

PEP

Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch

Verein PEP: Fachstelle Jahresbericht 2023

Verein PEP: Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah am Inselspital Bern

fachstelle@pepinfo.ch | www.pepinfo.ch

Postadresse: Fachstelle PEP | Fellerstrasse 15c | 3604 Thun

Inhaltsverzeichnis

1	Verein	5
1.1	Personelles	5
	<i>Beat Furrer, Sozialarbeiter FH, Gesamtleiter Schulsozialarbeit; Mitglied der Geschäftsleitung</i>	5
	Amt für Jugend und Berufsberatung Kanton Zürich, Versorgungsregion Süd	5
1.2	Jahresrückblick Verein (Jahresrückblick Präsident Verein PEP Beat Furrer)	6
1.3	Sitzungen Verein und Fachstelle	7
1.4	Mitgliederversammlung	8
2	Fachstelle	9
2.1	Personelles	9
2.2	Jahresrückblick Fachstelle	9
2.3	Aus-/Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen	10
2.4	Klasseninterventionen	12
2.5	Niederschwellige Beratung/Triage Essstörungen	12
	2.5.1 Anfragen Fachstelle für Beratung	12
2.6	Facharbeiten	13
2.7	Öffentlichkeitsarbeit	13
	2.7.1 Webpage	13
	2.7.2 Newsletter	13
	2.7.3 Anfragen an PEP – ExpertInnen	13
	2.7.4 Teilnahme an Sitzungen/ Tagungen/ Vernetzungstreffen und Weiterbildungen	14
2.8	Vernetzung	15
2.9	Publikationen und Materialien	16
2.10	Zerrspiegel	17
2.11	Rezensionen	18
3	Angebote Fachstelle	19
3.1	Einleitung	19
3.2	Papperla PEP und Papperla PEP Junior	20
3.3	PEP - Gemeinsam Essen	21
3.4	Bodytalk PEP (Nicole Heuberger)	22
3.5	Fourchette verte (Rückblick Daniel Messerli)	26
3.6	Mandat Positives Körperbild (HBI) (Rückblick Brigitte Rychen)	28
3.7	Digitale Projekte	30
4	Dank und Schlusswort	31
		2

Das Wichtigste in Kürze

Aus gesundheitlichen und familiären Gründen mussten im Verlaufe des Jahres zwei Mitglieder des Vorstandes mit sofortiger Wirkung zurücktreten. Ein weiteres Vorstandsmitglied hat auf die MV 2024 aus denselben Gründen seinen Rücktritt angekündigt. Der Vorstand verlor damit drei tragende Mitglieder. Dadurch wurde auch die Kontinuität in der Vorstandsarbeit beeinträchtigt. In Zusammenarbeit mit der Fachstellenleitung konnten im Spätherbst zwei neue Mitglieder für den Vorstand gefunden werden.

Basierend auf den strategischen Stossrichtungen 2023-2025/26 hat der Vorstand seine Ziele festgelegt. Er setzt den Schwerpunkt für 2024 auf die Kommunikation. Diese hängt jedoch auch mit den weiteren Stossrichtungen zusammen.

Die Fachstelle und die Niederschwellige Beratung sowie die PEP-Angebote wurden 2023 im Kanton Bern durch die Gesundheits-Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern im vereinbarten Rahmen wieder finanziell unterstützt. Die Gesuche für die Unterstützungsbeiträge 2024 wurden fristgerecht eingereicht. Die Beitragsgewährung für 2024 ist per Ende Jahr erfolgt.

PEP erhielt auch 2023 von Gesundheitsförderung Schweiz ein Mandat für Information und Sensibilisierung zur Förderung eines positiven Körperbilds (Healthy Body Image).

Die bekannten Angebote PEP konnten den Zielsetzungen entsprechend umgesetzt werden. Das Angebot digitale Projekte wird per Ende Jahr aufgelöst.

Brigitte Rychen ist per Ende Jahr als strategische Angebotsleitung von Bodytalk zurückgetreten. Die gesamte Angebotsleitung geht per 2024 an Nicole Heuberger über.

Die von Gesundheitsförderung Schweiz beauftragte Wirkungsevaluation 2021-2023 von Bodytalk PEP wurde abgeschlossen. https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2023-12/Faktenblatt_093_GFCH_2023-12_Evaluation_Bodytalk_PEP.pdf

Die Betreuung der Plattform <https://healthybodyimage.ch/> über ein Mandat von Gesundheitsförderung Schweiz wurde 2023 nicht umgesetzt. Klärung findet Anfang 2024 statt.

Im Frühjahr und Herbst erschienen wiederum 2 Newsletter: PEPIInfo 11 und PEPIInfo 12.

<https://www.pepinfo.ch/de/newsletter-pepinfo/index.php>

1 Verein

1.1 Personelles

Präsidium: Beat Furrer

Vizepräsidium vakant

Vorstandsmitglieder:

Beat Furrer, Sozialarbeiter FH, Gesamtleiter Schulsozialarbeit; Mitglied der Geschäftsleitung
Amt für Jugend und Berufsberatung Kanton Zürich, Versorgungsregion Süd

Sandra Burkhalter, wohnt in Mörigen Dipl. ganzheitliche Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP mit eigener
Praxis in Sutz *Rücktritt aus familiären Belastungsgründen per MV 2024 angekündigt*

Simone König, wohnt in Bern, Schulsozialarbeiterin, Kreisschule Gäu

Verena Bongartz, wohnt in Konstanz, Ernährungswissenschaftlerin Dr. SGE. Erfahrung in der Online-
Kommunikation, Projektarbeit und dem Thema Chancengleichheit vertraut. *Bis Sommer 2023, Rücktritt aus
gesundheitlichen und familiären Gründen*

Anette Guillebeau, wohnt in Bern, BSc Ernährung und Diätetik und Betriebsökonomin BSc BFH. *Bis Frühling 2023,
Rücktritt aus gesundheitlichen Gründen.*

Irene Schenk, wohnt in Steffisburg, BSc Ernährung und Diätetik FFHS *ad interim seit Herbst 2023*

Sarah Schneider, wohnt in Bern, BSc Psychologin, Hilfsassistentin und Masterstudentin Uni Bern *ad interim seit
Ende 2023*

Sekretariat/ Sachbearbeitung und Buchhaltung:

Heidi Husistein Dipl. Sachbearbeiterin, Siebdruckerin mit Eidg. Fachabschluss; Ressourcenorientierter Coach mit
Zertifikat

Revisionsstelle:

LB Treuhand Zofingen

Mitglieder Verein PEP

Thea Rytz, lic. phil. hist, Körperwahrnehmungstherapeutin, wiss. Assistentin
Psychosomatik Inselspital Bern, Angebotsleiterin Papperla PEP / PEP – Gemeinsam Essen

Renie Uetz, Sängerin und Feldenkrais-Therapeutin, Team Papperla PEP, Leitung Papperla PEP Junior

Daniel Messerli dipl. Ernährungsberater HF/BSc Ernährungsberatung SVDE, Erwachsenenbildner HF und Trainer C
Swiss Athletics, Angebotsleiter Fourchette Verte

Brigitte Buri, Ernährungsberaterin BSc BFH, Fachexpertin Ernährung SGE, Team Fourchette Verte, Administration
und Zertifizierungen.

Ronia Schifftan, Ernährungs- und Medienpsychologin, Team HBI und Digitale Projekte

Nicole Heuberger, Dipl. ganzheitliche Ernährungs-Psychologische Beraterin IKP
Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom, Operative Angebotsleiterin Bodytalk PEP

Roland Müller, Dr. des Fachpsychologe für Psychotherapie FSP, Team HBI Projektleiter PEP Muskel- und
Fitnesssucht

Sophie Frei, Ernährungswissenschaftlerin, selbständig, Kommunikation/ Newsletter PEP

Brigitte Rychen, MAS P&G, Erwachsenenbildnerin, Lehrerin, Fachstellenleitung der Fachstelle PEP, Strategische
Angebotsleiterin Bodytalk PEP/ Mandat HBI (Healthy Body Image)

Fachlicher Beirat

Dr. med. Bettina Isenschmid, M.M.E: Fachärztin für Psychiatrie und
Psychotherapie FMH Zentrum für Essstörungen und Adipositas - ZESA am SRO in Langenthal.
Fachlicher Beirat Verein und Fachstelle PEP
Mitglied des Stiftungsrates der Marie Sollberger Stiftung – Klinik Wysshölzli

Dr. Franziska Widmer Howald, Dr. phil. im Fachbereich Gesundheitswissenschaften und Public Health, MSc nutr.
med. in angewandter Ernährungsmedizin, BSc in Nutrition and Dietetics
Projektleiterin Prävention in der Gesundheitsversorgung bei Gesundheitsförderung Schweiz
Beisitzerin und fachlicher Beirat Verein PEP

Prof. Dr. med. Kurt Laederach, eigene Praxistätigkeit
fachlicher Beirat Fachstelle PEP

Präsident Verein PEP, Beat Furrer

1.2 Jahresrückblick Verein (Jahresrückblick Präsident Verein PEP Beat Furrer)

Rückblickend darf der Vorstand auf ein intensives, interessantes und lehrreiches Betriebsjahr zurückblicken. Der Vorstand traf sich viermal zu den ordentlichen Vorstandssitzungen und beschäftigte sich zu betrieblichen, finanziellen und inhaltlichen Aufgaben des Vereins. Zudem hat er vorrangig weiter an den strategischen Stossrichtungen und deren weiteren Planung gearbeitet. Neben der laufenden Planung und Organisation wird darauf geachtet, dass die Sicherung und Bereitstellung der nötigen Gelder für die einzelnen PEP-Angebote gewährleistet bleibt. Im Wissen darum, dass der Verein mit knappen Ressourcen arbeitet, ist es ihm wichtig, dass die Mitarbeitenden des Vereins gute Voraussetzungen vorfinden, um die Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen praxisnah zu erreichen.

Im letzten Frühjahr hat der Vorstand beschlossen, die vorgängig erarbeiteten strategischen Zielsetzungen zu plausibilisieren und sich deren Umsetzung eingehend zu widmen. In den vorangegangenen Workshops im 2022 sind unter Einbezug der Angebotsleitenden die strategischen Stossrichtungen vertieft worden. Der Vorstand nahm den Faden im 2023 auf und konzentrierte sich darauf, wie die Zielsetzungen umzusetzen sind. Der Vorstand benötigte dazu mehr Zeit und Raum, die Vorstandssitzungen reichten dazu nicht aus. Er beschloss, dass im Spätherbst ein Fokusworkshop angesetzt wurde.

