

**Stand / état: 19.12.2018 AH/SM**

## **PROGRAMM / PROGRAMME**

### **4. Mitgliederanlass 2019 des Netzwerks Psychische Gesundheit Schweiz NPG**

**Donnerstag, 24. Januar 2019, von 13:30 bis 17:30 Uhr**

Allresto Bern, Kongresszentrum, Effingerstrasse 20, 3008 Bern – [www.allresto.ch](http://www.allresto.ch)

Anreise/Wegbeschreibung: <https://www.allresto.ch/kontakt-und-adresse-allresto>

### **4<sup>ème</sup> manifestation 2019 des membres du Réseau Santé Psychique Suisse RSP**

**Jedi 24 janvier 2019, de 13h30 à 17h30**

« Allresto » Berne, centre de congrès, Effingerstrasse 20, 3008 Berne – [www.allresto.ch](http://www.allresto.ch)

Itinéraire : <https://www.allresto.ch/kontakt-und-adresse-allresto>

#### **Ort / lieu: Saal / salle A + B**

- ab/dès 12:00      **Einrichten der kleinen Info-Stände:** im Foyer und im Saal A + B /  
**Installation des petits stands d'information :** au foyer et dans les salles A + B
- ab/dès 13:00      **Empfang und Registrierung der NPG-Mitglieder:**  
 im Foyer beim Eingang ins Allresto Bern /  
**Accueil et inscription des membres RSP :**  
 dans le foyer à l'entrée du « Allresto » Berne
- Besuch der Info-Stände / Visite des stands d'information**
- 13:30              **Begrüssung und Einführung:** Saal A + B /  
**Mot de bienvenue et introduction :** salles A + B
- 13:45 – 15:15      **Präsentationen Sessions A + B parallel** (Details siehe ab Seite 2) /  
**Présentations sessions A + B en parallèle** (détails voir p. 2 et ss.)  
**Session A:** Saal A / salle A  
**Session B:** Saal B, mit Simultanübersetzung / salle B, avec traduction simultanée
- 15:15 – 16:00      **Kaffeepause / Pause-café –**  
**Besuch der Info-Stände:** im Foyer und Saal A + B  
**Visite des stands d'information :** au foyer et salles A + B
- 16:00 – 17:30      **Präsentationen Sessions C + D parallel** (Details siehe ab Seite 6) /  
**Présentations sessions C + D en parallèle** (détails voir p. 6 et ss.)  
**Session C:** Saal A / salle A  
**Session D:** Saal B, mit Simultanübersetzung / salle B, avec traduction simultanée
- 17:30              **Ende der Veranstaltung / Fin de la manifestation**

#### **Simultanübersetzung / Traduction simultanée :**

Begrüssung, Einführung und Sessions B und D: Deutsch oder Französisch mit Simultanübersetzung /  
 Mot de bienvenue, introduction et sessions B et D : français ou allemand avec traduction simultanée

## **Kurz-Präsentationen / Présentations succinctes:**

---

**Kurz-Präsentationen: jeweils 10 Minuten Vortrag und 5 Minuten Diskussion /  
 Présentations succinctes : 10 minutes de présentation et 5 minutes de discussion**

**Session A: Saal A / salle A – 13:45 – 15:15**

---

### **13:45 – 14:00: 1. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: «Psyche stärken» by bowley resources (d)**

Inhalt: Vertiefung der 10 Schritte zur Stärkung der psychischen Gesundheit für verschiedene Settings und Zielgruppen.

**Michèle Bowley**, lic. phil. I, Geschäftsleiterin / Gesundheitspsychologin, bowley resources, Psyche stärken – für mehr Wohlbefinden, Lebensfreude und Leistungsfähigkeit, Aesch BL – [info@psyche-staerken.ch](mailto:info@psyche-staerken.ch); [mbowley@gmx.ch](mailto:mbowley@gmx.ch) – [www.psyche-staerken.ch](http://www.psyche-staerken.ch)

### **14:00 – 14:15: 2. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Positive Psychologie im Arbeitsumfeld – ein Baukasten mit niederschwelligen Aktionen für mehr Wohlbefinden und psychische Gesundheit (d)**

Inhalt: BGM-Verantwortliche verschiedener Organisationen haben mit vereinten Kräften einen Baukasten für positive Interventionen im Betrieb erarbeitet. Die Aktionen sind einfach, sollen die psychische Gesundheit positiv beeinflussen und vor allem auch Spass machen.

