

PEP

Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch

Jahresbericht 2019

Verein Fachstelle PEP

Verein PEP: Fachstelle Prävention Essstörungen
Praxisnah am Inselspital Bern
fachstelle@pepinfo.ch | www.pepinfo.ch

Postadresse: Fachstelle PEP
Fellerstrasse 15c, 3604 Thun

Inhaltsverzeichnis

1	Verein	4
1.1	Personelles	4
1.2	Jahresrückblick in Kürze	4
1.3	Sitzungen	5
1.4	Mitgliederversammlung	6
2	Fachstelle	7
2.1	Personelles	7
2.2	Jahresrückblick	7
2.3	Aus-/Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen (Umsetzung/ Mitgestaltung durch PEP-ExpertInnen)	8
2.4	Kriseninterventionen	10
2.5	Niederschwellige Beratung/Triage	10
2.5.1	Anfragen Fachstelle für Beratung	10
2.6	Facharbeiten	11
2.7	Öffentlichkeitsarbeit	11
2.7.1	Webpage	11
2.7.2	Newsletter	11
2.7.3	Anfragen an PEP ExpertInnen	11
2.7.4	Teilnahme an Sitzungen/ Tagungen/ Vernetzungstreffen und Weiterbildungen	12
2.8	Vernetzung Weitere	13
2.9	Publikationen und Materialien	14
2.10	Zerrspiegel	15
2.11	Rezensionen	15
3	Genehmigung des Abschlussberichts/ Abschlussrechnung Kanton Bern	16
4	Angebote Fachstelle	17
4.1	Einleitung	17
4.2	Papperla PEP und Papperla PEP Junior	17
	Papperla PEP	17
4.3	PEP - Gemeinsam Essen	18
4.4	Bodytalk PEP	19
4.5	Fourchette verte	20
4.6	Mandat zu Massnahmen Positives Körperbild (HBI) von GFCH	22
5	Dank und Schlusswort	24

Das Wichtigste in Kürze

Veränderung im Vorstand: Roland Müller tritt aus dem Vorstand zurück. Der Vorstand sucht neue Mitglieder ab 2020. Zudem wird für ein Jahr ein/e VorstandsmitarbeiterIn gesucht, die den Vorstand in der Organisationsentwicklung strategisch unterstützt.

Die Organisationsentwicklung von PEP wurde in diesem Jahr durch den Vorstand und die Fachstellenleitung, unterstützt durch einen externen Coach, weiter vorangetrieben. Diverse Massnahmen aus dem Massnahmenplan konnten umgesetzt werden. Die bisher umgesetzten Massnahmen greifen. Der Prozess zur Herausarbeitung der Kernkompetenzen und zur künftigen Ausrichtung von PEP läuft. Vorstand, Fachstellenleitung und das Fachstellenteam haben an einem, durch zwei externe Fachpersonen begleiteten Workshop zu Kernkompetenzen, teilgenommen.

Das HBI Team PEP hat das HBI Forum 2019 erfolgreich mitorganisiert und inhaltlich gestaltet. Die Angebote PEP wurden auch in diesem Jahr erfolgreich umgesetzt. PEP hat 2019 zwei Newsletter «PEPinfo» verschickt.

Der Kanton Bern unterstützt die Fachstelle und die Angebote Papperla PEP, Bodytalk PEP und Fourchette verte auch im kommenden Jahr wieder. Das Budget von Fourchette verte wurde für 2020 erhöht, damit FV die Zielvereinbarungen ohne Defizit erfüllen kann.

PEP erhält einen dreijährigen Vertrag im Rahmen der Angebotsförderung von Gesundheitsförderung Schweiz (2020 – 2022).

1 Verein

1.1 Personelles

- Präsidentin:** Sophie Frei, Ernährungswissenschaftlerin, ehemals Leiterin Suisse Balance und Leiterin Gesundheitsförderung und Ernährungswissenschaften bei der SGE, selbständig tätig (www.frei-stil.ch)
- VizepräsidentIn:** Andrea Schneider, Ernährungspsychologin, Gesundheitsdienst der Stadt Bern, Koordinationsstelle Ernährung und Bewegung
- Vorstandsmitglieder:** Sitze vakant
- Revisionsstelle:** LB Treuhand Zofingen
- Sekretariat/
Buchhaltung:** Anette Guillebeau, Bachelor of Science in Business Administration, aktuell Studium Bachelor of Science in Ernährung & Diätetik,
- Mitglieder:** Dr. med. Bettina Isenschmid, M.M.E., Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie FMH Kompetenzzentrum für Essverhalten, Adipositas und Psyche KEA Zofingen
Fachlicher Beirat Verein und Fachstelle PEP
Mitglied des Stiftungsrates der Marie Söllberger Stiftung – Klinik Wysshölzli
- Franziska Widmer Howald, Ernährungsberaterin BSc
Projektleiterin Projektentwicklung bei Gesundheitsförderung Schweiz
Beisitzerin und fachlicher Beirat Verein PEP
- Kurt Laederach, Prof. Dr. med, eigene Praxistätigkeit
fachlicher Beirat Fachstelle PEP
- Thea Rytz, lic. phil. hist, Körperwahrnehmungstherapeutin, wiss. Assistentin
Psychosomatik Inselspital Bern, Angebotsleiterin Papperla PEP / PEP – Gemeinsam Essen
- Daniel Messerli dipl. Ernährungsberater HF/BSc Ernährungsberatung SVDE,
Erwachsenenbildner HF und Trainer C Swiss Athletics, Angebotsleiter Fourchette verte
- Brigitte Rychen, MAS P&G, Erwachsenenbildnerin, Lehrerin
Fachstellenleitung der Fachstelle PEP, Projektleiterin Bodytalk PEP / HBI (Healthy Body Image)

1.2 Jahresrückblick in Kürze

Mit Datum Mitgliederversammlung 2019 gab Roland Müller aufgrund von neuen beruflichen Herausforderungen seinen Austritt aus dem Vorstand Verein PEP bekannt. Der Vorstand wie auch Fachstellen- und Angebotsleitungen bedauerten den Rücktritt von R. Müller sehr.

Bis zum Zeitpunkt seines Rücktritts hat Roland Müller erst einige Jahre als Vorstandsmitglied und 2018 als Interimspräsident die regulären Vorstandsaufgaben erfüllt und zudem den, 2018 begonnen Organisationsentwicklungsprozess, nachhaltig mitgetragen- und -geprägt.

Roland Müller hat und wird jedoch weiterhin Aufgaben im HBI-Team PEP übernehmen.

Die verbleibenden Vorstandsmitglieder entschieden nach dem Rücktritt von Roland Müller, nach Rücksprache mit dem externen Coach Robert Wegener und in Absprache mit der Fachstellenleitung, 2019 noch nicht offensiv neue Vorstandsmitglieder zu suchen bzw. zu akquirieren. Die Suche nach neuen und zusätzlichen Vorstandmitgliedern hatte sich in den vorangehenden Jahren als schwierig und wenig erfolgreich erwiesen. Aufgrund des laufenden Organisationsentwicklungsprozesses wollten Vorstand und Fachstellenleitung mit der weiteren Suche abwarten, um sich noch intensiver mit der künftigen Ausrichtung des Vereins auseinanderzusetzen, um dann die Mitgliedersuche gezielt vorantreiben zu können.

