

PEP

Prävention
Essstörungen
Praxisnah
pepinfo.ch

Verein PEP Fachstelle Jahresbericht 2024

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	4
1.1	Personelles	4
	<i>Beat Furrer, Sozialarbeiter FH, Gesamtleiter Schulsozialarbeit; Mitglied der Geschäftsleitung</i>	4
	Amt für Jugend und Berufsberatung Kanton Zürich, Versorgungsregion Süd	4
1.2	Jahresrückblick Verein (Jahresrückblick Präsident Verein PEP Beat Furrer)	5
1.3	Sitzungen Verein und Fachstelle	7
1.4	Mitgliederversammlung	7
2	Fachstelle	8
2.1	Personelles	8
2.2	Jahresrückblick Fachstelle	8
2.3	Aus-/Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen	10
2.4	Klasseninterventionen	11
2.5	Niederschwellige Beratung/Triage Essstörungen	11
	2.5.1 Anfragen Fachstelle für Beratung	12
2.6	Facharbeiten	12
2.7	Öffentlichkeitsarbeit	12
	2.7.1 Webpage	12
	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	17
3	Angebote Fachstelle	19
3.1	Einleitung	19
3.2	Papperla PEP und Papperla PEP Junior (Rückblick Thea Rytz, Renie Uetz und Salome Trabold)	20
3.3	PEP - Gemeinsam Essen (Rückblick Thea Rytz)	22
3.4	Bodytalk PEP (Nicole Heuberger)	23
3.5	Fourchette verte (Rückblick Daniel Messerli)	28
3.6	Mandat Positives Körperbild (HBI) (Rückblick Brigitte Rychen)	32
4	Dank und Schlusswort	33

Das Wichtigste in Kürze

Aus gesundheitlichen und familiären Gründen musste im Verlaufe des Jahres ein Mitglied des Vorstandes mit sofortiger Wirkung zurücktreten. Ein weiteres Vorstandsmitglied hat auf die MV 2024 aus denselben Gründen seinen Rücktritt angekündigt. Der Vorstand verlor damit zwei 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 2024 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 2024 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: PEP Info 11 und PEP Info 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

Sarah Schneider, wohnt in Bern, MSc Psychologin, Psychotherapeutin in Ausbildung

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

Irene Schenk, wohnt in Steffisburg, BSc Ernährung und Diätetik FFHS *Rücktritt aus beruflichen Gründen per MV
2024*

Simone König, wohnt in Bern, Schulsozialarbeiterin, Kreisschule Gäu *Rücktritt aus familiären Belastungsgründen
per MV 2024*

Sekretariat/ Sachbearbeitung und Buchhaltung:

Heidi Husistein Dipl. Sachbearbeiterin, Siebdruckerin mit Eidg. Fachabschluss; Ressourcenorientierter Coach mit
Zertifikat bis Ende September 2024

Diana Reichlin Kauffrau, HR-/Personalassistentin, Ernährungspsychologische Beraterin IKP ab Sept 2024

Revisionsstelle:

LB-Treuhand Zofingen

Mitglieder Verein PEP

Thea Rytz, lic. phil. hist, Körperwahrnehmungstherapeutin, wiss. Assistentin Psychosomatik Inselspital Bern,
Angebotsleitung Papperla PEP (bis Ende 2024) und Angebotsleitung PEP – Gemeinsam Essen

Salome Trabold, Sportwissenschaftlerin MSc, Prävention und Rehabilitation.
Angebotsleitung Papperla PEP

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,
Angebotsleitung Fourchette Verte

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

Nicole Heuberger, Ernährungspsychologische Beraterin IKP, Beraterin im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom,
Angebotsleitung Bodytalk PEP

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

Sophie Frei, Ernährungswissenschaftlerin, selbständig,
Kommunikation PEP/ Newsletter PEP

Brigitte Rychen, MAS P&G, Erwachsenenbildnerin, Lehrerin,
Fachstellenleitung der Fachstelle PEP, Mitglied Team 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 Söllberger 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

1.2 Jahresrückblick Verein (Jahresrückblick Präsident Verein PEP Beat Furrer)

Den Jahresrückblick möchte ich gerne mit einem kurzen Zitat von Oscar Wilde eröffnen; «Gesundheit ist die erste Pflicht im Leben». Eine starke Aussage, wenn man bedenkt, dass diese Sichtweise bereits im Kindes- und Jugendalter eine grosse Herausforderung darstellt und früh auf die Probe gestellt wird. Die Vision des Vereins PEP setzt genau dort an: Wir setzen uns ein für eine Welt, in der Menschen in allen Lebensphasen, insbesondere Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene ein gesundes und positives Selbst- und Körperbewusstsein entwickeln und mit Freude und Genuss ausgewogen essen.

Im Auftrag des Vereins arbeitet der Vorstand wie die Angebote der Fachstelle daran, diese Vision nicht aus den Augen zu verlieren und die Aufgaben darauf auszurichten. Der Vorstand kam im letzten Jahr regelmässig zusammen, um die Aufgaben gemeinsam mit der Fachstellenleitung zu koordinieren, zu beurteilen und Zielsetzungen des Jahres möglichst praxisnah zu bestimmen.

Nach eingehender Prüfung der finanziellen Möglichkeiten und Machbarkeit hat der Vorstand entschieden, die Website als primäre strategische Zielsetzung für die kommenden Geschäfte zu priorisieren und für die Zukunft fit zu machen. Für die Projektleitung wurde Sophie Frei angefragt und beauftragt diese Aufgabe zu übernehmen. Sie

nahm im Frühjahr ihre Tätigkeit auf und wurde tatkräftig von Brigitte Rychen und Nicole Heuberger unterstützt. Vorstand und weitere Angebotsleitende wurden regelmässig über den Stand des Projekts informiert und für die bisherigen Entscheidungen einbezogen. Die neue Website ist auf gutem Weg - Ziel des Projekts ist, die angebotsorientierten Inhalte zu überarbeiten und in einem neuen Kleid praxisorientiert abzubilden. Die Seiten der Angebote sollen einfacher gestaltet und die einzelnen Materialien sowie Medien anwenderfreundlich heruntergeladen werden. Wenn alles nach Plan verläuft, wird die neue Website im Verlauf des 2025, frühestens ab Sommer online gehen.

Leider musste sich der Vorstand an der letzten Mitgliederversammlung von zwei geschätzten Mitgliederinnen verabschieden. Sandra Burkhalter und Simone König gaben aus privaten und gesundheitlichen Gründen ihre Austritte aus dem Vorstand des Vereins bekannt. Der Vorstand wie auch die Fachstellen- und Angebotsleitungen bedauerten die beiden Rücktritte. Beide haben im 2022 nach einer Umbruchphase im Vorstand, die Aufgaben vollumfänglich erfüllt und sich massgeblich dafür eingesetzt, die strategischen Zielsetzungen auszugestalten und nachhaltig mitzutragen.

Im letzten Herbst hat auch Heidi Husistein ihre Anstellung als Sachbearbeiterin gekündigt. Sie konnte bei ihrem anderen Arbeitgeber das Pensum erhöhen. Trotz den zwei Abgängen im Vorstand und in der Administration bleiben wir zuversichtlich, dass die Geschäfte im Vorstand weitergeführt werden können. Die Vakanzen konnte der dezimierte Vorstand so gut es geht bewältigen und die Suche nach neuen Mitgliederinnen lässt auch wieder hoffen. Es sind Gespräche mit möglichen Interessentinnen geführt worden und es sieht danach aus, dass der Vorstand künftig wieder Zuwachs erlangen wird. Auch den Weggang bei der Sachbearbeitung konnte nahtlos ersetzt werden. Mit Diana Reichlin haben wir eine kompetente Nachfolgerin gefunden. Sie kennt bereits die Angebote der Fachstelle PEP und hat die administrativen Aufgaben zielstrebig übernommen. Wir freuen auf die kommenden Aufgaben und Herausforderungen im Vorstand und für den Verein.

Den Rückblick möchte ich passend zum Auftrag von PEP mit einem weiteren Zitat beschliessen: «Unser Körper ist unser Garten, der Wille ist unser Gärtner (William Shakespeare).»

Im Wissen darum, was uns allen bei PEP am Herzen liegt; Kinder und Jugendliche sowie junge Erwachsene in der Schweiz vorausschauend und tatkräftig zu unterstützen sie zu ermächtigen ein möglichst gesundes Ess- und Bewegungsverhalten sowie ein positives Körperbild zu entwickeln, damit sie sich heute und später in ihrem Leben stark und selbstbewusst bewegen können.

In dem Sinne, ein ganz grosses Dankeschön an die umsichtige Fachstellenleitung und an die Angebotsleitenden sowie den gesamten Stab aller Workshopleitenden für ihre wertvolle Arbeit. Der Vorstand ist überzeugt, dass mit ihrer Fachlichkeit und dem persönlichen Engagement gute Voraussetzungen geschaffen werden, um die Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen praxisnah zu erreichen und nachhaltig zu unterstützen.

1.3 Sitzungen Verein und Fachstelle

6 Vorstandssitzungen (davon letzte Sitzung 2023 nachgeholt 4 ordentliche Sitzungen und 1 Zusatzsitzung zu neuer Webpage)

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

4 Fachstellensitzungen

4 Sachbearbeitungssitzungen

7 Austauschitzungen neue Webpage

Div Teamsitzungen in den Angeboten

1.4 Mitgliederversammlung

Am 25. März 2024 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 2023 wurde auf der Webpage PEP aufgeschaltet.

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

Der Vorstand und die Mitglieder mussten an der MV drei Rücktritte aus privaten Gründen zur Kenntnis nehmen.

Der verbleibende Präsident Beat Furrer wurde einstimmig als Präsident des Vorstands bestätigt. Das das vorgängig ad interim gewählte Mitglied Sarah Schneiter wurde einstimmig in den Vorstand gewählt. Die LB Treuhand AG wird einstimmig als Revisionsstelle bestätigt

2 Fachstelle

2.1. Personelles

Leitung Fachstelle:	Brigitte Rychen
Mitarbeit Fachstelle:	Thea Rytz bis Ende 2024
Sekretariat/Buchhaltung:	Heidi Husistein bis Ende Sept. / ab Okt Diana Reichlin
Freie MitarbeiterInnen Fachstelle	Sophie Frei (Kommunikation)
Angebote PEP:	Leitung Beratung: Brigitte Rychen Leitung Papperla PEP: Thea Rytz bis Ende 2024 (Einarbeitung Salome Trabold) 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, Nicole Heuberger

2.2 Jahresrückblick Fachstelle

Mit dem Jahr 2024 können die Fachstellenleitung und die Angebotsleitungen wieder auf einen von Normalität geprägtes Jahr zurückblicken. Unsere bewährten Massnahmen konnten, wie gewünscht und ohne Einschränkungen umgesetzt werden. Die Anfragen bewegen sich wieder auf dem Level der Zeit vor Covid. Teilweise nahm die Anzahl umgesetzte Massnahmen sogar zu.

Daneben konnten Massnahmen in unseren Angeboten auch weiter- und neu entwickelt werden. Das Jahr war jedoch auch geprägt von personellen Veränderungen. Nach vielen Jahren als Verantwortliche für das Angebot Papperla PEP hatte Thea Rytz zu Beginn des Jahres ihren Rücktritt per Ende 2024 angekündigt. Da sich keine interne Lösung anbot, wurde die Stelle für Angebotsleitung Papperla PEP in unserem Netzwerk ausgeschrieben. Mit Salome Trabold konnte in Zusammenarbeit mit dem Papperla PEP Team eine Nachfolgerin für Thea Rytz gefunden und gewählt werden. Salome Trabold bringt durch ihre langjährige berufliche Erfahrung auf der Abteilung Prävention im Gesundheitsdepartement Basel-Stadt, zuletzt als Leiterin der Geschäftsstelle des Kantonsarztes Basel-Stadt, fundierte Kenntnisse in der Präventionsarbeit mit. Sie wurde in diesem Jahr inhaltlich durch Thea Rytz vorbildlich in die Inhaltlichen Aufgaben als Angebotsleitung eingearbeitet.

Thea Rytz hat per Ende Jahr auch ihre Stelle als Mitarbeiterin der Fachstelle gekündigt. Nicole Heuberger und Sophie Frei werden ab 2025 die Fachstellenleitung im Rahmen dieser Anstellung im Rahmen von Mandaten unterstützen.

Mit dem Jahresbeginn hat Nicole Heuberger die Gesamtleitung von Bodytalk PEP übernommen. Sie wird einzig in einem Teil der Administration durch Brigitte Rychen vorläufig noch weiter unterstützt.

Im Sommer erhielten wir von Heidi Husstein nach nur zwei Jahren die Kündigung. Sie hat ihre Stelle als Sachbearbeiterin bei PEP aufgrund der Möglichkeit, ihr Pensum bei ihrem anderen Arbeitgeber zu erweitern, gekündigt. Mit Diana Reichlin haben wir intern eine Nachfolgerin gefunden. Für uns ein Glücksfall, da Diana Reichlin zum einen Kenntnisse als Sachbearbeiterin mitbringt und zum andern PEP und damit unsere Strukturen durch ihre Mitarbeit im Bodytalk PEP Team schon kennt. Sie hat sich bereits sehr gut in den neuen Aufgabenbereich eingearbeitet.

Leider traten aus bereits unter 1.1 und 1.4 genannten Gründen drei Mitglieder des Vorstandes an der Mitgliederversammlung zurück. Dank der guten und auf Vertrauen basierenden Zusammenarbeit zwischen den beiden verbleibenden Vorstandsmitgliedern und der Fachstellenleitung konnte die Zielsetzung 2024 erreicht werden. Das Projekt Redesign der Webpage ist auf Kurs und wird 2025 abgeschlossen sein mit dem Ziel einer besseren Benutzerfreundlichkeit und Übersichtlichkeit. Bei der Entwicklung der Struktur der neuen Webpage haben Vorstand, Fachstellenleitung und Angebotsleitungen phasenweise intensiv zusammengearbeitet. Sophie Frei, frühere Präsidentin Verein PEP, hat die Projektleitung übernommen. Wanzenried und Partner konnten für die Umsetzung gewonnen werden.

Eine Prüfung der strategischen Stossrichtung des Vereins hat gegen Ende des Jahres stattgefunden. Der Vorstand wird die damit verbundenen Zielsetzungen zusammen mit der Fachstellenleitung im kommenden Jahr weiterverfolgen. Zudem werden sich Vorstand und Vereinsmitglieder erneut auf die Suche nach neuen Vorstandsmitgliedern machen.

Im Rahmen der Organisationsentwicklung PEP haben die Angebotsleitungen von Papperla PEP und Bodytalk PEP in diesem Jahr zusammen mit der Fachstellenleitung Auftragsvereinbarungen für die Teams der beiden Angebote er- und bearbeitet. Diese werden auf den 1. Januar 2025 in Kraft treten. Im Angebot Fourchette verte sind diese Vereinbarungen schon länger Usus, die Erfahrungen damit gut. Sie schaffen Klarheit und beidseitig Verbindlichkeiten. Die Auftragsvereinbarungen für die weiteren Angebote folgen im Jahr 2025.

Die Weiterbearbeitung und Entwicklung des Handbuchs «PEPINFO» für die Mitarbeitenden der Fachstelle PEP und in den Angeboten konnte weiter vorangetrieben werden und ist auf Kurs.

Die Angebotsleitungen haben der Fachstellenleitung alle verbindlichen Berichterstattungen und Abrechnungen verlässlich zugestellt. Diese konnten damit zusammen mit den Berichten der Fachstelle allen Leistungsträger fristgerecht eingereicht werden. Anträge/Betragsgesuche für die Unterstützungsgelder 2025 des Kantons an die Fachstelle wurden eingereicht und genehmigt.

Auch in diesem Jahr erschien im Frühjahr und Herbst je ein Newsletter «PEPINFO», durch die Angebotsleitungen inhaltlich erarbeitet und zusammengestellt durch unsere Kommunikationsverantwortliche PEP Sophie Frei.

Im März fand das PEP-Gesamtteam-Treffen statt. Thea Rytz und das Papperla PEP Team haben uns einen unvergesslichen Abend beschert und dem Motto: Let`s Dance.

Die Fachstellenleiterin ist auch die Leiterin der niederschweligen Beratung. Sie berichtet unter 2.5 dieses Berichts mehr über die Umsetzung des Angebots

2.3 Aus-/Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen

Umsetzung/ Mitgestaltung von Veranstaltungen durch PEP-Fachpersonen

KAP Tagung GFCH (fand in diesem Jahr keine statt)

Vernetzungstreffen KAP BE (fand in diesem Jahr nicht statt.

Fachtagung Komplementärmedizin an der Psychiatrie St. Gallen

Hauptreferat zu: berührt werden – berührt sein 3.9.2024

Thea Rytz

HAFL Tagung passion for food 18.6.2024

Thea Rytz, Martin Ulrich

Netzwerktreffen KAP ZH 23.09.2024

Thea Rytz

Kurse Ausbildung FABE K Kanton Bern 19

Brigitte Rychen

Weiterbildung für Lehrpersonen Kt. Bern 6

Papperla PEP Team

Weiterbildung für Betreuungspersonen Kita Kt. Bern 2

Renie Uetz

Weiterbildung für Lehrpersonen Kt. Zürich 1

Papperla PEP Team

Weiterbildung für Lehrpersonen Basel 1

Papperla PEP Team

Weiterbildung für Lehrpersonen Kt. Graubünden 2

Th. Rytz, Renie Uetz

Online-Weiterbildung für Lehrpersonen ganze CH 1

Veronica Grandjean & Christina Meyer

Lehrpersonen/Kita Purzelbaum rund um stark
Zürich, Chur 2

Renie Uetz

Fachpersonen Betreuung Kita
Fachpersonen Spielgruppen Kanton Solothurn 2

Renie Uetz & Nadine Muralt

Tageseltern Kt. Schaffhausen 1

Renie Uetz

Fachpersonen Betreuung Kita Kanton Luzern 2

Renie Uetz & Nadine Muralt

Fachpersonen Betreuung Kita/ Tagesschule, Kt. BE 4

Thea Rytz, Martin Ulrich

Fachpersonen Betreuung Kita/ Tagesschule, Kt. ZH 3

Thea Rytz, Nicole Heuberger

Team Weiterbildungen Tagesschule, Kt. BS 1

Thea Rytz

Fachpersonen Betreuung Tagesschule, Kt. SZ 1

Thea Rytz, Martin Ulrich

Team Weiterbildungen Tagesschule Kt. Thurgau 1

Rahim Lascandri

Team Weiterbildungen Tagesschulen/Kita Kt. Aargau 4

Rahim Lascandri

Info/Sensibilisierung/Weiterbildung
In div Organisationen zu HBI gemäss Bericht HBI 3

Brigitte. Rychen

Info/Sensibilisierung/Weiterbildung
In div Organisationen zu HBI gemäss Bericht HBI 3

Roland Müller

Workshop an der Jahrestagung Deutschen Gesellschaft für Phlebologie und Lymphologie Freiburg i.B.	1	Brigitte Rychen
Lehrveranstaltung Ausbildung Lehrpersonen PH Zürich	4	Brigitte. Rychen
Lehrveranstaltung Ausbildung Lehrpersonen PH Bern	2	Brigitte. Rychen
Elternveranstaltungen Bern und Sarnen	4	Brigitte Rychen
Elternveranstaltung Ittigen	2	Nicole Heuberger
Weiterbildungen SSA Zürich und Köniz	2	Brigitte Rychen
Weiterbildung Zuwebe Zug	1	Brigitte Rychen
Weiterbildung Autismushilfe Ostschweiz	1	Sandra Burkhalter
Weiterbildung Schule Lehrpersonen Schule Milchbuck Zürich	1	Nicole Heuberger
KAP SH Event zu Spiegelbilder	1	Nicole Heuberger

2.4 Klasseninterventionen

In diesem Jahr fanden eine Klasseninterventionen im Gymnasium Immensee statt. Wir haben zwei weitere Anfragen erhalten Diese konnten aufgrund von Schweigepflicht nicht umgesetzt werden. Wir können in einer Klasse nicht intervenieren, wenn in Klasse betreff betroffener Personen vorgängig nicht informiert werden darf. Eine SSA haben wir ausgebildet, damit sie selber Klasseninterventionen anbieten kann.

2.5 Niederschwellige Beratung/Triage Essstörungen

Mit 84 Kontaktaufnahmen haben wir in diesem Jahr die Zielsetzung von (100) nicht ganz erreicht.

Anfragen kamen zu Personen aus unterschiedlichen Altersgruppen:

Unter 8 Jahren	1 Anfrage
8-12 Jahre	6 Anfragen
12-15 Jahre	24 Anfragen
15-19 Jahre	18 Anfragen
19-25 Jahre	19 Anfragen
> 25 Jahre	17 Anfragen

Für die Bearbeitung der Beratungsanfragen musste im Schnitt jedoch wieder mehr Zeit aufgewendet werden als in den Vorjahren. Zeitintensiv ist die Unterstützung der Betroffenen und/oder deren Angehörigen bei der Suche nach

Therapieplätzen. Der Mangel an solchen Plätzen und an Fachpersonen war in diesem Jahr noch deutlicher spürbar als bis anhin schon.

Gerade für Eltern vorab Mütter besteht oft ein grosses Bedürfnis an einem wiederholten Austausch mit einer Fachperson. PEP bietet diesen nach Möglichkeit an, um auch das Umfeld der Betroffenen möglichst gut zu begleiten und auch bei der Selbstfürsorge zu unterstützen.

Wir haben auch die Leiterin eines Fitnessstudios unterstützt, in deren Studio eine Frau mit einer ausgeprägten Magersucht trainiert hat.

Weiter ging es auch in diesem Jahr verschiedentlich wieder darum, getrenntlebende Eltern dabei zu unterstützen, einen gemeinsamen Weg im Umgang mit der Essstörung des Kindes zu finden.

Wir haben in diesem Jahr auf Wunsch auch online-Beratung angeboten. Diese Möglichkeit wurde fünfmal genutzt.

2.5.1 Anfragen Fachstelle für Beratung

Total Kontakte /Anfragen	84
Aufgeteilt nach Essstörungsformen	
Magersucht	50
Orthorexie	02
Bulimie	13
Binge Eating Disorder	02
Übergewicht/Adipositas	03
Muskelsucht/Fitnesssucht	02
Div. Anfragen zu Essverhalten	12

2.6 Facharbeiten

ExpertInnen der Fachstelle PEP haben in diesem Jahr Lernende/Studierende aus den Altersgruppen 12-15 Jahre (1Arbeit), 15-19 Jahre (4 Arbeiten) und 19-25 Jahre (5 Arbeiten) bei ihren Arbeiten zu fachstellenrelevanten Themen begleitet und unterstützt. Formen: Interviews, Vermittlung von Informationen, Beratung oder Austausch zum Thema der Arbeit.

Anzahl: 10

2.7 Öffentlichkeitsarbeit

2.7.1 Webpage

Die PEP-Webpage www.pepinfo.ch wurde im Jahr 2024 serverseitig insgesamt 193`926-mal aufgerufen.

In diesem Jahr wurde im Auftrag und in Zusammenarbeit mit dem Vorstand das Projekt «Redesign der Webpage» gestartet. Ziel: Bessere Benutzerfreundlichkeit und Übersichtlichkeit. Sophie Frei (Kommunikation PEP) hat die

Projektleitung übernommen, unterstützt durch das Projektteam Nicole Heuberger und Brigitte Rychen wie auch durch die Angebotsleitungen und den Vorstand.

Das Projekt wird von der Kommunikationsagentur *Wanzenried & Partner* begleitet und umgesetzt.

Wir sind Ende Jahr auf Kurs und werden das Projekt im Frühjahr/Frühsummer 2025 nach Möglichkeit abschliessen.

Die PEP-Webpage wurde durch die Fachstellenleitung und die Angebotsverantwortlichen laufend aktualisiert.

2.7.2 Newsletter

Im Mai wurde PEPInfo13 und im Oktober PEPInfo14 verschickt.

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

Die diesjährigen Newsletter informierten zu

- atypischen Essstörungen und Essstörungen am Arbeitsplatz, Körperbildern im Netz und zu Körperkommentaren,
- dem Sachbuch « Wie sehe ich den aus? Warum es normal nicht gibt»,
- zum Thema, was liegt dir auf dem Magen aus dem Angebot Papperla PEP,
- über die Evaluationsergebnisse Bodytalk PEP
- der Zusammenarbeit von Nicole Heuberger mit Feelok zu einem für die Schweiz adaptiertes Online Quiz, zu Stress mit Schönheitsidealen und Beauty-Filtern im Netz.