**Corinne Baumgartner**, lic. phil. I, Arbeitspsychologin, Geschäftsführende Partnerin, Conaptis GmbH, Beratung, Coaching & Training, Zürich – [corinne.baumgartner@conaptis.ch](mailto:corinne.baumgartner@conaptis.ch) – [www.conaptis.ch](http://www.conaptis.ch)

### **14:15 – 14:30: 3. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: stressnostress.ch – Das online-Tool für Stressabbau und Stressprävention am Arbeitsplatz (d)**

Inhalt: Seit dem 1. Juli 2018 führt die Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen die Geschäftsstelle von stressnostress.ch. Das Angebot von stressnostress.ch wird vorgestellt und Entwicklungen der letzten Monate sowie künftige Entwicklungen werden aufgezeigt.

**Muriel Brinkrolf**, Dr. lic. phil., Vorstandsmitglied des Vereins stressnostress.ch, Geschäftsstelle stressnostress / Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP, Bern – [muriel.brinkrolf@fsp.psychologie.ch](mailto:muriel.brinkrolf@fsp.psychologie.ch) – [www.stressnostress.ch](http://www.stressnostress.ch)

### **14:30 – 14:45: 4. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Psychologische Nothilfe in der Schweiz (d)**

Inhalt: Anhand eines konkreten Beispiels zeigen wir die Tätigkeitsfelder der psychologischen Nothilfe auf. Zusätzlich werden wir aufzeigen, wie die psychologische Nothilfe in der Schweiz aufgestellt ist und welche Player dabei eine wichtige Rolle spielen.

**Katja Iseli**, Dr., Vorstandsmitglied, Kursleitung «psychologische Nothilfe» und Fachpsychologin SBAP in Notfallpsychologie und

**Janine Sutter**, Leitung Geschäftsstelle SBAP, Schweizerischer Berufsverband für Angewandte Psychologie SBAP, Zürich

[katja.iseli@sbap.ch](mailto:katja.iseli@sbap.ch), [janine.sutter@sbap.ch](mailto:janine.sutter@sbap.ch) – [www.sbap.ch](http://www.sbap.ch)

#### **14:45 – 15:00: 5. Kurzpräsentation (d)**

##### **Titel: Projekt «ensa – Erste Hilfe für psychische Gesundheit» (d)**

Inhalt: Die Stiftung Pro Mente Sana lanciert ab 2019 das international anerkannte Programm «Mental Health First Aid» (MHFA) in der Schweiz unter dem Namen «ensa». Es zielt auf die Vermittlung von Grundlagenwissen zu psychischen Erkrankungen und befähigt die Teilnehmenden zu Erste Hilfe-Massnahmen bei akuten psychischen Krisen und sich entwickelnden psychischen Problemen. Das Programm wird vorerst in deutscher Sprache angeboten.

**Norina Schwendener**, Kommunikationsplanerin, Projektleiterin, Teil-Projektleitung «ensa»,  
 Stiftung Pro Mente Sana, Zürich –

[n.schwendener@promentesana.ch](mailto:n.schwendener@promentesana.ch) – [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)

#### **15:00 – 15:15: 6. Kurzpräsentation (d)**

##### **Titel: Sophrologie, in der Romandie gut etabliert, in der Deutschschweiz noch unbekannt (d)**

Inhalt: Ein individuelles Bewusstseinstaining, welches Körper und Geist aktiviert.

Die Sophrologie stärkt die physischen, psychischen und mentalen Fähigkeiten, steigert die Vitalität und entwickelt das Selbstvertrauen.

Wenn es um die psychische Gesundheit des Menschen geht, erzielt die Sophrologie unterstützend oder präventiv eingesetzt verblüffende Ergebnisse.

