

Detail-Programm / programme détaillé

7. NPG-Mitgliederanlass 2022 und Jubiläum 10+1 Jahre des Netzwerks Psychische Gesundheit Schweiz NPG

Donnerstag, 30. Juni 2022, von 13:30 bis 17:30 Uhr

(Anschliessend Jubiläumsfeier: 17:30 bis 19:00 Uhr: Apéro und ab 19:00 bis 23:00 Uhr: Buffet und Musik)

Tagungsort / Wegbeschreibung:

Stiftung PROGR – Zentrum für Kulturproduktion, Waisenhausplatz 30, 3011 Bern

<https://www.progr.ch/de/kontakt/>

7^{ème} manifestation 2022 des membres RSP et fête d'anniversaire 10+1 ans du Réseau Santé Psychique Suisse RSP

Jeudi le 30 juin 2022, de 13h30 à 17h30

(Ensuite la fête d'anniversaire : 17h30 à 19h00 : Apéritif et 19h00 à 23h00 : buffet et musique)

Lieu du forum / Itinéraire

Fondation PROGR, Zentrum für Kulturproduktion, Waisenhausplatz 30, 3011 Berne

<https://www.progr.ch/de/kontakt/>

PROGRAMM / PROGRAMME

Programmübersicht / Aperçu du programme

- | | |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ab/dès 12:15 | Einrichten der kleinen Info-Stände: in der Aula /
Installation des petits stands d'information : dans l'Aula |
| ab/dès 13:00 | Empfang und Registrierung der NPG-Mitglieder:
beim Eingang zur Aula /
Accueil et inscription des membres RSP :
à l'entrée de l'Aula

Besuch der Info-Stände / Visite des stands d'information |
| 13:30 | Begrüssung und Einführung: in der Aula /
Mot de bienvenue et introduction : dans l'Aula |
| 13:30 – 15:15 | Präsentationen Sessions A + B parallel (Details siehe ab Seite 4) /
Présentations sessions A + B en parallèle (détails voir p. 4 et ss.)
Session A: Aula / dans l'Aula
Session B: Kleine Bühne, mit Simultanübersetzung /
«Kleine Bühne», avec traduction simultanée |

- 15:15 – 15:45** **Kaffeepause / Pause-café –
 Besuch der Info-Stände: in der Aula
 Visite des stands d’information : dans l’Aula**
- 15:45 – 17:30** **Präsentationen Sessions C + D parallel (Details siehe ab Seite 9) /
 Présentations sessions C + D en parallèle (détails voir p. 9 et ss.)
 Session C: Aula / dans l’Aula
 Session D: Keine Bühne, mit Simultanübersetzung /
 «Kleine Bühne», avec traduction simultanée**
- 17:30** **Ende der Veranstaltung / Fin de la manifestation**

Simultanübersetzung / Traduction simultanée :

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

<p>AULA</p> <p>Session A: 13:30-15 :15 13:30: RADIX 13:45: Institut Kinderseele Schweiz (iks) 14:00: akj 14:15: MUNTERwegs 14:30: ZHAW 14:45: Erzählcafé 15:00: SEXUELLE GESUNDHEIT SCHWEIZ (fällt aus)</p> <p>Pause : 15:15 – 15:45</p> <p>AULA</p> <p>Session C: 15:45-17:15 15:45: Sophrologie Schweiz 16:00: Knowledge & Nursing 16:15: «feel and sense» 16:30: Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES 16:45: Procap Sport, Procap Reisen & Sport 17:00: Flügelschwung</p>	<p>KLEINE BÜHNE, mit Simultanübersetzung / avec traduction simultanée</p> <p>Session B: 13:30 – 15:15 13:30: Selbsthilfe Schweiz 13:45: Netzwerk Gesundheit Schweiz 14:00: EQUILIBRIUM 14:15: Living Museum Schweiz 14:30: IVSK / SVA Graubünden 14:45: Luzerner Psychiatrie 15:00: Upway (fällt aus)</p> <p>Pause: 15:15 – 15:45</p> <p>KLEINE BÜHNE, mit Simultanübersetzung / avec traduction simultanée</p> <p>Session D: 15:45 – 17:30 15:45: Ressourcenpfad: Resilienzaufbau in der Natur, Psychologische Praxis 16:00: minds 16:15: Lassalle-Institut 16:30: Femmes-Tische und Männer-Tische CH 16:45: INSOS 17:00: Mamamundo Schweiz 17:15: V-P-T Verband</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Anschliessend:

Jubiläumsparty 10+1 Jahre Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz NPG

17.30 Uhr: Apéro

19 Uhr: Nachtessen

20 Uhr: Konzert mit [Sam Stauffer](#)

21 Uhr: Party mit [DJ Tom Li](#)

23 Uhr: Ende

Ensuite :

Fête d'anniversaire des 10+1 ans du Réseau Santé Psychique Suisse RSP

17:30 hrs : Apéritif

19 hrs : Souper

20 hrs : concert avec [Sam Stauffer](#)

21 hrs : DJ [Tom Li](#)

23 hrs : Fin de la fête

Detailprogramm / Programme détaillé

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**

13:30 – 15:15: Session A ohne Simultanübersetzung / sans traduction simultanée

13:30 – 13:45: 1. Kurzpräsentation (d)

Titel: Vorstellen des Projekts «#standup – Initiative gegen Mobbing» (d)

Inhalt: Mobbinganzeichen schnell erkennen, anonym melden und umsichtig und klar handeln, ist das Ziel von #standup. Das Projekt richtet sich an die Gesamtschule. Eine Arbeitsgruppe, bestehend aus Schulleitung, Lehrpersonen und Schulsozialarbeit, erarbeiten Massnahmen auf Ebene Unterricht, Personal und Organisation und führt die Meldeplattform von 147 ein. Dabei werden die Massnahmen im Bereich Gesundheitsförderung und -prävention sowie Früherkennung und Frühintervention definiert.

In der Pilotumsetzung haben 34 Schulen teilgenommen. Ab sofort können sich Schulen für Schulbegleitungen mit Start im Frühling oder Herbst 2023 anmelden.

Weitere Informationen finden Sie unter www.radix.ch/initiativegegenmobbing.

Simone Walker, MSc, Fachexpertin, RADIX - Schweizerische Gesundheitsstiftung, Luzern
walker@radix.ch –

www.radix.ch; www.purzelbaum.ch; www.mindmatters.ch

13:45 – 14:00: 2. Kurzpräsentation (d)

Titel: Wenn Eltern suizidal sind – edukative Kurzfilme für Jugendliche (d)

Inhalt: Die Eltern von Lucia haben beide schon den Gedanken geäussert, nicht mehr leben zu wollen. Der Papa von Meret hat einen Suizidversuch unternommen und Gottseidank überlebt. Und die Mama von Vinzent ist von der Brücke gesprungen. Drei Schicksale von Jugendlichen, die in unserem Versorgungssystem bis anhin fast ganz vergessen gingen. Lucia, Meret und Vinzent brauchen Erklärungen und die Info, wohin sie sich wenden können, wenn sie das Erlebte stark belastet. Die neuen edukativen Kurzfilme von Kinderseele Schweiz füllen diese Lücke.

Alessandra Weber, Geschäftsleiterin, Institut Kinderseele Schweiz (iks) – Schweizerische Stiftung zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, Winterthur

alessandra.weber@kinderseele.ch – www.kinderseele.ch

14:00 – 14:15: 3. Kurzpräsentation (d)

Titel: Vorstellen des Fachverbands aki Adipositas im Kinder- und Jugendalter und seiner Programme (d)

Inhalt: akj – der Fachverband Adipositas im Kinder- und Jugendalter setzt sich für die Unterstützung von Kindern und Jugendlichen mit Adipositas ein. Wir haben verschiedene interdisziplinäre Programme, welche wir gerne vorstellen möchten. Die Programme benötigen die Mitwirkung von Fachpersonen aus dem medizinischen, psychologischen, physiotherapeutischen und Ernährungsbereich. Unsere Erfahrungen zeigen, dass in den Programmen oft die psychologische Unterstützung fehlt. Wir möchten den Fachpersonen aus der Psychologie die wichtige Arbeit mit adipösen Kindern und Jugendlichen und ihren Familien bekannt machen. Dabei würde uns auch sehr interessieren, welche Barrieren es auf psychologischer Seite gibt, welche PsychologInnen und PsychiaterInnen hindern, sich mit dieser Problematik zu beschäftigen.

