

# BEST AGER



ANGEBOTE FÜR MITARBEITERINNEN UND MITARBEITER  
MIT BERUFS- UND LEBENSERFAHRUNG

KREISKLINIKEN REUTLINGEN GMBH



KREISKLINIKEN  
REUTLINGEN

KLINIKUM AM STEINBERG  
REUTLINGEN

ERMSTALKLINIK  
BAD URACH

ALBKLINIK  
MÜNSINGEN

# VORWORT & PROGRAMMÜBERSICHT

## Bin ich Best Ager?

Haben Sie sich diese Frage auch schon gestellt? Oftmals werden Best Ager auch mit der Generation 50+ verbunden. Best Ager umfasst sicherlich auch diese Zielgruppe – jedoch nicht ausschließlich. Vielmehr ist das Programm Best Ager, das Teil des Projektes Arbeit mit Herzblut ist, für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Berufs- und Lebenserfahrung vorgesehen. Denn im Zuge des demografischen Wandels verschwimmen auch die klassischen Anforderungen und Rollenbilder der Altersgruppen mehr und mehr.

Best Ager übernehmen sowohl im Berufs- als auch im Privatleben Verantwortung: Sei es im Rahmen anspruchsvoller Aufgabengebiete, für die Mitarbeiter/-innen mit Berufserfahrung benötigt werden oder auch im Privatleben – als Verantwortungsträger für Kinder und/oder zu pflegende Angehörige, wie Eltern

oder Schwiegereltern. Auch finanzielle Belastungen, beispielsweise in Form von Eigenheimkrediten spielen dabei eine Rolle. Ziel des Programms Best Ager ist es, unsere Mitarbeiter bei der Übernahme von Verantwortung – gleich welcher Art – zu unterstützen und damit Arbeit und Privatleben bestmöglich vereinbaren zu können.

Sind Sie Best Ager? Machen Sie sich selbst einen Eindruck von den Angeboten des Programms Best Ager und beantworten Sie diese Frage, nachdem Sie das Programm kennen gelernt haben:

<b>Begegnungen zum Kennenlernen</b>	<b>ab S. 4</b>
<b>Pflege von Angehörigen</b>	<b>ab S. 6</b>
<b>Wertschätzung &amp; Kompetenz</b>	<b>ab S. 10</b>
<b>Gesundheitsförderung &amp; Sportangebote</b>	<b>ab S. 12</b>
<b>Freizeitgestaltung &amp; Vergünstigungen</b>	<b>ab S. 15</b>
<b>Ausgleich &amp; Beratung</b>	<b>ab S. 19</b>





**Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,**

nach der erfolgreichen Einführung und kontinuierlichen Weiterentwicklung des Programms „Familie & Beruf“ rundet die Kreiskliniken Reutlingen GmbH das Projekt Arbeit mit Herzblut mit dem Programm „Best Ager“ für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Berufs- und Lebenserfahrung ab. Unsere Aktivitäten für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Berufs- und Lebenserfahrung wurden auch im Rahmen unserer erfolgreichen Zertifizierung „berufundfamilie“ im Jahr 2012/2013 bestätigt und werden stetig weiterentwickelt.

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Berufs- und Lebenserfahrung tragen zu einem erheblichen Teil zum Erfolg der Kreiskliniken Reutlingen GmbH bei und sind unverzichtbare und wichtige Wissensträger und Vorbilder. Gleichzeitig ist es im dynamischen Umfeld des Gesundheitswesens von hoher Bedeutung, dass – insbesondere im Zuge des demografischen Wandels – dauerhaft eine gegenseitige Unterstützung aller Altersgruppen und Nationalitäten stattfindet und die individuellen Ressourcen von jüngeren und älteren sowie langjährigen und neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gegenseitig zugänglich gemacht werden, Verständnis für die unterschiedlichen Fähigkeiten,

Anforderungen und kulturellen Hintergründe aufgebracht und Verantwortung übernommen wird. Auch das betriebliche Gesundheitsmanagement und die Gesunderhaltung unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wird vor dem Hintergrund der demographischen Entwicklung zukünftig eine bedeutsame Rolle haben.

Auch in wirtschaftlich schwierigen Zeiten halten wir es für erforderlich, diese wichtigen Themenfelder anzugehen. Wir werden die Programme für Sie und mit Ihnen weiterentwickeln.

Wir danken Ihnen für Ihren engagierten und häufig langjährigen Einsatz und freuen uns, wenn wir Sie mit unseren neuen und bereits bestehenden Angeboten bei der Vereinbarkeit von Beruf, Privatleben und Familie weiterhin unterstützen können.

Mit freundlichen Grüßen

Norbert Finke  
Vorsitzender Geschäftsführer

Friedemann Salzer  
Geschäftsführer

# BEGEGNUNGEN ZUM KENNENLERNEN

## Herzlich willkommen bei der Kreiskliniken Reutlingen GmbH!

Am 01. April 2014 wurde das ganzheitliche Einarbeitungskonzept bei der Kreiskliniken Reutlingen GmbH eingeführt. Ziel ist, neuen Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen eine einheitlich strukturierte Einarbeitung zu ermöglichen und die Abteilungen bei der Einarbeitung neuer Mitarbeiter/-innen zu unterstützen. Aufgrund einer erfolgreichen Umsetzung der Einarbeitung wollen wir die Mitarbeiterbindung an unser Unternehmen nachhaltig attraktiv gestalten und forcieren.

Ein wesentlicher Bestandteil des Einarbeitungskonzepts ist der 2x jährlich stattfindende Einführungstag für neue Mitarbeiter/-innen. Hier findet die offizielle Begrüßung durch die Geschäftsführung statt und das Unternehmen wird den neuen Mitarbeiter/-innen vorgestellt.

In diesem Rahmen lernen die neuen Mitarbeiter/-innen das Haus besser kennen und haben Gelegenheit Kontakte abteilungs- und stationsübergreifend zu knüpfen.

Zur Fortführung unserer Willkommenskultur planen wir zukünftig in jedem Quartal ein Treffen für neue und bereits schon im Unternehmen tätige Mitarbeiter/-innen. Geplant ist, sich zu den auf Seite 5 genannten Terminen im Eingangsbereich an der Information im Klinikum am Steinenberg zu treffen: Ziel ist, gemeinsam etwas zu unternehmen und sich mit Mitarbeiter/-innen aus anderen Abteilungen auszutauschen, sich kennenzulernen und Kontakte zu knüpfen. Wir laden Sie herzlich ein! Trauen Sie sich!



## Termine 2015

### Donnerstag, 22. Januar 2015:



#### Besuch einer Ausstellung

(6.12.2014 bis 01.02.2015):

Manuela Tirlir. flora fortis.

„Stahlplastiken und raum-  
bezogene Installationen“.

Ort: Städtische Galerie Reut-  
lingen, Eberhardstraße 14.

Am Donnerstag hat die Galerie bis 19 Uhr offen.

Treffpunkt: Information im Klinikum am Steinenberg um  
16.00 Uhr

### Mittwoch: 22. April 2015:



#### Gemeinsamer Bowling- Abend

Ort: City Bowling Reutlingen  
in der Innenstadt, Metzgerstr./  
Marienkirche

Treffpunkt: Information im  
Klinikum am Steinenberg  
um 17.00 Uhr

### Mittwoch, 02. September 2015:



#### 30. „Reutlinger Herbst“ – Reutlinger Weindorf

Verschiedene Weindorfwirte  
sorgen auch in 2015 wieder für  
auserlesene Weine und servie-  
ren Ihnen schwäbische Spezia-  
litäten für jeden Geschmack.

Ort: Innenstadt, rund um die  
Marienkirche.

Treffpunkt: Information im  
Klinikum am Steinenberg um  
17.00 Uhr

### Mittwoch, 16. Dezember 2015:



#### Besuch „Weihnachtsmarkt in Reutlingen“

Treffpunkt: Information im  
Klinikum am Steinenberg  
um 17.00 Uhr

# PFLEGE VON ANGEHÖRIGEN

## Bezahlte und unbezahlte Freistellungsmöglichkeiten für Mitarbeiter/-innen mit zu pflegenden Angehörigen

Am 1.1.2012 ist das **Gesetz zur Vereinbarkeit von Pflege und Beruf** in Kraft getreten und soll Beschäftigten – neben den Ansprüchen aus dem Pflegezeitgesetz – eine weitere Möglichkeit der Vereinbarkeit von Pflege naher Angehöriger und Erwerbstätigkeit eröffnen.

### Das Pflegezeitgesetz

Die Regelungen des Pflegezeitgesetzes basieren auf zwei Säulen:

1. Plötzliche Pflegebedürftigkeit eines Angehörigen: Beschäftigte haben das Recht, der Arbeit bis zu 10 Arbeitstage unentgeltlich fernzubleiben, um die Versorgung des Betroffenen sicherzustellen.
2. Längere Pflege von Angehörigen in häuslicher Umgebung: Hierfür können sich Beschäftigte bis zu 6 Monate ganz oder teilweise ohne Lohnfortzahlung für die „Pflegezeit“ freistellen lassen.

### Praxis-Beispiel: Berechnung des Aufstockungsbetrags

Ein Arbeitnehmer arbeitet regelmäßig in einer 40-Stunden-Woche gegen eine monatliche Vergütung von 3.000 EUR.

Für die Dauer von 2 Jahren schließt er mit dem Arbeitgeber eine Familienpflegezeitvereinbarung, nach der er nur noch 20 Stunden pro Woche arbeitet. Sein Teilzeitentgelt beträgt dementsprechend nur noch 1.500 EUR pro Monat. Die Differenz zwischen Vollzeitentgelt (3.000 EUR) und Teilzeitentgelt (1.500 EUR) beträgt 1.500 EUR. Die Hälfte der Differenz beträgt 750 EUR. Der Arbeitgeber hat dem

Ergänzend zu diesen unbezahlten Freistellungsmöglichkeiten gibt es nun im Rahmen des **Familienpflegezeitgesetzes** die Möglichkeit einer bezahlten Freistellung mit folgenden Konditionen:

1. Arbeitszeitreduzierung für max. 2 Jahre
2. Verbleibende Arbeitszeit: mind. 15 h/Woche
3. Gehaltsaufstockung um die Hälfte des reduzierten Arbeitsentgelts während der Familienpflegezeit (als zinsloses Bundesdarlehen)
4. Bei Rückkehr zur ursprünglichen Arbeitszeit: Bis zum Ausgleich des Gehaltsvorschusses wird weiterhin das reduzierte Gehalt gezahlt
5. Schriftliche Vereinbarung zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer
7. Verpflichtung der Arbeitnehmerin oder des Arbeitnehmers zum Abschluss einer privaten Familienpflegezeitversicherung

Arbeitnehmer somit einen Aufstockungsbetrag i. H. v. 750 EUR monatlich zu gewähren. Die Gesamtvergütung beträgt demnach monatlich 2.250 EUR.

In der Nachpflegephase kehrt der Arbeitnehmer wieder mindestens auf die Arbeitszeit von vor Beginn der Familienpflegezeit zurück. Trotz der nunmehr wieder vollen Arbeitszeit erhält der Arbeitnehmer jedoch nur ein Entgelt, das monatlich um die Aufstockungsbeträge der Familienpflegezeit reduziert ist (2.250 EUR).



Haben Sie Interesse an einer „Pflegezeit“ bzw. „Familienpflegezeit“? Bei Fragen steht Ihnen gerne Frau Pfeiffer (Telefon 3786, Dienstag- und Mittwochvormittag) in der Serviceabteilung Personal zur Verfügung.

### Informationen und Beratungsmöglichkeiten zur Pflege von Angehörigen

Gleich ob überraschend oder absehbar – der Eintritt eines Pflegefalls im Familienkreis ist für die Betroffenen insbesondere emotional fordernd. Auch gestandene Pflegekräfte können sich in solch einer Situation hilflos fühlen und benötigen situationspezifische Beratung, weitere Informationen oder auch eine Person, der man sich anvertrauen kann.

Die Kreiskliniken Reutlingen GmbH bietet ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter künftig an allen Standorten die Möglichkeit zu Informationsgesprächen im Rahmen einer Sprechstunde bei unseren internen Fachkundigen.

**Sprechstunde der Pflegeüberleitung sowie des Sozialdienstes für Mitarbeiter/-innen mit zu pflegenden Angehörigen**

### Sprechstunden in allen Häusern

#### **Klinikum am Steinenberg**

Die Sprechstunde findet einmal im Quartal statt. Bitte entnehmen Sie die Termine den Aushängen.

#### **Ermstaklinik**

Jeweils am ersten Montag eines neuen Quartals;  
13.00–14.30 Uhr

Um telefonische Voranmeldung unter  
Telefon 07125/159-259 wird gebeten.

#### **Albkllinik**

Jeweils am ersten Montag eines neuen Quartals;  
13.00–14.30 Uhr

Um telefonische Voranmeldung unter  
Telefon 07381/181-7170 wird gebeten.

Darüber hinaus erhalten Sie **intensive Beratung und Informationen beim Pflegestützpunkt des Landkreises Reutlingen**, der nachfolgend vorgestellt wird.

## Pflegestützpunkt im Landkreis Reutlingen: Intensive Beratungsmöglichkeit

Eine kostenlose Anlaufstation ist der Pflegestützpunkt bei allen Fragen rund um Alter, Pflegebedürftigkeit und Unterstützungsmöglichkeiten. Auch wer sich vorsorglich informieren will, wie man im Alter selbstbestimmt und möglichst lange in der vertrauten Umgebung leben kann, wird hier gut beraten.

Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der Pflegestützpunkte informieren und beraten unter anderem über häusliche Unterstützung, Pflegedienste, Tagespflege, stationäre Einrichtungen, Kosten und Finanzierung oder über Wohnformen im Alter sowie die Möglichkeiten, selbst bei Pflegebedürftigkeit möglichst lange zu

Hause bleiben zu können. Auch für Angehörige und ehrenamtliche Pflegenden gibt es Unterstützungsangebote und Informationen zu rechtlichen Vorsorgen.

Bei Bedarf leisten die Mitarbeiter/-innen des Pflegestützpunktes konkrete Hilfestellungen bei der Vermittlung der nötigen Kontakte und bei der Organisation der benötigten Leistungen. Sie unterstützen Hilfesuchende in belastenden Situationen und schaffen Überblick und Transparenz.

Hier finden Sie die Adressen der Pflegestützpunkte nach Wohnort sortiert:

### **Wohnort in der Stadt Reutlingen**

Pflegestützpunkt Standort: Stadt Reutlingen, Abteilung für Ältere, Gustav-Werner-Straße 25, 72762 Reutlingen  
Telefon 07121/ 303-2300; E-Mail: [abteilung.aeltere@reutlingen.de](mailto:abteilung.aeltere@reutlingen.de)

### **Wohnort in Metzingen, Grafenberg, Riederich**

Pflegestützpunkt Standort: Stadt Metzingen, Rathaus  
Stuttgarter Straße 2 – 4, 72555 Metzingen  
Telefon 07123/ 925-340; E-Mail: [d.osterwald@metzingen.de](mailto:d.osterwald@metzingen.de)

### **Wohnort in Pliezhausen, Walddorfhäslach**

Pflegestützpunkt Standort: Pliezhausen  
Schulberg 8 – 14, 72124 Pliezhausen  
Telefon 07127/980015  
E-Mail: [pflegestuetzpunkt-pliezhausen@gmx.de](mailto:pflegestuetzpunkt-pliezhausen@gmx.de)

### **Wohnort in Wannweil**

Diakoniestation-Härten e.V.,  
Kooperationspartner des Pflegestützpunkts  
Weinbergstraße 27, 72127 Kusterdingen, Telefon 07071/ 31007  
E-Mail: [haerten@ppsp-reutlingen.de](mailto:haerten@ppsp-reutlingen.de)

### **Pflegestützpunkt Landkreis Reutlingen**

bei Wohnort in den Gemeinden Bad Urach, Dettingen, Engstingen, Eningen, Gomadingen, Grabenstetten, Hayingen, Hohenstein, Hülben, Lichtenstein, Mehrstetten, Münsingen, Pfronstetten, Pfullingen, Römerstein, Sonnenbühl, St. Johann, Trochtelfingen, Zwiefalten

Landratsamt, Kaiserstraße 27, 72764 Reutlingen  
Telefon: 07121/ 480-4030; Telefax: 07121/ 480-1835  
E-Mail: [pflegestuetzpunkt@kreis-reutlingen.de](mailto:pflegestuetzpunkt@kreis-reutlingen.de)

Um ausreichend Zeit für die Beratung zu haben, empfehlen die Mitarbeiter/-innen der Pflegestützpunkte einen individuellen Beratungstermin zu vereinbaren. Die Beratung ist kostenlos, unabhängig und unterliegt der Schweigepflicht.



## Seminarangebot: Angehörige zwischen Beruf und privater Pflege



Viele Berufstätige kümmern sich um betreuungs- oder pflegebedürftige Angehörige wie Eltern, Großeltern oder Kinder, die der besonderen Fürsorge und Unterstützung bedürfen. Immer bedeutet diese Situation, in die manche schleichend, andere unvermittelt geraten, eine Herausforderung für die Betroffenen und bringt Fragen und Unsicherheiten mit sich. Lebenspläne müssen verändert, Entscheidungen getroffen und ein neuer Alltagsrhythmus gefunden werden. Darin will das Seminar die Teilnehmer/-innen unterstützen.

Auskunft zu Terminen, Veranstaltungsort und Seminarinhalt gibt die Stadtverwaltung Reutlingen, Abteilung für Ältere,  
Frau Karl, Telefon 07121 / 303-2899  
E-Mail: [cornelia.karl@reutlingen.de](mailto:cornelia.karl@reutlingen.de)

<b>Zielgruppe:</b>	<b>Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die in einer Pflegesituation stehen oder sich darauf vorbereiten wollen</b>
Ziel:	Unterstützung bei der Vereinbarkeit von privater Pflege und Beruf
Inhalte:	Auseinandersetzung mit der eigenen Pflegesituation Informationen zu Unterstützungsangeboten Grenzen erkennen und Freiräume schaffen
Methoden:	Kurzreferat, Diskussion und Austausch, Gruppenarbeit, Übungen
Dauer:	1 Tag
Veranstalter:	Stadtverwaltung Reutlingen
Anmeldung:	per Dienstreiseantrag in der Personalentwicklung der Kreiskliniken Reutlingen GmbH
Kosten:	werden von der Kreiskliniken Reutlingen GmbH übernommen

# WERTSCHÄTZUNG & KOMPETENZ

Jubilarfeier

Herzlichen Dank  
für Ihre Treue!

**„Es sind Begegnungen mit Menschen,  
die das Leben lebenswert machen.“**

Guy de Maupassant

Viele unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind seit Jahrzehnten bei der Kreiskliniken Reutlingen GmbH tätig, haben Veränderungen und medizinische Fortschritte in all den Jahren miterlebt und dank ihrer Kompetenz und Erfahrung Entwicklungen unserer Krankenhäuser positiv mit gestaltet.

Unsere Jubilare feiern wir gebührend und sprechen Dank und Anerkennung für die erbrachte Leistung und die Treue im Rahmen einer Jubiläumsfeier aus. Neben kulinarischen Köstlichkeiten unseres Küchenteams, wird ein Rahmenprogramm unsere Jubilarfeier abrunden.

Alle Jubilare mit 20-, 30- und 40-jähriger Zugehörigkeit erhalten eine persönliche Einladung zu diesem jährlichen Festakt im Herbst. Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme.



## Kompetenzcenter „Best Ager“

### **Ankündigung:**

#### **„Qualifizierungsprogramm Best Ager in 2015“**

Das Thema Personalentwicklung gewinnt insbesondere im Gesundheitswesen zunehmend an Bedeutung und beinhaltet somit für die Kreiskliniken Reutlingen GmbH einen wesentlichen Aspekt der Kompetenzerhaltung und Kompetenzgewinnung.

In Hinblick des demografischen Wandels und zur Sicherung der Zukunftsfähigkeit des Unternehmens plant die Kreiskliniken Reutlingen GmbH eine nachhaltige strategische Qualifizierung für Mitarbeiter/-innen mit Berufs- und Lebenserfahrung zu gestalten.

Ziel des Qualifizierungsprogrammes Best Ager ist, das „Lebenslange Lernen“ in unserem Unternehmen zu etablieren; Mitarbeiter/-innen mit Berufs- und Lebenserfahrung individuell zu fördern und anforderungsgerecht zu unterstützen.

Anfang Juli 2014 wurde eine Umfrage für das Thema „Qualifizierungsprogramm für Best Ager bei den Kreiskliniken Reutlingen GmbH“ vorgenommen. Hinsichtlich der Ergebnisse der intern durchgeführten Umfrage und anhand der im Gesundheitswesen zukünftigen erforderlichen notwendigen Kompetenzen, wird ein Qualifizierungsprogramm erstellt und mit den evaluierten Inhalten und Terminen in 2015 angeboten. Im Zuge dessen möchten wir uns bei allen teilnehmenden Mitarbeiter/-innen hinsichtlich der internen Umfrage herzlich bedanken.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme an unserem zukünftigen „Qualifizierungsprogramm Best Ager“ in 2015 und über Ihr Interesse weitere Inhalte zu erfahren.

Ihre Personalentwicklung  
Serviceabteilung Personal

# GESUNDHEITSFÖRDERUNG & SPORTANGEBOTE

## Entspannung und Stressabbau

Sie möchten vom Alltag entspannen und ein wenig entschleunigen? Dann haben wir genau das Richtige für Sie:

### Yogakurse

Yogaübungen verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz, der Körper, Geist und Seele in Einklang bringen soll. Mittels Tiefenentspannung, Atemübungen sowie Meditationsübungen wird eine verbesserte Vitalität und gleichzeitig eine Haltung der inneren Gelassenheit angestrebt.

Yoga hat nachweislich positiv bewertete Effekte sowohl auf die physische als auch auf die psychische Gesundheit und hat auf viele Menschen eine beruhigende, ausgleichende Wirkung, so dass den Folgeerscheinungen von Stress entgegen gewirkt werden kann.

Die Yogakurse der Kreiskliniken Reutlingen GmbH finden wöchentlich für Mitarbeiter/-innen aller Standorte wie folgt statt:

Termin:      Montags 18.15 Uhr  
Ort:           Gymnastikraum Physiotherapie,  
                 Funktionsbau Ebene 01,  
                 Klinikum am Steinenberg  
Trainerin:   Frau Schmidt, Yogalehrerin

## QiGong-Kurse

QiGong ist eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform. Es hat zum Ziel, Atmung, Körperhaltung, Konzentration und Entspannung durch entsprechende Übungen zu stärken. QiGong entspricht dem Bedürfnis des Menschen nach einem allgemeinen Wohlfühl. Die Freude an den Bewegungen gleicht muskuläre Spannungen und Blockaden aus, unterstützt das Immunsystem und hilft Stress abzubauen. Somit fördert QiGong das seelische und körperliche Gleichgewicht.