**Jörg Schneider**, Vorstandsmitglied des Berufsverbands Sophrologie Schweiz /

Associations des Sophrologues Caycédiens Suisse agréés, Lengnau –

[jorgschneider@sofroy.ch](mailto:jorgschneider@sofroy.ch); [www.sophrologiesuisse.ch](http://www.sophrologiesuisse.ch) – [www.sofroy.ch](http://www.sofroy.ch)

---

**Session B: Saal B / salle B, mit Simultanübersetzung / avec traduction simultanée – 13:45 – 15:15**

---

**13:45 – 14:00: 7. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Die Zusammenarbeit der Selbsthilfezentren und psychiatrischen Kliniken im Rahmen unseres Projektes «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen» (d)**

Inhalt: Die Zusammenarbeit zwischen Fachpersonen und Selbsthilfegruppen ist für beide Seiten gewinnbringend. Aufbauend auf Erfahrungen in Deutschland arbeitet Selbsthilfe Schweiz an institutionalisierten Kooperationen zwischen Gesundheitsinstitutionen, Selbsthilfegruppen und Selbsthilfezentren.

<http://www.selbsthilfeschweiz.ch/shch/de/aktuell/news/2018/Kooperation-ipw-Selbsthilfe.html>

**Pascal Pfister**, Mitarbeiter Kommunikation, Selbsthilfe Schweiz / Info-Entraide Suisse /

Auto Aiuto Svizzera, Basel

[p.pfister@selbsthilfeschweiz.ch](mailto:p.pfister@selbsthilfeschweiz.ch) –

[www.selbsthilfeschweiz.ch](http://www.selbsthilfeschweiz.ch); [www.infoentraidesuisse.ch](http://www.infoentraidesuisse.ch); [www.autoaiutosvizzera.ch](http://www.autoaiutosvizzera.ch)

**14:00 – 14:15: 8. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Wir mischen uns ein, denn es ist normal verschieden zu sein. (d)**

Inhalt: Die Hauptaufgabe unseres Vereins besteht in der Organisation und Durchführung von dialogischen Gesprächsseminaren und von dialogischen Aufklärungsprojekten in Schulen, in psychosozialen Institutionen und in der Wirtschaft.

Im Zentrum unseres Wirkens steht die Förderung einer offenen und partnerschaftlichen Begegnungskultur nach der Methodik des dialogischen Ansatzes. Im Dialog haben Krankheitserfahrene, Angehörige, psychiatrische Fachpersonen oder Arbeitgeber die Möglichkeit, ihre Erfahrungen gleichberechtigt auszutauschen und voneinander zu lernen. Die Krankheit aus dem Blickwinkel aller Beteiligten zu betrachten, hilft, diese besser zu verstehen und besser damit umzugehen.

**Heidi Schenker**, Aktuarin Vorstand Verein TASS und Moderatorin/Expertin in eigener Sache im Aufklärungsprojekt in den Schulen, Verein Dialog & AntiStigma Schweiz, Buswil –

[aktuar@dialog-antistigma.ch](mailto:aktuar@dialog-antistigma.ch) – [www.dialog-antistigma.ch](http://www.dialog-antistigma.ch)

**14:15 – 14:30: 9. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Peer und Arbeit – die vielfältigen Arbeitsmöglichkeiten von Peers (d)**

Inhalt: Wir wollen die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten von Peers skizzieren und aufzeigen, welchen «Zusatznutzen» der Peer-Einbezug haben kann. In der Schweiz arbeiten ausgebildete Peers\* bereits in ganz unterschiedlichen Bereichen, wie zum Beispiel als Mitarbeitende in psychosozialen und psychiatrischen Diensten, als Trainer/Dozentin in Aus- und Weiterbildungen, in der Antistigma-Arbeit oder als BetroffenenvertreterInnen in Gremien, im CM oder bei der IV. (\*mit EX-IN Ausbildung)

**Helene Brändli**, Co-Präsidentin Verein EX-IN Bern, Lengnau –

[h.d.braendli@gmail.com](mailto:h.d.braendli@gmail.com) – [www.ex-in-bern.ch](http://www.ex-in-bern.ch)

