

MEDIENMAPPE 2015
10. OKTOBER – INTERNATIONALER TAG
DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

Inhalt:

Medienmitteilung 1 (Publikation anfangs Oktober)

Medienmitteilung 2 (Publikation 8. oder 9. Oktober) – inkl. Foto Armin Hüppin

Programm

Organisationskomitee

Mitmachende Firmen

Kontakt

Organisierende Fachstellen

Sponsoren

Der Tag der Psychischen Gesundheit wird im Kanton Schwyz seit letztem Jahr als Teil der nationalen Kampagne 'Wie geht's dir?' durchgeführt. Der zeitliche Ablauf in diesem Herbst sieht so aus:

1. Medienmitteilung zur Kampagne und dem 10.10. (Anfang Oktober)
2. Inserat zur Veranstaltung 10.10. 'After-Work-Party (7. Oktober)
3. Medienmitteilung zur After-Work-Party (8. oder 9. Oktober)
4. After-Work-Party in Siebnen (9. Oktober)
5. Berichterstattung zu After-Work-Party (11. oder 12. Oktober)
6. Plakataushang über APG zur Kampagne (19. Oktober bis 31. Oktober)
7. Medienmitteilung zur 3. Welle der Kampagne (20. Oktober)
8. Inserate zur Kampagne (22. Oktober und 4. November)

Medienmitteilung 1

"Wie geht's dir?" Es gibt keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit

Im Oktober schwappt die dritte Welle der nationalen Kampagne "Wie geht's dir?" über die Schweiz und erreicht am 19. Oktober den Kanton Schwyz. Plakate, Inserate und die Schoggibatzen werden wieder auf das wichtige Thema aufmerksam machen. Als Start dieser Welle findet am 9. Oktober in Siebnen eine After-Work-Party statt.

Jedes Jahr am 10. Oktober findet der 'Tag der psychischen Gesundheit' statt. Er wurde 1992 vom Weltverband für psychische Gesundheit gemeinsam mit der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ins Leben gerufen. Das Ziel des Tages und des Weltverbandes, dem auch die Schweiz angehört, besteht darin, dass der psychischen Verfassung aller Menschen Aufmerksamkeit und Sorgfalt entgegen gebracht wird, da es keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit gibt. Mit Koordination von gesundheit schwyz, der Fachstelle für Gesundheitsförderung und Prävention, haben sich im Bereich der psychischen Gesundheit tätige Fachstellen zusammen geschlossen, um auch in unserem Kanton die Öffentlichkeit für diese Anliegen zu sensibilisieren, psychische Erkrankungen zu enttabuisieren und die Bevölkerung zu informieren. Zu dem Zweck machen diese Organisationen seit 2009 mit Veranstaltungen und Aktionen auf die Anliegen psychisch kranker Menschen und den Wert der Psychischen Gesundheit aufmerksam.

Ein förderliches Arbeitsumfeld für die psychische Gesundheit

Die Kampagne setzt in diesem Herbst auf das Thema Psychische Gesundheit und Arbeitswelt und gibt eine neue Broschüre heraus: "Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz; Eine Broschüre für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer". Die Broschüre kann ab dem 10. Oktober bei gesundheit schwyz bezogen werden. Sie thematisiert ein Arbeitsumfeld, das gut ist für die psychische Gesundheit. Dazu gehört eine gute Betriebskultur, in der Vertrauen, Toleranz, Ehrlichkeit und Fairness grossgeschrieben werden. Dazu gehört aber auch das persönliche Arbeitsumfeld, die konkrete Aufgabe, die Balance zwischen Herausforderung,

Unter- und Überforderung. Zudem findet sich darin eine Sensibilisierung zu Frühwarnzeichen und Hinweise, was bei Vermutungen von psychischen Erkrankungen - von direkt Betroffenen als auch von nahestehenden Personen getan werden kann beziehungsweise wo Hilfsangebote bestehen.

After-Work-Party in Siebnen

Einige Firmen im Kanton Schwyz haben sich entschieden, an der Kampagne 'Wie geht's dir?' und am Tag der psychischen Gesundheit, der mit einem Event in Siebnen am 9. Oktober, begangen wird, teilzunehmen. Die Party beginnt um 19 Uhr in der insiderLOFT und der Eintritt ist frei.

