



**careum**

Fit für die  
Gesundheitswelt



MEDIZIN & CHIROPRAKTIK  
ZENTRUM WINTERTHUR

**zhaw** Soziale  
Arbeit

## Soziales Rezept in der Hausarztpraxis

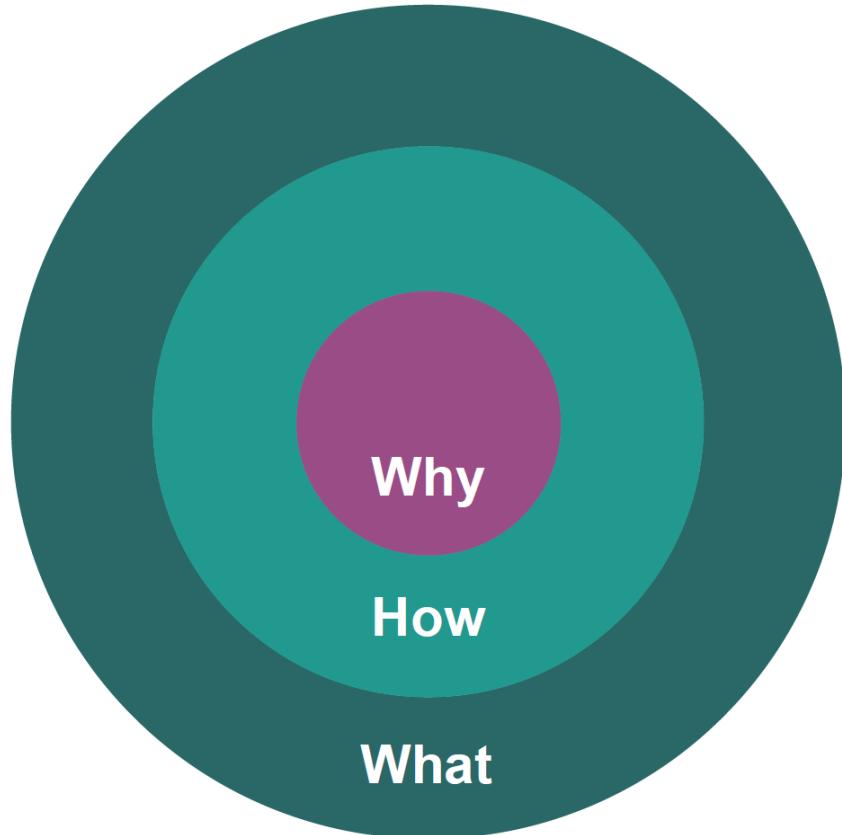
### SoReA

Dr. Gert Ulrich & Pract. med. Sandro Speck

Zürich, 25. September 2025



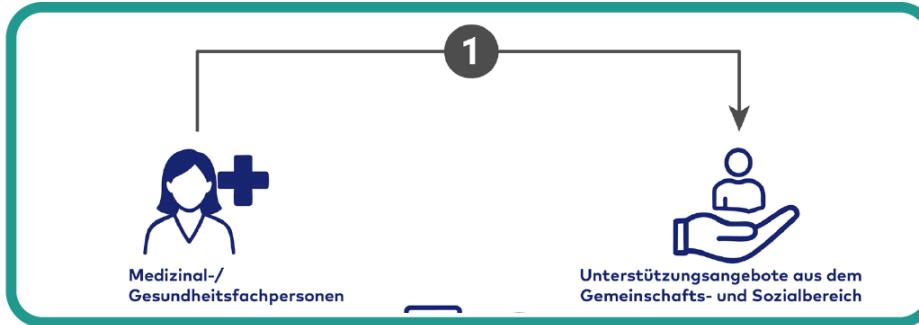
# Brückenbauen zwischen Gesundheit und Sozialem



## Why

- Viele psycho-soziale Herausforderungen in der Arztpraxis
- Zeitmangel
- Fehlende Nahtstellen zwischen Gesundheit und Sozialem

## How



## What

- Soziales Rezept

(Zimmermann et al., 2018; Dettmers et al., 2021; Bayer-Oglesby et al., 2020; Ulrich et al., 2024; Lowton & Henwood, 2023; Hosek et al., 2020; Scarpetti et al., 2024; Rojatz et al., 2021)

# Das Soziale Rezept in der Hausarztpraxis

## Unsere Brücke zwischen Gesundheit und Sozialem

- **Ort:** Hausarztpraxis in Winterthur (MCZW), 5 Hausärzte/ Hausärztinnen
- **Zielgruppe:** alle Patient:innen > 60 J.
- **Involvierte Fachperson:** Hausärzte/Hausärztinnen, MPAs
- **Geografische Abdeckung:** Einzugsgebiet Winterthur



# Umsetzung des Sozialen Rezeptes

Screeningtool



## Fragebogen zur allgemeinen Lebenssituation

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Für Ihr körperliches und seelisches Befinden sind verschiedene Aspekte der Lebensweise und des sozialen Umfelds wichtig. Falls Probleme bestehen, können diese langfristig zu Krankheiten führen bzw. Ihre gesundheitliche Situation beeinträchtigen.