Anfangs Juni liessen sich die Vorstandsmitglieder durch eine Fachperson zu möglichen anderen Organisationsformen nebst der Vereinsstruktur für PEP beraten. Die Fachstellenleitung wie die Mitglieder der Fachstellensitzung wurden über die Möglichkeiten informiert. Aus Sicht von Vorstand und Fachstellenleitung scheint aktuell die bisherige Vereinsform auch weiterhin die günstigste Organisationsform zu sein. Der Vorstand informierte zudem weiter darüber, dass er die aktive Suche nach neuen Vorstandsmitgliedern zwar aus bereits genannten Gründen noch aufschiebt, sollten sich jedoch bis Ende 2020 keine neuen Vorstandsmitglieder finden lassen, die Überführung des Vereins PEP in eine andere Organisation prüfen wird.

Bereits in der 2. Jahreshälfte wurden drei potentielle KandidatInnen betreff einer allfälligen Mitgliedschaft Vorstand PEP angefragt. Alle drei Personen können sich eine Mitarbeit im Vorstand vorstellen.

Der Vorstand wird sich mit ihnen in der ersten Jahreshälfte 2020 weiter besprechen.

Zudem entschied der Vorstand zusammen mit der Fachstellenleitung und unterstützt durch den Coach, für das kommende Jahr ein/e Mitarbeiter/in für den Vorstand zu suchen, der/die den Organisationsentwicklungsprozess auf Ebene Vorstand strategisch begleiten kann, dafür entsprechende Kompetenzen mitbringt. Die Mitarbeit wird anfangs 2020 befristet auf ein Jahr ausgeschrieben.

Unter der Leitung von Coach Robert Wegener hat der Vorstand zusammen mit der Fachstellenleitung während vier Coachingsitzungen verschiedene Themen im Rahmen der Organisationsentwicklung bearbeitet. Zudem hat er am Workshop zum Thema Kernkompetenzen PEP teilgenommen.

1.3 Sitzungen

4 Vorstandssitzungen

2 Sitzungen Präsidentin mit Fachstellenleitung

4 Fachstellensitzungen

4 Sachbearbeitungssitzungen

1 Sitzungen zum Thema Kommunikation (Sophie Frei und Thea Rytz)

3 Coachingsitzungen Fachstellenleitung mit externem Coach

4 Coachingsitzungen Vorstand/Fachstellenleitung mit externem Coach

1.4 Mitgliederversammlung

Am 25.03.2019 hat die ordentliche Mitgliederversammlung des Vereins PEP unter der Leitung der Präsidentin Sophie Frei stattgefunden. Der Jahresbericht PEP wurde genehmigt und zuhanden GEF Kanton Bern sowie an Gesundheitsförderung Schweiz weitergeleitet. Die Rechnung des Vereins PEP 2019 wurde durch Uschi Dätwyler von LB Treuhand AG Zofingen revidiert und durch die Mitgliederversammlung genehmigt.

2 Fachstelle

2.1 Personelles

Leitung Fachstelle: Brigitte Rychen

Mitarbeit Fachstelle: Thea Rytz

Sekretariat/

Buchhaltung: Anette Guillebeau

Freie Mitarbeiter

Fachstelle: Renie Uetz, Nicole Heuberger, Daniel Messerli, Brigitte Buri, Sophie Frei (Kommunikation)

Angebote PEP: Leitung Beratung: Brigitte Rychen

Leitung Papperla PEP und PEP Gemeinsam Essen: Thea Rytz

Leitung Fourchette verte: Daniel Messerli

Leitung Bodytalk PEP und Teams Angebote: Brigitte Rychen

HBI Mandat GFCH: Leitung: Brigitte Rychen

Freie Mitarbeiter

HBI Team: Ronia Schiffan, Roland Müller

2.2 Jahresrückblick

Die Fachstellenleitung war nebst dem Kerngeschäft intensiv mit der Umsetzung diverser Punkte aus dem Massnahmenplan PEP (Organisationsentwicklung PEP) beschäftigt. Sie wurde im Prozess weiter durch einen externen Coach Robert Wegener FHNW) unterstützt. Zudem plante sie mit dem vorgängig genannten Coach einen Teamanlass. Der Workshop hatte zum Ziel, anhand des Modells «Logische Ebenen nach Robert Dilts», Kernaufgaben- und kompetenzen des Vereins PEP herauszuarbeiten. An diesem Anlass nahmen die beiden Vorstandmitglieder, die Fachstellenleitung und die MitarbeiterInnen der Fachstelle teil. Während fünf Stunden beschäftigte sich das Team unter der Leitung von Robert Wegener und seines Assistenten anhand von Leitfragen mit den einzelnen Ebenen. Die Ergebnisse wurden anschliessend im Team, zudem im Rahmen einer Telefonkonferenz (Coach, Vorstand und Fachstellenleitung) besprochen, in einer darauffolgenden Coachingsitzung durch den Vorstand und die Fachstellenleitung ausgewertet und die nächsten Schritte festgelegt. In der 4. Fachstellensitzung 2019 wurde die «Ebene Werte» weiterbearbeitet. In einer weiteren Coachingsitzung (Vorstand und Fachstellenleitung) wurden kurz vor Ende Jahr die nächsten Massnahmen für 2020 geplant.

Mit der umsichtigen, sorgfältigen und genauen Arbeit der 2018 neu eingestellten Sachbearbeiterin wurden administrative Abläufe und das Rechnungswesen in diesem Jahr nun deutlich vereinfacht und klarer.

Das Fachstellenteam wurde erweitert. Neu nehmen nebst der Fachstellenleitung (Brigitte Rychen), der Sachbearbeiterin (Anette Guillebeau) und den Angebotsleitungen (Thea Rytz und Daniel Messerli) auch je ein Mitglied aus den Angebotsteams an der Fachstellensitzung teil. Dies sind Renie Uetz (Papperla PEP), Nicole Heuberger (Bodytalk PEP) und Brigitte Buri (Fourchette verte). Diese Erweiterung bewährte sich und hat sich auch gerade für den laufenden Prozess im Rahmen der Organisationsentwicklung als sehr wertvoll erwiesen.

Die Kommunikationsverantwortliche PEP Sophie Frei hat inhaltlich, unterstützt durch die Fachstellenleitung und die Angebotsleitenden im Auftrag von PEP zwei Newsletter zusammengestellt und verschickt. Die Newsletter erschienen im Frühjahr und Herbst 2019.

Die Fachstelle PEP hat per Ende Juni den zweiten Antrag für Angebotsförderung bei Gesundheitsförderung Schweiz eingereicht. Dem Antrag wurde stattgegeben und damit erhält PEP von 2020 bis 2022 weiter Gelder aus der Angebotsförderung für die Fachstelle, Bodytalk PEP und Papperla PEP ab 2021 auch für PEP Gemeinsam Essen.

Die Fachstellenleitung hat am ersten Treffen von FHNW und Radix zur Entwicklung von Massnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit in Schweizer Schulen (BAG Auftrag) teilgenommen.

Im Juni trafen sich die Fachstellenleitung und der Leiter von Fourchette verte mit Ralph Lutz und Karin Baumgartner von der Gesundheits- und Fürsorgedirektion Kanton Bern. Trotz den getroffenen Massnahmen von Seiten Fourchette verte als Folge der Budgetkürzung durch den Kanton (Betriebe müssen sich neu an einer Zertifizierung bzw. Rezertifizierung finanziell beteiligen), schrieb PEP mit Foruchette verte per Ende 2018 ein Defizit. Diskutiert wurden die gegenseitigen Erwartungen des Kantons und des Vereins PEP, sowie ein allfällige Budgeterhöhung für 2020. Der Austausch war sehr konstruktiv. Das Budget wurde für 2020 erhöht. Somit sollte Fourchette verte zusammen mit den getroffenen Massnahmen die Erwartungen des Kantons erfüllen bzw. die vereinbarten Massnahmen umsetzen können.

Sowohl der Vorstand, wie auch die Fachstellleitung und das Fachstellenteam inkl. Sachbearbeiterin waren in diesem Jahr im Rahmen der ganzen Organisationsentwicklung PEP weiter zusätzlich gefordert. Der laufende Prozess wird jedoch von allen als sehr wichtig erachtet und als konstruktiv und weiterbringend erlebt.

2.3 Aus-/Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen (Umsetzung/ Mitgestaltung durch PEP-ExpertInnen)

HBI Forum 2019	1	HBI-Team/ Gesamt-PEP Team
Tagung Schulnetz 21	1	B. Rychen
Netzwerk Essstörungen Kanton Bern	1	Th. Rytz
Tagung zu Frühförderung Zug	1	R. Uetz
Tagung Femmes Tisch	1	D. Wurst
Netzwerktreffen KAP BE	1	B. Rychen / Th. Rytz
Nori Weiterbildung LP Uri	1	B. Rychen
Nori Weiterbildung LP OW	1	Th. Rytz
Kurse Ausbildung FABE KA Kanton Bern	12	B. Rychen

Kurse Ausbildung FABE KA Kanton Bern	10	Renie Uetz und Team
Weiterbildung für Tagesmüttern BS	1	B. Rychen
Weiterbildung Fachpersonen Samowar Meilen	1	B.Rychen
Weiterbildung für Fachpersonen Suchtprävention	1	D.Wurst
Weiterbildung USZ	1	R. Müller
Weiterbildung epb	1	R.Müller
Weiterbildung LP Berufsschule Winterthur	1	R. Müller
Workshop Tagung Uni ZH	1	R. Uetz
Weiterbildung bke Soz. Päd. und Betreuungspersonen	1	Th. Rytz
Lehrveranstaltung Ausbildung Lehrpersonen PH Bern	2	B. Rychen
Lehrveranstaltung Ausbildung HF Gesundheit Fribourg	2	B. Rychen
Lehrveranstaltung Ausbildung Lehrpersonen PH Zürich	4	B. Rychen
Lehrveranstaltung Ausbildung Lehrpersonen PH Zürich	3	Th. Rytz / Ch. Reusser
Lehrveranstaltung HFGS AG	6	B. Rychen/Roland Müller
Podiumsdiskussion PH ZH	1	B.Rychen
Workshop FHNW/Radix Förderung psych. Gesundheit in der Schule	1	B.Rychen
Gesundheitstag KS Winterthur	2	B. Rychen/ R. Müller und BT Team
Gesundheitstag KS Immensee	1	B.Rychen und BT Team
Gesundheitstag OS Ossingen	1	B.Rychen und BT Team
Elternveranstaltungen	2	B. Rychen/R. Müller
WB Betreuungspersonen Stiftung Kita Bern	1	Th. Rytz
Gesamtpräventionsanlass Eltern OS Ittigen	1	N.Heuberger
Begleitung Dok Film 2 Vanessa Nikisch	1	B. Rychen

2.4 Kriseninterventionen

In diesem Jahr wurde auf Anfrage von Lehrpersonen aus der Sekundarschule Eglisau im Kanton Zürich an drei Klassen eines Jahrgangs je eine Krisenintervention umgesetzt. Die Intervention, da ausserkantonale, wurde vollumfänglich durch die Schule finanziert.

2.5 Niederschwellige Beratung/Triage

Die Beratungsanfragen betrafen wie unter 2.5.1. aufgeführt, verschiedene Ess- und Essverhaltensproblematiken. Die meisten Beratungen wurden per Telefon oder Mail geführt. Vor Ort im Loryspital fanden in diesem Jahr sieben Beratungen statt. Die Beratungen vor Ort wurden mit einer Ausnahme für Eltern mit jugendlichen Betroffenen (alle Magersucht oder Tendenz Magersucht) durchgeführt.

Die Triagearbeit funktionierte in diesem Jahr gut. Für alle wurden weiterführende Lösungen, soweit diese gewünscht wurden, gefunden. Durch die langjährig aufgebauten und gepflegten Kontakte von PEP zu den TherapeutInnen der BEGES, des Lory- und Kinderspitals, der Klinik Wysshölzli sowie des ZSB und weiteren Fachpersonen wie freie TherapeutInnen ErnährungsberaterInnen und KörpertherapeutInnen verfügen wir über wertvolle und unterstützende Triagemöglichkeiten. Zudem können nun jugendliche Betroffene auch an das neue Essstörungszentrum in Mooseedorf verwiesen werden.

Auffällig war in diesem Jahr, dass viele der Betroffenen angaben, unzufrieden mit ihrem Körper, dessen Gewicht und dessen Aussehen zu sein. Die Unzufriedenheit schien nach Vergleichen mit anderen oder Kommentaren von Peers oder weiterem Umfeld, zuzunehmen. Auffällig ist auch die doch recht grosse Verunsicherung und Sorge bei Eltern und Betreuungspersonen bezüglich eines sogenannten «richtigen» Essverhaltens von Kleinkindern und Kindern. Zahlreiche Eltern sorgen sich um das Gewicht ihrer Kinder.

2.5.1 Anfragen Fachstelle für Beratung

Total Kontakte	81
Anfragen Kanton	71
Ausserkantonale Anfragen	10
Aufgeteilt nach Essstörungsformen	
Magersucht	25
Orthorexie	01
Bulimie	13
Binge eating	04
Übergewicht/Adipositas	03
Muskelsucht/Fitnesssucht	04
Div. Anfragen zu Essverhalten	31

2.6 Facharbeiten

Die ExpertInnen der Fachstelle PEP haben verschiedene Facharbeiten von Lernenden, GymnasiastInnen und StudentInnen unterstützt oder begleitet.

Form: Interviews, Informationen, Beratung

Anzahl: 7 (Brigitte); 2 (Thea)

2.7 Öffentlichkeitsarbeit

2.7.1 Webpage

Über www.pepinfo.ch finden von Essstörungen Betroffene und deren Umfeld im Bereich Fachstelle Zugang zum Beratungsangebot von PEP. Weiter finden sich unter der Rubrik «Beratung» Informationen zum Behandlungsprogramm des Inselspitals, zu weiteren Beratungs- und Behandlungszentren, Selbsthilfegruppen, Klasseninterventionen sowie diverse Links.

Auf der Webpage findet sich auch der direkte Zugang zu den, auf die Behandlung von Erwachsenen mit einer Essstörung ausgerichteten ambulanten, halbstationären und stationären Angeboten der Psychosomatik des Loryspitals.

Unter «Angebote PEP» finden sich alle Präventions- und gesundheitsfördernden Angebote der Fachstelle PEP, sowie Informationen zu HBI (Healthy Body Image) und Muskel- und Fitnesssucht.

Die Informationen auf der Website wurden in diesem Jahr teilweise überarbeitet sowie aktualisiert.

