



UPDate



Unico Data in Münsingen erhält den Berner Sozialstern 2021



Das Job Coach Placement der UPD hat der IT-Firma Unico Data in Münsingen an der Preisverleihung vom 17. November 2021 im Berner Rathaus den Berner Sozialstern 2021 verliehen. Damit wurde bereits zum 13. Mal eine Firma ausgezeichnet, die sich besonders für die berufliche Integration von Menschen mit einer psychisch bedingten Leistungseinschränkung engagiert.

16 Firmen aus der Region wurden für den Berner Sozialstern 2021 nominiert. Drei schafften es in die engere Auswahl und erhielten Besuch durch die Jury mit Persönlichkeiten aus

Wirtschaft, Politik, IV und Psychiatrie, die sich vor Ort über die Leistungen der Firma im Bereich Arbeitsintegration informieren liess.

Besonders beeindruckt hat die Jury die Unico Data AG in Münsingen und kürte sie deshalb zum Preisträger 2021.

Bereits bei der Gründung vor 25 Jahren wurde der soziale Gedanken beziehungsweise die «soziale DNA» gepflanzt. 2011 durfte die Firma den Berner Sozialstern schon einmal entgegennehmen. Seither wurde das soziale Engagement

weitergetragen und wird in der Firma gelebt. Die IT-Branche ist einem rasanten Technologie-Wechsel ausgesetzt, es braucht viel Flexibilität und teils rasches Erkennen der Zeichen, um am Ball zu bleiben. Bei Unico Data steht der Mensch im Zentrum. Die Wertigkeit jedes Mitarbeitenden wird gleich hoch angesehen, auch wenn jemand etwas weniger Leistung erbringen kann aufgrund einer psychischen Beeinträchtigung. Bei der Selektion von neuen Mitarbeitenden wird die Werthaltung mit einbezogen, die sozialen Unternehmenswerte müssen mitgetragen werden. Der Verwaltungsrat steht ebenfalls hinter diesen Unternehmenswerten, welche im Leitbild festgehalten sind. Die Unico Data AG möchte ein Leuchtturm und ein Vorbild in der Branche

Die beiden anderen nominierten Firmen, welche in die engere Wahl gekommen waren, erhielten eine Auszeichnung für «Best Practice»:

- Johns kleine Farm, Kallnach
- Provisorium 46, Bern

sein. Von den total 70 Mitarbeitenden sind derzeit fünf mit einer psychisch bedingten Leistungseinschränkung angestellt.

Mike Sutter

Home Treatment nach einem Suizidversuch



Seit Mitte Oktober 2021 wird die Kurztherapie ASSIP® für Menschen nach einem Suizidversuch im Kanton Bern auch im Home Treatment angeboten.

Die Kurztherapie ASSIP® (Attempted Suicide Short Intervention Program) sollte allen Patientinnen und Patienten nach einem Suizidversuch routinemässig angeboten werden. Bis zu 50 Prozent der Menschen, die einen Suizidversuch machen, nehmen jedoch heute keine Hilfe in Anspruch. Gründe dafür sind zum Beispiel die Angst vor Stigmatisierung, Scham oder die Immobilität der Patientinnen oder Patienten. Um diese besonders vulnerablen Menschen ab 18 Jahren besser zu erreichen, wird ASSIP seit Mitte Oktober im Kanton Bern neu als Home Treatment angeboten. Die Psychologin Michèle Meier und der Psychologe Cédric Bryner übernehmen diese Aufgabe im Rahmen des ASSIP-Home-Treatment-Projektes zusätzlich zu ihren bisherigen Tätigkeiten in der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD.

Damit wird der Zugang zu einer präventiven Therapie für Patientinnen und Patienten nach einem Suizidversuch noch niederschwelliger und das Umfeld kann stärker einbezogen werden.

Weitere Informationen zu ASSIP® Home Treatment finden Sie unter www.assip.org

Anne Le Penven

Geschenke für Kinder und Jugendliche in der UPD

Tolle Geste des Mittelländischen Fussballverbands (MFV). Der Förderverein «Future4Kids» des MFV schenkte der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie der UPD Trainingsmaterialien für den Sportunterricht.

Marco Galiffa (links im Bild), Vorstandsmitglied des Mittelländischen Fussballverbands und Mitarbeiter der UPD, konnte dem Sportlehrer Rada Burkhardt (rechts im Bild) gleich mehrere Trainingsbälle, Überziehleibchen, Markierungshütchen sowie zwei Tornetze überreichen.



Rada Burkhardt, ein Fussballexperte, der selber mehr als zwölf Jahre als Trainer beim FC Belp tätig war, führt mit den zwölf Schulklassen der UPD regelmässig einen Sportunterricht durch.

Neben dem regulären Schulsport werden dabei auch Fussball-, Windsurf-, Kletter-, Ski- und Snowboardkurse angeboten. Dank den durch den Förderverein «Future4Kids» überreichten Fussballutensilien wird Sportlehrer Burkhardt die Trainingseinheiten mit dem runden Leder in Zukunft sogar noch ein bisschen professioneller gestalten können.

Quelle: Bärnerbär



Cannabis und Cannabiskonsumstörungen

Das zweite Suchtsymposium der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD zum Thema «Cannabis und Cannabiskonsumstörungen» fand Ende Oktober in der UPD statt.

Diese Hybridveranstaltung fand grossen Anklang, waren doch ca. 100 Fachleute vor Ort dabei und 32 zugeschaltet. Nach der Begrüssung durch Prof. Dr. med. Werner Strik und der Einleitung durch den Organisator Prof. Dr. phil. Franz Moggi, durfte das Fachpublikum drei renommierten Referenten und einer Referentin zuhören.

Prof. Dr. Boris Quednow, ausserordentlicher Professor für Klinische und Experimentelle Pharmakopsychologie an der Medizinischen Fakultät der Universität Zürich ist ein Psychologe aus Deutschland, der sich schon lange mit Substanzkonsum und deren Begleiterscheinungen befasst. Er referierte über die Auswirkungen und Folgen des Cannabiskonsums. Der leitende Arzt und ärztlicher Leiter des Zentrums Suchtpsychiatrie der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD PD Dr. med. Philippe Pfeifer stammt ebenfalls aus Deutschland. Seine wissenschaftlichen Schwerpunkte liegen bei der Pharmakotherapie der Abhängigkeitserkrankungen sowie den Biomarkern und Pathophysiologie der Alkoholabhängigkeit. Er sprach über Regulierung,

Medikalisierung und Mental Health in Bezug auf Cannabis aus einer psychiatrischen Perspektive.

Die zugeschaltete Psychologin PD Dr. rer. nat. Eva Hoch von der Psychiatrischen Universitätsklinik München kennt sich betreffend die Therapie von Abhängigkeit und Sucht sowohl als Wissenschaftlerin als auch als Therapeutin aus. Sie beschäftigt sich seit fast 20 Jahren wissenschaftlich mit den Effekten von Cannabis. Sie hat zudem massgeblich das modulare Therapieprogramm von Cannabiskonsumstörungen mitentwickelt, evaluiert und in das deutsche Suchthilfesystem implementiert. Sie sprach über (allfällige) Fortschritte in der Behandlung von Cannabiskonsumstörungen.

Zum Abschluss referierte Prof. Dr. med. Reto Auer vom Berner Institut für Hausarztmedizin über erwartete kardiovaskuläre Folgen von nicht-medizinischem Cannabiskonsum. Er hat an den Universitäten Neuchâtel und Lausanne sowie an der Humboldt Universität in Berlin Medizin studiert, war später an der University of California in San Francisco und kam dann in die Schweiz zurück.

Erkenntnisse aus den Vorträgen

Der Nachmittag bot ein dichtes, spannendes und fundiertes Programm. Alle Referenten und die Referentin stellten dutzende von wissenschaftlichen Original- und Übersichtsarbei-

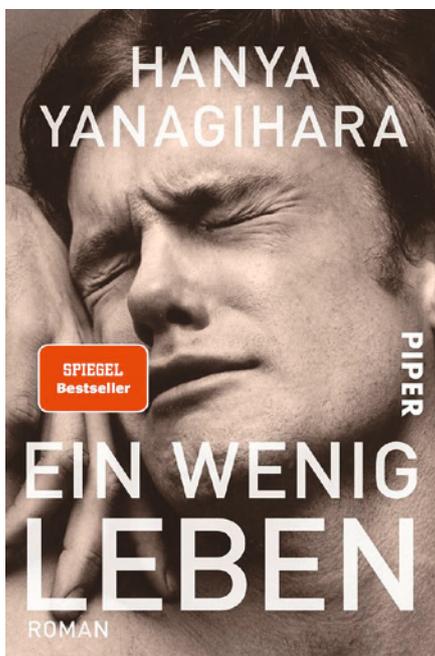
ten aus ihrer eigenen Forschung und aus relevanten wissenschaftlichen Zeitschriften vor. Es würde den Rahmen sprengen, eine substanzielle Zusammenfassung zu geben. Daher haben wir uns entschieden, einige interessante, gut abgestützte Befunde zu rapportieren.

