

pro mente sana

Psychische Gesundheit stärken

---

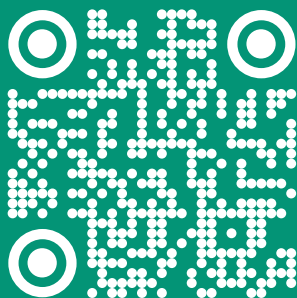
# Jahresbericht 2022

Mehr Unterstützung für  
die psychische Gesundheit!

---

# Herzlichen Dank

Wir danken allen Gönner\*innen im mental help club, Spender\*innen, Freiwilligen, Partner\*innen und institutionellen Förderern, die unsere Angebote und Dienstleistungen rund um psychische Gesundheit und Erkrankung 2022 finanziell und ideell unterstützt haben – jedes Engagement ist wertvoll!



[www.promentesana.ch/spenden](http://www.promentesana.ch/spenden)

# Inhalt

Editorial .....	4
Das Spektrum unserer Arbeit .....	6
Gesundheitsförderung .....	8
Prävention und Früherkennung .....	16
Angebote und Dienstleistungen für Betroffene .....	22
Recovery .....	30
Finanzen, Mitgliedschaften und Gremien .....	42

**Bilder**..... Susanne Heinrich (Umschlag, Ausschnitt),  
Rebecca Wetzel (S. 8, Ausschnitt), Claude Kuhn  
(S. 10), Mauro Mellone (S. 11, S. 51), Gesund-  
heitsförderung Kanton Luzern (S. 14), Ayana  
(S. 16, Ausschnitt), Kim Egloff (S. 18), Rahel  
Schwarzentruber (S. 22, Ausschnitt), Daniel  
Drognitz (S. 27), B. C. (S. 30), Darlene Wildhaber  
(S. 42, Ausschnitt)

**Redaktion** ..... Nicole Tschanz

**Lektorat** ..... Christine Klingler Lüthi

**Gestaltung** ..... Pro Mente Sana intern



# Liebe Leser\*innen

2022 war ein bewegtes Jahr für Pro Mente Sana. Anfang September übernahm Muriel Langenberger die Geschäftsleitung der Stiftung. Sie folgte auf Roger Staub, der nach fünf Jahren als Geschäftsführer in Pension ging. Als Visionär mit Gespür für gesellschaftliche Trends und Entwicklungen hat Roger Staub Spuren hinterlassen. Dass allein im Jahr 2022 über 6100 Menschen in 500 ensa Kursen lernten, wie Erste Hilfe für psychische Gesundheit geht, ist unter anderem ihm zu verdanken. Die steigende Nachfrage nach unseren niederschweligen Angeboten, etwa der kostenlosen psychosozialen und juristischen Beratung, zeigt: Pro Mente Sana braucht es mehr denn je. Trotz dieser Entwicklung leidet die Stiftung seit Jahren unter finanziellem Druck. Im Dezember haben wir uns deswegen entschieden, die Stiftung mit externer Unterstützung durch die Optimierung der Struktur, der Angebote und der Strategie zu sanieren. Damit haben wir die Weichen gestellt, um das Fundament der Stiftung nachhaltig zu festigen. Mit dem bereits eingeläuteten

Strategieprozess wollen wir den Fokus der Stiftung weiter schärfen. Trotz schwieriger finanzieller Situation und volatiler Spendenbereitschaft blicken wir vorsichtig optimistisch in die Zukunft und hoffen, Ende 2023 schwarze Zahlen zu erreichen. Angesichts dieser grossen Herausforderung sind wir stolz auf unsere Mitarbeitenden, die unbeirrt viel Herzblut in ihre Arbeit stecken und sich für die psychische Gesundheit in der Schweiz engagieren.

Wir danken Ihnen für Ihr Interesse und Ihre Verbundenheit mit unserer Stiftung.



**Muriel Langenberger**  
Geschäftsführerin



**Dr. med. Thomas Ihde**  
Stiftungsratspräsident

# Das Spektrum unserer Arbeit



gesund

Gesundheitsförderung

Prävention und  
Früherkennung

erkrankt

Angebote und  
Dienstleistungen  
für Betroffene

genesen

Recovery

Pro Mente Sana versteht psychische Gesundheit als Kontinuum zwischen den Polen «über gute psychische Gesundheit verfügen» bis «psychische Krankheit(en) haben». Jeder Mensch wird im Verlauf seines Lebens zu verschiedenen Zeiten auf verschiedenen Punkten auf diesem Kontinuum sein. Mit unserer Arbeit möchten wir allen Menschen Unterstützung rund um psychische Gesundheit und Erkrankung anbieten. Nachfolgend ist aus jedem Bereich ein Beispiel unserer vielen bewährten Angebote und Dienst-

leistungen aufgeführt. Auch wagen wir immer wieder Neues im Wissen darum, dass die Herausforderungen für unsere Psyche in Zukunft nicht geringer werden.

## **Gesundheitsförderung**

Mit der Kampagne «Wie geht's dir?» sensibilisieren und informieren wir die Bevölkerung und zeigen gemeinsam mit den Deutschschweizer Kantonen und im Auftrag der Gesundheitsförderung Schweiz, wie die Psyche gestärkt werden kann.

## **Prävention und Früherkennung**

Mit erna Erste Hilfe für psychische Gesundheit bieten wir Kurse an, in denen jeder und jede lernen kann, wie man Warnzeichen psychischer Krisen frühzeitig erkennt und kompetent handelt, wenn es Menschen im eigenen privaten oder beruflichen Umfeld nicht gut geht.

## **Angebote und Dienstleistungen für Betroffene und Angehörige**

Im Rahmen der kostenlosen Beratung durch Fachpersonen und Peers unterstüt-

zen wir Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung, deren Angehörige und weitere Bezugspersonen bei juristischen und psychosozialen Fragen.

## **Recovery**

Mit dem Seminar «Recovery Wege entdecken» ermutigen wir Menschen mit einer psychischen Erkrankung, sich mit ihren Erfahrungen auseinanderzusetzen und ihren eigenen Genesungsweg zu finden.



Gesundheits-  
förderung

# Bring deinen Vogel mit!

An der ersten nationalen Mad Pride gingen am Samstag, 18. Juni 2022, mehrere Tausend Menschen für die Enttabuisierung von psychischen Krankheiten auf die Strasse und zeigten das bunte Gesicht einer diversen, solidarischen Schweiz.



Das Motto «Bring deinen Vogel mit!» steht für Vielfalt, Inklusion und psychische Gesundheit.



Betroffene, Fachpersonen und Angehörige aus der ganzen Schweiz beteiligten sich an der bunten Parade unter dem Motto «Bring deinen Vogel mit». In ausgelassener, fröhlicher Stimmung zogen sie in farbigen Kostümen und mit auf T-Shirts und Plakaten formulierten Botschaften durch die Berner Gassen in Richtung Bundesplatz. Nicht wenige Zuschauer\*innen schlossen sich spontan dem Marsch an, der mit viel Musik und lauten Rufen in friedlicher Stimmung stattfand. Nach etwa 90 Minuten erreichte die Parade den Bundesplatz, wo bei fast 35 Grad ein dreistündiges Kulturprogramm und engagierte Reden auf die Teilnehmenden warteten.