**14:30 – 14:45: 10<sup>ème</sup> présentation succinctes (f)**

**Titre : Le Plan de Crise Conjoint (PCC) – (f)**

Sujet : Né des mouvements de self-help et d'advocacy, le Plan de Crise Conjoint (PCC) est une forme récente et validée de déclarations anticipées. Encore peu connu et diffusé dans le monde francophone et à notre connaissance en Suisse de façon générale, le PCC s'inscrit dans l'évolution des pratiques professionnelles et favorise le processus de décision partagée et l'empowerment des usagers de la psychiatrie. Suite à une étude exploratoire menée dans le canton de Vaud pour mieux comprendre les obstacles à son intégration dans les pratiques en santé mentale, nous avons développé un projet financé par Promotion Santé Suisse qui vise la promotion et l'implantation efficiente du Plan de Crise Conjoint afin d'améliorer la qualité de vie des usagers et de favoriser la culture du partenariat au sein du réseau socio-sanitaire du canton de Vaud.

**Pascale Ferrari**, maître d'enseignement et **Suter-Sturm Caroline**, paire praticienne en santé mentale, Institut et Haute Ecole de la Santé La Source, ISC Unité de psychiatrie mobile DP-CHUV, Lausanne – [p.ferrari@ecolelasource.ch](mailto:p.ferrari@ecolelasource.ch); [c.suter@ecolelasource.ch](mailto:c.suter@ecolelasource.ch) – [www.ecolelasource.ch](http://www.ecolelasource.ch)

**14:45 – 15:00: 11<sup>ème</sup> présentation succinctes (f)**

**Titre : Les développements de la campagne nationale pour la santé psychique en Suisse latine (f)**

Sujet : Il s'agira de présenter les mesures mises en œuvre pour la 1<sup>ère</sup> vague de la campagne (octobre 2018-mars 2019) et les premiers résultats suite aux actions déployées d'octobre à décembre 2018. Nous présenterons aussi ce qui est envisagé pour la campagne 2019 auprès des jeunes qu'il s'agisse du processus mis en œuvre pour construire la campagne ainsi que les actions développées.

**Alexia Fournier Fall**, PhD, coordinatrice, Commission de Prévention et de Promotion de la Santé du GRSP (CPPS), Lausanne et **Florence Nater**, directrice, Coordination Romande des Associations d'Action pour la Santé Psychique (CORAASP), Sion – [cpps@fondationo2.ch](mailto:cpps@fondationo2.ch); [florence.nater@coraasp.ch](mailto:florence.nater@coraasp.ch) – [www.coraasp.ch](http://www.coraasp.ch)

**15:00 – 15:15: 12. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Neue Partnerschaften: Kampagne «Wie geht's dir?» (d)**

Inhalt: Die Kampagne «Wie geht's dir?» wird seit dem 10. Oktober 2018 neu von der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt und sämtliche Deutschschweizer Kantone sind Träger der Kampagne. Wir stellen das Konzept 2018-2021 (Inhalte; Zielgruppen) und mögliche Formen der Zusammenarbeit vor.

**Marcel Wisler**, PR Berater SAWI, Leiter Kommunikation / Mitglied GL, Stiftung Pro Mente Sana, Zürich – [m.wisler@promentesana.ch](mailto:m.wisler@promentesana.ch) – [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)

## Session C: Saal A / salle A – 16:00 – 17:30

### **16:00 – 16:15: 13. Kurzpräsentation (d)**

#### **Titel: Mind Body Medicine in Therapie und Prävention (d)**

Inhalt: Im Vortrag wird die Mind Body Medicine vorgestellt und eine Verlinkung mit gesundheitspsychologischen Konzepten vorgenommen. Weiter werden praktische Umsetzungsbeispiele dargestellt.

