

2
NOVEMBER
2018

alternance

3 ASCA-VERSICHERER 2019

Liste der Partner

10 MAN SPRICHT ÜBER ASCA

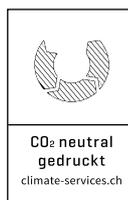
Artikel im Tages-Anzeiger

12 STUDIENRIESE 2019

*China : Peking,
Shanghai, Hangzhou*



Laurent Berset
Generalsekretär
Stiftung ASCA



asca

WÄHLT
DRUCKSACHEN
OHNE KOHLENSTOFF-
ABDRUCK

EDITORIAL

DIGITALISIERUNG – WIE WEIT WERDEN WIR NOCH GEHEN?

Heute habe ich ein grosses Möbelstück in meinem Büro umgestellt und seitdem tut mir meine Schulter weh. Um sicherzustellen, dass ich nicht etwa an einer schweren Krankheit leide, google ich erst „Schmerz Schulter Umzug“, suche dann im Internet eine/-n ASCA-Gesundheitspraktiker/-in in meiner Region und vereinbare online den nächstmöglichen Termin an diesem Tag.

Einige Minuten später bekomme ich eine Erinnerungs-SMS mit der genauen Adresse; mein GPS führt mich auf direktem Weg dorthin. Nach der 45-minütigen Behandlung bezahle ich die Konsultation kontaktlos mit Karte. Die Rechnung im Tarif 590, die ebenfalls online ausgestellt wird, wird mir nächstens per E-Mail zugestellt (nachdem sie als PDF gespeichert wurde). Dank der App brauche ich sie nur noch mit meinem Smartphone zu fotografieren und das Foto meiner Krankenversicherung zu schicken.

Zurück bei der Arbeit stelle ich mit Freude fest, dass sich in eben diesem Zeitraum 34 Gesundheitspraktiker/-innen fürs jährliche Forum in Zürich und Lausanne online eingeschrieben haben, dies infolge unseres letzten Newsletters.

Diese ausschweifende Fülle an Technologie liess mich beinahe vergessen, dass mir meine Schulter glücklicherweise keine Schmerzen mehr bereitet!

Haben wir das altüberlieferte Gebot „(er)kenne dich selbst“ umgedeutet in „logge dich selbst ein“? Ist Digitalisierung immer noch gleichbedeutend mit Fortschritt? Das ist alles andere als sicher, aber es handelt sich um eine alltägliche Realität, mit der jede und jeder im Privat- und Berufsleben konfrontiert wird. Betrachten wir die Entwicklung der letzten Jahre, so hält die Zukunft diesbezüglich sicherlich noch recht viele Überraschungen für uns bereit. Weder weiss ich, wie weit wir noch gehen werden, noch ob diese Fortschritte positiv oder negativ sind.

Die Stiftung ASCA hingegen wird ihren Gesundheitspraktikerinnen und -praktikern noch mehr zur Seite stehen: sie unterstützt und begleitet sie, damit sie sich an diese Änderungen anpassen können, statt von ihnen überrollt zu werden.

Wir danken Ihnen für all Ihre Bemühungen und Anpassungsfähigkeit in diesen letzten Jahren und versichern Ihnen, dass Sie auch in Zukunft auf unsere Unterstützung zählen können.

IN DIESER AUSGABE

- 2 EDITORIAL
- 3 MEDIZINISCH-THERAPEUTISCHE KOMMISSION
- 4 VERSTÄRKUNG DER ASCA-DIREKTION
- 5 ASCA-STUDIENREISE NACH ENGLAND
- 6 TARIF 590 : AUFTRETENDE PROBLEME
- 8 SOPHROLOGIE IN DER SCHWEIZ
- 10 MAN SPRICHT ÜBER DIE STIFTUNG ASCA
- 12 ADMINISTRATIVE INFORMATIONEN

Überarbeitung der ASCA-Methodenliste

DIE ARBEIT DER MEDIZINISCH-THERAPEUTISCHEN KOMMISSION ASCA



Die medizinisch-therapeutische Kommission ASCA (MTK) ist das beratende Organ des ASCA-Stiftungsrates und der Direktion bezüglich aller Fragen, welche die Lehre, den Unterricht und die Praxis der Alternativ- und Komplementärmethoden betreffen. Sie setzt sich zusammen aus medizinischen Fachleuten, Gesundheitsfachleuten und qualifizierten Gesundheitspraktikerinnen und -praktikern in zahlreichen Bereichen der Komplementär- und Alternativmedizin.

Ihre Kompetenzbereiche sind vielfältig. Sie entscheidet insbesondere über folgende Themen:

Überarbeitung der Methodenliste gemäss den Anforderungen der Versicherer und Berufsverbände, Überprüfung der Ausbildungsanforderungen (Dauer und Inhalt), Anerkennung oder Streichung therapeutischer Gesundheitsmethoden, Beschreibung der Gesundheitsmethoden und Voraussetzungen im Bereich der Anatomie, Physiologie und Pathologie.

Seit einigen Jahren haben die Gesundheitspraktiker/-innen zahlreiche Neuerungen erlebt, die auf eine Professionalisierung unseres Berufes abzielen. Die Einführung anerkannter Ausbildungen auf Bundesebene und die Vereinheitlichung der Fakturierung durch den Tarif 590 beeinflussen die Landschaft der Komplementär- und Alternativmedizin in der Schweiz.

Um mit den zahlreichen Neuerungen unseres Bereichs Schritt zu halten und stets auf dem Laufenden zu bleiben, hat die MTK ASCA im Verlauf dieses Jahres ihre Methoden- und Anforderungsliste grundlegend überarbeitet. Bis anhin wirkten sich diese Änderungen für die anerkannten ASCA-Gesundheitspraktiker/-innen nur auf gewisse Methodenbezeichnungen aus (aufgrund einer Zusammenführung oder Neugruppierung von Disziplinen), ohne Auswirkung auf eventuelle Rückerstattungen seitens unserer Partnerversicherer.