Die Organisation der ersten Mad Pride auf nationaler Ebene war sehr zeitintensiv und die Durchführung musste wegen der Corona-Pandemie mehrmals verschoben werden. Die Stiftung Pro Mente Sana hat im Organisationskomitee die Hauptverantwortung übernommen und war massgeblich am Erfolg beteiligt. Pro Mente Sana dankt allen Teilnehmenden für ihren Mut und ihre Bereitschaft, eine neue Bewegung für die Entstigmatisierung von psychischen Krankheiten in Gang zu setzen.

*«100 % Ja sagen können zu mir in der Öffentlichkeit erlebte ich als unglaublich befreiend.»*

Michaela Pape

#### Was ist die Mad Pride?

Die Mad Pride trägt dazu bei, negative Stereotype bezüglich psychischer Krankheiten aufzulösen und die Bevölkerung darauf aufmerksam zu machen, dass psychische Erkrankungen jeden und jede irgendwann im Leben treffen können.

Von nun an soll die Mad Pride jedes Jahr in einer anderen Schweizer Stadt stattfinden und zu einer wachsenden Bewegung werden. Die nächste nationale Mad Pride findet am 7. Oktober 2023 in Lausanne statt.

[www.madpride.ch](http://www.madpride.ch)

# Gemeinsam etwas bewirken

Unsere Projekte und Dienstleistungen für die Anliegen und Integration psychisch belasteter Menschen können wir nur mit Unterstützung realisieren. Im mental help club der Pro Mente Sana solidarisieren sich über 3000 Gönner\*innen mit Betroffenen. Mit ihren Mitgliederbeiträgen ermöglichen sie es unserer Stiftung, für belastete Menschen einzustehen und die Vision zu verfolgen, dass alle psychisch beeinträchtigten Menschen und ihre Angehörigen Respekt und Unterstützung erhalten, Vertrauen in sich selbst gewinnen und ein selbstbestimmtes und gleichberechtigtes Leben führen können.

#### mental help club

Ist auch Ihnen psychische Gesundheit wichtig und möchten Sie sich dafür engagieren? Werden Sie Gönner\*in von Pro Mente Sana:

[www.promentesana.ch/mental-help-club](http://www.promentesana.ch/mental-help-club)

mental  
help  
club

3000

Gönner\*innen zählte der  
mental help club  
Ende 2022

# «Wie geht's dir?» bei Jungen bekannt

Die Kampagne war 2022 in der Deutschschweiz wieder mit dem Emotionen-Alphabet präsent. Dieses zeigt das vielfältige Spektrum der Emotionen und regt zur Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen an.

Wie  
geht's  
dir?



«Wie geht's dir?»-Bänkli laden zum Verweilen ein und sensibilisieren für die psychische Gesundheit.

# 73 %

der 15- bis 30-Jährigen  
kennen «Wie geht's dir?»

Positiv ist, dass 51 % der Deutschschweizer Bevölkerung «Wie geht's dir?» kennen. Die Kampagne erreicht die Fokuszielgruppe der Jugendlichen und jungen Erwachsenen besonders gut. Eine repräsentative Befragung mit 1242 Personen ergab, dass 73 % der 15- bis 30-Jährigen die Kampagne kennt. Besonders die jüngeren Befragten beurteilen sie als ansprechend (92.7 %) und verständlich (91.6 %).

### Kampagnenmaterial rege angefragt

2022 verzeichnete [www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch) erneut einen signifikanten Anstieg an Besuchen um 39 % auf 410 000 gegenüber 294 277 Besuchen im Vorjahr. Im Vergleich zum Jahr 2020 haben sich die Website-Besuche sogar verdoppelt. Für den hohen Bekanntheitsgrad der Kampagne sprechen zudem die vielen Materialbestellungen. Über 1200 Bestellungen verschiedener Broschüren und Plakate, Flyer, Postkarten und Stickers kamen im Berichtsjahr von Schulen, Firmen, Organisationen, Privatpersonen sowie weiteren Multiplikator\*innen über die Website rein. Das sind 450 Bestellungen mehr als im Vorjahr. Das Angebot wurde zudem für die Settings Schulen und Betriebe optimiert.

Auf der Website werden Toolkits angeboten, die Arbeitgebende und Lehrpersonen mit Material und Informationen zum Thema psychische Gesundheit unterstützen. Ebenfalls neu auf der Website ist der Selbst-Check: Wenn man anonym fünf Fragen zum aktuellen Befinden beantwortet, zeigt der Test, wie man die eigene Psyche stärken kann. Der Selbst-Check wurde innerhalb der ersten vier Monate über 36 000-mal ausgefüllt.

«Wie geht's dir?» wurde 2022 von 19 Trägerkantonen und der Stiftung Pro Mente Sana verstärkt eingesetzt. Das Kampagnenmaterial wurde weiterentwickelt und vielerorts angeboten, zum Beispiel an diversen Schweizer Berufsbildungsmessen sowie an der Mad Pride in Bern. Ein weiteres kreatives Beispiel sind die gelben «Wie geht's dir?»-Bänkli verschiedener Schweizer Gemeinden.

«Wie geht's dir?» ist eine Kampagne der Deutschschweizer Kantone und von Pro Mente Sana im Auftrag der Gesundheitsförderung Schweiz.

[www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch)



The background is an abstract composition of thick, expressive brushstrokes. The color palette is dominated by warm, earthy tones of orange and brown, which transition into cooler, darker shades of blue and black towards the bottom and sides. The strokes are layered and textured, creating a sense of depth and movement. A thin white horizontal line runs across the top of the image, and another runs across the bottom. A vertical white line also runs down the center, intersecting the horizontal lines.

# Prävention und Früherkennung

# National Instructors' Day

Am 31. März 2022 durften wir in Bern rund 100 ensa Instruktor\*innen und Stakeholders zum ersten ensa National Instructors' Day begrüßen. Der Anlass ergab viele wertvolle Inputs für die Weiterentwicklung von ensa.



Teilnehmer\*innen am ersten ensa National Instructors' Day

# 100

ensa Instruktor\*innen und Stakeholders nahmen am Event teil

Unter den Teilnehmer\*innen waren der Präsident und der Geschäftsleiter der Stiftung Pro Mente Sana, Vertreter\*innen der Beisheim Stiftung und Kolleg\*innen von MHFA England, MHFA Luxemburg und Erste Hilfe für die Seele Österreich. Nebst Networking und kulinarischem Vergnügen standen Themen im Zentrum, die für die Tätigkeit als Instruktor\*in relevant sind und Einfluss auf die Entwicklung von ensa haben werden. Im Format eines World Cafés wurden an neun Tischen in drei Sprachen folgende Fragen intensiv diskutiert:

- Wie gewinne ich Teilnehmer\*innen für meine Kurse?
- Wie können wir uns gegenseitig bei der Durchführung von Kursen unterstützen?
- Wie möchte ich meine Kompetenzen als ensa Instruktor\*in weiterentwickeln?