Am Fokusworkshop anfangs November widmete er sich dem Thema Kommunikation und deren Bedeutung und Ausrichtung. Die Kommunikation ist der rote Faden, sie nimmt Bezug auf alle formulierten strategischen Stossrichtungen.

Dem Vorstand stellten sich folgende Fragen: Auf welche Zielgruppe soll die Kommunikation von PEP ausgerichtet werden? Welche Kanäle werden konkret eingesetzt oder genutzt? Den Fokus eher auf die primäre Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen richten oder soll er auf die sekundäre Zielgruppe der Multiplikatoren, Fachpersonen bzw. Fachstellen, strategischen PartnerInnen oder mögliche GeldgeberInnen gelenkt werden?

Es zeigte sich rasch, dass eine direkte Ansprache auf die Primärzielgruppe nicht zielführend sein wird, sondern die Ausrichtung auf die sekundäre Zielgruppe gerichtet werden sollte. Der Vorstand möchte die Kräfte auf die Überarbeitung der PEP-Webpage einsetzen und diese sind auf die heutigen Bedürfnisse auszurichten. Die Webpage ist in die Jahre gekommen und sie soll aktualisiert werden. Die viel diskutierte Ausrichtung vermehrt auf social media zu setzen wird vorerst zurückgestellt, es fehlen uns dafür die zeitlichen und finanziellen Ressourcen.

Die wichtigsten Eckdaten bezüglich der Überarbeitung der Webpage:

- im laufenden Jahr soll die nötige Voraussetzung geschaffen werden, die aktuelle Webpage zu überarbeiten.
- Die angebotsorientierten Inhalte überarbeiten und weiterhin praxisorientiert abbilden.
- Sie sind übersichtlicher zu gestalten und die einzelnen Produkte und Angebote anwenderfreundlich aufzubereiten.
- Neu soll die Website mehr Auskunft geben über deren Zweck und Auftrag des Vereins. Sie soll künftig mit dem Newsletter, mit Mailings und anderen digitalen Beiträgen verknüpft werden.

Leider gibt es immer wieder Vakanzen im Vorstand und die Suche nach neuen Mitgliederinnen und Mitglieder ist zu einer rollenden Aufgabe geworden. Dieser Umstand wird uns auch in Zukunft beschäftigen. Wir blicken zuversichtlich in die Zukunft und freuen uns auf jede Person, die sich für die Vorstandsarbeit und die Angebote engagieren möchte.

Der Vorstand bedankt sich für das Vertrauen und Verständnis, welches ihm im vergangenen Jahr von verschiedener Seite entgegengebracht wurde. Ein grosses Dankeschön auch an die Fachstellenleitung und die Mitarbeitenden der Angebote, für ihre hochmotivierte und engagierte Arbeit.

1.3 Sitzungen Verein und Fachstelle

3 Vorstandssitzungen (die letzte Sitzung 2023 musste auf Januar 2024 verschoben werden)

Diverse bilaterale Sitzungen von Vorstandmitgliedern mit der Fachstellenleitung und der externen Fachperson

4 Fachstellensitzungen

3 Sachbearbeitungssitzungen

Div Teamsitzungen in den Angeboten

1 Fokusworkshop Vorstand, Fachstellenleitung und Sachbearbeiterin

1.4 Mitgliederversammlung

Am 27. März 2023 hat die ordentliche Mitgliederversammlung des Vereins PEP unter der Leitung des Vereinspräsidenten Beat Furrer stattgefunden. Der Jahresbericht PEP wurde einstimmig genehmigt und zuhanden der Gesundheits-Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern, Gesundheitsförderung Schweiz sowie weitere Interessierte weitergeleitet. Der Jahresbericht 2022 ist auch auf der Webpage PEP aufgeschaltet worden.

Die Rechnung des Vereins PEP 2023 wurde durch Uschi Dätwyler von LB Treuhand AG Zofingen revidiert und durch die Mitgliederversammlung genehmigt.

Der Vorstand wurde einstimmig wiedergewählt. Beat Furrer wird einstimmig als Präsident des Vorstands bestätigt.

Die LB Treuhand AG wird einstimmig als Revisionsstelle bestätigt

2 Fachstelle

2.1. Personelles

Leitung Fachstelle:	Brigitte Rychen
Mitarbeit Fachstelle:	Thea Rytz
Sekretariat/Buchhaltung:	Heidi Husistein
Freie MitarbeiterInnen Fachstelle	Sophie Frei (Kommunikation)
Angebote PEP:	Leitung Beratung: Brigitte Rychen Leitung Papperla PEP: Thea Rytz Leitung Papperla PEP Junior: Renie Uetz Leitung PEP Gemeinsam Essen: Thea Rytz Leitung Fourchette verte: Daniel Messerli unterstützt durch Brigitte Buri Leitung Bodytalk PEP: Nicole Heuberger und Brigitte Rychen Leitung Digitale Projekte: Ronia Schiftan
HBI Mandat GFCH/HBI Team	Leitung: Brigitte Rychen
Mitarbeitende HBI Team	Roland Müller, Dörte Wurst, Ronia Schiftan

2.2 Jahresrückblick Fachstelle

Der Fachstellenleitung und den Angebotsleitungen war es in diesem Jahr wichtig, wieder definitiv an unser Tun und Handeln in der Zeit vor Covid anzuknüpfen und damit wieder zu einem von Normalität geprägten Alltag in der Umsetzung unserer Massnahmen zu finden. Es lag uns daran in diesem Jahr primär auf Bewährtes und Konstanz zu setzen. Damit auch wieder Beständigkeit, Stabilität und mehr Sicherheit für alle Mitarbeitenden zu sichern. Wir dürfen in dem Sinne in der Fachstelle und in den Angeboten auf ein ruhiges, ausgeglichenes und wieder mehrheitlich normales Jahr zurückblicken.

Die Zusammenarbeit der Fachstellenleitung mit dem Vorstand verlief auch in diesem Jahr gut. Die Fachstellenleitung und die Angebotsleitenden wissen um einen sie tragenden und unterstützenden Vorstand im Hintergrund. Leider war die Zusammenarbeit auch durch gesundheitliche und ausserordentliche familiäre Belastungen und damit verbundene Rücktritte von einzelnen Vorstandmitgliedern geprägt. Wir bedauern dies sehr. Diese Situation wirkt(e) sich auf die kontinuierliche Fortsetzung der Bearbeitung der strategischen Schwerpunkthemen des Vereins aus. Es mussten und müssen erst wieder neue Vorstandsmitglieder gesucht werden. Diese müssen rekrutiert und dann zuerst wieder in die Vorstandsarbeit, die Fachstellenarbeit und Angebote eingeführt werden. In Zusammenarbeit mit dem Vereinspräsidenten und der Fachstellenleitung ist es uns gelungen, zwei neue Mitglieder zu finden.

Aufgrund einer schweren Erkrankung ihres Vaters musste die Fachstellenleitung in diesem Jahr etwas kürzertreten und sich teilweise auf die Bearbeitung der wesentlichsten Kernaufgaben beschränken. Sie hat sich dennoch zusammen mit dem Vereinspräsidenten und dem Vorstand mit Fragen rund um die strategischen Stossrichtungen des Vorstands und mit Massnahmen aus dem PEP-Massnahmenplan auseinandergesetzt.

Die Arbeit der Fachstellenleitung wurde erschwert durch den Verlust von erarbeiteten Dokumenten (Grundlagen für MitarbeiterInnen -Handbuch PEP/Dokumentation des PEP-Wissens auf allen Ebenen) mit dem Ausscheiden der früheren Sachbearbeiterin/Stabsmitarbeiterin. Diese waren auf dem Laptop der ehemaligen Mitarbeiterin abgelegt und wurden uns trotz mehrmaliger Aufforderung nicht mehr zugestellt. Das ist sehr ärgerlich. Wir wurden damit für das definitive Erstellen des Handbuchs weit zurückgeworfen. Die Erstellung wird 2024 wieder aufgenommen. Die Fachstellenleitung wird dabei auch durch die Angebotsleitenden unterstützt werden.

Ohne die Angebote PEP, deren Leitungen und die einzelnen Teams wäre PEP nicht PEP. Die Arbeit in den Angeboten war auch in diesem Jahr wieder geprägt von Eigenständigkeit, Verlässlichkeit und zielführender Umsetzung von Massnahmen. Die Fachstellenleitung konnte in jeder Hinsicht darauf vertrauen, dass die Angebote im Sinne des Vereinsgedankens PEP, der Vision, Identität (Rolle) und der damit verbundene Haltung von PEP umgesetzt wurden. Mit allen Angebotsleitungen fand in diesem Jahr wieder ein Mitarbeitertreffen statt.

Die Berichterstattungen Fachstelle und aus den Angeboten sowie alle Abrechnungen konnten durch die Fachstellenleitung an alle Leistungsträger fristgerecht eingereicht werden.

Die Anträge/Betragsgesuche für die Unterstützungsgelder 2024 wurden eingereicht und genehmigt.

Im Frühjahr und Herbst erschien je ein Newsletter «PEPINFO»

Die Beiträge wurden durch die Fachstellen- und Angebotsleitungen zusammengestellt. Bei der Aufbereitung der Beiträge und dem Versand des Newsletters durften wir wieder auf unsere Kommunikationsverantwortliche PEP Sophie Frei zählen.

Wir freuen uns, dass sich unsere neue Sachbearbeiterin Heidi Husistein gut eingearbeitet hat und wir auf sie zählen können. Sie hat sich in diesem Jahr nebst ihren eigentlichen Pflichtaufgaben auch dem Thema Vereinfachung und Vereinheitlichung der Rechnungstellung gewidmet. Damit hat sie zur einfacheren Rechnungsstellung durch die Fachstellen- und die Angebotsleitungen an VeranstalterInnen oder für Materialbestellungen wesentlich beigetragen.

