

# gesundheit schwyz **aktuell**

Ausgabe 3  
Dezember 2009

*Inhalt:*

*Info / Beratung*

*Psychische Gesundheit*

*Sucht / Abhängigkeit*

*Allgemeine Informationen*

Öffnungszeiten:

Sie erreichen uns telefonisch oder face to face im Büro von Montag bis Freitag von 9 Uhr bis 12 Uhr und von 13.30 Uhr bis 17.00 Uhr. Genaue Angaben zu Öffnungszeiten und Erreichbarkeit können Sie auch unserer [Homepage](#) oder der [Stellenkarte](#) entnehmen.

## **1. Info / Beratung**

### **Neues in der Mediothek**

[Hier](#) finden Sie vier Hinweise zu neuen Büchern, die Sie in unserer Mediothek ausleihen können.

### **Unterrichtskoffer**

Mitte November wurden die neuen Koffer der Öffentlichkeit vorgestellt. Bereits werden sie rege ausgeliehen. Zwei Koffer sind in Lachen (SPD) und zwei in Goldau (gesundheit schwyz) stationiert. Sie können bei uns reserviert werden. [Hier](#) geht es zu den genauen Informationen auf unserer Homepage und [hier](#) finden Sie den Flyer zu den Koffern. Zu den Inhalten der einzelnen Koffer kommt man hier:

[Alkohol](#)

[Tabak](#)

[Mobbing](#)

[Körperbewusstsein](#)

Verhütung - *besitzt kein PDF*

### **Fachtagung: Rausch & Risiko vom 21. Januar 2010**

Die Tagung findet in Goldau von 9 bis 16.15 Uhr für Sozialtätige, Lehrpersonen, Ärztinnen, Politiker und andere an der Gesundheitsförderung und Prävention interessierten Personen statt. Mit dem Tagungsthema - **Rausch & Risiko** – informieren wir über die Funktion des Rausches für ein Individuum und für die Gesellschaft, über die Auswirkungen von Rausch-

zuständen auf das Risikoverhalten und über Möglichkeiten der Prävention. Neben dem theoretischen Zugang werden am Nachmittag regionale Praxisfenster geöffnet zur Jugendarbeit, zur Altersarbeit, zur Club- und Pubszene und zum Sexgewerbe. [Hier](#) geht es zum Flyer mit dem Anmeldetalon. Anmeldeschluss ist der 8. Januar 2010.

### femmesTische

KomIn, das Kompetenzzentrum Integration ([hier](#) geht es zur Homepage KomIn), und gesundheit schwyz reichten gemeinsam ein Projektgesuch für die Umsetzung der femmesTische im Kanton Schwyz beim Department des Innern ein. FemmesTISCHE ist ein niederschwelliges Bildungsangebot, das sich speziell an bildungsferne und sozioökonomisch schwache Bevölkerungsgruppen richtet. Es bringt Erziehende zusammen, die sich in ungezwungenen Diskussionsrunden in privatem Rahmen mit Fragen zu Gesundheit und Erziehung auseinandersetzen. Durch Information und Erfahrungsaustausch werden neue Handlungsmöglichkeiten eröffnet, durch die private Atmosphäre und die kleinen Gruppen soziale Netze und Integration gefördert. Wer sich detaillierter informieren möchte, findet die Angaben über femmesTische [hier](#).

### Ernährung

Vier Ernährungsberaterinnen aus dem Kanton Schwyz planen mit gesundheit schwyz eine Aktion. Auf Plakaten im ÖV wird die Frage gestellt: Was esse ich heute Abend? Parallel zum Plakat wird ein Flyer entwickelt auf dem 7 bis 8 schnelle, einfache, gesunde und ausgewogene Abendessen abgebildet und beschrieben sind..

## 2. Psychische Gesundheit

### Rückblick auf den 10. Oktober – Tag der psychischen Gesundheit

Zum ersten Mal wurde dieses Jahr im Kanton Schwyz der internationale Tag der psychischen Gesundheit aktiv für die Sensibilisierung der Bevölkerung genutzt. Der Sozialpsychiatrische Dienst, die Paar- und Familienberatung, die Stiftung Phönix und gesundheit schwyz haben gemeinsam Standaktionen in Schwyz und Einsiedeln organisiert, sowie eine Abendveranstaltung in Einsiedeln durchgeführt mit einem Film zum Thema. Das Fazit ist durchwegs positiv und stimmt die Verantwortlichen zuversichtlich, den 10. Oktober auch in Zukunft als Plattform für Öffentlichkeitsarbeit im Interesse der psychischen Gesundheit zu nutzen.

### Suizidprävention von Jugendlichen für Betroffene

Jugendliche der Trubebude Schwyz wagen sich an das heikle und tabuisierte Thema Jugendsuizid. Unterstützt von einer Jugendarbeiterin und einer Fachperson von gesundheit schwyz überlegen sie sich, wie das Thema jugendgerecht aufgegriffen werden kann. Im Zentrum stehen Fragen wie

- Was sind Fakten? Was sind Mythen?
- Welches ist eine geeignete Form, Informationen über das Thema zu vermitteln?
- Wo finde ich Hilfe, wenn ich selber betroffen bin oder mir ein/e FreundIn von Suizidgedanken berichtet?

In Deutschland haben wir ein mögliches Vorbild gefunden. Der Verein [Irrsinnig menschlich](#) hat jugendgerechte Ausstellungen, Plakate und Krisenwegweiser zu Themen rund um psychische Gesundheit und Krankheit entwickelt.

