

## Prävention und Gesundheitsförderung SVV

Nr. 02 | 2015

Oktober 2015



ASA | SVV

Schweizerischer Versicherungsverband  
Association Suisse d'Assurances  
Associazione Svizzera d'Assicurazioni  
Swiss Insurance Association

### **Herausgeber**

Heinz Roth  
Leiter Prävention & Gesundheitsförderung  
Schweizerischer Versicherungsverband SVV  
Conrad-Ferdinand-Meyer-Strasse 14  
Postfach  
CH-8022 Zürich  
www.svv.ch  
heinz.roth@svv.ch

### **Redaktion und Realisation**

Ursi Sydler GmbH, CH-5702 Niederlenz, [www.sydler.com](http://www.sydler.com)

### **Bilder**

Seite 1: HUAJI /Shutterstock.com  
Seite 5, 6, 7: SVV  
Seite 8: Ursi Sydler GmbH  
Seite 10: Bundesamt für Gesundheit BAG  
Seite 12, 13: Bundesamt für Gesundheit BAG  
Seite 16: SBB CFF FFS  
Seite 18: Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz  
Seite 20: HUAJI/Shutterstock.com

© 2015 Schweizerischer Versicherungsverband SVV

### **Download**

Download der Printversion und abonnieren des  
elektronischen Newsletters unter:  
[www.svv.ch/newsletterpraevention](http://www.svv.ch/newsletterpraevention)

## Editorial

- 5 Heinz Roth, Leiter Prävention & Gesundheitsförderung SVV

## Präventionskampagne «Arbeit und Freizeit»

- 6 ausschalten-auftanken.ch  
Heinz Roth, Leiter Prävention & Gesundheitsförderung SVV

## Verein Risiko & Sicherheit

- 8 «Die Sicherheitskultur wird von der Geschäftsleitung geprägt»  
Interview mit Andreas Schönenberger und Dr. Martin Wolfer vom Verein Risiko & Sicherheit

## Bundesamt für Gesundheit

- 10 Alkoholmissbrauch  
Petra Baeriswyl, Bundesamt für Gesundheit BAG
- 12 «Genau geschaut, gut geschützt» – GHS-Gefahrensymbole  
Heinz Roth, Leiter Prävention & Gesundheitsförderung SVV

## Früherkennung und Reintegration

- 14 Fallführungsinstrumente  
Dr. med. Bruno Soltermann, Chefarzt SVV

## Suizidprävention SBB

- 16 Die SBB verstärkt die Suizidprävention  
Romana Feldmann, Projektleiterin Suizidprävention SBB

## Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz

- 18 Das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz  
Annette Hitz, Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz

## Version française

- 21 Éditorial
- 21 Déconnecter – recharger
- 22 L'association *Risiko & Sicherheit* (Risque & sécurité)
- 22 Combattre l'abus d'alcool
- 22 Les symboles de danger du Système Général Harmonisé – SGH
- 23 Identification précoce et réintégration
- 23 Les CFF renforcent la prévention des suicides
- 23 Le Réseau Santé Psychique Suisse





**Heinz Roth**

### **Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser**

Der vorliegende Newsletter widmet sich einem breiten Feld von Präventionsthemen. Er widerspiegelt damit den offenen Zugang, den der Bereich Prävention & Gesundheitsförderung des Schweizerischen Versicherungsverbandes zu Themen im Umfeld der eigenen Präventionsaktivitäten pflegt.

Diese Ausgabe enthält Informationen zur aktuellen Präventionskampagne «ausschalten - auftanken» und der vom SVV mitfinanzierten Kampagne zur Einführung der GHS-Gefahrensymbole wie auch einen Beitrag zu den Fallführungsinstrumenten des SVV, welche dazu dienen, eine zeitgerechte und nachhaltige Rehabilitation und Reintegration zu ermöglichen. Ebenfalls breit gefächert sind die weiteren Beiträge: Das BAG stellt seine neue Kampagne gegen Alkoholmissbrauch vor und die SBB informieren über ihre Massnahmen in Sachen Suizidprävention. Zudem berichten das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz und der Verein «Risiko & Sicherheit» über ihre Aktivitäten.

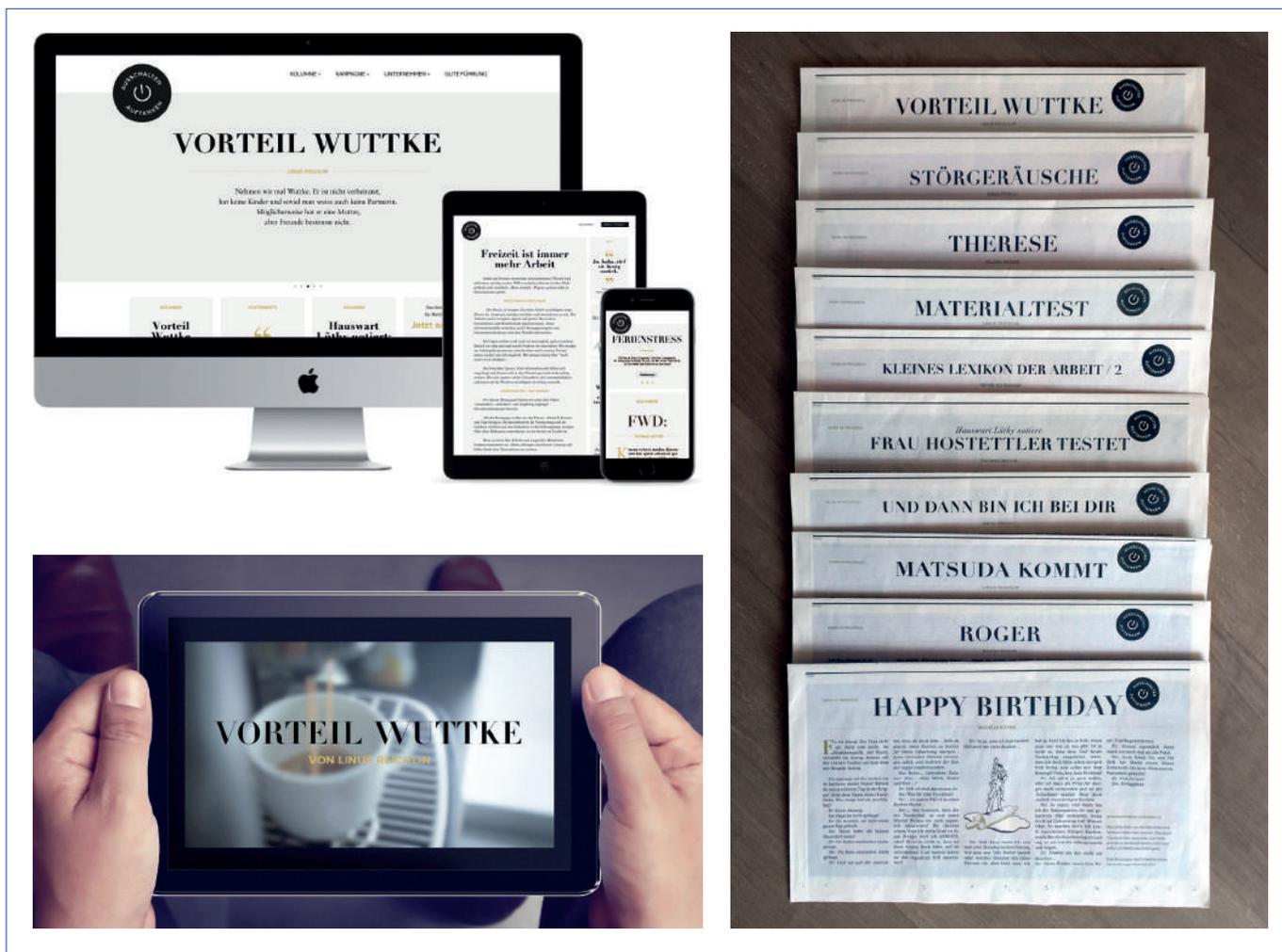
Ich wünsche Ihnen gute Unterhaltung bei der Lektüre.

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'H. Roth', written in a cursive style.

Heinz Roth  
Leiter Prävention & Gesundheitsförderung SVV

## ausschalten-auftanken.ch

Die aktuelle Präventionskampagne des SVV nimmt den Trend zur Always-on-Gesellschaft auf



Die Kolumnen in der Handelszeitung und eine Kampagnenwebsite, die auch weiterführende Informationen zum Themenkomplex «Arbeit und Freizeit» enthält, richten sich insbesondere an Führungskräfte.

Wir sind mobil unterwegs, hoch vernetzt und pausenlos aktiv. Wie lässt sich das Bedürfnis nach Entspannung in Einklang bringen mit dem Trend zur ständigen Erreichbarkeit unserer digitalen Gesellschaft?

### Führungskräfte im Fokus

«ausschalten-auftanken.ch», die aktuelle Präventionskampagne des Schweizerischen Versicherungsverbandes SVV im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements, nimmt den Trend zur Always-on-Gesellschaft auf und thematisiert die Risiken, die durch die Verwischung der Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit entstanden sind. Namhafte Schweizer Autorinnen und Autoren beschreiben in den vierzehntäglichen erscheinenden Kolumnen in der Han-

delszeitung Episoden aus dem modernen Arbeitsalltag. Auf der Kampagnenwebsite werden – mit Fokus auf die Führungskräfte von Unternehmen – zusätzlich zu den Kolumnen auch Studien, Grafiken, Links und weitere Informationen zum Themenkomplex «Arbeit und Freizeit» publiziert.

