

2023

JAHRESBERICHT PRO MENTE VORARLBERG

„NUR DURCH STÄNDIGE
WEITERENTWICKLUNG
KÖNNEN WIR DEN WEG
IN EINE ERFOLGREICHE
ZUKUNFT EBENEN.“

WIR BLICKEN
ZURÜCK AUF EIN
EREIGNISREICHES
JAHR **2023**

VORWORT

Mit dem Jahresbericht 2023 möchten wir uns von einer bisher gelebten Tradition verabschieden und einen neuen Weg einschlagen. Bisher haben wir in unseren Jahresberichten aktuelle Themen und Trends in der Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie aufgegriffen und in Schrift und Grafik dargestellt. Ab dem heurigen Jahresbericht 2023 werden wir unseren Betrieb pro mente Vorarlberg in den Mittelpunkt rücken und unsere vielfältigen Angebote, Fachbereiche und Weiterentwicklungen vorstellen.

Das Jahr 2023 war für pro mente Vorarlberg ein Jahr bedeutender innovativer Entwicklungen und neuer Projekte. Besonders hervorheben möchten wir dabei die Eröffnung der pro mente Cafés in Feldkirch und Bregenz, den Start eines aufsuchenden Dienstes für Menschen in psychosozialen Krisen im Vorarlberger Unterland als Pilotprojekt sowie unsere neuen Präventionsprogramme „Erste Hilfe für die Seele“ und das Schulprojekt „Verrückt? Na und!“.

Im Bereich der Erwachsenenpsychiatrie konnten die Tageszentren Feldkirch und Bregenz in neue moderne Räumlichkeiten übersiedeln, welche den gestiegenen Anforderungen auch in Zukunft gerecht werden können. Ebenso wurden die Angebote im Bereich Wohnen, Arbeit, Sozialpsychiatrische Beratung und Psychotherapie schrittweise weiterentwickelt und ausgebaut. Ein besonderes Anliegen war und ist die Erweiterung der Angebote im Bereich der Kinder- und Jugendsozialpsychiatrie.

Dafür möchten wir uns herzlich bei unseren Mitarbeiter*innen und Kooperationspartner*innen bedanken!

Dr. Elmar Weiskopf
Dr. Margarete Laschalt-Schweigkofler
Geschäftsführung pro mente Vorarlberg



**DIE PRO MENTE
VORARLBERG
UND IHRE ANGEBOTE**

INHALT

BERATUNG ERWACHSENE	1
TAGES-/ WOCHENSTRUKTUR	3
WOHNEN	9
ARBEIT & BESCHÄFTIGUNG	13
KINDER UND JUGEND	15
PRÄVENTION	19

BERATUNG ERWACHSENE



WENN DIE SEELE KRANK IST

Psychosoziale Krisen und psychische Erkrankungen sind Teil unseres Lebens und bedürfen der Akzeptanz in unserer Gesellschaft. Psychische Gesundheit ist eine wesentliche Voraussetzung für Lebensqualität, Leistungsfähigkeit und soziale Teilhabe.

AMBULANTE BERATUNGSSTELLEN

Die pro mente Vorarlberg bietet an den Standorten Bregenz, Dornbirn und Feldkirch ambulante sozialpsychiatrische Beratungsstellen für Erwachsene an. Diese interdisziplinär arbeitenden Beratungsstellen sind eng vernetzt mit niedergelassenen Fachärzt*innen für Psychiatrie und niedergelassenen Psychotherapeut*innen, die das Angebot für komplexe sozialpsychiatrische Fälle ergänzen. Unsere qualifizierten Fachkräfte leisten Hilfe in psychischen und psychosozialen Krisen, bieten Erstberatungen und Informationen und setzen weitere erforderliche Schritte um, wie eine sozialpsychiatrische Abklärung des Hilfebedarfs oder die Weitervermittlung an Systempartner*innen. Die sozialpsychiatrische Einzelbetreuung umfasst individuelle Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung. Wir beraten bei existenziellen Fragen und im Umgang mit Behörden und Institutionen. Bei Bedarf beziehen wir das soziale Umfeld mit ein und führen Hausbesuche durch.

SOZIALPSYCHIATRISCHE DIENSTE

Die sozialpsychiatrischen Dienste auf Bezirksebene sind die erste Anlaufstelle für Menschen in psychosozialen Problemsituationen oder mit psychischen Erkrankungen. Diese niederschweligen Anlaufstellen sind den Beratungsstellen angegliedert. Menschen in Krisen oder mit psychischen Beschwerden sowie deren Angehörige und Bezugspersonen können sich an die sozialpsychiatrischen Dienste wenden und erhalten rasch einen Termin zur Erstabklärung. Dort wird festgestellt, ob eine weiterführende sozialpsychi-

atrische Betreuung notwendig ist, ob eine anderweitige soziale Unterstützung zielführend ist oder ob eine Kurzintervention ausreichend ist, um die Betroffenen zu unterstützen und ihre Situation nachhaltig zu verbessern.