- Das Gehirn reagiert plastisch auf alle psychoaktiven Substanzen (legale und illegale Substanzen sowie Psychopharmaka).
- Man unterscheidet zwischen der akuten Wirkung, der postakuten Wirkung danach, den chronischen (Neben-)Wirkungen und den langfristigen Folgen.
- Der Cannabiskonsum hat in Europa in den letzten 15 Jahren um ca. 10 Prozent zugenommen. Zudem sinkt das Alter des Konsumationsbeginns.
- Ca. 4 Prozent der Weltbevölkerung zwischen 18 und 64 Jahren hat im Jahr 2018 mindestens einmal Cannabis konsumiert (ca. 200 Mio. Menschen).
- Der THC-Gehalt ist deutlich höher als vor 10 bis 15 Jahren. Er hat sich durch spezielle Züchtungen und Synthetisierung fast verdoppelt. International gibt es grosse Unterschiede in der Konzentration von THC und zwischen den Applikationen (Rauchen, Dampfen, Essen etc.)
- Betreffend CBD gibt es noch kaum Studien über die Wirkungen und Nebenwirkungen.
- Im Gegensatz zu den meisten anderen legalen und illegalen Drogen verbleibt Cannabis deutlich länger im Körper (< 72 Stunden).
- Cannabis kann akut und nach starkem Konsum über Tage und Wochen die kognitive Leistungsfähigkeit beeinträchtigen.
- Cannabiskonsum kann Psychosen auslösen, wenn eine Prädisposition zur Entwicklung einer solchen vorliegt.

- Cannabiskonsum verschlechtert den Verlauf einer Schizophrenie.
- Ein früher Beginn und intensiver Konsum in der Jugend kann, vermutlich infolge der Einwirkung auf die Hirnentwicklung, langanhaltende Veränderungen respektive Beeinträchtigungen kognitiver Funktionen bewirken.
- Bei Erwachsenen mit späterem und moderatem Konsum scheinen die Veränderungen reversibel zu sein.
- 30 bis 40 Prozent der täglichen Cannabiskonsumtinnen und -konsumenten haben bereits eine Abhängigkeit, nicht nur mildere Formen von Konsumstörungen.
- Cannabisabhängigkeit ist eine Suchterkrankung und sollte auch als solche behandelt werden, beispielsweise mit einem Entzug und anschliessender Verhaltenstherapie. Dafür existieren evidenzbasierte Therapieprogramme wie CANDIS (= Cannabis use Disorder).
- Es gibt schon länger eine Tendenz ausgehend von Uruguay, USA und Kanada, Cannabis zu legalisieren. In der Schweiz hat eben die Ständeratskommission entschieden, dass eine Legalisierung von THC-haltigem Cannabis zu befürworten. Dabei geht es vor allem um medizinische Anwendungen, Anbau, Produktion und Verkauf von Cannabisprodukten sowie um die Reduktion von Kriminalität und gesundheitlichen Risiken.
- Cannabis allein scheint betreffend Herz-Kreislauf-Erkrankungen keine verstärkende Rolle zu spielen, wohl aber Tabak.
- Der Tabakkonsum sollte das wichtigste Ziel der öffentlichen Gesundheit bleiben, um die Belastung durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen, zu verringern.

lic. phil. Daniela Krneta, Stabschefin Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

«Ethik im Gespräch»



Buchtipp: «Ein wenig Leben»

Hanya Yanagiharas Roman «Ein wenig Leben» erzählt von der lebenslangen Freundschaft zwischen vier in New York lebenden Männern, die sich am College kennengelernt haben. Im Zentrum der Erzählung steht Jude, ein aufopfernder, brillanter, charismatischer und zugleich innerlich zerbrochener Mensch.

Die Lesenden erfahren kontinuierlich mehr über Judes Kindheit und Jugend, die er als Waise in einem Kloster verbrachte sowie von seinen verzweifelten Versuchen, seiner Vergangenheit zu entfliehen.

