie so gut wie Sie es können. Kleine Verbesserungen im Lebensstil sind nicht klein, wenn wir sie in den Alltag regelmäßig einbauen; sie werden dadurch zu großen Verbesserungen. Unser Körper ist in nahezu jedem Bereich trainierbar, aber – ich wiederhole mich – nur Regelmäßigkeit hilft.

Um was geht es?

Beweglichkeit

Um unsere Beweglichkeit zu erhalten, benötigen wir eine regelmäßige Dehnung der Gelenke und Bänder. Dehnen Sie sich routinemäßig für zwei Minuten durch. Wenn Sie die Beweglichkeit verbessern wollen, dann bis zur leichten Schmerzgrenze, denn ohne Schmerz geht das nicht. Dehnungsreiz an Bandsystemen ist ein Schmerzreiz. Andersherum: Wer nicht bereit ist, sich regelmäßig zu dehnen, wird sich künftig zwangsläufig schlechter bewegen können. Die Entscheidung, sich nicht regelmäßig dehnen zu wollen, ist auch die Entscheidung, zunehmende Einschränkungen in der Beweglichkeit in Kauf zu nehmen. Auch der Gleichgewichtssinn lässt sich im Rahmen einer kleinen Dehnungsgymnastik hervorragend trainieren.

Kraft und Ausdauer

Damit unser Körper biologisch gut funktioniert, benötigt er rund 150 Minuten sportliche Aktivität pro Woche im Ausdauerbereich. Das ist das absolute Minimum, um hormonell und biologisch zu funktionieren. Einfache wertfreie Regel: Leisten wir das nicht, dann funktioniert unser Körper nicht.

Mein Rat: Trainieren Sie regelmäßig Ihre Muskulatur altersgerecht unter Berücksichtigung ihrer aktuellen gesundheitlichen Einschränkungen im Ausdauerbereich, das heißt nicht erschöpfend. Das kann im Fitnessstudio sein, muss es aber nicht. Gehen Sie beispielsweise regelmäßig spazieren, arbeiten Sie im Rahmen Ihrer Möglichkeiten im Garten oder gehen Sie einmal in der Woche schwimmen. Wichtig ist, dass es Ihnen auch etwas Freude macht, sonst halten wir solche Dinge nicht durch. Wenn Sie die Möglichkeit haben, diese Dinge mit jemandem gemeinsam zu tun, ist das hilfreich, denn zusammen sind wir stärker.

Geistige Mobilität

Auch der Geist ist wie der Körper trainierbar. Trainieren Sie ihn nicht, wird er verkümmern. Schauen Sie zum Beispiel regelmäßig die Nachrichten oder lesen Sie ein Buch. Auch Kreuzworträtsel oder Kombinationsspiele wie Sudoku helfen. Kleine Erinnerungsspiele oder selbstgestellte Rechenaufgaben trainieren unsere geistigen Fähigkeiten.

Psyche

Wir sind keine Maschinen. Wir haben einen Biorhythmus. So haben wir Aktivitätsphasen, benötigen aber auch Schlaf- und Entspannungsphasen. Schlaf ist entscheidend für die Regeneration des Körpers und des Geistes. Ein Mangel an Schlaf kann zu zahlreichen gesundheitlichen Problemen führen, darunter ein geschwächtes Immunsystem, Gewichtszunahme und eine erhöhte Anfälligkeit für Stress. Halten Sie, wenn möglich, einen regelmäßigen Schlafrhythmus ein, vermeiden Sie Koffein und elektronische Geräte vor dem Schlafengehen. Sorgen Sie für eine ruhige, dunkle und kühle Umgebung. Chronischer Stress kann erhebliche negative Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Deshalb ist es wichtig, einige Entspannungstechniken zum Stressabbau zu beherrschen. Ideal ist natürlich die progressive Muskelentspannung, aber es geht auch einfach. So kann ein schönes Bad entspannend sein, ein kurzer Spaziergang, das Hören des Lieblingssongs. Aber auch Aktivitäten, die Freude bereiten, und der Austausch mit Freundinnen und Freunden und der Familie sind wichtig für das emotionale Wohlbefinden.

