

gesundheit schwyz **aktuell**

Ausgabe 32
April 2018

Inhalt:

Stelle allgemein

Info / Beratung

Psychische Gesundheit

Sexuelle Gesundheit

Sucht / Abhängigkeit

Gesundheitsförderung & Prävention an den Sek-II-Schulen

Kontaktstelle Selbsthilfe

Öffnungszeiten:

Sie erreichen uns telefonisch von Montag bis Freitag von 9 Uhr bis 12 Uhr und von 13.30 Uhr bis 17.00 Uhr. Die Mediothek ist während diesen Zeiten am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag betreut. Fachberatungen sind nach telefonischer Vereinbarung von Montag bis Freitag möglich.

Genaue Angaben zu Öffnungszeiten und Erreichbarkeit können Sie auf unserer [Homepage](#) entnehmen.

1. Stelle allgemein

Neue Mitarbeiterinnen

Die langjährige APiS- Mediatorin, **Rajka Matic**, trat ihre Pension an. Wir danken Rajka herzlich für ihre tolle Arbeit im Projekt APiS (Aidsprävention im Sexgewerbe). Als Nachfolgerin konnten wir Iulia **Roxana Nescoiu** gewinnen. Sie nahm ihre Arbeit am 1. März in Angriff.

Claudia Furrer wird ihre Funktion als APiS-Leiterin Ende April aufgeben. Ihre Nachfolgerin **Cornelia Leutwyler**-Trummer trat ihre Stelle bereits am 16. April an. Gemeinsam mit den beiden Mediatorinnen Roxanna Necsoiu und Eva Mako wird sie für **gesundheit schwyz** die Aidsprävention im Sexgewerbe weiterführen.

Wir heissen Cornelia Leutwyler und Roxanne Nescoiu herzlich willkommen.

Neue E-Mailadressen ab 1. Februar

Wie bereits mitgeteilt ist Triaplus AG unsere neue ‚Mutter‘firma. Somit änderten sich auch unsere E-Mailadressen. Die allgemeine Adresse lautet: gesundheit-schwyz@triaplus.ch. Die persönlichen Adressen unserer Mitarbeitenden lauten: vorname.name@triaplus.ch.

2. Info / Beratung

Mediothek

Die Mediothek von [gesundheit schwyz](#) ist für alle zugänglich. Sie können auf unserer [Homepage](#) direkt Ihre gewünschten Medien und Bücher suchen und finden.

Fachtagung 07. März 2018

Gesund im Kopf - fit im Job; Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Eine grosse Anzahl Teilnehmenden aus Gewerbe, Dienstleistung, Verwaltung liessen sich von den beiden Referaten begeistern. Dr. Thomas Ihde und Dr. Niklas Bär informierten klar, humorvoll, zugewandt und vermittelten viel Wissen in einer verständlichen Sprache. Psychische Gesundheit und Krankheit am Arbeitsplatz wurde thematisiert und mit vielen Impulsen zum Wohlergehen, die die Teilnehmenden erarbeiteten oder aus ihrem Berufsalltag vorstellten, ergänzt. Die Referate und die gesammelten Impulse können [hier](#) heruntergeladen werden.

3. Psychische Gesundheit

Publireportage zum psychischen Wohlergehen

Im April erscheint in allen bekannten Schwyzer Printmedien die [Publikationsreportage](#) von Spitex Schwyz zum Thema Hilfe annehmen - ein Akt der Stärke. Ausserdem finden Sie auf der [Homepage](#) von [gesundheit schwyz](#) das Testimonial von Abt Urban Federer genau zu diesem Thema.

Erzählcafé für Generationen

Am 09.05.2018 findet ein Erzählcafé für Generationen bei Pro Senectute in Lachen statt. Es ist ein gemeinsames Projekt von [gesundheit schwyz](#) und Pro Senectute zu den 10 Impulsen der psychischen Gesundheit. „Alles beginnt im Gespräch“ ist einer der 10 Impulse und weist daraufhin wie wichtig die Kommunikation miteinander ist. Echter Austausch hängt wesentlich davon ab, ob man sich Zeit nimmt und für den anderen da ist. Weitere Informationen zu dem Erzählcafé erhalten Sie [hier](#).