AUFSUCHENDER DIENST IN KRISENSITUATIONEN

Im letzten Jahr wurde im Vorarlberger Unterland als Pilotprojekt ein aufsuchender Dienst in Krisensituationen eingeführt. Dieser Dienst richtet sich an Menschen mit akuten psychosozialen Problemen oder in Krisensituationen sowie an deren Angehörige, soziales Umfeld oder betreuende Institutionen. Der Krisendienst bietet schnelle Unterstützung am selben Tag: in einer Krisensituation kommen Fachkräfte der pro mente Vorarlberg vor Ort, helfen die Situation zu deeskalieren, organisieren weitere Schritte und bieten Unterstützung an. Ziel ist es, die Betroffenen zu stabilisieren und gegebenenfalls zu motivieren, eine weiterführende Regelbetreuung in Anspruch zu nehmen.

SOZIALPSYCHIATRISCHER DIENST

2.009 KONTAKTE IN BREGENZ

2.068 KONTAKTE IN DORNBRN

1.164 KONTAKTE IN FELDKIRCH

AMBULANTE EINZELBERATUNG & BETREUUNG

2.037 KLIENT*INNEN

1.230 WEIBLICH

803 MÄNNLICH

4 DIVERS

TAGES-/WOCHENSTRUKTUR



GESTALTE DEINEN TAG

In Zeiten psychischer Krisen fällt es vielen Menschen schwer, den Alltag zu strukturieren und Kontakte zu knüpfen. Die Gruppenangebote unserer Tageszentren bieten einen geschützten Rahmen für persönliche Begegnungen, ermöglichen eine positive Alltagsbewältigung und unterstützen den Gesundungsprozess. Die Betroffenen entwickeln ein Verständnis für ihre eigene Erkrankung und lernen, besser damit umzugehen.

ANGEBOTE UND ZIELE

Unsere Tageszentren bieten eine Vielzahl von Angeboten, die darauf abzielen, die Lebensqualität psychisch erkrankter Menschen zu verbessern. Ein strukturierter Tagesablauf hilft, Stabilität und Routine in den Alltag zu integrieren. Die Tageszentren bieten Raum für soziale Interaktionen und Kontaktmöglichkeiten und helfen so, Isolation zu verringern. Verschiedene therapeutische Gruppen wie Gesprächsgruppen, Freizeitgruppen, Kreativgruppen und Kunsttherapie, Bewegungstherapie, soziales Training, Haushaltstraining und Psychoedukation fördern die psychische Gesundheit und die persönliche Entwicklung.

NIEDERSCHWELLE PRO MENTE CAFÉS

Im Jahr 2023 konnten an allen drei Standorten in Bregenz, Dornbirn und Feldkirch niederschwellige pro mente Cafés eröffnet werden. Diese Cafés bieten einen unkomplizierten und schnellen Zugang zu sozialpsychiatrischen Angeboten für Menschen, die sich noch nicht intensiv auf eine Behandlung einlassen möchten oder verbindliche Strukturen und Behandlungsangebote nicht wahrnehmen können oder wollen. In den Cafés haben die Besucher*innen ohne Anmeldung und ohne Antrag die Möglichkeit, an Aktivitäten teilzunehmen oder einfach nur einen Kaffee zu genießen und in Kontakt zu treten. Zusätzlich wird ein Mittagstisch angeboten, der ein kostengünstiges und gesundes Essen sowie weitere Kontaktmöglichkeiten bietet.

NEUE STANDORTE FÜR TAGESZENTREN

Um die neuen Angebote umsetzen zu können, sind unsere Tageszentren in Bregenz und Feldkirch im Jahr 2023 an neue Standorte gezogen.

Das Tageszentrum in Bregenz befindet sich nun in der Kirchstraße beim Kapuzinerkloster. Die neuen, ansprechenden Räumlichkeiten bieten eine angenehme Atmosphäre und vielfältige Möglichkeiten, insbesondere für kreative Angebote. So verfügt das Tageszentrum Bregenz nun über ein eigenes Atelier im Außenbereich des Areals, wo Klient*innen ihrer Kreativität freien Lauf lassen können.

Durch den Umzug des Tageszentrums Feldkirch an den Leonhardsplatz ins Stadtzentrum wurde die Zugänglichkeit für die Klient*innen erheblich verbessert. Das Tageszentrum befindet sich nun mitten im gesellschaftlichen Leben, direkt bei der Fußgängerzone, und bietet helle, freundliche und offene Räumlichkeiten.