Jeannette Curcio, Physiotherapeutin MAS PPT, COPCA® Coach, Kinderpraxis Uster; Vorstandsmitglied von akj (Fachverband Adipositas im Kinder- und Jugendalter, Aarau) und zuständig für den Bereich der Bewegung

curcio@physiopaed-hin.ch – www.akj-ch.ch

14:15 – 14:30: 4. Kurzpräsentation (d)

Titel: Zusammen MUNTERwegs?! Lebenswege im Mentoring begleiten (d)

Inhalt: Welche Rahmenbedingungen braucht es, damit beide oder alle teilnehmenden Personen (Mentor/-in und Mentee) in ihrer persönlichen Weiterentwicklung unterstützt werden. Erfahrungen eines Mentoringprogramms, das unterschiedliche Kulturen und Generationen verbindet. Der Verein MUNTERwegs organisiert seit über 10 Jahren ein Mentoringprogramm für Freiwillige und Kinder. Klein und Gross unterschiedlicher Kulturen teilen hier das Geschenk des Lebens: Zeit und Erfahrung.

Miriam Hess, Vereinspräsidentin, Standortleitung Zug, Rontal und Jugendprogramm *gemeinsam mit Irma Draeger*, Vorstandsmitglied, Finanzcontrolling, Verein MUNTERwegs, Menzingen

irma.draeger@munterwegs.eu, miriam.hess@munterwegs.eu – www.munterwegs.eu

14:30 – 14:45: 5. Kurzpräsentation (d)

Titel: Take Care in der Schule – Förderung der psychischen Gesundheit (d)

Inhalt: Wie kann die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im Kontext der Schule gefördert werden? Im Projekt "Take Care in der Schule" werden Informations- und Unterrichtsmaterialien sowie konkret ausgearbeitete Unterrichtseinheiten entwickelt, um Kinder, Jugendliche und Fachpersonen im Schulkontext für das Thema psychische Gesundheit zu sensibilisieren.

Simone Rössler, Wissenschaftliche Assistentin, Fachgruppe Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie, Departement Angewandte Psychologie, Psychologisches Institut, ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Zürich

simone.roessler@zhaw.ch; roen@zhaw.ch – www.zhaw.ch/de/psychologie/

Projekt erarbeitet von

Agnes von Wyl, Prof. Dr., Leitung Fachgruppe Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie, ZHAW Angewandte Psychologie, Zürich

agnes.vonwyl@zhaw.ch – www.zhaw.ch/de/psychologie/

gemeinsam mit

Frank Wieber, Prof. Dr., Stellv. Leiter Forschung Institut für Gesundheitswissenschaften, PD Universität Konstanz, ZHAW
 Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Gesundheit, Winterthur

frank.wieber@zhaw.ch – www.zhaw.ch/gesundheit/gesundheitswissenschaften

14:45 – 15:00 - 6. Kurzpräsentation (d)

Titel: Lebensgeschichten, die verbinden: Psychische Gesundheit durch Erzählen in der Gruppe (d)

Inhalt: Ich stelle das Format Erzählcafé vor und gebe Einblicke in erste Ergebnisse der externen Evaluation durch Gesundheitsförderung Schweiz in Bezug auf die Stärkung der psychischen Gesundheit älterer Menschen.

Rhea Braunwalder, Projektgestalterin Netzwerk Erzählcafé Schweiz, Institut für Altersforschung OST, St. Gallen

rhea.braunwalder@netzwerk-erzaehlcafe.ch; info@netzwerk-erzaehlcafe.ch –

www.netzwerk-erzaehlcafe.ch

15:00 – 15:15: 7. Kurzpräsentation (d) – (FÄLLT AUS!)

Titel: Projekt Sexualaufklärung in der Schule in der Schweiz (d)

Inhalt: Mit dem Beitrag, inwieweit ganzheitliche Sexualaufklärung zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen beiträgt und wo auch noch das Potential liegt – gerade in der Biologiestunde.

Barbara Berger, Geschäftsleiterin, SEXUELLE GESUNDHEIT SCHWEIZ (SGCH), Bern

barbara.berger@sexuelle-gesundheit.ch – www.sexuelle-gesundheit.ch

13:30 – 15:15: Session B mit Simultanübersetzung / avec traduction simultanée

13:30 – 13:45: 8. Kurzpräsentation (d)

Titel: Gesundheitskompetenz durch selbsthilfefreundliche Spitäler sowie Kurzinfo zum «Moderationsset» Selbsthilfe Schweiz mit Femmes-Tische und Männer-Tische Schweiz (d)

Inhalt: In diesem Projekt arbeiten Spitäler bzw. Kliniken und regionale Selbsthilfezentren gemeinsam mit Patienten, Patientinnen und ihre Angehörigen darauf hin, dass möglichst viele Betroffene von der unterstützenden Wirkung von Selbsthilfegruppen erfahren und diese für ihr Selbstmanagement nutzen können. Das Programm wird in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz (PGV) von 2021- 2024 schweizweit ausgerollt.