Die vielfältigen Kooperationspartnerschaften in den Angeboten von PEP werden über die Webpage kommuniziert.

Neu finden sich nun auch die Kurzfilme zu Emotionen auf der Webpage. Diese wurden im Zusammenhang mit dem Zweijahres Thema «Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen» von Voilà (Koordinationsstelle und Programm der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft der Jugendverbände SAJV) finanziell unterstützt durch Gesundheitsförderung Schweiz, von PEP hergestellt.

2.7.2 Newsletter

In diesem Jahr wurden im Frühjahr und im Herbst je ein Newsletter an rund 600 Personen verschickt.

Inhaltlich haben sich die Newsletter mit Drunkorexie (Essstörungen), stressfreiem Essen und psychischer Gesundheit bei Kindern (PEP Gemeinsam Essen und Papperla PEP) sowie Informationen und einem Rückblick zum diesjährigen HBI Forum beschäftigt. Weiter wurde über die neue HBI-Plattform #SOBINICH, die Neuauflage der bekannten PEP Leporellos und die Aufschaltung der Kurzfilme zu Emotionen auf der PEP-Webpage berichtet. Zudem wurde jeweils eine Veranstaltungsagenda ergänzend beigefügt.

2.7.3 Anfragen an PEP ExpertInnen

Mediananfragen: 9

Davon Zeitungen und Zeitschriften (5), Teilnahme an Livechat SRF Sendung PULS, Teilnahme an Sendung Das perfekte ich, Teletop, Zeitschrift 4bis8

Publikation EC Psychology and Psychiatry (ECP) (Internationally peer reviewed journal)

2.7.4 Teilnahme an Sitzungen/ Tagungen/ Vernetzungstreffen und Weiterbildungen

- Div Coachingsitzungen
- HBI-Koordinationssitzungen mit Gesundheitsförderung Schweiz
- HBI-Forum 2019 Sitzung
- HBI Teamsitzungen PEP
- Sitzungen Angebotsförderung mit Gesundheitsförderung Schweiz
- ExpertInnenTreffen HBI
- Bildung & Gesundheit BAG
- Kinder & Familien; Multiplikation PEP – Gemeinsam Essen im Kanton AG
- Koordinationssitzungen zu #MOICMOI/ #SOBINICH mit Romandie
- Konzept Sitzungen zu #MOICMOI/ #SOBINICH
- Berufsbildungstreffen OdA Soziales Bern
- Bodytalk Team-Weiterbildungen
- Papperla PEP Team-Weiterbildung und Retraite
- Begleitgruppentreffen Papperla PEP
- Begleitgruppentreffen Bodytalk PEP

Tagungen

- HBI Forum 2019
- KAP Tagung Gesundheitsförderung Schweiz (Teilnahme)
- Schulnetz 21
- Femmes Tische Schweiz

Vernetzungstreffen

- KAP Tagung GFCH
- Netzwerktreffen KAP BE
- Netzwerktreffen KAP ZH
- Netzwerktreffen bildung&gesundheit
- Vernetzungstreffen der Fachpersonen Essstörungen im Kanton Bern

Weiterbildungen

- LP21 zu Prävention und Gesundheitsförderung
- LP21 Kompetenzförderung
- Weiterbildung Personalführung

2.8 Vernetzung Weitere

- Kooperation mit Inselspital Bern Fachbereich Psychosomatik Lory-Haus
- Kooperation mit KEA Spital Zofingen (Kompetenzzentrum für Essverhalten, Adipositas und Metabolismus)
- Kooperationen mit Berner Gesundheit im Bereich Prävention und Beratung
- Kooperation mit Mütter- und Väterberatung Kanton Bern
- Kooperation mit Fourchette verte im Kanton Bern, Zertifizierungskommission
- Kooperation mit akj (Schweizerischer Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter Aarau)
- Kooperation mit Gesundheitsdienst Bern, insbesondere Primano und Zusammenarbeit Bodytalk
- Kooperation mit K&F Fachstelle Kinder und Familie für die Multiplikation von PEP – Gemeinsam Essen im Kanton Aargau
- Kooperation mit Radix und SGE bei der Erarbeitung der Checklisten für Gemeinschaftsverpflegung
- Kooperation mit Radix im Rahmen von Purzelbaum rund um stark (Integration von psychischer Gesundheit)
- Kooperation mit dem Konservatorium für Musik der Stadt Bern zur Multiplikation des Eltern-Kind-Singens für ökonomisch benachteiligte Familien durch Papperla PEP Junior
- Kooperation mit ZAL (Zürich) und PZ Basel bei der Veranstaltung von Papperla PEP Weiterbildungen in 4 Modulen
- Kooperation mit bke und curavia bei Weiterbildung PEP – Gemeinsam Essen
- Kooperation mit Fondation O2 im Zusammenhang mit der HBI-Plattform#SOBINICH
- Kooperation mit Roundabout/Blaues Kreuz im Zusammenhang mit Überarbeitung der Unterlagen zum Thema Körperbild für das Tanzangebot
- Kooperation mit Westschweizer Kantonen zu HBI-Projekten
- Einsitz im Vernetzungstreffen Essstörungen Schweiz)
- Expertennetzwerk Essstörungen Schweiz - ENES
- Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft für Essstörungen AES
- Einsitz in Expertengruppe von Gesundheitsförderung Schweiz zu Healthy Body Image
- Zusammenarbeit mit KAP-Kantonen BE, LU, AG, ZH, TG, SG, VS, ZG, UR, GR, BS, BL, OW, NW
- Zusammenarbeit mit Gesundheitsdienst der Stadt Zürich (Subvention von PEP - Gemeinsam Essen Teamweiterbildung für Horte der Stadt Zürich)
- Einsitz in Begleitgruppen KAP AG und LU
- Zusammenarbeit mit PH Bern, PH Zürich, PH Freiburg
- Zusammenarbeit mit Radix
- Zusammenarbeit mit Amt für Bildung, Soziales und Sport Stadt Bern/ Tagesschulen
- Zusammenarbeit mit Gesundheitsdienst Kanton Graubünden
- Zusammenarbeit mit Gesundheitsamt Stadt Zürich
- Vernetzungsgruppe Essstörungen Kanton Aargau

- Leistungsvereinbarungen im Zusammenhang mit den Projekten mit den Kantonen BE, ZH, LU, BS, BL, SO, TG, AG
- Zusammenarbeit mit Romandie im Rahmen von HBI und der Weiterbildung von Mitarbeitenden Fourchette verte / Ama Terra
- Patronat für Inhalte zu Essstörungen auf Feel ok
- Mitglied in der 2020 gegründeten Allianz Ernährung
- Mitgliedschaft ENES
- Mitgliedschaft Public Health
- Fachgruppe Ernährung Public Health
- Fachgruppe SGE
- Voilà (Programm für Suchtprävention und Gesundheitsförderung der schweizerischen Jugendverbände)
- Mitglied Netzwerk bildung & gesundheit
- Mitglied Netzwerk Psychische Gesundheit
- FHNW über Auftrag BAG zu psychischer Gesundheit

2.9 Publikationen und Materialien

Publikation Roland Müller in EC Psychology and Psychiatry (ECP) (Internationally peer reviewed journal) zu Muskelsucht <https://www.econicon.com/ecpp/ECPP-09-00650.php>

Artikel in Sammelband von Thea Rytz: Körper und Gefühle im Dialog – Papperla PEP in: Detlev Vogel und Ursula Frischknecht hrsg. Achtsamkeit in Schule und Bildung, hep Verlag 2019. <https://pepinfo.ch/de/angebote-pep/papperla-pep.php>

Artikel in Zeitschrift 4bis8 von Thea Rytz, Veronica Grandjean, Christa Reusser: Selbstvertrauen baut Angst ab. Sich dem Unbekannten neugierig anzunähern, hilft mit Ängsten hilfreich umzugehen, in: 4bis8, Juni 2019. <https://pepinfo.ch/de/angebote-pep/papperla-pep.php>

Leporello: Ich bin ich (Informationen zu Essstörungen für Jugendliche und Erwachsene) wurde in diesem Jahr neu aufgelegt.

