

# Digitale Vernetzungs- und Austauschplattform

NPG Vernetzungsanlass 2026 «Digitalisierung»; 22. Januar 2026

Søren Lønborg und Flavio Trolese



**Flavio Trolese**  
Co-Projektleiter  
Community Plattform  
Stand by You Schweiz

**STAND  
BY YOU**

**Schweiz**

**Angehörigen und Vertrauten von  
Menschen mit psychischen Erkrankungen  
in der Schweiz**

Ihre und unsere Freunde und Kolleg:innen

# Worum es uns geht

um Sie und uns

Ihre und unsere Familien

Schmerz und Leid

Verbundenheit

Hoffnung

Liebe

Wir alle sind zugleich ...

stark und resilient

und

fragil und verletzlich

# Jede zweite Person

entwickelt im Verlauf ihres Lebens  
Symptome, die als psychische Krankheit  
verstanden werden

**Beziehung**

**Verbundenheit**

**Nähe**

**Hoffnung**

**Teilhabe**

**Liebe**

# **59 Prozent der erwachsenen Schweizer Bevölkerung**

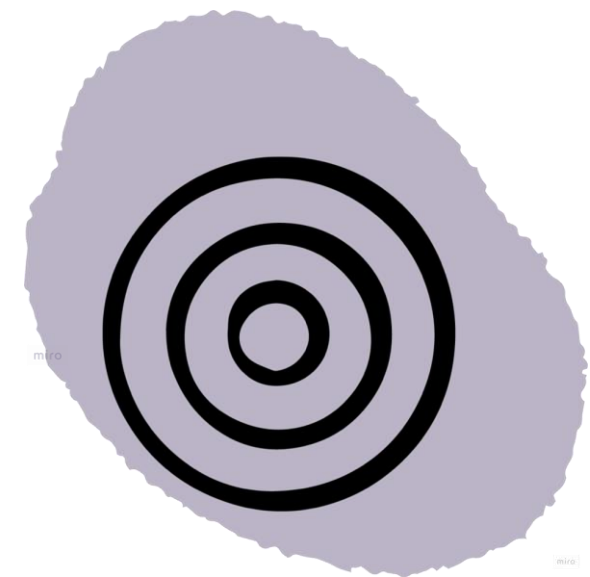
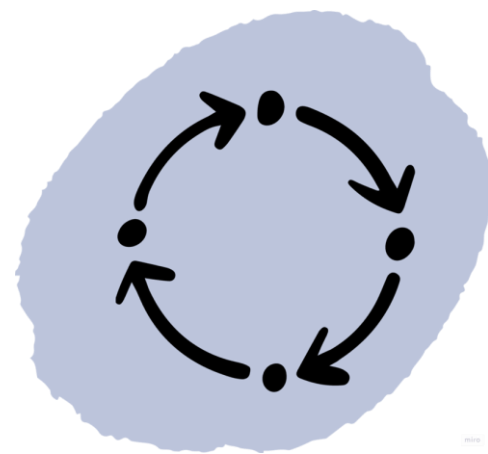
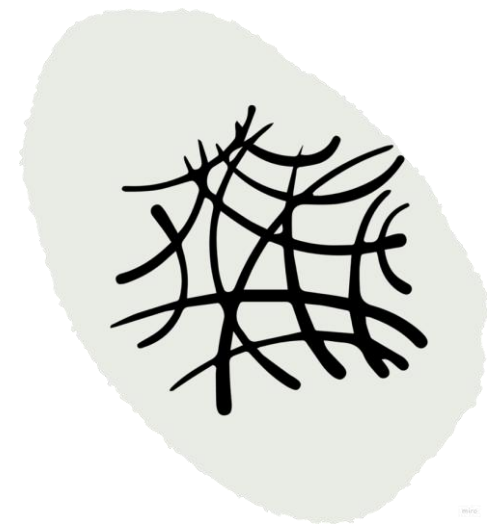
**war schon in der Rolle eines Angehörigen / einer Vertrauter**

**4.3 Millionen**

**STAND  
BY  
YOU**

**Schweiz**

# «Caring Community»



# Community Plattform

von und für Angehörige / Vertraute

 **Vernetzung**  **Austausch**  **Unterstützung**



Suche in meinen Chats ...