Zusätzliche Kurzinfo zum Thema «Moderationsset» von Selbsthilfe Schweiz mit Femmes-Tische und Männer-Tische Schweiz.

Lukas Zemp, Geschäftsführer, Selbsthilfe Schweiz, Basel

l.zemp@selbsthilfeschweiz.ch –

www.selbsthilfeschweiz.ch; www.infoentraidesuisse.ch; www.autoaiutosvizzera.ch

13:45 - 14:00: 9. Kurzpräsentation (d)

Titel: Projekt INGA – ein Zwischenbericht: der Nutzen von Peer-Begleitungen im Setting der Spitex, in Hausarzt- und Therapiepraxen (d)

Inhalt: Im 2021 starteten wir unsere Pilotprojekte, evaluiert von der Berner Fachhochschule, zum User-Involvement in der Spitex oberes Worblental, AareBielersee und Region Bern Nord (ReBeNo). Innert Kürze spürte das Psychiatrie-Fachpersonal eine qualitative Entlastung und eine neue Ressource zur Optimierung der Behandlungspflege. Die Mitarbeiterzufriedenheit, so wurde berichtet, stieg an, sodass sich zukünftige Personalfuktuation und damit zusammenhängende Kosten reduzieren lassen. Nicht nur für das Fachpersonal, sondern vor allem für das Spitex-Klientel stellt die Peer-Begleitung eine willkommene Bereicherung dar, wie aus einer Kundenumfrage hervorging – dazu kommt, dass die Peers selber eine neue Perspektive und Integration in den ersten Arbeitsmarkt erfahren. Möchten Sie mehr darüber erfahren?

Roger Altmann, Geschäftsführer, Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH (ensa Partner der Schweizerischen Stiftung Pro Mente Sana), Förderung psychischer Gesundheit durch Peers und Prävention (Dienstleistungslösungen, Beratung und Begleitung für Profioorganisationen und Fachpersonal), Bern

roger.altmann@ngch.ch – www.netzwerkgesundheit.ch

14:00 – 14:15: 10. Kurzpräsentation (d)

Titel: EQUILIBRIUM – Selbsthilfe braucht es! (d)

Inhalt: Wir präsentieren unsere Vereinstätigkeiten 2022.

Alina Juanita Kunz, Vorstandsmitglied & SHG Koordinatorin *gemeinsam mit*

Stefano Gerber, Vorstandsmitglied, EQUILIBRIUM – Verein zur Bewältigung von Depressionen, Zug

info@depressionen.ch – www.depressionen.ch

14:15 – 14:30: 11. Kurzpräsentation (d)

Titel: Präsentation des Vereins Living Museum Schweiz (d)

Inhalt: Der Aufbau von Orten der Wärme für von psychischer Erkrankung betroffene Menschen in der Schweiz ist das Ziel des Living Museum Vereins.

Ihr hohes künstlerisches Potential wird im Living Museum in verschiedensten Medien umgesetzt und in Ausstellungen der Öffentlichkeit gezeigt. Die Living Museum Philosophie wird als vierte Revolution in der Geschichte der Psychiatrie bezeichnet, da der Inklusionsgedanke umgedreht wird: die Gesellschaft soll sich im Living Museum inkludieren und in Berührung mit den authentischen, begabten Persönlichkeiten kommen und auf diese Weise sollen Stigmatisierungen abgebaut werden.

Rose Ehemann, Dr. paed., Präsidentin, Verein Living Museum Schweiz, Wil

rose.ehemann@living-museum.com - <https://www.psgn.ch/therapien/kunsttherapien/ateliers-living-museum-wil.html>

14:30 – 14:45: 12. Kurzpräsentation (d)

Titel: Peearbeit in der IV – Wie IV-Stellen die Expertise aus Erfahrung in der beruflichen Eingliederung nutzen können (d)

Inhalt: Elemente des Recovery-Ansatzes wie beispielsweise Selbstbestimmung und Übertragung von Verantwortung, Wahl- und Stärkenorientierung, personenzentriertes und systemisches Denken, soziale Integration sowie der Aufbau von vertrauensvollen Beziehungen auf Augenhöhe und die Entwicklung von Hoffnung und Perspektiven sind auch zentrale Erfolgsfaktoren für die berufliche Eingliederungsarbeit der IV. Daher hat die IV-Stelle Graubünden 2017 ein Recovery-Projekt gestartet. Kern dieses Projektes war und ist der Einsatz von Peers, die das psychiatrische Know-How der IV-Stelle mit ihrer Expertise aus Erfahrung bereichern.

