



VEREINS-, VERBANDENTWICKLUNG/
BREITENSPORT

20. Mai 2015

Sehr geehrte Damen und Herren,

Torsten Burschat
Tel.: 0431/6486-240
Fax: 0431/6486-292
E-Mail: torsten.burschat@lsv-sh.de

aus Ihrem Arbeitsalltag wissen Sie nur zu gut, dass es Patienten und Patientinnen oft schwerfällt, gewohnte Lebenssituationen zu ändern. Gerade der Neueinstieg in sportliche Aktivität stellt für viele Menschen eine Hürde dar, sei es als Therapieunterstützung für zahlreiche Erkrankungen oder aus dem Aspekt der Prävention.

Aus diesem Grund hat der Landessportverband Schleswig-Holstein zur Unterstützung der Therapieempfehlungen eine Datenbank zur schnellen und einfachen Recherche durch Praxen und Apotheken unter der Bezeichnung **Rezept für Bewegung** aufgebaut. Das Projekt soll eine tatkräftige Unterstützung bei der Verordnung von Bewegung darstellen, da eine ausgedruckte Übersicht mit gezielten Anlaufstationen für sportliche Aktivität mehr Nachdruck verleihen kann, als nur eine mündliche Aufforderung. Des Weiteren können durch ein aufklärendes Gespräch mit dem Patienten bzw. der Patientin und einer gezielten Suche nach dem passenden Angebot Barrieren im Vorfeld abgebaut werden und dem Appell zu mehr sportlicher Betätigung wird vor Ort und mit Hilfe des **Rezept für Bewegung** mehr Nachdruck verliehen.

Aufgrund von Erfahrungen der letzten Jahre bei der Nutzung und Bedienung der Datenbank in Arztpraxen und Apotheken wird das Projekt zudem um eine Handlungsoption erweitert. In Zukunft wird es Praxisinhabern möglich sein, einen Handzettel zu verwenden, der an das **Rezept für Bewegung** angelehnt ist. Die Erweiterung der Abläufe beinhaltet vor allem die Ausnutzung aller vorhandenen Ressourcen und wird daher die Recherche nach einem passenden Angebot für die Patienten aus den Arztpraxen in die Apotheken verlagern. Mit Hilfe dieses Handzettels wird die Kooperation zwischen Praxen und Apotheken weiter vorangetrieben, wodurch ein engmaschiges Gesundheitsnetzwerk für das Land Schleswig-Holstein entsteht.



Die Wandlung der Apotheken hin zu Gesundheitsberatern ist Grundlage für die Erweiterung des **Rezept für Bewegung**, da die Apothekenteams besonders dazu befähigt sind, auf die Patienten/Kunden einzugehen sowie sie bei der Suche nach dem passenden Gesundheitssportangebot zu unterstützen.

Mit dem Handzettel des **Rezept für Bewegung** (siehe beiliegendes Muster) verordnen Sie als Ärzte/innen ein Gesundheitssportangebot und die Apotheken übernehmen wenn erwünscht die Rechercharbeit in der Datenbank (siehe beiliegende Bedienungshinweise) nach einem passenden Angebot für die Patienten/innen.

Für Rückfragen stehe ich Ihnen gern zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen



Torsten Burgschat

Projektleiter „Rezept für Bewegung“



Krankenkasse bzw. Kostenträger		
Name, Vorname des Versicherten		geb. am:
Kassen-Nr.	Versicherten-Nr.	Status
Betriebsstätten-Nr.	Arzt-Nr.	Datum

Kategorien (bitte ankreuzen)

- Gesundheitsförderung für Ältere
- Herz-Kreislauf-System
- Koordination + Motorikförderung für Kinder
- Muskel-Skelett-System
- Stressbewältigung und Entspannung

Verkürzte Schlagwortkette (bitte ankreuzen)

- Rücken
- Koordination
- Muskelaufbau
- Sturzprävention
- Ausdauer
- Entspannung
- Gleichgewicht
- Gewichtsreduktion

Weitere Hinweise

‘**Rezept für Bewegung**’ - ein Projekt des **Landessportverbandes Schleswig-Holstein** mit seinen Vereinen und Verbänden und der **Ärztammer Schleswig-Holstein**, unterstützt von den **Sparkassen in Schleswig-Holstein**

www.lsv-sh.de/rezept

Ärztliche Empfehlung für Ihr gesundheitsförderndes Angebot im Sportverein



Ihre Ärztin / Ihr Arzt hat Ihnen das ‘**Rezept für Bewegung**’ verordnet, Ihr Apotheker wird Ihnen die für Sie passenden Angebote aus einer umfassenden Datenbank zusammenstellen.

Die Sportvereine des Landes Schleswig-Holstein bieten eine vielfältige Auswahl an gesundheitsfördernden Sportangeboten. Diese sind in einer Datenbank zusammengefasst und ermöglichen den teilnehmenden Praxen und Apotheken eine gezielte Suche nach einer für Sie geeigneten sportlichen Aktivität.

Sie haben nun die Möglichkeit eine Beratung zu Ihrem ‘**Rezept für Bewegung**’ in allen teilnehmenden Apotheken in Schleswig-Holstein in Anspruch zu nehmen, um so das passende Sportangebot für Sie zu ermitteln.

Nach erfolgreicher Suche in der Datenbank, finden Sie auf Ihrem ‘**Rezept für Bewegung**’ die Kontaktadresse des anbietenden Vereins. Beim ersten Kontakt mit dem Sportverein erhalten Sie weitere Informationen über das Ihnen empfohlene Sportangebot, d.h. wo und wann es stattfindet, was Sie zum Sport mitbringen sollten und welche Kosten für Sie anfallen.

