

www.spd.ch

Dr. Roland Weber
 Chefarzt SPD



NOVEMBER 2005

EDITORIAL

SCHWERPUNKT

Konsiliar- und Liaisonpsychiatrie

www.spd.ch/paarfamilie

Die Psychiatrie entwickelt sich immer mehr zu einem medizinischen Teilgebiet wie jedes andere und nähert sich damit der somatischen Medizin zunehmend an. So betreiben Spitäler heute oft neben internistischen und chirurgischen Abteilungen auch psychiatrische Stationen, in der Schweiz beispielsweise in Sarnen, Burgdorf und neuerdings in Affoltern a.A. Der psychiatrische Patient betritt dort das Spital durch die gleiche Türe wie der internistische oder chirurgische. Auch im Kanton Schwyz ist eine entsprechende Entwicklung grundsätzlich denkbar. Psychiatrische Kliniken kehren zunehmend aus den abgelegenen Winkeln, in die sie einst verschämt verbannt worden waren, in Gemeindegemeinde zurück. Selbst Personen des öffentlichen Lebens stehen heute zu eigenem psychischen Leiden und Menschen mit psychischen Problemen suchen sehr viel selbstverständlicher Hilfe als noch vor 20 Jahren. Dies ist Ausdruck und Folge der Entstigmatisierung psychischer Störungen. Diese Entwicklung ist vorbehaltlos zu begrüssen.

Die Gleichsetzung der Psychiatrie mit der somatischen Medizin kann allerdings auch zu problematischen Schlussfolgerungen führen. So definieren Exponenten des biologischen Reduktionismus die Psychiatrie nur noch als Teilgebiet der Neurologie. Eine Depression wird lediglich als Gleichgewichtsstörung der Neurotransmitter interpretiert und die Schizophrenie unterscheidet sich bei ihnen nicht mehr grundsätzlich von der Parkinsonschen Krankheit. Damit droht jedoch die Essenz der Psychiatrie verloren zu gehen. Durch sie nämlich unterscheidet sich - wie ein Scherzbold einst treffend bemerkte - die Humanmedizin erst von der Veterinärmedizin. Das Leiden des sich seiner selbst bewussten Menschen an sich selbst und dessen Linderung verlangt in seinen subjektiven und existentiellen Dimensionen prinzipiell andere Zugänge als beispielsweise die Infektiologie.

Eine gute Illustration des Gemeintem bietet der umstehende Artikel, der eine Gruppentherapieform aus der Tradition der humanistischen Psychologie vorstellt. Eine andere und äusserst gewinnbringende Frucht der Integration der Psychiatrie ins medizinische Versorgungssystem, die seit kurzem auch im Kanton Schwyz angeboten wird, stellt der nebenstehende Beitrag vor, nämlich die regelmässige Präsenz im Allgemeinspital in Form der Liaisonpsychiatrie.

■ med. pract. Welf Hlubek
 Oberarzt SPD Goldau

Zwischen dem Spital Schwyz und dem SPD Goldau besteht seit Oktober 05 eine psychiatrische Konsiliar- und Liaison-Vereinbarung. Der SPD stellt damit ganzjährig einen allgemeinen psychiatrischen K & L-Dienst mit einem 30% Penum zur Verfügung. Bisher (2004/2005) wurden bereits 1 - 2 Konsilien pro Woche durchgeführt.

Was ist Konsiliar- und Liaisonpsychiatrie?

Die K&L-Psychiatrie versteht ihre Tätigkeit als Beratung von Ärzten/Ärztinnen bei der Diagnostik und Therapie ihrer Patienten, die evtl. zusätzlich ein psychiatrisches Problem haben.

In der Schweiz bestehen 88 psychiatrische K & L-Dienste; ein Viertel davon bieten neben der einmaligen konsiliari-schen Beratung auch einen Liaison-Dienst an, d.h. eine engmaschige, institutionalisierte Zusammenarbeit in Form von gemeinsamen Besprechungen, Visiten, Therapieplanung, Teaching und Coaching.