Meine 1:1-Chats



Ältere Chats anzeigen

Meine Gruppenchats



Neue Nutzer



Hosts



Lobby



Angehörige im Kanton Zürich - VASK Zürich



Angehörige in Schaffhausen

Ältere Chats anzeigen

**Hallo, schön bist du da.**

Das ist unser gemeinsamer Treffpunkt der Stand by You Community. Hier findest du andere Angehörige und Vertraute, kannst Erfahrungen teilen und dich austauschen.

Meine Chats

Hier findest du deine laufenden Chats – 1:1 oder in Gruppen. Klicke auf «Öffnen», um dich am Austausch zu beteiligen.

**STAND BY YOU** Lobby  
Alessia 2 Std  
Hallo ihr Lieben, ich hoffe ihr hattet ein span...  
[Öffnen](#) →

**STAND BY YOU** Neue Nutzer  
Admin 3 Std  
Liebe Hosts Dies ist eine automatisch generie...  
[Öffnen](#) →

**STAND BY YOU** Angehörige im Kanton Zürich - VASK Zürich  
Hansruedi 5 Std  
IMG\_0870.jpeg  
[Öffnen](#) →

**STAND BY YOU** Angehörige in Schaffhausen  
Petra 7 Std  
Hallo ihr Lieben versuche ich...  
[Öffnen](#) →

Neu in der Community

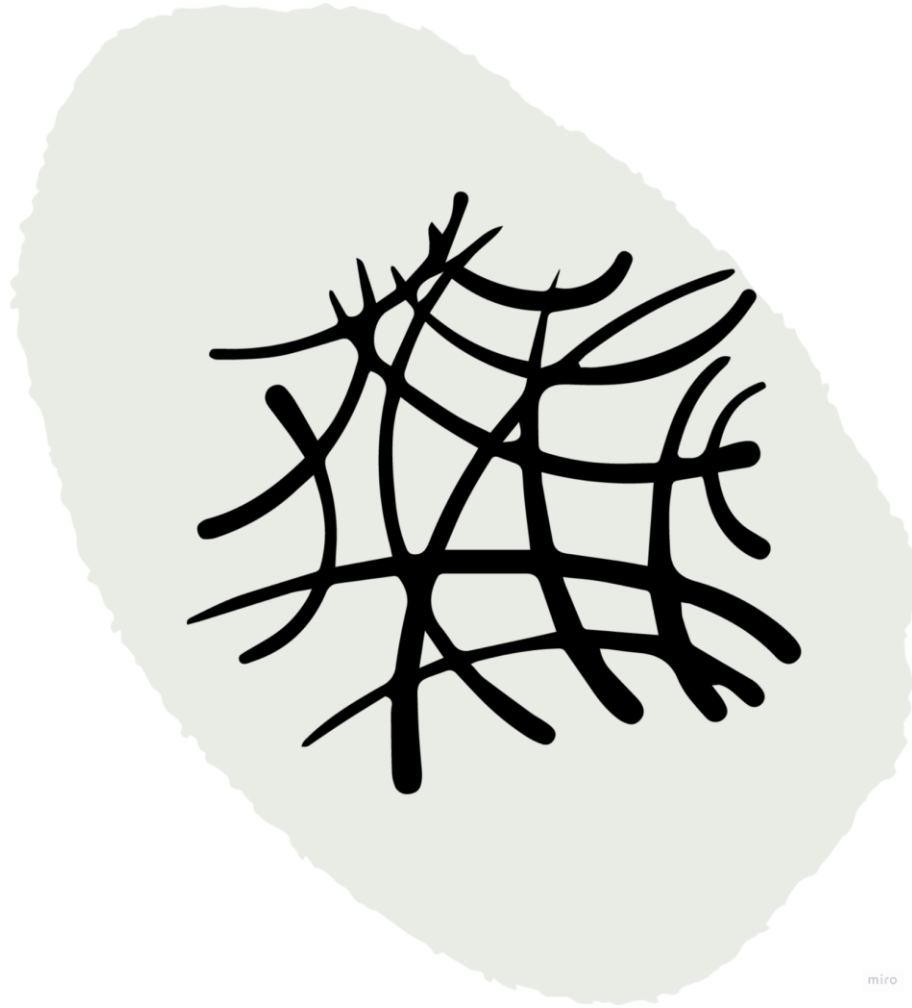
Hier findest du die neuesten Mitglieder unserer Community. Klicke auf «Profil ansehen», um mehr über sie zu erfahren.