### Freizeit ist immer mehr Arbeit

Die Gründe, warum Arbeit und Freizeit sich immer weniger trennscharf auseinanderhalten lassen, sind vielfältig. Sie reichen von der Flexibilisierung der Arbeitsmodelle über Internationalisierung von Projektteams zu steigenden Erwartungen der Social Media Communities. Überall wird telefoniert, ständig werden SMS verschickt, jederzeit werden Mails gecheckt oder Akten studiert. Mit der Folge, dass

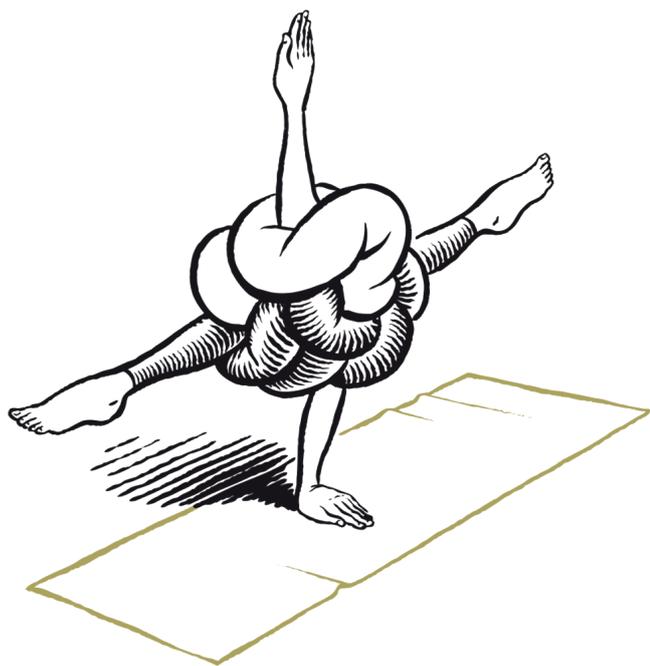
wir in unserer Freizeit immer wieder von der Arbeitswelt eingeholt oder am Arbeitsplatz permanent unterbrochen werden.

### Fehlende Erholung in der Freizeit

Unser Lebensstil ist deutlich riskanter geworden. Intensiv erleben bedeutet dabei für einige, besondere Risiken einzugehen. Sie sind zu Adrenalin-Junkies geworden. Die an sich positive Entwicklung zu einer vielfältigen Freizeitgestaltung hat denn auch dazu geführt, dass sich gesundheitliche Risiken von der Arbeitswelt auf die Freizeit verlagert haben. So zeigen die Statistiken der Unfallversicherer, dass das Risiko, in der Freizeit zu verunfallen, deutlich grösser geworden ist – mit steigender Tendenz. Gleichzeitig verliert die Freizeit in der 24-Stunden-Gesellschaft ihren Sinn als Erholungsphase von den Anstrengungen beruflicher und sonstiger Anforderungen. Fehlt dieser Erholungsfaktor respektive besteht ein Ungleichgewicht zwischen den Belastungen des Alltags und entlastenden Faktoren, entsteht Stress. Dieser wiederum fördert das Risiko von Berufs- und Freizeitunfällen.

Mehr zum Thema unter [www.ausschalten-auftanken.ch](http://www.ausschalten-auftanken.ch)

Heinz Roth



Illustrationen untermalen die in den Kolumnen beschriebenen Alltagsepisoden – z.B. das Sujet zu «Amanda».

## Amanda

von Milena Moser

38er Bus, Mittwoch, 11.20 – «Sorry, sorry, sorry!» Amanda lächelt entschuldigend nach rechts und links, gleichzeitig ärgert sie sich über sich selber. Warum entschuldigt sie sich ständig? Sie trägt ihre Yogamatte an zwei Riemen über der Schulter, dazu zwei Umhängetaschen mit Kleidern zum Wechseln, Duftkerzen, Augenkissen....

«Yoga? Sollte ich auch mal versuchen!» Der Buschauffeur wartet, bis sie das Geld für das Billett abgezählt hat.

Die Münzen fallen auf den Boden, sie bückt sich, die Yogamatte knallt dem nächsten Passagier in die Seite. «Scheisse!», entfährt es Amanda und gleich wieder: «Sorry, sorry, sorry!»

«Soll ja sehr entspannend sein...» Macht er sich lustig über sie? Sie ist keine gute Werbung für ihren Beruf. Aber ihr Beruf ist ja auch nicht, was sie erwartet hat. Sie erinnert sich an das Hochgefühl, als sie ihren Job in der Bank kündigte, ihre Pensionskasse einlöste und sich zur Yogalehrerin ausbilden liess. Nie mehr Kopfweh, nie mehr Stress!

Haha. Amanda weiss nicht, wie sie ihre Rechnungen bezahlen soll. Es gibt einfach schon zu viele Yogalehrerinnen, zu viele Yogastudios. Und wie sie es mit dem Bus rechtzeitig von einer Grossbank zur nächsten Versicherungsgesellschaft schaffen soll? «Yoga über Mittag» ist zum Glück ein dehnbarer Begriff.

«Versuch es mit Corporate Yoga», hatte eine Kollegin geraten. Der neueste Trend aus Amerika. Oder China? In China üben die Angestellten seit eh und je Chi Gong auf dem Firmengelände. Das steigert die Produktionsfähigkeit.

«Darum geht es uns nicht», hatte ihr einer dieser HR-Typen beim Einstellungsgespräch versichert. «Wir denken nur an das Wohlergehen unserer Mitarbeiter. Wir sind wie eine grosse Familie.»

Das hat Amanda sofort gemerkt. Eine Familie wie ihre eigene: Inklusive Missgunst und Konkurrenzdenken. Wer hält es am längsten im herabschauenden Hund aus? Wer legt die meisten Chat-turanga Dandasanas hin? Unruhig flitzen die Blicke hin und her. Es wird verglichen und verrechnet. Selbst in der Entspannungsmeditation am Ende der Stunde traut sich niemand, die Augen zu schliessen. Wer wird als erster aufstehen? Sie können die Stunde nicht schnell genug verlassen. Anfangs hat Amanda es persönlich genommen. Sie hat eine der jüngeren Frauen darauf angesprochen.

«Ach nein, das hat nichts mit dir zu tun», hat diese gesagt. «Es ist nur...», verstohlen schaute sie über die Schulter. «Es ist nur... Entspannung auf Befehl, verstehst du...?» Die Teilnahme an der Yogastunde ist nur scheinbar freiwillig. Die Entspannung steht im Pflichtenheft. Amanda versteht. Es ist, als hätte sie diese Welt nie verlassen.

## «Die Sicherheitskultur wird von der Geschäftsleitung geprägt»

Interview mit Andreas Schönenberger und Dr. Martin Wolfer vom Verein Risiko & Sicherheit



Präsident Andreas Schönenberger (links) und Dr. Martin Wolfer nehmen an den Veranstaltungen ihres Vereins Risiko & Sicherheit oft Themen auf, die sich mit neuen Risiken befassen.

Der Verein Risiko & Sicherheit wurde 1997 von Absolventinnen, Absolventen und Referenten des Nachdiplomkurses «Risiko und Sicherheit» der ETH Zürich, der Universität St.Gallen und der ETH Lausanne gegründet. Als Wissens- und Netzwerkplattform richtet sich der Verein an Menschen, die sich insbesondere auf strategischer Ebene mit Themen zu Risiko und Sicherheit befassen.

### Die Interviewpartner

**Andreas Schönenberger**, dipl. Ing. ETH, ist als Umweltingenieur seit 2012 bei der Baudirektion des Kanton Zürich für die Aufsicht der Trinkwasserversorgung zuständig. Zuvor beriet er während mehr als zehn Jahren für ein Ingenieurbüro Kunden zu Themen wie Transport-sicherheit, Industrie- und Umweltrisiken. Er ist seit Januar 2015 Präsident des Vereins Risiko & Sicherheit.

**Martin Wolfer**, Dr. sc. nat., leitet seit 2000 den Bereich Sicherheit und Umweltschutz der Rheinmetall Air Defence AG. Der diplomierte Chemiker startete seine Karriere bei einem Ingenieurbüro, widmete sich im Nachgang zum Schweizerhalleunfall 1986 intensiv den Chemierisiken und der Störfallverordnung. Martin Wolfer ist Kassier des Vereins.

### Ihr Verein heisst Risiko & Sicherheit. In welcher Beziehung stehen diese beiden Begriffe?

*Martin Wolfer:* Gefahren kann auf unterschiedliche Weise begegnet werden. Der Risikoansatz ist ein Abwägen von Chancen und Risiken. Hier stellt sich die Frage: 'Wie wahrscheinlich resp. unwahrscheinlich ist es, dass ein bestimmter Schaden eintreten kann?' Der Risikoansatz wird oft gewählt, wenn nur beschränkte finanzielle oder personelle Ressourcen zur Verfügung stehen, also aus einem Optimierungsgedanken heraus: Man fokussiert auf die Beseitigung der hohen Risiken und akzeptiert die tiefen Risiken. Das ist beim Sicherheitsansatz anders. Da wird definiert, was sicher ist. Man will möglichst ausschliessen, dass ein Ereignis, ein Unfall überhaupt passieren kann. Auf dieser Basis wird dann ein Sicherheitsstandard definiert und es werden etwa mittels Checklisten die zu treffenden Massnahmen festgeschrieben. So muss zum Beispiel bei Baustellen nicht jedes Mal eine Risikoabwägung gemacht werden. Es gibt Bestimmungen, dass u.a. eine Bauabschränkung angebracht werden muss. Der Baustellenbetreiber ist damit auch rechtlich gesehen auf der sicheren Seite.

### Wann wird welches Konzept angewandt?

*Andreas Schönenberger:* Von der Gesellschaft, der Bevöl-

kerung wird für den öffentlichen Raum oft der sicherheitsbasierte Ansatz gefordert. Man will sich etwa auf den Strassen sicher fühlen und will nicht, dass Gesetze aufgrund von Risikoabwägungen gemacht werden. Im beruflichen Umfeld ist es zum Teil von der Branche abhängig. In der Aviatik oder bei Atomkraftwerken herrscht sicherlich der sicherheitsbasierte Ansatz vor. Ausserhalb des Arbeitslebens stellt sich jedoch oft die Frage, wie viel man in die Freiheit des Einzelnen eingreifen darf. Sollen zum Beispiel für Skitouren aufgrund eines sicherheitsbasierten Ansatzes Vorschriften erlassen werden? Oder soll es dem Tourengänger überlassen sein, ob er – wie bewusst oder unbewusst auch immer – eine Risikoabwägung vornimmt? Ein erfahrener Skitouren-gänger wird da wohl ungern Vorschriften akzeptieren.

