

Bundesweites Anti-Stress-Projekt

"Mental trainieren - stressfreier leben"

in Kooperation mit IPO*

Fernlehrgang für Kursleiter

in Heilbädern und Kurorten

Erweiterung der Angebotspalette zur Prävention

Das "Anti-Stress-Projekt "Mental trainieren - stressfreier leben" wurde von der Team Gesundheit GmbH im Auftrag des BKK Bundesverband und der Knappschaft zertifiziert.

Der Kursinhalt entspricht den "Handlungsfeldern und Kriterien der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung von §20 und §20a SGB V".

Ziel dieser Kampagne ist es, so vielen Menschen wie möglich eine Hilfe zum Stressabbau bzw. eine Präventionsmaßnahme, um Stress zu vermeiden, anzubieten. Es geht darum, die Emotionale Stabilität in allen Lebensbereichen zu fördern und den Lebensstil langfristig positiv zu verändern.

Der Kurs gliedert sich in 8 Einheiten. Empfohlen wird eine Teilnehmergebühr von 98,00 €.

Die Kosten für die Ausbildung zum *Anti-Stress-Berater IBS* per Fernlehrgang – 1950,00 € zuzüglich 19 % MwST = 2320,50 € - amortisieren sich somit bereits bei **einem** Kurs mit 20 Teilnehmern. Da die Ausbildung per Fernkurs erfolgt, fallen auch keine zusätzlichen Reise- und Übernachtungskosten an.

Die Unterlagen bestehen aus einem Manual, Artikeln zum IBS-Mentaltraining, einer 'Powerpoint Presentation', einem Skriptum und einem Audioprogramm (der Basis CD First Step), das helfen soll, die Kursteilnehmer in den Entspannungszustand zu führen. Nach bestandener schriftlicher Prüfung - die Testbögen werden zugeschickt -, wird ein Zertifikat ausgestellt, das die Trainer berechtigt, Kurse zum *Anti-Stress-Projekt* anzubieten.

Die Materialien des Fernlehrgangs sind gleichzeitig die Kursunterlagen. Das komplette Kursprogramm ist also im Preis inbegriffen. Das Konzept ist didaktisch-methodisch so aufbereitet, dass jeder Mitarbeiter, der bereits ausreichend Erfahrung im Umgang mit Gruppen hat, in der Lage ist, die Inhalte zu vermitteln.

Nach Unterzeichnung der Vereinbarung, die wir auf Anfrage zusenden oder faxen, und Überweisung des Rechnungsbetrages werden die Unterlagen verschickt. Weitere Kosten entstehen nicht.

Wenn keine Abrechnung über die Krankenkassen geplant ist, wird die Verteilung der einzelnen Einheiten von den Kursleitern festgelegt. Es ist auch ein Tageskurs möglich. Die Gebühr von 98,00 € versteht sich als Empfehlung. Es ist durchaus möglich, die Kosten niedriger anzusetzen. Auch eine Übernahme der Kosten durch das (Kur-)Hotel ist möglich. Des Weiteren bietet es sich an, dieses Modul in die bereits bestehende Angebotspalette preislich zu integrieren.

Nähere Informationen sind unter: www.IBS-Mentaltraining.com => Anti-Stress-Projekt => Kursleiter, zu finden.

*Die IPO - Internationale Prävention Organisation -, ist mittlerweile das größte unabhängige, gemeinnützige Netzwerk für Gesundheitskommunikation in Europa.

Wenn eine Übernahme der Kosten für die Kursteilnehmer von den Krankenkassen geplant ist, müssen folgende Voraussetzungen erfüllt werden - Leitfaden Prävention S. 39:

Zur Durchführung von multimodalen Stressbewältigungstrainings kommen Fachkräfte aus dem Bereich der psychosozialen Gesundheit in Betracht, die über eine staatlich anerkannte Ausbildung verfügen, insbesondere als

Psychologen (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
Pädagogen (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor, Lehrer mit 1. und 2. Staatsexamen)
Sozialpädagogen/Sozialarbeiter (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
Sozialwissenschaftler (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
Gesundheitswissenschaftler (Abschlüsse: Diplom, Magister, Master, Bachelor)
Ärzte

mit Zusatzqualifikation im Bereich Stressreduktion (Nachweis einer entsprechenden Trainingsleiterschulung in dem jeweiligen Verfahren).

Wenn der Kursleiter die Anforderungen der Krankenkassen erfüllt, übernehmen die Krankenkassen ca. 80 % der Gebühren. In diesem Fall muss der Kurs über 8 Wochen verteilt werden – also eine Einheit, 60 Minuten, pro Woche.

Der Nachweis über den akademischen Abschluss und die Zusatzqualifikation im Bereich Stressreduktion (Nachweis einer entsprechenden Trainingsleiterschulung) sind bei der easy Datenbank (BKK – Knappschaft) – nach Ausstellung des IBS-Zertifikats - einzureichen. Die Kosten für die Prüfung und Eintragung in die Datenbank betragen 25,00 € und sind direkt an die Datenbank zu überweisen.