

*Es gilt das gesprochene Wort*

Mittwoch, 18. November 2020

10. Selo-Fachtagung, online

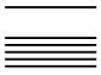
## **Begrüssung**

Anrede

Zehn Jahre Selo-Fachtagung - das ist eine beeindruckende Zahl. Ich möchte Ihnen im Namen des Zuger Regierungsrats herzlich dafür gratulieren und danken. Ihr Engagement für die psychische Gesundheit ist wichtig. Dafür braucht es Durchhaltewillen. Diesen haben Sie bewiesen. Mein Dank geht insbesondere auch an Marylou Selo, Mark Bächer, Markus Zwicky und alle, die sich über die Jahre engagiert haben.

Seit nun 9 Monaten dominiert die Corona-Pandemie unseren Alltag – sowohl im beruflichen als auch im privaten Bereich. Für mich als Gesundheitsdirektor war und bleibt das Ziel dabei stets, unsere Gesundheitsversorgung für einer Überlastung zu bewahren– und somit die Gesundheit der ganzen Bevölkerung zu schützen.

Dies ist uns bisher vergleichsweise gut gelungen: Dank guten Vorbereitungen und einer hervorragenden Zusammenarbeit aller involvieren Stellen sind die Schweiz und der Kanton Zug bisher von der Pandemie vergleichsweise glimpflich getroffen worden. Dazu beigetragen hat vor allem auch das vorbildliche Verhalten der Bevölkerung: Durch das Reduzieren der sozialen Kontakte und das Einhalten der Abstands- und Hygieneregeln.



**Die Pandemie ist eine psychische und soziale Herausforderung**

Auf den ersten Blick sind diese Regeln einfach zu befolgen. Gerade die Reduktion der sozialen Kontakte ist aber für uns Menschen als soziale Wesen alles andere als das – es ist eine enorme Herausforderung für die psychische Gesundheit von einzelnen Personen. Und so auch eine Prüfung für unsere Gesellschaft insgesamt. Und diese Herausforderung darf neben der Sicherstellung der medizinischen Versorgung nicht in den Hintergrund geraten.

Erste Umfragen unter Psychologinnen und Psychologen in der Schweiz zeigen: Die Nachfrage nach psychologischer Behandlung rund um die Corona-Pandemie nimmt seit dem Sommer zu. Bei den aufsuchenden Personen handelt es sich zum Teil um Menschen, die vorher bereits belastet waren und bei denen die Corona-Pandemie und der Lockdown im Frühjahr nun dazu geführt haben, dass sie professionelle Hilfe benötigen. Die Pandemie hat Gefühle wie Angst, Stress, Hoffnungslosigkeit oder Einsamkeit gefördert, was nicht erstaunlich ist. Auch auf Personen, die vor der Pandemie bereits in Therapie waren, scheint die Corona-Pandemie häufig negative Auswirkungen zu haben.

Hier leisten Sie als Fachpersonen rund um die psychische Gesundheit gerade in dieser schwierigen Zeit einen wichtigen Beitrag, wofür ich mich herzlich bedanken möchte.

**Positive Gefühle**

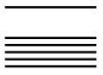
Spannend ist gleichzeitig, dass die Pandemie in der Bevölkerung aber auch positive Gefühle hervorbringt. Dies geht aus der Umfrage «Wie geht's dir» hervor, die unabhängig von der Pandemie im Mai durchgeführt wurde. So haben viele Personen angegeben, dass sie neben negativen Gefühlen auch Dankbarkeit, Zufriedenheit und Liebe in verstärktem Ausmass empfunden haben.

Auch ich habe neben allen negativen Folgen in den letzten Monaten immer wieder schöne Erlebnisse machen dürfen: Die Zuger Gemeinden haben im Frühjahr innerhalb kürzester Zeit eine Nachbarschaftshilfe aufgebaut, um besonders gefährdete Personen zu unterstützen. Und für diese Hilfsaktion haben sich mehr Helferinnen und Helfer gefunden, als überhaupt in Anspruch genommen werden konnten.

Auch sonst war vielerorts spürbar, wie der Kontakt zu Familien und Freundinnen und Freunden gerade in Zeiten von physischer Distanz enger wurde. Wir alle haben vielerlei Erfahrungen mit diversen Videotelefonie-Programmen sammeln dürfen und müssen. Und auch wenn diese ein reales Treffen nicht ersetzen können – sie sind ein wichtiges Hilfsmittel, um in Kontakt zu bleiben.

#### **Schluss**

Die Abteilung Gesundheitsförderung unseres kantonalen Amtes für Sport hat in den letzten Monaten via Newsletter, Homepage und soziale Medien verschiedene andere Tipps veröffentlicht, wie auch in Pandemie-Zeiten auf die psychische Gesundheit geachtet werden kann. Auch ich versuche, diese Tipps zu beherzigen und mir ab und



zu Corona-freie Inseln zu schaffen – auch wenn das in meiner Stellung momentan sehr schwierig ist.

Ich wünsche Ihnen nun einen spannenden Austausch und bedanke mich nochmals für Ihr Engagement.