TAGESZENTREN

51.553 BETREUUNGSSTUNDEN

740 KLIENT*INNEN

481 WEIBLICH

258 MÄNNLICH

1 DIVERS

PRO MENTE CAFÉS

3.006 BESUCHSKONTAKTE

TAGESZENTRUM BREGENZ





TAGESZENTRUM BREGENZ

KIRCHSTRASSE 38
6900 BREGENZ
T 05574 86427

DAS TAGESZENTRUM BREGENZ FAND IN DEN EHEMALIGEN RÄUMLICHKEITEN DES GLL IN DER BREGENZER OBERSTADT EINE NEUE HEIMAT.

NEBEN DEN ZAHLREICHEN RÄUMLICHKEITEN BIETET ES AUCH EINEN SCHÖNEN, RUHIGEN GARTEN IM HINTERHOF DES GEBÄUDES. EIN ORT ZUM WOHLFÜHLEN UND GESTALTEN.

TAGESZENTRUM FELDKIRCH





„DIE **NEUEN** HELLEN, FREUNDLICHEN UND **OFFENEN** RÄUMLICHKEITEN HIER IM TAGESZENTRUM IN **FELDKIRCH** STELLEN GENAU DAS **AMBIENTE** DAR, WELCHES **WIR** BRAUCHEN, UM NACH EINER **PSYCHISCHEN KRISE** WIEDER **ZURÜCK** IN DIE **SPUR** ZU FINDEN.“

LANDESRÄTIN MARTINA RÜSCHER

TAGESZENTRUM FELDKIRCH

LEONHARDSPLATZ 6
6800 FELDKIRCH
T 05522 81063

WOHNEN



DIE EIGENEN VIER WÄNDE

Im Bereich Wohnen bietet pro mente Vorarlberg eine breite Palette an Wohnmöglichkeiten für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, abgestimmt auf den individuellen Betreuungsbedarf.

AMBULANT BETREUTES WOHNEN

Unser ambulant betreutes Wohnen ermöglicht Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, selbstständig in ihren eigenen vier Wänden zu leben. Unsere Fachkräfte unterstützen sie dabei, Alltagsaufgaben zu bewältigen, den Tag zu strukturieren und die Herausforderungen des täglichen Lebens zu meistern. Das Ziel ist es, eine größtmögliche Selbstständigkeit und psychische Stabilität zu erreichen sowie die Lebensqualität zu steigern. Dieses Angebot richtet sich an Personen, die im Grunde selbstständig wohnen können, aber bei bestimmten Aufgaben oder in Krisensituationen Unterstützung benötigen.

ÜBERGANGSWOHNEN

Ein weiteres Angebot ist das Übergangswohnen. Hier unterstützen wir Menschen mit psychischen Erkrankungen dabei, in einer Wohngemeinschaft zu leben und eine stabile Tagesstruktur aufzubauen. Die Bewohner*innen können für einen Zeitraum von etwa drei bis fünf Jahren im Übergangswohnen verbleiben. Während dieser Zeit erlernen sie, Alltagstätigkeiten zu bewältigen und den Haushalt zu führen, um auf ein eigenständiges Leben vorbereitet zu werden. Wir legen großen Wert darauf, eine umfassende Unterstützung in allen Aspekten des täglichen Lebens zu bieten.

LANGZEITWOHNEN

Für Menschen mit chronischen Krankheitsverläufen, die längerfristig nicht in der Lage sind, selbstständig

zu wohnen, bietet die pro mente Vorarlberg Langzeitwohngemeinschaften an. In diesen Wohngemeinschaften erhalten die Bewohner*innen Betreuung und Unterstützung in der täglichen Versorgung sowie bei Freizeitaktivitäten und der Tagesstruktur. Die individuelle Unterstützung richtet sich nach dem Bedarf und den Ressourcen der Betroffenen. Unser Ziel ist es, ein sicheres und unterstützendes Umfeld zu schaffen, das die Lebensqualität der Bewohner*innen verbessert.

ENTWICKLUNG IM JAHR 2023

Im vergangenen Jahr konnte die Wohngemeinschaft Dornbirn neue Räumlichkeiten im Hatlerdorf beziehen. Die zuvor in Hohenems übergangsweise untergebrachten Wohngemeinschaften wurden aufgelöst und in einem neuen Objekt in Dornbirn zusammengeführt. Diese neuen Räumlichkeiten bieten den Bewohner*innen eine wertschätzende und angenehme Wohninfrastruktur, die ihre Lebensqualität deutlich verbessert hat. Auch das Angebot des Übergangswohnens für Adoleszente, das jungen Menschen im Alter von 18 bis 24 Jahren mit psychischen Erkrankungen Unterstützung im Wohnen bietet, hat hier seinen Platz gefunden. Dieses spezielle Übergangswohnen richtet sich an junge Erwachsene, die sich noch in Entwicklungsprozessen befinden, aber bereits gut in Tagesstrukturen und Tätigkeiten eingebunden sind.