Ernährung

Eine ausgewogene Ernährung bildet die Grundlage für ein gesundes Leben. Sie versorgt unseren Körper mit den notwendigen Nährstoffen, die er braucht, um optimal zu funktionieren. Das hört sich einfach an, ist es aber nicht. Ununterbrochen

werden wir konfrontiert mit Ernährungstrends, Glaubensfragen und Marketingstrategien der Industrie. Kleine Tipps: Essen Sie eine breite Palette von Lebensmitteln, um sicherzustellen, dass Sie alle notwendigen Vitamine und Mineralien erhalten. Eine Extremkost kann nicht gesund sein, sie beruht auf einer Glaubensfrage. Versuchen Sie, regelmäßig zu frühstücken, sonst verlieren Sie über Tag das Sättigungsempfinden. Essen Sie abends nicht zu spät und eher eine kleinere Mahlzeit, nicht zu fettreich. Salzen Sie nicht automatisch nach, bevor Sie nicht probiert haben, ob genug Salz in dem Essen ist, das Sie auf dem Teller haben.

Risikofaktoren

Risikofaktoren bedeuten eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, eine bestimmte Krankheit zu erwerben, wenn gewisse physiologische oder anatomische Eigenschaften, genetische Prädispositionen oder Umweltkonstellationen vorliegen. Unbeeinflussbare Risikofaktoren sind beispielsweise das Alter, die Anatomie oder die Gene. Es gibt aber auch viele Risikofaktoren, die Sie beeinflussen können, beispielsweise der Umgang mit Alltagsdrogen, Arbeitsschutz, berufsbedingte Bewegungsarmut, Begleiterkrankungen wie Übergewicht, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen oder Zuckerkrankheit.

Was kann ich tun?

Auf eine vernünftige Ernährung achten mit regelmäßiger Gewichtskontrolle, ausreichende Bewegung in den Alltag einbauen, Begleiterkrankungen vernünftig behandeln, auf Arbeitsschutz achten, einen vernünftigen Umgang mit Alltagsdrogen anstreben, für ausreichende Schlaf- und Entspannungsphasen sorgen und Vorsorgeuntersuchungen und sinnvolle Impfungen durchführen lassen. Schon wieder: Das sind Entscheidungen, die nur Sie selbst treffen können. Dafür ist nicht die Gesellschaft verantwortlich. Niemand kann alles: Wenn Sie das Rauchen nicht aufgeben wollen, dann können Sie aber trotzdem auf ausreichende Bewegung achten und Ihren Blutdruck kontrollieren.

Was ist wirklich wichtig?

Das Leben ist schön. Pflegen Sie sich aktiv, akzeptieren Sie Ihren Lebensweg und die Unabänderlichkeiten, die Sie nicht verändern können. Bleiben Sie glücklich und freuen Sie sich über und an Ihrem Leben. Denken Sie daran, dass kleine, kontinuierliche Veränderungen oft die größten positiven Auswirkungen auf unsere Gesundheit haben können.

Dr. Hans-Peter Filz, Eleonoren-Klinik

RV Fit

Das Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung in der Eleonoren-Klinik

Das Programm

RV Fit nennt sich das kostenlose Präventionsprogramm der Deutschen Rentenversicherung für berufstätige Versicherte, die ihre Gesundheit verbessern oder erhalten wollen. Es kombiniert die Elemente Bewegung, Ernährungsberatung und Stressbewältigung. In der Eleonoren-Klinik startet das Programm intensiv mit sieben stationären Tagen. Anschließend trainiert man drei Monate begleitet und drei Monate selbstständig. Nach sechs Monaten gibt es einen Refresher-Tag. Für die Startphase und den Refresher-Tag werden die Teilnehmenden vom Arbeitgeber freigestellt.