Registriert vor etwa 4 Stunden

Registriert vor 2 Tage

Registriert vor 4 Tage

R



Suche in meinen Chats ...

### Meine 1:1-Chats

- 
- 
- 
- 
- 

Ältere Chats anzeigen

### Meine Gruppenchats

- Neue Nutzer
- Hosts
- Lobby
- Angehörige im Kanton Zürich - VASK Zürich
- Angehörige in Schaffhausen

Ältere Chats anzeigen

## Neu in der Community

Hier findest du die neuesten Mitglieder unserer Community. Klicke auf «Profil ansehen», um mehr über sie zu erfahren.

Registriert vor etwa 4 Stunden

25-59 Jahre Depressionen  
Mutter/Vater Zürich

[Profil ansehen](#) →

Registriert vor 2 Tage

Angehöriger meiner Mutter mit paranoider Schizophrenie. Sie ist phasenweise obdachlos, lehnt Unterstützung ab und es gibt ans...

25-59 Jahre Psychose/Schizophrenie  
Tochter/Sohn Zürich

[Profil ansehen](#) →

Registriert vor 4 Tage

und Mutter einer psychisch kranken jungen Erwachsenen. Ein Living Museum...

60+ Jahre Mutter/Vater Andere  
Zürich ...

[Profil ansehen](#) →

[Zum Angehörigenverzeichnis](#) →

## Angehörige, die dich interessieren könnten

Finde Angehörige und Vertraute aus deiner Region, deiner Altersgruppe oder mit ähnlichen Themen.

Angehörige aus deiner Region

Angehörige in deinem Alter

Angehörige mit der gleichen

🔍 Suche in meinen Chats ...

### Meine 1:1-Chats



Ältere Chats anzeigen

### Meine Gruppenchats

STAND BY YOU Neue Nutzer

STAND BY YOU Hosts

STAND BY YOU Lobby

Angehörige im Kanton Zürich - VASK Zürich

Angehörige in Schaffhausen

Ältere Chats anzeigen

## Angehörige, die dich interessieren könnten

Finde Angehörige und Vertraute aus deiner Region, deiner Altersgruppe oder mit ähnlichen Themen.

### Angehörige aus deiner Region

Finde andere Angehörige in deiner Region **Zürich**, die dich interessieren könnten.



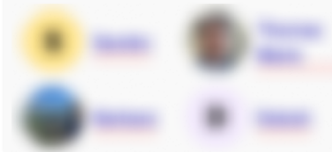
### Angehörige in deinem Alter

Finde andere Angehörige in deiner Alterskategorie **25-59 Jahre**.



### Angehörige mit der gleichen Angehörigenrolle

Oft ist es hilfreich, sich mit anderen Angehörigen in der gleichen Angehörigenrolle austauschen zu können. So z.B. **Freund:in**.



[Zum Angehörigenverzeichnis](#) →

## Gruppen, die dich interessieren könnten

Hier findest du Gruppen, die zu deinen angegebenen Themen passen könnten. Klicke auf «Gruppe beitreten», um deine Erfahrungen zu teilen und dich auszutauschen.