LANGZEITWOHNEN

13 KLIENT*INNEN

ÜBERGANGSWOHNEN

37 KLIENT*INNEN

4 ADOLESZENTE

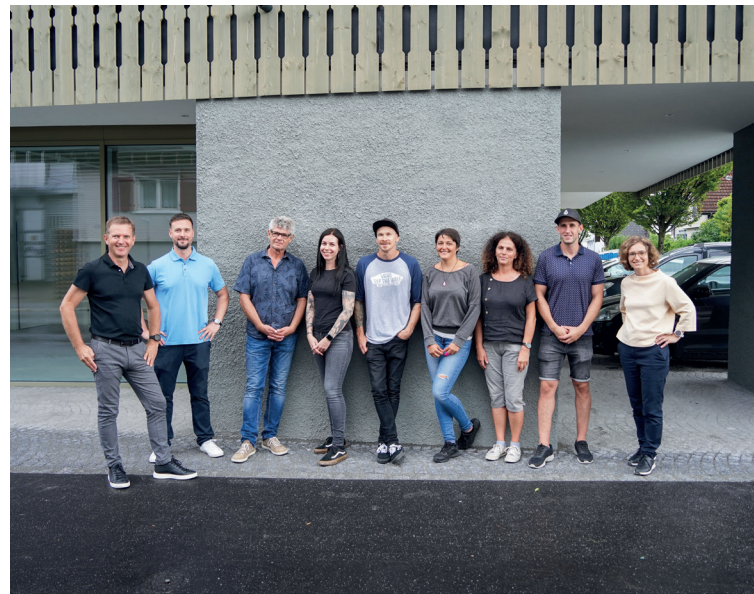
AMBULANT BETREUTES WOHNEN

87 KLIENT*INNEN

39 MÄNNLICH

48 WEIBLICH

WOHNGEMEINSCHAFT DORNBIRN





„DIE **AUSSTATTUNG** IST IN DER NEUEN **WOHNGEMEINSCHAFT** SEHR **MODERN** UND FÜR MICH PURER **LUXUS**. WIR HABEN **ALLE** EIN NOBLES **ZIMMER** MIT **EIGENER NASS-ZELLE** UND **BALKON**, DAS HATTEN WIR **DAVOR** NICHT.

HIER WIRKT **ALLES** VIEL ENTSPANNTER – ES **FÜHLT** SICH AN, ALS WÄREN WIR HIER **ZU HAUSE** ANGEKOMMEN.“

KLIENT, WOHNGEMEINSCHAFT DORNBIRN

WOHNGEMEINSCHAFT DORNBIRN

6850 DORNBIRN
T 0664 88945157

ARBEIT UND BESCHÄFTIGUNG



LASS UNS ANFANGEN

Nicht arbeiten zu können, belastet Menschen. Wir bemühen uns um eine Einbindung in das Arbeitsleben. Durch die Beschäftigung wird das Selbstwertgefühl gestärkt, Fähigkeiten werden erhalten und Ressourcen gefördert, die Voraussetzung für einen späteren Arbeitsplatz sind. Dadurch verbessern sich die Lebensqualität und die oft schlechte finanzielle Lage der Beschäftigten. Auch die soziale Integration wird

dadurch wesentlich erleichtert. Wir bieten Menschen mit psychischen Erkrankungen eine sinnvolle Tages- und Wochenstruktur und bereiten sie in unseren Werkstätten auf den Arbeitsmarkt vor. Unsere umfassenden beruflichen Rehabilitationsangebote werden vom Land Vorarlberg und dem AMS gefördert.

WERKSTÄTTEN IM ÜBERBLICK

Unsere Werkstätte in Hard bietet einen professionellen Wasch- und Bügelservice an. In einem Reorganisationsprozess haben wir uns im Jahr 2023 dazu entschieden, unseren Service nur noch für Gewerbekund*innen anzubieten. Ergänzt wird das Angebot der Werkstätte Bregenz/Hard um Lohnfertigung und die Naturwerkstatt, was neue Betätigungsfelder für Klient*innen ermöglicht. In unserer Werkstätte können Klient*innen ihre Fähigkeiten in einem praxisnahen Umfeld weiterentwickeln und festigen, mit einem Fokus auf die Vermittlung von Arbeitsroutinen und die Steigerung der persönlichen Belastbarkeit.