2.7.3 Anfragen an PEP – ExpertInnen

Medianfragen: 12

12.01.2024

SRF Einstein Das Fitness Experiment Roland Müller

30.01. 2024

Podcast zu Körperlichkeit und Essstörungen Thea Rytz

<https://podcasts.apple.com/de/podcast/46-thea-rytz-selbstwahrnehmung-eintauchen-in-die-eigenen/id1562120976?i=1000643719665>

Februar 2024

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

05.02.2024

NAU Nicola Aerschmann zu Ohne Zucker leben > weitervermittelt an Fachperson

27.03.2024

20 Minuten Männer mit Essstörungen Roland Müller

April 2024

WIR ELTERN

Bin ich schön genug Brigitte Rychen

<https://www.wireltern.ch/artikel/koerpergefuehl-bin-ich-schoen-genug-0424>

26.04.2024

Berner Anzeiger- Mann schau dich nur an Roland Müller

<https://www.anzeigerbern.ch/gesellschaft/665-mann-schau-dich-nur-an>

01.05.2024

SRF-Hintergrundmagazin «10 vor 10» einen Beitrag zum Thema «Umgang mit Schönheitsidealen auf Social Media» - dies im Rahmen der Jugendmedienwoche «YouNews», Nicole Heuberger > wurde nicht gesendet

Juli 2024

P&G Magazin Körperbild Brigitte Rychen

<https://www.pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/HBI/Magazin-P-G-Juni-2024.pdf>

18.09.2024

Schweizer Bauer [Das perfekte Leben der anderen](#) Brigitte Rychen

<https://www.pepinfo.ch/media/docs/Projekte-PEP/HBI/suk-hafa-fitnesswahn-1.PDF>

07.10.2024

SRF Gesundheitsformat Puls Anfrage für Hintergrundinformationen von Joel Bauman zu Orthorexie > Nicole Heuberger und Michelle Widmer

September 2024

Mannschaftsmagazin CH Roland Müller (print only)

25.10.2024

CH Media Moana Mika. Podcast Roland Müller > wurde nicht veröffentlicht

01.11.2024

Movember Podcast Roland Müller

https://de.linkedin.com/posts/roland-m%C3%BCller-2a390183_movember-podcast-folge-1-mit-dr-phil-activity-7263250753899712513-6P_k

November 2024

Interview SRF Puls Orthorexie Nicole Heuberger (Sendung 06. Jan 2025)

2.7.4 Teilnahme an Sitzungen/ Tagungen/ Vernetzungstreffen und Weiterbildungen

- 3 Vorstandssitzungen Verein PEP
- 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
- 4 Netzwerktreffen B&G (Bildung und Gesundheit)
- Bodytalk Teamtreffen
- 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
- Mitgliederversammlung SGES mit Fachreferat 16.Mai 2024 UHZ Culmannstrasse
- Div Sitzungen mit Fachpersonen

Tagungen

- KAP Tagung GFCH fand 2024 nicht statt
- Jahrestagung der deutschen Gesellschaft für Phlebologie und Lymphologie (Workshop zu Körperbild)

Vernetzungstreffen

- Netzwerktreffen KAP ZH
- Netzwerktreffen KAP BE (nicht statt)
- 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

- Weiterbildung Borderline (Brigitte Rychen) 24.04.2024 Spital Thun
- Therapietool Emotionsregulation, Stärkearbeit, Selbstwert bei Kindern und Jugendlichen
- Psychische Gesundheit bei jungen Frauen
<https://gesundheitsfoerderung.ch/news/gesundheitsfoerderung-und-praevention-allgemein/psychische-gesundheit-von-jungen-frauen>
- Spiegelbilder
- Energiekreis und Regulation von Emotionen
- Keine psychische Gesundheit ohne Essen
- Wie können Jugendliche für Gesundheitsförderungsmassnahmen erreicht werden
<https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2022-12/Wie%20k%C3%B6nnen%20Jugendliche%20f%C3%BCr%20Gesundheitsf%C3%B6rderungsbotschaften%20erreicht%20werden.pdf>

2.8 Vernetzung

- Kooperation mit Inselspital Bern Fachbereich Psychosomatik Lory-Haus
- Kooperation mit ZESA Spital Langenthal (Kompetenzzentrum für Essverhalten, Adipositas und Metabolismus)

- Kooperation mit AES (Arbeitsgemeinschaft für Essstörungen)
- Schweizerische Gesellschaft für Essstörungen – SGES
- 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 hautstigma.ch
- Kooperation mit INFES in Bozen
- Kooperation mit Institut für Suchtprävention Linz /Violetta Palka
- Einsitz im Vernetzungstreffen Essstörungen Schweiz
- Einsitz Netzwerktreffen Essstörungen Kanton Bern
- 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
- Zusammenarbeit fourchette verte Schweiz
- Zusammenarbeit mit der Redaktion der Fachzeitschrift 4bis8 für Kindergarten und Unterstufe
- Patronat für Inhalte zu Essstörungen auf Feel ok
- Zusammenarbeit mit 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

Inhaltliche Anpassungen Modul1 im ÜK «Essen als Betreuungselement» für Lernende Fachpersonen Kinderbetreuung im Auftrag von Oda Soziales Kanton Bern.

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)

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“

Gerne würde ich bei Ihnen «you are beautiful» Kleber bestellen. Ein super Projekt!

Sarah Röthlisberger, Psychologin

3 Angebote Fachstelle

3.1 Einleitung

Die Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern (GSI) unterstützte in diesem Jahr nebst der Fachstelle und die niederschwellige Beratung auch weiterhin unsere bekannten PEP-Angebote: Papperla PEP, PEP Gemeinsam Essen, Bodytalk PEP, Fourchette verte Junior und neu Fourchette verte senior@home.

Gesundheitsförderung Schweiz finanzierte über den Rahmenvertrag Angebotsförderung 2023-2025 auch in diesem einen Teil der Arbeit der Fachstelle und der Angebote. Papperla PEP, PEP Gemeinsam Essen und Bodytalk PEP. Die erhaltenen Gelder dienen zur strategischen und inhaltlichen Weiterentwicklung der Angebote. Über Leistungsvereinbarungen mit diversen Kantonen und Organisationen konnten wir zudem unsere Angebotsmassnahmen für die Zielgruppen Kinder, Jugendliche und deren Umfeld umsetzen. Über Fourchette verte Senior@home erreichen wir im Kanton Bern zudem auch die Altersgruppe Senioren.

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) wurden auch in diesem Jahr wirksam umgesetzt, wie Rückmeldungen immer wieder zeigen. Damit konnten die gesetzten Ziele wiederum erreicht werden.

Veranstaltungen und Weiterbildungen für MultiplikatorInnen wurden teilweise auch wieder online umgesetzt Das Angebot HBI (Healthy Body Image) wurde erneut über ein Mandat an PEP von Gesundheitsförderung Schweiz grundfinanziert. Zusätzliche Einnahmen konnten wie bei den Angeboten auch, über Kostenbeteiligungen der Veranstaltenden generiert werden.

Im Auftrag von Oda Soziales Bern setzte PEP einmal mehr wieder zahlreiche Module in den ÜK's der Lernenden Fachperson Kinderbetreuung um. In die Module sind Haltung, Methodik und Inhalte aus den Angeboten Papperla PEP + Junior, PEP Gemeinsam Essen, Bodytalk PEP sowie zu Healthy Body Image integriert Die Lernenden sind damit selbst sowohl Zielgruppe von PEP-Massnahmen und wie auch 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 (Rückblick Thea Rytz, Renie Uetz und Salome Trabold)

Seit August hat sich Salome Trabold, die Nachfolgerin von Thea Rytz, in alle Bereiche der Angebotsleitung Papperla PEP eingearbeitet. Sie übernimmt die Angebotsleitung Papperla PEP ab Januar 2025.

Papperla PEP hat 2024 in vier Kantonen die Weiterbildung in vier Modulen angeboten: Bern (17 & 22 TN), Basel (15 TN), Zürich (15 TN), Klosters & Chur (18 TN). Am IWB der PH-Bern konnte zusätzlich eine Weiterbildung durchgeführt werden (12 TN). Lehrpersonen von Purzelbaum konnten im Rahmen von „rund um stark“ in Chur eine Papperla PEP Weiterbildungen besuchen (18 TN). Im September hat Papperla PEP eine online Weiterbildung zum Thema: «Was weiss ich über meinen Körper» veranstaltet (26 TN). An der PH Zürich wurden die drei Vorlesungen für Studierende erneut (320 TN) als vertonter online-Vortrag angeboten.