#### **Ist der Umgang mit Risiken und Sicherheit nicht auch eine Mentalitätsfrage?**

*Andreas Schönenberger:* Ja, durchaus. Grundsätzlich kann man feststellen, dass die beiden Konzepte, der risiko- und sicherheitsbasierte Ansatz, international unterschiedlich gehandhabt werden. Während man in Deutschland stark auf Sicherheit setzt, nach Vorgaben handelt und diese auch akribisch überprüfen lässt, stehen in der Schweiz oder etwa den Niederlanden tendenziell eher Risikoüberlegungen im Vordergrund. Gerade in der Industrie gibt es da schon unterschiedliche Herangehensweisen. Wobei man in der Schweiz eben durchaus den Risikogedanken zulässt und damit den Firmen selbst mehr Verantwortung überlässt.

#### **Risiko und Sicherheit haben also viel mit Konzepten, Analysen, Checklisten etc. zu tun. Welche Bedeutung messen Sie dem Faktor Mensch bei?**

*Martin Wolfer:* Eine sehr grosse Bedeutung, vor allem auch wenn man die Berufswelt anschaut. Studien zeigen auf, was für eine wichtige Rolle die Sicherheitskultur in einem Unternehmen spielt. So kann bei gleicher technischer Vorgaben resp. sicherheitstechnischer Massnahmen je nach Unternehmen und dessen Sicherheitskultur die Zahl von Unfällen und anderer Schadenereignisse um ein Vielfaches variieren. Kein Gesetz kann diese Sicherheitskultur vorschreiben, sie wird in hohem Masse von der Geschäftsleitung eines Unternehmens geprägt. Für mich ist es deshalb immer wieder interessant, wenn ich andere Firmen besuchen kann. Man spürt relativ schnell, was für eine Sicherheitskultur vorherrscht.

#### **Der Blick über den eigenen Tellerrand ist auch Ziel Ihres Vereins Risiko & Sicherheit.**

*Andreas Schönenberger:* Ja, uns geht es mit Risiko & Sicherheit in erster Linie darum eine Plattform zu bieten, wo interessierte Menschen mit den verschiedensten beruf-

lichen Hintergründen spannende Veranstaltungen besuchen können.

*Martin Wolfer:* Dabei haben wir keine politische Zielrichtung oder Aufgabe. Der Einzelne soll von unserem Angebot profitieren können, sei das mit den Referaten oder im geselligen Austausch beim Apéro.

#### **Nach welchen Leitlinien suchen Sie die Themen für Ihre Veranstaltungen aus?**

*Andreas Schönenberger:* Die Themen werden aufgrund von Inputs der Vereinsmitglieder ausgewählt. Oft geht es dabei auch um neue Risiken. Um Themen, wo man noch nicht so genau weiss, was man darunter zu verstehen hat. Eine letzte Veranstaltung handelte zum Beispiel vom Hochfrequenzhandel an der Börse. Dann gibt es aber auch rechtliche, technisch-industrielle und auch psychologische Themen. Wir sind sehr froh, dass wir immer sehr profilierte Referenten zu Gast haben, seien das Professoren, Leiter von Industriebetrieben oder von Bundesämtern. Diese hohe Qualität der Referenten ist sicher mit ein Grund, dass über all die Jahre die nun mehr als 50 Anlässe stets auf grosses Interesse gestossen sind.

#### **Wen sprechen Sie mit Ihrem Verein konkret an?**

*Andreas Schönenberger:* Aufgrund unserer Vereinsgeschichte gehören vor allem Hochschulabgänger zu unseren Mitgliedern. Das ist aber nicht Bedingung. Wichtig ist, dass man sich im Berufsalltag mit Risiko und Sicherheit befasst. Im Moment haben wir 127 Mitglieder, Tendenz steigend. Es können aber auch Firmen und Institutionen Gönnermitglied werden; deren Mitarbeitende können unsere Anlässe so kostenlos besuchen.

*Martin Wolfer:* Viele unserer Veranstaltungen könnten sicher auch für Leute aus Versicherungsgesellschaften von Interesse sein, die sich auf strategischer Ebene mit der Risikofrage beschäftigen.

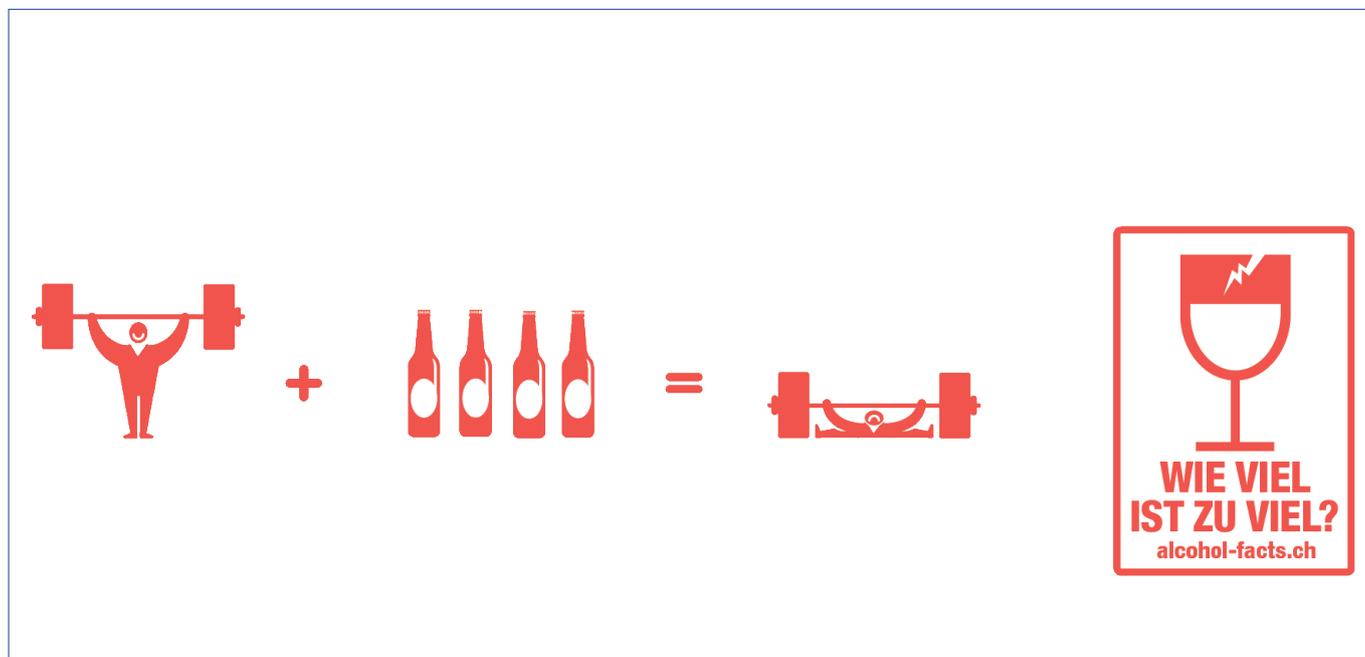
*Ursi Sydler*

#### **Verein Risiko & Sicherheit**

Weitere Informationen zum Verein Risiko & Sicherheit, zu Vereinsnähen und der Mitgliedschaft finden Sie unter [www.risikosicherheit.ch](http://www.risikosicherheit.ch)

## Alkoholmissbrauch

Kosten belasten Unternehmen, Sozialversicherungen und die gesamte Wirtschaft



Das Bundesamt für Gesundheit BAG will mit seiner aktuellen nationalen Alkoholpräventionskampagne «Wie viel ist zu viel?» den Blick der Öffentlichkeit für den problematischen Alkoholkonsum schärfen.

Missbräuchlicher Alkoholkonsum ist ein Risikofaktor für 60 Krankheiten sowie für Unfälle oder Gewalttaten, und er führt zu Produktivitätsverlusten am Arbeitsplatz. Wie die Studie «Alkoholbedingte Kosten in der Schweiz» des Bundesamtes für Gesundheit BAG<sup>1</sup> belegt, kostete der Alkoholkonsum in der Schweiz im Referenzjahr 2010 insgesamt 4,2 Milliarden Franken. Den grössten Schaden trägt die Wirtschaft.

### Produktivitätsverluste

3,4 Milliarden Franken und somit 80% der Gesamtkosten entstehen durch Produktivitätsverluste in der Wirtschaft. Davon fallen 1,2 Milliarden Franken direkt bei den Unternehmen an, wenn Arbeitnehmende zum Beispiel aufgrund eines Katers kurzfristig ausfallen, eine geringere Arbeitsleistung erbringen oder auch wegen eines alkoholbedingten Unfalls

nicht mehr einsatzfähig sind. Am stärksten tangiert sind das Gast- und das Baugewerbe.<sup>2</sup>

### Krankheiten und Todesfälle

0,5 Milliarden Franken werden jährlich durch Mortalität und Morbidität verursacht. Mortalität bedeutet, dass der Volkswirtschaft durch frühzeitige Todesfälle Produktionsressourcen in Form von Arbeitskraft verloren gehen. Bei Morbidität fehlen diese wegen Krankheiten und frühzeitigen Pensionierungen. Die restlichen 1,7 Milliarden Franken entgehen der Volkswirtschaft als Ganzem durch reduzierten Wohlstand.