Umfassende Informationen über alle Änderungen werden Ihnen vor dem Ende dieses Jahres per Newsletter mitgeteilt.

DIE PARTNERKRANKENVERSICHERER DER STIFTUNG ASCA 2019

Die Partnerschaften mit den angeschlossenen Krankenversicherern zählen mit zu den wichtigsten für die anerkannten Gesundheitspraktiker/-innen. Die Stiftung ASCA möchte an dieser Stelle ihre tiefe Dankbarkeit ausdrücken für die Zusammenarbeit, die sich über die Jahre hinweg entwickelt hat und das Vertrauen, das ihr und ihren Gesundheitspraktiker/-innen von den folgenden Partnerkrankenversicherern entgegengebracht wird:

■ GROUPE MUTUEL

- Avenir Krankenversicherung AG (Avenir, CMBB, St. Moritz)
- PHILOS Krankenversicherung AG (Philos, Avantis, Fonction publique, Troistorrents, Panorama, EOS)
- Easy Sana Krankenversicherung AG (Caisse vaudoise, Hermes, Easysana)
- Mutuel Krankenversicherung AG (Mutuel, Universa, Natura)

■ AMB Kranken- und Unfallversicherung

■ Krankenkasse WÄDENSWIL

■ SWICA

■ SANITAS (Sanitas & Wincare)

■ INTRAS (CSS Versicherung)

■ ASSURA (gilt nur für NATURA; nicht zu verwechseln mit Natura R3)

■ VIVAO SYMPANY, MOVE SYMPANY

■ RHENUSANA

■ FKB - Die liechtensteinische Gesundheitskasse

VERSTÄRKUNG DER ASCA-DIREKTION

Seit 2016 hat sich die Stiftung ASCA zum Ziel gesetzt, neue Dienstleistungen und Infrastrukturen zu entwickeln, um ihre Gesundheitspraktiker/-innen im alltäglichen Berufsleben zu begleiten, so dass sie sich in diesem Bereich, der ständig neuen Anforderungen unterworfen ist, einfach und bequem weiterentwickeln können. Dementsprechend wurde das Angebot erweitert, im Speziellen durch einen persönlichen Online-Bereich, durch Weiterbildungskurse und Fakturierungslösungen.

Auch wenn die Digitalisierung gewisse Aspekte erleichtert, so vermag sie den täglichen Bedarf an Verwaltung und Organisation eines Unternehmens nicht aufzuheben. Um eine optimale administrative Verwaltung zu garantieren, wird die Direktion der Stiftung ASCA ab dem 1. November 2018 durch die Anstellung eines **Verwaltungsleiters** in der Person von **Herrn Philipp Eberhard** verstärkt.

Aus Graubünden stammend und von rätoromanischer sowie deutscher Muttersprache drückt er sich ebenso fließend auf Französisch und Englisch aus. Er besitzt einen zweisprachigen Master in Rechtswissenschaften der Universität Freiburg und weist langjährige Erfahrungen innerhalb ver-



Philipp Eberhard,
Verwaltungsleiter ab November 2018

schiedener Bundes- und Kantonsverwaltungen im Rechtsbereich und der Personalverwaltung auf.

Durch seine Sprach- und Fachkenntnisse bringt Herr Eberhard eine solide Basis für eine effiziente administrative Verwaltung mit. Er trägt dadurch genauso zum **Fortbestand der Struktur** wie auch zur **Entwicklung** der Stiftung ASCA bei.

Der Rat der Stiftung ASCA begrüsst sein Kommen, das eine Aufgabenverteilung innerhalb der Direktion und einen neuen Blick auf die Verwaltung der Gesellschaft ermöglicht.



ÖKOLOGISCHES ENGAGEMENT 2019

2017 Die Stiftung ASCA hat angesichts der Umweltbelastung, die der Druck und Versand umfangreicher Briefsendungen an mehrere Tausend Gesundheitspraktiker/-innen verursachen, den Beschluss gefasst, ihren **CO₂-Fussabdruck vollständig zu kompensieren**. Dieses Engagement spiegelt sich nach wie vor im Logo «klimaneutral gedruckt», das auf diesem Dokument abgebildet ist.

2018 Kompensieren ist gut, vermeiden ist besser! Seit ein neues **Kommunikationssystem mittels Newsletter** eingeführt und ein **Online-Einschreibeportal** geschaffen wurde, sparte die Stiftung ASCA mehr als 250 000 Blätter Papier. Ein mittelgrosser Baum produziert etwa 10 000 davon, was bedeutet, dass dieses Jahr dank

der elektronischen Kommunikation **25 Bäume verschont werden konnten**. Die Stiftung ASCA freut sich über diesen Beitrag für die Umwelt. Sie möchte allen ihren Gesundheitspraktikerinnen und -praktikern danken, die sich an diese neue Kommunikation angepasst und damit zu diesem Erfolg beigetragen haben! Das neue Jahr zeichnet sich bereits ab und bringt neue ökologische Herausforderungen mit sich.

2019 Die Stiftung ASCA verkündet mit Freude, dass sie sich für **grünen Strom** entschieden hat. Konkret bedeutet das, dass der Strom, der durch ihre Administration verbraucht wird, aus **100 % erneuerbarer Energie** stammt, und zwar in erster Linie aus regionaler Wasserkraft und Sonnenenergie.

ASCA-STUDIENREISE NACH ENGLAND

Nach einigen Jahren, in denen Asien und Nordamerika bereist worden waren, lud die Stiftung ASCA Ihre Gesundheitspraktiker/-innen ein, die Bach-Blütentherapie an ihrem Originalstandort in Sotwell (Oxford) kennenzulernen.