Filme zu Emotionen: Die unter der Regie des PEP Teams entstandenen Kurzfilme zu Emotionen sind neu auf der Webpage von PEP unter Medien & Materialien zu finden. <https://www.pepinfo.ch/de/medien-materialien/Videos-zu-Emotionen/index.php>

Fühl dich wohl Kartenset

Die 5. Auflage des Kartensets wurde geplant. Die Neuauflage soll nun def mit einer Karte rund um Muskel- und Fitnesssucht ergänzt werden.

Aus Ressourcengründen musste die Entwicklung dieser Karte 2019 erneut verschoben werden. Ziel: Entwicklung neue Karte bis Herbst 2020, anschliessend Neuauflage ganzes Kartenset.

Vergiss niä Kampagne:

Alle Unterlagen und Materialien können bei PEP über einen USB-Stick verteilt oder über Wettransfer versendet werden. Infos zur Kampagne finden sich auf der PEP Webpage unter Medien und Materialien zu Bodytalk PEP und Positivem Körperbild.

You are beautiful- Kleber

In diesem Jahr wurde die 4. Auflage gedruckt (wieder 5000 Stück) und nahezu aufgebraucht.

Downloads auf [www. pepinfo.ch](http://www.pepinfo.ch):

Papperla PEP Junior, Weiterbildungsunterlagen (gratis Download über Webpage)

Handbuch PEP – Gemeinsam Essen (Gratis Download über Webpage)

PEP – Gemeinsam Essen: zehn wichtigste Erkenntnisse (in Deutsch und Französisch)

Kapitel (Gemeinsam Essen) als Beitrag zum Leitfaden für Gemeinschaftsverpflegung BL

Zwei von PEP verfasste Fachartikel zu PEP – Gemeinsam Essen für Eltern und Betreuungspersonen in Tagesstrukturen

Vier von PEP verfasste Fachartikel publiziert in der Zeitschrift 4bi8 zu sozial-emotionalen Kompetenzen fördern

Bodytalk PEP Bausteine und ergänzende Fragekarten (Gratis Download über Webpage)

Fühl dich wohl in deinem Körper (Gratisdownload Arbeitsblätter über Webpage)

Dove- Materialien dt, fr, engl zu Selbstwertgefühl (Gratis Download über Webpage)

Auf Bestellung:

Leporellos Essstörungen für Jugendliche und Erwachsene

Papperla PEP, Körper und Gefühle im Dialog, Schulverlag 2. Auflg. 2014.

Audio CD „Tag für Tag“ und „Alltagslieder“

Material und Unterlagen zu **Vergiss niä Kampagne**

Fühl dich wohl in deinem Körper – Kartenset

Sticker „You are beautiful“

2.10 Zerrspiegel

Die Zerrspiegel können durch Interessierte aus der ganzen Schweiz in den Kantonen Baselland, Thurgau oder Bern auf Anfrage ausgeliehen werden.

2.11 Rezensionen

Es wurden keine Rezensionen gemacht

3 Genehmigung des Abschlussberichts/ Abschlussrechnung Kanton Bern



Kanton Bern
Canton de Berne

Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion
Spitalamt

Rathausgasse 1
Postfach
3000 Bern 8
+41 31 633 79 65 (Telefon)
+41 31 633 79 67 (Telefax)
info.spa@be.ch
www.be.ch/gsi

Karin Baumgartner
+41 31 633 78 49
karin.baumgartner@be.ch

GSJ-SPA, Rathausgasse 1, Postfach, 3000 Bern 8

Verein PEP
Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah am Inselspital
Brigitte Rychen
Fellerstrasse 15c
3604 Thun

Unsere Referenz: 2016.GEF.1040/ 907738

21. Januar 2020

Jahresbericht und Jahresrechnung 2019

Verein PEP: Fourchette verte, Papperla PEP, Bodytalk PEP, Fachstelle PEP

Sehr geehrte Frau Rychen

Vielen Dank für die Zustellung der Jahresberichte sowie der Jahresrechnungen der Angebote Fourchette verte, Papperla PEP, Bodytalk PEP und der Fachstelle PEP für das Jahr 2019.

Die Jahresberichte und die Jahresrechnungen 2019 wurden von den zuständigen Fachpersonen geprüft und genehmigt.

Wir verzichten ausnahmsweise, zugunsten des Defizitenausgleichs bei den Angeboten Fourchette verte und Bodytalk PEP von insgesamt CHF 1'430.00, auf die Rückforderung des Überschusses der Fachstelle PEP von CHF 488.40.

Besten Dank für Ihr Engagement und auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit.

Freundliche Grüsse

Spitalamt


Fritz Nyffenegger
Vorsteher

4 Angebote Fachstelle

4.1 Einleitung

Die PEP - Angebote Papperla PEP/ und Junior, Bodytalk PEP (siehe 4.2 / 4.4), sowie Fourchette Verte (siehe 4.5) wurden auch im 2019 erfolgreich weitergeführt.

Die Auswertung der GEF finanzierten Fachstelle und der durch GEF im Kanton Bern mitfinanzierten Angebote erfolgte auch in diesem Jahr über die kantonale Selbstevaluation zuhanden Karin Baumgartner. PEP – Gemeinsam Essen wird durch die GSI Kanton Bern nicht explizit als Projekt unterstützt, gehört dennoch zu den Angeboten, die im Kanton Bern über die Fachstelle umgesetzt werden. Ein Jahresrückblick dazu unter 4.3.

Inhalte aus Papperla PEP und Papperla PEP Junior, Bodytalk PEP und PEP - Gemeinsam Essen waren auch in diesem Jahr ein fester Bestandteil der inhaltlichen Arbeit in den überbetrieblichen Kursen (Essen und Haushalten mit Kindern und Bewegung der Lernenden Fachpersonen Kinderbetreuung) und sind damit dort weiter fest verankert. Über die Haltungsvermittlung und den Transfer von Inhalten aus den genannten Angeboten unterstützen die so eingebetteten Aspekte zu Ernährung/Essen, Bewegung und psychischer Gesundheit die Arbeit der künftigen Fachpersonen Betreuung im beruflichen Alltag. Papperla PEP + Junior unterrichtete im Rahmen der überbetrieblichen Kurse 2019 der ODA Soziales Bern in sieben Klassen je 2 Tage (140 TN). Bodytalk PEP unterrichtet im Rahmen der überbetrieblichen Kurse 2019 der ODA Soziales Bern in zwölf Klassen je 1 Tag (276 TN).