### Gesundheitswesen: 613 Millionen Franken

Im Gesundheitswesen fallen weitere 613 Millionen Franken an direkten Kosten aufgrund von Alkoholmissbrauch an. Dazu gehören Ausgaben für die Behandlung von alkoholbedingten Krankheiten, Unfällen und Verletzungen. Die Kosten für stationäre Behandlungen sind dabei mit 405 Millionen Franken fast doppelt so hoch wie für ambulante Behandlungen (208 Millionen Franken).

### Wer bezahlt?

Nominell verzeichnen die Unternehmen mit schätzungsweise 1,7 Milliarden Franken die grössten direkten Aufwen-

### Links

Das Nationale Programm Alkohol NPA des Bundesamtes für Gesundheit BAG setzt sich für eine Verhinderung bzw. Verminderung von Gefahren und Schäden des Alkoholmissbrauchs und dessen Ursachen ein.

Weitere Informationen unter: [www.alkohol.bag.admin.ch](http://www.alkohol.bag.admin.ch)

Kontakt: [alkohol@bag.admin.ch](mailto:alkohol@bag.admin.ch)

dungen. Dazu zählen die erwähnten Verluste aufgrund von Produktivitätseinbussen, Mortalität und Morbidität. Die übrigen 1,7 Milliarden Franken an wirtschaftlichen Kosten gehen zulasten des sozialen Wohlstands – also der gesamten Volkswirtschaft und letztlich der Gesellschaft. Die direkten Kosten des Gesundheitswesens und des Strafvollzugs tragen die Sozialversicherungen (298 Millionen) sowie der Staat (387 Millionen), sprich der Steuerzahler und die Steuerzahlerin. Die übrigen 179 Millionen Franken sind Ausgaben von Privathaushalten in Form von Krankenkassenfranchisen und Selbstbehalten, welche in der Studie wegen der Datenverfügbarkeit nicht extrahiert werden konnten. Es sind dies die einzigen berücksichtigten privaten Kosten.

### Von Prävention profitieren alle

Letztlich zahlen also alle Schweizer und Schweizerinnen für den Alkoholmissbrauch – die Gesellschaft trägt eine kollektive Verantwortung. Die Prävention von Alkoholmissbrauch hilft, die Kosten zu senken. Sie ist deshalb nicht nur im Interesse der Unternehmen und der Sozialversicherungen, sondern auch aller Bürgerinnen und Bürger. Im Bericht «Gesundheit 2020» zu den gesundheitspolitischen Prioritäten hält der Bundesrat fest, dass Gesundheitsförderung und Krankheitsvorbeugung intensiviert werden sollen. Damit können auch die volkswirtschaftlichen Kosten reduziert werden, die durch unausgewogene Ernährung und mangelnde Bewegung, übermässigen Alkoholkonsum oder Tabak verursacht werden.

### Unterstützung für Unternehmen

Es lohnt sich für Unternehmen, die Einführung eines Präventionsprogramms zu prüfen. Personalverantwortliche bestätigen, dass solche Programme Wirkung zeigen und so auch Kosten eingespart werden können. Zentrale Anlaufstelle für Unternehmen ist: [www.alkoholamarbeitsplatz.ch](http://www.alkoholamarbeitsplatz.ch). Die Plattform bietet Informationen über die rechtliche Situation,

	Kosten in Mio. CHF	Anteil Gesamtkosten <sup>1</sup>
<b>Mortalität (frühzeitige, alkoholbedingte Todesfälle)</b>	<b>1'393</b>	<b>33 %</b>
<b>Morbidität</b>	<b>792</b>	<b>19 %</b>
Vorzeitige Pensionierung	419	10 %
Absentismus (Krankheit)	393	9 %
<b>Total indirekte Produktivitätsverluste</b>	<b>2'185</b>	<b>52 %</b>
<b>Direkter Produktivitätsverlust</b>	<b>1'175</b>	<b>28 %</b>
Präsentismus (verminderte Leistung am Arbeitsplatz)	1'014	24 %
Absentismus (kurzfristige Abwesenheit am Arbeitsplatz)	161	4 %
<b>Total indirekte Kosten</b>	<b>3'360</b>	<b>80 %</b>
Gesundheitswesen: Direkte Kosten	613	15 %
Strafverfolgung: Direkte Kosten	251	6 %
<b>Gesamtkosten</b>	<b>4'224</b>	<b>100 %</b>
1) Aufgrund von Rundungen leichte Differenzen möglich		

Die Studie «Alkoholbedingte Kosten in der Schweiz» bildet die Kosten aus dem Referenzjahr 2010 ab.

zeigt auf, wie vermutete Probleme angesprochen werden und wo Arbeitgeber Unterstützung holen können.

Petra Baeriswyl  
Bundesamt für Gesundheit BAG

1 Fischer, B., Telser, H., u.a. (2014). *Alkoholbedingte Kosten in der Schweiz*. Olten.

2 Telser, H., Hauck, A. und Fischer, B. (2010). *Alkoholbedingte Kosten am Arbeitsplatz*. Olten.

## Nationale Alkoholpräventionskampagne 2015-2017

Um die Öffentlichkeit für die Schädlichkeit des problematischen Alkoholkonsums zu sensibilisieren und die Partner der Alkoholprävention besser untereinander zu vernetzen, haben das Bundesamt für Gesundheit BAG und Fachpartner eine Kampagne für die Jahre 2015 bis 2017 konzipiert. Im Zentrum steht die Kampagnenwebsite [www.alcohol-facts.ch](http://www.alcohol-facts.ch), auf welcher über Wirkungen und Nebenwirkungen des Alkoholkonsums informiert wird.

Ein spielerisches Quiz stillt den grössten Wissensdurst und dient als Eingangsportale zu vertiefteren Informationen

über die Themen Wirkung, Abbau, Kalorien, Sport, Alter, Jugend etc.

Die Kampagne stellt die Frage nach dem «zu viel» und ruft zur Reflexion über den eigenen Konsum auf. Denn zu viel Alkohol schädigt die eigene Gesundheit, hat aber auch negative Konsequenzen für das Umfeld.

### [www.alcohol-facts.ch](http://www.alcohol-facts.ch)

Die Kampagne ist eine Massnahme im Rahmen des Nationalen Programms Alkohol.

## «Genau geschaut, gut geschützt»

Die Präventionskampagne zur Einführung der neuen, weltweit einheitlichen Gefahrensymbole endet 2015

**GENAU GESCHAUT, GUT GESCHÜTZT.**  
Beim Einkaufen, Anwenden, Lagern oder Entsorgen – immer Gefahrensymbole und Sicherheitshinweise auf der Etikette beachten.

SAVA  
26  
Super  
TABS  
514 g e3

**CHEMINFO.ch**  
Eine Kampagne zum verantwortungsvollen Umgang mit chemischen Produkten im Alltag.

Jetzt gratis im App Store (Android und Apple) herunterladen:  
Die neue cheminfo App mit direkter Notrufnummer zu 345.  
www.cheminfo.ch

Plakate, Flyers, Kurzfilme, Schulungsunterlagen, die App und weitere Informationsmittel – abrufbar auf der Kampagnenwebseite [www.cheminfo.ch](http://www.cheminfo.ch) – informieren zielgruppenspezifisch über die GHS-Gefahrensymbole.

### Erfolgreiche Zusammenarbeit

Mit dem vom Bundesamt für Gesundheit BAG gewählten Public-Private-Partnership-Ansatz konnten mit der Kampagne «Genau geschaut, gut geschützt» die Präventionsanliegen der Privatversicherer und die Interessen der Wirtschaft für einen besseren Schutz der Bevölkerung vor Unfällen optimal integriert werden. Das BAG hat gute Koordinationsarbeit geleistet und das Projekt zur Einführung der GHS-Gefahrensymbole kann aus Sicht des Schweizerischen Versicherungsverbandes damit auch für weitere Präventionsaktivitäten als Referenzprojekt dienen.

### Vergiftungsunfälle verhindern

Die Gefahrenkennzeichnung von chemischen Produkten ist weltweit vereinheitlicht worden. Neun Symbole, die in ihrem Aussehen an Warnhinweise im Strassenverkehr erinnern, weisen auf die verschiedenen Gefahren im Umgang mit chemischen Produkten hin. Unter der Leitung des BAG startete im Herbst 2012 die Informationskampagne «Genau geschaut, gut geschützt». Ziel dieser noch bis Ende 2015 dauernden nationalen Kampagne ist es, die neue Gefahrenkennzeichnung GHS und deren Bedeutung bekannt zu machen und einfache Verhaltensregeln zum korrekten Umgang mit chemischen Produkten zu vermitteln.

Der SVV unterstützt die Kampagne «Genau geschaut, gut geschützt» seit Anbeginn und engagiert sich in der Trägerschaft. Es ist im Interesse der Versicherer, dass die Schweizer Bevölkerung bewusster und mit mehr Sorgfalt als bisher mit chemischen Produkten umgeht, damit möglichst keine Menschen durch Vergiftungsunfälle gesundheitliche Schäden erleiden und auch die Umwelt nachhaltig geschützt wird.

Die vollständige Umstellung auf die neue Produktkennzeichnung erfolgt in der Schweiz schrittweise. Seit dem 1. Juni 2015 müssen alle neu produzierten chemischen Produkte mit den Symbolen des Gefahrenkennzeichnungssystems «Globally Harmonized System» (GHS) gekennzeichnet sein; ab 2017 dürfen keine Produkte mehr mit alter Kennzeichnung in den Verkauf kommen.

Nachdem 2012 bis 2014 zahlreiche Informationsmittel für die Bevölkerung sowie für Unternehmen und ihre Mitarbeitenden realisiert wurden und auch umfangreiche Medienarbeit geleistet wurde, nahm die Kampagnenleitung den 1. Juni 2015 zum Anlass, nochmals breit über die Gefahrensymbole und insbesondere auch über den bewussten Umgang mit chemischen Produkten zu informieren. Die

Medieninformation Ende Mai 2015 wurde in zahlreichen Print- und Onlinemedien aufgenommen. In auflagestarken Titeln wie der «Coop-Zeitung» und «20 Minuten» waren zudem eigens produzierte Artikel zu finden. Auch die elektronischen Medien berichteten über die neuen Gefahrensymbole.