Die Bach-Blütentherapie geht auf die Entdeckung des englischen Arztes Dr. Edward Bach (1886-1936) zurück.

Edward Bach ging davon aus, dass jeder körperlichen Krankheit eine seelische Gleichgewichtsstörung aufgrund «geistiger Missverständnisse» vorausgeht, die sich in seelischen Negativzuständen und Verhaltensmustern zeigt.

Ziel der Bach-Blüten ist, negative Gefühle und Lebenseinstellungen nicht zu bekämpfen, sondern in positive Grundhaltungen umzuwandeln und damit das innere Gleichgewicht herzustellen.

Am Sonntagmorgen, 9. September, traf sich die Gruppe im Flughafen Zürich Kloten und machte sich auf den Weg nach England. In London angekommen wurden wir bereits erwartet und weiter ging es Richtung Oxford.



Dank unserem hilfsbereiten Chauffeur Jamie machten wir einen nicht vorgesehenen Kurzstopp in Windsor, welcher uns die Möglichkeit gab, das berühmte Schloss Windsor, wenn auch nur von aussen, zu besichtigen.

Nachdem wir die Zimmer in Oxford bezogen hatten, ging es zu Fuss ins Zentrum von Oxford, welches wir zusammen mit unserem Guide kennenlernen konnten, und dabei viele spannende Informationen zu dieser wunderschönen alten Stadt erhielten. Nach einem gemeinsamen Abendessen ging es zurück ins Hotel.

Am Montagmorgen erwartete uns der Bus, mit welchem wir das erste Mal ins Bach Centre fahren, wo wir von unserer Lehrerin, Tessa Jordan, bereits erwartet wurden. Schon seit vielen Jahren werden im Bach Centre die Bach-Blütentherapie und ihre Anwendungsgebiete unterrichtet.

Unsere Gesundheitspraktiker/-innen haben vom Unterricht sehr profitiert. Neben den Anwendungsgebieten, den praktischen Anwendungen und vielen Fallstudien wurden alle 38 Bach-Blüten besprochen. Dank Gruppenarbeiten und weiteren Fallstudien konnte das theoretische Wissen bei der Herstellung einer persönlichen Bach-Blütenmischung praktisch angewendet werden. Alle Teilnehmenden beendeten Level I und Level II mit Erfolg. Die Begeisterung über die besuchten Kurse war so gross, dass viele von ihnen Level III besuchen möchten.

Zwischen den intensiven Kursen hatten wir die Gelegenheit, die Universitätsstadt Bath, Stonehenge und Avebury Stone Circle kennenzulernen. Stonehenge ist wohl der berühmteste Steinkreis der Welt, ein in der Jungsteinzeit errichtetes und mindestens bis in die Bronzezeit genutztes Bauwerk.

Bath, die charmante Universitätsstadt, ist bekannt für seine Thermalquellen. Schon



die Römer wussten vor knapp 2000 Jahren das milde Klima und die heissen Quellen an den Ufern des Avon zu schätzen. Die um die Quellen erbauten Thermen, das Erbe der römischen Besatzung, existieren noch heute. Es war ein fantastisches Erlebnis!

Der zweite Tagesausflug brachte uns das Leben von William Shakespeare etwas näher. Seine Komödien und Tragödien gehören zu den bedeutendsten Bühnenstücken der Weltliteratur. Wir besuchten seine Geburtsstadt Stratford-upon-Avon und das berühmte reetgedeckte Haus und mit dem schönen Garten seiner Ehefrau Anne Hathaway, mit der zusammen er dort gelebt hat.

Anschliessend entdeckten wir die charmante Region Cotswolds. Die Cotswolds sind eine Region Englands, die mitunter auch als das Herz Englands bezeichnet wird. Es handelt sich um eine liebevolle Landschaft und Dörfer (z. B. Broadway oder Chipping Camden), deren Cottages aus einem honigfarbenen Stein errichtet wurden.

Nach einer Woche mit Kursen und Ausflügen kamen wir mit vielen schönen und eindrücklichen Erinnerungen zurück. Allen Teilnehmenden dieser wunderschönen Reise danken wir herzlich.

TARIF 590

wiederholt auftretende Probleme

Nachdem der Tarif 590 Ende 2016 angekündigt worden war, durchlief er eine Übergangsphase, die vom 1. Januar 2017 bis zum 31. März dauerte. Nun sind ein bisschen mehr als sechs Monate vergangen, seitdem die Benutzung des Tarifs und seines Rechnungsformulars obligatorisch geworden ist für die Abrechnung komplementärmedizinischer Behandlungen bei folgenden Versicherern: Concordia, CSS, Groupe Mutuel, Helsana, ÖKK, Sanitas, Swica, Sympany und Visana.

Die Stiftung ASCA hat ihre Anstrengungen dahingehend intensiviert, ihren Gesundheitspraktikerinnen und -praktikern **die notwendigen Werkzeuge für einen optimalen Umstieg** auf die neuen Vorgaben zur Verfügung zu stellen (Schaffung des persönlichen Bereichs myasca.ch, Angebot manueller oder Online-Fakturierungslösungen sowie von Computerhardware, Weiterbildungskursen, Informationen im Heft Alternance etc.).

Wir möchten daran erinnern, dass sich alle Informationen zum Tarif 590 auf Ihrem persönlichen Bereich www.myasca.ch befinden. Diese Dokumente werden laufend aktualisiert und wir bitten Sie, sie im Zweifelsfalle oder bei Fragen zu nutzen (Wegleitung zum Tarif 590 und Nutzung des Rechnungsformulars Komplementärmedizin, FAQ, Referenz-tabelle ASCA-Nr.–Tarif 590, Tarif 590, Infoblatt für die neu registrierten Gesundheitspraktiker/-innen).



In ihrer Rolle als Vermittlerin zwischen Gesundheitspraktikerinnen, Gesundheitspraktikern und Versicherern hat die Stiftung ASCA mit Letzteren Kontakt aufgenommen, um herauszufinden, ob sie auf **Fehler oder wiederholt auftretende Probleme** beim Gebrauch des Rechnungsformulars gestossen sind. Dieses Vorgehen diene dem Zweck, **die Qualität der Leistungsabrechnungen**, die den Versicherern zugestellt werden, **zu verbessern** und dadurch **die Rückerstattung** der Leistungen an Ihre Patienten zu **erleichtern**.

Unsere Umfrage bei den Versicherern ergab folgende Punkte:

WIEDERKEHRENDE PROBLEME

Angabe einer ungültigen oder fehlerhaften **ZSR-Nummer** auf der Abrechnung oder am falschen Ort (im Feld *Kommentar* oder *Tarifcode*).

Falsche Wahl beim Feld Gesetz.

Nichtangabe des Behandlungsgrundes.

Der **2D-Matrixcode** (QR-Code) wird auf der Rechnung nicht angezeigt.

Benutzung **ehemaliger Tarifpositionen** (zum Beispiel 1103, Schröpfen statt 1205, Ausleitende Verfahren) oder einer **alten Version** des Tarifs 590 bzw. des Rechnungsformulars

Fehler bei der Berechnung des **Preises «pro 5 Minuten»**

Benutzung von Tarifpositionen, die nicht den Methoden entsprechen, für die die Gesundheitspraktiker/-innen eine ASCA-Anerkennung haben.

Änderungen des **Textes** der Nummern/Tarifcodes durch die Gesundheitspraktiker/-innen.

Nichtangabe von Details bei den Positionen **1310** (Arzneimittel Komplementärmedizin) und **1302** (Komplementärmedizinische Laborleistungen).

Fehler bei der Berechnung der Mehrwertsteuer.

Abgabe einer **«Rechnungskopie in frei wählbarem Format oder einer vereinfachten und/oder personalisierten Quittung»** an die Patienten, die nicht dem Standard des Tarifs 590 entspricht.

Nichtanwendung des Tarifs 590 oder Anwendung unterschiedlicher Fakturierungsmethoden je nach Versicherer.

Nichtangabe der **Therapie** und/oder der **Behandlungsdauer**.

Patienten, die bei **Intras** versichert sind.

Die ZSR-Nummer ermöglicht es dem Versicherer, selber den Leistungserbringer zu identifizieren. Stellen Sie sicher, dass sie auf Ihrer Abrechnung **korrekt** angegeben ist, und zwar im **Feld ZSR-Nr. Sie ist auf Ihrem ASCA-Anerkennungszertifikat verzeichnet.**

Die Behandlungen können zu Lasten folgender Versicherungen verrechnet werden:

- KVG: Krankenversicherungsgesetz (obligatorisch)
- UVG: Unfallversicherungsgesetz
- IVG: Invalidenversicherungsgesetz
- MVG: Militärversicherungsgesetz
- **VVG: Versicherungsvertragsgesetz (Zusatzversicherung)**
- ORG: Obligationenrecht

In aller Regel unterstehen die durch ASCA-Gesundheitspraktiker/-innen erbrachten Behandlungen dem VVG und nicht dem KVG. Geben Sie das richtige Gesetz an.

Wählen Sie Krankheit, Unfall ...

Diese Problematik betrifft hauptsächlich **Mac-User, die mittels PDF-Formular abrechnen.** Wenn der Code unten links auf der Rechnung nicht angezeigt wird, laden Sie Version 11 des Adobe Acrobat Reader runter und installieren sie auf www.myasca.ch. Falls nötig, deinstallieren Sie die anderen Acrobat-Reader-Versionen. **Öffnen Sie das PDF-Formular mit der Version 11** (Rechtsklick, Öffnen mit...). Besteht das Problem weiterhin, so empfehlen wir eine andere Fakturierungslösung, die ebenfalls auf ihrem persönlichen Bereich zur Verfügung steht

Der Tarif 590 und sein PDF-Rechnungsformular werden laufend weiterentwickelt, **aktualisiert** und optimiert. Positionen können unter einer neuen Tarifnummer zusammengefasst/zusammengeführt werden und/oder es werden neue Positionen geschaffen. In der Regel finden die Änderungen Anfang des Jahres statt. Laden Sie jedes Jahr am 1. Januar die **aktuellen Versionen** des PDF-Rechnungsformulars und des Tarifs 590 auf www.myasca.ch herunter und überprüfen Sie diese Elemente.

Unser Partner OneDoc stellt auf <https://blog.onedoc.ch> gratis einen **Gebührenrechner** zur Verfügung

Ziehen Sie die **Referenztafel**e für die ASCA-Nummern und die Positionen des Tarifs 590 zu Rate; Sie finden Sie auf www.myasca.ch. So vermeiden Sie Probleme bei der Rückerstattung.

Damit die fakturierten Leistungen elektronisch lesbar sind, **dürfen die Texte nicht von Hand geändert werden** (ausser die Positionen 1310, 1302 und 999). Wenn eine Leistung keine spezifische Nummer hat, benutzen Sie die Position 999.

Diese beiden Positionen müssen **präzise ergänzt** werden. Bei Arzneimitteln zum Beispiel geben Sie Folgendes an: Produktname bzw. Verwendungszweck, Hersteller, Menge (z. B. Packungsgrösse) und Darreichungsform. Mehr Informationen in den **FAQ, Punkt D 01.**

Dieser Punkt betrifft nur die **MwSt-pflichtigen Gesundheitspraktiker/-innen.** Wenn die Mehrwertsteuer ausgewählt ist, ist der Mehrwertsteueranteil in jeder Zeile inbegriffen, auch beim Endbetrag der Rechnung. Der angegebene MwSt-Betrag auf Behandlungen entspricht somit 7,7 % des Rechnungsbetrags und wird nicht addiert. **Die Gesundheitspraktiker/-innen müssen die Mehrwertsteuer hinzufügen, wenn sie ihren Preis pro 5 Minuten festlegen.** Mehr Informationen in den **FAQ, Punkt B 20.**

Geben Sie den Patienten eine identische Kopie des Rückerstattungsbelegs und/oder informieren Sie sie, dass sie dem Versicherer **nur eine einzig mögliche Rechnung** schicken dürfen, und zwar die im Tarif-590-Format.

Wenn nämlich die Patienten eine vereinfachte oder personalisierte Kopie anstelle des «Rückerstattungsbelegs, Exemplar für den Versicherer» im Tarif-590-Format schicken, ist der Versicherer nicht in der Lage, dieses Dokument zu bearbeiten.

Wählen Sie eine Abrechnung, die dem Tarif 590 entspricht und/oder nur eine Abrechnungsmethode. Das Tarif-590-Format kann **von allen Versicherern in der Schweiz** bearbeitet werden und verhindert, dass die Patienten aufgrund des Rechnungsformats Probleme mit der Rückerstattung haben. Die **Nichtanwendung des Tarifs 590** kann zu einer Einstellung der Rückerstattung durch die Versicherer führen.

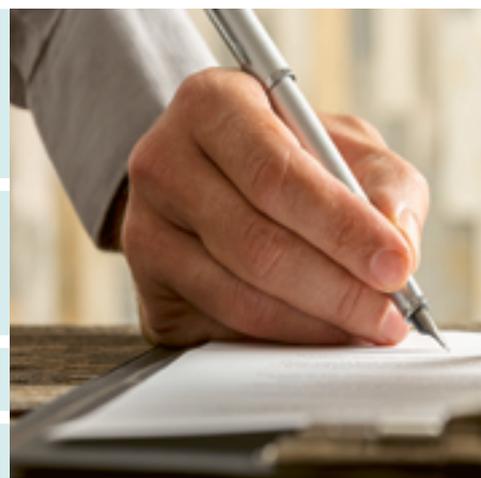
Sie müssen diese **Informationen zwingend angeben**, sonst kann die Rechnung nicht rückerstattet werden und wird den Patienten zurückgeschickt.

Intras gehört zur CSS Gruppe. Die Rechnungen müssen also gemäss dem Tarif 590 ausgestellt werden.

Um Ihren Patienten Unannehmlichkeiten zu ersparen, richten Sie bitte bei der Ausstellung Ihrer nächsten Leistungsabrechnungen ein besonderes Augenmerk auf diese Punkte.

Die Stiftung stellt ihren Gesundheitspraktikerinnen und -praktikern verschiedene **einfache, schnelle und effiziente Werkzeuge** zur Verfügung, um Rechnungen im Tarif-590-Format auszustellen (Lösung einer manuellen oder Online-Fakturierung). Finden Sie alle Angebote auf www.myasca.ch.

Anfang 2019 werden ausserdem **neue Kurse** zur Anwendung des Tarifs 590 und seines Formulars angeboten.



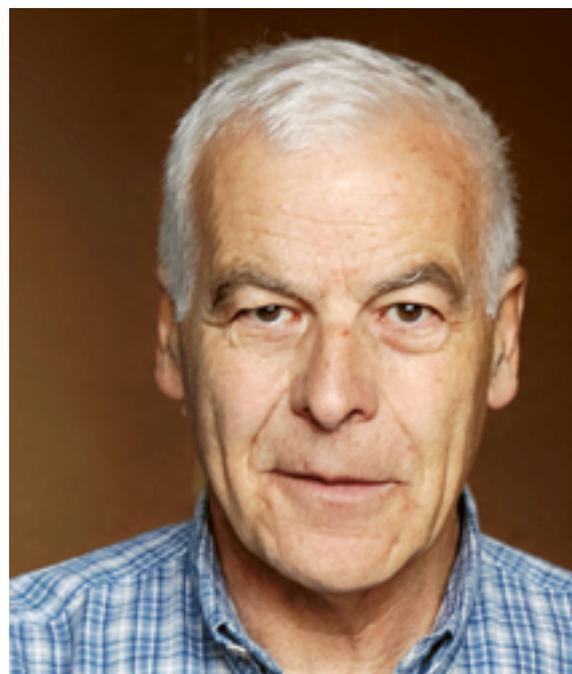
SOPHROLOGIEIN DER ROMANDIE GUT ETABLIERT, IN DER DEUTSCHSCHWEIZ NOCH UNBEKANNT

Die Sophrologie ist eine individuelle Bewusstseinschulung, welche Körper und Geist aktiviert und das Erlebte integriert. Stress ist die häufigste Antwort unseres Organismus auf eine physische, mentale oder emotionale Aggression. Da setzt die Sophrologie an und hilft zum Beispiel, bevorstehende Operationen oder eine Chemotherapie vorzubereiten, um so dem Phänomen «Schmerz» anders zu begegnen.