Thomas Pfiffner, Vorstandsmitglied der IVSK (IV-Stellen-Konferenz) und zuständig für das Ressort Integration, Leiter IV-Stelle, SVA Graubünden, Chur

thomas.pfiffner@sva.gr.ch – www.ivsk.ch; www.sva.gr.ch

14:45 – 15:00: 13. Kurzpräsentation (d)

Titel: SERO – Suizidprävention Einheitlich Regional Organisiert (d)

Inhalt: SERO ist ein Projekt der Luzerner Psychiatrie in Zusammenarbeit mit der Gesundheitsförderung Schweiz und weiteren Träger- und Partnerorganisationen. Mit vier zentralen Massnahmen sollen Suizide und Suizidversuche sowie die damit zusammenhängende Inanspruchnahme von Gesundheitsdienstleistungen im Versorgungsgebiet der Luzerner Psychiatrie reduziert werden.

Michael Durrer, Pflegeexperte APN und Projektleiter SERO, Luzerner Psychiatrie, St. Urban

michael.durrer@lups.ch – www.lups.ch

15:00 – 15:15: 14. Kurzpräsentation (d) – (FÄLLT AUS!)

Titel: Der Verein Upway lanciert eine App zur Hilfe bei Depressionen (d)

Inhalt: Der Verein Upway entwickelt und betreut eine App-Applikation für Menschen im Umgang mit Depressionen. Das App-Konzept sieht vor, dass alle Beteiligten im Umfeld von Betroffenen in das Projekt mit eingebunden werden. Anonym kann man sich in Gruppen-Chats unterhalten, nach Hilfe und Aktivitäten suchen oder solche anbieten, sich über das Krankheitsbild und Therapiemöglichkeiten informieren, Erfahrungsberichte veröffentlichen sowie Kontakt zu professioneller Hilfe und Orte der Erholung oder körperlichen Ertüchtigung finden. Das Projekt ist in der Startphase und wird im 2022 umgesetzt.

Werner Klecka, App-Initiator, Präsident Verein Upway, Vinelz
werner.klecka@vereinupway.ch; info@vereinupway.ch – www.vereinupway.ch

15:45 – 17:30: Session C ohne Simultanübersetzung / sans traduction simultanée

15:45 – 16:00: 15. Kurzpräsentation (d)

Titel: «Sophrologie & Psychische Gesundheit», 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, ASCA und EMR akkreditiert, sofroy, Praxis für Sophrologie (nach der Caycedo Methode), Lengnau –
jorgschneider@bluewin.ch; jorgschneider@sofroy.ch – www.sofroy.ch; www.sophrologiesuisse.ch

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

Titel: Buch-Vorstellung «Ist dann Niemand hier der Chef?» (d)

Aus dem Inhalt: Ohne Chef lässt es sich besser leben! siehe unten. Bekannte und altherwürdige Führungs- und Organisationsmerkmale werden den heutigen verändernden Bedürfnissen und Anforderungen der Gesellschaft und vieler Menschen nicht mehr gerecht. Die jüngere Generation will sich immer weniger einem Führungssystem unterordnen und sich an Status und materialistische Sicherheiten binden. Stattdessen sucht sie nach Möglichkeiten, wie sie sinnvolle Beiträge für das Weiterkommen der Gesellschaft leisten kann. So finden immer mehr kleine und grosse Organisationen neue Wege und Möglichkeiten, sich strukturell und kulturell für das neue Organisieren der Zusammenarbeit einzurichten. Dieses Buch beschreibt ein unübliches und erfolgreiches Projekt, wo kein Chef es fürs sagen hat. Stattdessen führt die Organisation sich selber und folgt seinem eigenen Ursprungsimpuls. An Hand von Praxisbeispielen wird beschrieben, wie eine selbststeuernde Organisation erfolgreich eingerichtet werden kann.