### Medienpartnerschaft mit Ringier

Einen wichtigen Beitrag, die gesamte Schweizer Bevölkerung auf die Thematik aufmerksam zu machen, leistete die Medienpartnerschaft mit Ringier. Die verschiedenen Print- und ihr Onlinekanäle des Medienhauses informierten über die Kampagne und ihre Anliegen: Eine 16-seitige dreisprachige Themenbeilage im «SonntagsBlick», in «Le Matin Dimanche» und «Il Caffè» vom 7. Juni 2015 bildeten die Basis. Im Vorfeld dazu erschienen im «Blick» und teilweise auch in den beiden erwähnten Zeitungen der Romandie und des Tessins vier Porträts von Menschen, die von einem Unfall mit chemischen Produkten im Haushalt betroffen waren. Auch der «Blick am Abend» informierte prominent. Ergänzend dazu wurden auf den Ringier-Onlineplattformen Hinweise zur Kampagne publiziert.

### Unterrichtsmaterialien für Schulen

Wissen schützt – vor allem auch die Jugend: Seit Beginn des Schuljahres 2015/16 stehen Unterrichtsmaterialien für Lehrpersonen sowie Schülerinnen und Schüler der Oberstufe zur Verfügung. Die Schulunterlagen wurden in Zusam-

menarbeit mit Dozierenden und Studierenden der Pädagogischen Hochschule Bern konzipiert, entwickelt, erprobt und evaluiert. Schülerinnen und Schüler sollen sich in diesen Unterrichtsmodulen eingehend mit chemischen Produkten sowie deren Gefahrenkennzeichnung auseinandersetzen. Weitere Themen sind die geeigneten Schutzmassnahmen und das Handeln im Notfall. Mit den bereitgestellten Unterrichtsmaterialien und deren Einbindung in die Lehrpläne soll sichergestellt werden, dass auch künftige Generationen einen sicheren Umgang mit chemischen Produkten pflegen.

### Zahlreiche Informationsmittel

Alle Informationsmittel, die seit Beginn der Kampagne erarbeitet wurden, können auf der Website [www.cheminfo.ch](http://www.cheminfo.ch) kostenlos heruntergeladen oder in Printversion bestellt werden: darunter ein Flyer mit den wichtigsten Informationen in zehn verschiedenen Sprachen, eine Gratis-App und Filme für Fachpersonen, um nur eine Auswahl zu erwähnen.

*Heinz Roth*  
Leiter Prävention & Gesundheitsförderung SVV



Die neun Gefahrensymbole geben Auskunft über die möglichen Risiken im Umgang mit chemischen Produkten.

### Links

Informationen zu «Genau geschaut, gut geschützt» und das gesamte Informationsmaterial zur Kampagne sind abrufbar unter [www.cheminfo.ch](http://www.cheminfo.ch)

Zahlreiche Informationsmittel wie Flyer und Plakate können auch kostenlos in Printform bestellt werden.

## Fallführungsinstrumente

### Die Fallführungsinstrumente des SVV erleichtern die interdisziplinäre Zusammenarbeit

Mit dem Wechsel vom «deny and defend» (verneinen und abwehren) zum «accept and assist» (zustimmen und unterstützen) hat die Reintegration durch die Versicherer Tritt gefasst. Begonnen hat dieser Trend zu Beginn dieses Jahrhunderts und wurde durch die neu herangebildeten Case Manager professionell angegangen.

Bald hat man aber auch gemerkt, dass es noch besser ist, Personen zu unterstützen und zu begleiten, bei welchen der Gesundheitsschaden noch nicht zu einem Ausfall der Arbeitstätigkeit geführt hat, also eine Früherkennung und eine Frühintervention einzuleiten.

Im Jahre 2008 wurden mit der 5. IV-Revision die Früherfassung und die Frühintervention eingeführt, womit die Eingliederungsbestrebungen der IV gefördert werden sollten. Ziel dieser Massnahmen ist, möglichst rasch einzugreifen, damit der bestehende Arbeitsplatz erhalten oder die Versicherten in einen anderen Arbeitsplatz eingegliedert werden können. Zudem kann durch rasches Handeln unter Umständen einer Verschlechterung des gesundheitlichen Zustandes entgegengewirkt werden.

Zum selben Zeitpunkt wurde auch die IIZ-plus als Weiterentwicklung von IIZ eingeführt. Hierbei geht es noch heute um die Förderung einer frühzeitigen und eingliederungsorientierten Zusammenarbeit zwischen den IV-Stellen und den Versicherungsträgern, zu denen die Krankentaggeldversicherer, Unfallversicherer und BVG-Versicherer zählen.

In einem weiteren Schritt wurden auch die Arbeitgeber vermehrt in die Reintegrationsbemühungen miteinbezogen. Bis zum Jahre 2014 wurde in den drei wichtigen Projekten Compasso, FER und ConCerto die Zusammenarbeit zwischen Arbeitgebern sowie Sozial- und Privatversicherern erprobt.

#### Compasso

Compasso ist ein Informationsportal für Arbeitgeber zu Fragen der Beruflichen Integration an der Schnittstelle von Unternehmen, Betroffenen, IV, Suva, Pensionskassen und Privatversicherern. Mitglieder aus der Privatwirtschaft und dem öffentlichen Sektor verbinden darin ihre Interessen. Praxiserprobte Tools, Schritt-für-Schritt-Anleitungen und Fallbeispiele stehen zur Verfügung. Der SVV engagiert sich als einer der Hauptsponsoren aktiv bei Compasso.

Weitere Informationen unter [www.compasso.ch](http://www.compasso.ch)

Da die Projekte FER und Concerto im Grundsatz die gleichen Ziele verfolgten und sich somit eine Zusammenlegung aufdrängte, zudem mit Compasso sich bereits eine Plattform als Informationsträger für die Reintegration bewährt hat, machte es Sinn, die Aktivitäten dieser drei Projekte zu einer Einheit auf Compasso zu verschmelzen, da sie sich hervorragend ergänzen und sich durch den Zusammenschluss klare Synergien ergeben.

Durch die Entwicklung von Strategien und der Pflege von Prozessen zur Unterstützung von Arbeitgebern sowie der Koordination und Sensibilisierung der Systempartner zur Früherkennung und Reintegration sollen mit Compasso die Arbeitgeber befähigt werden, gesundheitliche Probleme von Mitarbeitenden frühzeitig zu erkennen und durch die richtigen und rechtzeitigen Massnahmen die Arbeitsmarktfähigkeit der Mitarbeitenden zu sichern. Abgänge aus dem ersten Arbeitsmarkt aufgrund gesundheitlicher Probleme sollen dadurch möglichst vermieden werden und Arbeitgeber, die einen Mitarbeitenden mit einer gesundheitlichen Beeinträchtigung einstellen möchten, werden im Prozess der Reintegration unterstützt.

Die Privatversicherer ihrerseits haben während all dieser Jahre aber auch selber ihre internen Fallführungsinstrumente im Personenversicherungsbereich erarbeitet. Hierfür ist die Arbeitsgruppe Personenschaden und Reintegration des SVV zuständig, welche generelle Fragestellungen im Bereich des Personenschadens bearbeitet und den Versicherungsgesellschaften Fallführungsinstrumente liefert. Diese ermöglichen den Versicherungsfachleuten bei gesundheitlichen Problem ihrer Versicherten mit den medizinischen Leistungserbringern, weiteren involvierten Versicherern und den Arbeitgebern unterstützend zusammen zu arbeiten und somit an der zeitgerechten und nachhaltigen Reintegration mitzuwirken.

#### Fallführungsinstrumente

All diese Fallführungsinstrumente sind auf der Webseite des Schweizerischen Versicherungsverbandes SVV öffentlich einsehbar. Damit wird zum einen eine möglichst hohe Transparenz der Fallführung durch die Privatversicherer gewährleistet und zum andern ist dies mit der Hoffnung verbunden, dass diese Fallführungsinstrumente möglichst breite Anwendung finden.

Das jüngste Fallführungsinstrument ist der Reintegrations-

Fallführungsinstrument	Verwendung	Ausgabejahr
Dokumentationsbogen für Erstuntersuchung nach kranio-zervikalem Beschleunigungstrauma (sog. «Schleudertrauma»)	Erstdokumentation geklagter Beschwerden nach kranio-zervikalem Beschleunigungstrauma durch erstbehandelnden Arzt obligatorisch	2004 Revision 2006 Revision 2011
Reintegrationsleitfaden Unfall Schweiz	Kontrollierte Fallführung im Unfallbereich	2010
Verlaufsfragebogen nach kranio-zervikalem Beschleunigungstrauma (sog. «Schleudertrauma»)	Verlaufsdokumentation geklagter Beschwerden nach kranio-zervikalem Beschleunigungstrauma durch behandelnden Arzt auf Anfrage durch Versicherer	2011
Empfehlungen zur Umsetzung von IIZ-plus	Umsetzung von IIZ-plus forcieren, indem die involvierten Versicherer besser mit der IV zusammenarbeiten können	2011
Best Practice betreffend Zusammenarbeit im Bereich «Case Management»	Bessere Koordination unter den verschiedenen Versicherungszweigen innerhalb der Privatversicherer	2012
Best Practice in der Zusammenarbeit zwischen Unfallversicherer und Haftpflichtversicherer für die raschere Reintegration	Bessere Koordination unter UVG- und jeweiligem Haftpflichtversicherer	2012
KIMPA = Koordiniertes Integrations-Management der Privatversicherer mit der Ärzteschaft	Regelung der Zusammenarbeit Versicherer - Ärzte - Arbeitgeber durch definierte Leistungen	2013
Zusammenarbeit zwischen Fachärzten für Psychiatrie und Psychotherapie und Case Managern der Privatversicherer	Gegenseitige Respektierung und bessere Zusammenarbeit zur rascheren Reintegration	2014
Reintegrationsleitfaden Krankheit	Kontrollierte Fallführung im Krankentaggeldbereich	2015

