

„Rezept für Bewegung“ – und so funktioniert es!

Mit dem „Rezept für Bewegung“ empfehlen Ärzte ihren Patienten ohne Behandlungsbedürftige Erkrankungen Gesundheitssport im wohnortnahen Sportverein. Die mit Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichneten Angebote bieten Arzt und Bewegungsneueinsteigern Sicherheit. Der Arzt notiert den Trainingsschwerpunkt auf dem Rezept und überreicht einen Wegweiser mit Angebots- und Kontaktdaten der Sportvereine. Der Patient kommt mit dem Rezept im Sportverein an und wird vom Übungsleiter zu Übungszeiten, Inhalten und Rahmenbedingungen beraten. Passt das Angebot, kann der oder die „Neue“ 3 mal beim Training kostenfrei Schnuppern, bevor er/sie sich für eine Vereinsmitgliedschaft entscheidet. Bei Kursangeboten sind die Teilnehmer auf Gebühren und Fördermöglichkeiten durch die Krankenkassen im Rahmen der Primärprävention hinzuweisen. Sollten die Interessen anders liegen, ist der Übungsleiter bei der Vermittlung in ein anderes Gesundheitsportangebot behilflich. Auf der Rückseite des Rezeptes hat der Übungsleiter Platz, um den Arzt über die Trainingsteilnahme und Wirkungen zu informieren.

Vico Köhler