**Claudia Witt**, MBA, Prof. Dr. med., Prodekanin Interprofessionalität, UniversitätsSpital Zürich, Institut für komplementäre und integrative Medizin, Zürich –

[claudia.witt@uzh.ch](mailto:claudia.witt@uzh.ch) – [www.med.uzh.ch/de/UeberdieFakultaet/fakultaetsvorstand/wittclaudia.html](http://www.med.uzh.ch/de/UeberdieFakultaet/fakultaetsvorstand/wittclaudia.html)

### **16:15 – 16:30: 14. Kurzpräsentation (d)**

#### **Titel: Netzwerk Psy4Asyl.**

**Wenn es nötig wird, dass Fachpersonen sich freiwillig engagieren. Erfahrungen aus 3 Jahren freiwilliger Experten-Arbeit für traumatisierte Flüchtlinge. (d)**

Inhalt: Vorstellen des Netzwerks Psy4Asyl, in welchem sich Experten (PsychotherapeutInnen, Seelsorger, PsychiaterInnen, Polarity-Thearapeutinnen usw.) aus dem Gesundheitsbereich für traumatisierte und psychisch belastete Asylsuchende engagieren.

**Milena Goranov-Kriz**, MSc., Psychologin, Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Netzwerk Psy4Asyl, Verband Aargauer Psychologinnen und Psychologen (VAP), Aarau –

[m.goranov@hin.ch](mailto:m.goranov@hin.ch) – [www.vap-psychologie.ch](http://www.vap-psychologie.ch)

### **16:30 – 16:45: 15. Kurzpräsentation (d)**

#### **Titel: Gemeinsam für eine Gesundheit aller (d)**

Inhalt: Die Gesundheitsregion als Modell für Kooperation statt Konkurrenz

- besonders die neue Organisationsform «evolutionär-integral» und
- speziell über die Netzwerkgründung NPG «xunds-grauholz»

**Michael Deppeler**, Dr. med., Co-Geschäftsleitung, Verein «xunds-grauholz», Zollikofen und

**Regine Fankhauser**, Dr. sc. nat., Co-Geschäftsleitung, Verein «xunds-grauholz», Zollikofen –

[m.deppeler@hin.ch](mailto:m.deppeler@hin.ch); [fankhauser@johtin.ch](mailto:fankhauser@johtin.ch) – [www.xunds-grauholz.ch](http://www.xunds-grauholz.ch)

### **16:45 – 17:00: 16. Kurzpräsentation (d)**

#### **Titel: «Trag Sorge zu dir!» ein Animationsfilm zur Förderung der psychischen Gesundheit (d)**

Inhalt: Der Film orientiert sich an den 10 Schritten für psychische Gesundheit und ist in acht Sprachen verfügbar. Die 10 Schritte werden anhand alltäglicher Situationen dargestellt, so dass sie für Menschen in allen Lebenslagen verständlich und auch umsetzbar sind. Es wird aufgezeigt, wie Fachpersonen den Film in der Arbeit mit Menschen in belastenden Lebenssituationen zur Förderung der psychischen Gesundheit nutzen können.

**Cornelia Meierhans**, Fachmitarbeiterin Prävention, Psychologin MSc, Berner Gesundheit / Santé bernoise, Bern –

[cornelia.meierhans@beges.ch](mailto:cornelia.meierhans@beges.ch) – [www.bernergesundheit.ch](http://www.bernergesundheit.ch) – [www.santebernoise.ch](http://www.santebernoise.ch)

**17:00 – 17:15: 17. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: MigrantInnen leben gesund im Alter (d)**

Inhalt: Das Projekt verfolgt das Ziel, die Gesundheitskompetenz von MigrantInnen 65+ im Bereich der psychischen Gesundheit zu stärken und sie sowie ihre Angehörigen mit den bestehenden Entlastungs- und Unterstützungsangeboten vertraut zu machen. Zudem werden insbesondere Suchtbelastungen anvisiert und als Folge von psychosozialen Problemlagen gezielt entstigmatisiert.