Die Fallführungsinstrumente des SVV haben zum Ziel, neben einer zeitgerechten und nachhaltigen Reintegration eine hohe Transparenz der Fallführung zu ermöglichen. Sie sind abrufbar unter [www.svv.ch](http://www.svv.ch)

leitfaden Krankheit. Er listet von häufig vorkommenden Diagnosen und Diagnosegruppen verschiedene Dauern der Arbeitsunfähigkeit nach Alter und Geschlecht auf. Der Leitfaden gibt keinerlei Behandlungsanweisungen ab. Die Wahl der geeigneten Behandlung liegt in den Händen der verantwortlichen Ärztinnen und Ärzte und soll in Absprache mit dem Patienten erfolgen. Ebenfalls zu betonen ist, dass im Einzelfall die Diagnose resp. die Krankheit auf ihre Funktionalität hin geprüft und diese dann mit dem Anforderungsprofil der Tätigkeit verglichen werden muss. Die Aufgabe des Arztes zur Beurteilung der Arbeitsunfähigkeit wird mit diesem Reintegrationsleitfaden also weder überflüssig noch in Frage gestellt. Der Leitfaden gibt den Versicherungsfachleuten lediglich einen Hinweis, wie sich der Fall innerhalb der empirisch gefundenen Werte verhält. Dies als Hilfe zur Entscheidung, ob und wann vermehrte Bemühungen zur Reintegration im Sinne eines Case Managements ergriffen werden sollen, wobei jede Versicherungsgesell-

schaft frei ist, den Zeitpunkt vermehrter Reintegrationsbemühungen selber zu definieren.

Wichtig hierbei ist, dass dieser Leitfaden zusammen mit den von der Arbeitsgruppe Personenschaden und Reintegration entwickelten Arztberichten verwendet wird und die ICD-Diagnosen bei den Ärzten verlangt werden.

Spätestens im Verlaufe des Jahres 2016 wird der seit 2010 verwendete Reintegrationsleitfaden Unfall mit den Zahlen der Sammelstelle für die Statistik der Unfallversicherung SSUV entsprechend dem Reintegrationsleitfaden Krankheit vollständig überarbeitet und zudem wird für beide Reintegrationsleitfäden eine elektronische interaktive Version zur Verfügung gestellt, welche die Anwendung maximiert.

Dr. med. Bruno Soltermann  
Chefarzt SVV

## Die SBB verstärkt die Suizidprävention

Mit verschiedenen Massnahmen will die SBB Suizide auf ihrem Schienennetz minimieren



«Erkennen – ansprechen – alarmieren»: So lautet der Dreisatz, der den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der SBB an Schulungen zur Suizidprävention mitgegeben wird.

Ein Mensch lässt sich vom Zug überfahren: Ein Albtraum – der immer häufiger traurige Realität wird. Die SBB verstärkt nun ihre Anstrengungen in der Prävention mit vielfältigen Massnahmen. Aktuell werden Mitarbeitende geschult, suizidale Personen zu erkennen und sie von ihrem Vorhaben abzuhalten.

Das Leid, das ein Suizid verursacht, ist enorm. In erster Linie natürlich sind die Angehörigen betroffen. Was sie durchmachen müssen, ist kaum mit Worten zu beschreiben. Bei einigen Suizidmethoden sind allerdings weitere Personen involviert: Wer sich von einem Zug überfahren lässt, traumatisiert möglicherweise den Lokführer und lässt allenfalls Bahnkundinnen und Bahnkunden zu Augenzeugen werden. Der Bahnbetrieb wird massiv gestört, zum Teil gar für bis zu drei Stunden blockiert.

Zehn Mal pro Monat – im Schnitt – nimmt sich ein Mensch auf dem gut 3000 Kilometer langen Schienennetz das Leben oder versucht es. Die Tendenz ist zunehmend. Nicht nur in der Schweiz, auch in ganz Europa zeigt die Kurve nach oben. In der Schweiz nehmen sich rund acht Prozent aller Personen, die Suizid begehen, auf diese Weise das Leben.

### Auswirkungen auf Kunden und Mitarbeitende minimieren

Für die SBB besteht Handlungsbedarf, einerseits in der Bewältigung der Ereignisse, andererseits in der Prävention. Für eine optimale Ereignisbewältigung ist die Organisation «Intervention» verantwortlich: Sie ist ein Teil des Störungs- und Störfallmanagements der SBB und kommt bei Ereignissen im Bahngebiet zur Hilfeleistung und zur Unterstützung der Notfallorganisation zum Einsatz. Im Fokus stehen die Sicherheit und möglichst geringe Auswirkungen auf die Kunden und Mitarbeitenden. Bei traumatisierenden Ereignissen von Mitarbeitenden und Kunden sowie deren Angehörigen unterstützt das Kompetenz- und Servicecenter Care in der Akut- und Nachbetreuung.

### Vielfältige Massnahmen in Umsetzung

Im Bereich Prävention wurden ebenfalls bereits verschiedene Projekte angegangen. Anfang 2014 baute die SBB eine Koordinationsstelle auf mit dem Ziel, die Massnahmen mit den verschiedenen Organisationen wie Kantone, Bundesamt für Verkehr BAV, Bundesamt für Gesundheit BAG und Fachorganisationen zu koordinieren und den Austausch mit anderen Bahnen sowie der Forschung in der Schweiz und im Ausland sicherzustellen. Ein solcher Austausch fand auch im vergangenen Mai an einer von der

SBB initiierten Fachtagung mit Experten aus der Wissenschaft und Entscheidungsträgern von Behörden, Polizei, Staatsanwaltschaft, NGOs und Bahnen statt. Weiter werden bauliche Massnahmen vorangetrieben und technische Innovationen in Pilotprojekten geprüft. Zu den bereits realisierten Massnahmen, die eine gute suizidpräventive Wirkung haben, gehört auch ein Projekt mit der Dargebotenen Hand. An diversen Stellen entlang des Bahnnetzes wurden Tafeln montiert, die auf das Hilfsangebot der Dargebotenen Hand hinweisen; so wie sie an vielen Brücken zu sehen sind.

### Mitarbeitende schulen

Aktuell befindet sich eine weitere wichtige Präventionsmassnahme in der Umsetzung: Bis Ende 2016 werden rund 10 000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der SBB aus verschiedenen Berufsgruppen, wie beispielsweise das Zugpersonal, geschult. «Wir haben viele Leute, die an den Bahnhöfen sind», sagt Hans Vogt, der bei der SBB den Bereich Sicherheit und Qualität leitet. «Sie sollen dank der Schulung besser erkennen, wenn eine Person gefährdet ist und wissen, wie man diese anspricht.»

### «Gewappnet für den Ernstfall»

«Erkennen – ansprechen – alarmieren»: So lautet der Dreisatz, der den Schulungsteilnehmern mitgegeben wird. Ein Film verdeutlicht, dass gefährdete Personen meist ein ähnliches Verhaltensmuster zeigen, dass sie in sich versunken sind, vielleicht verwirrt wirken, ziellos umhergehen. Auch das richtige Ansprechen will gelernt sein. «Alles in Ordnung bei Ihnen? Ich mache mir Sorgen. Kann ich Ihnen helfen?» So könnte beispielsweise der Einstieg in ein Gespräch lauten. Einfühlsam sein und gut zuhören ist wichtig, vermitteln die Kursleiter. Ebenso wichtig ist aber auch die Alarmierung. Oft ist die Situation für eine einzelne Person schwierig zu handhaben, zumal suizidale Menschen möglicherweise aggressiv reagieren können. Nicht den Helden spielen, sondern Unterstützung anfordern: Das wird den Schulungsteilnehmern mit Nachdruck ans Herz gelegt. Oberstes Gebot ist aber: Sich selber nicht in Gefahr bringen. Eigenschutz ist immer wichtiger als Fremdschutz.

Die Stimmen der Schulungsteilnehmer sind durchwegs positiv. «Jetzt fühle ich mich gut gewappnet für den Ernstfall», sagt ein Teilnehmer. «Ich würde mich nicht scheuen, eine Person anzusprechen, die mir gefährdet scheint.» Es gehe um Menschenleben, das sei etwas sehr Wertvolles, so eine andere Wortmeldung. «Als Privatperson ist mir klar, was zu tun ist, wenn ich jemanden in einer kritischen Situation antreffe. Wenn ich im Dienst bin, war ich bisher unsicher: Was darf ich als Mitarbeiter unternehmen? Darf ich mich einmischen? Jetzt ist klar: Ich darf.»

### Abhalten kann Leben retten

Dass dieses Ansprechen und Abhalten tatsächlich Leben retten kann, weiss insbesondere Thomas Reisch, der an der Fachtagung im Mai als Referent auftrat. Der Suizidforscher ist ärztlicher Direktor des Psychiatriezentrums Münsingen und hat die SBB bezüglich Präventionsmassnahmen beraten. Thomas Reisch beruft sich auf eine Studie, die in den 70er-Jahren in den USA durchgeführt wurde. 515 Menschen wurden damals davon abgehalten, sich durch einen Sprung von der Golden Gate Brücke in San Francisco das Leben zu nehmen. Innerhalb der nächsten 26 Jahre beginnen nur fünf Prozent dieser Personen trotzdem Suizid. 480 Leben konnten also gerettet werden. «Leute können zurückgehalten werden», sagt Reisch. Viele haderten – und dieses Hadern sei eine Chance. «Die Verringerung der Verfügbarkeit von Suizidmethoden rettet Leben», so Reisch weiter. Zu denken, dass diese Personen dann einfach eine andere Methode wählten, sei falsch. Die meisten wählten keine andere. Die Schlussfolgerung: Wenn man eine Methode verhindert, verhindert das Suizide.