Gert Nijland, Knowledge & Nursing, Marthalen
gertnijland@bluewin.ch – www.knowledge-nursing.com

16:15 – 16:30: 17. Kurzpräsentation (d)

Titel: Vorstellen des Projekts «feel and sense» (d)

Inhalt: Mit «feel and sense» trage ich als Expertin aus eigener Erfahrung und Erleben mit meinem Angebot zur Selbstverantwortung und Selbstfürsorge bei.
 Die Begleitung meines Angebots zeichnet sich durch Authentizität und Empathie aus.

Maria von Allmen, dipl. systemischer Coach/Yoga- und Meditationslehrerin/Traumaisensibles Yoga und Traumayogatherapeutin/unabhängige Beraterin für Essentials doTERRA

Produkte/Pflegefachfrau, Rheinau

maria_vonallmen@bluewin.ch – www.mariavonallmen.ch

16:30 – 16:45: 18. Kurzpräsentation (d)

Titel: Essstörungen – erkennen, handeln und unterstützen (d)

Inhalt: Unsere niederschwellige Beratungsstelle ist für alle Interessierten am Thema Essstörungen offen. Wir beraten Betroffene, Angehörige, Lehrpersonen, Arbeitgeber und Fachpersonen. Vor Ort, per Mail, Telefon oder Video. Oft sind wir erste Anlaufstelle und unterstützen, die nächsten Schritte zu planen und anzugehen.

Sarah Stidwill, BSc ZFH Angewandte Psychologie, BSc ZHAW Ernährungsberaterin SVDE, Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES, Zürich

beratung@aes.ch – www.aes.ch

16:45 – 17:00: 19. Kurzpräsentation (d)

Titel: 11 Impulse für Menschen mit Handicap (d)

Inhalt: Gesund zu sein, körperlich und seelisch, ist keine Selbstverständlichkeit, auch für Menschen mit Handicap nicht. Procap hat die 11 Impulse für psychische Gesundheit auf die verschiedenen Bedürfnisse von Menschen mit Handicap angepasst, damit die Zielgruppe Zugang zu den Inhalten erhält und entsprechend etwas für ihre psychische Gesundheit tun kann. Ein grosses Anliegen besteht darin, dass andere Mitglieder des NPG von der angepassten Version profitieren und diese übernehmen können, damit Menschen mit Handicap überall den Zugang zur Kampagne erhalten.

Sandra Brantschen, Projektleiterin Procap bewegt / Procap Sport, Procap Reisen & Sport, Olten

sandra.brantschen@procap.ch – www.procap-bewegt.ch; www.procap-sport.ch

17:00 – 17:15: 20. Kurzpräsentation (d)

Titel: Wie werden Betroffene zu Beteiligten? Die psychische Gesundheit durch partizipative Filmprojekte fördern (d)

Inhalt: Film ist das aussagekräftigste Medium, um Einsicht in Lebenswelten zu geben, Geschichten zu erzählen und Emotionen zu wecken. Spannend gemachte kurze Filme fördern das Wissen, wirken Vorurteilen entgegen, motivieren die Zielgruppen über Belastungen zu sprechen, neue Verhaltensweisen auszuprobieren oder Hilfe in Anspruch zu nehmen. Anhand filmischer Beispiele werden Gelingensfaktoren wie Herausforderungen aufgezeigt und zur Diskussion gestellt.

Tina Hofmann, Gründerin, Expertin für Mental Health Promotion, Projekte, Film, Weiterbildung, «Break & Breathe»-Workshops, Flügelschwung, Berlin und Zürich

tina.hofmann@rocketmail.com – www.flügelschwung.ch

15:45 – 17:30: Session D mit Simultanübersetzung / avec traduction simultanée

15:45 – 16:00: 21. Kurzpräsentation (d)

Titel: Ressourcenpfad: Resilienzaufbau in der Natur (d)

Inhalt: Ein Ressourcenpfad in der Natur kann es Menschen ermöglichen, selbständig Resilienz aufzubauen. Durch eine Abfolge von Übungen, die zu Achtsamkeit, sensorischen und emotionalen Erfahrungen verhelfen, soll gesundheitsförderndes Verhalten angeregt werden.

