



Kantonales Programm «Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen» 2022-2025

Überblick:

Die Fachstelle Gesundheitsförderung setzt in Zusammenarbeit mit der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz das [Programm «Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen»](#) um. Das Programm verfolgt folgende Ziele:

1. Kinder und Jugendliche sind im schulischen Umfeld in ihrer psychischen Gesundheit gestärkt.
2. Jugendliche und junge Erwachsene sind bei Lebensübergängen in ihrer psychischen Gesundheit gestärkt.
3. Vulnerable Bevölkerungsgruppen sind gezielt unterstützt.
4. Die Öffentlichkeit ist regelmässig über die psychische Gesundheit informiert und sensibilisiert.
5. Die Gesundheitsförderung im Kanton Luzern ist gestärkt.

Zielgruppe:

Das Programm richtet sich an alle Kinder und Jugendlichen im Alter von -9 Monaten (Schwangerschaft) bis 20 Jahren, deren Bezugspersonen und Multiplikator/innen. Fokussiert werden:

1. Die (frühe) Kindheit als besonders prägende Phase für die Entwicklung von Lebenskompetenzen.
2. Die Altersgruppe der Jugendlichen.
3. Benachteiligte Bevölkerungsgruppen, beispielsweise die Migrationsbevölkerung, bildungsferne Familien oder solche mit einem tiefen sozioökonomischen Status, da diese oft überdurchschnittlich von psychischen Belastungen betroffen sind.

Programmebenen und Aktivitäten:

Das Programm ist auf den verschiedenen Ebenen «Interventionen», «Policy», «Vernetzung» und «Öffentlichkeitsarbeit» aktiv. Die vier Ebenen beeinflussen sich in der Umsetzung gegenseitig und bauen aufeinander auf. Weitere Informationen sind unter folgendem Link verfügbar: [Erklärvideo «Was ist ein kantonales Aktionsprogramm?»](#)

Ebene Interventionen

Interventionen beinhalten Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Dabei werden relevante Multiplikator/innen wie z. B. Lehrpersonen als wichtige Bezugs- und Einflusspersonen miteinbezogen. Bei der Auswahl der Projekte wird darauf geachtet, dass diese zu Verhaltensänderungen führen. Die Projekte sollen auch eine dauerhafte Verbesserung der Verhältnisse bewirken und das nötige Umfeld für gesundheitsförderndes Verhalten schaffen.

Ebene Policy / Rahmenbedingungen

Mit Policy-Massnahmen werden positive und dauerhafte Veränderungen des Lebensumfelds der Bevölkerung angestrebt. Unsere gesellschaftlichen Strukturen sollen einen gesunden und aktiven Lebensstil ermöglichen.



Ebene Vernetzung

Vernetzen bedeutet Kräfte bündeln. Im Zentrum der Vernetzung stehen die Sicherstellung der Kohärenz und Koordination, die Bündelung der Kräfte sowie die Förderung von Allianzen über die Grenzen von Bereichen, Disziplinen, Hierarchiestufen, Organisationen und Projekten hinweg. Der Schritt weg von Einzelinitiativen hin zu vernetzter und koordinierter Zusammenarbeit wird angestrebt, um so einen Mehrwert für alle Involvierten zu schaffen.

Ebene Öffentlichkeitsarbeit

Massnahmen der Öffentlichkeitsarbeit dienen dazu, die Bevölkerung bzw. die KAP-Zielgruppen über ein bestimmtes Thema zu informieren. Die Öffentlichkeitsarbeit bezieht sich auf die drei Schwerpunkte: Sensibilisieren, Motivieren und Positionieren. Im Rahmen des Kantonalen Programms werden Informationsveranstaltungen durchgeführt, Kampagnen lanciert und Wissenswertes über Newsletter weitergegeben.

Aktivitäten (Beispiele)

Mamamundo:

«[Mamamundo](#)» ist ein Geburtsvorbereitungskurs für Schwangere mit Migrationshintergrund. Es wird stark körperzentriert gearbeitet, die Sequenzen werden durch interkulturelle Vermittlerinnen begleitet. Zusätzlich werden allgemeine Informationen aus dem Gesundheitswesen der Schweiz vermittelt. (Partner: Caritas Luzern, Frauenklinik, Luzerner Kantonsspital, Kantonale Verwaltung)

Femmes-Tische und Männer-Tische:

Die «[Femmes- und Männer-Tische](#)» sind moderierte Gesprächsrunden in der Erstsprache der Teilnehmenden. Diskutiert werden Fragen zu Familie, Gesundheit und Integration. Persönliche Ressourcen und das soziale Netzwerk werden durch den Erfahrungsaustausch gestärkt. (Partner: Kantonale Verwaltung, FABIA Kompetenzzentrum Migration)

