



Kompetenzzentrum für Gesundheit und Wohlbefinden durch Bewegung
Center da cumpetenza per sanadad e bainstar tras moviment
Centre de compétence pour la santé et le bien-être par le mouvement
Centro di competenza per la salute e il benessere attraverso il movimento

CEMOVI – Akkreditierungsformular Bewegungssprechstunde (BSS)

1. Datum Antragsstellung: _____

2. Angaben zur Fachperson = AntragstellerIn und Standort

- Name Fachperson: _____
 - Beruf / Ausbildung: _____
 - BSS-Standort
Name Praxis: _____

Website Standort: _____

Mail Standort: _____ Telefonnummer: _____
 - Falls die Kommunikation nicht über die Standort-Mail laufen soll, hier bitte alternative Mail-Adresse/Telefonnummer angeben:

-

3. Mindestanforderungen an Fachperson die BSS klinisch umsetzt

- ☐ Gesundheitsberuf mit mind. BSc
 - ☐ Fundierte Kenntnisse: Anatomie, (Patho-)Physiologie, Trainingslehre, Gesundheitspsychologie)
 - ☐ ≥30h Ausbildung in Motivierender Gesprächsführung (MI)
 - ☐ Anwendung evidenzbasierter Trainingsberatung (FITT-Prinzip)
 - ☐ Tätigkeit im Einklang mit ethischen & rechtlichen Standards (WZW, physioswiss)
-

4. Durchführung der Bewegungssprechstunde

4.1 Spirit & Haltung

- ☐ Personenzentrierter Ansatz im MI-Spirit
 - ☐ Ressourcenorientierter Ansatz
 - ☐ Fokus auf nachhaltige Verhaltensänderung / Wachstum
-

4.2 Struktur (5A-Modell)

- ☐ Ask: Motivation, Ressourcen, Hürden, Zuversicht, Bewegung & Sitzverhalten
 - ☐ Assess:
 - ☐ Motivation (z. B. Skala 1-10 oder Stadium der Verhaltensänderung)
 - ☐ Risiken
 - ☐ körperliche Leistungsfähigkeit Kraft (z. B. Handkraft)
 - ☐ körperliche Leistungsfähigkeit Ausdauer (z. B. Sit to Stand)
 - ☐ BiM-Score=Bewegungszahl (PAVS) / Kraftzahl / Sitzzahl
 - ☐ Advise: Individuelle, diagnosesensitive Empfehlung
 - ☐ Assist: Ressourcenorientierte Unterstützung bei Planung, Umsetzung, Reflexion und Progression
 - ☐ Arrange: Individuelle Überweisungen und Follow-up
-

4.3 Inhalte des BSS-Coachings

- ☐ Orientierung an aktuellen Bewegungsempfehlungen
 - ☐ Individuelle Zieldefinition
 - ☐ Individuelles Monitoring und Unterstützung in der Umsetzung und deren Adhärenz
 - ☐ Regelmässige Überprüfung der idealen Dosierung (FITT-Prinzip)
 - ☐ Regelmässige Risikostratifikation (Red Flags, Kontraindikationen)
 - ☐ Integration von Follow-up Strukturen
 - ☐ Förderung des Selbstmanagement ideal mit Inklusion in definierte Gruppenangebote
 - ☐ Klare Abgrenzung zu reinem Fitnesscoaching
-



Kompetenzzentrum für Gesundheit und Wohlbefinden durch Bewegung
Center da cumpetenza per sanadad e bainstar tras moviment
Centre de compétence pour la santé et le bien-être par le mouvement
Centro di competenza per la salute e il benessere attraverso il movimento

5. Dokumentation & Qualität

- ☐ Standardisiertes Monitoring, mindestens:
 - ☐ BiM (PAVS/Kraft/Sitzen)
 - ☐ Ziel
 - ☐ Verlauf
 - ☐ Prozess ist nachvollziehbar / auditierbar
-

6. Vernetzung

- ☐ Lokales Netzwerk an Bewegungsangeboten vorhanden
 - ☐ Niederschwellige Weitervermittlung möglich
-

7. Qualitätssicherung, ab 1. Jahr nach der CEMOVI-Grundakkreditierung auszufüllen

- ☐ Teilnahme am CEMOVI-Qualitätszirkel (1–2×/Jahr)
 - ☐ Aktualisiertes Netzwerk bezüglich standortspezifischen Bewegungsangeboten
 - ☐ Kommunikation relevanter Standortinformationen für CEMOVI-Website
 - ☐ Jährlicher Erfahrungsbericht gemäss Vorlage CEMOVI
-

8. Kosten

- ☐ einmalige Kosten für die 1. Akkreditierung = CHF 50.-*
- ☐ Kosten für den Erhalt der BSS-Akkreditierung (für 24 Monate) = CHF 50.-

*ausgenommen MSc PT ZHAW mit Schwerpunkt Physical Activity

Senden Sie uns dieses Formular an info@bewegungssprechstunde.ch oder reichen Sie es direkt unter www.bewegungssprechstunde.ch/antrag ein.