Mehr zu diesem Projekt ist auf unserer Website in folgendem Artikel zu finden:

https://lebendigsein.ch/files/Ressourcenpfad_mit_Audio.pdf

Martina Degonda, Dr. phil., Psychotherapeutin *gemeinsam mit*

Paul Scheidegger, Dr. phil., Psychotherapeut, Psychologische Praxis, Zeihen

lebendigsein@bluewin.ch – <https://www.lebendigsein.ch/index.php/martina-degonda-scheidegger>

16h00 – 16h15 : 22^{ème} présentation succinctes (f)

Titre : « Agir pour ma santé mentale » : Sensibiliser la population et renforcer les comportements positifs (f)

Sujet : Ce projet vise à améliorer la santé mentale des Genevois-e-s : nous appuyant sur les connaissances scientifiques actuelles, nous développons des outils concrets (plateforme interactive, contenus multimédia) permettant l'augmentation des connaissances en santé mentale, et l'apprentissage ou le renforcement de comportements positifs. Le projet cible d'abord sur des groupes particulièrement vulnérables, puis il est évalué de manière longitudinale afin de dégager une méthodologie et des recommandations étayées scientifiquement, applicables ensuite au plus grand nombre.

Anne-Marie Trabichet, Directrice *ensemble avec*

Andrea Pereira, Responsable scientifique, minds, Genève

anne-marie.trabichet@minds-ge.ch; andrea.pereira@minds-ge.ch – www.minds-ge.ch

16:15 – 16:30: 23. Kurzpräsentation (d)

Titel: Auszeit zur rechten Zeit (d)

Inhalt: Wie kann *Prävention* von Burnouts auf individueller Ebene erfolgen? Welche Motivationsfaktoren können ein rechtzeitiges Handeln begünstigen? Erfahrungen aus der «Auszeit zur rechten Zeit», die im Lassalle-Haus angeboten wird.

Gabriela Scherer, Geschäftsführerin, Lassalle-Institut, Bad Schönbrunn, Edlibach

gabriela.scherer@lassalle-institut.org – <https://www.lassalle-haus.org/de/>

16:30 – 16:45: 24. Kurzpräsentation (d)

Titel: Stärkung der psychischen Gesundheit mit Geflüchteten (d)

Inhalt: Wie werden die -Gesprächsrunden von Femmes-Tische und Männer-Tische mit Geflüchteten umgesetzt? Wie kann im Kontext von Flucht und Trauma mit Peer-to-Peer Methodik gearbeitet werden? Welche Erfahrungen machen wir mit der Umsetzung des Themas der 10 Schritte in diesem Kontext?

Sowie Kurzinfo zum Moderationsset «Selbst Sorge» in Zusammenarbeit mit Selbsthilfe Schweiz.

Isabel Uehlinger, Geschäftsführung, Femmes-Tische und Männer-Tische Schweiz, Wabern
Isabel.uehlinger@femmestische.ch – www.femmestische.ch

16:45 – 17:00: 25. Kurzpräsentation (d)

Titel: Menschen mit komplexer Behinderung und psychische Gesundheit (d)

Inhalt: Wie können die 10 Schritte für psychische Gesundheit für Menschen mit komplexer Behinderung umgesetzt werden? Dieser Frage geht das vom EBGB unterstützte Projekt *Gemeinsam* nach. In drei inklusiven Workshops (DE und FR) und unter Einbezug verschiedener Fachpersonen wurden die 10 Schritte für psychische Gesundheit für Menschen mit komplexer Behinderung adaptiert und Umsetzungsimpulse zusammengetragen. In der Präsentation möchte ich entlang der Projekt-Erfahrungen aufzeigen, wie auch Menschen ohne verbale Sprachkompetenzen und mit hohem Unterstützungsbedarf in Adaptionsprozesse der 10 Schritte einbezogen werden können.

Patrizia Weibel, Fachmitarbeiterin und Projektleiterin, INSOS - Der Branchenverband der Dienstleister für Menschen mit Behinderung, Bern
patrizia.weibel@insos.ch – insos.ch

17:00 – 17:15: 26. Kurzpräsentation (d)

Titel: Geburtsvorbereitungskurse für Frauen mit Migrationshintergrund (d)

Inhalt: mamamundo ermöglicht fremdsprachigen Schwangeren Geburtsvorbereitung in ihrer Muttersprache. Diese Kurse bieten eine Möglichkeit, die psychische Gesundheit in ihrer Vielschichtigkeit zu begünstigen, indem sie interne und externe Ressourcen stärken.

