



BEWEGUNGSFÖRDERUNG ÜBER DIE ARZTPRAXIS

Eine Fortbildung

für Hausärztinnen und Hausärzte



Universität
Zürich^{UZH}



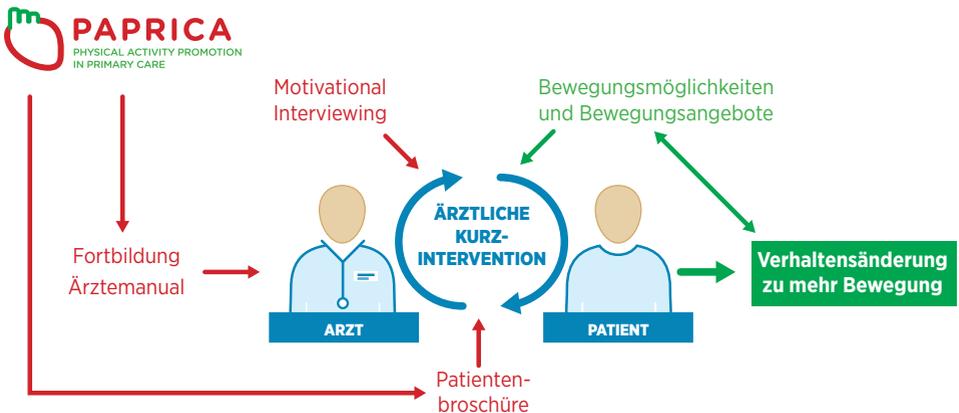
KOLLEGIUM FÜR HAUSARZTMEDIZIN
COLLEGE DE MÉDECINE DE PREMIER RECOURS
COLLEGGIO DI MEDICINA DI BASE
COLLEGE OF PRIMARY CARE MEDICINE

WARUM BEWEGUNGSFÖRDERUNG ÜBER DIE ARZTPRAXIS?

Neueste Forschungsergebnisse zeigen, dass Bewegungsmangel auf Bevölkerungsebene ein Gesundheitsproblem von vergleichbarer Tragweite wie Rauchen oder Übergewicht ist. Chronische Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Krankheiten, Krebs und Altersdiabetes stellen eine zunehmende Belastung für die Arztpraxis dar. In der Bekämpfung der chronischen Krankheiten ist regelmässige Bewegung ein wichtiges Element. Wie Erfahrungen aus der Schweiz und auch internationale wissenschaftlichen Studien zeigen, haben unter den verschiedenen Ansätzen zur Bewegungsförderung Ärztin und Arzt eine besondere Rolle.

DAS PROGRAMM PAPERICA

Der Ansatz PAPERICA (Physical Activity Promotion in Primary Care) wurde über mehrere Jahre entwickelt. PAPERICA basiert auf internationalen Erkenntnissen sowie bewährten Ansätzen, wurde speziell im Hinblick auf die Anwendung im Praxisalltag entwickelt und in Romandie und Deutschschweiz erfolgreich ausgetestet.



Schweizerinnen und Schweizer begrüßen es, in der hausärztlichen Praxis auf ihr Bewegungsverhalten angesprochen zu werden, das bestehende Vertrauensverhältnis bietet ideale Voraussetzungen für eine Bewegungsberatung. Wie bei anderen Präventionsansätzen in der Arztpraxis wird dabei das Motivational Interviewing verwendet. PAPERICA bietet ein Ärztemanual, eine Patientenbroschüre sowie weitere Unterstützung für die Beratung. Durch Zusammenarbeit mit regionalen Gesundheitsförderungsprogrammen werden konkrete Bewegungsmöglichkeiten und Angebote vermittelt.

