



Dezember 2014 npg-rsp.ch News

NPG | RSP

Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz
Réseau Santé Psychique Suisse
Rete Salute Psichica Svizzera

Psychische Gesundheit bleibt ein starkes Thema

Sehr geehrte Interessierte an der psychischen Gesundheit

Unsere **Dokumentensammlung**, eine Zusammenstellung zentraler Informationen und Dokumente **zur psychischen Gesundheit** in der Schweiz, ist neu frei zugänglich [hier](#).

Für Mitgliedorganisationen des NPG ebenfalls frei verfügbar sind die Piktogramme und Vorlagen „**10 Schritte für psychische Gesundheit**“ [hier](#).

Die Anhörung zum **Dialog-Bericht Psychische Gesundheit** ist eröffnet [mehr](#). Auch der Nationale **Aktionsplan Suizidprävention** ist in Erarbeitung [Link](#).

Um auch vom Schönen zu reden, gibt es die **Meldestellen für Glücksmomente** [ansehen](#). Die Harvard University betreibt ein **Glücksmonitoring** [TrackYourHappiness](#).

„**Ä Halle wo's fägt**“ [Link](#) ist innovative Gesundheitsförderung im frühen Lebensalter. Mit guten Gründen:

- 1) Körperlich Inaktive erleben mehr psychische Belastungen und Schlafstörungen [Studie](#)
- 2) Körperliche Aktivität hilft gegen Depression [Studie](#)
- 3) Auch Kinder werden depressiv [Bericht](#).

Die OECD zeigt im neuen Bericht „**Making Mental Health Count**“, dass psychische Gesundheitspflege soziale und ökonomische Vorteile bringt [hier](#). Die WHO widmet sich unserer Zukunft – im neuen Bericht der Europäischen Region „**In Kinder investieren**“ [mehr](#).

Auch der erste **World Suicide Report** wurde veröffentlicht [mehr](#). Und die WHO beschreitet neue Wege: ein **Comic-Video zur Depression** [YouTube](#).

Gesundheitsförderung Schweiz publiziert neu den **Job-Stress-Index** [hier](#).

Im Programm **SeitenWechsel** können Führungspersonen aus Wirtschaft und Verwaltung lernen, jenseits bekannter Lösungsansätze zu denken und zu handeln [dahin](#).

Mit besten Wünschen zum Jahreswechsel, Ihr





alfred.kuenzler@npg-rsp.ch

«Wie geht's Dir?» Kampagne zur Psychischen Gesundheit

Lesen Sie auf dieser und den folgenden Seiten über interessante Aktivitäten und Organisationen im Bereich der psychischen Gesundheit.

Am 10.10.2014, dem Tag der Psychischen Gesundheit, wurde die Kampagne „Wie geht's Dir?“ lanciert. Die Reaktionen auf die Kampagne sind sehr positiv. Sie wurde von Beginn weg mit vielen Akteuren gemeinsam geplant und es ist ein Ausbau der Trägerschaft vorgesehen.

Die Kampagne „Wie geht's Dir?“ möchte dafür sensibilisieren, dass es wichtig und richtig ist, auch über psychische Erkrankungen offen zu sprechen. Sie möchte dazu beitragen, dass Betroffene weniger ausgegrenzt werden, und sie will Wissen über psychische Erkrankungen verbreiten um so Vorurteile abzubauen. Auf der Website www.wie-gehts-dir.ch vermittelt sie zudem viele Gesprächstipps und weitere Informationen. Die Initiative für die Kampagne ging 2012 von der Schweizerischen Stiftung Pro Mente Sana aus. Gemeinsam verschiedenen Organisationen (Aktionsbündnis Psychische Gesundheit Schweiz, Commission de Prévention et de Promotion de la Santé du GRSP, Coordination Romande des Associations d'Action pour la Santé Psychique, gesundheit Schwyz, Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz) wurden im Jahr 2013 die Ziele für die Kampagne definiert und ein Agenturwettbewerb durchgeführt. Dabei war es von Beginn an wichtig, die Sicht von Betroffenen auch zu berücksichtigen – Ziele und Agenturbriefing wurden dialogisch entwickelt.

Breite Trägerschaft, bedürfnisgerechte Umsetzung

Die Kampagne wird momentan von der Stiftung Pro Mente Sana, den Kantonen Bern, Luzern, Schwyz und Zürich sowie der Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique, CORAASP, getragen. Der Kanton Zürich und Pro Mente Sana tragen in der aktuellen Phase den grössten Teil der Mittel bei. Weitere Organisationen aus dem Gesundheitsbereich unterstützen die Kampagne als Partner: die Föderation Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP, die Verbindung Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH und die Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie SGPP.

Bei der Kampagnenumsetzung war es der Trägerschaft von Anfang an sehr wichtig, die unterschiedlichen Bedürfnisse und Möglichkeiten der einzelnen Träger und Partner zu berücksichtigen. So sieht die Projektorganisation vor, dass ein kleinerer Teil der zur Verfügung stehenden Mittel (zwischen 20-30%) in einen gemeinsamen Topf fliessen zur Finanzierung von Basisleistungen (Plakatentwicklung, Website). Die restlichen Mittel setzt jeder Träger/Partner gemäss seinen Bedürfnissen und Möglichkeiten ein. So hängen beispielsweise im Kanton Zürich viele Grossplakate, im Kanton Luzern können Organisationen und Gemeinden kleinere Plakate bestellen, der Kanton Bern wiederum verwendet nur das Bildmaterial für eine eigene Broschüre.