Die Fachstellenleiterin ist auch die Leiterin der niederschweligen Beratung. Auch in diesem Jahr wurden wieder zahlreiche Beratungsanfragen bearbeitet. (s. 2.5)

2.3 Aus-/Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen

Umsetzung/ Mitgestaltung von Veranstaltungen durch PEP-Fachpersonen

KAP Tagung GFCH 02.11.2023

Thea Rytz, Renie Uetz, Brigitte Rychen

Vernetzungstreffen KAP BE 26.10.2023

Renie Uetz, Brigitte Rychen

Berner Netzwerktreffen Essstörungen 1.6.2023		Thea Rytz
Netzwerktreffen KAP ZH 23.09.2023		Thea Rytz
Kurse Ausbildung FABE K Kanton Bern	15	Brigitte Rychen
Ausbildung FABE K Kanton Bern	12	Renie Uetz
Weiterbildung für Lehrpersonen Bern	4	Th. Rytz & Papperla PEP Team
Weiterbildung für Lehrpersonen Zürich	4	Th. Rytz & Papperla PEP Team
Weiterbildung für Lehrpersonen Basel	3	Th. Rytz & Papperla PEP Team
Weiterbildung für Lehrpersonen Schmitten	3	Rahel Marti & Deborah Spicher
Weiterbildung für Lehrpersonen Altdorf Uri	1	Thea Rytz
Weiterbildung für Lehrpersonen FHNW	2	Christina Meyer
Online-Weiterbildung für Lehrpersonen ganze CH	1	Renie Uetz & Christina Meyer
Lehrpersonen/Kita Purzelbaum rund um stark Luzern, Chur, Zug	4	Renie Uetz
Fachpersonen Betreuung Kita rund um stark, Kt ZH	1	Rahim Lascandri
Fachpersonen Betreuung Kita Solothurn	2	Renie Uetz
Fachpersonen Spielgruppen Kanton Solothurn	6	Renie Uetz & Nadine Muralt
Fachpersonen Betreuung Kita Schaffhausen	4	Renie Uetz & Nadine Muralt
Fachpersonen Betreuung Kita Kanton Basel	1	Renie Uetz & Nadine Muralt
Fachpersonen Betreuung Kita/ Tagesschule, Kt. BE	7	Thea Rytz
Fachpersonen Betreuung Kita/ Tagesschule, Kt. ZH	10	Thea Rytz, Rahim Lascandri, Nicole Heuberger
Team Weiterbildungen Horte/ Tagesschule, Kt. BS	1	Thea Rytz
Team Weiterbildungen Horte/ TS Kt. Thurgau	1	Rahim Lascandri
Team Weiterbildungen Horte/Kita Kt. Aargau	5	Rahim Lascandri
Weiterbildungen in div Organisationen HBI	9	Roland. Müller
Weiterbildungen in div Organisationen HBI	4	Brigitte Rychen
Weiterbildung div in Organisationen HBI	1	Ronia Schiftan
Lehrveranstaltung Ausbildung 4 Lehrpersonen PH Zürich	3	Brigitte. Rychen
Lehrveranstaltung Ausbildung Lehrpersonen PH Bern	2	Brigitte. Rychen
Elternveranstaltungen	3	Brigitte Rychen

2.4 Klasseninterventionen

In diesem Jahr fanden keine Klasseninterventionen statt.

Wir erhielten im Juni eine Anfrage für 2 Klasseninterventionen. Die Umsetzung war vorbesprochen, die Interventionen dann jedoch aufgrund eines Wechsels in der Schulleitung durch Schule abgesagt.

2.5 Niederschwellige Beratung/Triage Essstörungen

Die Beratungsanfragen gingen in diesem Jahr zurück (total Kontakte 85). Wir führen das primär auch auf die Möglichkeit von Online-Beratungen diverser Fachstellen, wie unter anderem die von BEGES und AES zurück. Aufgrund dessen, dass es diese Möglichkeiten bereits gibt, hat PEP bisher darauf verzichtet, ebenfalls fixe Online-Beratung anzubieten. Nebst Beratung am Tel, über Mail oder vor Ort, hat PEP jedoch in diesem Jahr individuell Beratungssuchenden auch Beratung über Zoom angeboten. Dieses Angebot wurde von einigen auch genutzt. Die Fragestellungen in der Beratung als solche, waren in diesem oft um einiges komplexer als in den Vorjahren. Die Essstörungssituationen für Betroffene und Umfeld sind teilweise verbunden mit enormen Belastungen. Auffällig war zudem die Zunahme von Essstörungen bei immer jüngeren Kindern. Weiter war auffällig, dass sich Magersucht bei einzelnen Betroffenen sehr schnell entwickelt hat, sich der BMI bzw das Untergewicht nach sehr kurzer Zeit in einem besorgniserregenden Bereich bewegt. Die Betroffenen aufgrund dessen zudem nicht mehr oder nur noch beschränkt überhaupt therapiefähig waren, sie hospitalisiert und sondiert werden mussten, um ihr Leben zu schützen. Der Unterstützungsbedarf des Umfelds in solchen Situationen hat damit auch deutlich zugenommen. Die Triagearbeit erforderte ebenfalls deutlich mehr Zeit, da die erforderlichen Therapieangebote und weiterführenden und unterstützenden Massnahmen oft gar nicht zur Verfügung stehen. Teilweise ist eine zeitgerechte Versorgung von Betroffenen nicht mehr gewährleistet. Das bereitete uns diverse Sorgen.

2.5.1 Anfragen Fachstelle für Beratung

Total Kontakte	85
Anfragen Kanton	64
Ausserkantonale Anfragen	21
Aufgeteilt nach Essstörungsformen	
Magersucht	49
Orthorexie	03
Bulimie	04
Binge Eating Disorder	05
Übergewicht/Adipositas	06
Muskelsucht/Fitnesssucht	04
Div. Anfragen zu Essverhalten	18

2.6 Facharbeiten

ExpertInnen der Fachstelle PEP diesem Jahr haben Lernenden, GymnasiastInnen und StudentInnen bei der Erstellung von Facharbeiten begleitet und/oder unterstützt. Form: Interviews, Informationen, Beratung oder Austausch zum Thema der Arbeit.

Anzahl: 13

2.7 Öffentlichkeitsarbeit

2.7.1 Webpage

Die PEP-Webpage www.pepinfo.ch verbleibt auch 2023 in drei Bereiche aufgeteilt: Inselspital, Fachstelle PEP und PEP - Angebote. Im Jahr 2023 wurde die Webpage PEP insgesamt 117`368 mal aufgerufen.

Die Webpage wurde durch die Fachstellenleitung, die interne Fachstellenmitarbeiterin und die Angebotsleitungen laufend ergänzt und aktualisiert. Eine Überarbeitung bzw. Neuerstellung der Webpage ist durch den Vorstand und die Fachstellenleitung im Rahmen der Strategieentwicklung von PEP angedacht worden. Die Erstellung eines Konzepts steht für 2024 an.

2.7.2 Newsletter

Im Mai wurde PEPIInfo11 und im November PEPIInfo12 verschickt.

<https://www.pepinfo.ch/de/newsletter-pepinfo/index.php> Wir hatten rund 1200 Opens.

Die diesjährigen Newsletter informierten zu Essstörungen bei immer jüngeren Menschen sowie Männern, zu Körperkult bei Männern und Körperkult als Thema der offenen Jugendarbeit, über die Plattform healthybodyimage.ch, über das Thema Scham und Beschämung, zu Erfahrungen zu offenen Restaurants an Tagesschulen, über Papperla PEP für fremdsprachige Kinder und zur Wirkungsevaluation von Bodytalk PEP.

2.7.3 Anfragen an PEP – ExpertInnen

Medianfragen: 9

Fachartikel Heilkundemagazin https://www.pepinfo.ch/media/docs/Fachstelle-PEP/Wenn-die-Psyche-Herrscher-ueber-das-Essen-wir-d_Rychen_PEP.pdf

SRF 3 Podcast und Sendung /Input zum Thema Muskel- und Fitnesssucht Januar 23

20 Min <https://www.20min.ch/story/ich-habe-standig-angst-dick-zu-sein-496732899905>

Tele, Interview mit Ursina Ehrensperger zum Thema Schöner und Straffer

<https://pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/HBI/Tele.pdf>

Radio Energy, Interview mit Nina Bürge zu Body Positivity im Zusammenhang mit den Events Energie Airs Aug. 2023

Sonntagszeitung, Denis Jeltziner Artikel zum Thema Ken und Barbie Aug. 23

<https://www.pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/HBI/Fuer-Maenner-gibt-es-nur-ein-Ideal-Den-trainierten-Koerper.pdf>

Sonntagszeitung, Nik Walter Artikel zum Thema Sportsucht Aug 23

Blogbeitrag Essstörungen männer.ch <https://www.maenner.ch/essstoerungen/>

Wir Eltern Interview mit Kristina Reiss zu Körperbild bei Kindern (Artikel erscheint im Frühjahr 2024)

Psychologie Heute – Leitartikel zu Grübeln und Formen der körperorientierten Distanzierung (Artikel ist im Februar 2024 erschienen: Von hier aus kann ich meine Sorgen kaum noch sehen) <https://www.psychologie-heute.de/gesundheit/artikel-detailansicht/43124-von-hier-aus-kann-ich-meine-sorgen-kaum-noch-sehen.html>

2.7.4 Teilnahme an Sitzungen/ Tagungen/ Vernetzungstreffen und Weiterbildungen

- 3 Vorstandssitzungen Verein PEP
- 1 Fokusworkshop Vorstand PEP, Fachstellenleitung und Sachbearbeitung
- 4 Fachstellensitzungen
- Austauschsitzungen zu Angebotsförderung und Mandate mit Gesundheitsförderung Schweiz
- Sitzungen mit KAP - Verantwortlichen zu neuen Leistungsvereinbarungen
- HBI- Teamsitzungen nur bilateral mit einzelnen Mitgliedern des Teams
- ExpertInnen Treffen HBI
- 4 Netzwerktreffen b&g (Bildung und Gesundheit)
- Sitzungen mit Büro Bass Evaluation Bodytalk PEP
- Bodytalk Team-Weiterentwicklung
- 4 Papperla PEP Team-Sitzungen, 2 Team-Weiterbildungen
- 3 Begleitgruppentreffen Papperla PEP zu Interventionen für fremdsprachige Kinder
- 1 PEP Gemeinsam Essen Qualitätszirkel, 1 Teamsitzung
- Fourchette verte Teamsitzungen
- Fourchette verte Zertifizierungssitzungen
- Berufsbildnertreffen OdA Soziales Bern
- Div Sitzungen mit Fachpersonen

Tagungen

- KAP Tagung GFCH 2. Nov.2023
- 10. Internationales Symposium SGES/USZ 10./11. Nov. 2023
- Tagung häusliche Gewalt Inselspital Mai 2023

Vernetzungstreffen

- Netzwerktreffen KAP ZH
- Netzwerktreffen KAP BE
- Netzwerktreffen KAP SH
- Netzwerktreffen Bildung & Gesundheit (Teilnahme an 3 von 4 Vernetzungstreffen BAG)
- Netzwerktreffen Arbeitsgemeinschaft für Essstörungen
- Netzwerktreffen Essstörungen im Kanton Bern

Weiterbildungen PEP-Fachpersonen

- Gesundheit und Migration
- Therapietools Emotionsregulation, Stärkework, Selbstwert bei Kindern und Jugendlichen
- Bodyshaming
- Psychische Gesundheit und BES/LOC bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Schweiz/Felicitas Forrer/MV SGES Essstörungen

2.8 Vernetzung

- Kooperation mit Inselspital Bern Fachbereich Psychosomatik Lory-Haus
- Kooperation mit KEA Spital Zofingen (Kompetenzzentrum für Essverhalten, Adipositas und Metabolismus)
- Kooperationen mit Berner Gesundheit im Bereich Prävention und Beratung
- Kooperation mit Fourchette verte im Kanton Bern, Zertifizierungskommission
- Kooperation mit akj (Schweizerischer Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter Aarau)
- Kooperation mit Gesundheitsdienst Bern, insbesondere primano und Zusammenarbeit Bodytalk
- Kooperation mit K&F Fachstelle Kinder und Familie
- Kooperation mit Radix im Rahmen von Purzelbaum rund um stark (Integration von psychischer Gesundheit)
- Kooperation mit ZAL (Zürich), PZ Basel, PH Freiburg, PH Chur, PH Zug; PH Luzern, NORI und IWB PH Bern bei der Veranstaltung von Papperla PEP Weiterbildungen
- Kooperation mit bke und ARTISET (ehemals curaviva) bei Weiterbildung PEP – Gemeinsam Essen
- Kooperation mit Roundabout/Blaues Kreuz
- Kooperation mit Westschweizer Kantonen zu HBI-Projekten
- Einsitz im Vernetzungstreffen Essstörungen Schweiz
- Einsitz Netzwerktreffen Essstörungen Kanton Bern
- Schweizerische Gesellschaft für Essstörungen – SGES
- Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft für Essstörungen AES
- Einsitz in Expertengruppe von Gesundheitsförderung Schweiz zu Healthy Body Image
- Zusammenarbeit mit KAP-Kantonen BE, BL, BS; GR, LU, NW, OW, SH, SG; SO, TG, VS, ZG, ZH

- Zusammenarbeit mit Gesundheitsdienst der Stadt Zürich (Subvention von PEP – Gemeinsam Essen Teamweiterbildung für Horte der Stadt Zürich)
- Einsitz in Begleitgruppe Gorilla
- Einsitz in Begleitgruppe von Tina und Toni
- Zusammenarbeit mit Radix
- Zusammenarbeit mit Männer.ch
- Zusammenarbeit mit Gesundheitsamt Stadt Zürich
- Vernetzungsgruppe Essstörungen Kanton Aargau
- Zusammenarbeit fourchette verte Schweiz
- Zusammenarbeit mit der Redaktion der Fachzeitschrift 4bis8 für Kindergarten und Unterstufe
- Patronat für Inhalte zu Essstörungen auf Feel ok
- Mitglied in der 2020 gegründeten Allianz Ernährung
- Mitgliedschaft SGES
- Mitgliedschaft Public Health
- Fachgruppe Ernährung Public Health
- Fachgruppe SGE
- Voilà (Programm für Suchtprävention und Gesundheitsförderung der schweizerischen Jugendverbände)
- VOJA Kanton Bern
- Mitglied Netzwerk bildung & gesundheit
- Mitglied Netzwerk Psychische Gesundheit
- FHNW über Auftrag BAG zu psychischer Gesundheit

2.9 Publikationen und Materialien

Papperla PEP:

Neue Materialien für fremdsprachige Kinder wurden intern erarbeitet und in die laufenden Weiterbildungen integriert. Bei einer Neuauflage der Materialiensammlung werden sie in diese integriert.

Bodytalk PEP:

Faktenblatt zu Wirkungsevaluation

https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2023-12/Faktenblatt_093_GFCH_2023-12_Evaluation_Bodytalk_PEP.pdf

Abschlussbericht zu Wirkungsevaluation

https://www.buerobass.ch/fileadmin/Files/2023/GFCH_2023_BodytalkPEP_Schlussbericht_D.pdf

Stolz ich zu sein <https://www.dove.com/dach/dove-self-esteem-project/self-esteem-resources-for-youth-groups/stolz-ich-zu-sein.html> Workshopmaterialien zur Förderung eines positiven Körperbilds bei Queere Jugendlichen

Vergiss niä Kampagne (Bodytalk PEP integriert)

Kampagne unverändert.

Überbetriebliche Kurse Oda Soziales Bern

Unterlagen aktualisiert auf Webpage zu Modul1 im ÜK «Essen als Betreuungselement» für Lernende Fachpersonen Kinderbetreuung im Auftrag von Oda Soziales Kanton Bern.

<https://www.pepinfo.ch/de/angebote-pep/ueberbetriebliche-kurse/index.php>

Downloads auf [www. pepinfo.ch](http://www.pepinfo.ch):

Papperla PEP Junior, Weiterbildungsunterlagen (gratis Download über Webpage)

Elf von Papperla PEP verfasste Fachartikel publiziert u.a. in der Zeitschrift 4bis8 und im Tagungsband zu Achtsamkeit in Schule und Bildung hep 2019.

Handbuch PEP – Gemeinsam Essen (gratis Download über Webpage, neu auch in Italienisch)

PEP – Gemeinsam Essen: zehn wichtigste Erkenntnisse (in Deutsch und Französisch)

Kapitel (Gemeinsam Essen) als Beitrag zum Leitfaden für Gemeinschaftsverpflegung BL

Zwei von PEP verfasste Fachartikel für Eltern und Betreuungspersonen in Tagesstrukturen

Bodytalk PEP Materialien (Gratis Download über Webpage)

Vergiss niä-Kampagne Materialien (Gratis Download über Webpage)

Fühl dich wohl in deinem Körper (Gratisdownload Arbeitsblätter über Webpage)

Dove- Materialien dt, fr, engl zu Selbstwertgefühl (Gratis Download über Webpage)

ÜK- Materialien zur Ansicht für Interessierte (Möglichkeit für Download)

Auf Bestellung:

Leporellos Essstörungen für Jugendliche und Erwachsene (Neuaufgabe)

Papperla PEP, Körper und Gefühle im Dialog, Schulverlag 2. Aufl. 2014, ist seit Ende 2020 vergriffen. Nachdruck der Materialiensammlung durch PEP kann zum Selbstkostenpreis bezogen werden, Lieder sind passwortgeschützt digital erhältlich über www.papperlapep.ch -> Rubrik Lieder/ Noten

Audio CD „Tag für Tag“ und „Alltagslieder“

Fühl dich wohl in deinem Körper – Kartenset

PEP Memory "Mit Essen spielt man!"

Sticker „You are beautiful“

Besten Dank für die Kleber. Ich finde die Message ganz toll und werde einen davon auf meinen Schullaptop Kleben. Stefan Ammann, Stud PHZH

2.10 Zerrspiegel

Die Zerrspiegel können durch Interessierte aus der ganzen Schweiz in den Kantonen Baselland, Thurgau oder Bern auf Anfrage ausgeliehen werden.

2.11 Rezensionen

Es wurden keine Rezensionen gemacht

3 Angebote Fachstelle

3.1 Einleitung

Im Rahmen der Vereinbarung 2023 finanzierte die Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern (GSI) nebst der Fachstelle PEP als solche und deren niederschwelliges Beratungsangebot auch wieder einen Anteil an die Umsetzung der langjährig national bekannten PEP – Angebote im Kanton Bern.

GSI unterstützte die Angebote Papperla PEP, PEP Gemeinsam Essen, Bodytalk PEP, Fourchette verte Junior und Fourchette verte senior@home. Die strategische und inhaltliche Weiterentwicklung der Angebote Papperla PEP, PEP Gemeinsam Essen und Bodytalk PEP sowie die Entwicklung und Weiterbildung in den einzelnen Teams der Angebote war auch in diesem Jahr möglich über die Beiträge von Gesundheitsförderung Schweiz über den Rahmenvertrag Angebotsförderung 2023-2025. Leider wurden die Beiträge von GFCH in der genannten Zeitspanne gegenüber den Vorjahren um einen Drittel gekürzt. Das bedeutete in diesem Jahr für uns, Kürzungen in unseren Angebotsbudgets zulasten von Weiterentwicklungsmassnahmen vorzunehmen.

Weiter konnten wir Umsetzungen von Massnahmen für die Zielgruppen der Angebote PEP auch 2023 über Leistungsvereinbarungen mit Kantonen, Organisationen finanzieren. Weiter generierten wir auch Einnahmen über Beiträge von Veranstaltern.

Die Massnahmen der Angebote PEP: Papperla PEP +Junior (s. 3.2), PEP Gemeinsam Essen (s. 3.3) Bodytalk PEP (s. 3.4), Fourchette Verte Kanton Bern (s. 3.5) und HBI (s. 3.6) konnten im erwarteten Rahmen erfolgreich umgesetzt werden. Teils wurden Massnahmen auch in diesem Jahr wieder online oder Veranstaltungen auch in hybrider Form angeboten. Die Angebote haben ihre Ziele erreicht.

Das Angebot HBI (Healthy Body Image) wurde weiterhin über ein Mandat an PEP von Gesundheitsförderung Schweiz grundfinanziert. Dazu kamen Einnahmen aus Veranstaltungen.

Das Angebot Digitale Projekte PEP (s. 3.7) wurde in Absprache mit der Angebotsleiterin Ronia Schifftan per Ende Jahr aufgelöst. Wie bereits im letzten Jahr klar wurde, konnten für die Umsetzung von Projekten in diesem Angebot die, dafür nötigen finanziellen Mittel nicht aufgebracht werden. In diesem Jahr wurden in diesem Angebot keine Massnahmen mehr umgesetzt. Über eine allfällige Weiterführung des Mandats für die Betreuung der Plattform Healthy Body Image (= Teil des Angebots) und über die dafür noch gesprochene Mandatsgelder 2023 findet im Februar 2024 ein Austausch mit Gesundheitsförderung Schweiz statt.