In der Metallwerkstätte und Lohnfertigung in Dornbirn werden verschiedene Metallarbeiten und Auftragsfertigungen durchgeführt. Die Tätigkeiten reichen von einfachen Handarbeiten bis hin zu komplexen Metallbearbeitungen. Die Klient*innen erhalten hier die Möglichkeit, ihre handwerklichen Fähigkeiten zu verbessern und ein technisches Verständnis zu entwickeln.

Unsere Werkstätte in Feldkirch erlebte ebenfalls eine Umstrukturierung im Jahr 2023. Wir haben den Holzbereich geschlossen, um uns auf Aufträge und Kleinserien im Bereich Metallbearbeitung und Lohnfertigung zu konzentrieren. Durch diese Umstellung können wir

unsere Klient*innen besser betreuen und ihnen eine sinnstiftende und wertschätzende Arbeit ermöglichen.

ANGEBOTE

Die therapeutische Beschäftigung bietet eine strukturierte Tages- und Wochenstruktur, die den Klient*innen hilft, Routine und Stabilität in ihren Alltag zu integrieren, und unterstützt psychisch erkrankte Menschen dabei, stufenweise in den Arbeitsprozess wiedereingegliedert zu werden. Im Rahmen des Sozialökonomischen Betriebs (SÖB) werden die Klient*innen gezielt auf den Arbeitsmarkt vorbereitet und qualifiziert. Das Projekt Domino dient der beruflichen Abklärung und Unterstützung langzeitarbeitsloser Menschen mit psychischen Erkrankungen. Eine besondere Herausforderung im Zuge der Corona-Pandemie bestand darin, dass die Klient*innen mit psychischen Erkrankungen stärker belastet waren und oft den Anforderungen der Arbeitswelt nicht gewachsen waren.

ZIELE UND AUFGABEN

Das Hauptziel unserer Werkstätten ist es, den Klient*innen eine strukturierte und sinnvolle Beschäftigung zu bieten, die ihren individuellen Fähigkeiten und Bedürfnissen entspricht. Durch die tägliche Arbeit in den Werkstätten erleben sie nicht nur eine klare Tages- und Wochenstruktur, sondern auch das Gefühl von Selbstwirksamkeit und sozialer Integration. Ein weiteres wichtiges Ziel ist die Vorbereitung auf den ersten Arbeitsmarkt. Dies umfasst die Vermittlung von fachlichen Fähigkeiten sowie von sozialen Kompetenzen wie Teamarbeit, Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit.

SOZIALÖKONOMISCHER BETRIEB (SÖB)

18 KLIENT*INNEN IN HARD

22 KLIENT*INNEN IN DORNBIRN

13 KLIENT*INNEN IN FELDKIRCH

BESCHÄFTIGUNGSPROGRAMM

125 KLIENT*INNEN

69 MÄNNLICH

56 WEIBLICH

DOMINO

33 KLIENT*INNEN

KINDER UND JUGEND



DU BIST NICHT ALLEINE

Die psychische Gesundheitslage bei Kindern und Jugendlichen hat sich seit der Corona-Pandemie verschlechtert, sodass der psychosoziale Unterstützungsbedarf erheblich gestiegen ist. Es zeigen sich immer komplexere und schwerere sozialpsychiatrische Problemstellungen in unserer Bevölkerung. Im Bereich der Kinder- und Jugendsozialpsychiatrie bietet pro mente Vorarlberg umfangreiche Unterstützungsangebote.

BERATUNGSSTELLEN

Unsere interdisziplinären Teams bieten in den Beratungsstellen für Kinder und Jugendliche in Dornbirn und Nenzing passende Unterstützung für Betroffene, deren Familien und ihr soziales Umfeld. In Einzel- oder Familiengesprächen werden persönliche Probleme, emotionale Schwierigkeiten oder Verhaltensauffälligkeiten der Kinder und Jugendlichen im Alter von 6 bis 18 Jahren identifiziert. Anschließend werden konkrete Behandlungsziele und ein Fahrplan erarbeitet, mit welchen Maßnahmen und weiteren Schritten die Ziele am besten erreicht werden können. Die Zusammenarbeit mit den Eltern, Bezugspersonen und Schulen ist uns dabei ein großes Anliegen.

Ziel unserer kinder- und jugendpsychiatrischen Beratungsstellen ist es, das Risiko einer überdauernden psychischen Störung für Schulkinder zu verringern und in weiterer Folge durch die Zusammenarbeit mit allen Beteiligten eine gesunde Entwicklung der Jugendlichen zu ermöglichen und eine psychische Stabilität zu erreichen. Neben therapeutischen Kindergruppen sowie Einzeltherapie, Kunst- und Kreativtherapie, Aktivierungs- und Erlebnistherapie ist Psychotherapie ein weiteres Angebot der pro mente Vorarlberg.