Romana Feldmann

Projektleiterin Suizidprävention SBB

## Kontakte

### Bei einer auffälligen Beobachtung

Auffälliges Verhalten kann bei der Polizei 117 oder im Bahnhofumfeld bei der Transportpolizei 0800 117 117 gemeldet werden. Von deren Zentrale aus werden die notwendigen weiteren Schritte eingeleitet und koordiniert.

### Bei persönlicher Betroffenheit

Berater der «Dargebotenen Hand» können unter der kostenlosen Hotline 143 weiterhelfen. Für Kinder und Jugendliche bietet Pro Juventute unter der Hotline 147 akute Notfallberatung an.

### Bei Interesse am Projekt

Weitere Informationen zum Projekt «Suizidprävention SBB» sind erhältlich bei der Projektleiterin Romana Feldmann, [suizidpraevention@sbb.ch](mailto:suizidpraevention@sbb.ch)

## Das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz

Ein Zusammenschluss von Organisationen, Institutionen und Unternehmen zur Förderung psychischer Gesundheit

In der Schweiz widmet sich seit 2011 unter anderem das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz NPG dem Themenfeld psychische Gesundheit, basierend auf einem Zusammenarbeitsvertrag zwischen den Trägerorganisationen (Bundesamt für Gesundheit, Gesundheitsdirektorenkonferenz der Kantone, Gesundheitsförderung Schweiz, Staatssekretariat für Wirtschaft, Bundesamt für Sozialversicherungen). Das Netzwerk versteht sich als multisektorale nationale Initiative zur Förderung der psychischen Gesundheit und Verminderung psychischer Erkrankungen. Es ist ein Zusammenschluss von Organisationen, Institutionen und Unternehmen, die sich für die psychische Gesundheit engagieren.

### Ziele des NPG

Das NPG leistet einen Beitrag zur Verbesserung der psychischen Gesundheit der Schweizer Bevölkerung. Es bietet dafür eine Plattform für Akteure und ihre Massnahmen im Bereich der psychischen Gesundheit, insbesondere ihrer Förderung sowie der Prävention psychischer Erkrankungen. Ziel ist es, möglichst viele Akteure im Bereich der Förderung, Erhaltung oder Wiederherstellung der psychischen Gesundheit in der Schweiz miteinander zu vernetzen. Umgesetzt wird dies mit:

- Einem jährlich durchgeführten Netzwerktreffen mit bisher 150 bis 600 Teilnehmenden
- Der Website [www.npg-rsp.ch](http://www.npg-rsp.ch) als zentrale Plattform zum Wissens- und Informationsaustausch
- Regelmässigen Fachtreffen (30 – 40 Teilnehmende)
- Persönlichen Austauschtreffen bei Bedarf
- Der Vermittlung kompetenter Fachpartner im Bereich psychischer Gesundheit (keine eigenen Programme/Projekte)

Die Netzwerktreffen werden öffentlich entweder allein als separate Fachtagungen oder in Zusammenarbeit mit anderen Organisationen als gemeinsame Kongresse veranstaltet. Im zweiten Fall werden Partner bzw. Fachgemeinschaften gesucht, bei denen eine Sensibilisierung für psychische Gesundheit (in Ergänzung zur somatischen) oder für Gesundheitsförderung und Prävention (in Ergänzung zur Versorgung/Behandlung) wünschenswert ist. Durch diese Netzwerktagung-Partnerschaften wird das Thema psychische Gesundheit in unterschiedlichsten Settings diskutiert.

Die Mitglieder werden durch die gezielt organisierte Vernetzung gestärkt. Die Förderung des Austauschs untereinander



«10 Schritte für psychische Gesundheit» – noch zu selten wird thematisiert, was jeder und jede selbst tun kann.

zielt darauf ab, die Wirksamkeit und Effizienz ihrer Massnahmen zu erhöhen. Momentan sind im Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz über 140 Organisationen Mitglied, davon 10 Grossunternehmen und KMU sowie 25 Kleinunternehmen.

Gründe für eine Organisation, Mitglied im Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz zu werden:

- Die Organisation möchte die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeitenden fördern.
- Die Organisation möchte sich mit Gleichgesinnten vernetzen und austauschen.
- Die Organisation erhält aktuelle Informationen zur psychischen Gesundheit.
- Die Organisation möchte ihr Projekt/Konzept bekannt machen.
- Pro Organisation profitieren zwei Personen vom reduzierten Eintritt zu den Tagungen.

Weiter bietet das NPG auf seiner Website zwei eng fokussierte Rubriken «News» und «Agenda». Sie bieten aktuelle Meldungen bzw. Weiter-/Fortbildungsmöglichkeiten im

Bereich psychische Gesundheit, insbesondere ihrer Förderung und der Prävention psychischer Erkrankungen sowie zu Suizidprävention. Ebenfalls wird dort eine Dokumentensammlung zur freien Verfügung gestellt. Diese dichte Sammlung ausgewählter Informationen, Dokumente und nationaler und internationaler Studien zur psychischen Gesundheit wird laufend erweitert. Der NPG-Newsletter erscheint viermal pro Jahr und kann kostenlos auf der Website des NPG abonniert werden.

### Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Zur Sensibilisierung für die psychische Gesundheit am Arbeitsplatz organisierte das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz 2015 seine jährliche Netzwerktagung zum Thema «Arbeit und psychische Gesundheit – Herausforderung und Lösungsansätze». Die 4. Netzwerktagung wurde dieses Jahr in Kooperation mit Gesundheitsförderung Schweiz und weiteren Partnern am 26. August 2015 in Zürich durchgeführt. Dort wurden Herausforderungen und Lösungsansätze zum Thema Belastungen und Ressourcen in der Arbeitswelt diskutiert. Die Tagung vermittelte praxisnahes Wissen zur Gestaltung psychischer Gesundheit am Arbeitsplatz sowie im Umgang mit psychisch beeinträchtigten Mitarbeitenden. Der Ergebnisbericht zur 4. Netzwerktagung ist auf der Website der Gesundheitsförderung abrufbar (siehe Box).

Im Rahmen der Vernetzungstreffen lässt das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz Mitglieder des Netzwerks aus grossen und mittleren Schweizer Betrieben ihre Good-Practice Projekte und Programme an den Fachtreffen und Tagungen präsentieren. Ziel dabei ist es, andere Betriebe über bestehende Projekte zu informieren und den Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmenden zu fördern.

Neben der Vernetzung von Organisationen im Bereich psychische Gesundheit, koordiniert das NPG unter anderem das nachfolgend vorgestellte Programm zur Sensibilisierung und Prävention psychischer Belastungen.

### 10 Schritte für psychische Gesundheit

Die meisten Menschen wissen, wie sie ihre körperliche Gesundheit fördern können – beispielsweise durch eine gesunde Ernährung oder durch tägliche Bewegung. Es ist auch allgemein bekannt, dass Umwelt- und Arbeitsbedingungen die Gesundheit beeinflussen. Psychische Gesundheit und was man – ganz einfach und direkt – selber dafür tun kann, wird jedoch kaum thematisiert.

Die «10 Schritte für psychische Gesundheit» wurden von Pro Mente Oberösterreich konzipiert und sind als Denkanstösse gedacht:

- *Aktiv bleiben:* Bewegung ist Voraussetzung für Entwicklung.
- *Sich entspannen:* In der Ruhe liegt die Kraft.
- *Etwas Kreatives tun:* Kreativität steckt in uns allen!
- *Neues lernen:* Lernen ist Entdecken.
- *Sich beteiligen:* Menschen brauchen eine lebendige Gemeinschaft.
- *Mit Freunden in Kontakt bleiben:* Freunde sind wertvoll.
- *Darüber reden:* Alles beginnt im Gespräch.
- *Um Hilfe fragen:* Hilfe annehmen ist ein Akt der Stärke – nicht der Schwäche.
- *Sich nicht aufgeben:* Die Krisen des Lebens meistern.
- *Sich selbst annehmen:* Niemand ist perfekt.

Das Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz hat die Nutzungsrechte für die «10 Schritte» für die Schweiz erworben und stellt sie kostenlos interessierten Netzwerkmitgliedern zur Verfügung.

Aktuell setzen 14 Institutionen in der Schweiz die «10 Schritte für die psychische Gesundheit»-Kampagne um. Verfügbar ist sie auf Deutsch, Italienisch, Französisch, Rätoromanisch, Albanisch, Bosnisch/Kroatisch, Englisch, Portugiesisch, Serbisch, Spanisch, Tamil und Türkisch. Indem möglichst viele Akteure mit der gleichen Botschaft arbeiten, wird ihre Wirkung, eine Sensibilisierung für die psychische Gesundheit, verstärkt.

Annette Hitz

Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz

### Links

Weiterführende Informationen zum Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz erhalten Sie unter [www.npg-rsp.ch](http://www.npg-rsp.ch) oder [info@npg-rsp.ch](mailto:info@npg-rsp.ch)

Der Ergebnisbericht zur 4. Netzwerktagung findet sich hier: <http://bit.ly/1MqWfjh>



**Chère lectrice, cher lecteur,**

La présente lettre d'information est consacrée à la prévention sous toutes ses coutures. Elle reflète ainsi la démarche active du service Prévention & Promotion de la santé de l'Association Suisse d'Assurances en faveur des thèmes touchant ses propres activités de prévention.