Im Auftrag von OdA Soziales Bern setzte PEP auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Module in den ÜK's der Lernenden Fachperson Kinderbetreuung um. Dabei geht es darum Haltung, Methodik und Inhalte aus den Angeboten Papperla PEP + Junior, PEP Gemeinsam Essen, Bodytalk PEP sowie zu Healthy Body Image zu vermitteln. Die Lernenden sind einerseits Zielgruppe von PEP-Massnahmen und andererseits wichtige MultiplikatorInnen in unsere Zielgruppen.

Rückmeldungen von Lernenden aus den ÜK's.

- *Wir haben viel über unser Essverhalten und unsere Kindheit nachgedacht. Dies ist wertvoll, weil wir in unserem Alltag nicht solche Reflexionen machen.*
- *Voll Motivierte Kursgeber!!! Der wohl kurzweiligste ÜK der gesamten Schulzeit! Tolle Stimmung, alles hat gepasst!*
- *Danke für den tollen und lernreichen Tag*
- *Ich habe von der Auseinandersetzung mit dem Thema und der Art und Weise, wie der Kurs vermittelt wurde, profitiert.*

Die Berichterstattung zur Arbeit der Fachstelle und zum Angebot niederschwellige Beratung PEP findet sich im Kapitel 2.2 in diesem Jahresbericht. Nebst den Geldern der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern wurde die Arbeit der Fachstelle auch mit Geldern aus der Angebotsförderung von Gesundheitsförderung Schweiz mitfinanziert. Auch hier wurden diese die Gelder ausschliesslich für die Umsetzungen von strategischen Massnahmen und zudem für die Organisationsentwicklung eingesetzt. Die Berichterstattung erfolgte über das Berichterstattungstool des Kantons (Selbstevaluationen) zuhanden der Verantwortlichen Karin Baumgartner und über Promotion Santé Suisse zuhanden von Gesundheitsförderung Schweiz.

3.2 Papperla PEP und Papperla PEP Junior

Papperla PEP hat 2023 in fünf Kantonen die Weiterbildung in vier Modulen angeboten: Bern (16 TN), Basel (16 TN), Zürich (10 TN), Freiburg (15 TN) und Uri (14 TN). An der FHNW in Olten wurden zusätzlich zwei Kurse (12 TN) Lehrpersonen von Purzelbaum konnten im Rahmen von "rund um stark" in 5 Papperla PEP Weiterbildungen besuchen (95 TN). Im September hat Papperla PEP eine online Weiterbildung zu Inputs für fremdsprachige Kinder veranstaltet (28 TN). An der PH Zürich wurden die drei Vorlesungen für Studierende erneut (320 TN) als vertonter online-Vortrag angeboten.

Anfrage einer Lehrperson aus dem Kanton Bern:

Guten Tag Miteinander. Ich bin Kindergärtnerin und war im Genuss von eurem super Papperla PEP Kurs. Danke. Nun ist im Moment das Lied von Frau Lila sehr Thema bei uns im Kindergarten und die Kinder finden es soooo mega. Mittlerweile kommen Eltern auf mich zu mit der Frage, wie sie irgendwie zu diesem Lied kommen könnten.

Wir haben der Lehrperson eine mp3 Datei des Liedes geschickt und sie auch informiert, dass das Lied über Spotify zugänglich ist. Sie hat sich begeistert bedankt.

Die Materialiensammlung Papperla PEP, Körper und Gefühle im Dialog wird von Papperla PEP nachgedruckt und als Kursmaterial abgegeben, sowie zum Selbstkostenpreis verkauft. 2023 haben wir 50 Materialiensammlungen und 58 Audio CDs Tag für Tag so vertrieben. Papperla PEP verschickt einmal pro Jahr einen Newsletter an alle ehemaligen Teilnehmer*innen der Weiterbildungen (810). Papperla PEP hat 2023 keinen Artikel in der Zeitschrift 4bis8 publiziert, weil wir im 2022 zwei publiziert haben. Für 2024 wurden wir wieder angefragt.

Papperla PEP Junior

Renie Uetz unterrichtete im Rahmen der überbetrieblichen Kurse der ODA Soziales Bern auch im 2023 Jahr an zwölf Klassen je einen Tag die Inhalte von Papperla PEP (300 TN). In Luzern, Chur und Zug wurden Papperla PEP Junior Inhalte im Rahmen von "Purzelbaum rundum Stark, Kita" vermittelt (60 TN). In Kanton Solothurn (zwei Staffeln); Basellandschaft/Baselstadt und Schaffhausen unterrichtete Renie zusammen mit Nadine Muralt Papperla PEP Junior Weiterbildungen in vier Modulen für Spielgruppenleiter-*innen und Fachpersonen Betreuung (91 TN). Zudem fanden eine Teamweiterbildungen in einer Kita in Bolligen zum Thema Selbstfürsorge statt (20 TN). Die Audio CD «Tag für Tag» wird national, «Alltagslieder» wird von primano vertrieben. Die Lieder von «Tag für Tag» sind auch über Spotify zugänglich.

*Rückmeldungen von einer Papperla PEP Junior Teilnehmerin aus Solothurn:
Der Ablauf war immer sehr interessant und abwechslungsreich gestaltet. (Ruhe, Bewegungssequenzen). Das fand ich sehr angenehm. Beide Kursleiterinnen waren sehr aufgestellt, kompetent und authentisch. Super fand ich, dass sie den Wunsch das Thema bezüglich Eltern von uns aufgenommen und in den Unterricht integriert haben.*

3.3 PEP - Gemeinsam Essen

Das Angebot PEP- Gemeinsam Essen fördert die Beziehungsqualität beim gemeinsamen Essen mit Kindern in Tagesstrukturen und unterstützt die Teams, eine gemeinschafts- und selbstwertstärkende Tisch- und Esskultur zu entwickeln. Das Angebot ergänzt bisherige Präventionsprojekte um den Aspekt der psychischen Gesundheit im Zusammenhang mit Ernährung. Ein gratis Download des Handbuches, ein Merkblatt mit den zehn wichtigsten Erkenntnissen, je ein Fachartikel für Eltern und Mitarbeitende von Kindertagesstätten und einer für solche von Horten und Tagesschulen sind über die Webpage allen Interessierten zugänglich. Die Team-Weiterbildung umfasst vorbereitenden Unterlagen, ein ausführliches Interview mit der Leitungsperson, zwei Teamschulungen und Materialien zur Verankerung der Resultate. Es wurde ein neuer Mitarbeiter gefunden, der sich bis Mitte 2024 einarbeitet und dann entscheidet, ob er im Team PEP Gemeinsam Essen mitarbeiten wird.

*Lieber Rahim
Vielen Dank für dein Feedback und die Unterlagen. Die beiden Vormittage waren für uns äusserst hilfreich. Deine hervorragende Arbeit hat dazu beigetragen, dass das Team mit der Weiterbildung sehr zufrieden war, wie auch aus den Feedbackbögen ersichtlich ist.
Ich hoffe, wir haben bald wieder Gelegenheit für eine Zusammenarbeit. Feedback von Meduse, Tagesstruktur in Zofingen, an PEP Gemeinsam Essen Mitarbeiter Rahim Lascandri*

PEP-Teamweiterbildung in zwei Modulen

- Kanton Bern, Oberburg (9 TN), Thierachern (7 TN)
- Kanton Zürich, Tagesschulen Thalwil (64 TN)
- Kanton Aargau über Kinder & Familien, Rheinfelden (17 TN), Möhlin (14 TN), Aarau (25 TN), Menziken (13 TN), Baden (14 TN)

PEP-Teamweiterbildung in einem Modul

- Kanton Zürich, Tagesschulen Steinmauern (64 TN)
- Stadt Zürich, Kita rund um stark (15 TN)
- Kanton Bern, Thun Neufeld/Lerchenfeld (20 TN), Thun Pestalozzi (6 TN), Kirchberg (20 TN), Marzili & Sulgenbach (20 TN)
- Kanton Basel, Stromboli (8 TN)
- Zwei Weiterbildungen für Praxisassistentinnen in Tagesschulen am bke (36 TN)

Sensibilisierungsveranstaltung

- Stadt Zürich, Supervision für Fachpersonen von Tagesstrukturen (8 TN)
- Kanton Zürich, Workshop für Betreuungspersonen in Tagesstrukturen im Rahmen des Schulnetztreffens (17 TN)
- Kanton Thurgau im Rahmen von fourchette verte Weiterbildung, Weinfeldern (15 TN)

3.4 Bodytalk PEP (Nicole Heuberger)

Leitungsteam - operative und strategische Leitung

Auch im Berichtsjahr war das Bodytalk-PEP Leitungsteam bestehend aus Brigitte Rychen und Nicole Heuberger mit der Optimierung der Abläufe sowie dem Abschluss des Evaluationsprozesses gefordert. Es fand weiterhin der kontinuierliche Transfer zu Abläufen, Wissen und Knowhow von Brigitte Rychen zu Nicole Heuberger statt. Dies unter anderem auch im Hinblick auf die Übergabe der Angebotsleitung per Anfang 2024 von Brigitte Rychen an Nicole Heuberger.

Im Berichtsjahr wurden konkrete inhaltliche Anpassungen der Workshops allerdings zurückgestellt, um diese dann im Folgejahr gebündelt mit den Resultaten der Evaluation abstimmen zu können.

Aufgrund des laufenden Evaluationsprozesses wurde im 2023 auf ein Teamtreffen verzichtet. Wir haben dieses für Januar 2024 geplant, dann wenn die Resultate der Evaluation vorliegen und diese sowie die Massnahmen für die Weiterentwicklung von Bodytalk PEP konkret besprochen werden können.

Wie jedes Jahr wurden wir von diversen Studierenden angefragt für die Mithilfe bei ihren Abschlussarbeiten. Z.B. konnten wir im Berichtsjahr eine Berufsmaturitätsarbeit (BMA) thematisch und inhaltlich unterstützen. Ziel der Arbeit war zu untersuchen, wie und ob Präventionsmassnahmen den psychischen Druck von Jugendlichen in Bezug auf unrealistische Schönheitsideale minimieren können.