Eine Sitzung beginnt mit der Wahrnehmung des eigenen Körperschemas. Diese Arbeit ist der Schlüssel, um die Türen zur eigenen Identität zu öffnen. Durch spezifische Atem-/Entspannungstechniken werden sowohl die körpereigenen Strukturen und Fähigkeiten erlebt und verstärkt als auch persönliche Werte bewusst gemacht. So erweitert sich das Bewusstsein, und die Wahrnehmung der eigenen Realität verändert sich. Die Methode hat neurophysiologische Grundlagen und wird sowohl in der Anästhesie, Immunologie, Pneumologie, Kardiologie, Geriatrie, Gynäkologie und der Palliativpflege als auch im Sport und der Musik erfolgreich eingesetzt. Sophrologie wird in Einzel- oder Gruppensitzungen angeboten und ist von gewissen Krankenkassen anerkannt.

DEFINITION

Dem Begriff Sophrologie liegen drei griechische Wörter zugrunde: «sos» bedeutet Harmonie, Ausgeglichenheit, Gleichgewicht; «phren» steht für Bewusstsein und «logos» für Wort, Wissenschaft. Der Begriff bedeutet übersetzt so viel wie «die



Stellen Sie Ihre Gesundheitsmethode vor!

In den nächsten Alternance-Ausgaben hat die Stiftung ASCA eine eigene Rubrik reserviert, um verschiedene therapeutische Disziplinen vorzustellen. Wir möchten die Berufsverbände auffordern mit der Stiftung ASCA Kontakt aufzunehmen, wenn sie ihre Gesundheitsmethode bekannter machen möchten (stiftung@asca.ch).

Jörg Schneider

Jörg Schneider arbeitete nach der Primarlehrer-/Musiker-Ausbildung 25 Jahre als Trompeter im Sinfonie Orchester Biel/Solothurn, im Collegium Novum Zürich und als Komponist fürs SRF.

Fasziniert von der Sophrologie, liess er sich in Lausanne und Andorra zum Sophrologen ausbilden (Master spécialiste).

Er unterrichtet an der HKB (ab Januar 19), und der EPFL das Fach «Stressmanagement». Seine Praxen für Sophrologie befinden sich in Lausanne und Biel.

Bei seiner Arbeit konzentriert er sich speziell auf die Begleitung von Sportler/-innen und Künstler/-innen.

Jörg Schneider ist Vorstandsmitglied im Berufsverband «Sophrologie Suisse».

Luc Portmann

ehem. leitender Arzt am CHUV, FMH Innere Medizin Endokrinologie, Master spécialiste en Sophrologie

Wissenschaft von der Ausgeglichenheit des Bewusstseins». Ziel der Sophrologie ist demnach das Erlangen einer dynamischen Ausgewogenheit zwischen Körper und Geist.

HERKUNFT

Begründer der Sophrologie ist der kolumbianische Neuropsychiater Prof. Alfonso Caycedo (1932–2017), der diese Methode ab 1960 in Madrid entwickelte. Unter anderem basiert die Sophrologie auf der Hypnose, von der sich Caycedo jedoch bald distanzierte, da diese das Bewusstsein verändern könne. Er studierte verschiedene westliche und östliche Denkweisen. So finden sich in der Sophrologie Elemente aus der existentiellen Phänomenologie, der Axiologie, dem autogenen Training, der progressiven Muskelentspannung ebenso wie (angepasst an unsere Kultur) Aspekte aus dem japanischen Zen-Buddhismus, dem tibetischen Tummo und dem indischen Raja Yoga.

GRUNDLAGEN

Die Sophrologie versteht sich sowohl als Wissenschaft als auch als Philosophie des Bewusstseins. Die ganze Ausbildung beinhaltet 3 Zyklen mit 12 dynamischen Entspannungen und den entsprechenden spezifischen Techniken. Diese Techniken verwenden dabei die Atmung, das Körperbewusstsein, die Visualisierung sowie spezielle Körperhaltungen und Bewegungen. Das Streben nach einer ausgeglichenen Persönlichkeit und einer harmonischen Lebensführung wird durch regelmässiges Üben erreicht und gehört zu den Zielen der Sophrologie.

Die Person lernt mit Stress und Ängsten anders umzugehen, was wiederum die Abwehrkräfte (gegenüber Krankheiten) stärkt. Eine der sophrologischen Theorien geht von drei Bewusstseinssebenen aus: der Wach- und der Schlafebene sowie der sogenannten «sophroliminalen» Ebene. Letztere ist ein Zustand zwischen Wach- und Schlafebene, der sich durch tiefe Entspannung und gesteigerte Erlebnisfähigkeit auszeichnet. Die Behandlung zielt darauf ab, durch Intentionalität diesen sophroliminalen Zustand vorübergehend selbst herbeizuführen, zu verlängern und für eine positive Beeinflussung des Bewusstseins zu nutzen.

INDIKATIONEN FÜR DIE SOPHROLOGIE

- Zur Stressbewältigung und Schmerzverminderung vor chirurgischen Eingriffen
- Bei Schlafproblemen
- Zur Schwangerschaftsbegleitung und Geburtsvorbereitung
- Bei bipolaren Störungen, Depressionen, Psychosen und Halluzinationen (mit schulmedizinischer Begleitung)
- Zur Unterstützung bei psychosomatischen und chronischen Krankheiten
- Zur mentalen Vorbereitung vor Prüfungen, sportlichen Wettkämpfen oder Konzerten
- Zur Steigerung des Selbstvertrauens und der Vitalität

INFOS

www.sophrologiesuisse.ch /
Gesellschaft Sophrologie Schweiz
www.sofrocay.

asca

BESUCHEN SIE
UNSERE WEBSEITE
WWW.ASCA.CH

MAN SPRICHT ÜBER DIE STIFTUNG ASCA

Seit nunmehr fast 30 Jahren setzt sich die Stiftung ASCA für die Komplementär- und Alternativmedizin ein. Das bei den Therapeuten bereits sehr bekannte **ASCA-Qualitätslabel** soll auch eine **Referenz für die breite Öffentlichkeit** werden, insbesondere für die vielen Menschen, die diese Therapien in Anspruch nehmen. Die Stiftung ASCA hat die Gelegenheit ergriffen, ihre Arbeit und vor allem auch jene ihrer Gesundheitspraktiker/-innen in zwei neuen Publikationen in den Fokus zu stellen.