Christa Reusser und Renie Uetz haben ein Konzept für Elternarbeit entwickelt, das 2025 in einem Pilotprojekt erprobt werden soll.

Aus der Evaluation von Purzelbaum „rund um stark“ im Kanton Graubünden, Nov. 2024 (Renie Uetz)

Toll! Sehr kurzweilig, abwechslungsreich, Danke

Angenehme Führung, kurzweilig, praxisbezogen, übertroffen, beschenkt mit vielen guten Inputs

Ich fand es super, dass vor allem auf die eher negativen behafteten Gefühle (Wut, Trauer) eingegangen wurde. Für Freude, Glück etc. ist es einfacher und gibt es bereits mehr Material.

Sehr gute Stimmung und coole Inhalte welche selbst ausprobiert und erlebt werden können

Habe mich sehr wohl gefühlt vielen Dank. War super.

Die Materialiensammlung Papperla PEP, Körper und Gefühle im Dialog wird von Papperla PEP nachgedruckt und als Kursmaterial abgegeben, sowie zum Selbstkostenpreis verkauft. 2024 haben wir 83 Materialiensammlungen und 50 Audio CDs Tag für Tag so vertrieben. Die sprachlich vereinfachten Sequenzen für fremdsprachige Kinder wurden 2024 fertiggestellt und gelayoutet und als Kursunterlagen verwendet. Papperla PEP verschickt einmal pro Jahr einen Newsletter an alle ehemaligen Teilnehmer*innen der Weiterbildungen (855). Papperla PEP hat 2024 einen Artikel zu Körperwahrnehmung Essen und Verdauen in der Zeitschrift 4bis8 publiziert: «Wohin geht die Himbeere?».

Papperla PEP Junior

Die Papperla PEP Junior Weiterbildung wurde 2024 im Kanton Basel (2 Staffeln 38 TN) im Kanton Solothurn (Kita/Spielgruppenleiterinnen 32 TN) und im Kanton Schaffhausen (Tageseltern 16 TN) durchgeführt.

Im Kanton Bern fand die 4. Staffel des Fördermoduls Primano statt (16 TN). Zudem leitete Renie Uetz ebenfalls im Kanton Bern zwei eintägige Teamweiterbildungen in der Kita Bolligen (16 TN) zum Thema Konflikte und in einer

Kita in Thun (20 TN) zum Thema Emotionsregulation. Im Kanton Luzern wurde Papperla PEP Junior «Bewegung in Beziehung» angeboten (40 TN). Das Modul zu sozial-emotionalen Kompetenzen im Rahmen von «Purzelbaum rund um stark» an Kitas wurde in Zürich durchgeführt (19 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.

2025 sind im Kanton Basel und Solothurn weitere Staffeln Papperla PEP Junior geplant. Im Kanton Bern findet die 5. Staffel primano statt. Die 1. Staffel Kita/Spielgruppe soll im Herbst 2025 starten. Ebenfalls in Planung ist eine Multiplikation der Inhalte innerhalb des Frühförderungsprogramms des Gesundheitsdienstes der Stadt Bern unter der Leitung von Eliza Spirig. Das Modul Papperla PEP Junior «Bewegung in Beziehung» wird im Kanton Uri und St. Gallen stattfinden.

3.3 PEP - Gemeinsam Essen (Rückblick Thea Rytz)

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. Martin Ulrich, Sozialpädagoge, Heimleiter und ehemaliger Tagesschulleiter in Thun hat sich bis Mitte 2024 eingearbeitet, indem er mehrere Veranstaltungen, die Thea Rytz durchgeführt hat, assistiert hat. Im Sommer 2024 heben Martin und Thea Tagesschulen in Bern und Zollikofen besucht und Mitarbeitende sowie Kinder zum «offenen Restaurant» interviewt. Ab Herbst hat Martin selbständig Weiterbildungen durchgeführt. Rahim

PEP-Teamweiterbildung in zwei Modulen

- Kanton Bern, Kita Viktoria (16 TN)
- Kanton Thurgau, Kita/Chinderhuus Sunnehof Romanshorn (24 TN)
- Kanton Schwyz, Küssnacht Chinderhuus (28 TN)
- Kanton Aargau über Kinder & Familien, Kita Domino in Zofingen Aargau (15 TN)

PEP-Teamweiterbildung in einem Modul

- Kanton Bern, Grossaffoltern (6 TN), Tagesschule Leubringen (20 TN)
- Kanton Basel, Stromboli, online (8 TN)
- Kanton Zürich, zwei Weiterbildungen für Praxisassistentinnen in Tagesschulen am bke (19 TN & 6 TN)
- Kanton Aargau über Kinder&Familien, Kita Fruchtzwerge Bremgarten (16 TN), KITS GmbH Staufen (12 TN aus drei verschiedenen Tagesstruktur-Institutionen), Kita Staufen, (14 TN)

Sensibilisierungsveranstaltung & Fachsitzungen

- Kanton Zürich, Zürichberg (22 TN)
- Kanton Bern, Fachtagung HAFL (Workshop 16 TN / Tagung 200), 3 Sitzungen Zertifizierungskommission fourchette verte (8 TN)

Im Jahr 2025 wird das Handbuch überarbeitet, insbesondere durch Erfahrungen und Haltungen rund um das selbstbestimmte Essen im Rahmen von «offenen Restaurants» ergänzt. In diesem Zusammenhang vertiefen wir die Zusammenarbeit mit der PH-Bern, IWB (Helen Gebert, Tobias Ulrich) und PH Zürich, Quintas und ZHAW Andrea Scholian. Erstmals werden wir über KibeSuisse auf PEP Gemeinsam Essen aufmerksam machen. Im Kanton Bern schreiben wir zudem Tagesschulen, sowie Kitas direkt an.

3.4 Bodytalk PEP (Nicole Heuberger)

Übergabe Angebotsleitung

Anfang 2024 hat Brigitte Rychen die Angebotsleitung an Nicole Heuberger übergeben. Im Berichtsjahr stand dann die Überprüfung und Umsetzung der, aus der Wirkungsevaluation vorgeschlagenen Weiterentwicklungsmassnahmen im Fokus. Erste konkrete Anpassungen wurden umgesetzt oder aufgegleist mit Wirkung Anfang 2025. Mehr dazu unter «Weiterentwicklung Bodytalk PEP».

Auch dieses Jahr wurden wir wieder von diversen Studierenden angefragt für die Mithilfe bei ihren Abschlussarbeiten. Z.B. konnten wir im Berichtsjahr zwei Studierende der Berner Fachhochschule Soziale Arbeit bei ihrer wissenschaftlichen Arbeit über das Thema Präventionsarbeit gegen Essstörungen unterstützen. So möchten sie u.a. mit einer Umfrage bei Lehrpersonen aus dem Kanton Bern, wo ein Bodytalk PEP Workshop durchgeführt wurde, mehr über den Zugang und die Vereinbarkeit von Präventionsarbeit und dem Lehrplan 21 erfahren.

Bodytalk PEP Team

Im Januar 2024 versammelte sich das Bodytalk PEP-Workshopteam in Bern für ihr jährliches Teamtreffen wo nebst dem Austausch jeweils Aktualitäten sowie die verschiedenen Weiterentwicklungsmassnahmen traktandiert werden.

Die Nachfrage nach Bodytalk PEP-Workshops war auch im Berichtsjahr wieder hoch. Wir sind froh, dass wir mit unserem 13-köpfigen Team die Kapazität hatten, alle Anfragen umsetzen zu können. Leider verlässt Rebekka Bertschi aus Kapazitätsgründen per Ende 2024 unser Team, womit wir ab 2025 noch 12 Workshopleitende zählen. Roland Müller unterstützt das Team weiterhin bei Bedarf.

Bodytalk-Workshops _ Feedback aus Biel

Antworten von Teilnehmenden eines Bodytalk PEP Workshops in Biel auf die Frage "Was hat Ihnen gefallen?":

Bewertung 1-10	Was hat Ihnen am Inhalt des Ateliers gefallen?	Würden Sie das Atelier zukünftigen Schüler*innen weiterempfehlen (1=gar nicht, 10 = ganz klar)?
5	Sie hat nicht nur geredet sondern hat uns auch mit einbezogen	5
9	Alles, meistens unsere Coach, sie war sehr nett	7
6	Die Atmosphäre war sehr angenehm und ich habe mich wohlfühlt. Ausserdem war es spannend	9
4	War nicht das was ich erwartet hatte.	3
8	das man viel gesprochen hat und man für nichts ausgelacht wurde	10
7	tout	8
9	Le fait de ne pas avoir été trop nombreux.	10
10	J'ai appris à m'aimer comme je suis.	10
9	La gentillesse de la présentatrice, la liberté pour parler. C'est intéressant les activités.	10
10	Alles	10
9	Alles	9
8	Alles	7
9	Le fait que tout le monde parle	10
7	La dame était trop happy.	8

Umsetzung Workshops kantonal

Es konnten im Kanton Bern 45 Workshops für Jugendliche Sek1 und 2 umgesetzt werden. Erreichte Jugendliche: 761 (436 weiblich, 325 männlich). Erreichte Lehrpersonen/Schulsozialarbeitende über Workshops 29.

Umsetzung Workshops national

Insgesamt setzte das Bodytalk PEP Team auf nationaler Ebene (Deutschschweiz) 142 Workshops um und erreichte damit insgesamt 2378 Kinder und Jugendliche. 3 Workshops konnten nicht stattfinden.

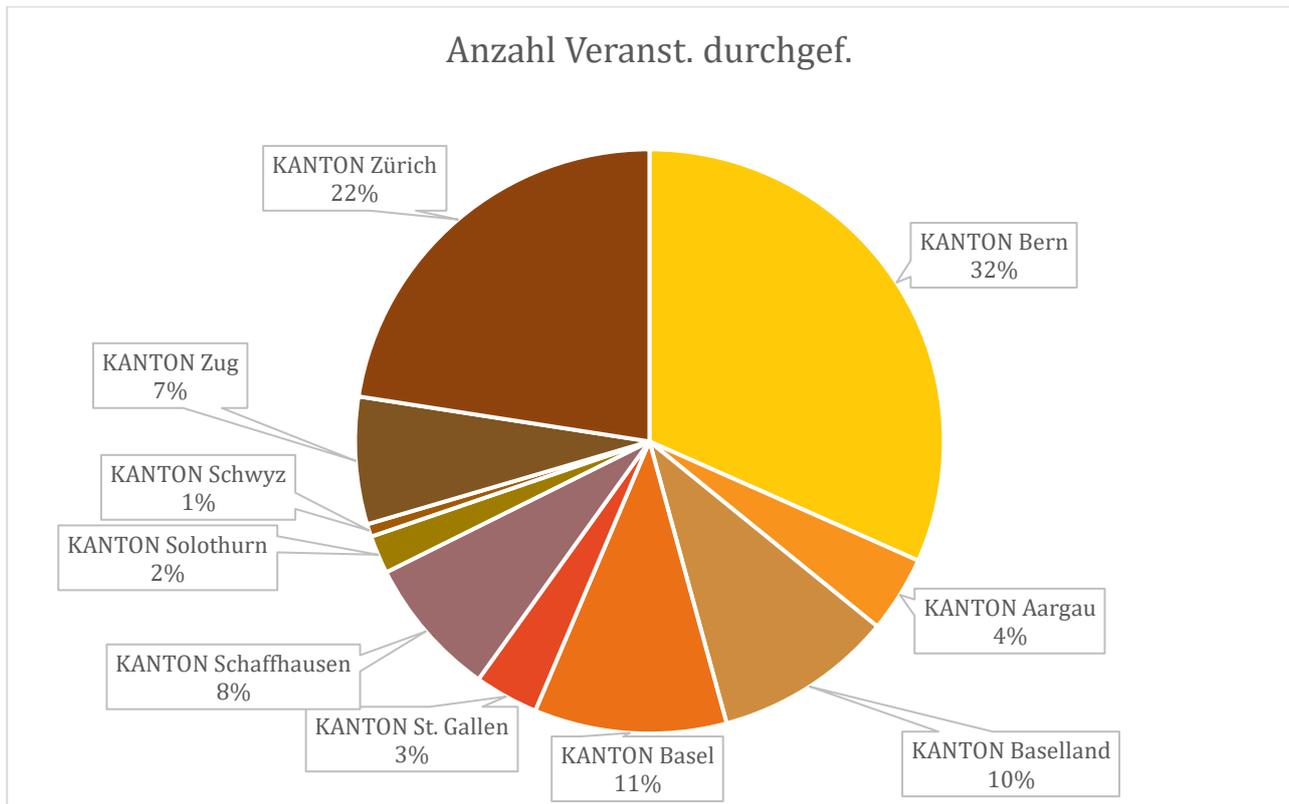
Erreichte Jugendliche (Sekstufe 1 und 2) 2323, davon 1254 weiblich 1068 männlich sowie 1 divers.

Bei den Kindern konnten wir in 3 Bodytalk Junior-Workshops 55 Kinder im Alter von 8-12 Jahren erreichen.

Insgesamt erreichte Lehrpersonen/Schulsozialarbeitende über Workshops 106.

Im Vergleich zum Vorjahr bewegen wir uns mit diesen Kennzahlen plus/minus im gleichen Rahmen, auch was die kantonale Verteilung der Workshops betrifft.

Verteilung Anzahl umgesetzte Workshops 2024 nach Kantonen.



Leistungsvereinbarungen zur Umsetzung von Workshops und Angebotsförderung

Im Berichtsjahr bestehen weiterhin Leistungsvereinbarungen mit 8 Kantonen zur Umsetzung von Bodytalk PEP. Jene Vereinbarungen, welche Ende 2024 regulär auslaufen, werden erfreulicherweise voraussichtlich im Jahr 2025 erneuert. Konkret betrifft dies Kanton Bern, Kanton Schaffhausen, Kanton Zürich, Kanton St. Gallen, Kanton Baselland.

Wir sind dankbar, dass wir auch im Jahr 2024 für Bodytalk PEP die Kooperationsvereinbarung mit der Firma Dove weiterführen konnten. Dadurch können Schulen in Kantonen ohne Leistungsvereinbarung Workshops zu einem tragbaren Preis umsetzen können.

Die aus der Angebotsförderung von Gesundheitsförderung Schweiz erhaltenen finanziellen Mittel wurden für die Teamzusammenarbeit, Weiterentwicklungsmassnahmen, Akquirierungs- und Vernetzungsarbeiten sowie weitere Aufgaben auf der strategischen und operativen Ebene (keine Umsetzung von Workshops) finanziert.

An dieser Stelle bedanken wir uns herzlich bei allen Unterstützenden für die gesprochenen Mittel, und das uns entgegenbrachte Vertrauen!

«Am Workshop Bodytalk PEP durfte ich hautnah miterleben, wie die Jugendlichen sich kritisch und lebhaft mit Themen wie Schönheitsidealen, Essverhalten und eigenen Ressourcen auseinandergesetzt haben – danke für diesen spannenden Einblick!» Anika Rothenbühler, Projektleiterin Kantonale Aktionsprogramme, GFCH Bern – Dezember 2024

Weiterentwicklung Bodytalk PEP

Im Schlussbericht der Wirkungsevaluation, welche im Auftrag der Gesundheitsförderung Schweiz 2021-2023 durchgeführt wurde, sind verschiedene Weiterentwicklungsmassnahmen für Bodytalk PEP vorgeschlagen.

- Faktenblatt 93 Deutsch: <https://gesundheitsfoerderung.ch/node/8974>
- Feuille d'information 93 Französisch: <https://promotionsante.ch/node/8974>

Die Angebotsleitung von Bodytalk PEP hat im Berichtsjahr zusammen mit einem Kernteam die vorgeschlagenen Massnahmen überprüft und teilweise bereits umgesetzt. Im Fokus der Weiterentwicklungsideen standen:

inhaltliche Aktualisierung / Partizipation SuS / Interaktivität / Förderung Nachhaltigkeit (Vor- & Nachbereitung).