RV Fit in der Eleonoren-Klinik bietet:

- edukative Bausteine wie Ernährungsberatung, Lehrküche, Information über Fitness und Bewegung, Stressbewältigung
- ernährungstherapeutische Übungen wie Einkaufstraining und Umsetzung des erworbenen Wissens am Buffet
- bewegungstherapeutische Inhalte wie Aquafitness, Ergometer-Therapie, medizinische Trainingstherapie, Wirbelsäulengymnastik, Walking und Training am Posturomed-Gerät
- psychologische Aspekte wie psychologische Gruppenarbeit, Entspannungstechniken und achtsamer Umgang mit Stress und Konfliktsituationen

Mitmachen

Teilnehmen können alle, die aktiv berufstätig und nicht arbeitslos sind, seit mindestens sechs Monaten arbeiten, erste gesundheitliche Beeinträchtigungen haben, wie gelegentliche Rückenschmerzen, leichtes Übergewicht, Stress- oder Schlafprobleme.

Jetzt
anmelden
und mitmachen:
www.rv-fit.de





Wir beraten Sie

Bequem, einfach und persönlich

- Website
www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de
- E-Mail
post@drv-hessen.de
- Telefon
069 9999 2090



zur Video-
beratung



Für Sie durch Hessen!

Im Frühjahr 2025 nimmt das Rentenmobil der Deutschen Rentenversicherung Hessen Fahrt auf. Der Beratungsbus fährt für Sie durch Hessen, um vor Ort über Leistungen und Angebote der Rentenversicherung zu informieren. Wir freuen uns, wenn Sie einsteigen!



Ein Gewinn für alle Beteiligten

Kooperationsprojekt von Deutscher Rentenversicherung Hessen und Berufsbildungswerk Südhessen



”

Ich finde es spannend, in einem System zu sehen, wie alles zusammenhängt und wie die einzelnen Komponenten wechselwirken.

***Markus Gillich,
DV-Systemtechniker
Deutsche Rentenversicherung
Hessen***

Markus Gillich ist gut angekommen bei der Deutschen Rentenversicherung Hessen. Nach einem IT-Praktikum während seiner Ausbildung zum Fachinformatiker für Systemintegration bot ihm der Sozialversicherungsträger einen Vertrag zur Festanstellung an. Vor Kurzem hat er seine Stelle in der Hauptverwaltung in Frankfurt am Main angetreten.

Damit ist der 26-Jährige erfolgreicher Absolvent eines neuen Kooperationsprojekts, das Auszubildenden im IT-Bereich am Berufsbildungswerk (bbw) Südhessen Praxisphasen bei der Deutschen Rentenversicherung Hessen ermöglicht.

Das bbw in Karben begleitet junge Menschen mit Förderbedarf auf ihrem Weg in die berufliche und soziale Teilhabe, in der Regel finanziert vom zuständigen Leistungsträger, zum Beispiel der Agentur für Arbeit, dem Jobcenter oder der Rentenversicherung. Insgesamt bietet das bbw 30 Ausbildungsberufe an.

Zunächst absolvierte Gillich dort ein berufsvorbereitendes Bildungsjahr, um sich zu orientieren. Es bestätigte ihn in seinem Interesse für die Informationstechnik. „Ich finde es spannend, in einem System zu sehen, wie alles zusammen-

hängt und wie die einzelnen Komponenten wechselwirken“, erklärt er. Während seiner Ausbildung zum Fachinformatiker für Systemintegration am bbw machte er im Rahmen des Kooperationsprojekts ein zehnmonatiges Praktikum bei der Deutschen Rentenversicherung Hessen.

Die Initiative zu dieser Zusammenarbeit ging von Thomas Hild-Füllenbach aus, Mitglied der Geschäftsführung der Deutschen Rentenversicherung Hessen und ehrenamtlicher Vorsitzender des bbw-Verwaltungsrats. IT-Referatsleiter Achim Rau machte sich daraufhin vor Ort ein Bild von der Bildungseinrichtung. „Ich war tief beeindruckt, wie die jungen Menschen dort lernen, und auch von dem Equipment, das ihnen hierfür zur Verfügung steht“, so der Wirtschaftsingenieur. Das bestätigte ihn in der Einsicht, „dass wir jungen, motivierten Leuten in der heutigen Zeit Chancen bieten sollten, gerade wenn man Personalmangel hat“.