In der **Romandie** wurde dieses Projekt durch die Publikation eines Artikels und einer Annonce im Beiheft «FOCUS – Santé & Vitalité» vom 20. Oktober 2018 umgesetzt. Als Beilage der Tageszeitungen «La Tribune de Genève» und «24Heures» wurden etwa 100 000 Exemplare dieses Hefts gedruckt, die 270 000 Leser erreichten. Den Artikel finden Sie auf der Seite www.asca.ch («News» auf Französisch).

In der **Deutschschweiz** ist am 27. September ein Artikel in der Beilage «Natürlich Xund» des Tages-Anzeigers erschienen, und zwar in mehr als 150 000 Exemplaren, die beinahe eine **halbe Million Leser** erreichten. Nachfolgend finden Sie eine Abschrift des veröffentlichten Artikels.

«DIE KOMPLEMENTÄR- UND ALTERNATIVMEDIZIN HAT IHREN PLATZ VERDIENT»

Die Stiftung ASCA ist eine wichtige (Kontroll-)Institution im Bereich der Alternativ- und Komplementärmedizin in der Schweiz.

Nahezu 60 Prozent der Bevölkerung machen einer Studie zufolge mindestens gelegentlich von der Komplementär- oder Alternativmedizin Gebrauch. Für einen zusätzlichen Schub dürfte die Volksabstimmung vor ziemlich exakt zehn Jahren gesorgt haben, als der Souverän mit landesweit 67 Prozent ein klares Ja zur Komplementärmedizin in die Urne legte.

«Die Komplementär- und Alternativmedizin wird heute von der Bevölkerung sehr gut genutzt. Sie hat ihren Platz verdient», gibt sich ASCA-Generalsekretär Laurent Berset überzeugt. Bei den von der Krankenpflegeversicherung (Grundversicherung) übernommenen Leistungen gehe es um fünf Methoden, nämlich um die Akupunktur, die anthroposophische Medizin, die traditionelle chinesische Medizin, die Homöopathie sowie die Phytotherapie. Andere Methoden gehörten zum Paket von Zusatzversicherungen, wobei sich der Leistungskatalog und die Übernahmekonditionen je nach Anbieter unterscheiden.

KERNAUFGABEN DER STIFTUNG

Die ASCA, schweizerische Stiftung für Komplementärmedizin, wurde im Jahre 1991 von Fachspezialisten und Ge-

sundheitspraktikern initiiert. Sie hat den Status einer unabhängigen und neutralen Organisation. Die Hauptaufgaben der Stiftung lassen sich laut Berset stichwortartig folgendermassen zusammenfassen:

- Anerkennung von Therapeutinnen und Therapeuten (Schweizweit gibt es inzwischen etwa 17 000, davon circa 11 000 in der Deutschschweiz und 6 000 in der Romandie sowie im Tessin.)
- Kontrolle der Ausbildung von Therapeuten. Jährliche Kontrolle der Weiterbildung
- Vermittlung der ASCA-anerkannten Therapeutenliste an die Partnerversicherer
- Akkreditierung von Schulen mit Kontrolle der Ausbildungsinhalte sowie der Ausbildung von Lehrpersonen
- Therapeuten-Suchmaschine: Auf der Homepage der ASCA könne jede(r) einen ausgebildeten Therapeuten für eine bestimmte Therapie in seiner Region finden
- Zusammenarbeit mit Berufsverbänden, namentlich im Rahmen der Definition und der Anpassungen von Ausbildungskriterien und der Weiterbildungskontrolle.
- Forschung und Weiterentwicklung

ÜBERPRÜFUNG VON INHALTEN

Wie viele Therapiemethoden es in der Komplementär- und Alternativmedizin überhaupt gäbe, sei schwer zu sagen, räumt Berset ein. Gemäss der Weltgesundheitsorganisation existierten cir-

Beinahe eine halbe Million Leser

Der ASCA-Artikel ist in der Beilage «Natürlich Xund» des Tages-Anzeigers erschienen: 150 000 Exemplare für beinahe eine halbe Million Leser.



Untenstehender Text:
Quelle: Natürlich XUND,
27. September 2018
Autor: Markus Sutter

ca. 400 Methoden, in der Schweiz etwa 150, die effektiv angewendet werden. Die Stiftung ASCA prüfe laufend den Inhalt dieser Liste und stelle sich kontinuierlich Fragen: «Werden die Therapien noch genutzt?», «Sind die Therapeuten genügend ausgebildet?», «Gibt es noch Schulen, die eine Ausbildung anbieten?», «Sind die Ausbildungsvoraussetzungen noch aktuell?» und so weiter. Diese Arbeit gestatte, einen möglichst klaren Überblick über den aktuellen Zustand der Komplementär- und Alternativmedizin zu gewährleisten.

JÄHRLICHE STUDIENREISE

Die Anerkennung einer neuen Therapiemethode sei einer der Hauptzwecke der Stiftung ASCA. Das Gleiche treffe auch bezüglich der Forschung und Förderung von alternativen Heilmethoden zu. Für

Therapeuten und Schulen würden die Anforderungen ständig angepasst und aktualisiert. Zudem ermögliche die Stiftung jedes Jahr einer grösseren Gruppe von 30 bis 40 Therapeuten eine Reise in das Ursprungsland einer Alternativtherapie, sei dies nun China, Indien, Japan oder etwa England.