Historie

Bereits 1873 war in den USA ein Psychiater für «crops» (Wracks) zuständig. 1902 wurde in New York die erste psychiatrische Abteilung in einem Allgemeinspital eingerichtet. Im Lauf der Jahrzehnte etablierte sich die Konsiliar- und Liaisonpsychiatrie zusehends, so dass diese Spezialität der Psychiatrie Ende der 70er Jahre obligatorisch in die Weiterbildung aufgenommen wurde; seit 2001 existiert dort ein Fähigkeitsausweis in K & L Psychiatrie.



In der Schweiz wurde nach entsprechenden Vorläufen ein Curriculum für einen (angestrebten) Fähigkeitsausweis formuliert. 2001 konstituierte sich die SGKLP (Schweizerische Gesellschaft für Konsiliar- und Liaisonpsychiatrie). Ein Jahr später anerkannte die SGP die SGKLP als Untergruppe.

In zahlreichen Untersuchungen wurde übereinstimmend festgestellt, dass Patienten in Allgemeinspitälern zu einem überraschend hohen Anteil - neben den körperlichen Erkrankungen - zusätzlich an krankheitsrelevanten psychischen Störungen leiden. Die gefundenen Prävalenzen bewegen sich zwischen 15-60%. Dies bedeutet, dass zu einem beliebigen Zeitpunkt bei ca. 30% der Patienten in einem Allgemeinspital ein gemäss ICD-10 diagnosewürdiges psy-

chiatrisches Leiden vorliegt. Meist sind dies depressive, suizidale, demenzielle und Abhängigkeitssyndrome. Nicht selten ist diese Störung weder erkannt noch adäquat behandelt, der Patient/die Patientin gilt als schwierig, unkooperativ oder gar als Simulant. Besonders häufig

fallen solche Patienten auf internistischen oder chirurgischen Abteilungen auf. Nicht oder spät erkannte psychiatrische Ko-Morbidität kann zu Verlängerung der Hospitalisationsdauer führen und damit dem Zeitgewinn durch moderne Behandlungsmethoden entgegenwirken.

Alle Beteiligten hoffen durch diese Novität in Schwyz allmählich bei mehr Menschen die Scheu vor der Psychiatrie mildern zu können und zu grösserer Behandlungszufriedenheit und Lebensqualität beizutragen.

INTERN

Entspannungsgruppe des SPD – Fachstelle Goldau

www.spd.ch/allgemein

■ Martin Rüther, Psychologe FSP, lic. phil. I

Seit Mai 2004 finden in der Beratungsstelle Goldau Gruppen für Entspannung und Imagination statt. Es handelt sich um je 10 eineinhalbstündige Gruppensitzungen im wöchentlichen Abstand, wobei auch längere Unterbrechungen (Ferien) möglich sind. Im Frühjahr/Sommer werden die Gruppen abends, im Herbst und Winter vormittags angeboten. Die Gruppen finden im Sitzen statt.

Verwendete Grundlagen

Kern der Arbeit in der Gruppe ist die Progressive Muskelrelaxation (PMR) nach Jacobson, wobei wir uns an der Literatur von U. Sammer und E. Hofmann orientieren (Literaturangaben beim Autor). Anders als das bekanntere Autogene Training, welches im Sinne einer Selbsthypnose direkt auf unwillkürliche Vorgänge zielt, wird in der PMR abschnittsweise die Willkürmuskulatur zunächst angespannt und dann gelöst, womit in einer Art Pendeleffekt die Entspannung vertieft wird.