Weiter wurde die Zusammenarbeit zwischen den Angebotsleitungen PEP – Gemeinsam Essen und Fourchette verte weiter vertieft (u.a. Einsitz in der Zertifizierungskommission, Team-Weiterbildungen fourchette verte durch PEP – Gemeinsam Essen). Damit fand auch in diesem Jahr ein Transfer von Erfahrungen aus PEP – Gemeinsam essen in die Arbeit des Fourchette verte Teams statt.

Unsere langjährigen Erfahrungen, Haltungen, Methodik und Kompetenzentwicklung in der Förderung von psychischer Gesundheit über die Stärkung von Lebenskompetenzen und Förderung von Schutzfaktoren wirken weiter verbindend zwischen Modul A und C (GFCH) und ergänzten auch die Massnahmen zu Positivem Körper- und Selbstbild (Mandat GFCH 4.6)

4.2 Papperla PEP und Papperla PEP Junior

Papperla PEP

Papperla PEP hat an der Tagung "Familiengründung als vulnerable Phase" 22.-23.08.2019 - Universität Zürich das Eltern-Kind-Singen vorgestellt (n=10). Die Weiterbildung in vier Modulen wurde in Bern (n=20), Basel (n=17), Zürich (n=22) und Kerzers (n=14) angeboten; zwei Einführungsworkshops wurden in Zug (n=18) und Stans (n=16) durchgeführt. An der PH Zürich wurden drei Vorlesungen für Studierende (115 Studierende) durchgeführt. Im November wurden die neuen Papperla PEP Materialien zum ersten Mal einer Pilotgruppe vorgestellt (n=14). Im Rahmen der Pilotphase von „Purzelbaum rund um stark“ hat Papperla PEP Radix Feedback zur Broschüre für Eltern gegen, sowie an den Sitzungen zur Evaluation der Pilotphase teilgenommen. Eine Begleitgruppe aus 14 Expertinnen und 5 Teammitgliedern hat sich im

November für einen Rückblick auf 10 Jahre Papperla PEP und eine strategische Beratung getroffen. Ein Artikel zum Umgang mit Angst wurde neu verfasst und in der Zeitschrift 4bis8 publiziert. Von Papperla PEP verfasste Fachartikel zu emotionaler Kompetenz und Resilienz sind über die Webpage pepinfo.ch zugänglich.

Papperla PEP Junior

Renie Uetz hat in Kooperation mit Radix ein Referat zu Bewegungsentwicklung an einer Tagung zu Frühförderung in Zug im März gehalten (n=60). Sie unterrichtete im Rahmen der überbetrieblichen Kurse der ODA Soziales Bern (siehe 4.1). Im Rahmen von primano (Gesundheitsdienst Stadt Bern) wurden Spielgruppenleiterinnen durch Papperla PEP Junior weitergebildet (n=18). Für die Multiplikation des Eltern-Kind-Singens wurde mit dem Konservatorium für Musik der Stadt Bern ein neuer Kooperationspartner gefunden. Renie Uetz hat die neue Mitarbeiterin in die Haltung und Materialien von Papperla PEP Junior eingeführt. Papperla PEP Junior hat 2019 zudem Schulung für Betreuende in Kitas in Chur (n=16) und Samedan (n=16) angeboten. Die Audio CD «Tag für Tag» wird national, «Alltagslieder» wird von primano vertrieben. Die CD «Tag für Tag» wurden im 2019 neu aufgelegt (500 Stück).

4.3 PEP - Gemeinsam Essen

Das Angebot PEP- Gemeinsam Essen fördert die Beziehungsqualität beim gemeinsamen Essen mit Kindern in Tagesstrukturen und unterstützt die Teams, eine gemeinschafts- und selbstwertstärkende Tisch- und Esskultur zu entwickeln. Das Angebot ergänzt bisherige Präventionsprojekte um den Aspekt der psychischen Gesundheit im Zusammenhang mit Ernährung. Ein gratis download des Handbuches, ein Merkblatt mit den zehn wichtigsten Erkenntnissen, je ein Fachartikel für Eltern und Mitarbeitende von Kindertagesstätten und einer für solche von Horten und Tagesschulen sind über die Webpage allen Interessierten zugänglich. Die Team-Weiterbildung umfasst vorbereitenden Unterlagen, ein ausführliches Interview mit der Leitungsperson, zwei Teamschulungen und Materialien zur Verankerung der Resultate.

Die gesamte PEP Teamweiterbildung in zwei Modulen wurde 2019 von folgenden Teams besucht:

- Stadt Thun, 6 Teams an 6 Standorten, aufgeteilt in zwei Gruppen (52 TN)
- Ittigen, 3 Teams (28 TN)
- Ostermundigen 2 Teams (26 TN)
- Stadt Zürich, 1 Team Oberstufe Riedtli (9 TN)
- Stadt Zürich, 5 Teams Waidhalde (36 TN)
- Stadt Zürich, 3 Teams, Bullingerstrasse (24 TN)
- Stadt Zürich, Weinbergstrasse (6 Teams, 28 TN)
- Stadt Zürich, Am Wasser (nur Betriebsassistentinnen aus 4 Teams, 12 TN)
- Baden, (7 Tams, 36 TN)
- Teamübergreifend im Rahmen von curaviva Weiterbildungen, Bern (10 TN)
- Teamübergreifend im Rahmen von bke, Zürich (12 TN)

Ein Teil der PEP-Teamweiterbildung wurde besucht (zweiter Teil entweder schon 2018 oder erst 2020):

- Ipsach (1 Team, 12 TN)
- Meilen (7 Teams, 34 TN)
- Zollikerberg (4 Teams, 28 TN)
- Stadt Zürich, Oerlikon (7 Teams, 28 TN)
- Stadt Zürich, Vogtsrain (1 Team, 7 TN)
- Stadt Zürich, Wollishofen (6 Teams, 28 TN)
- Stadt Zürich, Aussersihl (4 Teams, 22 TN)
- Stadt Zürich, Lavater (3 Teams, 12 TN)
- Schwerzenbach (3 Teams, 13 TN)
- Arth Goldau (2 Teams, 13 Personen)
- Solothurn (4 Teams, 16 TN)

Eine einmalige Veranstaltung (Workshop, Referat) von PEP – Gemeinsam Essen besuchten:

- Kita Mitarbeitende der Stiftung Kindertagesstätten Bern (20 TN)
- Fourchette verte Tagung in Zug (40 TN)
- Fourchette verte Weiterbildung Kanton Bern (20 TN)
- dtma Anlass in Rheinfelden, MA aus Tagesstrukturen und Kitas Kanton Aargau (45 TN)

4.4 Bodytalk PEP

Im **Kanton Bern** wurden durch PEP in diesem Jahr 39 Workshops an Schulen durchgeführt und damit 667 Jugendliche und junge Erwachsene sowie deren Lehrpersonen erreicht.

Weiter wurden 12 Bodytalk PEP Workshops im Rahmen der überbetrieblichen Kurse «Mit Kindern essen und haushalten» OdA Soziales (Ausbildung zur Fachperson Kinderbetreuung) durchgeführt und damit 276 Lernende erreicht.

In der Stadt Bern werden die Workshops durch den städtischen Gesundheitsdienst (Andrea Schneider MA Gesundheitsdienst, Vorstand PEP und Mitglied Bodytalk PEP Team) umgesetzt. Diese Workshops werden statistisch nicht erfasst, da deren Umsetzung nicht über PEP finanziert wird.

