



# NPG | RSP

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

## Psychische Gesundheit im Vormarsch

### Sehr geehrte Interessierte an der psychischen Gesundheit

Der „Dialog Nationale Gesundheitspolitik“ hat Ende Mai den Bericht „**Psychische Gesundheit in der Schweiz. Bestandsaufnahme und Handlungsfelder**“ (vormals „Dialog-Projekt Psychische Gesundheit“) verabschiedet. Die ständige Plattform von Bund und Kantonen hat den Autoren den Auftrag erteilt, einen Vorgehensvorschlag zur Umsetzung der Massnahmenbereiche auszuarbeiten. Das BAG, die GDK und die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz werden nun bis Herbst 2015 gemeinsam einen Vorgehensvorschlag erstellen [mehr](#).

Auch der Nationale **Aktionsplan Suizidprävention** kommt planmässig voran. Derzeit werden die durchgeführten Workshops ausgewertet [mehr](#).

Die national angelegte **Kampagne zur psychischen Gesundheit «Wie geht's Dir?»** zeigt Wirkung und geht in die zweite Runde [Medienmitteilung](#). Weitere Partner sind willkommen.

Der **OECD-Bericht "Fit Mind, Fit Job"** zeigt Ansätze gegen hohe Arbeitslosigkeit bei psychisch Kranken auf [mehr](#).

Belastbare Erkenntnisse zu Wirksamkeit und auch **finanziellem Nutzen betrieblicher Prävention** zeigt eine neue Studie [Link](#).

Da wir verschiedentlich angesprochen werden hier auch noch einmal der Hinweis auf den Bericht „Mental Health Promotion and Prevention: The Economic Case“ von Knapp et al. (2011). Er zeigt detailliert den **ökonomischen Nutzen verschiedener Präventionsmassnahmen** auf, im betrieblichen Setting bis Faktor 9.7 (ROI), **gesamtwirtschaftlich** bis zu einem Faktor 83, nämlich durch sozial-emotionale Lernprogramme [zum Bericht](#).



Genau zum **sozial-emotionalen Lernen** hat im Tessin die SUPSI (Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana) ein Projekt entwickelt, das auch von der OECD gewürdigt wurde **zum Bericht**. Das dazugehörige Chamäleon-Spiel für Eltern und Kinder ist auch auf Deutsch online erhältlich **hier** (hinunter scrollen).

Eine weitere Studie zeigt **Zusammenhänge zwischen psychischer Gesundheit und Gesundheitsverhalten**. Wichtige Faktoren sind: Nicht rauchen, wenig Alkohol, Sport, Normalgewicht, Früchte und Gemüse **zur Studie**.

Kennen Sie die Liste ausgewählter **Organisationen, die Projekte der Gesundheitsförderung und Prävention finanziell unterstützen**? **hier** Auch der Kanton Aargau prämiert Aktivitäten mit Fokus psychische Gesundheit **mehr**.

Unser **Jahresbericht 2014** ist jetzt verfügbar **hier**. Aktuell zählt das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz 141 Mitgliedorganisationen **Liste / Mitglied werden**.

Lesen Sie weitere **News** zur psychischen Gesundheit **hier**.

Ich wünsche Ihnen einen angenehm warmen Sommer.

Ihr



[alfred.kuenzler@npg-rsp.ch](mailto:alfred.kuenzler@npg-rsp.ch)

[Newsletter abbestellen](#)



**10 Schritte für psychische Gesundheit**

- sich selbst annehmen
- aktiv bleiben
- darüber reden
- Neues lernen
- mit Freunden in Kontakt bleiben
- um Hilfe fragen
- etwas Kreatives tun
- sich entspannen
- sich beteiligen
- sich nicht aufgeben

Nutzen Sie diese Kampagne kostenlos

[www.npg-rsp.ch/10Schritte](http://www.npg-rsp.ch/10Schritte)

Pro Mente Oberösterreich ([www.promenteooe.at](http://www.promenteooe.at)) ist Urheber der Piktogramme

## "Wie geht's Dir?" im Kanton Luzern - Eine Kampagne, die vom Netzwerk lebt

Am 10. Oktober 2014, dem Tag der psychischen Gesundheit, hat auch der Kanton Luzern die Kampagne "Wie geht's Dir?" [Link](#) lanciert. Sie ermuntert dazu, über psychische Gesundheit zu sprechen und so Vorurteile gegenüber psychischen Erkrankungen abzubauen. Im Kanton Luzern wird dazu das bereits bestehende Netzwerk genutzt; und weiter ausgebaut.

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

### Zwölf Luzerner Organisationen von Anfang an dabei

Schon in den Vorjahren waren einzelne Luzerner Akteure am 10.10. aktiv. Als die Idee der nationalen Kampagne diskutiert wurde, war für diese sofort klar, dass sie sich hier engagieren möchten. Auf den Aufruf im Frühling 2014 haben sich zwölf Organisationen gemeldet und ihre finanzielle oder ideelle Unterstützung zugesagt. So war der Kanton Luzern - mit Hilfe der Luzerner Partner - bereits beim Kampagnen-Start als Träger aktiv.

Unter der Koordination der Programmleitung «Psychische Gesundheit» engagierten sich die Partner für die Kampagnen-Aktivitäten im Kanton Luzern: Zum Kampagnenstart verteilten sie 10'000 Schockmünzen mit dem Logo "Wie geht's Dir?" am Bahnhof Luzern und organisierten ein Filmpodium. Weitere Akteure haben für den Herbst 2015 ihr Engagement als Kampagnen-Partner angekündigt.

### Botschaft über das Netzwerk in die Bevölkerung tragen

Fast jede zweite Luzerner Gemeinde hängt die Plakate aus oder publizierte einen Artikel in der Gemeindezeitung. Schulen, Kirchen, Beratungsstellen und Institutionen machten mit Broschüren oder Plakaten auf die Kampagne aufmerksam. An verschiedenen Veranstaltungen der Luzerner Akteure wurden die Kampagnenmaterialien verteilt. In ähnlichem Rahmen ging es Ende Mai in die zweite Runde, wobei die Kampagne wiederum in den Gemeinden und neu in Hausarzt- und Psychotherapiepraxen sichtbar wird.

### Herbst 2015 - Fokus Arbeit und psychische Gesundheit

Im Herbst 2015 steht das Thema Arbeit und psychische Gesundheit im Fokus der Kampagne. Die Luzerner Akteure werden wiederum zahlreiche Veranstaltungen organisieren und so die Kampagnen-Botschaft in die Bevölkerung tragen. Geplant sind Filmpodien, Tage der offenen Tür und Informationsveranstaltungen.

*Bernadette Würsch, Programmleiterin «Psychische Gesundheit»  
bernadette.wuersch@lu.ch*



### Luzerner Partner

Die Kampagne ist im Kanton Luzern breit abgestützt durch das Gesundheits- und Sozialdepartement des Kantons Luzern sowie die Institutionen Luzerner Psychiatrie, Stiftung Brändi, Traversa, IG Arbeit, die Landeskirchen, Verband Innerschweizer PsychologInnen, Selbsthilfe Luzern, Tel. 143 Zentralschweiz und Fabia.

*Nicht jeder, der sich sexuell zu Kindern hingezogen fühlt, muss auch Täter werden. Wie können Betroffene einen verantwortungsbewussten Umgang mit ihren sexuellen Fantasien erlernen und Übergriffe verhindern?*

Eine Prävention, die noch vor der Umsetzung missbräuchlicher sexueller Handlungen ansetzt, war lange unbekannt. Zu ihrer Zielgruppe zählen Männer, wenige Frauen sowie zahlreiche Jugendliche und Heranwachsende. Studien zufolge haben rund 1%<sup>1</sup> aller Männer auf Kinder gerichtete sexuelle Fantasien. In Ländern, in denen es entsprechende Beratungsangebote gibt, gehen Hunderte Hilfesuche ein.

*Erfahrungsbericht von Gab (fiktiver Name)*

*«Ich bin 19 Jahre alt und habe seit geraumer Zeit pädophile Gedanken. Ich habe nichts Anstössiges getan und nie ein Kind in irgendeiner Form sexuell berührt und doch: Selbst wenn ich glaube, dass ich dazu gar nicht fähig bin und mir dessen bewusst bin, welchen Schaden das einem Kind zufügen würde, fürchte ich mich vor dem, was da in mir ist, fürchte ich mich, es zu tun. Ich habe Angst; Schuldgefühle und echte Angst. Ich habe schon daran gedacht mich umzubringen.»*

*(Quelle: virped.org – frei übersetzt)*

Diese Feststellungen sowie die Tatsache, dass die Zahl der missbrauchten Kinder seit den 1980er Jahren nicht spürbar zurückgegangen ist, haben die Vereinigung DIS NO veranlasst, in der Romandie eine erste Beratungsstruktur für Menschen einzurichten, die verhindern wollen, dass sie zu Tätern werden.