Die QiGong-Kurse der Kreiskliniken Reutlingen GmbH finden wöchentlich bei Frau Sonja Müller (Heilpraktikerin, QiGong-Therapeutin) für Mitarbeiter/-innen aller Standorte statt:

Termin: Montags 20:15 Uhr

Ort: Ergotherapieaum, Untergeschoss, Albklinik


Termin: Dienstags 19:30 Uhr

Ort: Gymnastikraum Physiotherapie, Funktionsbau Ebene 01, Klinikum am Steinenberg

Termin: Mittwochs 18:30 Uhr

Ort: Gymnastikraum Physiotherapie, Erdgeschoss, Ermstaklinik

Weitere Kurse und Angebote erhalten Sie gerne auf Anfrage beim Betrieblichen Gesundheitsmanagement.

 **Tipp:** Die Kreiskliniken Reutlingen GmbH **erstattet** Ihnen **20% der jeweiligen Kursgebühren!** Weitere Informationen erhalten Sie beim Betrieblichen Gesundheitsmanagement.

### Kooperationen mit Fitnessstudios

Die Kreiskliniken Reutlingen GmbH hat für Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit verschiedenen Fitnessstudios Kooperationen vereinbart.

Suchen Sie sich einfach Ihr passendes Studio aus:

### Kooperierende Fitnessstudios

#### **F1 – Fitness und Gesundheit**

Täleswiesenstraße 3, 72770 Reutlingen

Telefon 07121/568090 / info@f1-fitnessundgesundheit.de

#### **Olympic Pfullingen**

Carl-Zeiss-Straße 7, 72793 Pfullingen

Telefon 07121/ 972937 / info@olympic-fitness.de

#### **Olympic Metzingen**

Stuttgarter Straße 54-58, 72555 Metzingen

Telefon 07123/ 9531745 / info@olympic-fitness.de

#### **INJOY Dettingen**

Vogelsangstraße 35, 72581 Dettingen/E.

Telefon 07123/ 87651 / info@injoy-dettingen.de

#### **Positiv Fitness und Gesundheit**

Auinger Weg 39, 72525 Münsingen


Telefon 07381/ 1836-36 / info@positiv-erlebnispark.de

#### **FZ Fitnesszentrum**

Wolfgartenstraße 43, 72525 Münsingen

Telefon 07381/1257 / info@hora-akademie.de

Weitere aktuelle Informationen finden Sie im Infonet.

 **Tipp:** Besuchen Sie 50 x pro Jahr eines dieser Studios, erstattet Ihnen die Kreiskliniken Reutlingen GmbH **10 % Ihrer Jahresgebühren.**

### **Betriebssport**

Neben Entspannungsangeboten und Kooperationen mit Fitnessstudios gibt es von Mitarbeitern der Kreiskliniken Reutlingen GmbH für Mitarbeiter/-innen verschiedene Betriebssportangebote:

### **Fitnessgymnastik, Ausdauer, Koordination und Stretching**

Termin: Montags 20:00 Uhr (während den Schulzeiten)  
Ort: Theodor-Heuss-Halle – Sporthalle des Berufsschulzentrum Reutlingen, Schulstraße 35

### **Fußball**

Termin: Mittwochs 18:00 Uhr  
Ort: Hohbuch (am Anfang des Kreuz-eiche-Sportparks, Nähe Verkehrsübungsplatz)  
Ansprechpartner: Herr Fach, Station 03i  
Telefon 3890 / E-Mail: fach\_f@local  
Herr Schmidt, Radiologie,  
Telefon 3833/E-Mail: schmidt\_a@local

### **Volleyball, Gymnastik, Ausdauer und Stretching**

Termin: Montags, 20:15 Uhr (während den Schulzeiten)  
Ort: Ermstalhalle Bad Urach (Sporthalle beim Gymnasium)  
Trainerinnen: Frau Redlich, Frau Naujock,  
Telefon 07125/ 159-227