Priyani Ferdinando, Geschäftsleiterin, mamamundo Schweiz, Bern
priyani.ferdinando@mamamundo.ch – www.mamamundo.ch

17:15 – 17:30: 27. Kurzpräsentation (d)

**Titel: Schweizerischer Verband für Persönlichkeitstrainer (V-P-T), Bern:
 Vorstellen des grössten Branchenverbandes für Persönlichkeitstrainer:innen mit seinen
 Gliedverbänden Coaching, Mentales Training, Neurolinguistisches Programmieren NLP und
 Autogenem Training; V-P-T (d)**

Inhalt: Der V-P-T leistet mit seinen 268 aktiven Mitgliedern, 11 Partnerschaften und 3 Kooperationspartnern einen täglichen Beitrag an die psychische Gesundheit in der Schweiz und stellt eine wichtige Schnittstelle zu unterschiedlichen Versorgungsstrukturen dar. Der Verband steht für die Weiterentwicklung der Professionalisierung, für Qualitätsvorgaben und die Einhaltung von Ethikrichtlinien ein und setzt Standards. Im Fokus stehen die Primärprävention und die Förderung psychischer Gesundheit vor dem Hintergrund der integrierten Versorgung.

Johanna Friedli, Dr. phil., Fachpsychologin für Psychotherapie FSP/Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Zürich Psychotherapie & Consulting, Zürich;
 Aktivmitglied und Delegierte des Vorstands V-P-T Verband – Schweizer Dachverband für Persönlichkeitstraining, Bern
info@v-p-t.ch – www.v-p-t.ch
johanna@friedli-swiss.ch – www.friedli-swiss.ch

7. NPG-Mitgliederanlass 2022 und Jubiläum 10+1 Jahre des Netzwerks Psychische Gesundheit Schweiz NPG – Donnerstag, 30. Juni 2022, von 13:30 bis 17:30 Uhr

7^{ème} manifestation 2022 des membres RSP et fête d'anniversaire 10+1 ans du Réseau Santé Psychique Suisse RSP – Jeudi, le 30 juin 2022, de 13h30 à 17h30

Kleine Info-Stände (Tische) / Petits stands d'information (tables)

- Angst- und Panikhilfe Schweiz (aphs) – www.aphs.ch
- Association Mots en Partage – www.motsenpartage.org
- Femmes-Tische und Männer-Tische Schweiz *gemeinsam mit* Selbsthilfe Schweiz / Info-Entraide Suisse / Auto-Aiuto Svizzera
www.femmestische.ch –
www.selbsthilfeschweiz.ch; www.infoentraidesuisse.ch; www.autoaiutosvizzera.ch
- Institut Kinderseele Schweiz (iks) – Schweizerische Stiftung zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen – www.kinderseele.ch
- Verein Living Museum Schweiz –
<https://www.psgn.ch/therapien/kunsttherapien/ateliers-living-museum-wil.html>
- minds – www.minds-ge.ch
- Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH – www.netzwerkgesundheit.ch
- Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz NPG / Réseau Santé Psychique Suisse RSP –
www.npg-rsp.ch
- Protection de l'enfance Suisse / Kinderschutz Schweiz / Protezione dell'infanzia Svizzera
www.protectionenfance.ch; www.kinderschutz.ch
- PluSport – Behindertensport Schweiz – www.plusport.ch
- Schweizerischer Verband für Persönlichkeitstrainer (V-P-T) – <https://v-p-t.ch/ueber-uns/>
- Selbsthilfe Schweiz / Info-Entraide Suisse / Auto-Aiuto Svizzera *gemeinsam mit* Femmes-Tische und Männer-Tische Schweiz –
www.selbsthilfeschweiz.ch; www.infoentraidesuisse.ch; www.autoaiutosvizzera.ch –
www.femmestische.ch

- **Tavolata, Coordination romande Tavolata – RADIX / Fondation suisse pour la santé – www.tavolata.ch**

 - **Zentrum der Achtsamkeit Inspiration & Selbstentfaltung – www.mariavonallmen.ch**

 - **Gemeinschaftstisch / table pour tous – table commune**
 - Dach- und Fachverband für Elternbildung – www.elternbildung.ch
 - Fachverband Sucht – www.fachverbandsucht.ch
 - igs - Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie Bern – www.igsbern.ch
 - Lapurla, die nationale Initiative – www.lapurla.ch / <https://www.bfh.ch/de/>
-