Die zwei wichtigsten Erkenntnisse jeder Gruppe wurden schriftlich festgehalten und danach von einem Illustrator als Visual Recording aufs Papier gebracht. Aus den an den Tischen diskutierten Themen wurden sowohl kurzfristige Massnahmen abgeleitet als auch Inputs

für die längerfristige Entwicklung aufgenommen.

## Mit Leidenschaft und Energie

Nach dem Mittagessen begaben sich die Teilnehmer\*innen in drei Gruppen auf einen sozialen Stadtrundgang, der vom Strassenmagazin «Surprise» organisiert wurde. Im Fokus dieser sehr bewegenden Touren stehen die persönlichen Erzählungen der Stadtführer\*innen. Sie alle sind armutsbetroffene Menschen, die den Schritt heraus aus der Scham und dem Abseits wagen und von ihrem Lebensweg erzählen.

Der ensa National Instructors' Day zeigte eindrücklich, wie viel Energie und Leidenschaft in ensa steckt und täglich gelebt wird. Wir sahen am Beispiel von MHFA England auch, dass wir uns in einem kontinuierlichen Entwicklungsprozess befinden, und bekamen einen Eindruck, wie die Weiterreise aussehen könnte.

## Wie werde ich Instruktor\*in?

Alle Informationen unter:

[www.ensa.swiss/de/instruktoren](http://www.ensa.swiss/de/instruktoren)

# ensa entwickelt sich weiter

## Im Jahr 2022 hat sich ensa in Sachen Produkteportfolio wie auch bezüglich der administrativen Prozesse in grossen Schritten weiterentwickelt.

Im Berichtsjahr erschien das Kursbuch für den Erste-Hilfe-Kurs Fokus Erwachsene auf Französisch in zweiter Auflage. Der Erste-Hilfe-Kurs Fokus Jugendliche wurde auf Englisch gelauncht und die italienische Version wurde weitgehend finalisiert, sodass die Kurse im Tessin im ersten Semester 2023 starten können. Der ensa Kurs Erste-Hilfe-Gespräche für Führungskräfte wurde überarbeitet und liegt in der neuen Version nun in Deutsch, Französisch und Englisch vor. Die Erste-Hilfe-Gespräche über Suizidgedanken gibt es neu in deutscher wie auch in französischer Sprache. Der ensa Refresher Fokus Erwachsene kam im Frühling auf Deutsch, im Herbst

zusätzlich auf Französisch und Englisch auf den Markt.

In der ensa Kursadministration wurden mit erneut grosszügiger Unterstützung durch die Beisheim Stiftung mehrere Prozesse optimiert. Auf der ensa Plattform laufen Nachholen, Umbuchen, Versandlogistik, Annullationen sowie weitere kleinere Anwendungen weitgehend automatisch und reduzieren so den Aufwand des ensa Teams erheblich. Dadurch sind wir fähig, noch mehr Kurse durchzuführen und deren Administration mit hoher Qualität zu gewährleisten.

Ein Meilenstein wurde Ende Jahr mit einer wissenschaftlichen Untersuchung aus der Romandie erreicht. Die Wirksamkeit von Erste-Hilfe-Kursen für psychische Gesundheit (Mental Health First Aid), die weltweit bereits in zahlreichen Studien nachgewiesen wurde, wird nun auch durch Daten aus der Schweiz gestützt.

6100

Teilnehmende wurden  
2022 in 500 ensa Kursen  
ausgebildet

# Kurz notiert

Pro Mente Sana ist  
Partner der App ready4life



ready4life ist eine interaktive Coaching-App der Lungenliga zur Förderung der Lebenskompetenzen von Jugendlichen. Dazu gehören zum Beispiel der richtige Umgang mit Stress, Social Media und Gaming, die Stärkung der Sozialkompetenzen sowie die Fähigkeit, dem Konsum von Suchtmitteln zu widerstehen. Mittels Ampelfarben wird den Teilnehmenden signalisiert, in welchen Bereichen noch Verbesserungspotenzial besteht. Seit August 2022 werden die eingehenden Chat-Anfragen bezüglich Stress von Mitarbeitenden der Pro Mente Sana auf Deutsch, Französisch und Italienisch beantwortet. Die anderen Themen werden von weiteren Partnern bearbeitet. Im Berichtsjahr konnten dabei 120 Anfragen von Jugendlichen durch Pro Mente Sana beantwortet werden.

eduQa-Zertifizierung für die  
Pro Mente Sana



eduQa ist das Qualitätslabel für Weiterbildungsanbieter in der Schweiz. Es fördert Transparenz, Vergleichbarkeit und Qualität der Weiterbildungsangebote. Zur Erlangung des Labels wurde das gesamte Kursangebot der Pro Mente Sana während mehrerer Monate in einer Selbstevaluation auf 22 Standards hin untersucht und danach in einem mehrstufigen Audit von eduQa überprüft. Pro Mente Sana ist stolz, die hohen Anforderungen zu erfüllen und seit Juni 2022 das eduQa-Label tragen zu dürfen. Dieses gilt für alle Kursangebote der Pro Mente Sana, d. h. psychosoziale Kurse, Rechtsseminare, die Seminare «Recovery Wege entdecken» sowie alle ensa Erste-Hilfe-Kurse.



---

Angebote und  
Dienstleistungen  
für Betroffene

---

# Erneut mehr Beratungen

2022 ist die Anzahl der Beratungen im Vergleich zum Vorjahr um 24 % auf total 5387 Beratungen gestiegen. Unsere Unterstützung suchen Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen und Personen aus ihrem Umfeld.

5387

Beratungen haben unsere Expert\*innen 2022 durchgeführt

Kostenlose Telefonberatung  
zu psychosozialen  
und juristischen Fragen

0848 800 858  
Normaltarif

[www.promentesana.ch/beratung](http://www.promentesana.ch/beratung)

Über die letzten fünf Jahre gerechnet beträgt die Steigerung der Anzahl Beratungen sogar 122 %. Dies hat sicher mit der Erweiterung der Beratungszeiten zu tun, zeigt aber auch einen klaren Trend: Das Thema psychische Gesundheit und psychische Erkrankung ist hochaktuell. Der Zuwachs zeigt sich nicht nur bei der Telefonberatung, sondern sehr deutlich auch in der e-Beratung mit einer Steigerung der schriftlichen Anfragen von 49 % verglichen mit dem Vorjahr. Zudem wurden im Berichtsjahr 502 persönliche Gespräche auf unseren Geschäftsstellen im Tessin und in Zürich geführt. Die Zunahme betrifft alle Beratungsbereiche – juristische, psychosoziale und Peerberatung.

## Pro Mente Sana Tessin

Speziell hervorzuheben sind die Beratungen im Tessin. Unsere beiden Kolleginnen haben im letzten Jahr 250 Personen persönlich begleitet. Von diesen 250 Personen haben sich 207 wegen einer fürsorgerischen Unterbringung oder Zwangsbehandlungen in der Klinik an Pro Mente Sana Tessin gewandt, die den kantonalen Auftrag als Beschwerdeinstanz wahrnimmt. Im Rahmen dieses Auftrags begleiten unsere Beraterinnen

*«Hier wurde ich mit meinem Anliegen menschlich aufgenommen und unentgeltlich unterstützt.»*

Julia G.

betroffene Personen zu Gesprächen mit medizinisch-therapeutischen Fachpersonen, vertreten sie in der *comissione giuridica* (Rechtsausschuss) und besprechen mit ihnen das Ergebnis der Rekurse.