Unter anderem wurde im Berichtsjahr bereits umgesetzt:

- Online Quiz «Stress pur- Schönheitsideale & Beauty-Filter»: https://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/ich_und_mein_gewicht/start/stress-pur/quiz-schoenheitsideale.cfm
Mit dem Quiz können Inhalte des Bodytalk-Workshops interaktiv von den SuS vertieft werden. Das Quiz wurde adaptiert durch den Verein PEP mit freundlicher Genehmigung von saferinternet.at. Es läuft seit Oktober 2024 über die Plattform von feel-ok.ch und wurde bereits rege genutzt, wie Zugriffszahlen von



Stress pur: Schönheitsideale & Beauty-Filter

Welchen Einfluss haben Instagram, TikTok & Co. auf unsere Selbstwahrnehmung? 😬 Warum zeigen wir uns in sozialen Netzwerken immer nur von unserer besten Seite ✨ und gibt es überhaupt noch unbearbeitete Bilder?

Adaptiert durch den Verein PEP mit freundlicher Genehmigung von saferinternet.at

▶ Los geht's

feel-ok zeigen.

- Thema Diversity
Das Team hat sich mit dem Thema Diversity auseinandergesetzt. Es wurde überprüft, ob und inwieweit die Fragekarten oder Inhalte des Bodytalk PEP Workshops bezüglich diversen Geschlechteridentitäten angepasst werden sollen. Neu wird ab 2025 in der Berichterstattung das Geschlecht «divers» ausgewiesen. Generell vertreten wir schon immer explizit eine offene Haltung gegenüber allen Geschlechteridentitäten, und alle unsere Workshopleitenden stehen ein für Vielfalt und Unterschiedlichkeiten. Bodytalk PEP richtet sich an ALLE Jugendlichen und jungen Erwachsenen, unabhängig von ihrer geschlechtlichen Orientierung. Die Schulklassen oder Gruppen, wo Bodytalk PEP durchgeführt wird, sind immer eine kunterbunte Mischung von jungen Menschen. Und für Gruppen, welche sich speziell mit dem Thema Körperbewusstsein von LGBTQIA+ Jugendlichen auseinandersetzen möchten, stehen uns oder interessierten Lehrpersonen mit dem «Stolz – ICH zu sein: Body Positivity Workshop für LGBTQIA+ Jugendliche» von Dove wertvolle Materialien zur Verfügung. Weitere Massnahmen mit Wirkung ab 2025 werden sein:
- Fragekarten
Das Kernteam hat die Fragekarten überprüft und mit 6 neuen Fragen ergänzt. Ab 2025 kommt die neue Version der Fragekarten zum Einsatz. Ebenso wurde überprüft ob und wie die Fragekarten auch online zur Verfügung gestellt werden können. Es freut uns, ab 2025 eine Online-Version anbieten zu können, welche

z.B. von den Lehrpersonen im Klassenzimmer im Sinne der Nachbereitung/Vertiefung genutzt werden kann.

- Ergänzend zum Sticker «YOU ARE BEAUTIFUL» werden wir neue Kleber mit einem neuen Spruch anbieten.
- Neues interaktives Element im Bodytalk Workshop: Mentimeter Umfragen
- Es werden diverse Nachbereitungs-Materialien mit Informationen zur Vertiefung hergestellt:
 - Für Lehrperson: «Tool-Kit» verknüpft mit einem Padlet
 - Eltern-Info verknüpft mit einem Padlet
 - «Vergiss-niä»-Blatt für die teilnehmenden SuS

Der Umsetzungsprozess der Weiterentwicklungsmassnahmen aus der Wirkungsevaluation ist nun abgeschlossen.

Unabhängig davon wird aber auch künftig das Angebot Bodytalk PEP wo nötig, laufend angepasst.

Überbetriebliche Kurse Lernende Fachperson Kinderbetreuung (Brigitte Rychen)

Unter der Angebot Bodytalk PEP laufen auch die überbetrieblichen Kurse für die Lernenden Fachperson

Kinderbetreuung. In das ÜK-Modul fliessen Inhalte aus Bodytalk PEP, HBI und weitere PEP-Angebotsinhalte.

Im Weiteren werden die PEP-Haltung und Methodik weitergegeben. In diesem Jahr wurden 19 ÜK's mit insgesamt 434 Teilnehmenden umgesetzt.

Sehr berührend & spannend gestaltet!! —> Sehr lernreich!!.

Dieser ÜK war wirklich toll, sehr toll organisiert. Der ÜK war sehr locker und man konnte sich gut konzentrieren, und die Sachen aufnehmen

Zwei Lernende ÜK 2024

3.5 Fourchette verte (Rückblick Daniel Messerli)

Zusammenfassung

Im Jahr 2024 konnte das Fourchette verte-Team im Kanton Bern durch tatkräftigen Einsatz überzeugen. Mit der Expertise von sieben Ernährungsberaterinnen, der Unterstützung eines fachkundigen Lebensmittelinspektors und dem Beitrag einer versierten PEP-Mitarbeiterin wurden wichtige Fortschritte erzielt.

Wir konnten ein weiteres wertvolles Mitglied für die Zertifizierungskommission gewinnen: Tobias Bigler, Fachspezialist Verpflegung der Stadt Bern. Mit seiner fachlichen Expertise und seinen Verbindungen zu den städtischen Betrieben wird er uns mit bedeutenden Impulsen bereichern.

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 2024 eine Arbeitssitzung unseres Teams statt, in der wir unsere Strategien und Ziele für das kommende Jahr festgelegt haben.

Das Jahr 2024 war für das Fourchette verte-Team des Kantons Bern ein erfolgreiches Jahr. Wir sind stolz auf unsere erreichten Ziele und blicken mit Freude darauf, auch im kommenden Jahr einen nachhaltigen und positiven Beitrag zur Gesundheitsförderung und Prävention in unserer Gemeinschaft zu leisten.

Fourchette verte Kleinkind und Junior

Im Jahr 2024 haben wir erfolgreich 197 Betriebe zertifiziert und dabei insgesamt 9950 Fourchette verte-Mahlzeiten für Kleinkinder und Jugendliche serviert. Damit konnten wir einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsförderung und Prävention leisten. Darüber hinaus haben wir folgende Fortbildungsveranstaltungen, Basisschulungen und betriebsinterne Schulungen durchgeführt:

Rund um die Wertschöpfungskette «Mozzarella herstellen», Workshop mit Köch*innen zum Thema Hülsenfrüchte.

«5 Basisschulungen» und «197 Schulungen in den Betrieben»

Die Angebote wurden von 585 Mitarbeitenden aus Betreuung und Gastronomie besucht. Diese Schulungen sind entscheidend für die Weiterentwicklung und die Professionalisierung der Gemeinschaftsgastronomie.

Diese Erfolge sind das Ergebnis einer guten Zusammenarbeit aller beteiligten Akteure. Wir möchten uns nochmals herzlich für die sehr gute Zusammenarbeit bedanken.

Fourchette verte senior@home

Ein zentrales Ziel von Fourchette verte senior@home ist es, älteren Menschen in den Gemeinden das Wissen über eine ausgewogene Ernährung zu vermitteln, um Mangelernährung und Stürze zu verhindern. Im Jahr 2024 haben wir insgesamt 8 Mahlzeitendienste zertifiziert, was die Durchführung von Menübeurteilungen und die Schulung der Teams vor Ort beinhaltet.

In den Gemeinden, in denen wir aktiv waren, haben wir eng mit den Fachstellen für das Alter und den Kirchen zusammengearbeitet. Diese Kooperation ermöglichte es uns, 6 Vorträge und 3 Gesundheitscafés durchzuführen, bei denen wir 406 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrüßen durften.

Wir sind sehr stolz auf die Ergebnisse, die wir im Rahmen des Projekts Fourchette verte senior@home in diesem Jahr erzielen konnten.

Ziele von Fourchette verte

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. z.B. mit Bern ist Bio organisieren wir Fortbildungsangebote und unsere sehr beliebten Kochkurse.

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.



Fotos Fourchette verte senior@home:



Fotos Fourchette verte Kochkurs zum Thema Hülsenfrüchte:

Ausblick

Die Ziele von Fourchette verte des Kantons Bern für das Jahr 2025 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.

Unser Ziel ist es, die Betriebe mit wertvollen Informationen rund um das Thema Vollkornprodukte zu unterstützen. Dabei möchten wir ihnen nicht nur Rezepte an die Hand geben, sondern auch fundierte Fakten vermitteln, die ihnen helfen, Vollkornprodukte gezielt in ihre Angebote zu integrieren. Ein besonderer Fokus liegt auf einem geplanten Kochkurs, der sich intensiv mit der Zubereitung und Verwendung von Vollkornprodukten auseinandersetzt, um den Betrieben praktische und innovative Ansätze zu bieten.