**Narzissmus-Spektrum – Erfahrungen aus nächster Nähe**

Menschen, die im Narzissmus-Spektrum



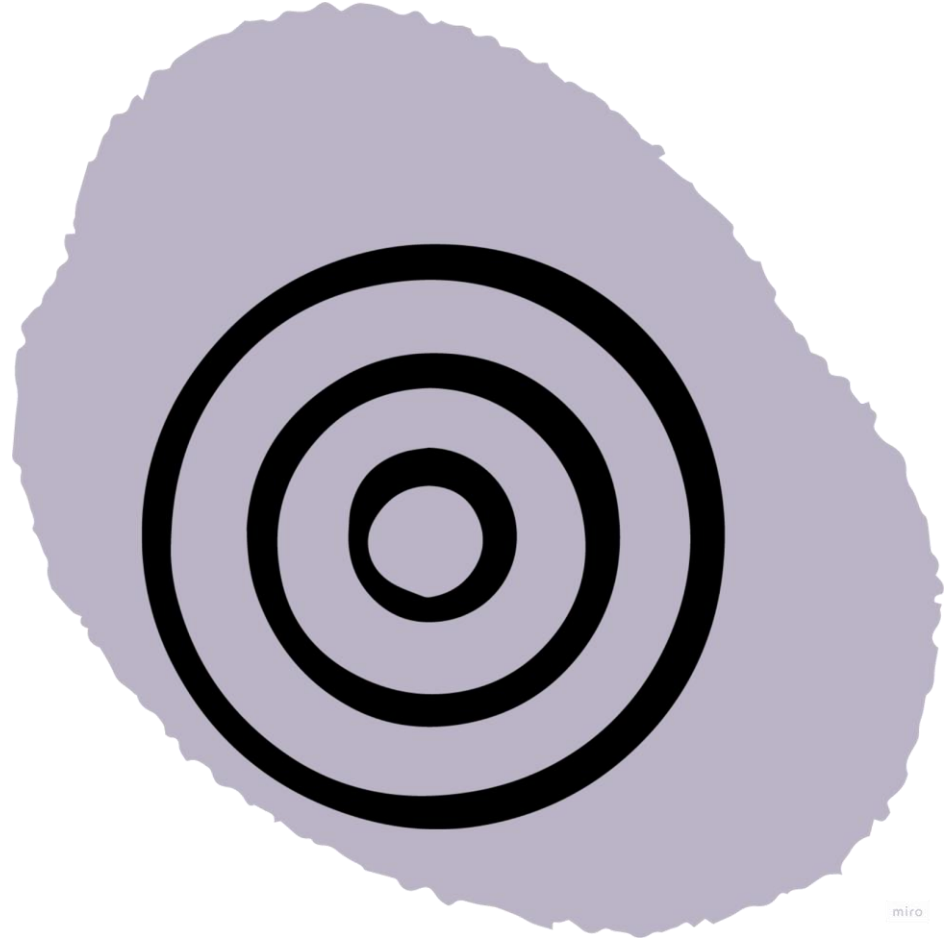
**Schizophrenie**

Hallo, mein Sohn erkrankte im Alter von



**Erfolge feiern**

Welche Erfolge feierst du? Lass es die



🔍 Suche in meinen Chats ... ✕

**Meine 1:1-Chats**



Ältere Chats anzeigen

**Meine Gruppenchats**

Neue Nutzer

Hosts

Lobby

Angehörige im Kanton Zürich - VASK Zürich

Angehörige in Schaffhausen

Ältere Chats anzeigen



**Abhängigkeitserkrankungen**

Lasst uns zusammenstehen in der Zeit, in der unsere Liebsten an einer Abhängigkeitserkrankung leiden und wir gefährdet sind, in die Co-Abhängigkeit...

Abhängigkeitserkrankungen

Gruppenchat öffnen



**ADHS Erwachsene Partner\*Innen**

In der Gruppe soll Raum für Austausch rund um Themen mit ADHS beeinträchtigten erwachsenen Menschen sein. - Infos zu zuständigen Fachgremien und...

Mittelland Zürich Nordwestschweiz

...

25-59 Jahre 60+ Jahre

Freund:in Partner:in

Schwester/Bruder ...

ADHS Autis ... törungen

Freund:in

Gruppenchat öffnen



**Angehörige im Aargau**

Liebe:r Angehörige:r oder Vertraute:r eines psychisch belasteten Menschen im Kanton Aargau Suchst du: - Austausch mit anderen Angehörigen? - ...

Nordwestschweiz

18-24 Jahre 25-59 Jahre 60+ Jahre

Partner:in Andere Freund:in ...

Depressionen Suizidalität ADHS

...

Gruppenchat öffnen



**Angehörige im Kanton Zürich - VASK Zürich**

Hilfe zur Selbsthilfe - von Angehörigen für Angehörige Wir sind Angehörige und Vertraute von psychisch erkrankten Menschen und helfen allen gern...