Link:<http://www.public-health-services.ch/index-de.php?frameset=4&page=418>

**Corina Salis Gross**, Dr. phil., Bereichsleiterin «Diversität und Chancengleichheit», PHS Public Health Services, Bern –

[salisgross@public-health-services.ch](mailto:salisgross@public-health-services.ch) – [www.public-health-services.ch](http://www.public-health-services.ch)

**17:15 – 17:30: 18. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Gewaltfreie Kommunikation (GFK) – 4 Schritte zu mehr Gesundheit (d)**

Inhalt: GFK ist weit mehr als ein Kommunikationsmodell. Es fördert insbesondere einen achtsamen und wertschätzenden Umgang mit sich selbst. Erfahren Sie anhand eines praktischen Beispiels, wie Haltung und Werkzeug der GFK den Einzelnen darin unterstützt, einen einfühlsamen Kontakt zu sich herzustellen, aus diesem Kontakt heraus neue Handlungsspielräume zu entwickeln und dadurch gut für sich zu sorgen. Im Weiteren hilft dieser Ansatz, Verbindung zum Gegenüber aufzubauen, auf eine heilende und nährenden Art und Weise. Ein einfacher und praktischer Weg zu mehr Gesundheit.

**Manuela Petzold**, 2. Vorstandsvorsitzende, Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e. V. (GFK), Berlin –

[manuela.petzold@fachverband-gfk.org](mailto:manuela.petzold@fachverband-gfk.org) – [www.fachverband-gfk.org](http://www.fachverband-gfk.org)



**Session D: Saal B / salle B, mit Simultanübersetzung / avec traduction simultanée – 16:00 – 17:30**

**16:00 – 16:15: 19. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: GESCHWISTERKINDER – Geschwister von Kindern mit einer Behinderung oder Krankheit (d)**

Inhalt: Eine schwere Krankheit oder Behinderung eines Kindes versetzt Familien in einen Ausnahmezustand. Die Belastung für alle ist gross, auch für die Geschwisterkinder. Das Projekt rückt diese Kinder ins Zentrum und zeigt Chancen und Risiken für deren Entwicklung auf.

Gerne stellen wir Ihnen den Dokumentarfilm, die Informationsbroschüre und die Webseite vor. Alle Kommunikationsmittel werden allen Interessierten kostenlos zur Verfügung gestellt. GESCHWISTERKINDER ist ein Sensibilisierungsprojekt mit dem Ziel, die psychische Gesundheit und die gesunde Entwicklung dieser Kinder zu fördern.

**Alexa Meyer**, Co-Geschäftsleiterin und **Romana Lanfranconi**, Co-Geschäftsleiterin,  
 Familien- und Frauengesundheit FFG-Videoproduktion, Luzern –  
[alexa.meyer@ffg-video.ch](mailto:alexa.meyer@ffg-video.ch); [romana.lanfranconi@ffg-video.ch](mailto:romana.lanfranconi@ffg-video.ch) – [www.ffg-video.ch](http://www.ffg-video.ch)

**16:15 – 16:30: 20. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Auszeit für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in der Ferienzeit oder an Wochenenden (d)**

Inhalt: Vorstellung des Projektes «Haus konkret» in Weggis/LU. Der Verein «Haus konkret» bietet Kindern und jungen Menschen, welche sich in einer herausfordernden Lebenssituation befinden, ein Persönlichkeitstraining in der Ferien- bzw. Freizeit an. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte und die Stärkung der eigenen Ressourcen stehen dabei im Vordergrund.

**Sandra Marisa Tommasini** und **Susanne Vonarburg**, Fachliche Co-Leitung,  
 Verein «Haus konkret», Prävention im Bereich Psychische Gesundheit für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, Weggis –  
[tommasini@haus.konkreet.ch](mailto:tommasini@haus.konkreet.ch); [vonarburg@haus.konkreet.ch](mailto:vonarburg@haus.konkreet.ch) – [www.haus.konkreet.ch](http://www.haus.konkreet.ch)

**16:30 – 16:45 : 21<sup>ème</sup> présentation succinctes (f)**

**Titre : Présentation du projet Zigzag : Soutenir les enfants et familles qui vivent des hauts et des bas en lien avec la fragilité psychique ou l'addiction d'un parent (f)**

Sujet : Depuis 2016, As'trame propose des groupes de soutien pour les enfants, avec un parcours en 5 séances autour de la création d'un arbre symbolique. C'est aussi l'occasion, avant et après le groupe, d'accompagner la famille et le réseau proche pour trouver des mots (ou des images) qui permettent de nommer cette difficulté et d'en parler avec les enfants.

