

# DEIN WEG ZUM:ZUR LEITER:IN VON PRÄVENTIONSKURSEN MIT ZPP-ANERKENNUNG



Absolvent:innen des Bachelorstudiengangs „Prävention und Gesundheitsförderung“ erfüllen die fachlichen Voraussetzungen, um sich als Kursleiter:in bei der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) anerkennen zu lassen (§ 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB V).

Die Anerkennung erfolgt nicht pauschal, sondern handlungsfeld- und präventionsprinzipbezogen. Entscheidend ist, welche Module im Studium absolviert wurden.

## WAS SIND HANDLUNGSFELDER UND PRÄVENTIONSPRINZIPIEN?

Die Handlungsfelder beschreiben thematische Schwerpunkte der Gesundheitsförderung, in denen Präventionskurse angeboten werden können.

Präventionsprinzipien konkretisieren diese Handlungsfelder. Sie legen fest, welches gesundheitliche Ziel ein Kurs verfolgt und mit welchen inhaltlichen und methodischen Ansätzen dieses Ziel erreicht werden soll. Jedes Präventionsprinzip beschreibt damit einen klar definierten Weg der Gesundheitsförderung innerhalb eines Handlungsfeldes.

Sie sind im Präventionsleitfaden der gesetzlichen Krankenkassen festgelegt und bilden die Grundlage für die Anerkennung durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP).

## IN WELCHEN HANDLUNGSFELDERN IST EINE ZPP-ANERKENNUNG MÖGLICH UND WELCHE MODULE MUSS ICH DAFÜR BELEGEN?

### HANDLUNGSFELD BEWEGUNGSGEWOHNHEITEN

- **Präventionsprinzip 1:** Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität  
**Folgende Module sind erforderlich:** Diagnostik und Trainingswissenschaften | Medizinische Grundlagen | Sport- und Gesundheitspädagogik | Gesundheitsförderung und BGM + 1 bewegungsbezogenes Wahlpflichtmodul (z.B. Rückentraining)
- **Präventionsprinzip 2:** Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme  
**Folgende Module sind erforderlich:** Alle Module aus Präventionsprinzip 1 plus das Modul Pathophysiologie + 1 bewegungsbezogenes WPM (z.B. Rückentraining)

### HANDLUNGSFELD ERNÄHRUNG

- **Präventionsprinzip 1:** Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung  
**Folgende Module sind erforderlich:** Grundlagen der Ernährung 1+2 | Medizinische Grundlagen | Sport- und Gesundheitspädagogik | Einführung & Angewandte Gesundheitspsychologie | Kommunikation mit unterschiedlichen Zielgruppen | Theorie & Praxis der Lebensmittel- und Warenkunde | Gesundheitsförderung und BGM + WPM angewandte Sporternährung
- **Präventionsprinzip 2:** Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme  
**Folgende Module sind erforderlich:** Alle Module aus Präventionsprinzip 1 + WPM angewandte Sporternährung

## HANDLUNGSFELD STRESS- UND RESSOURCENMANAGEMENT

- **Präventionsprinzip 1:** Multimodales Stress- und Ressourcenmanagement  
**Folgende Module sind erforderlich:** Sport- und Gesundheitspädagogik I Einführung & Angewandte Gesundheitspsychologie I Kommunikation mit unterschiedlichen Zielgruppen I Grundlagen Stress und Stressbewältigung I Medizinische Grundlagen I Wissenschaftliches Arbeiten I Forschungsmethoden I Gesundheitsförderung und BGM
- **Präventionsprinzip 2:** Förderung von Entspannung und Erholung (z. B. PMR, Autogenes Training)  
**Folgende Module sind erforderlich:** Sport- und Gesundheitspädagogik I Einführung & Angewandte Gesundheitspsychologie I Kommunikation mit unterschiedlichen Zielgruppen I Medizinische Grundlagen I Einweisung in Entspannungsverfahren I Gesundheitsförderung und BGM + WPM Einweisung Entspannungsverfahren
- **Präventionsprinzip 3:** Förderung von Entspannung und Erholung – gesunder Schlaf  
**Folgende Module sind erforderlich:** Sport- und Gesundheitspädagogik I Einführung & Angewandte Gesundheitspsychologie I Kommunikation mit unterschiedlichen Zielgruppen I Medizinische Grundlagen I Grundlagen Stress und Stressbewältigung I Schlafcoaching und Regenerationsmanagement I Wissenschaftliches Arbeiten I Forschungsmethoden, Gesundheitsförderung und BGM + WPM Schlafcoaching und Regenerationsmanagement

## HANDLUNGSFELD SUCHTMITTELKONSUM (ALKOHOL / NIKOTIN)

- **Präventionsprinzip 1:** Förderung des Nichtrauchens  
**Folgende Module sind erforderlich:** Grundlagen Stress und Stressbewältigung I Einführung & Angewandte Gesundheitspsychologie I Sport- und Gesundheitspädagogik I Grundlagen und Interventionen im Suchtmittelkonsum – Nichtraucherprogramm I Kommunikation mit unterschiedlichen Zielgruppen I Wissenschaftliches Arbeiten I Forschungsmethoden I Gesundheitsförderung und BGM + WPM Grundlagen Sucht, Suchtmittel und Suchtmittelkonsum - Schwerpunkt Nichtrauchen
- **Präventionsprinzip 2:** Risikoarmer Umgang mit Alkohol / Reduzierung des Alkoholkonsums  
**Folgende Module sind erforderlich:** Grundlagen Stress und Stressbewältigung I Einführung & Angewandte Gesundheitspsychologie I Sport- und Gesundheitspädagogik I Grundlagen und Interventionen im Suchtmittelkonsum – Reduktion des Alkoholkonsums I Kommunikation mit unterschiedlichen Zielgruppen I Wissenschaftliches Arbeiten I Forschungsmethoden I Gesundheitsförderung und BGM + WPM Grundlagen Sucht, Suchtmittel und Suchtmittelkonsum - Schwerpunkt Alkohol

## WICHTIG ZU WISSEN

Damit eine Anerkennung durch die ZPP möglich ist, müssen im Studium zwingend die oben genannten Module und Wahlmodule mit Präventionsbezug absolviert sowie die integrierten Seminare besucht worden sein. Nur dann kann die Anerkennung im jeweiligen Handlungsfeld und Präventionsprinzip nach Einzelfallprüfung erfolgen.

## DEIN WEG ZUR ZPP-ANERKENNUNG

1. Studium absolvieren und erforderliche Module belegen
2. Anbieterqualifikation bei der ZPP beantragen
3. Kurskonzept entwickeln und zertifizieren lassen
4. Präventionskurse mit Krankenkassenzuschuss anbieten

**Hinweis:** Die finale Entscheidung über die Anerkennung trifft stets die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) auf Basis der eingereichten Unterlagen.