Zürich

18-24 Jahre 25-59 Jahre 60+ Jahre

Freund:in Mutter/Vater Partner:in

...

ADHS Angststörungen



**Angehörige in Graubünden**

Austausch für Angehörige in Graubünden.

Ostschweiz

18-24 Jahre 25-59 Jahre 60+ Jahre

Andere Freund:in Mutter/Vater

...



**Angehörige in Luzern**

Herzlich willkommen in unserer Angehörigen-Gruppe Luzern Diese Gruppe ist ein geschützter Raum für Menschen, die Angehörige mit psychischen Erkra...

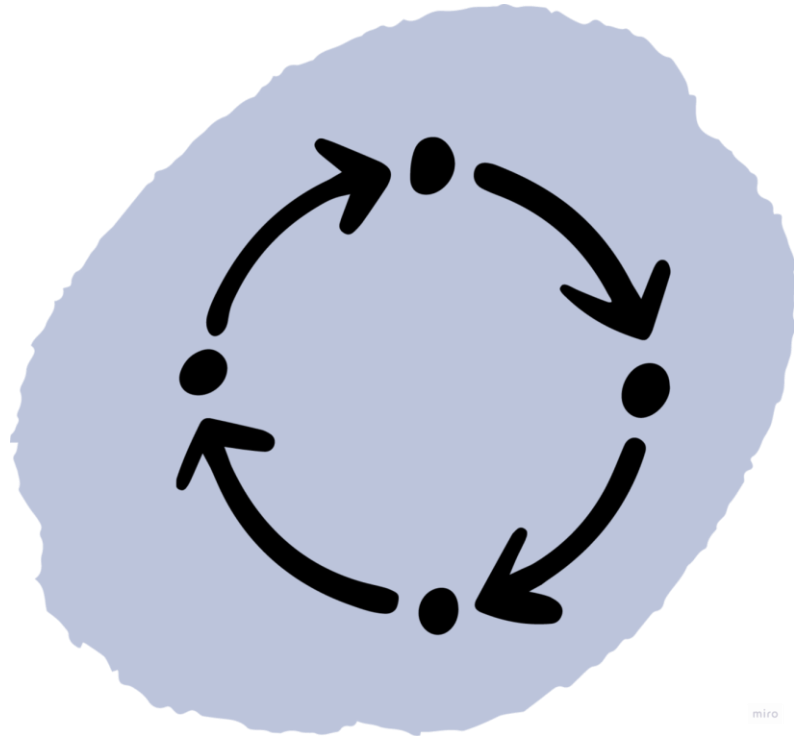
Zentralschweiz

18-24 Jahre 25-59 Jahre 60+ Jahre

Freund:in Mutter/Vater Partner:in

...

ADHS Abhängigkeitserkrankungen



🔍 Suche in meinen Chats ... ✕

**Meine 1:1-Chats**



Ältere Chats anzeigen

**Meine Gruppenchats**

 Neue Nutzer

 Hosts

 Angehörige in Schaffhausen

 Lobby

 Angehörige im Kanton Zürich - VASK Zürich

Ältere Chats anzeigen

**Januar**

**04**  
JAN **Angehörigengruppe im Aargau**  
Hallo und schön dass du hier hereinschaust. Ein Raum für dich als Angehörige\*r Angehörige von psychisch...

🕒 04.01 14:00 – 31.01 23:00

📍 info@vaskaargau.ch

Mutter/Vater Partner:in Nordwestschweiz

[Details ansehen](#) →

**22**  
JAN **Filmabend Verein Angehöriger und Vertrauter Graubünden**  
Lass Dich mitnehmen auf die Adament in Paris.

🕒 17:30 – 19:30

📍 Klinik Waldhaus, Hauptgebäude, 7000 Chur

Ostschweiz

[Details ansehen](#) →

**27**  
JAN **Selbsthilfe & Beratungstreffpunkt für Angehörige und Vertraute von Menschen mit psychischen Erkrankungen - organisiert von VASK Zürich**

Möglichkeit sich mit Angehörigen auszutauschen, zu erfahren dass man nicht alleine ist und Kontakte zu...

🕒 19:00 – 21:00

📍 Selbsthilfe Zürich beim Klusplatz - Jupiterstrasse 42, 8032 Züri...

