

## Schwerpunkt

# Not? Hilfe.

S. 6 – 45

SBB-Care-Team

**Trauma Personenunfall**  
8

USZ-Care-Team

**Lachen trägt einen  
in der Trauer**  
10

Notfallarzt

**In seelischer Not  
Verständnis zeigen**  
14

Patientenstory

**Mein mühevoller Weg  
zurück ins Leben**  
18

Kriseninterventionszentrum

**Wenn eine Krise nicht mehr  
selbst bewältigt werden kann**  
20

Blick ins Ausland

**Die eigenen Ressourcen  
nutzen**  
24

Psychische Krisen – was tun?

**Das Stiefkind der  
Gesellschaft**  
26

Vertrauensperson

**Zwangseinweisung –  
was nun?**  
32

Psychiatrische Patientenverfügung

**Mehr Selbstbestimmung  
in der Psychiatrie**  
36

Projekt ensa

**Erste Hilfe für psychische  
Gesundheit**  
38

Sensibilisierungskampagne

**Wie geht's dir?**  
42



**Orientierungshilfe:**  
Trialogische Piktogramme  
zeigen die Inhaltsperspektive  
des jeweiligen Artikels an.

Weitere Themen in diesem Heft:

Kunst und Psyche  
**Verletzte Seelen –  
Kunstwerke aus der Psychiatrie** 46

Offene Kunstküche  
**Ausdruck des Lebens  
in all seinen Schattierungen** 48

Ihde isst mit...  
**Helen Hirsch** 54

Treffpunkt «Nordlicht»  
**Der Isolation entgegenwirken** 58

Charity of the Year  
**Freiwilligeneinsätze verhelfen  
zu Perspektivenwechsel** 63

Pro Mente Sana Tessin  
**Es müssen noch etliche Hürden  
genommen werden** 66

Fall aus der Beratung  
**«In der letzten Zeit fällt mir auf,  
dass es meinem Neffen psychisch  
zunehmend schlechter geht...»** 70

Partnerschaften  
**Wenn Win-Win keine leere  
Floskel bleibt** 72

Carte blanche  
**Zwei Geschenke** 74

Mitgliedschaft und Shop  
**mental help club** 75

## Impressum

**Redaktion**  
Marcel Wisler, Remo Fortunato,  
Nelly Botta

**Konzept**  
Marcel Wisler, Elisa Zwahlen,  
Andreas Daurü, Anna Beyme,  
Roger Staub, Remo Fortunato

**Autorinnen und Autoren**  
Anna Beyme, Anita Biedermann,  
Andrina Carisch, Lea Leuenberger,  
Kathrin Obrist, Norina Schwendener,  
Roger Staub, Mia Wendt,  
Marcel Wisler

**Lektorat**  
Beatrice Gmünder

**Gestaltung**  
Arndt Watzlawik,  
Visuelle Kommunikation, Zürich  
www.arndtwatzlawik.net

**Druck**  
Brüggl Medien, Romanshorn

**Auflage**  
5000 Ex.

**Fotografie/Illustration**  
S. 7, 8, 10, 15, 20, 32, 36: iStock  
S. 24: Arndt Watzlawik  
S. 26: Enomis B. (Kubeis)  
S. 38: Martina Galizia (Kubeis)  
S. 42: WGD Kampagne der Kantone  
und pro mente sana im Auftrag  
von Gesundheitsförderung Schweiz  
S. 46: Kunstmuseum Thun  
S. 48 – 51: Sabine Heiniger  
S. 54: Romel Janeski  
S. 58 – 61: Daniel Drognitz  
S. 66 Pro Mente Sana Tessin  
S. 72: Benno Tobler  
S. 75: Marie Baumann

**Erscheinungsweise**  
halbjährlich

**Erscheinungsdatum  
dieser Ausgabe**  
14. März 2019

© 2019

pro mente sana