Die Studierenden konnten in einem umfassenden Interview mit Nicole Heuberger Einblick in die Thematik gewinnen und anschliessend bei einem Bodytalk PEP Workshop in Wattwil teilnehmen. Mit Erlaubnis der Autorin dürfen wir hier einen Auszug der Zusammenfassung publizieren.

Auszug der Zusammenfassung und Interpretation aus BMA (Präventive Strategien im Kampf gegen unrealistische Schönheitsideale):

Die Befragten bewerteten ihren Workshop Erfahrung auf einer Skala von 1 bis 5, wobei die Mehrheit angab, sich wohlfühlen. In offenen Fragen nach dem Workshop betonten die Schüler*innen, dass die Informationen über Photoshop und die Bearbeitung von Bildern für sie neu gewesen sei.

Bodytalk PEP Team

Die Nachfrage nach Umsetzung von Workshops war auch in diesem Jahr wiederum hoch. Da alle Bodytalk PEP Teammitglieder hauptberuflich anderweitig tätig sind, stehen sie dem Verein PEP "nur" als Freelancer zur Verfügung um Workshops umzusetzen. So ist die Abstimmung/Zuordnung der durch die Schulen gewünschten Workshop-Termine immer wieder mit Herausforderungen verbunden. Das aktuelle Bodytalk PEP Team besteht aus 13 Workshopleitenden (zwei neue Leiterinnen davon wurden im 2023 neu eingearbeitet). Roland Müller unterstützt das Team weiterhin auf Anfrage, wenn reine Männer-Workshops umgesetzt werden. Nach Möglichkeit versuchen wir die Workshopleitenden so einzusetzen, dass nicht zu lange Anreisewege/-zeiten entstehen.

Antworten von Teilnehmenden eines Bodytalk PEP Workshops im Kanton Aargau auf die Frage "Was haben Sie Neues gelernt?":

Antworten

wie stark das, was wir sehen zum Teil bearbeitet wird / allg. den Austausch, die Sicht von den Anderen zu hören

Dass jeder eine andere Sicht von sich selber hat.

Interessante Einblicke in die persönlichen Meinungen anderer.

Dass ich nicht die Einzige bin, die mit dem eigenen Körperbild teils Probleme hat. Oftmals hilft es sehr, zu wissen, dass es anderen Personen genauso geht. Ausserdem auch die Macht der sozialen Medien und wie wir dadurch beeinflusst werden. Die ganzen Tricks, die in Werbungen verwendet werden und uns angeblich "perfekte Menschen" zeigen.

Ich konnte feststellen, dass andere auch ähnliche Unsicherheiten haben und auch dass man nicht einen Aspekt vergleichen kann, sondern alle Eigenschaften beachten soll.

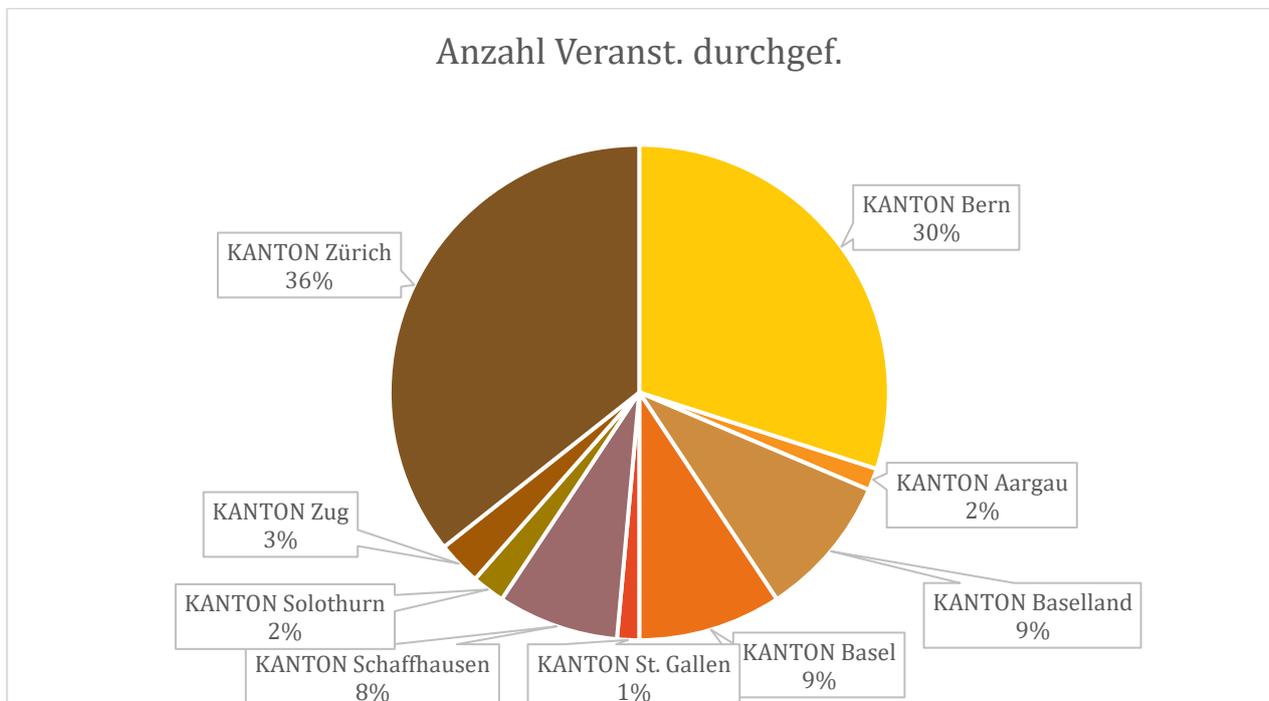
Umsetzung Workshops kantonal

Es konnten 42 Workshops für Kinder, Jugendliche Sek1 und 2 umgesetzt werden. Bei den Kindern konnten wir in vier Workshops 80 Kinder im Alter von 8-12 Jahren erreichen Erreichte Jugendliche: 685 (373 weiblich, 312 männlich). Erreichte Lehrpersonen/Schulsozialarbeitende über Workshops 29.

Umsetzung Workshops national

Wir sind dankbar, dass im Berichtsjahr wegen Covid19 keine Workshops abgesagt werden mussten. Insgesamt setzte das Bodytalk PEP Team auf nationaler Ebene (Deutschschweiz) 140 Workshops um. Erreichte Jugendliche (Sekstufe 1 und 2) 2435, davon 1314 weiblich und 1116 männlich. Erreichte Lehrpersonen/Schulsozialarbeitende über Workshops 111.

Verteilung Anzahl umgesetzte Workshops 2023 nach Kantonen.



Nach den Bodytalk Workshops im Frühjahr, war die Begeisterung bei den Lehrpersonen gross. Daher würden wir euch gerne wieder für dieses Schuljahr anfragen. Anja Moser Schulsozialarbeit Vechigen September 2023

Ich bin überzeugt, dass wir mit Bodytalk etwas verändern und freue mich auf alles Weitere. Sejla Habota KAP Basel-Stadt Ende 2023

Leistungsvereinbarungen zur Umsetzung von Workshops und Angebotsförderung

Wir konnten im Berichtsjahr eine neue Leistungsvereinbarung mit dem Kanton Baselland abschliessen. Somit haben wir nun mit 8 Kantonen Leistungsvereinbarungen zur Umsetzung von Bodytalk PEP. Alle Vereinbarungen gehen über das Jahr 2023 hinaus.

Auch im 2023 konnte Bodytalk PEP wieder eine Kooperationsvereinbarung mit der Firma Dove abschliessen. Diese ermöglicht, dass Schulen in Kantonen ohne Leistungsvereinbarung Workshops zu einem tragbaren Preis umsetzen können.

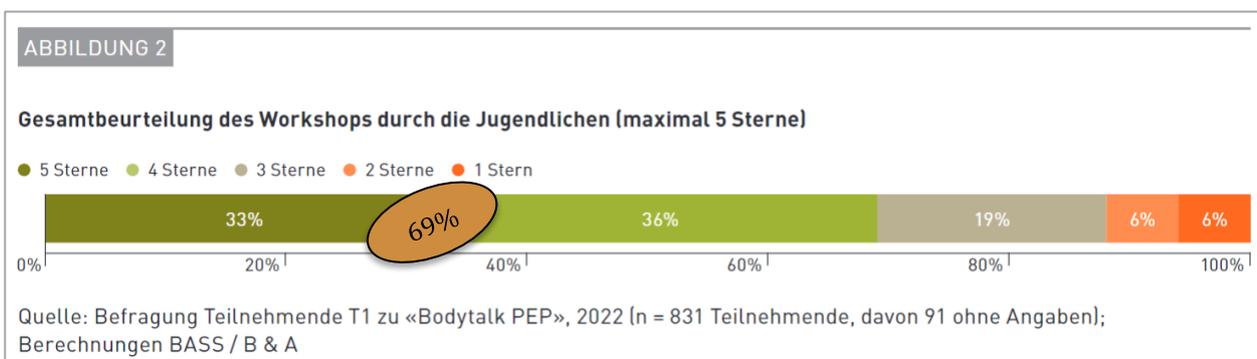
Mit den Mitteln aus der Angebotsförderung von Gesundheitsförderung Schweiz wurden die Teamzusammenarbeit, Zusatzaufwände rund um die Evaluation, Akquirierungs- und Vernetzungsarbeiten sowie weitere Aufgaben auf der strategischen und operativen Ebene (keine Umsetzung von Workshops) finanziert.

Wirkungsevaluation Bodytalk PEP

Der Schlussbericht der Wirkungsevaluation, welche vom Büro BASS im Auftrag der Gesundheitsförderung Schweiz 2021-2023 durchgeführt wurde, liegt seit Herbst 2023 vor. Ende Dezember wurde von der Gesundheitsförderung Schweiz ein Faktenblatt mit den wichtigsten Punkten dazu publiziert:

- *Deutsch:* <https://gesundheitsfoerderung.ch/node/8974>
- *Französisch:* <https://promotionsante.ch/node/8974>

Aus dem Fazit geht hervor, dass unser Bodytalk PEP Workshop wirkt, sensibilisiert und zu Verhaltensänderungen motiviert. Es wird daher klar empfohlen, das Angebot aufrechtzuerhalten und möglichst vielen Jugendlichen zugänglich zu machen.