Die Arbeit wird von Beginn weg kombiniert mit einer kurzen Trance-Induktion; es folgen geführte Imaginationen oder auch individuelle Formeln nach Art des Autogenen Trainings, um persönliche Ziele anzusteuern. Die PMR, die detailliert geübt recht langfädig und dadurch aufwendig ist, wird mit zunehmender Übung verkürzt, ausserdem wird sie nach dem Prinzip des Klassischen Konditionierens mit dem Atem sowie mit individuell gewählten Wörtern (als Anker) verbunden, sodass die Übungserfahrung zunehmend in den Alltag integriert werden kann. Aus demselben Grund werden auch frei formulierte Entspannungsinduktionen sowie Elemente des Autogenen Trainings in die Stunde integriert.

Ziele

Ziel ist es, dass die Entspannungserfahrung zu einer Alltagserfahrung werden kann und mit der Zeit sich vom eigentlichen «Üben» der PMR lösen kann. Das Wort «Üben» an sich scheint ohnehin für viele Menschen

mit Unlust besetzt und damit geradezu entspannungsverhindernd zu sein. Gemäss den Feedback-Runden absolvieren denn auch nur die Disziplinierten der Teilnehmenden tatsächlich täglich ausführliche Übungen zwischen den Gruppensitzungen. Viele berichten hingegen, dass sie sich in Alltagssituationen entspannen konnten, indem sie sich an die Gruppensitzungen erinnern haben, ihnen vielleicht Bilder aus den Imaginationen in den Sinn gekommen sind. Andere benutzen das Anker-Wort in kritischen Situationen. Die Teilnehmenden machen die Beobachtung, dass sie Spannungen, welche sich aufgebaut haben, besser realisieren, und dann nach dem Grundprinzip der PMR – verstärkt anspannen und dann entspannen – auch gut lösen können.

Vorgehen

Während des Eintreffens der Teilnehmenden läuft im Raum eine ruhige Musik (keine eigentliche Entspannungsmusik). Nachdem diese dann abgestellt wird, folgt eine Eingangsrunde: Erfahrungen mit den Übungen, mit einschlägigen Situationen während der Woche. Es wird dann ggf. ein neues Element eingeführt, wie Verkürzungen, interne Formeln, (Anker)wort, etc. Anschliessend beginnen wir in den ersten Sitzungen mit den PMR-Übungen; in den späteren Sitzungen wird vorher noch eine frei formulierte Entspannungsinduktion vorgeschaltet. Direkt im Anschluss an die PMR erfolgt mit 10 langsam rückwärts gezählten Atemzügen nochmals eine Vertiefung, sodass ein leichter Trance-Zustand erreicht wird. Dies ergibt einen Raum für geführte Imaginationen allgemein unterstützenden Charakters ("Safe Place", oder Texte, welche therapeutisch wirksame Grundeinstellungen vermitteln). Alternativ dazu kann der Raum von den Teilnehmenden auch für selbstunterstützende individuelle Formeln genutzt werden, welche vorher erarbeitet wurden. Am Schluss der Folge wird der Entspannungszustand in ritualisierter Form zurückgenommen und kurz Erfahrungen ausgetauscht.

Der entspannte Zustand impliziert eine Lockerung der Kontrollfunktionen. Dies kann dazu führen, dass plötzlich verdrängte Bilder und Gefühle wieder auftauchen, oft verbunden mit Angst. In der anschliessenden Austauschrunde kann dies angesprochen werden; falls nötig, ist auch im Anschluss an die Gruppenstunde noch Zeit reserviert.

Indikationen

Entspannungsübungen sind für die meisten Menschen nützlich als Prophylaxe gegen zu grossen Stress, besser abschalten zu können und Ähnliches, haben also eine psychohygienische Funktion. PMR fördert die Selbstwahrnehmung und damit auch die Fähigkeit zur Selbstreflexion, d.h. die Grundlagen auch für die individuelle Psychotherapie. Darüber hinaus werden durch die geführten Meditationen psychotherapie-relevante Grundeinstellungen gefördert («sich öffnen für neue Erfahrungen», «Ressourcenaktivierung», «Zukunftsorientierung», «Achtsamkeit»).