DIE FORTBILDUNG PAPRICA

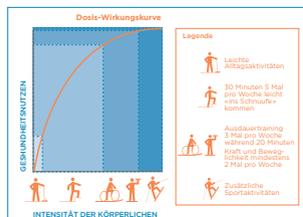
ZIEL Ärztinnen und Ärzte können bei ihren Patientinnen und Patienten die Bewegungsberatung PAPRICA anwenden

FORMAT Die Fortbildung findet in der Regel am Donnerstagnachmittag von 13.30 bis 17.30 statt.

- INHALTE**
- Hintergrundwissen zu Bewegung und Gesundheit
 - Einführung ins Motivational Interviewing
 - Üben der praktischen Beratung mit Verwendung der Materialien PAPRICA und von Informationen zu Bewegungsangeboten
 - Selbsterfahrung mit Bewegung in verschiedener Intensitäten

KOSTEN Die Fortbildung ist für Ärztinnen und Ärzte kostenlos.

REFERENTEN Fachärztinnen oder Fachärzte sowie andere Spezialisten entsprechend jeweiliger Ausschreibung



ANERKANT FÜR DIE ÄRZTLICHE FORTBILDUNGSPFLICHT

ANERKANT FÜR DIE SCHWEIZERISCHE GESELLSCHAFT FÜR

- Allgemeinmedizin SGAM*
- Allgemeine Innere Medizin SGIM*
- Pädiatrie SGP
- Fachärztinnen/ärzte für Prävention und Gesundheitswesen SGPG*
- Sportmedizin SGSM*

* inklusive Anerkennung für Kernfortbildung

SSMG SGAM SWISSFAMILYDOCS

Schweiz. Gesellschaft für Allgemeinmedizin
Société Suisse de Médecine Générale
Società Svizzera di Medicina Generale

Fortbildung: «PAPRICA»
gültig für 2014

Credits: 4 / Anlass
SGAM und SGIM anerkannte Kernfortbildung

Erteilt am 07.02.2014 durch Dr. M. Fluri, FB-Delegierter des Kantons AG (Ref. 2722)

NÄCHSTE FORTBILDUNGSTERMINE UND ANMELDUNG

Entsprechend jeweiliger Ausschreibung
oder über www.paprica.ch

MEINUNGEN ÜBER PAPRICA



„Körperlich Inaktive profitieren am meisten von einer Verbesserung ihres Bewegungsverhaltens, auch wenn diese nur begrenzt ist.“

PROF. DR. MED. JACQUES CORNUZ

Direktor Policlinique Médicale Universitaire Lausanne

„PAPRICA vermittelt die Fertigkeiten, Patienten erfolgreich in ihrer Verhaltensänderung zu unterstützen“

DR. MED. DOMINIQUE DURRER

Fachärztin FMH für Allgemeine Innere Medizin, Vevey



„Die Ärzteschaft hat eine wichtige Rolle in der Gesundheits- und der Bewegungsförderung. PAPRICA vermittelt das nötige Handwerkszeug dazu.“

DR. MED. GAUDENZ BACHMANN

Präventivmediziner des Kantons St. Gallen

„Die Bewegungsberatung ist ein wichtiger Teil meiner ärztlichen Grundversorger-Tätigkeit.“

DR. MED. JÜRIG NIESPER

Facharzt FMH für Allgemeine Innere Medizin, Egg bei Zürich



Universität Zürich
Institut für Sozial- und Präventivmedizin
Arbeitsbereich Bewegung und Gesundheit

Seilergraben 49
8001 Zürich
Tel 044 634 45 57
kontakt@paprica.ch

Ligue vaudoise contre les maladies cardiovasculaires
PAPRICA

Av. de Provence 12
1007 Lausanne
Tél. 021 623 37 37 Fax 021 623 37 38
info@paprica.ch

PARTNERORGANISATIONEN



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG



krebsliga schweiz



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

balgrist
move>med



Kanton St.Gallen
Amt für
Gesundheitsvorsorge



Gesundheitsförderung
Kanton Zürich

www.gesundheitsfoerderung-zh.ch



solothurner spitäler ag