Aktivitäten national: In der ganzen Deutschschweiz wurden 2019 insgesamt 137 Workshops in Schulen durchgeführt. Davon ausserhalb des Kanton Berns 98. Diese Workshops werden über Leistungsvereinbarungen mit verschiedenen Kantonen, mit Beiträgen aus der Kooperation mit der Firma Dove und über Pauschalbeiträge der jeweiligen Schulen finanziert.

Es wurden damit in der Deutschschweiz mit den Workshops insgesamt 3140 Jugendliche, Weiter konnten wir in diesem Jahr mit 925 Personen eine deutlich höhere Anzahl an MultiplikatorInnen (Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende und Fachpersonen) erreichen als in den Vorjahren.

Das Bodytalk PEP Team traf sich im Januar und Ende August für einen halben Tag zum Erfahrungsaustausch, zur Evaluation und Weiterentwicklung der Inhalte von Bodytalk PEP.

Am 6. August 2019 fand das 1. Begleitgruppentreffen zu Bodytalk PEP in Bern statt. Die Begleitgruppe wurde als Massnahme im Rahmen des Vertrags mit Gesundheitsförderung Schweiz zur PEP-Angebotsförderung aus externen Fachpersonen sowie Bodytalk Team-Mitgliedern gebildet.

Am Treffen nahmen Daniela Rösch (Oberstufenlehrperson Kaiseraugst), Christian Wick und Sejla Habota (Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt) Cornelia Waser (Gesundheitsförderung Schweiz), Andrea Wyssen (Psychologin Bern, Forschung Körperbild Uni Freiburg) Titus Bürgisser (Netzwerk Bildung&Gesundheit, Sara Gerber (Leitung roundabout Tanzangebot, Blaues Kreuz), Yasmina Kadri (Schulsozialarbeiterin), Dörte Wurst (Suchtprävention Stadt Zürich), Klara Eberle und Claudia Sager (Bodytalk Team) teil. Olivier Padlina konnte nicht teilnehmen, begleitet aber die Gruppe.

Zielsetzung Bildung Begleitgruppe: Die Angebote werden mit Unterstützung von Personen aus den Zielgruppen eines Workshops geprüft und reflektiert.

Im Rahmen der Massnahmen Angebotsförderung zur: Angebotsweiterentwicklung von Bodytalk PEP:

1. Überprüfung der aktuellen/ heutigen Ausrichtung von Bodytalk PEP -Workshops und -materialien mit Fokus auf wesentliche/ definierte Kriterien zur Stärkung von psychischer Gesundheit und Förderung von Lebenskompetenzen

2. Erste Überarbeitung und Weiterentwicklung im Rahmen der Erkenntnisse aus Punkt 1

Die Anpassung und Weiterentwicklung der Angebotsinhalte sollen auf einer Analyse und Rückmeldungen von VertreterInnen der Zielgruppen und der Steuergruppe, sowie unter Berücksichtigung von Erkenntnissen und Massnahmen zur Förderung von Lebenskompetenzen und psychischer Gesundheit, von LP 21 (Gesundheitsförderung und Prävention) und neuer nationaler Schwerpunkte (Ernährung und Bewegung im Kontext von psychischer Gesundheit = Verbindung Modul und C von GFCH) basieren und erfolgen.

4.5 Fourchette verte

Im Fourchette verte Team des Kanton Bern/Berner Jura sind 7 Ernährungsberaterinnen, ein Lebensmittelinspektor und eine Vertretung des Vereins PEP vertreten.

2019 fanden drei Zertifizierungssitzungen statt, dabei konnten gesamthaft 136 Betriebe zertifiziert werden. Das Team kontrollierte 695 Menüpläne, besuchte 120 Testessen und führte 108 Weiterbildungen durch. Die Anzahl erreichter Kinder/Jugendliche betrug 5'596, die Anzahl erreichter Multiplikatoren 1'174.

Engagierte und motivierte Teams in den zertifizierten Kitas und Tagesschulen.

Ein absolutes Highlight im Jahr 2019 waren die motivierten Mitarbeitenden welche wir in den Betrieben antrafen. Sie waren unter anderem für das leibliche Wohl der Kinder und Jugendlichen zuständig. Mit viel Leidenschaft, Knowhow, Finesse und Gespür wurden feine und ausgewogene Menüs zubereitet. Die Kinder und Jugendlichen degustierten neue Rezepte, naschten an gluschtigen Salattbuffets und versüssten ab und zu mit einem feinen Dessert das Essen. Wir sind schon voll der Vorfreude für die Begegnungen im Jahr 2020.

Ein weiteres Highlight: „Der Kanton Bern erhöht das Budget für das Jahr 2020“

Aus finanziellen Überlegungen wurden im Jahr 2019 nur 3 statt 4 Zertifizierungssitzungen durchgeführt. Erfreulicherweise verzeichneten wir während dem Jahr ein reges Interesse von Betrieben und Gemeinden am Fourchette verte (FV) Label. Wir waren oft aufgrund des fehlenden Budgets gezwungen den Labelantrag für diese interessierten Betriebe auf das Jahr 2020 zu verschieben. Erfreulicherweise hat der Kanton Bern nun entschieden das Budget für das Jahr 2020 zu erhöhen. Das eröffnet uns wieder mehr Ressourcen und Gestaltungsmöglichkeiten um diese interessierten Betriebe zu zertifizieren und zu begleiten.

Zieglerküche

Die Stadt Bern betreibt seit Mitte Jahr eine eigene Quartierküche im ehemaligen Zieglerhospital. Der sehr motivierte Küchenchef bereitet die Menüs nach den Kriterien von Fourchette verte zu. Es werden in einer sehr professionellen Küche ausgewogene und feine Mahlzeiten produziert und zu den Betrieben ausgeliefert. Die Lieferung erfolgt aktuell an 19 Kitas und Tagesschulen. Im Anschluss werden die Menüs in den Betrieben in einer neu installierten Infrastruktur regeneriert und serviert.

Die Gemeinde Wohlen sprach sich ebenfalls dafür aus, das Label allen Tagesschulen zugänglich zu machen.



Team Zieglerküche

Ausblick 2020

Das Team von Fourchette verte im Kanton Bern wird im Jahr 2020 die eigenen Qualitätsstandards überprüfen. Wir wollen uns auch neben der jährlichen Zertifizierung als Partner bei Ernährungsfragen in den Betrieben engagieren. Das unentgeltliche Angebot an den Basisschulungen und Fortbildungsanlässen soll stetig ausgebaut werden und den Betrieben die Möglichkeit bieten die Mitarbeitenden auf dem neuesten Stand zu halten und den Austausch unter den Betrieben zu fördern. Stichwort: Good practice!

4.6 Mandat zu Massnahmen Positives Körperbild (HBI) von GFCH

Basierend auf der Mandatsvereinbarung 2019 mit Gesundheitsförderung Schweiz konnte das HBI Team PEP auch in diesem Jahr Massnahmen zur Sensibilisierung und Information zur Stärkung eines positiven Körperbilds in der Schweiz umsetzen.

Dem HBI -Team PEP gehören Brigitte Rychen (Mandatsträgerin), Ronia Schifftan (Projektleitung HBIPlattform #SOBINICH), Nicole Heuberger (Mitarbeit Plattform), Roland Müller (Experte für das männliche Körper- und Selbstbild) und neu seit Mitte 2019 Dörte Wurst, die das Team als neue und zusätzliche Referentin ergänzt.