Inhaltlich haben sich die Themen in beiden Sprachregionen nicht verändert. Nach wie vor sind es in der juristischen Beratung vor allem Fragestellungen zum Sozialversicherungsrecht und in der psychosozialen Beratung Fragen zu Behandlungen und Informationen zu Krankheitsbildern und zum Umgang damit.

# Treffpunkt Nordlicht

Das Nordlicht bringt Menschen mit unterschiedlichen psychischen Problemen zusammen, fördert ihre Selbstbestimmung und begleitet sie auf ihrem persönlichen Weg der Gesundung – seit 30 Jahren!



Ausflug zur Insel Ufenau am 30-jährigen Jubiläum des Treffpunkts Nordlicht.



300

Besucher\*innen zählte  
der Treffpunkt Nordlicht  
im Berichtsjahr



*«Ich schätze das gute Essen und die Geselligkeit – das hilft gegen die Isolation.»*

André Z.

2021 publizierte die WHO ihre *Guidance on community mental health services*. Darin wird anhand von Informationen und internationalen Vorzeigeprojekten erläutert, wie ein modernes psychisches Gesundheitssystem so umgesetzt werden kann, dass wichtige Normen wie Menschenrechtsübereinkommen und die Behindertenrechtskonvention der UNO respektiert werden. Unter anderem stehen Angebote im Fokus, die niedrigschwellig, ambulant, recovery-orientiert, Peer-unterstützt und im Quartier verankert sind. Genau dafür setzt sich die Stiftung Pro Mente Sana mit dem Nordlicht ein, und zwar seit vielen Jahren. 2022 fand anlässlich des 30-jährigen Bestehens ein fröhlich-geselliger

Schiffsausflug zur Insel Ufenau statt. Seit Ostern 2022 geniessen Besucher\*innen zudem immer am ersten Sonntag im Monat ihren traditionellen Brunch. Bei diesem Anlass wie auch während der regulären Mahlzeiten helfen sie beim Tischdecken oder Gemüserüsten und gestalten so das Treffpunktgeschehen mit. Neben den Fachmitarbeitenden engagieren sich 15 Freiwillige während rund 1000 Stunden im Jahr.

Das Nordlicht ist ein wichtiger Pfeiler im Alltag psychisch kranker Menschen: Im vergangenen Jahr wurde mit 300 Besucher\*innen sogar ein neuer Rekord verzeichnet! Besonders erfreulich ist, dass gegen 80 neue Gesichter zum ersten Mal den Weg an die Nordstrasse 198 fanden. Viele von ihnen schauen seitdem regelmässig vorbei.

#### Treffpunkt Nordlicht

Nordstrasse 198  
8037 Zürich  
044 364 04 20

nordlicht@promentesana.ch

[www.promentesana.ch/  
nordlicht](http://www.promentesana.ch/nordlicht)

# Rechts- und psychosoziale Kurse

**Pro Mente Sana führte 2022 wieder verschiedene Kurse und Referate rund um psychische Gesundheit durch – für Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialbereich sowie andere Interessierte.**

Im Frühling und im Herbst 2022 wurden erneut Kurse für Fachpersonen zu den Themen Erwachsenenschutzrecht, Invalidenversicherung, Arbeitsrecht und Soziale Sicherheit bei Krankheit sowie Sozialhilferecht durchgeführt. Rund 150 Teilnehmende aus der ganzen Schweiz nahmen teil; die Kurse im Herbst waren ausgebucht. Zusätzlich bot das Rechtsteam drei Firmenkurse zu den Themen Erwachsenenschutz und Krankentaggeldversicherung an. In den Rechtskursen wird Fachwissen zu den Rechtsgebieten vermittelt und anhand von Gerichtsurteilen und Fällen aus der Praxis diskutiert. Neu wurden im Berichtsjahr neben Fachpersonen auch Betroffene in einem zweistündigen Kurs zur IV-Revision geschult.

Im April und Mai fand unsere dreitägige Weiterbildung in systemisch-lösungs-

orientierter Kurzzeitberatung statt. Die rund 20 Teilnehmenden aus dem psychosozialen Bereich lernten die Grundsätze und Werkzeuge dieser Kurzzeitberatung kennen und übten anhand von Fallbeispielen. Ebenfalls im April fand der zweite Online-Kurs zum Thema Umgang mit psychisch erkrankten Menschen im Arbeitsumfeld statt. Es wurden auch mehrere auf die Bedürfnisse der Klient\*innen zugeschnittene Workshops, Referate und Fachinputs zum Thema psychische Gesundheit am Arbeitsplatz angeboten.

#### Informationen und Anmeldung

[www.promentesana.ch/rechtskurse](http://www.promentesana.ch/rechtskurse)  
[www.promentesana.ch/  
psychosozialekurse](http://www.promentesana.ch/psychosozialekurse)



---

---

# Recovery



# Fürsorgerische Unterbringung

Das Positionspapier der Stiftung Pro Mente Sana mit dem Titel «Rechtbasierte Umsetzung der fürsorgerischen Unterbringung (FU)» wurde im Herbst 2022 veröffentlicht. Die Medienresonanz war enorm.

Die Einführung des heutigen Kindes- und Erwachsenenschutzrechts im Jahr 2013 und die damit verbundene Umbenennung des Begriffs «fürsorgerischer Freiheitsentzug (FFE)» in «fürsorgerische Unterbringung (FU)» stellt zwar programmatisch eine neue Stossrichtung dar, hat jedoch noch nicht zu einem Paradigmenwechsel geführt. Vielmehr stieg die Zahl der FU-Anordnungen auf über 16 000 pro Jahr. Dies sowie zahlreiche Rückmeldungen von Betroffenen oder Angehörigen veranlassten

Pro Mente Sana, aktiv zu werden und sich in einem Positionspapier mit fünf Forderungen an die zuständigen Stellen, die Politik und die Öffentlichkeit zu wenden.

Die grosse Medienresonanz zum Positionspapier zeigt, dass das Thema nicht nur in der breiten Öffentlichkeit auf Interesse stösst, sondern auch unter Fachpersonen und politisch kontrovers diskutiert wird. Pro Mente Sana positioniert sich hinsichtlich fürsorgerischer Unterbringung und Anwendung von



Zwangsmassnahmen und weist speziell auf die grossen Unterschiede der FU-Praxis in den verschiedenen Kantonen hin.

Mit einer Medienmitteilung Ende November konnte das Thema «Rechtbasierte Umsetzung der fürsorgerischen Unterbringung» auch bei der NZZ prominent platziert werden. In der Deutschschweiz und in der Romandie folgten je über 20 weitere Print- und Online-Artikel. Verschiedene Medien thematisieren die FU fortlaufend und greifen dabei die Kritik an der aktuellen Praxis und die fünf Forderungen der Pro Mente Sana auf.