WERKSTÄTTEN UND WERK THERAPIE

Wesentlich für die psychische Stabilisierung ist eine strukturierte Tagesgestaltung und sinnvolle Betätigung, insbesondere für Jugendliche, die nicht mehr in der Lage sind, die Schule zu besuchen, eine Ausbildung zu machen oder einer Arbeit nachzugehen. Eine stabile Tagesstruktur hilft ihnen, sich zu stabilisieren und die-

se Aktivitäten wiederaufzunehmen. Um den speziellen Bedürfnissen psychisch erkrankter Jugendlicher gerecht zu werden, bieten wir mit unseren Werkstätten für Jugendliche „Ju-on-Job“ eine berufsorientierte Werktherapie. In diesen Werkstätten begleiten wir psychisch erkrankte Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren, die aus unterschiedlichsten Gründen nicht in der Lage sind, einer geregelten Erwerbsarbeit oder Ausbildung nachzugehen, auf ihrem Weg in die Berufswelt.

Unsere Werkstätten bieten den Jugendlichen nicht nur eine sinnvolle Beschäftigung und eine Tages- und Zeitstruktur, sondern auch die Möglichkeit, handwerkliche Fähigkeiten zu erlernen, soziale Kompetenzen zu entwickeln und in einem strukturierten Umfeld zu arbeiten. Dies trägt wesentlich zur psychischen Stabilisierung bei und unterstützt die Jugendlichen auf ihrem Weg zurück in die Schule, Ausbildung oder Arbeit. Bisher war unsere Werkstätte in Dornbirn angesiedelt. Durch die Eröffnung eines weiteren werktherapeutischen Angebots im Jahr 2023 in Nenzing konnte Ju-on-Job regional ausgebaut werden und bietet nun auch einen Standort im Vorarlberger Oberland. Barrieren wie lange Fahrtwege konnten so verringert werden.

LIAISONDIENST

Mit dem Angebot des Liaisondienstes vermitteln wir Systempartner*innen sozialpsychiatrisches Fachwissen, damit diese im Umgang mit Dynamiken und Auffälligkeiten der betreuten Kinder und Jugendlichen vertraut sind und effektive Unterstützung bieten können.

ANLAUFSTELLEN

1.952 KONTAKTE IN DORNBIERN

2.665 KONTAKTE IN NENZING

BERATUNGSSTELLEN

589 KLIENT*INNEN

395 WEIBLICH

191 MÄNNLICH

3 DIVERS

31.369 BETREUUNGSSTUNDEN

JU-ON-JOB

36 KLIENT*INNEN

25 WEIBLICH

10 MÄNNLICH

1 DIVERS

JU-ON-JOB OBERLAND





IM HERBST 2023 FAND DIE WERKSTATT FÜR JUGENDLICHE EIN VORÜBERGEHENDES ZUHAUSE IN DEN RÄUMLICHKEITEN DER KINDER UND JUGEND OBERLAND.

DEM ENGAGIERTEN TEAM GELANG ES GEMEINSAM MIT DEN KINDERN UND JUGENDLICHEN, ERSTE SCHRITTE ZU MACHEN, SICH IN DIE NEUEN RÄUMLICHKEITEN EINZULEBEN UND DIE ERSTEN PRODUKTE HERZUSTELLEN.

JU-ON-JOB OBERLAND

BAHNHOFSTRASSE 26
6710 NENZING
T 0664 88272112

PRÄVENTION



© Nicolas Zangerle

WAS TUN, WENN DIE SEELE IN NOT IST?

Psychosoziale Gesundheit ist wichtig für die Lebensqualität und das Wohlbefinden der Menschen. Beeinträchtigungen der psychischen Gesundheit sind jedoch weit verbreitet und vielfach noch immer tabuisiert. Ein wesentlicher Bestandteil unserer Arbeit ist der Bereich der Prävention für psychische Erkrankungen. Wir freuen uns, dass wir in diesem Bereich unsere Angebote auch im Jahr 2023 ausbauen und verbessern konnten.

ERSTE HILFE FÜR DIE SEELE

Ein zentrales Präventionsprogramm, welches wir erfolgreich ausbauen konnten, ist das Seminarangebot von „Erste Hilfe für die Seele“. Das von Mental Health First Aid Australia zertifizierte Seminarangebot von pro mente Austria ist ein internationales psychosoziales Präventionsprogramm, welches in Vorarlberg seit dem Jahr 2022 umgesetzt wird. Neben dem Seminarprogramm für Erwachsene starteten wir im Jahr 2023 mit einem Seminar für den Jugendbereich, welches speziell für Personen entwickelt wurde, die mit Jugendlichen arbeiten und/oder leben, wie Lehrer*innen, Sportvereinsbetreuer*innen, Eltern etc.