Die Mitglieder des HBI-Teams nahmen an verschiedenen Anlässen teil und haben diverse Referate, Workshops und Weiterbildungen zur Stärkung eines positiven Körperbilds abgehalten.

Zudem fand unter Leitung der Mandatsträgerin im Dezember das 4. HBI-ExpertInnentreffen statt.

Die Ziele des 4. Treffens:

- Auseinandersetzung mit der Frage:
Wie können MultiplikatorInnen/Lehrpersonen dazu motiviert werden, eine HBI-förderliche Haltung, damit förderliche Haltung gegenüber der Umsetzung von Massnahmen zur Stärkung von Psychischer Gesundheit, zu entwickeln?
- Vorstellen der Plattform #SOBINICH

Nach einem Input-Referat von Urs Gfeller zur Fragestellung, setzten sich die ExpertInnen in Fachgruppen weiter mit der Zielsetzungsfrage auseinander.

In Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz/ Chiara Testera und Meister Concept/Amanda Schmid war das HBI Team PEP zum 3. Mal für die Mitorganisation des HBI-Forums verantwortlich. In Zusammenarbeit mit Chiara Testera war das HBI-Team für die inhaltliche Gestaltung, Ablauf und die Rekrutierung der ReferentInnen verantwortlich. Die Moderation wurde von Florian Walther übernommen, der sich bei Promotion Santé Valais mit dem Thema Körperbild auseinandersetzt.

Die Zusammenarbeit mit allen Beteiligten darf aus Sicht PEP sowohl in der Vorbereitung wie am Forumstag als sehr gelungen bezeichnet werden. Auch die Rückmeldungen der Forums-Teilnehmenden bestätigen diese Sicht. Die Hauptbotschaft des diesjährigen Forums war, dass ein positives Körperbild wesentlich ist für das Wohlbefinden und damit zur Förderung von psychischer Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen beiträgt, zudem eine positive Wirkung auf das Ess- Bewegungs- und Gesundheitsverhalten und damit auch das Körpergewicht hat. Die Förderung von kritischem Denken im Umgang mit einseitigen Botschaften und sich verändernden Normen bezüglich des Körpers und dessen Erscheinungsbild zentral und wichtig ist. Mit den zwei internationalen Referentinnen:

- Dianne Neumark-Sztainer, PhD, MPH, RD, Professor and Division Head, Division of Epidemiology and Community Health School of Public Health University of Minnesota, USA
- Sigrún Daniélsdóttir, Project Manager for Mental Health Promotion, Directorate of Health, Island

konnte diese Botschaft mit interessanten Aspekten und Fakts unterlegt werden.

Zudem wurden am Forum auch drei Projekte aus der Schweiz vorgestellt:

- Plattform #MOICMOI / #SOBINICH, Ronia Schiffan und Tanja Schindelholz
- Roundabout, Sara Gerber
- Femmes Tische, Dörte Wurst

Am Forum nahmen 100 Personen aus der ganzen Schweiz teil und tauschten sich aus. Weiter entstanden zum Anlass und zur Thematik noch verschiedene Podcasts.

Das HBI Team PEP hat in diesem Jahr die Zusammenarbeit mit der Romandie weiter ausgebaut. In diesem Jahr waren die Ziele der Zusammenarbeit:

- die Klärung zu den gemeinsamen Inhalten (Schnittmenge) auf der HBI Plattform Romandie/Deutschschweiz
- Klärung der Unterschiede in der Namensverwendung
- Klärung der Rollen und Verantwortlichkeiten
- die Lancierung der gemeinsamen Plattform #MOICMO und #SOBINICH
- und Inbetriebnahme der HBI-Plattform #SoBINICH für die Deutschschweiz per data HBI Forum 2019
- Klärung von finanziellen Fragen zum Unterhalt der Plattform ab 2020
- Klärung rechtliche Fragen zur Nutzung

Das Konzept zu Inhalten, Lancierung, Marketing, Kommunikation und Inbetriebnahme wurde durch Brigitte Rychen, Florian Walther und Ronia Schiffan basierend auf den Austauschtreffen Romandie/Deutschschweiz erstellt.

Im Januar 2019 fand ein Austauschtreffen Romandie/Deutschschweiz zum Festlegen der Schnittmengen auf der Plattform, sowie der Klärung von Fragen zur Zielerreichung 2019 statt.

Im März trafen sich alle an der Plattform Beteiligten zu einer Koordinationssitzung bei Gesundheitsförderung Schweiz. Auch im März fand zwischen Romandie und Deutschschweiz das Kickofftreffen für die Umsetzung aller weiteren erforderlichen Massnahmen zur Lancierung der gemeinsamen Plattform #MOICMO und #SOBINICH am HBI Forum 2019 statt.

Im April fand ein Treffen mit den Verantwortlichen bei Fondation O2 zu technischen, rechtlichen und finanziellen Fragen die Plattform #SOBINICH betreffend statt

Von Mai bis September war die Projektleitung damit beschäftigt alle Massnahmen umsetzen. Die gemeinsame Plattform #MOICMO und #SOBINICH wurde am HBI Forum 2019 durch Tania Schindelholz (Romandie) und Ronia Schiffan (Deutschschweiz) wie geplant vorgestellt.

5 Dank und Schlusswort

Wir danken der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern, den zuständigen Behörden, Gesundheitsförderung Schweiz, sowie allen weiteren Partnern und Akteuren herzlich für die finanzielle und inhaltliche Unterstützung unserer Arbeit sowie die immer wieder konstruktive und weiterbringende Zusammenarbeit.

Im Kanton Bern danken wir Karin Baumgartner ganz herzlich für ihr grosses Engagement und ihre Unterstützung der Fachstellenleitung- und den Angebotsleitungen PEP. Ralph Lutz danken wir bestens für den konstruktiven Austausch in Sachen Fourchette verte. Weiter danken wir auch allen Weiteren MitarbeiterInnen der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern für ihre Arbeit und Unterstützung.

Danken möchten wir auch der Leitung und den Mitarbeiterenden von Gesundheitsförderung Schweiz. Insbesondere Bettina Abel für ihr Vertrauen in unsere Arbeit, Chiara Testera und Cornelia Waser, die uns auch in diesem Jahr eng begleitet, fachlich unterstützt und sich für PEP und Angebote eingesetzt haben. Ein Dank geht auch an Fabienne Amstadt und Alex Kuhn sowie alle weiteren MitarbeiterInnen, die uns unterstützen, immer wieder freundlich und herzlich empfangen, uns hilfreich zur Seite stehen.

Ein grosses Danke auch an alle Personen, die unsere Arbeit schätzen, unsere Angebote nutzen und multiplizieren. Sie tragen dazu viel bei, dass Haltungen, die der Förderung und Stärkung psychischer Gesundheit und eines positiven Körperbilds dienen, weitergetragen werden. Dass wir auch im neuen Jahr auf Unterstützung des Kantons Bern, von Gesundheitsförderung Schweiz und unseren weiteren Partnern zählen zu dürfen, freut uns riesig.

Der Vorstand und die Fachstellenleitung PEP, die MitarbeiterInnen der Fachstelle PEP und die Angebotsleitungen PEP mit ihren Teams danken allen für die gute Zusammenarbeit im 2019.

Für den Jahresbericht PEP 2019
Bern, 10. März 2020

Sophie Frei
Präsidentin Verein PEP

Brigitte Rychen
Fachstellenleitung PEP