### **Weitere Informationen und Beratung erhalten Sie bei:**

Betriebliches Gesundheitsmanagement  
Klinikum am Steinenberg



# FREIZEITGESTALTUNG & VERGÜNSTIGUNGEN

## Termine 2015

### **Donnerstag, 22. Januar 2015:**

#### **Besuch einer Ausstellung**

Treffpunkt: Information im Klinikum am Steinenberg  
um 16.00 Uhr

### **Mittwoch, 22. April 2015:**

#### **Gemeinsamer Bowling-Abend**

Treffpunkt: Information im Klinikum am Steinenberg  
um 17.00 Uhr

### **Mittwoch, 02. September 2015:**

#### **30. „Reutlinger Herbst“ – Reutlinger Weindorf**

Treffpunkt: Information im Klinikum am Steinenberg  
um 17.00 Uhr

### **Mittwoch, 16. Dezember 2015:**

#### **Besuch „Weihnachtsmarkt in Reutlingen“**

Treffpunkt: Information im Klinikum am Steinenberg  
um 17.00 Uhr

Ausführlichere Informationen zu diesen Terminen  
finden Sie auf Seite 5.

### **Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!**

Weitere Termine für 2016 sind geplant und werden  
frühzeitig kommuniziert. Für weitere Anregungen für  
das Jahr 2016 sind wir dankbar und freuen uns auf  
Ihre Mail an die Personalentwicklung, Serviceabtei-  
lung Personal.

Tipps, Anregungen, Inhalte von städtischen Museen  
und Einrichtungen finden Sie unter dem Link:  
[www.reutlingen.de/Leben-in-Reutlingen](http://www.reutlingen.de/Leben-in-Reutlingen).

## HoTT – Heppstraße offener TheaterTreff – EINFACH SO!

Seit September 2011 wird im LAG TheaterPädagogik-Zentrum in der Reutlinger Heppstraße ein offener Theater-Treff angeboten: kurz HoTT genannt. Einmal in der Woche haben Erwachsene jeden Alters die Möglichkeit, unter Anleitung der Theaterpädagogin Ulrike Tilke drauflos zu spielen, ihre theatralen Ausdrucksmöglichkeiten kennen zu lernen und viel Spaß zu haben. Vorerfahrungen sind nicht nötig und eine bunt gemischte Gruppe ist gewünscht!

Durch geschickte pädagogische Hinführung wird Improvisation leicht und weckt den inneren Wunsch nach mehr. Es ist einfach erfrischend, mal ein bisschen „Leben zu spielen“, sich gefahrlos auszuprobieren, manchmal ernst, aber im Grundtenor heiter, denn es wird viel gelacht an diesen Abenden. Dieses Theater-spielen ohne Druck auf ständige Probentermine für eine Aufführung rückt die Lust am Spiel in den Vordergrund. Es ist eine Bereicherung für den Alltag, denn die Flexibilität im eigenen Reagieren auf andere wirkt sich auch im persönlichen Leben positiv aus. Das Konzept des Theaterspielabends sieht eine offene Gruppe vor. Da jeder Abend eine Einheit ist, wird nichts verpasst, wenn die Teilnahme zeitlich einmal nicht möglich ist. Man und frau haben die Möglichkeit, an einem Termin kostenlos reinzuschnuppern.



**! Tipp: In Abhängigkeit der Anzahl von Interessenten und Interessentinnen sind Subventionen seitens der Kreiskliniken Reutlingen GmbH möglich.**

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Personalentwicklung, Serviceabteilung Personal.

Termin: dienstags 19–21 Uhr (außer in den Schulferien)  
Ort: LAG TheaterPädagogikZentrum, Heppstraße 99/1, 72770 Reutlingen  
Investition: 1 Schnuppertermin kostenlos;  
8,- Euro pro teilgenommenen Abend

Kontakt:  
Telefon 07121-21116  
info@lag-theater-paedagogik.de  
www.lag-theater-paedagogik.de



## Vergünstigte Freizeitangebote für Ihre Work-Life-Balance

Eine ausgewogene Work-Life-Balance ist in jedem Alter wichtig. Dies muss nicht zwangsläufig teuer sein: Joggen, Radfahren, ausgedehnte Spaziergänge oder einfach auch eine Ruhepause können helfen von der Hektik des Alltags Abstand zu gewinnen.

**Freizeitgestaltungs- und Gesundheitsangebote** für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kreiskliniken Reutlingen GmbH gibt es unter:

[www.mitarbeitervorteile.de](http://www.mitarbeitervorteile.de)

einem Einkaufsportale speziell für Unternehmensmitarbeiter.

Genießen Sie **zahlreiche Vergünstigungen** in vielen verschiedenen Kategorien:

- **Reisen (Badeurlaub, Wellness, Kreuzfahrten u. v. m.)**
  - **Hotels, Ferienhäuser, Wohnmobile**
  - **Reduzierte Eintrittspreise in Freizeitparks (weltweit) und Musicals**
  - **Fitness & Sport (Sportartikel, Fitnesscenter)**
  - **Gesundheit (Brillen, Kontaktlinsen, Zahnersatz)**
  - **Essen & Trinken (Kaffee, Bioprodukte)**
- ... und vieles, vieles mehr ...