Wir unterstützen Sie, Ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen. Nutzen Sie diese Chance – setzen Sie das ‘**Rezept für Bewegung**’ in die Tat um!

Ihre Ärztin / Ihr Arzt, unsere Apotheken sowie der Landessportverband und die Sportvereine des Landes Schleswig-Holstein stehen Ihnen dabei zur Seite!

Stempel und Unterschrift des Arztes



Los geht's:

Die Suche nach gesundheitsorientierten Sportangeboten in der ‚Rezept für Bewegung‘-Datenbank

Folgende Schritte ermöglichen Ihnen eine individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Patienten abgestimmte Suche nach gesundheitsorientierten Sport- und Bewegungsangeboten der Sportvereine in Schleswig-Holstein:

1. Rufen Sie die Seite www.lsv-sh.de/rezept oder die Homepage des Landessportverbandes: www.lsv-sh.de auf
→ rechts unten ist ein direkter Link zur Seite
(oder → Registerkarte „Sportthemen“ → „Sport und Gesundheit“ → „Rezept für Bewegung“)
Speichern Sie sich diese Internetadresse direkt als Lesezeichen
2. Bitte klicken Sie auf „[Datenbankzugänge für Arztpraxen](#)“ in der Menü-Leiste rechts.
3. Anschließend den Benutzernamen und das Passwort eingeben.
Benutzername: [medi](#), Passwort: [kus](#) (je nach Einstellung Ihres Rechners, ist die Eingabe von Benutzername und Passwort nur einmalig notwendig)
4. Sie gelangen nun zur Suchmaske.
 - 4.1. Hier haben Sie zunächst die Möglichkeit zwischen Sportangeboten aus dem [Bereich](#) „Prävention“ oder „Rehabilitation“ (hierunter fallen beispielsweise Herzsportgruppen, Diabetikersportgruppen u.ä.) zu wählen.
 - 4.2. Bitte geben Sie dann die [Postleitzahl](#) des Wohnortes Ihrer Patientin bzw. Ihres Patienten ein sowie die [maximale Entfernung](#), welche der Patient bzw. die Patientin zurücklegen kann bzw. möchte, um an dem Sportangebot teilzunehmen. (Die maximale Entfernung ist wichtig, damit nicht zu viele Sportangebote aufgerufen werden und der Ladevorgang zu viel Zeit benötigt. Es hat sich bewährt 5-10 Kilometer zu wählen.)
 - 4.3. Sie können Ihre Suche nun eingrenzen, indem Sie eine oder mehrere der [Kategorien](#) „Gesundheitsförderung für Ältere“, „Herz-Kreislauf-System“, „Koordination und Motorikförderung für Kinder und Jugendliche“, „Muskel-Skelett-System“ oder „Stressbewältigung und Entspannung“ auswählen (durch Anklicken der jeweiligen Kästchen setzen Sie ein Auswahlhäkchen).
 - 4.4. Eine weitere Eingrenzung ist möglich, wenn Sie auf die Bedürfnisse Ihrer Patientin bzw. Ihres Patienten abgestimmte [Schlagworte](#) auswählen. Die Schlagworte sind alphabetisch angeordnet, sie ermöglichen z.B. die Suche nach bestimmten Inhalten (z.B. Ausdauer, Kraft, Koordination), Zielsetzungen (z.B. Gewichtsreduktion) oder Zielgruppen (z.B. Frauen, Männer, Senioren).



5. Klicken Sie nun auf **„Senden“**
6. Es erscheint eine Übersichtskarte in der alle Sportangebote abgebildet sind, die Ihren Suchkriterien entsprechen. Unter dieser Karte sind die Sportangebote, die auf Ihre ausgewählten Suchkriterien passen mit Angabe des betreffenden Sportvereines aufgelistet. Klicken Sie auf das rechts zu sehende Feld **„zur Erklärung“** wenn Sie eine kurze Beschreibung des jeweiligen Sportangebotes einsehen möchten.
7. Von diesen Sportangeboten können Sie in Absprache mit Ihrer Patientin bzw. Ihrem Patienten maximal zwei auswählen. Bitte klicken Sie hierzu in die jeweiligen **Auswahl-Kästchen**, in diese wird nun ein Häkchen gesetzt.
8. Klicken Sie auf **„Rezept drucken“**. Auf Ihrem Bildschirm erscheint nun das ‚Rezept für Bewegung‘ mit einem oder den beiden von Ihnen ausgewählten Sportangeboten und den zusätzlichen Informationen zur Kontaktaufnahme für den Patienten. Bitte ergänzen Sie **Name und Vorname** Ihrer Patientin bzw. Ihres Patienten in dem Rezeptausdruck, was das Rezept persönlicher gestaltet. Weitere Angaben sind nicht nötig (und auch nicht möglich).
9. Klicken Sie auf **„Rezept ausdrucken“**. Sie können das Rezept in Farbe oder in Schwarz-Weiß ausdrucken, bitte nehmen Sie hierzu die notwendigen Einstellungen vor.
10. Mit Ihrer Unterschrift und dem Stempel Ihrer Praxis bekommt das „Rezept“ einen verbindlichen Charakter.

Wir wünschen Ihnen eine erfolgreiche Umsetzung des **„Rezeptes für Bewegung“** und viele interessierte Patienten.