Die sieben häufigsten psychischen Erkrankungen einfach erklärt

Die neuen Kurzfilme des Instituts Kinderseele Schweiz ([hier](#)) erklären die sieben häufigsten psychischen Erkrankungen auf einfache Art und Weise. In fünf weiteren Filmen werden Erfahrungen von Betroffenen geteilt. Die Filme sollen dazu beitragen, dass vor allem Jugendliche, deren Mutter oder Vater psychisch krank ist, sich auf einfachem Weg online und anonym über die Erkrankung ihrer Eltern informieren können. Die Kurzfilme sind aber auch als Hilfsmittel für Fachpersonen gedacht, wenn sie mit betroffenen Familien zu tun haben. Und sie können auch betroffenen Eltern dabei helfen, einen Einstieg ins Gespräch über ihre Erkrankung mit ihren Kindern zu finden.

4. Sexuelle Gesundheit

Bundesrat bestätigt die schulische Sexualaufklärung

Ein Expertenbericht des Bundesrats bestätigt die wissenschaftlichen und fachlichen Grundlagen für die in der Schweiz übliche ganzheitliche Sexualaufklärung als solide, international anerkannt und von der grossen Mehrheit der Sachverständigen begrüsst. Der Bericht bestätigt auch den bisherigen Ansatz, dass Sexualaufklärung im Elternhaus begonnen und zu Präventionszwecken in der Schule fortgeführt werden sollte, um die Chancengleichheit zu gewährleisten. Weitere entnehmen Sie [hier](#).

Neues Arbeitsmaterial für den Unterricht zu „Selfies, Sexting, Selbstdarstellung“

Die Unterrichtsreihe „Mobile Medien – Neue Herausforderungen“ von Klicksafe und Handysektor bietet kurze Unterrichtseinheiten zu den Themen Handynutzung und Herausforderungen bei der Nutzung mobiler Medien. Neu ist ein Arbeitsheft zum Umgang mit „Selfies, Sexting und Selbstdarstellung“ verfügbar zum [Download](#) als PDF.

HPV-Impfung vom Bundesamt für Gesundheit BAG als wirksam und sicher beurteilt

Studien über die letzten 10 Jahre haben eine sehr gute Wirksamkeit der HPV-Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs nachgewiesen. Ab Mitte 2018 soll ein neuer Impfstoff verfügbar sein, der gegen 5 weitere krebsauslösende HPV-Typen schützt. Die Vergütung der HPV-Impfung für Frauen zwischen 15 und 26 Jahren wurde unbefristet verlängert. Die Impfung wird auch für Jungen empfohlen. Im Bulletin 03/2018 des [BAG](#) findet man die konkreten Angaben.

5. Sucht / Abhängigkeit

Flimmerpause vom 4.-10. Juni 2018 – machen Sie mit!!

Haben Sie Lust auf ein Experiment? Stellen Sie sich vor, Sie verbringen Ihre Freizeit eine Woche lang ohne Bildschirm. Sie werden staunen, wie viel Zeit plötzlich übrig bleibt, um Spannendes zu erleben. Angesprochen sind Familien, Schulklassen, Einzelpersonen, Institutionen, etc. Melden Sie sich [hier](#) an und bestellen Sie kostenlose Materialien.

Factsheet-Dossier Nikotinprodukte von Sucht Schweiz

Neben der klassischen Zigarette werden vermehrt auch die Wasserpfeife, Snus und seit wenigen Jahren E-Zigaretten sowie Tabakprodukte zum Erhitzen konsumiert. Doch sind diese Produkte auch wirklich risikoärmer? Sucht Schweiz stellt in einem [Factsheet-Dossier](#) die neusten Forschungsergebnisse zu Inhalten, Verwendung und Gesundheitsfragen pro Produktkategorie übersichtlich dar.

Experimente mit Cannabis sollen legal werden

Der Ständerat will Studien mit Cannabis ermöglichen. Vor Kurzem hat das Bundesamt für Gesundheit (BAG) die Bewilligung für eine wissenschaftliche Studie der Universität Bern zum Verkauf von Cannabis zu Genusszwecken mit der Begründung der dafür nicht vorhandenen gesetzlichen Grundlage nicht erteilt. Die Studie wollte erforschen, wie sich ein kontrollierter Zugang zu Cannabis auf die Gesundheit der Konsumentinnen und Konsumenten und die Drogenszene in der Stadt Bern auswirkt. Die Motion von Roberto Zanetti (SP/SO) fordert einen Experimentierartikel im Betäubungsmittelgesetz und wurde vom Ständerat angenommen. Die grosse Kammer wird nun als nächstes über Zanettis Motion befinden. Mehr Informationen dazu finden Sie im [Ratsprotokoll](#).

