

## BERNER AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

### Organisationskomitee

Bernisches Aktionsbündnis Psychische Gesundheit,  
Kantonale Behindertenkonferenz Bern (kbk)  
Berner Gesundheit (Beges)  
Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie (igs), psy.ch  
Pro Infirmis Kanton Bern (PI)  
Pro Mente Sana (PMS)  
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)  
Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker Bern (VASK Bern)



### Medienmitteilung

**Sperrfrist: 10. Oktober 2017, 19.30**

## YB-Talk zum Thema psychische Gesundheit

**Psychische Gesundheit und Fussball: Diese spannende Kombination gab es zum Auftakt der diesjährigen Berner Aktionstage psychische Gesundheit im Stade de Suisse.**

Die Eröffnungsfeier fand in Kooperation mit dem BSC Young Boys statt. Kombiniert mit einem Public-Viewing zum WM-Qualifikationsspiel Portugal-Schweiz wurde zur Sensibilisierungskampagne «Wie geht's Dir?» informiert. Die Kampagne will das Tabu «psychisch krank» brechen und dazu ermuntern, offen über psychische Belastungen zu sprechen. In einem Talk diskutierten u. a. Wanja Greuel, CEO BSC YB, Lars Lunde, ehemaliger Fussballer, Fränzi Nievergelt, Fussballtrainerin mit psychischer Erkrankung und Thomas Ihde, Präsident Pro Mente Sana und Chefarzt der psychiatrischen Dienste fmi AG. Die diesjährigen Berner Aktionstage psychische Gesundheit zum Themenschwerpunkt «psychische Gesundheit und Erkrankungen in der Familie» finden vom 10.10.-24.11.2017 statt. Im ganzen Kanton werden zahlreiche interessante Veranstaltungen durchgeführt.

Psychische Krankheiten sind häufig, vielfältig und behandelbar. Doch obwohl jeder zweite Mensch im Leben einmal psychisch erkrankt, werden diese immer noch verschwiegen. Es gibt viele Vorurteile. Zum Beispiel: Die Krankheit sei eine persönliche Schwäche oder man müsse sich dafür schämen. «Dieses Tabu will die Kampagne «Wie geht's Dir?» brechen», erklärte Christa Schwab, Verantwortliche Bernisches Aktionsbündnis Psychische Gesundheit, Kantonale Behindertenkonferenz Bern.

Wenn ein Familienmitglied erkrankt, sind alle in ihrem Alltag stark gefordert. Manche Eltern möchten ihr Kind schonen und vermeiden es, mit ihm über die psychischen Probleme zu sprechen. Dem Kind ist damit kein Dienst erwiesen. Kinder spüren, wenn etwas aus dem Gleichgewicht gerät, sei es bei sich selbst, bei Mutter, Vater oder einem Geschwister. Sie brauchen Erwachsene, die mit ihnen über die Erkrankung sprechen und sie darin unterstützen, einen Umgang zu finden. (Fussball-)TrainerInnen sind wichtige Bezugspersonen, die einen wertvollen Beitrag leisten können.

«Wie geht's Dir?» ist eine Standardfrage zur Begrüssung. Aber wann wird diese ernst beantwortet? Wanja Greuel, CEO BSC Young Boys befürwortet einen ehrlichen Umgang mit den Sorgen, die uns alltäglich begleiten: «Mehr Mut und offener Umgang, mehr Verständnis mit den Sorgen anderer, mehr Interesse am Gegenüber und ein offenes Auseinandersetzen mit Problemen, das wünscht sich auch der BSC Young Boys, deshalb unterstützen wir die Kampagne «Wie geht's' Dir?»»

«Ja, wir psychisch Kranken sind ganz normale Menschen, die eine Krankheit haben, die nicht Ablehnung anderer Menschen braucht, sondern im Gegenteil: Wir brauchen Menschen, die uns unterstützen, helfen und für uns da sind, wenn wir sie brauchen. Nur so kommen wir wieder aus unserem Loch. Reden ist wichtig und hilft Vorurteile abzubauen», führte Fränzi Nievergelt, Fussballtrainerin mit psychischer Erkrankung aus.

## BERNER AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

### Organisationskomitee

Bernisches Aktionsbündnis Psychische Gesundheit,  
Kantonale Behindertenkonferenz Bern (kbk)  
Berner Gesundheit (Beges)  
Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie (igs), psy.ch  
Pro Infirmis Kanton Bern (PI)  
Pro Mente Sana (PMS)  
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)  
Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker Bern (VASK Bern)



Thomas Ihde, Präsident Pro Mente Sana und Chefarzt der psychiatrischen Dienste fmi AG plädierte: «Fussball-Trainerinnen und Trainer sind für mich wichtige Türöffner. Junge Menschen mit einer psychischen Belastung werden generell schlecht erreicht, die Erfahrungswerte haben aber gezeigt, dass sensibilisierte Trainerinnen und Trainer dies sehr gut können. Eine absolute Chance. Deshalb ist es für uns als Stiftung sehr wichtig, dass wir sie zum Thema sensibilisieren können. Der Talk wurde von Marcel Wisler, Leiter Kommunikation Pro Mente Sana moderiert.

Während den Aktionstagen bündeln 25 Organisationen und Institutionen aus Fach- und Selbsthilfe aus dem ganzen Kanton ihre Kräfte und bieten vom 10. Oktober bis 24. November 2017 ein attraktives Programm, bestehend aus Informationsanlässen, Fachveranstaltungen, Besichtigungen, Radio-sendungen und kulturellen Angeboten. Das Programm der Aktionstage bietet ein breites Spektrum sich zu informieren, das Gespräch miteinander zu suchen und somit Vorurteile abzubauen.

Der Kanton Bern unterstützt die Umsetzung der Kampagne „Wie geht's Dir?“ im Kanton Bern.

Weitere Informationen:

Umsetzung Kampagne „Wie geht's Dir?“ im Kanton Bern, Programm / Informationen zu den Aktionstagen und zum 10.10. Tag der psychischen Gesundheit:

[www.psychische-gesundheit-bern.ch](http://www.psychische-gesundheit-bern.ch)

[Kampagnenbilder Aktionstage 2017](#), [Broschüre Aktionstage](#)

Nationale Sensibilisierungskampagne „Wie geht's Dir?“:

[www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch), [Broschüre "Psychische Gesundheit und Krankheiten in der Familie"](#)

[www.comment-vas-tu.ch](http://www.comment-vas-tu.ch), [brochure "Santé et maladies psychiques au sein de la famille"](#)

psy.ch – der Wegweiser für psychische Gesundheit des Kantons Bern:

[www.psy.ch](http://www.psy.ch)

Pro Mente Sana – Schweizerische Stiftung für die Interessen psychisch kranker Menschen:

[www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)

Kantonale Behindertenkonferenz Bern – Dachverband der Behindertenorganisationen aus Selbsthilfe und Beratung für die Interessen von Menschen mit Behinderungen und psychischen Beeinträchtigungen:

[www.kbk.ch](http://www.kbk.ch)

Auskünfte per Telefon erteilt: Christa Schwab, Verantwortliche Bernisches Aktionsbündnis Psychische Gesundheit, Kantonale Behindertenkonferenz Bern kbk, Telefon 031 371 68 67 / 079 368 63 30