«Ein wenig Leben» konfrontiert die Lesenden mit grossen Fragen des Lebens: Wie Weiterleben nach erlebtem Trauma? Wer bemisst den Wert eines Lebens? Wann endet die Vergangenheit?

Der Roman bringt gesellschaftliche Missstände ungeschönt ans Licht und zeigt menschliche Abgründe und mögliche Umgänge damit auf.

Der Roman besitzt den Bann einer grossen zeitgenössischen Filmserie, derer man sich hingibt und die einem nicht mehr loslässt.

Team Ethik im Gespräch



MEDIfuture 2021

Die UPD war auch in diesem Jahr Anfang November am Laufbahnkongress für Medizinstudierende und junge Ärztinnen und Ärzte MEDIfuture im Berner Wankdorf präsent.

Spannende Fachvorträge zu verschiedensten Themen rund um den Beruf Arzt/Ärztin und über 40 Aussteller sowie zahlreiche interessierte Teilnehmende prägten den diesjährigen Kongress.

Drei Assistenzärzte, eine Assistenzärztin, eine Oberärztin und eine Leitende Ärztin der drei UPD-Kliniken standen – gemeinsam mit HR Verantwortlichen – den jungen Assistenz-

ärztinnen und Medizinstudenten für Fragen und Gespräche zur Verfügung.

Die UPD hatte ihren Stand neu gestaltet und bot ein Online-quiz an. Knapp 50 Interessierte testeten ihr Fachwissen über Psychiatrie. Zu gewinnen gab es AirPods – damit die Glücklichen unsere Job-Podcasts in bester Qualität hören können.

Im **neusten Job-Podcast** erzählt Dr. med. Severin Pinilla, warum es sich für Assistenzärzte und -ärztinnen lohnt, bei der UPD einzusteigen.

Kristina Schneider



Märchenwald

Adventsausstellung der Werkstätten Bern in der Gärtnerei der UPD

15. November bis 15. Dezember 2021

Montag bis Freitag: 8.00 bis 11.30 Uhr und 12.30 bis 15.30 Uhr

Freitag, 19. November: 8.00 bis 21.00 Uhr

Samstag, 20. November: 10.00 bis 15.30 Uhr

Samstag, 27. November: 10.00 bis 15.30 Uhr

Bus RBS Linie 44, bis Ostermundigen Kreuzweg.

Parkplätze stehen vor der Gärtnerei zur Verfügung (Untere Zollgasse 75, 3072 Ostermundigen).

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Die Werkstätten Bern sind ein arbeitsrehabilitatives Angebot des Zentrums Psychiatrische Rehabilitation der UPD.

Veranstaltungen



Nächste Sendung:
Mittwoch, 1. Dezember 2021
17:00–18:00 Uhr

Radio loco-motivo

Verrücktes Radio mit Seele: Menschen mit und ohne Psychiatrieerfahrung machen gemeinsam Radio rund ums Thema Psychiatrie, um ihre Anliegen an eine breite Öffentlichkeit zu tragen.

Radio loco-motivo sendet auf Radio Bern RaBe 95.6 MHz. Sendung verpasst? Kein Problem. Jederzeit nachzuhören auf www.radiolocomotivo.ch



Donnerstag, 2. Dezember 2021
13:30–18:00 Uhr
Uptown, Gurten-Kulm Bern

13. Berner Herbst Symposium

Dieses Jahr widmen wir das Thema des Herbstsymposiums einer neuen Entwicklung in der Medizin, der Präzisionsmedizin.

Weitere Informationen finden Sie im Veranstaltungskalender auf www.upd.ch/veranstaltungen

IMPRESSUM

Herausgeberin: Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)
Gestaltung: tasty graphics gmbh

Die nächste Ausgabe des UPD-Newsletters erscheint im Dezember 2021. Texte und Bilder schicken Sie bitte bis am 10. Dezember an: mike.sutter@upd.ch

Dienstjubiläen November 2021

10 Jahre

Melanie Haynes
Sonia Nauer
Yosuke Morishima

10

15 Jahre

Jessica Zingg-Phillips
Maria Stein
Mohammed Chouki

15

25 Jahre

Sven Andersson
Johanna Weibel Möri

25

30 Jahre

Franziska Meier
Claudine Basler-Reymond

30

35 Jahre

Maria Juncar Rivas Moreno

35

40 Jahre

Teodoro Iglesias

40