Auszug aus Faktenblatt Evaluation «Bodytalk PEP» 2021–2023 (Seite 3)

Die Ergebnisse sind sehr zufriedenstellend. Die Gesamtbeurteilung fällt mit 69% (33% 5 Sterne + 36% 4 Sterne) positiven Voten äusserst erfreulich aus. Und auch nach 3 Monaten zeigen sich bei wichtigen Fragestellungen klar positive Effekte bei den Befragten. Dies macht deutlich, dass Bodytalk PEP seine Wirkung bei den Zielgruppen sinngemäss entfaltet. Wir sind sehr zufrieden mit diesen Resultaten, und es bestärkt uns, unser Engagement für ein gesundes Körperbild und mehr Selbstakzeptanz bei den Jugendlichen weiterzuführen. Die Evaluationsergebnisse skizzieren auch konkrete Optimierungsmöglichkeiten, welche es nun zu überprüfen und ggf. umzusetzen gilt.

Wir danken dem Evaluationsteam vom Büro BASS für die professionelle Umsetzung der Evaluation und der Gesundheitsförderung Schweiz für die gute Zusammenarbeit im Evaluationsprozess. Der vollständige Schlussbericht kann bei der Fachstelle PEP bezogen werden.

Überbetriebliche Kurse Lernende Fachperson Kinderbetreuung

Bodytalk PEP, HBI- und weitere PEP-Angebotsinhalte wurden auch in diesem Jahr in 15 überbetriebliche Kurse mit dem Titel Essen als Beziehungselement integriert.

Haltung, Methodik, Anleitung zur Selbstreflexion, Modell Essen/Trinken, Bewegung und psychische Gesundheit sowie Fragekarten waren damit wieder Bestandteil der, durch PEP umgesetzten Module zu psychosozialen Aspekten im Zusammenhang mit Essen in der Kinderbetreuung. An den diesjährigen ÜK's nahmen insgesamt 341 Lernende teil.

Ich habe sehr von der Auseinandersetzung mit dem Thema profitiert und konnte sehr viel mitnehmen. Allerdings war es sehr anstrengend lange konzentriert zu sein, obwohl das Thema mit Brigitte sehr spannend aber auch belastend war. *Lernende ÜK Juni 2023*

3.5 Fourchette verte (Rückblick Daniel Messerli)

Das Jahr 2023 war für das Fourchette verte Team des Kantons Bern ein Jahr des Engagements und der Erfolge. Unter dem Coaching von sieben engagierten Ernährungsberaterinnen, einem interessierten Lebensmittelinspektor und einer kompetenten Mitarbeiterin von PEP haben wir bedeutende Meilensteine erreicht.

Ein weiterer Dank geht an die Gesundheitsförderung und Prävention des Kantons Bern, insbesondere an Karin Baumgartner und Monica Bachmann, die unsere Programme für Kleinkinder/Junior und senior@home leiten. Die sehr gute Zusammenarbeit mit ihnen hat dazu beigetragen, unsere Ziele zu erreichen.

Im Laufe des Jahres haben wir fünf Zertifizierungssitzungen durchgeführt. Diese Sitzungen waren entscheidend, um sowohl bestehenden als auch neuen Betrieben das Fourchette verte Label zu ermöglichen. Unser Ziel, diese Zertifizierung möglichst vielen Betrieben zugänglich zu machen, wurde erreicht, und wir möchten uns bei den Betrieben und dem Zertifizierungsteam für ihren Einsatz und ihre Flexibilität herzlich bedanken.

Zusätzlich fand im Januar 2023 eine Arbeitssitzung unseres Teams statt, in der wir unsere Strategien und Ziele für das kommende Jahr festgelegt haben.

Fourchette verte Kleinkind und Junior

Im Jahr 2023 haben wir 191 Betriebe zertifiziert, was ein bedeutender Meilenstein für unsere Organisation ist. In diesem Rahmen haben wir insgesamt 9338 Fourchette verte Mahlzeiten für Kleinkinder und Jugendliche serviert, wodurch wir einen positiven Beitrag zur Gesundheitsförderung und Prävention betragen.

Darüber hinaus haben wir folgende Fortbildungsveranstaltungen, Basisschulungen und betriebsinterne Schulungen durchgeführt:

«Hast du Fragen rund um regionale Bio-Produkte und Nachhaltigkeit!» «Fleischersatzprodukte / Fleischanaloga»
«Substituts de viande» «Förderung von Fachwissen, Austausch und Good Practice inkl. Kochkurs zum Thema Tipps und Tricks bei der Zubereitung und Verarbeitung von Tofu»
«6 Basisschulungen» und «190 Schulungen in den Betrieben»

Die Angebote wurden von 529 Mitarbeitenden aus Betreuung und Gastronomie besucht. Diese Schulungen sind entscheidend für die Weiterentwicklung und die Professionalisierung der Gemeinschaftsgastronomie.

Fourchette verte senior@home

Im Jahr 2023 haben wir erfolgreich Fourchette verte senior@home offiziell gestartet. Unser Hauptziel besteht darin, Anbieter von Mahlzeitendiensten dazu zu motivieren, ihre Menüplanung einer Qualitätskontrolle zu unterziehen. Wir freuen uns, berichten zu können, dass es uns gelungen ist, fünf Betriebe zu motivieren, sich dieser Initiative anzuschließen.

Ein weiteres wichtiges Ziel von Fourchette verte senior@home ist es, älteren Menschen in den Gemeinden das Wissen einer ausgewogenen Ernährung näherzubringen damit die Mangelernährung und Stürze vermieden werden können. Insgesamt konnten wir sechs Kooperationen vereinbaren, um dieses Ziel zu erreichen. Es ist jedoch wichtig zu erwähnen, dass aufgrund von Fachkräftemangel und Umbauarbeiten einige Verzögerungen aufgetreten sind. Diese Umstände haben dazu geführt, dass einige Arbeiten nicht wie geplant abgeschlossen werden konnten und sich in das Jahr 2024 verzögern.

Wir sind zuversichtlich, dass wir im kommenden Jahr die noch ausstehenden Arbeiten finalisieren können und weiterhin einen positiven Beitrag zur Gesundheit und Ernährung älterer Menschen leisten werden.

Kooperation mit Bern ist Bio

«Bern ist Bio» ist das Erkennungsmerkmal der Berner Bio-Offensive und setzen den im «Engagement 2030» festgehaltenen Willen der Berner Regierung um, den Wert von biologisch produzierten Produkten aus dem Kanton Bern zu steigern, vom Acker bis auf den Teller. Bern ist Bio stärkt die Zusammenarbeit zwischen Landwirtschaft, Verarbeitung, Handel und Vertrieb bis zu den Konsumentinnen und Konsumenten und sind Partnerin für Kooperation und Initiierung von Netzwerkveranstaltungen.

Ziele

Die Ziele von Fourchette verte des Kantons Bern umfassen mehrere Aspekte der Ernährung und Gesundheit und zielen darauf ab, die Gemeinschaft zu unterstützen und zu verbessern.

Hier sind einige der wichtigsten Ziele:

Förderung einer ausgewogenen Ernährung: Fourchette verte des Kantons Bern setzt sich dafür ein, Menschen dabei zu unterstützen, eine ausgewogene und gesunde Ernährung zu pflegen. Dies beinhaltet die Förderung von frischen und qualitativ hochwertigen Lebensmitteln sowie eine vielfältige Ernährung.

Verbesserung der Ernährung in Institutionen: Ein weiteres Ziel besteht darin, die Qualität der Ernährung in verschiedenen Einrichtungen wie Schulen, Kindertagesstätten und anderen Gemeinschaftsstrukturen zu verbessern. Dies wird durch die Bereitstellung von Schulungen, Beratung und Zertifizierungen erreicht.

Bildung und Aufklärung: Ein bedeutendes Ziel ist die Bildung und Aufklärung der Öffentlichkeit über gesunde Ernährungsgewohnheiten. Dies wird durch die Organisation von Veranstaltungen, Vorträgen, Workshops und anderen Bildungsinitiativen erreicht, um das Bewusstsein für die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung zu stärken.

Partnerschaften und Zusammenarbeit: Fourchette verte des Kantons Bern strebt Partnerschaften und Zusammenarbeit mit anderen Organisationen, staatlichen Stellen und Interessengruppen an, um gemeinsam die Ziele im Bereich der Ernährung und Gesundheit zu erreichen und Synergien zu nutzen.

Diese Ziele unterstützen die Mission von Fourchette verte des Kantons Bern, die Ernährungsgewohnheiten und die Gesundheit der Bevölkerung zu verbessern und eine gesündere Lebensweise zu fördern.

Ausblick auf das kommende Jahr

Die Ziele von Fourchette verte des Kantons Bern für das Jahr 2024 umfassen mehrere wichtige Aspekte, um die Qualität der gastronomischen Angebote zu verbessern und gleichzeitig die Lebensmittelverschwendung zu reduzieren. Hier sind die Hauptziele im Überblick:

Rezertifizierung und Neuzertifizierung von Betrieben: Fourchette verte des Kantons Bern strebt danach, allen Betrieben eine Rezertifizierung zu ermöglichen und sie dabei im Prozess zum Thema Ernährung zu begleiten. Zusätzlich soll allen interessierten Betrieben eine Neuzertifizierung garantiert werden. Durch diese Maßnahmen soll das Niveau der gastronomischen Qualität und des Angebots stabilisiert und verbessert werden.

Unterstützung bei der Vermeidung von Food Waste: Die Vermeidung von Food Waste ist im Jahr 2024 ein wichtiges Thema für Fourchette verte. Die Organisation wird den Betrieben die Hand bei der Analyse bieten, sei es bei den Bestellmengen, dem Service oder der Verwertung von Resten. Durch die Zusammenarbeit mit den Betrieben soll die Lebensmittelverschwendung reduziert werden.

Regelmäßige Kommunikation über Newsletter: Fourchette verte des Kantons Bern plant, im Jahr 2024 vier Newsletter zu versenden (im März, Juni, September und November). Diese Newsletter sollen dazu dienen, die Betriebe über wichtige Informationen, Entwicklungen und Aktivitäten zu informieren und sie zu unterstützen.

Weitergabe von Fachwissen: Fourchette verte des Kantons Bern strebt an, auch im neuen Jahr Fachwissen weiterzugeben, damit möglichst viele Betriebe und deren Kunden von einer genussvollen und ausgewogenen Ernährung profitieren können. Dies umfasst Schulungen, Workshops und andere Bildungsinitiativen, um das Bewusstsein für gesunde Ernährungsgewohnheiten zu stärken.