Der Fragebogen kann uns helfen, Themen anzusprechen, welche sonst ungenannt bleiben, um Ihnen bei Bedarf geeignete Hilfe anzubieten.

### Personliche Angaben

Name, Vorname: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

### Fragen zu sozialen Aspekten

Bitte kreuzen Sie Zutreffendes an:

#### Soziale Kontakte      O Ich wünsche Hilfe oder Unterstützung zu diesem Thema

- Ich fühle mich oft einsam.
- Ich fühle mich oft von der Gesellschaft isoliert.
- Ich kann mich niemandem anvertrauen.
- Ich habe kaum Kontakt zur Familie.

#### Psychische & Physische Gesundheit      O Ich wünsche Hilfe oder Unterstützung zu diesem Thema

- Ich habe zu viel Stress.
- Ich habe oft Schlafstörungen.
- Ich bin oft ängstlich.
- Ich habe oft Schmerzen.
- Ich fühle mich oft antriebslos oder traurig.
- Ich rauche zu viel oder trinke zu viel Alkohol/andere Substanzen.
- Ich erleide Gewalt (psychisch, physisch, sexuell).
- Ich habe Probleme mit meiner Sexualität, sexuellen Gesundheit.

Soziales Rezept



## Überweisungsschreiben «Soziales Rezept»

Zuweisende Ärztin / zuweisender Arzt
Telefon: _____
E-Mail: _____
Arztpraxis: _____
Datum: _____

Patient:innenangaben
Name, Vorname: _____
Geburtsdatum: _____
Adresse: _____
Tel / E-Mail: _____
AHV-Nummer: _____
Krankenkasse: _____

Zu bearbeitende Themen			
Soziale Kontakte	Psychische & Physische Gesundheit	Sinne	Wohnsituation / Ernährung / Alltag
<input type="checkbox"/> Einsamkeit / Isolation	<input type="checkbox"/> Stress oder Schlafstörungen	<input type="checkbox"/> Gehör	<input type="checkbox"/> Wohnen
<input type="checkbox"/> Familie und Beziehung, familiäre Probleme	<input type="checkbox"/> Ängste	<input type="checkbox"/> Sehen	<input type="checkbox"/> Haushalt
	<input type="checkbox"/> Schmerzen	<input type="checkbox"/> Gedächtnis	<input type="checkbox"/> Lebensmittel / Essen / Kochen
	<input type="checkbox"/> Antriebslosigkeit		<input type="checkbox"/> Alltagsbewältigung
	<input type="checkbox"/> Alkohol, Drogen oder Rauchen		
	<input type="checkbox"/> Gewalt (psychisch, physisch, sexuell)		
	<input type="checkbox"/> Sexualität, sexuelle Gesundheit		
<b>Mobilität</b>	<b>Finanzen / Administration</b>	<b>Tagessstruktur / Arbeit / Beschäftigung</b>	<b>Anderes</b>

Angebot aus  
dem Sozial- und  
Gemeinwesen

**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER

**ALTERSFORUM** WINTERTHUR

Stadt Winterthur

# Umsetzung des Sozialen Rezeptes

## Patientenbeispiele

Screeningtool



Soziales Rezept



Angebot aus dem Sozial- und Gemeinwesen

Patient A, 83 J

- Parkinson-Syndrom
- Herausforderung bei der Haushaltsbewältigung

A screenshot of a digital form titled 'Überweisungsschreiben > Soziales Rezept'. It includes fields for 'Zusammenende Ärztin / zuweisender Arzt' (Name, Telefon, E-Mail, Adresse, Datum), 'Patient: Innenangaben' (Name, Vorname, Geburtsdatum, Adresse, Tel / E-Mail, AHV-Nummer, Krankenhaus), and a section for 'Zu bearbeitende Themen' (Social contacts, Psychosoziale & Physische Gesundheit, Stress, Mental Health). There are checkboxes for various issues like Angst, Depression, etc., and dropdown menus for 'Werkstoffliste / Erstellung / Abzug'.

Patient B, 66 J

- Schlafstörungen
- Stress
- Probleme mit Gehör

A screenshot of a digital form titled 'Überweisungsschreiben > Soziales Rezept'. It includes fields for 'Zusammenende Ärztin / zuweisender Arzt' (Name, Telefon, E-Mail, Adresse, Datum), 'Patient: Innenangaben' (Name, Vorname, Geburtsdatum, Adresse, Tel / E-Mail, AHV-Nummer, Krankenhaus), and a section for 'Zu bearbeitende Themen' (Social contacts, Psychosoziale & Physische Gesundheit, Stress, Mental Health). There are checkboxes for various issues like Angst, Depression, etc., and dropdown menus for 'Werkstoffliste / Erstellung / Abzug'.