Aktuell plant Pro Mente Sana in den Kantonen Bern und Zürich zwei runde Tische zur Thematik. Verschiedene Akteur\*innen (anordnende Personen, Behandler\*innen, Rechtsvertreter\*innen, Betroffene, Angehörige, politische Vertreter\*innen etc.) sollen diskutieren, wo es in der FU-Praxis Verbesserungspotenzial gibt.

## Pilotprojekt «Vertrauensperson bei fürsorgerischer Unterbringung»

Eine Zwangseinweisung erfolgt nicht immer in eine psychiatrische Klinik, auch die langfristige Betreuung in einem

Pflegeheim ist miterfasst. Durch Langzeit-FU in Pflegeheimen waren die freiwilligen Vertrauenspersonen und die Projektverantwortlichen 2022 besonders gefordert. In einem ganztägigen Workshop erarbeiteten die Beteiligten ein neues Aufgabenprofil für die Langzeit-FU, die sich von der Klinik-FU unterscheidet. Dass die Begleitung in Pflegeheimen zeitintensiver ist, spiegelt sich in den Kennzahlen: Bei den 27 Akut-FU in der Klinik beliefen sich die Einsätze auf 207, bei den acht Langzeit-FU auf 526 Stunden.

Erfreulicherweise läuft das Pilotprojekt auch im Jahr 2023 weiter – mit dem Gemeinnützigen Fonds Zürich wurde eine Verlängerung bis 31. Dezember 2023 vereinbart.

## Mehr Informationen

[www.promentesana.ch/  
fu-positionspapier](http://www.promentesana.ch/fu-positionspapier)

# 16 000

Personen und mehr werden jährlich im Rahmen einer fürsorglichen Unterbringung (FU) unfreiwillig in eine psychiatrische Klinik eingewiesen.

# 5

Forderungen stellt Pro Mente Sana für eine verbesserte Qualität bei der Umsetzung von FU-Anordnungen und verlangt eine Reduktion der Anzahl FU-Verfügungen.

# 0.81 – 2.74

So stark unterscheiden sich die FU-Raten pro 1000 Einwohner\*innen zwischen den verschiedenen Kantonen, bei einem nationalen Durchschnitt von 1.88 Fällen.

(Quelle: Obsan 2023)

# 45

Anordnungen werden in der Schweiz täglich ausgesprochen. Im Kanton Zürich allein landen jeden Tag zehn Menschen unfreiwillig in einer psychiatrischen Klinik.

## Recovery-Stammtische

Im Sommer 2022 lancierten wir im Rahmen des Projekts inCLOUsiv ein neues Angebot: Peerbegleitete Recovery-Stammtische in Zürich, Bern sowie online. Diese stossen auf positive Resonanz und werden rege besucht.

Im Frühjahr 2022 wurde inCLOUsiv als recovery-orientierte Community-Plattform neu aufgerollt. Im Rahmen des Community-Aufbaus äusserten Betroffene den Wunsch nach physischen Treffen. Daraus entwickelte sich die Idee der niederschwiligen Recovery-Stammtische, um sich zu Themen rund um Recovery auszutauschen und zu vernetzen.

### Stigmatisierung wird abgebaut

Die Treffen finden im öffentlichen Raum (Treffpunkte, Cafés) sowie online statt und werden von Peers begleitet. Seit Juli 2022 wurden in Bern, Zürich und online insgesamt 22 Treffen durchgeführt und 100 Personen haben sich in einem Stammtisch-Chat organisiert. Ort und Zeit der monatlichen Treffen werden über [www.inclousiv.ch](http://www.inclousiv.ch) und den Chat kommuniziert. Der freie Austausch an den Stammtischen wirkt sich in vielerlei

Hinsicht positiv aus. Zum einen zeigt er den Teilnehmer\*innen neue Perspektiven auf, zum anderen trägt der öffentliche Charakter dazu bei, Selbst- und Fremdstigmatisierung abzubauen. Für einige Teilnehmende ist der Recovery-Stammtisch der einzige Ort, wo sie offen über ihre Erfahrungen reden können. Gerade bei Menschen mit psychischen Belastungen ist das Risiko der Vereinsamung erhöht und deshalb sind Projekte, die Gemeinschaft fördern, zentral.

**Das Projekt inCLOUsiv** wird vom Eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB) gefördert.

[www.inclousiv.ch](http://www.inclousiv.ch)

# Positive Resonanz

In den beliebten Seminaren «Recovery Wege entdecken» werden Resilienz und Selbstmanagementkompetenzen gestärkt. Die positiven Effekte schlagen sich in der steigenden Nachfrage nieder.



Esther Helfenstein, Mitarbeiterin Recovery und Sozialpolitik bei Pro Mente Sana, stellt die Modulinhalte vor.

Das Seminarangebot richtet sich an Menschen, die sich auf ihrem persönlichen Recovery-Weg befinden und sich in einer konstanten Gruppe mit ihren individuellen Erfahrungen einbringen möchten. Die Seminare werden schweizweit durch die von Pro Mente Sana ausgebildeten Trainer\*innen durchgeführt, im Tandem bestehend aus einer Fachperson und einer Person mit persönlicher Krankheitserfahrung. Regulär beinhaltet das Seminar acht Module und dauert neun Monate. 2022 wurde ein Pilotversuch in verkürzter Variante mit sechs Modulen über eine Zeitspanne von sechs Monaten durchgeführt. Da die Resonanz sehr positiv ausgefallen ist, wird das Modell auch zukünftig angeboten werden.

## 93 Personen wurden ausgebildet

2022 haben wir drei laufende Seminare (Basel, St. Gallen und Winterthur) erfolgreich beendet und fünf neue Seminare in verschiedenen Regionen der Deutschschweiz (Innerschweiz, Basel, Bern, St. Gallen und Zürich) gestartet. Dass sich die Seminare steigender Nachfrage erfreuen, zeigt die Zahl der Teilnehmenden: Insgesamt 93 Personen haben 2022 von dem Angebot profitiert.

Um die positive Wirkung der Seminare auf die Teilnehmenden gegenüber Geldgeber- und Förderorganisationen von Bund und Kantonen ausweisen zu können, haben wir im April mit einer Wirkungsmessung begonnen. Dafür wurden alle zum Seminar angemeldeten Personen zur Teilnahme eingeladen. Die Resonanz war positiv, die grosse Mehrheit nimmt an der Befragung teil. So kann in Erfahrung gebracht werden, welchen Mehrwert das Seminar den Teilnehmenden bringt. Die Befragung findet zu Beginn, zum Schluss und ein halbes Jahr nach Seminarabschluss statt und umfasst einen schriftlichen Fragebogen wie auch ein persönliches Gespräch. Die Antworten unterstützen uns zudem bei der qualitativen Weiterentwicklung der Seminare. Das Evaluationsprojekt dauert bis Ende 2023. Zurzeit läuft die Auswertung der ersten Daten.

## Mehr dazu

[www.promentesana.ch/recovery-wege-entdecken](http://www.promentesana.ch/recovery-wege-entdecken)

# Inklusion für alle

Die 2014 ratifizierte UN-Behindertenrechtskonvention fordert Inklusion für Menschen mit Behinderungen auf allen Staatsebenen und in der Gesellschaft. Pro Mente Sana setzt sich gemeinsam mit anderen Organisationen und unserem Dachverband Inclusion Handicap dafür ein, dass die Umsetzung des Übereinkommens in der Schweiz vorangetrieben wird.