3.6 Mandat Positives Körperbild (HBI) (Rückblick Brigitte Rychen)

Wieder konnte für 2023 mit Gesundheitsförderung Schweiz eine Zusammenarbeit auf Mandatsbasis für 2023 vereinbart werden.

Damit konnte das HBI- Team auch in diesem Jahr zahlreiche Massnahmen zu Information und zur Sensibilisierung im Bereich Förderung und Stärkung eines positiven Körperbilds in der Schweiz umsetzen.

Auch in diesem Jahr bekundeten zudem Fachorganisationen aus Deutschland Interesse an unserer Arbeit.

Die ausführliche Berichterstattung zu den HBI- Aktivitäten PEP wurde im Dezember an die Zuständige bei Gesundheitsförderung Schweiz eingereicht. Auf Wunsch kann dieser bei PEP eingesehen werden.

Kurzrückblick

Das HBI-Team PEP konnte auch in diesem Jahr wieder an diversen und unterschiedlichen Veranstaltungen Inhalte und Materialien zur Förderung eines positiven Körperbild einbringen.

So bei Gesundheitsdienst Kanton Zug

Geblichen ist mir deine Aussage, dass Kommentare zum Körper eben nicht bei einem Ohr rein- und beim andern Ohr rausgehen, sondern im Herz landen (und dazu von dir gezeigte Gestik) Meine Kollegin Esther Pommes bestätigt, dass auch ihr das geblieben ist und dass sie das in Workshops zu sexueller Gesundheit auch nutzt. Michelle Omlin, Gesundheitsdienst Zug.

bei GymnasiastInnen am Gymnasium Kirchenfeld in Bern, an den pädagogischen Hochschulen in Zürich und Bern, an einer Tagung von Public Health, im Kollegium Schule Riggisberg in der Jugendarbeit OKJA Zürich,

*Finde die Fragekarten rächt cool. Danke vielmals
Michael Fries, Mitarbeiter in Ausbildung Kinderbüro Horgen, OKJA Zürich*

am Elternforum Untersee, bei Schweizer Armee Psychologische Dienste, Berner Gesundheit und Männer.ch, bei Anabolika-Sprechstunde, IKP Alumni, AES Zürich sowie in Bad Heustrich, einer Einrichtung für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung.

Roland Müller hielt ein Referat am Psychosomatik-Kongress in Berlin sowie referierte er auch an einer Fachtagung in Dresden.

Workshops zur Förderung eines positiven Körperbilds fanden am Gymnasium Kirchenfeld Bern, an der Kantonsschule Alpenquai in Luzern, an der Schule Rotkreuz und an der HFGS in Aarau statt.

Mediale Aktivitäten (Beispiele)

Artikel für Heilkundemagazin zu Körperkult und Körperbild https://www.pepinfo.ch/media/docs/Fachstelle-PEP/Wenn-die-Psyche-Herrscher-ueber-das-Essen-wir-d_Rychen_PEP.pdf

SRF 3/Podcast und Sendung/ Input zum Thema Muskel- und Fitnesssucht/Roland Müller
<https://www.youtube.com/watch?v=4cX3AuFqrq4>

Sonntagszeitung Tamedia Dennis Jeitziner/Artikel/Ken und Barbiefilm/Roland Müller
https://www.pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/HBI/Fuer-Maenner-gibt-es-nur-ein-Ideal_Den-trainierten-Koerper.pdf

Radio Energie Nina Bürge/Interview/Körperbild/Brigitte Rychen im Zusammenhang mit Energie Air

Sonntagszeitung Tamedia Nik Walter/Artikel/Körperbild und Sportsucht/Roland Müller
<https://www.tagesanzeiger.ch/suechtig-nach-sport-der-zwang-zu-trainieren-874787453012>

ExpertInnen-Treffen 2023

Das ExpertInnentreffen 2023 fand am 4. Dezember wiederum online statt. Als Fortsetzung zum Thema Scham/Beschämung 2022 lag der Fokus des diesjährigen Als Treffens auf dem Thema Bodyshaming. Als Referentin wurde Elisabeth Lechner (Kulturwissenschaftlerin, Dozentin und Autorin von «Riot don't diet- Aufstand der widerspenstigen Körper» aus Wien eingeladen. Unter dem Referatstitel: „Slipping out from underneath shame“ (aus der Scham herauschlüpfen) erfuhren wir von Elisabeth Lechner einiges zu Faktoren, die Bodyshaming

beeinflussen. Der anschliessende Austausch spiegelte auch kontroverse Standpunkte wider und regte weiter zum Nachdenken über die Thematik Bodyshaming an.

Im letzten Teil der Treffens stellte Brigitte Rychen noch die Kampagne gegen Körperkommentare von INFES Bozen kurz vor <https://respect-everybody.it/de/>

Für 2024 plant PEP diese Kampagne für die Schweiz zu übernehmen.

Plattform «healthybodyimage.ch»

Die Plattform <https://healthybodyimage.ch/> soll weiterhin kantonalen PartnerInnen und Fachpersonen zu Vernetzung, Informationsaustausch und Verbreitung von Projekten zum Thema Körperbild dienen.

Sie wird im Rahmen eines Mandats von Gesundheitsförderung Schweiz finanziert und durch Ronia Schiftan betreut. Leider konnten im Rahmen des diesjährigen Mandats durch die Mandatnehmerin keine Massnahmen umgesetzt werden. Mit dem Rücktritt von Ronia Schiftan bei PEP als Angebotsleiterin «Digitale Projekte PEP» (s. 3.7) per Ende Jahr und der damit verbundenen Auflösung des Angebots, wird sich PEP anfangs des kommenden Jahres mit Gesundheitsförderung Schweiz über das weitere Vorgehen im Zusammenhang mit der Plattform austauschen. Allenfalls wird eine Nachfolgelösung für das Mandat gesucht.

3.7 Digitale Projekte

Die fehlenden Finanzierungsmöglichkeiten um neue Projekte im Angebot «Digitale Projekte» zu generieren, führte dazu, dass Ronia Schiftan als Angebotsleiterin und Mitarbeiterin PEP per 2023 ihren Rücktritt bekannt gab. Nach Rücksprache mit dem Vorstand wurde per Ende 2023 damit auch das Angebot aufgelöst.

Damit verliert PEP Ronia Schiftan auch als Mandatsnehmerin bei Gesundheitsförderung Schweiz für die Betreuung der Plattform <https://healthybodyimage.ch/>. Wie und in welchem Rahmen das Mandat bei PEP weitergeführt werden kann, ist Gegenstand von Abklärungen mit Gesundheitsförderung Schweiz wie auch pepintern zu Beginn des kommenden Jahres. Gelder für die Betreuung bzw Fortsetzung der Arbeit im Zusammenhang mit der Plattform wurden von Gesundheitsförderung Schweiz für 2023 und 2024 gesprochen. Es fanden jedoch in diesem Jahr keine Aktivitäten statt. Damit wurden die Gelder für 2023 zurückgestellt. (siehe auch 3.6 > Plattform «healthybodyimage.ch»)

4 Dank und Schlusswort

Auch in diesem Jahr hat uns der Kanton Bern über die Direktion Gesundheit, Soziales und Integration und Gesundheitsförderung Schweiz finanziell und beratend dabei unterstützt, die Fachstelle weiterführen, unsere gesundheitsförderlichen und präventiven Angebote weiterhin in gewohnter Qualität umsetzen und auch weiterentwickeln zu können.

Der Vorstand Verein PEP, die Fachstellenleitung, die Angebotsleitenden PEP und Mitarbeitenden PEP Teams danken den beiden Organisationen einmal mehr herzlich für das, in uns gesetzte Vertrauen.

Wir danken hier auch gerne den, für uns zuständigen Personen beim Kanton Bern (Karin Baumgartner, Monica Bachmann und Ralph Lutz), bei Gesundheitsförderung Schweiz (Anja Nowacki und Cornelia Waser) für die gute und wertschätzende Zusammenarbeit. Für uns ist dieses Engagement nicht selbstverständlich.

Ohne unsere Kooperations- und Vernetzungspartner*innen, Leistungsträger*innen in weiteren Kantonen, und an allen unserer Arbeit interessierten Partner*innen und Fachpersonen, könnten wir unsere Angebote nicht so erfolgreich umsetzen. Auch ihnen gilt unser Dank. Wir schätzen diese konstruktive Zusammenarbeit sehr.

Auch in diesem Jahr dürfen wir einmal mehr auf viele wunderbare Begegnungen mit Menschen aus unseren Ansprech- und Zielgruppen zurückblicken. Wir danken ihnen für ihre Bereitschaft, sich auf eine Auseinandersetzung und Reflexion mit dem Körper, Emotionen, Essverhalten und weitere PEP Inhalte einzulassen.

Ohne diese könnten wir unsere Arbeit nicht zielführend umsetzen.

Als Fachstellenleiterin gilt mein persönlicher Dank zudem dem Vorstand PEP, der mich in der ganzen PEP-Arbeit mitträgt, mich unterstützt und mir das nötige Vertrauen schenkt. Den Angebotsleitenden und ihren Teams mein herzlichster Dank für Eure tolle und engagierte Arbeit. Nur mit Eurem immer wieder grossartigen Engagement und Eurer Leidenschaft für die Inhalte, Eurer dazu passenden Haltung gelingt es, das PEP seine gesundheitsförderlichen und präventiven Angebote überhaupt sowie dazu erfolgreich und qualitativ hochstehend umzusetzen. Danke auch unserer Sachbearbeiterin, die manchmal ihre liebe Not mit uns PEPlern*innen hat und sich davon nicht unterkriegen lässt.

Auch wieder in diesem Jahr: Danke einfach allen, die für PEP eintreten und unsere Vision:

Eine Welt, in der Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene ein positives Körper- und Selbstwertgefühl entwickeln, mittragen und uns in unserer Rolle: ***Der Verein PEP setzt sich schweizweit für die Prävention von Essstörungen, die Förderung von Gesundheit und genussvollem, ausgewogenem Essen ein***, unterstützen und mittragen.

Für den Jahresbericht 2023 im Auftrag des Vereins PEP

Bern, im März 2024



Brigitte Rychen, Fachstellenleitung PEP

Für den Vorstand:



Beat Furrer, Präsident Verein PEP

(Jahresbericht genehmigt an MV Verein PEP 25. März 2024)