Wohnberatung der Stadt Winterthur

- Vorstellung von relevanten Angeboten
- Offenheit für Spitex

Gesundheitsberatung der Stadt Winterthur

- Kursangebote (TCM, autogenes Training, MBSR)
- Empfehlung für Psychotherapie

# Ausblick und Call to Action



Home   Veranstaltungen   **Soziales Rezept**   Kontakt   Praxis   !

## Soziales Assessment & Soziales Rezept

Für Ärzt:innen in 3 Schritten zum Sozialen Rezept mit Adressaten im Raum Winterthur

**1** Assessment abgeben  
Kurzfragebogen zur allgemeinen Lebenssituation für die Sprechstunde  
[Assessment](#)

**2** Soziales Rezept ausstellen  
Ausfüllbares Formular zur Überweisung an passende Anlaufstellen  
[Soziales Rezept](#)

**3** Rezept senden  
Mit Einverständnis der Patient:in  
Weiterleitung per E-Mail an die passende Stelle.  
  
[Pro Senectute](#)  
[Gesundheitsberatung](#)  
[Wohnberatung](#)  
[Wohin was senden? Hier klicken](#)  
Optional: Rezept ausdrucken und der Patient:in zur Eigenmeldung mitgeben.

## Roll-Out auf weitere HA-Praxen

- Medix Winterthur
- Ärztegesellschaft Winterthur-Andelfingen

## Angebot ausweiten auf

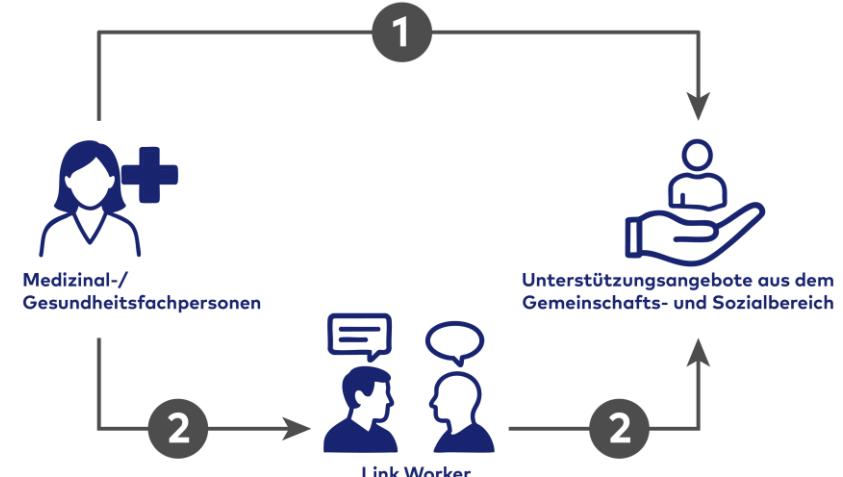
- Kinder, Jugendliche u. Erwachsene U60

## Einbindung eines Link-Workers

- Ggf. über KOBE
- Überlegungen zu Drittmittelantrag

## Weiterführende Diskussionen

- Screening-Tool, Soziales Rezept



# Unser Netzwerk zum Projekt

## Direkte Beteiligung

## Erweitertes Netzwerk

### Projektverlauf



**careum**



ALTERSFORUM WINTERTHUR

**PRO SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Stadt Winterthur

ÄRZTEGESELLSCHAFT  
**awa**  
WINTERTHUR-ANDELFINGEN

**medix**  
winterthur

**rpk nord**  
Regionale Psychiatrie Kommission Winterthur | Zürcher Unterland

**ipw INTEGRIERTE PSYCHIATRIE**  
Koordinations- und Beratungsstelle



**CARITAS** beider Basel

→ **Regionale Anlaufstellen**



Link Worker  
Stadt Zürich

**sa'ges**  
für gesundheitsbezogene Soziale Arbeit  
pour le travail social en lien avec la santé

**geliko**  
Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz  
Conférence suisse des ligues de la santé  
Conferenza svizzera delle leghe per la salute



Berner  
Fachhochschule

Schweizer Dachverband Lesen und Schreiben  
Fédération suisse Lire et Ecrire  
Federazione svizzera Leggere e Scrivere

**connect!**  
gemeinsam weniger einsam  
ensemble moins seule  
insieme meno soli  
together less lonely



## Herzlichen Dank für die Aufmerksamkeit!



v.l.n.r.:

**Esther Bussmann, ZHAW Soziale Arbeit**

**Karin Werner, ZHAW Soziale Arbeit**

**Gert Ulrich, Careum**

**Sandro Speck, MCZW**

**Alexandra Wirth, Careum**

MEHR ERFAHREN  
[careum.ch](http://careum.ch)