**Anne de Montmollin**, Directrice et **Amélie Giafferi**, Psychologue est responsable du projet Zigzag,  
 Fondation As'trame, Lausanne, Carouge et Sion –  
[a.demontmollin@astrame.ch](mailto:a.demontmollin@astrame.ch); [a.giafferi@astrame.ch](mailto:a.giafferi@astrame.ch) – [www.astrame.ch](http://www.astrame.ch) – [www.astrame4you.ch](http://www.astrame4you.ch)



**16:45 – 17:00 : 22<sup>ème</sup> présentation succinctes (f)**

**Titre : Orientation sexuelle et santé psychique : Comment augmenter les compétences psychosociales des hommes gays afin de réduire la conjonction observée entre souffrance psychique et conduites à risques (f)**

Sujet : La santé des hommes gays et plus largement, la santé des populations LGBT (Lesbienne, Gay, Bisexuel et Trans\*) est reconnue comme une priorité de santé publique. À la suite de l'apparition des trithérapies (ARV), nous assistons à un changement de paradigme dans le domaine de la santé de la communauté LGBT. Largement approchée dans une perspective de santé sexuelle, aujourd'hui c'est la santé mentale de cette communauté qui préoccupe.

**Abdurahman Mah**, Chargé de projet en santé communautaire, DIALOGAI – Association homosexuelle, Antenne de l'Aide suisse contre le sida, Membre de la Fédération genevoise des associations LGBT, Genève –

[abdurahman@dialogai.org](mailto:abdurahman@dialogai.org) –

[www.dialogai.org](http://www.dialogai.org) – [www.blues-out.ch](http://www.blues-out.ch) – [www.checkpoint-ge.ch](http://www.checkpoint-ge.ch) – [www.santegaie.ch](http://www.santegaie.ch)

**17:00 – 17:15 : 23<sup>ème</sup> Présentation succinctes (f)**

**Titre: « minds, promotion de la santé mentale » (f)**

Sujet : Minds est une association fondée en 2018 à Genève qui a pour objectif la promotion de la santé mentale. La vision de minds est celle d'un monde où chaque personne jouit de la meilleure santé mentale possible. Notre mission est de faire en sorte que chacun-e puisse préserver, entretenir et cultiver sa propre santé mentale. Et de s'assurer qu'un maximum de possibilités de prévention existent et se développent.

**Anne-Marie Trabichet**, minds, Genève

[anne-marie.trabichet@minds-ge.ch](mailto:anne-marie.trabichet@minds-ge.ch) – [www.minds-ge.ch](http://www.minds-ge.ch)

**17:15 – 17:30: 24. Kurzpräsentation (d)**

**Titel: Frühzeitige präventive Gesundheitsförderung mit nachgewiesener Wirksamkeit am Praxisbeispiel PAT – Mit Eltern Lernen in der Schweiz (d)**

Inhalt:

- kurze Programmvorstellung (Zielgruppe, Programmelemente, Verortung, Reichweite in der Schweiz)
- die nachgewiesene Wirksamkeit von PAT – Mit Eltern Lernen wird anhand folgender Kriterien aufgezeigt:
  1. Flexibilisierungs- und Individualisierungsmöglichkeit (passgenau am individuellen Bedarf der jeweiligen Familie, inhaltlich und in der Intensität)
  2. Frühzeitiger Programmbeginn (ab Schwangerschaft, bzw. nach der Geburt)
  3. Intensität und Kontinuität der Durchführung (mehrere Kontakte pro Monat über mehrere Jahre)
  4. Multikomponentenansatz: Home-based und Center-based (niederschwellig, an das häusliche Umfeld angepasst, sowie vernetzend mit den Angeboten vor Ort)
  5. Qualifikation des Personals (gut qualifiziertes Fachpersonal)

**Carmen Drinkmann**, Programmleitung, PAT – Mit Eltern Lernen gGmbH, Nürnberg und

**Barbara Steinegger**, Stv. Geschäftsführung, zeppelin – familien startklar gmbh, Zürich –

[carmen.drinkmann@pat-mitelternlernen.org](mailto:carmen.drinkmann@pat-mitelternlernen.org), [barbara.steinegger@zeppelin-familien.ch](mailto:barbara.steinegger@zeppelin-familien.ch)  
[www.pat-mitelternlernen.org](http://www.pat-mitelternlernen.org) – [www.zeppelin-familien.ch](http://www.zeppelin-familien.ch)