**Zusammen.  
Zu RECHT!**

# I.8

Mio. Menschen mit einer  
Behinderung leben in  
der Schweiz

Trotz aller Bemühungen werden Menschen mit Behinderungen immer noch ungleich behandelt und ihre Rechte in vielerlei Hinsicht verletzt – sei dies durch Einschränkungen und Hürden im Alltag, durch Diskriminierung am Arbeitsplatz oder im Bereich der Bildung. Der im März 2022 publizierte Bericht des UN-BRK-Ausschusses zur Überprüfung der Umsetzung in der Schweiz stellt unserem Land ein schlechtes Zeugnis aus und hält unter anderem fest, dass die Schweiz die Behindertenrechtskonvention bisher mangelhaft implementiert.

Die Rechte von Menschen mit Behinderung – dies betrifft gemäss Bundesamt für Statistik hierzulande 1.8 Mio. Menschen – werden noch immer eingeschränkt. Laut Bericht fehlt vor allem ein umfassender Plan zur Umsetzung der Konvention. Gesetze und politische Strategien wurden zudem bislang ohne Beteiligung und Berücksichtigung von Menschen mit Behinderung erlassen und revidiert. Dies wäre aber ein wichtiger Schritt in Richtung Inklusion. Der UN-BRK-Ausschuss empfiehlt daher die Erarbeitung einer umfassenden Strategie auf Bundes- und Kantonebene inklusive eines verbindlichen Aktionsplans.

Auch wegen der bislang zu zögerlichen Umsetzung der UN-BRK sollte die Schweiz nun das Zusatzprotokoll ratifizieren.

### **Ungenügende Umsetzung**

Pro Mente Sana engagiert sich mit Inclusion Handicap und weiteren Organisationen dafür, dass Lücken in der Umsetzung der Behindertenrechtskonvention erkannt und behoben werden. Dazu haben wir auch konsultativ am Schattenbericht, einer Analyse zum Stand der Umsetzung der UN-BRK aus Sicht der Behindertenorganisationen, mitgewirkt. Dieser moniert insbesondere, dass unser Rechtssystem immer noch stark auf einem medizinischen, defizitorientierten Verständnis von Behinderung aufbaut. In den kommenden Monaten wird gemeinsam eine Strategie erarbeitet und festgelegt, in welchen Themenfeldern die involvierten Organisationen aktiv werden, um die Umsetzung der Behindertenrechtskonvention voranzutreiben.

**Mehr dazu**

[www.inclusion-handicap.ch/un-brk](http://www.inclusion-handicap.ch/un-brk)  
[www.zurecht.ch](http://www.zurecht.ch)

# Biografie-Ferienwochen

Zum dritten Mal in Folge führten wir 2022 zwei Biografie-Ferienwochen durch, die erste im Mai in Einsiedeln, Kanton Schwyz, und die zweite im September in Sessa, Kanton Tessin. In Einsiedeln nahmen zehn und in Sessa elf Personen zwischen 22 und 65 Jahren teil.

Die Ferienwoche mit Biografieworkshops bietet die Möglichkeit, die eigene Lebensgeschichte als Ressource zu entdecken. Das Recovery-orientierte Angebot richtet sich an Personen, die sich beim Schreiben, Malen, Diskutieren und Theaterspielen selbstbestimmt und kreativ mit ihrer Lebensgeschichte auseinandersetzen möchten.

Besonders das Theaterspielen zeigte eine positive Wirkung auf die Teilnehmenden, indem es die Konzentrationsfähigkeit steigerte sowie die Verbindung mit der Gruppe und die Entfaltung der eigenen Ausdruckskraft förderte. Der fließende Übergang vom Theaterspielen zum kreativen Schreiben erwies sich als förderlich für den Weiterentwicklungsprozess in Bezug auf die eigene Biografie.

## Geschichten mit Lösungsansätzen schaffen

Das Ziel der Biografie-Ferienwoche, nämlich nicht in der eigenen Erfahrung zu verharren, sondern Geschichten mit Lösungsansätzen zu schaffen, konnte in beiden Durchführungen erreicht werden, und so waren die beiden Wochen voller wertvoller Erkenntnisse für die Genesungsreise der Teilnehmenden.

## Alle Angebote zur Genesung

[www.promentesana.ch/  
angebote-zur-genesung](http://www.promentesana.ch/angebote-zur-genesung)

# Kurz notiert

## SERO-Projekt



Anfang 2021 lancierte die Luzerner Psychiatrie in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz und weiteren Organisationen das Projekt «Suizidprävention Einheitlich Regional Organisiert» – kurz SERO. Pro Mente Sana engagierte sich im Rahmen eines Teilprojekts bei der Entwicklung einer App zur Förderung des Selbstmanagements suizidgefährdeter Personen.

Die SERO-App steht seit Dezember 2022 in den Stores gratis zum Download zur Verfügung.

## Zukunft Inklusion – Aktionstage Behindertenrechte



Pro Mente Sana war eine der über 100 Aktionspartner\*innen, die sich im Rahmen der «Aktionstage Behindertenrechte» im Kanton Zürich für die Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention einsetzten. Der Einladung

des Treffpunkts Nordlicht an die Begegnungstage folgten über 20 Personen und tauschten sich bei Kaffee und Kuchen zu Themen rund um die psychische Gesundheit aus. Die Vorträge über Recovery, Peerarbeit, rechtliche und psychosoziale Themen fanden Anklang, die Beratung wurde dankbar in Anspruch genommen.

So gingen die Begegnungstage im Nordlicht erfolgreich über die Bühne, besonders dank des motivierten Engagements des Einsatzteams, das sich aus Vertreter\*innen unterschiedlicher Abteilungen zusammensetzte.

## Recovery-Kongress Bern

Der 5. internationale Psychiatriekongress zu seelischer Gesundheit und Recovery fand am 16. und 17. Juni 2022 in Bern statt, mit dem Schwerpunktthema «Menschenrechte und Recovery: Rollenverständnisse neu denken». Die über 300 Teilnehmenden erwartete ein spannendes Programm mit Inputs unter anderem von Michelle Funk (WHO), Rachel Perkins und Tina Minkowitz. Pro Mente Sana war Gastgeberin der Reihe «Recovery-Geschichten», an der einem interessierten Publikum drei persönliche Erfahrungsgeschichten präsentiert wurden. Der nächste Recovery-Kongress findet am 30. und 31. Mai 2024 in Bern statt.



Finanzen,  
Mitgliedschaften  
und Gremien

# Weshalb unsere Stiftung saniert wird

Pro Mente Sana kämpft seit Jahren mit knappen finanziellen Ressourcen. Die Lage hat sich Ende 2022 so weit zugespitzt, dass wir einen Sanierungsprozess einleiten mussten. Ein Überblick über die Situation.

