Das kleine Einmaleins der Prävention

Gesetze, Richtlinien und Co.

Der **GKV-Leitfaden Prävention** wird vom GKV?Spitzenverband herausgegeben und bildet die zentrale Grundlage dafür, welche Gesundheitskurse von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert oder bezuschusst werden. Er legt fest, welche Angebote dabei helfen sollen, gesundheitliche Risiken frühzeitig zu erkennen und ihnen vorzubeugen (**Primärprävention)** und wie Versicherte ihre eigenen Ressourcen und ihr Wohlbefinden stärken können (**Gesundheitsförderung**).

Im Leitfaden ist genau beschrieben, wie Präventionskurse nach **§ 20 SGB V** aufgebaut sein müssen, welche Inhalte sie vermitteln sollen und welche Qualitätsstandards gelten. Außerdem regelt er, welche Qualifikationen Kursleitungen und Anbieter*innen mitbringen müssen. Dazu gehört auch, dass Personen mit der **Übungsleituner*in B Prävention** unter bestimmten Voraussetzungen Kurse nach § 20 SGB V durchführen können.

Kurz gesagt: Der GKV-Leitfaden sorgt dafür, dass Präventionsangebote einheitlich, hochwertig und sinnvoll strukturiert sind. Sodass diese Angebote von den Krankenkassen bezuschusst werden können.

Präventionskurse

- fallen unter „Individuelle verhaltensbezogene Prävention“
- richten sich an einzelne Versicherte
- finden grundsätzlich in Gruppen statt.
- haben ein klares Start- und Enddatum
- sind in vier Handlungsfelder unterteilt:
    - Bewegungsgewohnheiten
    - Ernährung
    - Stress- und Ressourcenmanagement
    - Suchtmittelkonsum
- müssen bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) eingereicht werden und erfolgreich geprüft sein, um bezuschusst zu werden.
- **sollen motivieren und befähigen, Möglichkeiten einer gesunden Lebensführung auszuschöpfen und Erkrankungen vorzubeugen, auch über die Laufzeit der Maßnahme hinaus**

Präventionskurse im Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten

Es gibt folgendes Präventionsprinzip: **Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität.**

Die standardisierten Kursprogramme, die von ÜL-B Sport in der Prävention durchgeführt werden dürfen, richten sich ausschließlich nach dem Präventionsprinzip "Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität".

ÜL-B Sport in der Prävention als Kursleitung von Präventionskursen? Ja, aber nur…

- mit standardisiertem Kurskonzept (LSB oder DOSB) und
- nach erfolgreicher Einweisung in das Konzept und
- in einem Sportverein mit Siegel SPORT PRO GESUNDHEIT.

Standardisierte Präventionsprogramme

1. DOSB und LSB entwickeln standardisierte Kursprogramme, berücksichtigen dabei GKV-Leitfaden, DOSB-Rahmenrichtlinien und Verbindliche Standards des LSB NRW
2. DOSB reicht diese bei der ZPP ein
3. Bei erfolgreicher Prüfung wird das Konzept für 3 Jahre zertifiziert
4. DOSB-Masterprogramm = Basis steht fest + abänderbare Bausteine
5. Standardisiertes Kursprogramm = Alle Inhalte stehen fest
6. Zwei DOSB-Masterprogramme sind Teil der ÜL-B Ausbildung Prävention (LSB NRW)
7. LSB NRW schult seine Lehrteamer*innen auf ausgewählte Programme
8. Lehrteamer*innen schulen dann wiederum die TN in der ÜL-B Ausbildung
9. Zusätzliche Programmeinweisungen finden nach Bedarf bei den SSB/KSB statt und werden von den geschulten Lehrteamer*innen durchgeführt.