Das Ziel dieser Seminare ist es, Multiplikatoren im Umgang mit psychischen Erkrankungen zu stärken. Die Teilnehmer*innen lernen psychische Krisen und Problemlagen zu erkennen, anzusprechen und professionelle Hilfsangebote zu vermitteln. Ähnlich wie bei körperlichen Erste-Hilfe-Maßnahmen ist es wichtig, dass auch im Bereich der psychischen Gesundheit Menschen dazu befähigt werden, angemessen zu reagieren und Unterstützung anzubieten.

VERRÜCKT? NA UND!

Im Rahmen eines Schulprojektes besuchen Fachkräfte vom Angehörigenverein HPE, dem Betroffenenverein <omnibus> und der pro mente Vorarlberg seit mehr als 20 Jahren Schulen in Vorarlberg, um über psychische Erkrankungen aufzuklären. Im Jahr 2023 haben wir das Angebot neu strukturiert und haben uns dem Projekt „Verrückt? Na und!“ angeschlossen. In den Workshops von „Verrückt? Na und!“ werden den Schüler*innen und Lehrkräften Warnsignale psychi-

scher Krisen und Erkrankungen nähergebracht. Sie erfahren jugendtypische Bewältigungsstrategien und hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen Krisen. Außerdem finden sie heraus, was ihre Seele stärkt und wo sie professionelle Hilfe erhalten. Unsere Fachkräfte nehmen die Schüler*innen mit ihren Wahrnehmungen, Gefühlen, Bedürfnissen und Wünschen ernst und schaffen einen Raum zum Austausch auf Augenhöhe. Ausgangspunkt der Gespräche sind stets die Lebenserfahrungen der Schüler*innen, wie Prüfungsstress, Mobbing, psychisch erkrankte Eltern, Drogen, Alkohol oder Zukunftssorgen.

Besonders eindrucksvoll sind die Begegnungen mit den persönlichen Expert*innen vom Betroffenenverein <omnibus> und vom Angehörigenverein HPE, wo diese schildern, wie sie den Umgang mit ihrer psychischen Erkrankung gemeistert und Krisen überstanden haben.

VERANSTALTUNGEN

Die pro mente Vorarlberg führt jährlich einige Veranstaltungen durch, um über psychische Erkrankungen aufzuklären. Im Jahr 2023 wurden 3 Vorträge zum Thema „Mit der Natur auf Du und Du – wie die Natur uns gut tut“ durchgeführt. Die Vorträge hielten der Neurowissenschaftler Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer, der renommierte Psychiater und Neurologe Univ.-Prof. Dr. Reinhard Haller und der Präsident der Internationalen Gesellschaft für Gartentherapie, Andreas Niepel. Außerdem wurde zum Tag der seelischen Gesundheit eine Lesung mit Dominique de Marné, einer Betroffenen, die unter Depressionen und Borderline litt, veranstaltet. Zusätzlich wurde eine Filmreihe, bei der 4 Filme zu psychischen Erkrankungen im Spielboden gezeigt wurden, durchgeführt.