Immer mehr Menschen sind psychisch unter Druck. Gleichzeitig läuft das Versorgungssystem am Anschlag. Für die Betroffenen und Angehörigen führt dies zu grossen Belastungen. Seit über 45 Jahren versucht Pro Mente Sana, diese Entwicklung abzufedern, damit Menschen mit einer psychischen Erkrankung die nötige Unterstützung erhalten. Zudem investiert unsere Stiftung seit ein paar Jahren verstärkt in die Gesundheitsförderung und Prävention.

## Reserven sind aufgebraucht

Während unsere Arbeit in den Bereichen Prävention (ensa Erste Hilfe für psychische Gesundheit) und Gesundheitsförderung («Wie geht's dir?»-Kampagne) gut finan-

ziert ist, stellt die Mittelbeschaffung für unsere Angebote für Betroffene und Angehörige seit jeher eine grosse Herausforderung dar.

Während der Corona-Pandemie glaubten wir an eine Trendwende: 2020 wurden endlich mehr Gelder für unsere Arbeit für die psychische Gesundheit gespendet. Doch die Förderhilfen und Spenden gingen 2021 wieder signifikant zurück – der Bedarf aber stieg weiter an. Es entstanden erneut Finanzierungslücken.

## Ausbau der Angebote

Trotz dieser Entwicklung haben wir unsere Angebote für die psychische Gesundheit weiterhin zur Verfügung gestellt und

*«Ressourcen zur Stärkung der psychischen Gesundheit sind dringend nötig. Pro Mente Sana setzt sich für mehr finanzielle Mittel ein.»*

**Muriel Langenberger**  
Geschäftsleiterin

teilweise auch ausgebaut, ohne dass die Kosten vollumfänglich finanziert waren. Dadurch entstand – abgesehen vom Corona-Hoch 2020 – eine jährliche Lücke von rund CHF 600 000.

## Erforderliche Korrekturen

Heute wissen wir: Wir haben in den letzten Jahren zu breit investiert und müssen nun den Kurs korrigieren. Die Notbremse wurde im Dezember 2022 gezogen. Der

eingeleitete Sanierungsprozess bedeutet eine Veränderung unserer Stiftung und will die Struktur, die Angebote und die Strategie optimieren.

Das bedeutet:

- eine Fokussierung auf die Kernangebote,
- eine Reduktion der Personalkosten und einen optimierten Einsatz der Mittel sowie
- eine Erhöhung der Einnahmen durch Preiserhöhungen und offensiveres Fundraising.

Wir sind aufgrund der ergriffenen Sanierungsmassnahmen zuversichtlich, dass wir die Krise überwinden können, und hoffen, auch in diesen schwierigen Zeiten weiterhin auf Ihr Vertrauen zählen zu dürfen. Weil Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen Unterstützung brauchen – mehr denn je.

# Das Jahr 2022 aus finanzieller Sicht

**Finanziell bleibt unsere Situation weiterhin heikel. Aufgrund der ergriffenen Sanierungsmassnahmen sind wir zuversichtlich, dass die Ressourcen, ergänzt mit Zuwendungen von Dritten, ausreichen werden. Die Unterstützung von Dritten benötigen wir für die mittelfristig notwendige finanzielle Stabilität.**

Wir kommunizierten im Dezember, dass in den Vorjahren substanzielle Betriebsverluste eingefahren wurden und auch im Jahr 2022 mit einem solchen zu rechnen ist. Wir legten die finanziell kritische Situation offen und kündigten die Durchführung einer Sanierung an. Die ergriffenen Sanierungsmassnahmen werden erst im Jahr 2023 zum Tragen kommen – voraussichtlich wird im Jahr 2023 auf Stufe Betriebsergebnis eine schwarze Null erzielt.

Der Betriebsverlust 2022 von 0.7 Mio. ist um 0.1 Mio. tiefer als im Vorjahr. Die Stiftung Pro Mente Sana erzielte im Jahr 2022 einen Betriebsertrag von

fast 9 Mio. Dies stellt eine Steigerung von 0.6 Mio. oder 7 % dar. Der Betriebsaufwand stieg um 0.5 Mio. oder 5 %. Es verbleibt ein günstiger Effekt von 0.1 Mio. Insgesamt bleibt die Situation heikel, da die substanziellen Betriebsverluste der Vorjahre wie auch der aktuelle Verlust sich negativ auf das Ergebnis ausgewirkt haben.

## **Knappe Liquidität**

Die Liquidität war bereits per 31.12.21 knapp, der Betriebsverlust 2022 von 0.7 Mio. führte erneut zu einem Geldabfluss. Um diesen Verlust finanziell verkraften zu können, mussten 2022 Wertschriften im Betrag von 0.8 Mio.

verkauft werden. Der Wertschriftenbestand per 31.12.22 beträgt noch 0.4 Mio. und liquide Mittel im Betrag von 0.6 Mio. sind vorhanden. Ein Bestand von liquiden Mitteln unter 0.4 Mio. erachten wir als kritisch. Die finanzielle Situation bleibt weiterhin heikel.

Im Jahr 2022 gingen zweckgebundene Spenden von 1.1 Mio. ein. Unter Berücksichtigung der Zweckbestimmung wurden 1.3 Mio. verwendet, das Fondskapital nahm um 0.2 Mio. ab. Im Sinne der finanziellen Sanierung mussten 0.4 Mio. (Schenkung SG) verwendet werden.

Der Betriebsverlust 2022 beträgt 0.7 Mio., die Abnahme des Fondskapitals von 0.6 Mio. und der Finanzerfolg von 0.1 Mio.

wirken günstig. Dies führt zu einem Reinerlust von 0 Mio. Diese schwarze Null bedeutet nicht, dass es der Stiftung Pro Mente Sana finanziell gut geht. Wie vorstehend beschrieben, kommt die schwarze Null nur zustande, indem 0.4 Mio. Fondskapital zum Zweck der finanziellen Sanierung verwendet wurden.

## **Revisionsstelle**

Von Graffenried AG Treuhand, Bern  
[www.graffenried-treuhand.ch](http://www.graffenried-treuhand.ch)

## **Finanzen im Detail**

Die detaillierte Jahresrechnung mit Revisionsbericht kann heruntergeladen werden unter:

[www.promentesana.ch/jahresbericht2022](http://www.promentesana.ch/jahresbericht2022)