Flexible Arbeitszeiten und Homeoffice

Im Praktikum konnte Markus Gillich erste Berufserfahrung sammeln und Arbeitsabläufe kennen lernen, etwa beim Backup-Projekt zur Sicherung der Server. „Ich habe gemerkt, dass mir der Tätigkeitsbereich entspricht und die Kolleginnen und Kollegen nett sind. Die wiederum haben gemerkt, dass ich motiviert bin und meinen Platz in der Abteilung finden kann“, sagt der junge Fachinformatiker. Das Stellenangebot



der Deutschen Rentenversicherung Hessen habe er gerne angenommen. Er schätzt das flexible Arbeitszeitmodell und die Möglichkeit, auch im Homeoffice zu arbeiten. Außerdem sei die Rentenversicherung „nicht einfach nur ein großes, namhaftes Unternehmen, sondern tut was für andere Menschen“. „Das gibt meiner Tätigkeit auch eine Sinnhaftigkeit.“

„Wenn eine Übernahme in eine Festanstellung für beide Seiten passt, ist es eine Win-Win-Situation für alle Beteiligten“, sagt Rau. Weil alle Beteiligten weitermachen wollten, geht das Kooperationsprojekt nun in die nächste Runde. Das Interesse der bbw-Auszubildenden an einem Praktikum in der IT-Abteilung der Deutschen Rentenversicherung Hessen sei groß, berichtet Rau. Mit Markus Gillich als Beispiel hätten dessen Mit-Auszubildende gesehen, dass es gute Chancen gibt, in eine Festanstellung übernommen zu werden. „Und wir freuen uns über die motivierten und gut ausgebildeten jungen Leute vom bbw“, so Rau.

Tina Full-Euler, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Weitere Informationen zu den Ausbildungsmöglichkeiten bei der Deutschen Rentenversicherung Hessen gibt es unter www.ausbildung-drh-hessen.de und zum Berufsbildungswerk Südhausen unter www.bbwsuedhausen.de.

Am 30. Oktober 2024 verstarb im Alter von 81 Jahren unser ehemaliger Mitarbeiter

Hans-Jürgen Werkmann

Der Verstorbene war seit 1959 in unserem Hause tätig, bevor er 2007 in seiner Funktion als Abteilungsleiter der Abteilung Rehabilitation und Klinikmanagement in den Ruhestand versetzt wurde.

Er war ein pflichtbewusster Mitarbeiter, der von seinen Kolleginnen und Kollegen sowie Vorgesetzten geschätzt wurde.

Unser Mitgefühl gilt seiner Familie.

Wir werden Hans-Jürgen Werkmann ein ehrendes Andenken bewahren.

Deutsche Rentenversicherung Hessen

Geschäftsführung
Dr. Michael Stegmann
Direktor

Geschäftsführung
Thomas Hild-Füllenbach
Direktor

Personalrat
Philipp Fritz
Vorsitzender

Seminare für Mitarbeitende von Gemeinden und Versicherungsämtern

In den Seminaren wird Wissen rund um die Antragsaufnahme und der Umgang mit dem elektronischen Verfahren eAntrag vermittelt. Die Seminare richten sich in erster Linie an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Gemeinden und Versicherungsämter in Hessen, die Anträge aus dem Bereich der Rentenversicherung auf- und entgegennehmen. Schulungsfälle werden simuliert und Tipps und Hinweise zum Ausfüllen gegeben. Außerdem werden die unterschiedlichen Rentenarten und die dafür notwendigen Unterlagen zum Antrag erläutert. In den Aufbau Seminaren wird die Thematik vertieft. Alle Seminare werden begleitet durch Referentinnen und Referenten der Deutschen Rentenversicherung Hessen und Bund.

Grundseminar Teil 1

Das Grundseminar Teil 1 wendet sich an Bedienstete, die erst seit kurzer Zeit Aufgaben in Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung wahrnehmen oder sich in dieses Aufgabengebiet neu einarbeiten.

Inhalte

- Das Aufnehmen des Rentenanspruchs
- Prävention und Rehabilitation im Überblick
- Ausfüllen von Anträgen nach Formblatt

20. bis 24. Januar 2025

**Schulungszentrum der Eleonoren-Klinik in
Lindenfels-Winterkasten**

Alle Themen werden sowohl unter Verwendung der aktuellen Vordrucke als auch in der Darstellung im EDV-Verfahren eAntrag/Expertenversion behandelt.

