

Seit 1900  
★★★★★

**WALDHOTEL**  
am Notschrei



*Das WohlFit-Hotel  
auf den Höhen des  
Süd-schwarzwaldes*

## Information für Krankenkassen

Das \*\*\*\*Waldhotel am Notschrei bietet seinen Gästen ein durchdachtes **Gesundheits-Programm für Prävention**, welches von Dr. med. Steinfurth und dem WohlFit-Trainer Team unter der Leitung von Psychotherapeutin Gabriele Klingele und Personal Trainer Roland Brender zusammen erarbeitet wurde.

Das Wochenprogramm entspricht den strengen gesetzlichen Regelungen **nach § 20 SGB V** und dem Leitfadens Prävention der Spitzenverbände der Krankenkassen. Das Programm enthält **2 parallel laufende Kurse**, die nach dem Schwerpunkt "Bewegung" und "Entspannung" zusammengestellt wurden (Kurs 1 "aktiv bewegen" mit 6 Einheiten Aqua Fit, Nordic Walking und Rückentraining / Kurs 2 "Entspannung" mit 6 Einheiten PME / Entspannungstraining). Umrahmt wird das Aktiv-Programm von einem Gesundheitsvortrag zum Thema mit Dr. med. Steinfurth und einer Abschlussveranstaltung (Vital Plausch), um Motivation und das Verständnis für Präventions-Maßnahmen im Alltag bei den Teilnehmern zu wecken und auch um individuelle Betreuung anzubieten. Weitere freiwillige Angebote, zum Beispiel zu den Bereichen Entspannung und Ernährung runden das Programm für den Teilnehmer ab, um einen bewussten ganzheitlich gesunden Lebensstil im Alltag nachhaltig integrieren zu können. Die Teilnahme an den 2 Präventionskursen wird von dem WohlFit Therapeuten und Trainer Team geprüft und bei Mindestteilnahme von 80% jedem Teilnehmer anschließend bestätigt und dokumentiert. Weiterhin wird die Richtigkeit des Ablaufes und die Trainer-Qualifikation von dem **Reiseveranstalter Dr.Holiday\*** beaufsichtigt.

Für Fragen oder für nähere Informationen können Sie sich gerne wenden an:

>\*\*\*\***Waldhotel am Notschrei** - Das WohlFit Hotel | [www.albiez-team.de](http://www.albiez-team.de)  
Freiburgerstr. 56 | 79254 Oberried bei Freiburg | Tel: 07602 94200

>**Dr. Holiday AG** - Der Spezialist für Präventionsreisen | [www.dr-holiday.de](http://www.dr-holiday.de)  
Bahnhofstr. 46 | 93161 Sinzing | Tel.: +49 (0)941 30 76 71-0

\* **Dr. Holiday** ist der führende Anbieter von Präventionsreisen auf dem deutschen Markt. Dr. Holiday und die unabhängigen Kontrollen der Partnerkrankenkassen (TK, GEK, DAK, BKK Taunus...) stellen sicher, dass die Vorschriften von § 20 SGB V eingehalten werden. Dr. Holiday ist ausschließlich auf die Durchführung von Präventionsreisen für gesetzliche Krankenkassen spezialisiert. Dies spiegelt sich auch in den Angeboten wider: Reisen ohne Präventionsleistung sind nicht buchbar.

Dr. Holiday stimmt sämtliche Ziele und auch die Programme eng mit den Experten der jeweiligen Krankenkasse ab. Das garantiert maximale Präventionsqualität. Dr. Holiday-Präventionsangebot entsprechen zu 100 Prozent den Vorgaben von § 20 SGB V. Für sämtliche mit den Programmen beauftragten Therapeuten und Trainer liegen umfassende Befähigungsnachweise vor, die sowohl der Aufsichtsbehörde wie den Krankenkassenpartner jederzeit zur Verfügung gestellt werden. Dr. Holiday stellt in enger Zusammenarbeit mit der Krankenkasse die Qualität der Präventionsprogramme und die Beteiligung der Versicherten an den Programmen sicher.

