



Zürich, 10. Oktober 2021

**Medienmitteilung: Aktion zum internationalen Tag der psychischen Gesundheit**

## **Der BSC Young Boys spricht über Gefühle**

**Am 10. Oktober, dem internationalen Tag der psychischen Gesundheit, lanciert der BSC Young Boys zusammen mit «Wie geht's dir?» eine Testimonial-Aktion zur Förderung der psychischen Gesundheit der Schweizer Bevölkerung. Die Aktion will dazu ermutigen, sich mit seinen Emotionen auseinanderzusetzen und darüber zu reden. Fünf Spieler des Berner Fussballclubs gehen mit gutem Beispiel voran und sprechen in Video-Clips über ihre Gefühle.**

Die mentale Gesundheit von Spitzensportlern ist trotz hohem Leistungsdruck immer noch ein grosses Tabu. Oftmals äussern sie sich erst nach ihrer Karriere zu ihren psychischen Problemen. Zu gross ist die Angst vor beruflichen oder medialen Konsequenzen, welche die Karriere gefährden.

### **Enttabuisierung von psychischen Erkrankungen**

Der mehrfache Fussball-Schweizermeister BSC Young Boys ist sich seiner Strahlkraft für Sportler\*innen, Fans, Sportvereine und Business-Partner bewusst und will sie nutzen, um Verantwortung zu übernehmen. YB arbeitet deshalb seit 2019 mit der Stiftung Pro Mente Sana zusammen. Mit gemeinsamen Aktionen wollen sie zur Enttabuisierung von psychischen Erkrankungen beitragen.

In Video-Clips zum internationalen Tag der psychischen Gesundheit (mental health day), basierend auf der «Wie geht's dir?»-Kampagne, äussern sich fünf YB-Exponenten zu verschiedenen Emotionen. Beispielsweise darüber, weshalb sie sich manchmal leer fühlen und wie sie mit diesem Gefühl umgehen; oder weshalb sie sich dankbar oder sicher fühlen.

Die Clips laufen vom 10. bis 17. Oktober auf den Social-Media-Kanälen von YB und werden am Match YB - Luzern vom 16. Oktober im Stadion Wankdorf ausgestrahlt. Nach dem Spiel sprechen Wanja Greuel, CEO des BSC Young Boys, und Marcel Wisler, Co-Leiter Gesundheitsförderung & Kommunikation bei Pro Mente Sana, in einem Talk über die Aktion und die Wichtigkeit von psychischer Gesundheit. Am 30.11.2021 organisieren sie zudem ein [Sportsymposium «Psychische Belastungen im Leistungssport – bereit, darüber zu reden?»](#) im Wankdorf.

Die Video-Clips und mehr Informationen zu den Massnahmen finden Sie auf [www.bscyb.ch/pro-mente-sana](http://www.bscyb.ch/pro-mente-sana)

### **Über «Wie geht's dir?»**

«Wie geht's dir?» ist eine Kampagne der Deutschschweizer Kantone und der Stiftung Pro Mente Sana im Auftrag der Gesundheitsförderung Schweiz. Die Kampagne zeigt auf, wie die psychische Gesundheit gefördert werden kann, und will die Bevölkerung dazu motivieren, über Gefühle zu sprechen, auch über negative. Denn nur wenn auch über Belastendes offen gesprochen werden kann, werden Hilfe und Unterstützung möglich und Erkrankungen können bestenfalls vermieden werden. Impulse zur Stärkung der psychischen Gesundheit und Gesprächstipps vermittelt die Kampagne auf der Webseite [wie-gehts-dir.ch](http://wie-gehts-dir.ch) und in der [«Wie geht's dir?»-App](#).



### **Kontakte für Medienanfragen:**

Stiftung Pro Mente Sana  
Marcel Wisler  
Co-Leiter Gesundheitsförderung & Kommunikation  
079 303 25 38  
[m.wisler@promentesana.ch](mailto:m.wisler@promentesana.ch)

BSC Young Boys  
Stefan Stauffiger  
Kommunikation  
076 440 10 53  
[s.stauffiger@bscyb.ch](mailto:s.stauffiger@bscyb.ch)

---

### **Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana**

Die 1978 gegründete Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana ist im Interesse psychisch beeinträchtigter Menschen in der Schweiz tätig. Sie fördert und unterstützt Projekte und Dienstleistungen zur Stärkung der psychischen Gesundheit und engagiert sich gemeinsam mit Betroffenen, Angehörigen und Fachleuten von anderen Organisationen für Recovery und Peer. Pro Mente Sana ist eine gemeinnützige Stiftung. Sie ist parteipolitisch und konfessionell unabhängig. Die Finanzierung ihrer Dienstleistungen erfolgt mehrheitlich über Beiträge von Institutionen wie Bund, Kantone und Gemeinden sowie Spenden.  
[www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)