Die genauen Seminarpläne finden Sie unter:

www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de

Grundseminar Teil 2

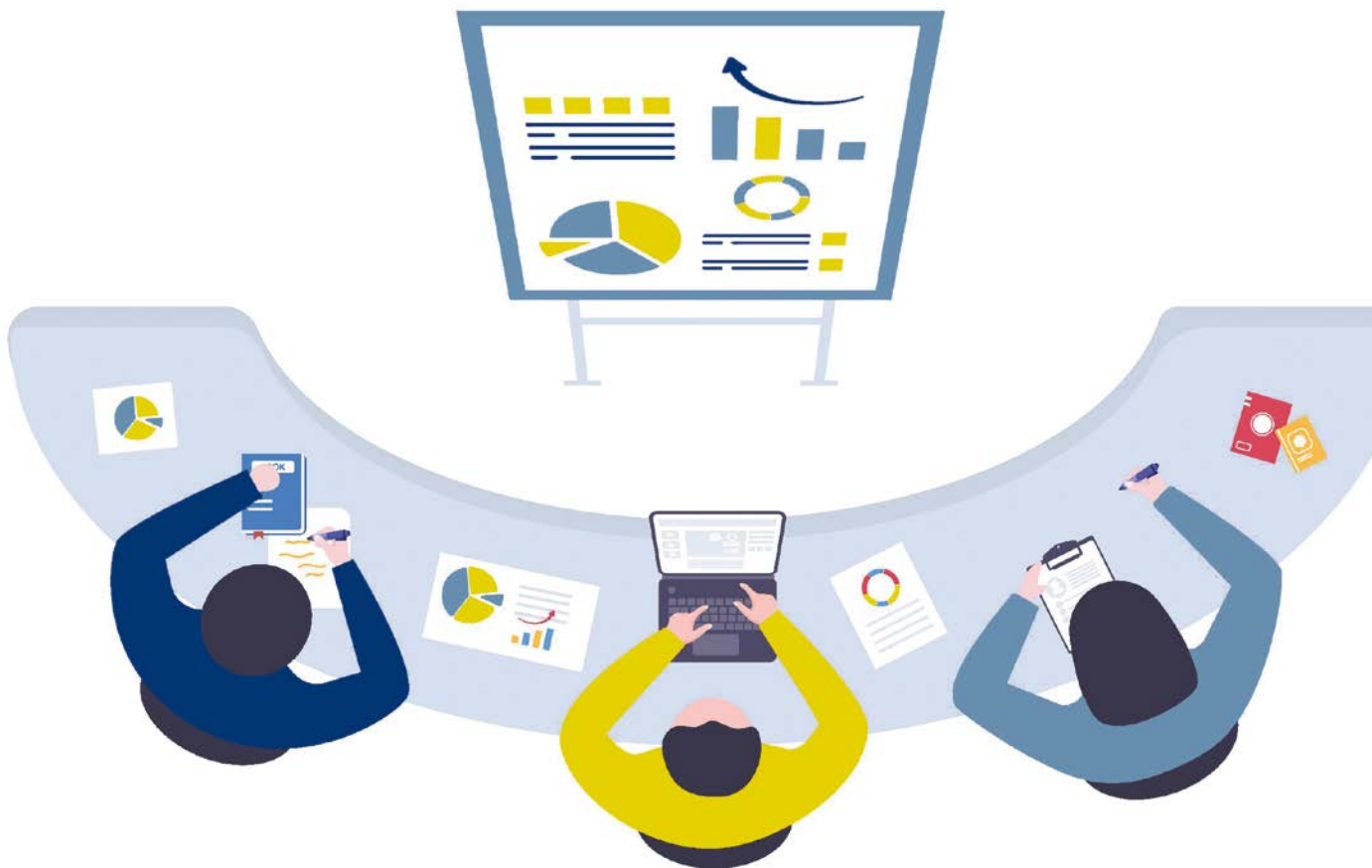
Das Seminar wendet sich an Bedienstete, die bereits an dem Grundseminar Teil 1 teilgenommen haben und über entsprechende Vorkenntnisse im Recht der gesetzlichen Rentenversicherung verfügen.