Die Qualität der Therapien ist das eine, die Qualität der Menschen, welche solche Therapiemodelle anbieten, das andere. «Die Hauptaufgabe der Stiftung ASCA besteht in der Kontrolle der Therapeuten», hält Laurent Berset fest. «Unsere Reglemente enthalten Vorschriften über die Aus- und Weiterbildung, ebenso über Themen wie Berufsgeheimnis, Patientendossier, Datenschutz, Rechnungsstellung, Ethik etc.»

Da liegt es auf der Hand, dass die Stiftung auch in Sachen Schulen und Ausbildungsstätten in der Komplementär- und Alternativmedizin ein gewichtiges Wörtchen mitredet. «Die Stiftung akkreditiert Ausbildungsschulen, genauer Lehrgänge», so Berset. «Das Ziel ist, eine Homogenität der Ausbildungen in der ganzen Schweiz zu erreichen.»

MEHR ALS 350 SCHULEN

Aktuell seien landesweit mehr als 350 Schulen akkreditiert. Geprüft würden namentlich der Inhalt der Kurse, die Ausbildung der Lehrer wie auch die Kursunterlagen.

Die ständige Qualitätssicherung und -erhöhung bezeichnet der Generalsekretär als grösste Herausforderung der

Zukunft. «Zudem wollen wir Dienstleistungen für unsere Therapeuten und Schulen entwickeln.» Das Ziel: Vereinfachung der Berufstätigkeit und Support bei der Digitalisierung.

- 150 ASCA-erkannte KAM-Methoden (KAM = Komplementär- und Alternativmedizin)
- 17 000 ASCA-erkannte Therapeuten in der ganzen Schweiz (circa 6 000 in der Romandie und im Tessin und 11 000 in der Deutschschweiz)
- 350 ASCA-akkreditierte Schulen in der ganzen Schweiz
- 10 Versicherer stützen sich auf unsere Therapeutenliste, um die KAM-Behandlungen rückzuerstatten. Dank der Arbeit der Stiftung ASCA können mehrere Millionen von Versicherten von KAM-Behandlungen profitieren.
- Fast 30 Jahre Erfahrung in der ganzen Schweiz
- Finden Sie anerkannte Therapeuten/Therapeutinnen auf www.asca.ch



ADMINISTRATIVE INFORMATIONEN

KOMMUNIKATION PER NEWSLETTER

Wie in den vorhergehenden Ausgaben von Alternance mehrfach angekündigt, werden künftig laufende Mitteilungen und Informationen per Newsletter weitergegeben. Dieser Kanal wird ebenfalls für Einladungen und Einschreibungen für unsere Anlässe genutzt (Spezialangebote, Weiterbildungen, Forum, Studienreisen...).

Aktualisieren Sie Ihre E-Mail-Adresse auf www.MyASCA.ch.

WEITERBILDUNGSKONTROLLE

– Ziel und Folgen eines Rückstands

Die Weiterbildung hat zum Zweck, die Gesundheitspraktiker/-innen dazu zu motivieren, das Niveau ihres theoretischen und praktischen Wissens aufrechtzuerhalten, und dies im Umfang von mindestens 16 Stunden pro Jahr. Die Gesundheitspraktiker/-innen, die diese Anforderungen nicht respektieren, werden von den Listen, die den Partnersversicherern abgegeben werden, gestrichen – ihre Leistungen werden infolgedessen nicht mehr übernommen.

– Bin ich auf dem neusten Stand?

Eine Aufstellung Ihrer Weiterbildungsstunden kann jederzeit auf www.MyASCA.ch eingesehen werden.

– Einen Kurs finden

Konsultieren Sie unsere Liste an Weiterbildungsangeboten auf <http://www.asca.ch/FcSchools.aspx?lang=de>. Sie finden dort einen Weiterbildungskurs,

der von einer ASCA-anerkannten Schule in Ihrer Region angeboten wird und sich auf die Therapien bezieht, für die Sie anerkannt sind.

– Zustellung der Nachweise 2018

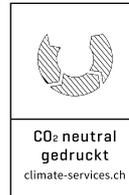
Damit Ende des Jahres eine Mehrarbeit vermieden werden kann, müssen uns die Weiterbildungsnachweise unaufgefordert zugestellt werden, sobald die Ausbildung absolviert ist, spätestens aber am 31. Dezember 2018. Sie müssen zwingend zusammen mit dem korrekt ausgefüllten und unterschriebenen Weiterbildungskontrollformular eingeschickt werden (www.asca.ch/dform).

ANERKENNUNGSZERTIFIKAT 2019

Dieses Zertifikat anerkennt die Qualität Ihrer Ausbildung und ist für Ihre Patienten gedacht: Wir bitten Sie daher, dieses gut sichtbar in Ihrer Praxis aufzuhängen. Wir werden es Ihnen zukommen lassen, sobald die Bezahlung der Jahresgebühr 2019 eingegangen ist.

NEUER BERUFSVERBAND MIT ASCA-VEREINBARUNG

epb-schweiz: Mit Freude teilt die Stiftung ASCA mit, dass sich epb-schweiz (Berufsverband Ernährungs-Psychologische Beratung Schweiz) den Berufsverbänden mit ASCA-Vereinbarung beigetreten ist. Seine Mitglieder können dank dieser Vereinbarung von speziellen Konditionen profitieren. Wir freuen uns auf die künftige Zusammenarbeit.



ASCA-Studienreise 2019

ENTDECKEN SIE CHINA

Destination :
Peking – Shanghai – Hangzhou

Datum : 14.09.19 bis 27.09.19

Neuer Kurs:
die Praxis der Tuina/Anmo, Akupressur, Akupunktur, Moxa/Moxibustion und des Schröpfens – offen für alle Gesundheitspraktiker/-innen

Einschreibung:
das definitive Programm wird Ihnen Anfang 2019 per Newsletter zugestellt

