



Stadt Bern
Direktion für Bildung
Soziales und Sport

Point de presse «Psychische Gesundheit stärken: «Bisch parat? Healthy Vibes» für 9. Klassen»
vom Freitag, 6. Juni 2025

REFERAT VON GEMEINDERÄTIN URSINA ANDEREGG,
DIREKTORIN FÜR BILDUNG, SOZIALES UND SPORT

Es gilt das gesprochene Wort

Liebe Medienschaffende

Liebe Anwesende

Wenn Kinder und Jugendliche heute unter wachsendem psychischem Druck leiden, dann betrifft das uns alle – als Gesellschaft, als Politik, als Stadt. Ihre mentale Gesundheit ist kein Randthema, sondern für die Betroffenen, deren Umfeld und für uns als Gesellschaft fundamental wichtig. Es liegt auch in unserer Verantwortung, Rahmenbedingungen zu fördern, dank denen die Kinder und Jugendlichen in ihrer Gesundheit gestärkt werden und dem Druck etwas entgegengesetzt wird.

In den letzten Jahren hat sich die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in der Schweiz deutlich verschlechtert. Gemäss dem Positionspapier der eidgenössischen Kommission für Kinder- und Jugendfragen (EKKJ) von 2024 sind psychische Probleme aktuell die häufigste gesundheitliche Herausforderung bei Kindern und Jugendlichen. Bei dieser Altersgruppe liegt der Anteil Jugendlicher mit einer psychischen Störung gemäss Statistiken zwischen 13 und 20 Prozent. Zudem weist rund ein Viertel der Kinder und Jugendlichen jährlich leichte psychische Probleme auf, ohne unter einer psychischen Störung zu leiden, bei der alle Diagnosekriterien erfüllt sind. Die EKKJ hält fest, dass die Förderung der psychischen Gesundheit junger Menschen eine der grössten gesundheitspolitischen Herausforderungen unserer Zeit ist, da junge Menschen besonders gefährdet sind, psychische Probleme zu entwickeln.

Der Gemeinderat und der Stadtrat haben diese Herausforderung erkannt und bereits 2023 gehandelt und die Budgetmittel erhöht. Es wurde der Grundstein gelegt für eine koordinierte Stärkung der psychischen Gesundheit junger Menschen in der Stadt Bern.

Seither wurden konkrete, wirkungsvolle Massnahmen auf den Weg gebracht. So wurden beispielsweise:

- die schulische Gesundheitsförderung und Prävention gestärkt,
- die Schulsozialarbeit ausgebaut,
- das Programm zur Mobbingprävention an Schulen lanciert und
- Spezialberatungen des schulärztlichen Dienstes für psychisch belastete Jugendliche angeboten.

Im Rahmen des UNICEF-Aktionsplanes 2025 – 2028 für eine «Kinderfreundliche Gemeinde» haben wir zudem einen neuen Schwerpunkt auf die psychische Gesundheit gelegt. Er enthält klar definierte Ziele und Massnahmen. Die offene Kinder- und Jugendarbeit wurde mit einbezogen.

Ein Fokus der Präventionsarbeit für Kinder und Jugendliche liegt auf dem Umgang mit digitalen Medien – ein Faktor, der eng mit psychischer Belastung verbunden ist. Digitale Medien durchdringen heute sämtliche Lebensbereiche und beeinflussen nachweislich die psychische Gesundheit. Ab dem kommenden Schuljahr 2025/26 wird das Programm «Digitales Gleichgewicht» des Gesundheitsdienstes der Stadt Bern im Zweijahres-Rhythmus neu an allen Schulen der Stadt Bern angeboten – vom Kindergarten bis zur 9. Klasse. Damit erreichen wir alle rund 12'000 Schüler*innen der Stadt Bern. An Elternanlässen und in schulischen Weiterbildungen werden Erziehungsberechtigte und Lehrkräfte sensibilisiert und im Umgang mit dem Thema gestärkt.

Wir haben heute die Möglichkeit, den Parcours «Bisch parat?» zu besichtigen. Dabei handelt es sich um das Modul für Schüler*innen der 9. Klasse im neuen Programm «Digitales Gleichgewicht».

Mit dem Präventionsprogramm «Digitales Gleichgewicht» und dem neuen Parcours «Bisch parat?» setzen wir ein Zeichen: für eine gesunde Entwicklung der jugendlichen Stadtbevölkerung und für einen gemeinsamen Reflektieren des Umgangs mit den digitalen Medien und der eigenen Gesundheit.