

# PRESSEMITTEILUNG

# SM

## **Sport auf Rezept: MV führt ärztliche Bewegungsempfehlung ein**

Mehr als zehn Stunden pro Tag sitzen Menschen in Deutschland im Durchschnitt. Laut Umfragen von Krankenkassen schaffen es dabei nur etwa 30 Prozent, das durch körperliche Aktivität wieder auszugleichen. „Das zeigt aus meiner Sicht deutlich, dass Bewegung wieder einen höheren Stellenwert einnehmen muss“, erklärte Gesundheitsministerin Stefanie Drese heute in Schwerin. Ein Weg hierfür sei ein neues Projekt, das derzeit in den Landkreisen Vorpommern-Greifswald und Mecklenburgische Seenplatte erprobt werde. Dort können Ärztinnen und Ärzte ihren Patientinnen und Patienten gezielt körperliche Aktivität empfehlen – in Form eines eigenen Rezepts für Bewegung.

Schwerin, 23. April 2026

Nummer: 077

Das Projekt geht zurück auf eine gemeinsame Initiative der Ärztekammer Mecklenburg-Vorpommern und des Landessportbundes. Es setzt Ziele der neuen Landesstrategie für Gesundheit und Prävention um und folgt einem niedrighschwelligem Prinzip: Fällt im Rahmen eines Arztbesuches auf, dass die Patientinnen und Patienten ihre Genesung durch sportliche Aktivitäten befördern können, erhalten sie „Bewegungsempfehlungen auf Rezept“.

Dieses kann für Kinder oder Erwachsene ausgestellt werden. Es enthält neben Empfehlungen zu bestimmten, individuellen Schwerpunkten wie der Stärkung des Herz-Kreislaufsystems, des Haltungs- und Bewegungssystems oder der Stressbewältigung bei Erwachsenen sowie mehr Alltagsbewegung bei Kindern auch einen Link zu einer umfassenden Bewegungslandkarte. Neben Sport- und Rehaangeboten in der Nähe sind darauf auch Spiel- und Bolzplätze eingezeichnet.

„Das sind alles gute Möglichkeiten, um fernab des Berufs- und Schulalltages wieder mehr in Bewegung zu kommen. Wir wissen sehr genau, dass körperliche Inaktivität als Risikofaktor für zahlreiche Erkrankungen wie Herz-

Ministerium für Soziales,  
Gesundheit und Sport  
Mecklenburg-Vorpommern  
Werderstraße 124

19055 Schwerin

Telefon: 0385 588-19003

E-Mail: [alexander.kujat@sm.mv-regierung.de](mailto:alexander.kujat@sm.mv-regierung.de)

Internet: [www.sozial-mv.de](http://www.sozial-mv.de)

V. i. S. d. P.: Alexander Kujat

Kreislauf-Leiden, Diabetes oder muskuläre Beschwerden gilt, die in MV teils überdurchschnittlich verbreitet sind. Wir wissen zudem, dass gerade ärztliche Empfehlungen dazu motivieren können, das eigene Verhalten zu verändern. Das wollen wir uns mit dem Rezept für Bewegung zu Nutze machen und hoffen auf breite Unterstützung durch niedergelassene Ärztinnen und Ärzte“, erklärte Gesundheitsministerin Drese.

Dazu ergänzte auch Torsten Haverland, Geschäftsführer des Landessportbundes in Mecklenburg-Vorpommern: „Unsere Sportvereine im Land bieten wohnortnahe, qualitativ hochwertige Bewegungsangebote von Kindesbeinen an bis ins hohe Alter. Mit dem neuen Modellprojekt versuchen wir den Einstieg in das Vereinsleben noch etwas leichter zu gestalten und Brücken zu schlagen: Von der ärztlichen Empfehlung, über die Hilfe beim Finden der passenden Angebote bis hin zum regelmäßigen Sporttreiben im Verein.“

Erprobt wird das Konzept bisher in zwei Landkreisen. Nach dem Abschluss der Testphase soll das Rezept auf Bewegung jedoch auch landesweit ausgerollt werden. „Für mich ist das ein hervorragendes Beispiel für neue präventive Ansätze die entstehen, wenn alle Akteure gemeinsam agieren und ich bin froh, dass uns diese Verknüpfung auch durch die Landesstrategie Gesundheit und Prävention geglückt ist. Allen, die daran mitwirken, aber auch den beiden Landkreisen, die beispielhaft vorangehen, gilt dafür mein ausdrücklicher Dank“, so Drese.

Hintergrund:

Das Rezept auf Bewegung ist kein ärztliches Rezept im klassischen Sinne. Es ähnelt viel mehr einem sogenannten grünen Rezept, mit dem medizinisch notwendige, aber nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel empfohlen werden. Das heißt, dass das Ausstellen des Rezepts eine freiwillige ärztliche Leistung ist, die nicht über die gesetzlichen Krankenkassen vergütet wird. Wer die Angebote in Anspruch nimmt, muss die geringfügigen Mitgliedsbeiträge und Kursgebühren daher selbst erbringen.

Weitere Informationen finden Interessierte auch auf der folgenden Seite der Ärztekammer MV: <https://www.aek-mv.de/patientin-patient/patientenratgeber/rezept-fuer-bewegung.html>