**4. Mitgliederanlass 2019 des Netzwerks Psychische Gesundheit Schweiz NPG  
 Donnerstag, 24. Januar 2019 in Bern /  
 4<sup>ème</sup> manifestation 2019 des membres du Réseau Santé Psychique Suisse RSP  
 Jeudi 24 janvier 2019 à Berne**

**Kleine Info-Stände (Tische) / Petits stands d'information (tables)  
 im Foyer und im Saal A + B / dans le foyer et salles A + B**

- Agentur Psy Promotion – [www.psy-promotion.ch](http://www.psy-promotion.ch)
- Atemfachverband Schweiz, AFS – [www.atem-schweiz.ch](http://www.atem-schweiz.ch)
- bowley resources – Psyche stärken by bowley resources / Psyche stärken – für mehr Wohlbefinden, Lebensfreude und Leistungsfähigkeit – [www.psyche-staerken.ch](http://www.psyche-staerken.ch)
- EQUILIBRIUM – Verein zur Bewältigung von Depressionen – [www.depressionen.ch](http://www.depressionen.ch)
- Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e. V. – [www.fachverband-gfk.org](http://www.fachverband-gfk.org)
- Femmes-Tische Schweiz – [www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch)
- Fondation As'trame – [www.astrame.ch](http://www.astrame.ch) / [www.astrame4you.ch](http://www.astrame4you.ch)
- iks Institut Kinderseele Schweiz, Schweizerische Stiftung zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen – [www.iks-ies.ch](http://www.iks-ies.ch)
- Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Obsan) – [www.obsan.ch](http://www.obsan.ch)
- Selbsthilfe Schweiz / Info-Entraide Suisse / Auto Aiuto Svizzera – [www.selbsthilfeschweiz.ch](http://www.selbsthilfeschweiz.ch) / [www.infoentraidesuisse.ch](http://www.infoentraidesuisse.ch) / [www.autoaiutosvizzera.ch](http://www.autoaiutosvizzera.ch)
- STEP Schweiz – das Systematische Training für Eltern und Pädagogen – [www.instep-online.ch](http://www.instep-online.ch)
- Stiftung Pro Mente Sana – [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)
- Verein EX-IN Bern – [www.ex-in-bern.ch](http://www.ex-in-bern.ch)
- Verein GLEICH UND ANDERS Schweiz – [www.gleichundanders.ch](http://www.gleichundanders.ch)
- Verein «Haus konkret», Prävention im Bereich Psychische Gesundheit für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene – [www.haus.konkreet.ch](http://www.haus.konkreet.ch)
- Verein Postnatale Depression Schweiz – [www.postnatale-depression.ch](http://www.postnatale-depression.ch)
- Verein stressnostress.ch – [www.stressnostress.ch](http://www.stressnostress.ch)
- Verein Trialog & AntiStigma Schweiz – [www.trialog-antistigma.ch](http://www.trialog-antistigma.ch)
- Verein upway – [www.vereinupway.ch](http://www.vereinupway.ch)
- zeppelin – familien startklar gmbh – [www.zeppelin-familien.ch](http://www.zeppelin-familien.ch)  
*gemeinsam mit*  
 PAT – Mit Eltern Lernen gmbH – [www.pat-mitelternlernen.org](http://www.pat-mitelternlernen.org)
- **Gemeinschaftstisch / table pour tous – table commune**
  - familylab.ch – Family Management GmbH – [www.familylab.ch](http://www.familylab.ch)
  - GENESUNGSBEGLEITUNG PEtER naef – [www.genesungsbegleitung.ch](http://www.genesungsbegleitung.ch)
  - Kinderschutz Schweiz / Protection de l'enfance Suisse /Protezione dell'infanzia Svizzera – [www.kinderschutz.ch](http://www.kinderschutz.ch)
  - Kybisview GmbH – [www.kybisview.ch](http://www.kybisview.ch) – [www.achtsamkeit.swiss](http://www.achtsamkeit.swiss)