Die PMR ist eine Methode, welche von den Patientinnen und Patienten besonders gut als Selbstkontroll-Strategie eingesetzt werden kann, etwa in potentiell angstauslösenden Situationen oder in Krisensituationen. Schliesslich kann die Formelbildung im Sinne der Selbsthypnose direkt eingesetzt werden zur Unterstützung von therapeutischen (Teil-)Zielen oder auch zur Schmerzkontrolle.

Indiziert sind Entspannungsmethoden somit allgemein zur Intensivierung psychotherapeutischer Prozesse, bei Depressionen, psychosomatischen Störungen, Angststörungen, Schlafstörungen, Schmerzen, Essstörungen und Suchterkrankungen. Wegen der gelockerten Kontrollfunktionen sind sie kontraindiziert bei akuten Psychosen, bei starken akuten Angst-/Panikstörungen. Bei ausgeprägten Zwangsstörungen gelten sie als wenig hilfreich. Als somatische Kontraindikationen werden unklarer stechender Kopfschmerz und das Schlafapnoe-Syndrom genannt.

ETCETERA

Beiträge der Fachstellen für Alkoholfragen, Drogenfragen, Sozialpsychiatrie und Psychotherapie

Umzug der Beratungsstelle in Einsiedeln

Unsere Beratungsstelle und die sozial-psychiatrische Tagesstätte in Einsiedeln wird an Weihnachten von der Nordstrasse in den neu erstellten Adnexbau des Bezirksspitals umziehen. Wir gewinnen dadurch dringend benötigte zusätzliche Räumlichkeiten. Ausserdem vereinfacht sich natürlich auch die Zusammenarbeit mit dem Spital. Die neue Adresse lautet: SPD, Spitalstrasse 30, 8840 Einsiedeln. Die Telefonnummer bleibt unverändert.

Neue Mitarbeiterin an der Fachstelle für Suchtprävention

Frau Alice Keller arbeitet seit 1. November 2005 neu an unserer Fachstelle für Suchtprävention. Frau Keller studierte an der Universität Zürich Psychologie und Prävention und Gesundheitsförderung. Sie ersetzt Daniel Maibach, der nach 6½-jähriger, erfolgreicher Aufbauarbeit eine neue Herausforderung annimmt und auch die Redaktion des SPD-AKTUELL abgibt. Wir danken ihm an dieser Stelle für seinen wertvollen Einsatz und wünschen ihm alles Gute.

Angebote für Angehörige an der Fachstelle für Alkoholfragen

Die Fachstelle für Alkoholfragen hat ihr Angebot für Angehörige von Personen mit Alkoholproblemen neu formuliert. Angehörige können sich beraten lassen, wie sie konkret vorgehen oder sich verhalten können, wenn ein Familienmitglied abhängig trinkt, oder auch, wenn sie einen entsprechenden Verdacht haben. Gegebenenfalls sind auch längere unterstützende Beratungen möglich. Ausserdem besteht ein Gruppenangebot, z.Zt. einmal pro Jahr am Standort Lachen bzw. Goldau, welches neben der Information dem Austausch und auch der gegenseitigen Unterstützung dient. Einzelberatungen sind für die ersten drei Stunden kostenlos. Falls keine eigene Krankheitsdiagnose vorliegt, werden weitere Stunden einkommensabhängig zu bescheidenen Ansätzen verrechnet. Die Gruppe, zehn Abende, kostet 150.- Franken.

Neue Leiterin der Fachstelle für Aidsfragen

Stefan Brandstetter verlässt nach 6-jähriger Tätigkeit die Fachstelle. Wir danken ihm für seinen grossen und engagierten Einsatz in diesem wichtigen Gebiet. Nachfolgerin wird Frau Heidi Rast. Frau Rast arbeitet seit 4½ Jahren im Bereich Aidsprävention im Kanton Luzern und wir freuen uns mit ihr eine kompetente Mitarbeiterin gewonnen zu haben.