Inhalte

- Ergänzung des Versicherungskontos
- Besonderheiten im Rentenrecht der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft Bahn-See
- Minijobs
- Ausfüllen von Anträgen auf Kontenklärung nach einem vorgegebenen Versicherungsverlauf
- Krankenversicherung der Rentner/-innen
- Der Anspruch auf Renten wegen Todes
- Einkommensanrechnung bei Renten wegen Todes
- Ausfüllen von Anträgen auf Renten wegen Todes nach einem vorgegebenen Versicherungsverlauf
- Besteuerung von Renten nach Alterseinkünftegesetz

17. bis 21. Februar 2025

**Schulungszentrum der Eleonoren-Klinik in
Lindenfels-Winterkasten**



Aufbauseminar

Das Aufbauseminar 1 wendet sich an Bedienstete, die an den Grundseminaren Teil 1 und Teil 2 teilgenommen haben und über langjährige Erfahrungen im Aufgabenbereich der gesetzlichen Rentenversicherung verfügen.

Inhalte

- Grundrentenzuschlag
- Kontenklärung (KEZ/BÜZ)
- Renten wegen Todes
- Einkommensanrechnung
- Aktuelle Themen aus dem Versicherungsrecht
- Ausland/FRG
- Aktuelle Themen aus dem Leistungsrecht Rente
- Renten wegen Erwerbsminderung, Umdeutung
- Nachzahlungsmöglichkeiten für Versicherte
- Kreis der versicherten Personen
- Arbeiten neben der Rente
- Ausgleich bei Rentenminderung
- Altersrente (Rentenbeginn und Hochrechnung)
- Rentenauskunft verstehen
- Versorgungsausgleich –
leistungsrechtliche Auswirkungen

24. bis 28. März 2025

**Schulungszentrum der Eleonoren-Klinik in
Lindenfels-Winterkasten**

Anmeldung

Bitte melden Sie sich
zu den Seminaren per Mail unter
GuV.Seminare@drv-hessen.de an.
Bei Fragen können Sie
gerne auch anrufen.

Anja Dehne
069 29998-600

Weitere Termine und Veranstaltungsorte
im Jahr 2025 finden Sie demnächst unter
[www. deutsche-rentenversicherung-hessen.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-hessen.de)
► **Gemeindeseminare**

Wechsel an der Vorstandsspitze

Dr. Stefan Hoehl hat zum 1. Oktober 2024 den Vorstandsvorsitz der Deutschen Rentenversicherung Hessen übernommen und löst damit Renate Sternatz ab, die nun die stellvertretende Leitung innehat.

Arbeitgeber- und Versichertenseite wechseln sich an der Vorstandsspitze im jährlichen Turnus ab. Dr. Stefan Hoehl ist Vertreter der Arbeitgeber. Der Geschäftsführer Arbeitsmarkt- und Sozialpolitik der Vereinigung der hessischen Unternehmerverbände (VhU) ist seit 2015 im Vorstandsvorsitz ehrenamtlich in der Selbstverwaltung des hessischen Sozialversicherungsträgers tätig: „Die Selbstverwalterinnen und Selbstverwalter gewährleisten den wirtschaftlichen und effizienten Einsatz der Beitragsgelder im Interesse der Versichertengemeinschaft“, so Hoehl.

Der ehrenamtliche Vorstand wird bestimmt von der Vertreterversammlung der Deutschen Rentenversicherung Hessen, deren Mitglieder wiederum alle sechs Jahre von Versicherten und Arbeitgebern gewählt werden – zuletzt bei den Sozialwahlen im Mai 2023.