# Erfolgsrechnung

	2022	%	2021	%
Zweckgebundene und freie Spenden .....	1 703 122	19.0	1 683 953	20.1
Beiträge aus Leistungsverträgen .....	4 842 075	54.1	4 807 112	57.5
Ertrag aus Lieferungen und Leistungen .....	2 279 134	25.5	1 818 948	21.7
Übriger Ertrag .....	89 336	1.0	27 687	0.3
Ertragsminderungen .....	-7 252	-0.1	-5 473	-0.1
Bestandeszunahme Lager .....	45 421	0.5	49 599	0.6
Debitorenverluste und Veränderung Delkredere .....	-4 825	-0.1	-15 549	-0.2
<b>Betriebsertrag</b>	<b>8 947 011</b>	<b>100.0</b>	<b>8 366 275</b>	<b>100.0</b>
Sachaufwand und DL-Aufwand direkt .....	-4 357 421	-48.7	-4 255 775	-50.9
Personalaufwand .....	-4 702 834	-52.6	-4 348 907	-52.0
Raumaufwand .....	-113 323	-1.3	-83 137	-1.0
Verwaltungsaufwand .....	-383 976	-4.3	-413 097	-4.9
Abschreibungen .....	-66 416	-0.7	-56 695	-0.7
<b>Betriebsaufwand</b>	<b>-9 623 970</b>	<b>-107.6</b>	<b>-9 157 611</b>	<b>-109.5</b>
<b>Betriebsverlust</b>	<b>-676 959</b>	<b>-7.6</b>	<b>-791 336</b>	<b>-9.5</b>
Finanzerfolg .....	41 918	0.5	198 245	2.4
Ausserordentlicher Erfolg .....	6 614	0.1	—	—
<b>Verlust vor Veränderung Fondskapital</b>	<b>-628 427</b>	<b>-7.0</b>	<b>-593 090</b>	<b>-7.1</b>
Abnahme Fondskapital ohne Schenkung SG	230 140		256 166	
Abnahme Fondskapital Schenkung SG .....	379 129			
Auflösung BSV-Schwankungsfonds .....	—		239 032	
<b>Reinverlust</b>	<b>-19 158</b>		<b>-97 893</b>	

Der Reinverlust wird wie in den Vorjahren mit dem freien Kapital belastet (siehe Kapitalveränderungsrechnung im detaillierten Revisionsbericht).

# Spendenaktion mit Wirkung

Unsere Stiftung erreichen immer wieder berührende Geschichten von Menschen, die sich für die psychische Gesundheit engagieren. Auch Unternehmen sind sich zunehmend ihrer Verantwortung bewusst.

Besonders gefreut hat uns die Spendenaktion des Hotels Widder. Dieses organisierte im Dezember 2022 einen Charity-Ball, dessen Erlös unserer Stiftung gespendet wurde. Durch die Versteigerung von Bildern des verstorbenen Künstlers Charles W. Norton und weitere Spenden kamen an dem Abend insgesamt CHF 35 000 zusammen. Die Organisatoren entschieden sich, mit dem Geld das Nordlicht zu unterstützen, unseren Treffpunkt in Zürich für Menschen mit psychischen Problemen.

Charles W. Norton war ein begabter Künstler, der mit schweren Depressionen und weiteren psychischen Problemen zu kämpfen hatte. Seine Werke umfassen satirische Zeichnungen der «Pippins» sowie dazugehörige Gedichte. Seine Figuren symbolisieren den Konflikt zwischen dem äusseren Anschein von

Normalität und dem innerlichen Chaos. Charles W. Nortons Eltern, die am Ball anwesend waren, unterstützen Projekte, die das Bewusstsein für psychische Gesundheit stärken und Menschen mit psychischer Erkrankung Zugang zu unterstützenden Ressourcen bieten.

Mehr dazu

[www.highlinenine.org/pippins](http://www.highlinenine.org/pippins)

Planen Sie eine Spendenaktion für psychische Gesundheit?

Wir beraten Sie für ein massgeschneidertes Engagement:

[promentesana.ch/](http://promentesana.ch/)  
mitmachen-und-unterstuetzen

# Mitgliedschaften und Gremien

## Als aktives Mitglied

Mitarbeit in Vorstand, Arbeitsgruppe,  
Fachrat, think tank

- BKZ Behindertenkonferenz  
Kanton Zürich  
[www.bkz.ch](http://www.bkz.ch)
- Compasso.ch  
[www.compasso.ch](http://www.compasso.ch)
- Inclusion Handicap  
[www.inclusion-handicap.ch](http://www.inclusion-handicap.ch)
- Mad Pride Schweiz  
[www.madpride.ch](http://www.madpride.ch)
- NPG Netzwerk Psychische Gesundheit  
[www.npg-rsp.ch](http://www.npg-rsp.ch)
- Public Health Schweiz  
[www.public-health.ch](http://www.public-health.ch)

## Als passives Mitglied

- SAPI Schweizerische Arbeitsgemein-  
schaft für Patientinnen und Patienten  
[www.patienten.ch](http://www.patienten.ch)
- SSG Schweizerische Gemeinnützige  
Gesellschaft  
[www.sgg-ssup.ch](http://www.sgg-ssup.ch)
- SGSP Schweizerische  
Gesellschaft für Sozialpsychiatrie  
[www.sgsp.ch](http://www.sgsp.ch)
- ProRaris – Allianz Seltener Krankheiten  
Schweiz  
[www.prorarisch.ch](http://www.prorarisch.ch)
- Verein Equilibrium  
[www.depressionen.ch](http://www.depressionen.ch)
- Ipsilon  
[www.ipsilon.ch](http://www.ipsilon.ch)
- Tag der Kranken  
[www.tagderkranken.ch](http://www.tagderkranken.ch)
- Living Museum, Wil  
[www.living-museum.com](http://www.living-museum.com)
- Versicherte Schweiz  
[www.versicherte-schweiz.ch](http://www.versicherte-schweiz.ch)

## Mitglieder Stiftungsrat 2022



**Thomas Ihde-  
Scholl (Präsident)**  
seit 12/2013



**Gianfranco  
Zuaboni**  
seit 12/2018



**Zeqir  
Shabanaj**  
seit 12/2018



**Andrea  
Zwicknagl**  
seit 12/2019



**Claudia  
Kaufmann**  
seit 5/2021



**Pascal  
Strupler**  
seit 5/2021



**Barbara  
Schmid-Federer**  
bis 6/2022



**Damian  
Stähli**  
bis 12/2022

Der Stiftungsrat ist das Führungsorgan  
der Stiftung und ehrenamtlich tätig.  
Die Amtszeit der Stiftungsrät\*innen und

der Mitglieder der Stiftungsversammlung  
beträgt vier Jahre.

## Mitglieder Stiftungsversammlung 2022

Kurt Albermann • Thomas Sven Burri •  
Walter Gekle • Sibylle Glauser • Luzius  
Hafen • Martin Haug • Ursula Limacher •  
Marco Mona • Rolf Müller • Kathrin  
Obrist • Rita Roos-Niedermann (Rücktritt  
2022) • Lorenza Pedrazzini Ghisla •  
Marianne Roth • Eva Slavik-Siki (Rücktritt  
2022) • Beatrice Stirnimann • Thomas

Studer • Peter Wolfensberger • Beat Grau  
(seit Mai 2022) • Enrico Pusterla (seit  
Mai 2022) • Gabriela Rau (seit Mai 2022)

Die Stiftungsversammlung ist das oberste  
Organ der Stiftung. Sie ist unter anderem  
für die Wahl des Stiftungsrats sowie der  
Kontrollstelle zuständig.

---

**pro mente sana**  
Psychische Gesundheit stärken



Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana  
Fondation Suisse Pro Mente Sana  
Fondazione Svizzera Pro Mente Sana

Hardturmstrasse 261  
8005 Zürich  
Telefon 044 446 55 00  
Beratung 0848 800 858 (Normaltarif)

[kontakt@promentesana.ch](mailto:kontakt@promentesana.ch)  
[www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)  
IBAN: CH16 0070 0110 0000 6618 6

---