

# Wohltuender Blick auf ernstes Thema

Die Aktionstage beleuchten die psychische Gesundheit aus unterschiedlichen Perspektiven

**Bis am 8. November finden die 9. Aktionstage Psychische Gesundheit im Kanton Solothurn statt. Anhand verschiedener Themen wird aufgezeigt, dass es viele Wege gibt, Ressourcen zu stärken, um psychisch gesund zu werden respektive zu bleiben. Bekannt sind nun auch die Firmen, die für den Solothurner Sozialstern nominiert sind – aus dem Anzeiger-Gebiet die Härterei Gerster AG, Egerkingen.**

Es ist paradox. Obschon in der Schweiz nahezu jeder zweite Mensch im Verlauf des Lebens einmal an einer klinisch relevanten, behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankung leidet, ist das Thema nach vor mit vielen Tabus behaftet. Die Aktionstage Psychische Gesundheit im Kanton Solothurn tragen seit der Eröffnung gestern während zweier Wochen zum neunten Mal dazu bei, das zu ändern: An mehreren Orten finden insgesamt 16 Anlässe statt, die das ernste Thema in Referaten, Diskussionen, Workshops, Filmvorführungen oder Lesungen facettenreich und lustvoll aufgreifen.

## Chancen packen

Besonderen Wert legt das Organisations-team auf die Ressourcen von Menschen. «Eine psychische Erkrankung ist keine Einbahnstrasse. Sie endet mitnichten tragisch, wie man angesichts der vielen negativen Meldungen in Medien vielleicht denken mag», sagt OK-Mitglied Manuela Meneghini. «Nebst all jenen, die dank Achtsamkeit gesund bleiben, gibt es zahlreiche Beispiele von Personen, die ihr Leben nach einem Rückschlag wieder in den Griff gekriegt haben. Oder von psychisch erkrankten Menschen, die gelernt haben, damit umzugehen und Chancen zu packen.»

Philipp Gurt etwa, der in mehreren Institutionen aufgewachsen ist, in denen Übergriffe den Alltag prägten. Barbara Miller hat seinen Weg aus der Hölle in ein besseres Leben dokumentarisch verfilmt. «Vom Schattenkind zum Erfolgsautor» wird an den Aktionstagen diesen Sonntag, 29. Oktober, gezeigt. Via Skype schildert Philipp Gurt im Anschluss an den Film seine ganz eigene Sicht der Dinge. Weitere Aktionstage-Anlässe greifen Themen wie Glückliche, Borderline, Wertschätzung, Social Media, Alkoholab-



Präsentieren ein abwechslungsreiches Programm: Das Organisationskomitee mit Manuela Meneghini, Amt für soziale Sicherheit Kanton Solothurn, Urs Trösch, Leiter Beratungsstelle Pro Infirmis Aargau-Solothurn, Brigitte Althaus, Solodaris Stiftung und Annette Lanser, Psychiatrische Dienste der Solothurner Spitäler SoH (von links).

ZVG

hängigkeit, Schönheitswahn oder ADHS auf (Informationen zu Veranstaltungen im Anzeiger-Gebiet: siehe Kasten).

## Engagement belohnen

Die Aktionstage enden am Mittwoch, 8. November, feierlich: Mit der Verleihung des 8. Solothurner Sozialsterns, der Auszeichnung für sozial engagierte Firmen. Folgende Unternehmen sind nominiert: Aeschlimann AG, Lüsslingen; Härterei Gerster AG, Egerkingen; Immo-11, Stocker & Haldemann, Solothurn.

Den Preis übergibt Regierungsrätin Susanne Schaffner, Vorsteherin Departement des Innern.

## Kanton Solothurn als Vorbild

Der Eintritt zu sämtlichen Anlässen ist frei, das Publikum hat stets die Möglichkeit, Fragen zu stellen und Erfahrungen auszutauschen. Die Veranstaltungsreihe richtet sich nicht nur an Fachleute, Betroffene und Angehörige, sondern an alle. Psychische Gesundheit geht jede und jeden an. MGT

## Die Anlässe im Anzeiger-Gebiet

**Borderline-Trialog: Eine Erkrankung, die alle an ihre Grenzen bringt**  
Fr., 27. Okt., 18.30 Uhr, GerolagCenter, Olten: Von Borderline wird viel gesprochen – und doch weiss man wenig darüber. Was ist das für eine Erkrankung, wie äussert sie sich, wie entsteht sie und wie kann man sie behandeln?

**Filmmatinee mit Diskussion: Vom Schattenkind zum Erfolgsautor**  
So., 29. Okt., 10 Uhr, Kino Lichtspiele, Olten: «Vom Schattenkind zum Erfolgsautor» greift das Thema auf, dass in der Schweiz Kinder aus zerrütteten Familien einst als minderwertig angesehen und in Heime gesteckt wurden. Diesen Weg machte auch Philipp Gurt mit, Protagonist des Dokumentarfilms.

**Wertschätzer leben gesünder und haben grössere Aussicht auf Erfolg**  
Mi., 1. Nov., 10.30 Uhr, Kino Lichtspiele, Olten: Wertschätzung hat einen positiven Einfluss auf die Gesundheit. Was es braucht, um wertschätzend zu leben, zeigen an dieser Veranstaltung zwei Fachpersonen authentisch, ehrlich und ohne Umwege auf.

**«Die reden ja gar nicht mehr miteinander!»: Teufelszeug virtuelle Welten?**  
Do., 2. Nov., 16.30 Uhr, BZ Gesundheit und Soziales, Trimbach: Der Smartphone-Gebrauch und die veränderte Kommunikation der Lernenden geben während der Ausbildung wiederholt Anlass zu Diskussionen. Dieser Austausch zwischen den Generationen bietet Gelegenheit, sich über Herausforderungen und Möglichkeiten zu unterhalten. Anmeldung: info@iradis.ch.

**Filmmatinee mit Diskussion: Wenn die Mutter in einer Depression versinkt**  
So., 5. Nov., 11 Uhr, Kino Lichtspiele, Olten: Dem Leben der eigenen Mutter und damit auch deren Depression widmet sich Filmemacherin Dominique Margot in «Looking like my mother».

[www.psychische-gesundheit-so.ch](http://www.psychische-gesundheit-so.ch)