Eine dieser teilnehmenden Firmen ist die FAES AG in Wollerau, die Präzisionsteile, Baugruppen und fixfertige Maschinen herstellt. Sie setzt sich für die psychische Gesundheit am Arbeitsplatz ein. Frau Daniela Monti, Leiterin Personalwesen der FAES AG, nahm den Aufruf von gesundheitschwyz wahr und findet es wichtig und richtig sich zu engagieren. Auf die Frage, was die FAES AG, für die psychische Gesundheit der Mitarbeitenden im Arbeitsalltag tut, sagt Frau Monti: Wir versuchen einen guten Teamgeist innerhalb der Firma zu fördern. Wir machen an Firmensportanlässen mit, wir animieren die Mitarbeiter gesund zu leben in dem wir unter anderem Smoke-Free Aktionen durchführen. Wir versuchen den Mitarbeitenden zu vermitteln, dass sie sich an den Vorgesetzten wenden können, wenn Probleme auftauchen. Verhalten sich Mitarbeitende über einen längeren Zeitraum anders als gewohnt, oder lassen Leistungen nach, wird das Thema vom Vorgesetzten, wenn nötig zusammen mit der Personalverantwortlichen, angesprochen. Es sei durch regelmässige Mitarbeiter- und Feedbackgespräche zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitenden beobachtbar, ob es den Mitarbeitenden psychisch gut gehe. Ein offener und enger Kontakt, den die Verantwortlichen mit den Mitarbeitenden pflegen würden, ermögliche, dass auch schwierige psychische Situationen angesprochen werden, meint Frau Monti. Alle Mitarbeitende, jeder Vorgesetzte und das ganze Management eines Betriebes habe sich um die Erhaltung der psychischen Gesundheit zu bemühen, stelle Daniela Monti abschliessend fest.

After-Work-Party am 9. Oktober in Siebnen

Die Firmen, die sich am Tag der psychischen Gesundheit beteiligen, geben ihren

Mitarbeitenden am 9. Oktober Schoggibatzen und Informationsmaterial zum Thema ab. Auch an der After-Work-Party vom 9. Oktober in der insiderLOFT in Siebnen wird die neue Broschüre verteilt. An diesem Event werden vier Persönlichkeiten aus dem äusseren Kantonsteil von Luka Markić zur psychischen Gesundheit interviewt werden. Ein Musikband, gebildet aus Betroffenen, wird die Party musikalisch umrahmen.

Medienmitteilung 2

Mach mal Pause

After-Work-Party zum Tag der psychischen Gesundheit

Am Freitag 9.10. organisiert gesundheits schwyz in Zusammenarbeit mit anderen Organisationen in Siebnen einen After-Work-Anlass zum Thema „Mach mal Pause“. Zur musikalischen Unterhaltung hat sich eine Band mit Betroffenen zusammengefunden. In Kurzinterviews erzählen bekannte regionale Persönlichkeiten über Erfahrungen und ihren persönlichen Umgang mit Arbeitspausen. Ein Interviewpartner ist Alt-Landammann und jetziger Geschäftsführer der Genossame Lachen, Armin Hüppin.

Die Arbeit, das Tätigsein am Arbeitsplatz oder für den Arbeitgeber, umfasst einen grossen Teil der Zeit vieler Menschen. Und wie unsere ganze Welt immer schneller, lauter, vernetzter und bunter – aber auch hektischer wird, beschleunigt sich auch die Arbeitswelt. Wir müssen heute immerfort entscheiden, deuten und gestalten. Arbeit findet nicht mehr nur im Büro statt, sondern überall. Sie schwappt ins Wochenende und in die Ferien, in die Nächte und ins Familienleben. Es vermittelt uns ein wertvolles Gefühl, nämlich «Ich-bin-unentbehrlich und werde gebraucht; ich bin jemand». Dass die Kehrseite davon Nicht-Mehr-Abschalten-können ist, merkt man kaum oder spät.

Pausen sind wichtig

Um psychisch gesund zu sein und zu bleiben, sind Pausen wichtig. Damit entschleunigen wir unser Leben. Aber wie kann man diesbezügliche Pausen im Arbeitsalltag einbauen? Armin Hüppin beantwortet die Frage wie folgt: "Indem man zum Beispiel die tägliche Znünpause mit den Mitarbeitenden nicht anderen Terminen opfert." Das könnte eine der Fragen sein, die in den Interviews anlässlich der After-Work-Party diskutiert werden. Luka Markić interviewt folgende Gäste:

Andrea Fleischmann, Heimleitung Behindertenwohnheim Höfli; Koni Suter, pensioniert, Projektleiter Mythen-Fonds (landwirtschaftliches Entwicklungsprojekt in Siebenbürgen); Armin Hüppin, Geschäftsführer Genossame Lachen; André Ziltener, Geschäftsführer Hohneck+Ziltener AG.

Die Party findet in der insiderLOFT in Siebenen statt. Ab 18.30 Uhr ist Einlass und um 19 Uhr der offizielle Partybeginn. Zwischen den Interviews unterhält die Band "let it go" die Partygäste.