Auch für Modedans, Heimwerker und Mitarbeiter/-innen mit Kindern und/oder Haustieren gibt es zahlreiche interessante Vergünstigungen! Darüber hinaus finden Schnäppchenjäger bei den „Tages Deals“ spezielle Aktionsangebote.

Die Login-Daten der Kreiskliniken Reutlingen GmbH finden Sie im **Curator/Infonet** unter dem **Suchwort „Mitarbeitervorteil“**.

Mit diesem Login können Sie bequem zuhause die vergünstigten Angebote nutzen!





## Kontaktlinsen, Brillen & Zahnersatz – teuer muss nicht sein!

Für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kreiskliniken Reutlingen GmbH gibt es Vergünstigungen für Kontaktlinsen, Brillen und Zahnersatz im Einkaufsportale für Mitarbeiter [www.mitarbeitervorteile.de](http://www.mitarbeitervorteile.de). Detaillierte Informationen hierzu finden Sie in dieser Broschüre auf Seite 13.

Darüber hinaus erhalten unter bestimmten Bedingungen Beschäftigte des öffentlichen Dienstes Beihilfe für verschiedene Aufwendungen (wie z. B. Zahnersatz), welche auf Antrag vom Kommunalen Arbeitgeberver-

band Baden-Württemberg gewährt wird. Von dieser Beihilfe können auch alle Mitarbeiter/-innen der Kreiskliniken Reutlingen GmbH profitieren,

- die bereits vor dem 01.01.1998 im Öffentlichen Dienst beschäftigt waren und
- bei einer gesetzlichen Krankenkasse pflichtversichert oder freiwillig versichert bzw. privat krankenversichert sind.

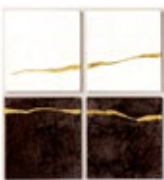
Detaillierte Informationen erhalten Sie bei Frau Schiller (-3726) in der Serviceabteilung Personal.

# AUSGLEICH & BERATUNG



## Ausgleich und neue Kraft beim Mittagsgebet finden

Zum Wochenbeginn, jeden Dienstag um 13 Uhr, bieten wir Ihnen im Raum der Stille (Bettenhaus West, Ebene 0, Klinikum am Steinberg) die Möglichkeit, im Rahmen eines liturgischen Mittagsgebets für 15 Minuten



Ihre Sorgen vor Gott zu bringen  
Ihr Tun zu unterbrechen  
zur Ruhe zu kommen  
Kraft zu schöpfen  
und aufzuatmen.

Dieses Angebot der ökumenischen Klinikseelsorge im Klinikum am Steinberg kann von allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern wahrgenommen werden.

Ihr ökumenisches Seelsorgeteam  
im Klinikum am Steinberg

## Persönliche Beratung

Haben Sie Fragen zu beruflichen und persönlichen Themen? Das betriebliche Gesundheitsmanagement/ die betriebliche Sozialberatung stehen Ihnen gerne zur Verfügung – kompetent und vertraulich.

Das betriebliche Gesundheitsmanagement und die betriebliche Sozialberatung arbeiten ganzheitlich und lösungsorientiert und tragen durch Beratung, Begleitung und Moderation dazu bei, Sie bei Ihren Veränderungen beruflicher und persönlicher Art zu unterstützen.

Nachfolgend finden Sie die Mitarbeitersprechstunden des Betrieblichen Gesundheitsmanagements/ der Betrieblichen Sozialberatung:

## Mitarbeitersprechstunden

### Klinikum am Steinberg

- jeden Montag von 13.00–15.00 Uhr
- Serviceabteilung Personal, Verwaltungsgebäude, 4. Stock

### Ermstaklinik

- jeden 4. Donnerstag im Monat von 13.00–15.00 Uhr
- Personalwohnheim 2, 1. Stock, App. 124\*

### Albklinik

- jeden 4. Mittwoch im Monat von 13.00–15.00 Uhr
- Raum 224, 1. Stock\*

\*beachten Sie die Aushänge vor Ort und die Informationen im Intranet



**Kreiskliniken Reutlingen GmbH**

Steinbergstraße 31

72764 Reutlingen

[www.kreiskliniken-reutlingen.de](http://www.kreiskliniken-reutlingen.de)

[www.karriere.kreiskliniken-reutlingen.de](http://www.karriere.kreiskliniken-reutlingen.de)

© Kreiskliniken Reutlingen GmbH, Abdruck auch auszugsweise nur mit vorheriger Genehmigung der Serviceabteilung Personal



KREISKLINIKEN  
REUTLINGEN