Espace DIS NO wurde am 1. April 2014 eröffnet. Die Beratungsstruktur möchte Betroffenen mit ihrem Unterstützungs-, Beratungs-, Informations- und Orientierungsangebot helfen, die Schwelle für den Schutz der Integrität des Kindes und ihrer eigenen Würde zu wahren. Sie steht auch dem Umfeld offen, das mit Problemen wie der Aufdeckung von kinderpornografischem Material konfrontiert sein kann. Ein Netz an spezialisierten Fachkräften gewährleistet die Qualität der therapeutischen Beratung.

Im ersten Jahr des Bestehens haben zehn Personen um Hilfe oder Beratung gebeten, weil sie sich von Kindern sexuell angezogen fühlten oder Angst hatten, selbst erlebten Missbrauch oder ein potenziell inzestuöses Umfeld zu reproduzieren. Des Weiteren haben 23 Fachkräfte und 19 interessierte Personen der breiten Öffentlichkeit bei der Beratungsstelle um Informationen angefragt.

Unser Ziel im kommenden Jahr ist es, dem noch weithin unbekanntem neuartigen Präventionsansatz zu grösserer Bekanntheit zu verhelfen.

*François Boillat, Direktor und  
Lisa Ancona, Mitarbeiterin  
[www.espacedisno.ch](http://www.espacedisno.ch)  
[espace@disno.ch](mailto:espace@disno.ch)*



<sup>1</sup> Seto, M.C. (2009). Pedophilia. Annu. Rev. Clin. Psychol. 5:391–407, pp. 392-393.

## Info-Feed Frühe Kindheit – alle News an einem Ort

Das Netzwerk Kinderbetreuung Schweiz liefert mit dem Info-Feed Frühe Kindheit [www.netzwerk-kinderbetreuung.ch/feed](http://www.netzwerk-kinderbetreuung.ch/feed) tagesaktuelle News rund um die Themen Frühe Kindheit, Integration, Gesundheit und Armutsbekämpfung – auch mit Blick auf die psychische Gesundheit kleiner Kinder. Damit leistet es einen Beitrag zum Integrationsdialog "Aufwachsen – gesund ins Leben starten" [www.dialog-integration.ch/de/aufwachsen](http://www.dialog-integration.ch/de/aufwachsen) der Tripartiten Agglomerationskonferenz TAK.

### Gesund ins Leben starten – 13 Empfehlungen

Die frühe Kindheit ist von besonderer Bedeutung – für die physische und psychische Gesundheit, die Bildung sowie die soziale und berufliche Integration. Deshalb ist es für die gesamte Gesellschaft wichtig, dass der Start ins Leben möglichst gut gelingt. Der Integrationsdialog „Aufwachsen – Gesund ins Leben starten“ der TAK setzt hier an. Er sucht nach konkreten Massnahmen, um die Rahmenbedingungen für eine gute körperliche, seelische und soziale Entwicklung im frühen Kindesalter zu verbessern. Dazu verabschiedete die TAK [13 Empfehlungen](#).

### Feed und Dialog Frühe Kindheit

Das Netzwerk Kinderbetreuung trägt mit dem zweijährigen Projekt „Feed und Dialog Frühe Kindheit“ [Link](#) zur Umsetzung der Empfehlungen bei. Mit dem Info-Feed Frühe Kindheit sorgt es in den Kanälen der Dialogpartner für regelmässige Beiträge zum Themenfeld "Frühe Kindheit – Integration – Gesundheit – Armutsbekämpfung". So finden Sie alle News zur Frühen Kindheit an einem Ort – schauen Sie vorbei [www.netzwerk-kinderbetreuung.ch/feed](http://www.netzwerk-kinderbetreuung.ch/feed).

### Psychische Gesundheit – von Anfang an

Der familiäre Hintergrund (z.B. Migrationshintergrund, sozialer Status) und das Verhalten von Erwachsenen sind als Risiko und Chance zentral für die seelische Gesundheit von Kindern [Fokuspublikation Gesundheit zum Orientierungsrahmen](#). Auch – und vielleicht besonders – in Bezug auf die psychische Gesundheit ist die Frühe Kindheit deshalb eine zentrale Phase. Dem Netzwerk Kinderbetreuung ist es ein Anliegen, das Bewusstsein dafür bei den Berufsgruppen und staatlichen Fachstellen in den Bereichen Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre zu stärken. Entsprechend werden wir Themen rund um die psychische Gesundheit kleiner Kinder in unserem Info-Feed „Frühe Kindheit“ aufgreifen. Haben Sie dafür konkrete Ideen oder Anliegen? Melden Sie sich bei uns!

*Eliane Fischer*  
[e.fischer@netzwerk-kinderbetreuung.ch](mailto:e.fischer@netzwerk-kinderbetreuung.ch)