Suchtprävention und Jugendschutz zeitgemäss gestalten

Die Nationale Arbeitsgemeinschaft Suchtpolitik NAS-CPA hat im März die Grundposition "Suchtprävention und Jugendschutz zeitgemäss gestalten" verabschiedet. Mit diesem [Dokument](#) legt die NAS-CPA ihre Grundposition zur Suchtprävention und zum Jugendschutz dar, definiert Begriffe und formuliert Voraussetzungen für eine zeitgemässe Ausgestaltung der Suchtprävention und des Jugendschutzes aus ihrer Sicht.

6. Gesundheitsförderung & Prävention an den Sek-II-Schulen

Diversity exists – Film und Lehrmittel

Diversity exists ist ein Lehrmittel, welches Lehrpersonen bei der Thematisierung von verschiedenen sexuellen Orientierungen und Lebensweisen unterstützen soll. Der 30-minütige Inputfilm erleichtert den Einstieg in das Thema und wirft Fragen auf, welche Anknüpfungspunkte

punkte für Diskussionen bieten. Das dazugehörige Dossier zeigt Unterrichtsvorschläge zur anschliessenden Verarbeitung. Der Film und die Unterrichtsmaterialien können über folgenden [Link](#) bezogen werden.

Übersicht aller Unterrichtsmaterialien bei gesundheit schwyz

Eine Übersicht über weitere Unterrichtsmaterialien für die Sekundarstufe II zu den Themen Sexuelle Gesundheit, Sucht/Abhängigkeit, Psychische Gesundheit und Neue Medien finden Sie [hier](#).

Praxisbeispiele Gesundheitsförderung und Prävention

Nicht nur die Berufsfachschulen und Mittelschulen des Kantons Schwyz engagieren sich für die Gesundheit ihrer Lernenden und Schülerinnen/Schüler. Auch die entsprechenden Schulen im Kanton Zürich machen gute Sachen. Eine Übersicht von umgesetzten Projekten und Aktivitäten finden Sie hier: [Berufsfachschulen](#) und [Mittelschulen](#).

7. Kontaktstelle Selbsthilfe

Sexuelle Gewalt: Gruppe im Aufbau

Zurzeit unterstützt die Kontaktstelle Selbsthilfe Schwyz die Gründung einer Selbsthilfegruppe ‚Sexuelle Gewalt‘. Die Gruppe soll voraussichtlich im Sommer starten. Gesucht werden betroffene Frauen, welche sich mit anderen Betroffenen treffen möchten. Ziele sind: gegenseitiger Austausch, Mut und Zuversicht aufbauen, eigene Ressourcen stärken. Voraussetzung ist, dass die Betroffenen in therapeutischer Behandlung sind. Genauere Informationen erhalten Sie bei der Kontaktstelle Selbsthilfe: 041 859 17 27, selbsthilfe@triaplus.ch

Tag der Selbsthilfe

Der 21. Mai ist der nationale Tag der Selbsthilfe. Was ist Selbsthilfe eigentlich? Einen Einblick in die Arbeit von Selbsthilfegruppen bietet die filmische [Kurzdokumentation](#) ‚Gemeinschaftliche Selbsthilfe in der Schweiz‘ sowie die Erfahrungsberichte, die Sie [hier](#) auf der Website von Selbsthilfe Schweiz.

Europäische Kooperation für mehr Selbsthilfefreundlichkeit im Gesundheitswesen

Selbsthilfe-VertreterInnen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz trafen sich erstmals zum Austausch über das Konzept „Selbsthilfefreundlichkeit“ über die Landesgrenzen hinweg. Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen fördern nachhaltig den Kontakt zwischen PatientInnen und der gemeinschaftlichen Selbsthilfe. Die Teilnehmenden wollen ihre Zusammenarbeit künftig in einem Aktionsbündnis intensivieren. Mehr erfahren Sie [hier](#).

gesundheit  schwyz

Gesundheitsförderung
und Prävention

Wir arbeiten im Auftrag des Kantons Schwyz.

gesundheit schwyz
Gesundheitsförderung
und Prävention

Centralstrasse 5d
6410 Goldau

T 041 859 17 27

gesundheit-schwyz@triaplus.ch
www.gesundheit-schwyz.ch