Dans cette édition, vous trouverez des précisions sur l'actuelle campagne de prévention «Déconnecter – recharger» ainsi que sur la campagne cofinancée par l'ASA relative à l'introduction des pictogrammes de danger pour produits chimiques. Par ailleurs, un article est consacré aux instruments de gestion des cas développés par l'ASA visant une réadaptation durable et une réinsertion en temps utile à leur poste des personnes en arrêt de travail. Autres éclairages: l'OFSP présente sa nouvelle campagne de prévention contre l'abus de consommation d'alcool et les CFF leurs mesures en faveur de la prévention des suicides; enfin, le Réseau Santé Psychique Suisse ainsi que l'association «Risiko & Sicherheit» (Risque & sécurité) expliquent leurs activités.

Nous vous souhaitons une bonne lecture.



Heinz Roth  
Responsable Prévention & promotion de la santé  
au sein de l'ASA

## Déconnecter – recharger

### L'actuelle campagne de prévention de l'ASA accompagne notre société nouvelle, toujours sur le pont

Nous sommes mobiles, toujours connectés et en permanence actifs. Comment combiner l'aspiration de chaque être humain à la détente avec la tendance de la joignabilité permanente imposée par notre société numérique? «Déconnecter – recharger» – La dernière campagne de prévention de l'Association Suisse d'Assurances ASA dans le domaine de la gestion de la santé dans l'entreprise est consacrée à cette tendance d'une société toujours sur le pont. Des articles dans le Handelszeitung ainsi que d'autres mesures mettront en évidence les nouveaux risques induits par la disparition des frontières entre vie professionnelle et vie privée.

La campagne «Déconnecter – recharger» entend sensibiliser les cadres dirigeants aux interconnexions complexes existant entre la vie professionnelle et la vie privée et, ainsi, poser une première pierre dans la discussion portant sur une culture d'entreprise qui tienne compte de la vie privée de ses collaborateurs et la préserve. Car il ne faut pas oublier que des collaborateurs reposés et détendus travaillent avec d'autant plus de motivation. Plus d'information sur le site [www.ausschalten-auftanken.ch](http://www.ausschalten-auftanken.ch)

*Heinz Roth*  
Voir le texte allemand pages 6 à 7

## L'association *Risiko & Sicherheit* (Risque & sécurité)

Entretien avec **Andreas Schönenberger** et **Martin Wolfer**

L'association *Risiko & Sicherheit* (Risque & sécurité) a été créée en 1997 par des diplômés et des conférenciers du cursus postdiplôme «Risque et sécurité» de l'ETH Zürich, de l'université de St-Gall et de l'EPFL de Lausanne. Elle s'adresse aux personnes s'occupant à des niveaux stratégiques des questions relatives à la gestion des risques et à la préservation de la sécurité.

Au cours de cet entretien, Andreas Schönenberger, ingénieur en protection de l'environnement, et Martin Wolfer, chimiste, présentent les objectifs et l'orientation de l'association. Les experts en sécurité traitent des différences de

mentalité en matière d'approche de ces concepts et mettent en évidence l'extrême importance du facteur humain dans ce domaine.

Sur le site [www.risikosicherheit.ch](http://www.risikosicherheit.ch) (en allemand uniquement), vous trouverez de plus amples informations sur cette association et les modalités d'adhésion. Vous pourrez aussi consulter les nombreux discours prononcés lors de ses réunions.

*Ursi Sydler*

*Voir le texte allemand pages 8 à 9*

## Combattre l'abus d'alcool

L'actuelle campagne nationale de prévention des problèmes liés à l'alcool «Combien ?» de l'Office fédéral de la santé

Conjointement avec ses partenaires, l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) a conçu pour les années 2015 à 2017 une campagne visant, d'une part, à sensibiliser le grand public aux dangers inhérents à la consommation problématique d'alcool et, d'autre part, à améliorer la mise en réseau des partenaires de prévention.

Le site Internet [www.alcohol-facts.ch/fr](http://www.alcohol-facts.ch/fr) est au cœur de cette campagne et informe sur les effets directs et secondaires de la consommation d'alcool. La campagne pose la question de la limite à ne pas dépasser et incite chacun à réfléchir sur sa propre consommation d'alcool. Car, si l'abus d'alcool est

nocif pour la santé du consommateur, il n'est pas sans avoir aussi des répercussions néfastes sur son entourage.

Au final, l'abus d'alcool grève les finances de chaque citoyen suisse – la société assume une responsabilité collective. Les actions de prévention en la matière contribuent à la réduction des coûts et profitent, en conséquence, non seulement aux entreprises et aux assurances sociales, mais aussi à l'ensemble de la société.

*Petra Baeriswyl*

*Voir le texte allemand pages 10 à 11*

## «Bien regardé, bien protégé»

La campagne nationale pour le nouveau système de classification et d'étiquetage SGH prend fin en 2015

La campagne «Bien regardé, bien protégé» a été lancée sous l'égide de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et s'achèvera fin 2015. Elle permet de présenter les nouveaux symboles de danger du Système Général Harmonisé de classification et d'étiquetage des produits chimiques et d'en expliquer la signification, tout en rappelant les règles à suivre lors de la manipulation de produits chimiques. L'ASA soutient cette campagne depuis le début, car les assureurs ont tout intérêt à ce que la population suisse soit davantage sensibilisée à une manipulation prudente et précautionneuse des produits chimiques. Les nombreux docu-

ments élaborés à cette occasion peuvent être téléchargés ou commandés gratuitement sur le site [www.cheminfo.ch](http://www.cheminfo.ch)

Pour cette campagne, l'OFSP a choisi de s'appuyer sur un partenariat public-privé lequel a permis de tisser une excellente collaboration entre les différents acteurs publics et privés. L'ASA estime qu'une approche similaire est tout à fait envisageable dans le futur pour d'autres projets.

*Heinz Roth*

*Voir le texte allemand pages 12 à 13*

## Identification précoce et réintégration

### Les instruments de gestion des cas développés par l'ASA allègent la collaboration interdisciplinaire

Dans la mesure où il vaut mieux aider et accompagner les patients tant que la pathologie dont ils souffrent n'entraîne pas encore un arrêt de travail, plusieurs mesures d'identification et d'intervention précoces ont été mises en œuvre ces dernières années.

Les employeurs ont été invités à s'impliquer davantage et à participer à ces efforts en vue d'un retour rapide des salariés à leur poste de travail. Portail d'information pour les employeurs, Compasso est né de la confluence de différents projets et entend seconder les entreprises pour toutes les questions relatives à la réadaptation professionnelle.

Pendant de longues années, les assureurs privés ont élaboré des outils internes dédiés à la gestion des cas relevant des assurances de personnes. Ces divers instruments sont conçus pour améliorer la transparence en la matière tout en facilitant un retour en temps utile, et donc durable, des salariés à leur poste de travail. Il ne s'agit en aucune façon d'indiquer les traitements médicaux à suivre. Les instruments de gestion des cas sont consultables sur le site de l'ASA sous [www.svv.ch](http://www.svv.ch)

*Docteur Bruno Soltermann  
Voir le texte allemand pages 14 à 15*

## Les CFF renforcent la prévention des suicides

### Les CFF ont défini diverses mesures dans l'espoir de réduire le nombre de suicides sur le réseau ferroviaire

La douleur provoquée par un suicide est immense. Les proches sont les premiers touchés; ce qu'ils doivent traverser est indescriptible. Or, certaines méthodes de suicide impliquent d'autres personnes encore: quiconque se jette sous un train provoque inévitablement un traumatisme au conducteur de la locomotive, sans parler des nombreux témoins potentiels. La circulation ferroviaire est alors fortement perturbée, parfois pendant plusieurs heures.

Pour les CFF, il faut agir: d'une part, en maîtrisant mieux ce genre d'événement et, d'autre part, en renforçant la prévention. Début 2014, ils ont donc créé un service de coordina-

dination visant l'harmonisation des mesures prises par les différentes entités tout en garantissant un échange fluide des informations. A l'heure actuelle, quelque 10 000 collaborateurs suivent des formations pour mieux identifier les personnes suicidaires et essayer de les détourner de leur projet funeste. «Identifier – interpellier – donner l'alarme»: tel est le mot d'ordre. A l'issue de ces formations, les échos des participants sont très positifs.

*Romana Feldmann  
Voir le texte allemand pages 16 à 17*

## Le Réseau Santé Psychique Suisse

### Un groupement d'associations, d'institutions et d'entreprises qui s'engagent en faveur de la santé psychique

Reposant sur un contrat de collaboration conclu entre les organismes responsables (l'Office fédéral de la santé publique, la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé, Fondation Promotion Santé Suisse, le Secrétariat d'Etat à l'économie, l'Office fédéral des assurances sociales), le Réseau Santé Psychique Suisse RSP se consacre depuis 2011 à tout ce qui touche la santé psychique.

Le réseau s'entend comme une initiative nationale multisectorielle dédiée à l'amélioration de la santé psychique

de la population suisse. Le RSP propose une plateforme aux différents acteurs afin que les actions de chacun se trouvent renforcées grâce aux nombreuses interconnexions au sein du réseau. En facilitant l'échange d'informations entre les divers acteurs, les mesures prises ici et là gagnent en efficacité et en efficience. A l'heure actuelle, le Réseau Santé Psychique Suisse compte plus de 140 membres actifs. Vous trouverez de plus amples informations sur [www.npg-rsp.ch](http://www.npg-rsp.ch)

*Annette Hitz  
Voir le texte allemand pages 18 à 19*

ASA | SVV

Schweizerischer Versicherungsverband  
Association Suisse d'Assurances  
Associazione Svizzera d'Assicurazioni  
Swiss Insurance Association

Schweizerischer Versicherungsverband SVV  
Conrad-Ferdinand-Meyer-Strasse 14  
Postfach  
CH-8022 Zürich  
Tel. +41 44 208 28 28  
Fax +41 44 208 28 00  
info@svv.ch  
www.svv.ch

Association Suisse d'Assurances ASA  
Conrad-Ferdinand-Meyer-Strasse 14  
Case postale  
CH-8022 Zurich  
Tél. +41 44 208 28 28  
Fax +41 44 208 28 00  
info@svv.ch  
www.svv.ch