Der Vorstand besteht aus je sechs Vertreterinnen und Vertretern der Versicherten- sowie der Arbeitgeberseite. Er stellt den Haushaltsplan auf, beschließt die Jahresrechnung und trifft Finanzentscheidungen, etwa über die Anlage des Vermögens. Ebenso legt er grundsätzliche Personal- und Organisationsmaßnahmen fest. Die Deutsche Rentenversicherung Hessen wird durch den Vorstand verwaltet und durch ihn gerichtlich und außergerichtlich vertreten, soweit Gesetz oder sonstiges für den Versicherungsträger maßgebendes Recht nichts Abweichendes bestimmen.

Vorstand und Geschäftsführung der Deutschen Rentenversicherung Hessen kommen regelmäßig in Vorstandssitzungen zusammen.

Die Ausschüsse des Vorstands erledigen einzelne Aufgaben und bereiten Entscheidungen des Vorstands vor. Es gibt den Personalausschuss, Bauausschuss, Rehabilitationsausschuss und den Haushalts- und Finanzausschuss, der unter anderem den Haushaltsplanentwurf berät.

Ausschüsse des Vorstands:

Versichertenseite:

Natalie Jopen, stellvertretende Vorsitzende
Jakob Habermann

Arbeitgeberseite:

Adrian Chrubasik, Vorsitzender
Jutta Eisert

Haushalts- und Finanzausschuss

Versichertenseite:

Claudia Kramer, stellvertretende Vorsitzende
Sabine Hüther

Arbeitgeberseite:

Jutta Eisert, Vorsitzende
Sven Rohde

Rehabilitationsausschuss

Versichertenseite:

Lisa Horstmann, Vorsitzende
Markus Wehner

Arbeitgeberseite:

Stephan Faber, stellvertretender Vorsitzender
Sascha Drechsel

Versichertenseite:

Klaus-Günter Badeck, Vorsitzender
Christoph Ehlscheid
Natalie Jopen

Arbeitgeberseite:

Marion Gnidtke, stellvertretende Vorsitzende
Sabine Pallapies
Dr. Stefan Hoehl

90 Jahre Horst Adelmann

Die Deutsche Rentenversicherung Hessen gratuliert ihrem ehemaligen stellvertretenden Geschäftsführer Horst Adelmann zum 90. Geburtstag am 15. Oktober 2024. Der gebürtige Frankfurter hatte 1949 seine Laufbahn bei der damaligen Landesversicherungsanstalt (LVA) Hessen als Verwaltungslehrling begonnen. 1991 wurde er nach Leitungsfunktionen in der Abteilung für Datenverarbeitung, der Finanz- und der Verwaltungsabteilung von der Vertreterversammlung zum stellvertretenden Geschäftsführer gewählt. Damit fiel in seine Zeit an der Verwaltungsspitze die interne und externe Koordinierung der Unterstützung der damaligen LVA Thüringen, heute Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland. Für sein besonderes Engagement für Prävention und Gesundheitsförderung erhielt Horst Adelmann 1998 vom Land Hessen die Bernhard-Christoph-Faust-Medaille. Die Medaille erinnert an den hessischen Arzt Dr. Bernhard-Christoph Faust (1755 bis 1842), der als Pionier der Gesundheitsvorsorge, Begründer einer systematischen Gesundheitsförderung in Schule und Elternhaus und einer der ersten Impfarzte in die Medizingeschichte einging.



Amtliche Bekanntmachung

Bekanntmachung über die Nachfolge eines vorzeitig ausgeschiedenen Versichertenältesten gemäß §§ 79 und 80 der Wahlordnung für die Sozialversicherung (SVWO)

Der Vorstand der Deutschen Rentenversicherung Hessen hat am 19. September 2024 bezüglich der Nachfolge für einen ausgeschiedenen Versichertenältesten folgenden Beschluss gefasst:

Silvia Schwinn, Rüsselsheim, Geburtsjahr 1967, gilt als zur Versichertenältesten der Deutschen Rentenversicherung Hessen für die Position 26 (Landkreis Groß-Gerau) gewählt.

Frankfurt am Main, den 19. November 2024

gez. Dr. Stefan Hoehl
Vorsitzender des Vorstands



Die „Nachrichten der Deutschen Rentenversicherung Hessen“ kommen kostenlos zu Ihnen nach Hause.

Kurze Mail an pressestelle@drv-hessen.de genügt.

Wir freuen uns über Ihr Interesse!