Darüber hinaus bleibt die Optimierung der Bestellmengen, der Serviceprozesse sowie die Verwertung von Resten ein zentraler Schwerpunkt. Wir wollen den Betrieben dabei helfen, effizientere Abläufe zu entwickeln, die sowohl wirtschaftlich als auch nachhaltig sind. Durch die enge Zusammenarbeit mit den Betrieben streben wir an, die Lebensmittelverschwendung aktiv zu reduzieren und einen bewussteren Umgang mit Ressourcen zu fördern.

Unser langfristiges Ziel ist es, sowohl die Umwelt als auch die wirtschaftliche Effizienz der Betriebe zu unterstützen und gleichzeitig die Qualität der angebotenen Mahlzeiten zu verbessern.

Regelmäßige Kommunikation über Newsletter: Fourchette verte des Kantons Bern plant, im Jahr 2025 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.

Das Fourchette verte Team dankt

Im Namen des gesamten Teams von Fourchette Verte des Kantons Bern möchten wir uns herzlich bei allen motivierten Mitarbeitenden in der Betreuung und Gastronomie bedanken. Ihre engagierte Zusammenarbeit hat maßgeblich zum Erfolg unserer Initiative beigetragen.

Ein besonderer Dank gilt allen Betriebsleitungen in den Kitas, Tagesschulen und Caterings für ihre hervorragende Unterstützung und Umsetzung der Zertifizierung. Ihr Engagement und Ihre Professionalität haben dazu beigetragen, dass unsere Ziele erreicht werden konnten.

Unser herzlicher Dank gilt auch dem Verein PEP für die kontinuierliche Unterstützung und wertvolle Expertise. Sei es bei der Kassenbuchführung oder bei „psychologischen“ Fragestellungen rund um den Esstisch – auf sie können wir immer zählen.

Ein herzliches Merci geht auch an den Kanton Bern, vertreten durch Karin Baumgartner und Monica Bachmann. Die Zusammenarbeit und der Austausch mit Ihnen sind äußerst wertvoll für uns.

Wir bedanken uns herzlich bei der Geschäftsstelle von Fourchette verte Schweiz, insbesondere bei Isabelle Donia, Carmen Sangin und Elisa Domeniconi, für die gute Zusammenarbeit.

Wir schätzen die partnerschaftliche Zusammenarbeit mit jedem Einzelnen von Ihnen und freuen uns auf eine weiterhin erfolgreiche Zusammenarbeit im kommenden Jahr.

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

Die Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz konnte auf Mandatsbasis auch in diesem Jahr fortgesetzt werden. Das HBI- Team durfte damit wiederum zahlreiche Massnahmen zur Förderung und Stärkung eines positiven Körperbilds in der Schweiz umsetzen. Eine ausführliche Berichterstattung zu der HBI-Massnahmen-Umsetzung 2024 erfolgte per Ende Dezember zuhanden der Ansprechperson Anja Nowacki bei Gesundheitsförderung Schweiz. Bei Interesse weiterer Personen kann dieser Bericht bei Brigitte Rychen angefordert werden.

Wir freuten uns sehr darüber, dass nebst deutschen Fachorganisationen sich auch Fachpersonen und-stellen aus Österreich und Italien für unsere Arbeit interessieren und sich für eine Zusammenarbeit engagieren.

Die Zusammenarbeit mit INFES in Bozen im Zusammenhang mit der Kampagne gegen Körperkommentare von <https://respect-everybody.it/de/> verlief erfolgreich. Die Kampagne wird durch die italienische Fachstelle für eine Umsetzung in der Schweiz aufbereitet und sollte bis im Frühsommer 2025 übernommen werden können.

Hautstigma Schweiz interessiert sich dafür, die Kampagne mit PEP zusammen zu nutzen und zu verbreiten.

Die Offerte für die Fortsetzung des Mandats wurde per Ende Jahr eingereicht.

Wir freuen uns über eine nun über zwei Jahre laufende Vereinbarung. Neu wird sich das HBI Team in den kommenden zwei Jahren auch mit dem Körperbild von beeinträchtigten Menschen auseinandersetzen.

ExpertInnen-Treffen 2024

Am 2. Dezember 2024 fand wiederum ein Expert*innentreffen. statt. Es war das 9. Treffen und voraussichtlich das letzte Treffen in der Art. Idee von Gesundheitsförderung Schweiz ist, eine Arbeitsgruppe HBI im Netzwerk Psychische Gesundheit zu bilden. Diese wird dann auch Netzwerktreffen organisieren. Brigitte Rychen wird Einsitz in der Arbeitsgruppe nehmen.

Grundlage des Treffens war der Film Spiegelbilder <https://www.spiegelbilder.ch/>. Basierend darauf unterhielten sich die ExpertInnen darüber, wie Körperbildarbeit mit Jungs/Männer aussehen müsste und ob sich ein Film analog, wie Spiegelbilder, auch für diese eignen würde. Als ergänzende Fachexperten für Männerarbeit waren Fausto Tissato <https://www.peer-campaigns.org/portrait/geschaeftsstelle> und Lu Decurtins <https://www.lu-decortins.ch/> eingeladen.

4 Dank und Schlusswort

Wie jedes Jahr am Ende des Jahresberichts darf ich im Namen des Vorstands Verein PEP, der Fachstellenleitung und den Angebotsleitungen und ihren Teams und den Mitarbeitenden PEP danke sagen.

Wir danken der Direktion Gesundheit, Soziales und Integration, insbesondere Karen Hofmann für ihr Vertrauen in den Verein PEP und ihren Mitarbeitenden Karin Baumgartner und Monica Bachmann für die immer konstruktive Zusammenarbeit.

Wir danken Gesundheitsförderung Schweiz für die Unterstützung im Rahmen der Angebotsförderung und für die gute Zusammenarbeit. Dieser Dank gilt besonders auch Anja Nowacki und Cornelia Waser, die dazu beitragen, dass wir unsere Arbeit in gewohnter Qualität umsetzen und weiterentwickeln können.

Wir danken als unseren LeistungsträgerInnen, Kooperations- und VernetzungspartnerInnen sowie allen Fachpersonen, Organisationen und weiteren an unseren Angeboten Interessierten, die uns in unserer Arbeit unterstützen, für ihr Vertrauen und ihr Engagement. Ohne sie lassen sich unsere Angebote nicht umsetzen, weiterentwickeln und verbreiten. Danke für die wertschätzende Zusammenarbeit.

Wir danken den Menschen, denen wir im Rahmen der Umsetzung unserer Massnahmen begegnen durften. Für deren Bereitschaft sich auf die Inhalte in unseren Angeboten einzulassen, sich damit auseinanderzusetzen und ein damit ein bisschen zu mehr Respekt und Akzeptanz von Unterschiedlichkeit und Vielfalt von Menschen beizutragen und gleichzeitig damit sich selbst zu stärken.

Mein Dank als Fachstellenleiterin geht ganz besonders auch an mein ganzes PEP-Team. Ihr seid wunderbare Menschen, leidenschaftlich und engagiert in Euren Angeboten und jeder und jede eine wichtige Person für und in der ganzen PEP-Organisation. Danken möchte ich auch Beat Furrer und Sarah Schneiter, die als Vorstandsmitglieder dem Verein PEP trotz aller Widrigkeiten treu zu Seite stehen und mich als Fachstellenleitung durch alle Herausforderungen hindurch begleiten. Unserer neuen Sachbearbeiterin Diana Rechlin gilt ein grosses Merci für die rasche und gute Einarbeitung. Das PEP-Team und ich wissen das sehr zu schätzen.

Das aktuelle Weltgeschehen verunsichert viele Menschen und löst Ängste aus. Es war uns in diesem Jahr und ist uns auch weiterhin, ein grosses Anliegen über die PEP-Angebote bei unseren Zielgruppen etwas zur Stärkung der psychischen Gesundheit beizutragen.

Für den Jahresbericht 2024 im Auftrag des Vereins PEP

Bern, im März 2025



Brigitte Rychen, Fachstellenleitung PEP
(Jahresbericht genehmigt an MV Verein PEP 31. März 2025)



Beat Furrer, Präsident Verein PEP