THEMA: PRÄVENTION UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG ÜBER §20-KURSE

Erläutert von: Burkhard M. Peters

UM WAS GEHT ES?

Die gesetzlichen Krankenkassen sehen in ihrer Satzung Leistungen zur Verhinderung und Verminderung von Krankheitsrisiken (primäre Prävention) sowie zur Förderung des selbstbestimmten, eigenverantwortlichen und gesundheitsorientierten Handelns ihrer Versicherten vor.
Die §20-Kursangebote sollen ihre Versicherten motivieren und befähigen, die Möglichkeiten einer gesunden Lebensführung auszuschöpfen. Mit diesem Engagement leisten die Krankenkassen einen wesentlichen Beitrag zur Erhaltung und Verbesserung der Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung.

ZIELGRUPPEN UND INHALTE?

Die von den Kassen geförderten Maßnahmen richten sich an gesunde Versicherte, ggf. mit gesundheitlichen Risikofaktoren, bei denen die Erkrankung(en), auf deren Verhütung die Maßnahme zielt, (noch) nicht vorliegt bzw. vorliegen.

Das Gruppentraining soll die Teilnehmenden über die Laufzeit der Maßnahme hinaus zur regelmäßigen Ausübung positiver gesundheitsbezogener Verhaltensweisen anregen und befähigen. Seit einigen Jahren gibt es auch zertifizierte Online-Kurse, die sich immer größerer Beliebtheit erfreuen.

FOLGENDE HANDLUNGSFELDER KÖNNEN ÜBER §20-KURSE ANGEBOTEN WERDEN:

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Diabetes mellitus, insb. Typ-2-Diabetes
- Adipositas
- Bösartige Tumor-Neubildungen
- Krankheiten des Bewegungsapparates
- Krankheiten des Nervensystems und der Sinnesorgane
- Psychische/psychosomatische Krankheiten

WELCHE ALLGEMEINEN VORAUSSETZUNGEN MÜSSEN GEGEBEN SEIN?

FÖRDERFÄHIG SIND AUSSCHLIEßLICH KONZEPTE, DIE FOLGENDE KRITERIEN ERFÜLLEN:

- konkrete Definition der adressierten Zielgruppe/n
- Schriftliche Fixierung von Aufbau, Zielen, Inhalten und Methoden
- Teilnehmerunterlagen
- wissenschaftlicher Nachweis der Wirksamkeit auf Grundlage der bestverfügbaren Evidenz

BENÖTIGE ICH EINE ZERTIFIZIERUNG?

Vor der Entscheidung über Bezuschussung prüfen die Krankenkassen bzw. die von ihnen beauftragte Zentrale Prüfstelle Prävention, ZPP (*www.zentrale-pruefstelle-praevention.de*) die Einhaltung der Qualitätskriterien der geplanten §20 Maßnahme.

Die Zertifizierung erstreckt sich auf das Kurskonzept (Kursinhalt) in Verbindung mit der Qualifikation der Kursleitung. Die Zertifizierung von Kursen und Kurskonzepten ist auf drei Jahre befristet und kann danach verlängert werden.

Über unseren Partner „Independent Workout Bechheim“ unterstützen wir Sie bei Ihrer Zertifizierung mit einem ausgearbeiteten WONDERWALL-Kurskonzept.

WIE GESTALTET SICH DER ABLAUF EINER §20 MAßNAHME?

FÜR DIE DURCHFÜHRUNG DER MAßNAHMEN GELTEN FOLGENDE KRITERIEN:

- 6 bis max. 15 Personen der ausgewiesenen Zielgruppe ohne Kontraindikationen
- Zwischen 8 und 12 Einheiten à 45 - 90 Min; Mind. 1 x pro Woche
- Zum Transfer des Gelernten in den Alltag sind größere Intervalle möglich
- der Gruppengröße angepasster Raum

MACHEN §20 KURSE SINN FÜR MICH?

Sie möchten Ihren Patienten auch über das Rezept hinaus einen Mehrwert bieten? Dann sind Präventionskurse eine sehr gute Option. Die subventionierten Kurse erweitern Ihr Leistungsspektrum und schaffen häufig einen guten Übergang von der ärztlichen Verordnung hin zu möglichen Selbstzahlerleistungen.

KANN ICH MIT PRÄVENTIONSKURSEN AUCH GELD VERDIENEN?

Sehen Sie selbst… In der Regel beträgt die TN - Gebühr eines Präventionskurses zwischen 80 und 120 €. D.h. bei einer max. TN-Zahl von 15 Personen können Sie einen Bruttoumsatz (*Präventionskurse unterliegen in der Regel der 19%igen Umsatzsteuer*) von max. 1.800 € generieren!
Ihre Patienten haben nach regelmäßiger Teilnahme die Möglichkeit, sich bis zu 80 % der Kursgebühren von ihrer Krankenkasse erstatten zu lassen. Meist werden 2 Kurse pro Jahr bezuschusst.

Leider gibt es bei den Bezuschussungen sowohl in den Ländern als auch bei den Krankenkassen unterschiedliche Regeln. Für Ihre eigene Kurskalkulation lohnt es sich also immer, bei den betreffenden Kassen die zutreffenden Bezuschussungsregeln anzufragen.

WARUM IST EIN §20 KURS MIT WONDERWALL EINE GUTE WAHL?

Unabhängig von dem vielseitigen Einsatz der WONDERWALL in Therapie und Prävention haben Sie die Möglichkeit über unserem Partner „Independent Workout Berchheim“ die bereits zertifizierten Präventionskurse **„Functional Motion - funktionelles Ganzkörpertraining“** sowie **„Functional Mobility - funktionelles Beweglichkeitstraining“** anzubieten.

Auch über den Präventionskurs hinaus, gewährleisten die unterschiedlichen Trainingsapplikationen der WONDERWALL ein umfassendes, abwechslungsreiches und sehr effektives Training in den Segmenten Kraft, Beweglichkeit und Koordination - ob in der Gruppe z.B. als Zirkeltraining oder als individuelles Personal Training.

SIE MÖCHTEN MEHR ÜBER PRÄVENTION MIT WONDERWALL, UNSEREN §20-KURS UND INSBESONDERE DIE EINFÜHRUNG UND ERFOLGREICHE UMSETZUNG ERFAHREN? KONTAKTIEREN SIE UNS, GERNE HELFEN WIR IHNEN WEITER.