Neue Assistenzärztin in Lachen

Frau Marija Velickovic beendet ihre Tätigkeit an unseren Beratungsstellen in Lachen und Einsiedeln nach 4½ Jahren, um ihre Ausbildung an der Psychiatrischen Klinik Oberwil fortzusetzen. Wir danken ihr für ihren unermüdlichen und kompetenten Einsatz in dieser Zeit. Frau Angelika Toman wird ihre Nachfolge antreten. Sie ist bereits ausgebildete Neurologin und arbeitete zuletzt während 3½ Jahren an der Psychiatrischen Klinik Schlössli/Oetwil.

Hohe Patientenzufriedenheit im SPD

Im Sommer führten wir eine umfassende Befragung unserer Patientinnen und Patienten durch, in welcher wir Antworten zu verschiedenen Qualitätsaspekten suchten. Es beteiligten sich insgesamt 357 Patienten. Die Beurteilung unserer Arbeit durch die Benutzerinnen und Benutzer hilft uns eine objektivere Einschätzung unserer Arbeit vorzunehmen und allfällige Schwachstellen zu eruieren. Für die Ergebnisse sind uns vom Kanton im Rahmen des laufenden Leistungsauftrages Sollwerte im Sinne von Qualitätsstand-

ards vorgegeben. Die Resultate sind für uns erfreulich und ermutigend. Die vom Kanton vorgegebenen Standards werden zum Teil deutlich übertroffen. Die Frage: «Wie empfinden Sie alles in allem die Behandlung bei uns?» beantworteten 54.4% mit «sehr gut», 41.0% mit «gut» und 4.6% mit «befriedigend». Damit konnten die guten Resultate der ersten Umfrage 2000 bestätigt werden.

Neuer Oberarzt in Goldau

Unser Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie Dr. Dominique André wurde auf den 1. Oktober 2005 zum Oberarzt an der Beratungsstelle in Goldau befördert. Wir gratulieren ihm ganz herzlich und freuen uns, ihn für diese anspruchsvolle Tätigkeit gewonnen zu haben. Dr. André absolvierte seine Ausbildung an den Psychiatrischen Kliniken Hard in Embrach, Königsfelden sowie seit Mai 2003 in unserem Dienst. Er verfügt über eine systemtherapeutische Zusatzausbildung.

Impressum**Redaktionsteam**

Denise Johansen, Daniel Maibach (Leitung), Martin Rüther

Kontakt

Freddy Businger, Fachstelle für Suchtprävention
Gotthardstrasse 31, 6410 Goldau
Tel. 041 859 17 37 / Fax 041 859 17 39 / E-Mail freddy.businger@spd.ch

Zweigstellen

SPD Lachen
Mittlere Bahnhofstrasse 1, 8853 Lachen
Tel. 055 451 27 17 / Fax 055 451 27 19 / E-Mail spd.lachen@spd.ch

SPD Goldau
Rigistrasse 11, 6410 Goldau
Tel. 041 859 17 17 / Fax 041 859 17 19 / E-Mail spd.goldau@spd.ch

SPD Einsiedeln
Nordstrasse 17, 8840 Einsiedeln
Tel. 055 412 22 33 / Fax 055 422 13 75 / E-Mail spd.einsiedeln@spd.ch

Fachstelle für Suchtprävention
Gotthardstrasse 31, 6410 Goldau
Tel. 041 859 17 37 / Fax 041 859 17 39 /
E-Mail suchtprevention.schwyz@spd.ch

Fachstelle für Aidsfragen
Gotthardstrasse 31, 6410 Goldau
Tel. 041 859 17 27 / Fax 041 859 17 29 / E-Mail aidsfragen.schwyz@spd.ch

Fachstelle für Paar- und Familienberatung
Steigstrasse 2, 6430 Schwyz
Tel. 041 811 43 40 / Fax 041 811 30 50 /
E-Mail familienberatung.schwyz@spd.ch