Firmen engagieren sich

Diverse Ausserschwyzer Unternehmungen haben sich bereit erklärt, Ihren Mitarbeitenden im Rahmen der diesjährigen Thematik eine angenehme Pause zu bereiten und sie am 9. Oktober mit einer kleinen, essbaren Aufmerksamkeit im Rahmen einer Sonderanfertigung der Bäckerei Bruhin in Siebenen zu beschenken. Des Weiteren werden auch in anderen Firmen Unterlagen der Kampagne „Wie geht's dir“ verteilt. Hauptziel ist die Schaffung einer Haltung, in der es möglich ist, über psychische Krankheiten zu sprechen, genauso wie man über einen Beinbruch oder einen Schnupfen spricht.

Kasten:

After-Work-Party zum Tag der psychischen Gesundheit

Freitag, 9. Oktober 2015, Siebnen, Glarnerstrasse 31, insiderLOFT

«Mach mal Pause»

18.30 Einlass, Willkommensdrink und Häppchen offeriert

19.00 Begrüssung durch Josef Bruhin, Siebnen

19.15 Interview Andrea Fleischmann, Wangen

20.00 Interview Koni Suter Muotathal, Pfäffikon

20.45 Interview Armin Hüppin, Wangen

21.30 Interview André Ziltener, Altendorf

Moderation Luka Markić

22.00 Schlusswort

Musikalische Beiträge der Projektband «let it go» des Sozialpsychiatrischen
Dienstes Kanton Schwyz

Eintritt frei

Das Foto von Armin Hüppin in der Beilage steht zur Verwendung bereit.

Programm

***Das Detailprogramm können Sie dem beigelegten Flyer oder dem Entwurf
des Inserates entnehmen.***

Organisationskomitee

- **Andrea Fässler**, Sozialpsychiatrischer Dienst, Beratungsstelle Einsiedeln
- **Franz Aschwanden**, Heimleiter Wohnheim Flora Einsiedeln, Stiftung Phönix Schwyz
- **Daniel Barmettler**, Geschäftsleiter pro infirmis Uri, Schwyz, Zug
- **Jana Wittek**, gesundheits schwyz – Gesundheitsförderung und Prävention (z.Z. in Mutterschutz)
- **Rahel Kurth**, gesundheits schwyz – Gesundheitsförderung und Prävention
- **Helen Winkler**, Medienstelle/Leiterin, Dienstleistungsmarketing, BSZ Stiftung Seewen

Weitere an der Organisation Beteiligte:

- **Brigitte Kienast**, Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Schwyz
- **Rita Nussbaumer**, Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst Schwyz
- **Andreas Pantli**, Paar- und Familientherapeut IEF, Paar- und Familienberatung Kanton Schwyz

Mitmachende Firmen

Vgl. Website:

<http://www.psychische-gesundheit-schwyz.ch/de/wie-gehts-dir/partner/>

Altendorf	Gemeindeverwaltung
Brunnen	Pro Infirmis Café Bahnhofsmärcht Mythen Training GmbH
Einsiedeln	SPD Spital Coiffeurgeschäft Reichmuth

	Factory Fitness Einsiedeln GmbH
Feusisberg	Föllmi AG
Freienbach	Gemeindeverwaltung
Gersau	Café Rathaus
Goldau	SPD Café Pfenniger
Küssnacht	Café Bistro Leopold Café Vogel zur Bachmühle Coiffure Rösli J.
Lachen	SPD Spital Bezirk March Büeler AG Steiner Beck AG
Morschach	Wildi's Dorfcafé GmbH
Pfäffikon	Pamasol Willi Mäder AG
Reichenburg	Café Lichtsinn
Rothenthurm	Café Restaurant Turm
Schwyz	Coiffeurgeschäft Haut Coiffure Mettler
Siebnen	Bäckerei Bruhin Wendelin
Wollerau	FAES AG Bezirk Höfe

Kontakt

gesundheit schwyz
Freddy Businger, Stellenleiter
041 859 17 27
freddy.businger@spd.ch

Organisierende Fachstellen

gesundheits schwyz – Fachstelle für Gesundheitsförderung und Prävention

www.gesundheit-schwyz.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Schwyz

www.spd.ch

BSZ Stiftung

www.bsz-stiftung.ch

Sozialpsychiatrischer Dienst des Kantons Schwyz

www.spd.ch

Stiftung Phönix Schwyz

www.phoenix-schwyz.ch

pro infirmis uri, schwyz, zug

www.proinfirmis.ch/de/kantonale-angebote/uri-schwyz-zug.html

Sponsoren

Patronat und Gönner ist die **Schwyzzerische Stiftung für Sozialpsychiatrie, die Stiftung Phönix und der Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienst.**

Weitere unterstützende Institutionen sind:

- Carl & Elise Elsener-Gut Stiftung
- Druckerei am See
- Stiftung BSZ
- pro infirmis