18-24 Jahre 25-59 Jahre 60+ Jahre PTBS ...

[Details ansehen](#) →

**31**  
JAN **Angehörigengruppe Schaffhausen**  
Unser monatliches Treffen bietet Raum für Gespräche, Verständnis und das Gefühl, nicht allein zu sein. Wenn...

🕒 16:00 – 18:00

📍 Restaurant Fassbeiz Stadt Schaffhausen (2. Sitzungszimmer)

18-24 Jahre 25-59 Jahre 60+ Jahre Essstörungen ...

[Details ansehen](#) →

**Februar**

Liebe 

Ich fühle mit dir. Ganz fest! Leider habe ich genau solche Geburtstage in der Vergangenheit auch erlebt! Das Herz bricht einem in diesen Momenten. Die Distanz zur Lebensrealität des eigenen Kindes tut so weh! Diesen unendlich schweren Weg gemeinsam zu gehen braucht zu viel Kraft!

Mein Sohn ist jetzt 21 und (wieder einmal) sehe ich Licht am Ende des Tunnels. Das Leben dieser jungen Menschen verändert sich. Wir können an ihrer Seite mitgehen, begleiten, hoffen und da sein.

In Gedanken bin ich bei dir! 





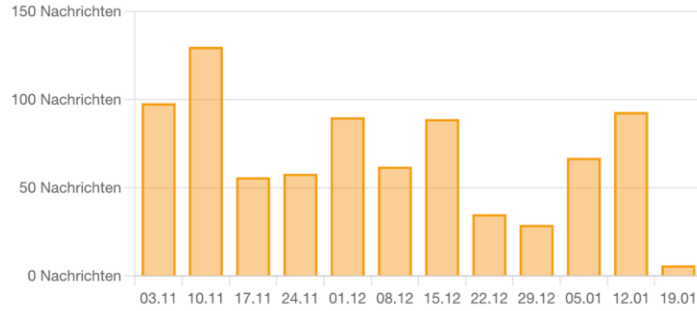
# Community-Hosts +



### Direktnachrichten (1:1)

Zeigt die Anzahl neuer Nachrichten innerhalb von 1:1-Konversationen. Hohe Werte deuten auf einen regen Austausch hin.

Wöchentlich **Monatlich**

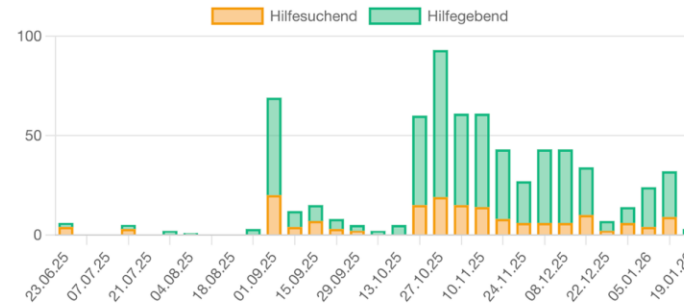


### Unterstützungs-Dynamik

[Alle Klassifikationen ansehen](#)

Zeigt das Verhältnis zwischen Beiträgen mit Hilfe anbietendem Charakter und solchen mit Hilfe gebendem Charakter.

Wöchentlich **Monatlich**



### Problematische Inhalte (Nachrichten)

[Alle Klassifikationen ansehen](#)

Zeigt die Anzahl potenziell problematischer Nachrichten, die von Moderator:innen überprüft werden sollten.

Wöchentlich **Monatlich**



### Problematische Inhalte (Events)

[Alle Klassifikationen ansehen](#)

Zeigt die Anzahl potenziell problematischer Events, die von Moderator:innen überprüft werden sollten.

Wöchentlich **Monatlich**



# Take aways

1. «Start with WHO»

2. Methodik, Methodik, Methodik!

- 👉 **Community-Weaving**
- 👉 **Double Diamond (Designprozessmodell)**
- 👉 **Agile Umsetzung (Scrum, TDD)**
- 👉 **KI = 30% schnellere u. günstigere Entwicklung**

3. Community-Weaving ab Tag 1

4. KI als Community-Building-Assistent nutzen



**community.stand-by-you.ch**