„ERSTE HILFE FÜR DIE SEELE“- SEMINARE

7 SEMINARE ERWACHSENE

2 SEMINARE JUGEND

145 TEILNEHMER*INNEN

112 ZERTIFIZIERUNGEN

SCHULPROJEKT

14 SCHULEN

34 WORKSHOPS

848 SCHÜLER*INNEN

VERANSTALTUNGEN

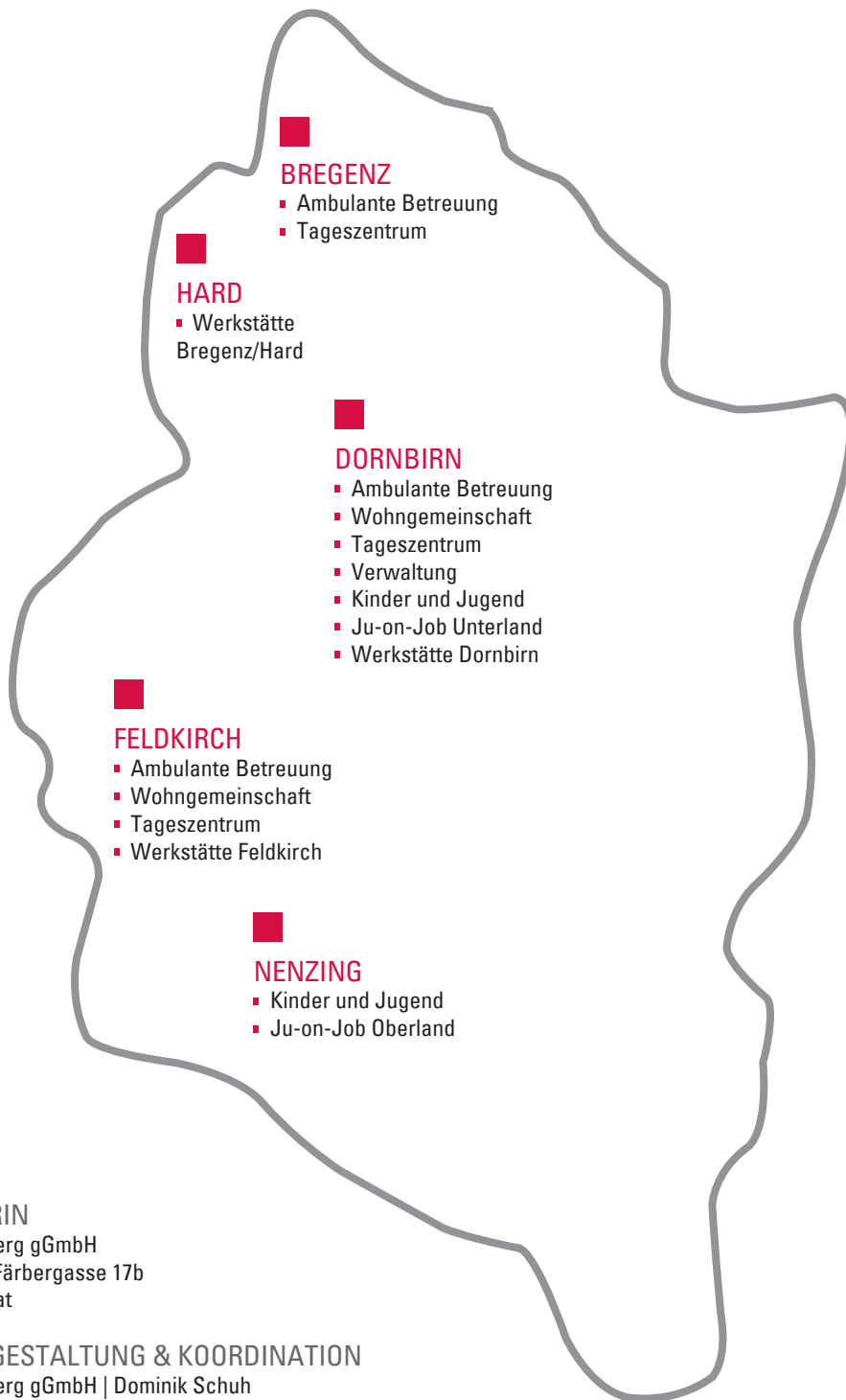
1 LESUNG

3 VORTRÄGE

4 FILME

929 BESUCHER*INNEN

DIE PRO MENTE
VORARLBERG
ENTWICKELT SICH



IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN

pro mente Vorarlberg gGmbH
A-6850 Dornbirn | Färbergasse 17b
www.promente-v.at

INHALTLICHE GESTALTUNG & KOORDINATION

pro mente Vorarlberg gGmbH | Dominik Schuh

GRAFIK & GESTALTUNG

pro mente Vorarlberg gGmbH | Ju-on-Job | Jutta Ammon

LEKTORAT

Lektorat Verbosus | Martin Johler

PRODUKTION & AUFLAGE

Vorarlberger Verlagsanstalt GmbH, Dornbirn
1.300 Stück, September 2024

Finanziert durch
sozialfonds
gemeinden und land Vorarlberg
Mitglied von
pro mente | austria

„BEVOR ICH ZU **PRO MENTE** VORARLBERG KAM, FÜHLTE ICH **MICH** MIT MEINEM PROBLEM **ALLEINE**. ES GING MIR SCHLECHT, EIN NORMALER **TAGESRHYTHMUS** WAR NICHT MÖGLICH.“

KLIENT, TAGESZENTRUM BREGENZ

„ICH BIN SO **DANKBAR**, DASS ES **PRO MENTE** GIBT. DANK DEM **TEAM** DER ‚WERKSTÄTTE BREGENZ/HARD‘ HABE ICH DEN EINSTIEG **ZURÜCK** INS REALE **BERUFSLEBEN** GESCHAFFT UND BIN **JETZT** SEIT 5 JAHREN IN DERSELBEN **FIRMA**. ICH WERDE **PRO MENTE** AUF **EWIG** DANKBAR SEIN!“

EHEMALIGE KLIENTIN, WERKSTÄTTE BREGENZ/HARD

„ICH TREFFE MICH IM **TAGESZENTRUM** MIT **MENSCHEN** UND HABE DADURCH **WIEDER** MEHR **SOZIALE KONTAKTE** UND **SAMMLE VIELE SCHÖNE MOMENTE.**“

KLIENTIN, TAGESZENTRUM DORNBIRN