Fachstelle für Paar- und Familienberatung
Oberdorfstrasse 2, 8808 Pfäffikon
Tel. 055 410 46 44 / Fax 055 410 46 94 /
E-Mail familienberatung.pfaeffikon@spd.ch

Layout/Satz/Druck
KONRAD PRINT ARTH

CALENDARIUM

Veranstungshinweise der SPD-Fachstelle

Fachstelle für Suchtprävention

www.spd.ch/suchtpraevention

Basismodul Prävention für das 7. Schuljahr

Nach den 6 stattgefundenen Präventionstagen sind bereits die nächsten terminiert. Am 1. und 2. Dezember 2005 erleben die Schülerinnen und Schüler des 7. Schuljahres der MPS Einsiedeln dieses Basismodul. Am Morgen bekommen sie durch die Theatergruppe BILITZ Einblicke in die Suchtproblematik. Am Nachmittag wird das Thema in verschiedenen Workshops vertieft. Weitere Daten für Basismodule sind: 16./17. März 2006, 18./19. Mai 2006 und 8./9. Juni 2006.

Schuleinsätze Primarschule

Prävention kann kaum früh genug einsetzen. Vermehrt sollen darum in Zukunft Primarschulen Präventionsveranstaltungen durchführen. Im Januar gestaltet die Primarschule Illgau vier Halbtage in Zusammenarbeit mit den Fachstellen für Suchtprävention und für Aidsfragen. Zwei Halbtage befassen sich mit dem Geniesen und mit Abhängigkeiten und die anderen zwei mit Sexualerziehung.

Informationsveranstaltung für politisch Tätige

Politische Gremien tragen Verantwortung für Massnahmen zur strukturellen Prävention. Die Fachstelle für Suchtprävention lädt im Rahmen der Offensive gegen das Rauchen ZIGI NEIN DANKE am 23. November Politikerinnen und Politiker des Kantons zu einer Veranstaltung zum Thema Tabakprävention ein. Mit Dr. med. Markus Schnoz, Mitglied der Projektleitung ZIGI NEIN DANKE, Verena El Fehri, Geschäftsführerin der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz und Reto Wiesli, Geschäftsführer der Fachstelle für Gesundheitspolitik Schweiz, werden drei versierte Fachpersonen Impulsreferate halten.

Fachstelle für Paar- und Familienberatung

www.spd.ch/paarfamilie

TEEN – Triple P – Positive Parenting Programm – Erziehung von Teenagern positiv gestalten

Finden Sie sich manchmal bei der Erziehung Ihres Teenagers in schwierigen Situationen wieder? Sie suchen klare Strategien für den Alltag, Tipps, die Ihnen den Umgang mit Jugendlichen erleichtern? Die neuere Forschung kann solche Hilfen anbieten in

Form des Programms TEEN-Triple P, anerkanntes und erprobtes Kursangebot, wissenschaftlich begleitet von der Uni Fribourg. Das Programm hilft Eltern:

- Ursachen von jugendlichen Verhaltensproblemen zu erkennen,
- ungünstige Erziehungspraktiken durch angemessene und effektive Strategien zu ersetzen,
- den Jugendlichen auf konstruktive Art neue Fähigkeiten zu vermitteln,
- wie man eine positive Beziehung zu seinem Kind fördert,
- wie mit Problemverhalten des Jugendlichen umzugehen,
- den Stress zu reduzieren, der mit der Erziehung von Jugendlichen verbunden ist.

Das Angebot richtet sich an Eltern von 11 bis 16 jährigen Jugendlichen. 4 Abende à ca. 2½ Stunden in der Gruppe und vier telefonische Beratungen nach dem Kurs.