### 3. Sucht / Abhängigkeit

#### Jugendschutz in den Gemeinden

Der Bezirk Küssnacht und die Gemeinde Schwyz haben Konzepte entwickelt zum Jugendschutz und zum Umgang im öffentlichen Raum. Im Rahmen dieser Konzepte führte gesundheit schwyz Schulungen durch für Personal in Gastronomie, Detailhandel und Festwirtschaften.

Den rund 60 Teilnehmenden wurde in 4 Kursen Wissen über Suchtprävention beim Alkoholkonsum Jugendlicher, über die gesetzliche Bestimmungen zum Jugendschutz vermittelt. Eine DVD und praktische Übungen machten fit zum Umsetzen der Jugendschutzbestimmungen in der Praxis.

Auskunft dazu erteilt [Susanne Dillier](#).

#### Tagung KAAP

Am 4. 11. 09 fand die jährliche Fachtagung für die Kantonalen Alkohol Aktionspläne statt; dieses Mal unter dem Thema *Alkoholintoxikationen: Notfallstation und dann...?* Es bestand Einigkeit darin, dass es nicht genügt, betrunkene Kinder und Jugendliche nach Hause zu fahren oder nach der Behandlung auf der Intensivstation zu entlassen. Hier wären Gelegenheiten für selektive und indizierte Prävention und Intervention. Lesen Sie [hier](#) weiter.

#### Kinder aus belasteten Familien –(k) eine Privatsache?

Die Weiterbildung vom 22.10.09 in Goldau ist auf grosses Interesse gestossen. Diese Kinder sind eine Zielgruppe für selektive Prävention. Dadurch kann die Tradierung von Hilflosigkeit und Suchtproblemen unterbrochen werden.

Dieses Thema wird auch in anderen Kantonen angegangen. So die **Aargauische Stiftung Suchthilfe AGS**: In Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme hat sich die AGS zum Ziel gesetzt, die Entwicklungschancen betroffener Kinder zu fördern, sowie die Eltern in ihrer Erziehungsaufgabe zu unterstützen. Für Kinder von 8 bis 15 Jahren besteht ab 2010 die Möglichkeit, sich in Kindergruppen Unterstützung zu holen. Deren Eltern lernen an vier Abenden, wie sie mit ihren Kindern über die Suchterkrankung reden können. Weitere Infos zum Projekt sind auf der Website der Stiftung Suchthilfe [AGS](#) erhältlich.

#### Testkäufe

Im Juli/Aug. 2009 führten der Städteverband und die Konferenz städtische Polizeidirektorinnen und –direktoren eine Umfrage durch zu einzelnen Aspekten der bevorstehenden Totalrevision des Alkoholgesetzes. 86% der teilnehmenden Städte befürworteten eine gesetzliche Grundlage für Testkäufe, eine bundesrechtliche Grundlage für zeitlich und örtlich limitierte Alkoholverbote.

Ebenfalls mehrheitlich unterstützt werden die Festlegung einer Lenkungsabgabe und die Festlegung von Minimalpreisen gegen Billigangebote und die Erhöhung der Spirituosensteuer.

#### Nationales Rauchverbot am 1. Mai 2010

Ab dem 1. Mai 2010 ist das Rauchen in der ganzen Schweiz in den meisten Restaurants und Bars, aber auch in geschlossenen öffentlichen Räumen sowie in Arbeitsräumen verboten. Der Bundesrat hat das Gesetz zum Schutz vor dem Passivrauchen in Kraft gesetzt. Das Gesetz finden sie [hier](#). Die Bestimmungen, die der Bundesrat dazu verabschiedet hat, sind aber weniger streng als ursprünglich vorgesehen. Grössere Lokale können Fumoirs für RaucherInnen einrichten, wobei diese nun auch grösser als die ursprünglich geplanten 80 Quadratmeter sein dürfen. Weniger als 80 Quadratmeter grosse Restaurationsbetriebe können als Raucherlokale zugelassen werden. Nicht mehr geraucht werden darf ab 1. Mai 2010 auch in Kinos, Einkaufszentren, Schulen und Sportanlagen.

### Gesundheitskosten des Passivrauchens in der Schweiz

Passivrauchen verursacht in der Schweiz jährliche Gesundheitskosten von über einer halben Milliarde Franken. Das zeigen Studien des Schweizerischen Tropeninstituts in Basel. Tausende Lebensjahre gehen verloren, weil Menschen dem Tabakrauch anderer ausgesetzt sind. Die Forscher untersuchten, welche Gesundheitskosten die Schweiz einsparen könnte, wenn ein allgemeines Rauchverbot für öffentlich zugängliche Innenräume und Arbeitsplätze eingeführt würde. Grundlage bildete die Situation im Jahr 2006. [Hier](#) geht es zur Studie.

## 4. Allgemeine Informationen

### Gesundheit im Kanton Schwyz

Erstmals gab der Kanton in diesem Herbst eine Broschüre zu den Ergebnissen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2007 heraus. Es lassen sich drei Grundaussagen herauskristallisieren:

Die Mehrheit der Bevölkerung des Kantons Schwyz fühlt sich physisch und psychisch gesund. Die Schwyzerinnen und Schwyzer rauchen mehr als der schweizerische Durchschnitt. Viele Schwyzerinnen und Schwyzer leiden an Bewegungsmangel und sind übergewichtig. Der Bericht kann beim Amt für Gesundheit und Soziales bezogen oder [hier](#) angeschaut werden.