Ausbau der Trägerschaft schreitet voran

Die Kampagne wird auch in den Jahren 2015 und 2016 zu sehen sein. Bereits haben weitere Kantone und Organisationen aus der deutschen und französischen Schweiz ihre Teilnahme an der Kampagne zu einem späteren Zeitpunkt angekündigt und die Trägerschaft geht auch von sich aus aktiv auf einzelne Organisationen zu. Interessierte können sich jederzeit gerne an Roland Stähli oder Marcel Wisler wenden (siehe Autoren).

*Annett Niklaus, Kommunikationsverantwortliche,
Gesundheitsförderung Kanton Zürich*

*Roland Stähli, Präventionsbeauftragter Kanton Zürich
rst@ifspm.uzh.ch*





Marcel Wisler, Leiter Kommunikation,
Stiftung Pro Mente Sana
m.wisler@promentesana.ch

Psychische Gesundheit im Kanton Aargau - Vernetzt denken und handeln

Damit der psychischen Gesundheit der Aargauer Bevölkerung über die ganze Lebensspanne hinweg mehr Bedeutung zukommt, wurde vor zwei Jahren das Schwerpunktprogramm (SPP) Psychische Gesundheit lanciert.

Pendant zum NPG

Das SPP Psychische Gesundheit koordiniert und vernetzt die Stakeholder der psychischen Gesundheit im Kanton Aargau. Gemeinsam bestimmen sie die Stossrichtung der Bestrebungen im Aargau, sie eruieren Lücken im kantonalen Angebot und schliessen diese wenn möglich. Hierfür wurde mit der Lancierung des SPP das Netzwerk «Psychische Gesundheit im Kanton Aargau» gegründet. Dieses Netzwerk ist das kantonale Pendant zum NPG. Bestrebungen und Ideen vom NPG werden ins kantonale Netzwerk eingebracht und umgekehrt beteiligen sich das Programm und das Netzwerk an Aktivitäten des NPG.

Psychische Gesundheit als integrales Thema

Die Sektion Gesundheitsförderung ist dafür zuständig, ziel- und wirkungsorientierte Massnahmen zum Erhalt und zur Stärkung der Gesundheit aller Aargauer/innen zu erarbeiten und umzusetzen. Dabei wird die gesamte Lebensspanne berücksichtigt. Neben dem SPP Psychische Gesundheit nehmen sich die anderen vier SPP je einem Alterssegment respektive einem Setting an: Angefangen bei den Kleinsten und ihren Bezugspersonen (SPP Gesundes Körpergewicht), über die Schulkinder und Jugendlichen (SPP "gesund und zwäg i de schuel"), gefolgt von den Berufstätigen (SPP Betriebliches Gesundheitsmanagement) bis zu den betagten Einwohner/innen (SPP Gesundheitsförderung im Alter). Das SPP Psychische Gesundheit kann von den Zugängen zu den einzelnen Settings der anderen SPP's (z.B. Schulen, Betriebe, Gemeinden) profitieren.

Hinweis: Das in diesem Newsletter vorgestellte Projekt „ä Halle wo's fägt“ vom Verein CHINDaktiv wird im Kanton Aargau durch das SPP Gesundes Körpergewicht unterstützt.

Auf Bestehendem aufbauen

Ein erstes Produkt des Netzwerks «Psychische Gesundheit im Kanton Aargau» sind die «Aktionstage Psychische Gesundheit», welche dieses Jahr bis Mitte November 2014 dauerten. Ein vielseitiges Programm ist entstanden, indem regelmässig stattfindende Anlässe von Partnern und neue Anlässe von Netzwerkmitgliedern ins Programm aufgenommen wurden. Ein Ziel der Arbeit war, ein gemeinsames Dach (und ein gemeinsames Programmheft) zu bilden. Ein weiteres Ziel war, eine grössere Wirkung und eine Stärkung des Themas zu bewirken, indem sich nun nicht mehr einzelne Institutionen für das Thema psychische Gesundheit engagieren, sondern ein Netzwerk – also viele Institutionen gemeinsam. Beide Ziele wurden erreicht.

Auch bestehende Initiativen vom NPG und anderen Kantonen und Organisationen werden genutzt. So wird die Kampagne «10 Schritte für psychische Gesundheit» umgesetzt und die nationale Sensibilisierungskampagne wird nächstes Jahr im Kanton Aargau durchgeführt.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website oder in den Newslettern der Schwerpunktprogramme (www.ag.ch/ggesundundzwäg).

Dr. med. Maria Inés Carvajal, stv. Kantonsärztin,
Leiterin Sektion Gesundheitsförderung

Vilma Müller, Programmleiterin Psychische Gesundheit
Vilma.Mueller@ag.ch