Leitung: Martina Krieg, Triple P-Trainerin und 3-fache Mutter

Kosten: Einzelperson 190.–, Paar 280.–
Kursmaterial: 35.–

Daten: Montag, 9./16./23./30.1.2006 und Mittwoch, 22.2.2006 in Pfäffikon

Väterliche Beziehungen

Das Leben in der Beziehung zu den eigenen Kindern löst bei Männern oft andere Gefühle, Gedanken und Vorstellungen aus als bei Frauen. Vatersein stellt Männer heute vor eine anspruchsvolle und intensive Entwicklungsarbeit in der Beziehung zu sich selber, zu den Kinder, zur Partnerin, zur Berufswelt. Welcher Mann würde da nicht gerne mal seine Erfahrungen und Vorstellungen mit andern Männern austauschen und erleben, dass er nicht alleine daran ist, sein Vatersein bewusst und befriedigend zu gestalten. Hinzu kommen gezielte Impulse und Tipps rund ums Vatersein.

Leitung: Raphael Kaiser-Binkert, Vater von 2 Kindern, Paar- und Familientherapeut, Mitarbeiter Mannebüro Luzern

Kosten: Fr. 150.–

Daten: Mittwoch, 8./15./22.3.2006 in Schwyz

Miteinander reden und es macht beiden Spass

In der ersten Verliebtheit fließen die Worte wie von selbst. Nach einigen Jahren Beziehung ist dieser Fluss häufig ins Stocken geraten. Warum ist das so und was kann man dagegen tun? An diesem Abend bekommen Paare neben Informationen auch Ideen für gemeinsame Gespräche, die Spass machen.

Leitung: Claudia Bertenghi, Psychologin, Paar- und Familientherapeutin

Kosten: Einzelpersonen Fr. 25.–
Paare Fr. 40.–

Daten: Dienstag, 4.5.2006 in Pfäffikon
Ihre Anmeldung oder Fragen erwarten wir gerne telefonisch oder per mail.
familienberatung.pfaeffikon@spd.ch oder familienberatung.schwyz@spd.ch

Fachstelle für Alkoholfragen

www.spd.ch/alkoholfragen

Gesprächsgruppe für Angehörige von Alkoholkranken

Dieser sieben-teilige Zyklus wird zwei Mal jährlich angeboten. Angehörige haben die Gelegenheit, sich über ihre Erfahrungen mit der Suchterkrankung auszutauschen und über ihre Sorgen und Ängste zu sprechen. Sie lernen ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse besser erkennen und ihnen Raum zu schaffen. Die Gruppe beginnt am 24. Oktober und findet bis zum 5. Dezember jeden Montag von 17.45 bis 19.45 statt.

Nie mehr FiaZ!

Alkoholisierter Autofahrer und -fahrerinnen, die in eine Polizeikontrolle geraten sind, haben seit dem 1. Januar 2005 Gelegenheit, einen eintägigen Kurs zu besuchen mit dem Ziel, Alkoholtrinken und Autofahren zukünftig zu trennen. Der Kurs wird monatlich angeboten und ermöglicht den Teilnehmenden, den Führerausweis einen Monat früher zurück zu bekommen.

Gesprächsführung bei Suchtproblemen

Fachpersonen im Sozial- und Gesundheitsbereich lernen das Konzept der Motivierenden Gesprächsführung nach Miller und Rollnick kennen. Der Kurs findet statt am 24. November 2005 im Pfarreizentrum Eichmatt in Goldau.

9. Schweizerischer Solidaritätstag für Menschen mit Alkoholproblemen

Der Solidaritätstag findet am Donnerstag, 17. November 2005 statt. «Alkohol im Alter» lautet das diesjährige Thema. Entsprechend wird die Öffentlichkeitsarbeit vom SPITEX-Kantonverband, der Pro Senectute und dem Fachbereich Alkohol des SPD gemeinsam durchgeführt.

Weitere Angebote

www.spd.ch/allgemein

Entspannungstherapie in Gruppen

Am 16. November 2005 startet wieder eine neue Gruppe für Entspannungs- und Imagination. Weitere Informationen zu diesem Angebot kann in dieser Ausgabe des SPD AKTUELL und der Rubrik INTERN nachgelesen werden.