MindMatters:

Das Programm «[MindMatters](#)» fördert gezielt die Lebenskompetenzen der Schüler/innen in der Primar- und Sekundarstufe I und bezieht die ganze Schule mit ein. MindMatters leistet damit einen Beitrag zur Verbesserung der Schulqualität und stärkt ein gesundes Klassen- und Schulklima. (Partner: Kantonale Verwaltung, Schulnetz 21, Dienststelle Volksschulbildung DVS)

Herzprung:

Das Programm «[Herzprung](#)» fördert die Beziehungskompetenzen und einen respektvollen und gewaltfreien Umgang in Paarbeziehungen für Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren.. (Partner: Kantonale Verwaltung, Fachexpertenorganisation, Dienststelle Volksschulbildung DVS)

PPC: Positive Peer Culture:

Das Schulprogramm «[Positive Peer Culture](#)» will Kinder und Jugendliche in ihrer Entwicklung, in ihren Kompetenzen und auch in schwierigen Situationen fördern. Gruppen- bzw. Klassengespräche machen die Schule zu einem Ort, an dem sich die Schülerinnen und Schüler gegenseitig mit Rat und Tat zur Seite stehen. (Partner: Kantonale Verwaltung, Schulnetz 21, Dienststelle Volksschulbildung DVS)



InfoKompass Modul: «Mama, du bist uns wichtig!»

Das Modul «Mama, du bist uns wichtig!» ist eine im Rahmen von «[info-Kompass](#)» buchbare Informationsveranstaltung. Mütter mit Migrationshintergrund erhalten Informationen zum Thema psychische Gesundheit. Sie lernen wichtige Zeichen der Überforderung als Mutter erkennen und wissen am Ende der Veranstaltung, was psychische Gesundheit beinhaltet. (Partner: Gemeinden, Stadtverwaltung, Kantonale Verwaltung, Zivilgesellschaftliche Organisationen, Dienststelle Soziales und Gesellschaft DISG)

Umsetzung Leitbild Gesundheitsförderung:

Das [Leitbild der Gesundheitsförderung](#) wurde für die Jahre 2021-2033 erstellt. Der Fokus liegt in einer ersten Phase (2021-2024) auf dem Handlungsfeld «Bewegungsfreundliches Umfeld». Auf der Website [gesundeluzern.ch](https://www.gesundesluzern.ch) findet man die wichtigsten Informationen rund um das Thema «Bewegungs- und begegnungsfreundliches Umfeld», Good Practices-Beispiele sowie Informationen zur Projektunterstützung. Zudem wird im 2024 erstmals der [Award «Gesundes Luzern»](#) verliehen.

Netzwerk Psychische Gesundheit Kanton Luzern:

Auf der Ebene Vernetzung wird ein Netzwerk Psychische Gesundheit Kanton Luzern aufgebaut, welches kantonale Institutionen, Dienstleistungsanbieter, sowie Fach-, Berufs- und Betroffenenorganisationen in den Bereichen Gesundheitsförderung, Förderung der psychischen Gesundheit und Verminderung psychischer Erkrankungen vernetzt. Ziel ist es, die Kräfte zu bündeln und die Wirksamkeit der ergriffenen Massnahmen zu erhöhen. Der Aufbau des Netzwerkes Psychische Gesundheit Kanton Luzern nimmt Bezug zum [Psychiatriebericht](#).

Kampagne «Wie geht's dir?»:

Zur Förderung der psychischen Gesundheit finanziert und steuert Gesundheitsförderung Schweiz zwei sprachregionale Kampagnen. Die [Kampagne «Wie geht's dir?»](#) der Deutschschweizer Kantone will für das Thema psychische Gesundheit sensibilisieren, zur Entstigmatisierung von psychischen Krankheiten beitragen und dazu ermutigen, im Alltag über psychische Belastungen zu sprechen. Mit dem Ziel, die Ressourcen der Menschen zu stärken, soll aufgezeigt werden, wie man sich zuerst selber helfen und wo man bei Bedarf professionelle Hilfe finden kann.

Kontakt

Christa Schwab
Programmleiterin Psychische Gesundheit

KANTON LUZERN
Dienststelle Gesundheit und Sport
Fachstelle Gesundheitsförderung
Meyerstrasse 20
Postfach 3439
6002 Luzern

Telefon +41 41 228 34 47
Christa.Schwab@lu.ch
www.gesundheit.lu.ch

Finanziell unterstützt von



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera