



UPDATE



Das Landhaus Liebefeld gewinnt den Berner Sozialstern 2022



Das Job Coach Placement der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD) verleiht dem Restaurant Landhaus Liebefeld den Berner Sozialstern 2022.

Das Job Coach Placement zeichnet jährlich eine Unternehmung aus, die sich für die berufliche Integration von Menschen mit einer psychisch bedingten Beeinträchtigung einsetzt und damit auch zu einer Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen beiträgt.

Das Landhaus Liebefeld wurde am 16. November 2022 mit dem Berner Sozialstern für das aussergewöhnliche Engagement im Bereich der beruflichen Integration von Menschen mit psychisch bedingten Leistungseinschränkungen im Berner Rathaus ausgezeichnet.

Im Landhaus Liebefeld arbeiten 47 Personen, acht der Mitarbeitenden mit einer psychischen Leistungsbeeinträchtigung. Zudem wird pro Lehrjahr jeweils eine lernende Person

mit einer Leistungsbeeinträchtigung zu zwei Lernenden ohne Beeinträchtigung eingestellt.

«Damit der Druck im richtigen Mass besteht, werden Arbeitsabläufe, Organisation, Kommunikation und Stellenprozente flexibel angepasst. Die gegenseitige Unterstützung und das Verständnis im Team sind ein wesentlicher Bestandteil unserer Unternehmenskultur», sagt Tom Christen, Geschäftsführer Landhaus Liebefeld.

2022 wurden 16 Unternehmungen nominiert. Das Landhaus Liebefeld ist Preisträgerin des Berner Sozialsterns 2022. Die beiden mitnominierten Unternehmen, die Bandar Genossenschaft in Bern sowie die Seelandheim AG in Worben, erhielten eine «Best Practice»-Auszeichnung.

Andrea Adam
Leiterin Marketing & Kommunikation

SoWohnen

SoWohnen – bekannt als psychiatrische Familienpflege – bietet Menschen, die aufgrund ihrer psychischen Erkrankung nicht alleine in einer Wohnung leben möchten, ein zeitlich unbefristetes betreutes Wohnangebot in Gastfamilien an.

Unsere mobile Equipe, bestehend aus zwei Sozialarbeitenden, einer Fachärztin für Psychiatrie und einer Sachbearbeiterin, ist für die kontinuierliche, psychosoziale Beratung und falls gewünscht für die kurzfristig abrufbare psychiatrisch-ärztliche Betreuung der Patienten und Patientinnen zustän-

dig. Dabei stehen die persönlichen Entwicklungsprozesse der Patientinnen und Patienten im Vordergrund. Die Zusammenarbeit erfolgt in Rücksprache mit dem bestehenden professionellen Netzwerk. Parallel dazu werden die Gastfamilien in Bezug auf das Zusammenleben mit ihren Mitbewohnern und Mitbewohnerinnen gecoacht.

Video
[SoWohnen – Sozialpsychiatrisch begleitetes individuelles Wohnen in Gastfamilien.](#)





Der Zukunftstag – die UPD war dabei!

Am 10. November fand der Nationale Zukunftstag statt und die UPD hat es sich nicht nehmen lassen, selber ein Angebot für den Nachwuchs auf die Beine zu stellen. Wir freuen uns, dass 45 Jugendliche Interesse zeigten und uns an diesem Tag begleiteten. Sie sollten so viel aus der Praxis erleben können wie möglich – und das alles mit Herz.

Workshops in Küche, Garten und Recovery College Bern

Den Jugendlichen konnte eine grosse Vielfalt an Workshops angeboten werden. In der Küche entstanden von nur 14 Jugendlichen rund 80 Spitzbuben. Kochen in grossen Massen gehört dazu, was die Mädchen und Jungen hier gesehen haben. Auch die Gärtnerei konnte einen Workshop anbieten. Hier durften sie ihrer Kreativität freien Lauf lassen und ein eigenes Kerzengesteck herstellen. Im dritten Workshop besuchten die Jugendlichen das **Recovery College Bern**. Dabei wurde mit ihnen über die Möglichkeiten von Recovery gesprochen. In kurzen Gruppenarbeiten beantworteten die jungen Menschen einerseits Fragen nach den Anzeichen (Gedanken, Verhalten) bei sich und anderen, die zeigen, dass es jemandem nicht gut geht und tauschten sich andererseits darüber aus, was man selber tun kann, um sich und andern in solchen Momenten zu helfen.

Workshops des Therapeutischen Dienstes

Erstmals am Zukunftstag boten alle Berufsgruppen des The-

rapeutischen Dienstes der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (PP) an. In der **Körper-, Tanz- und Bewegungstherapie** wurde mit farbigen Tüchern gearbeitet. In der **Musiktherapie** mussten die Jugendlichen aufeinander hören, das Tempo und die Lautstärke aufeinander abstimmen und kamen irgendwann zu einem stimmigen Abschluss. In der **Ergotherapie** konnten sie diverse Einschränkungen wählen. Mit einer Brille, welche die Sicht einschränkt, und klobigen Arbeitshandschuhen oder einem immobilen Arm versuchten sie, Lebkuchen zu verzieren. In der **Kunsttherapie** durften sich die jungen Menschen ein Schleichtier aussuchen, welches auf eine gezeichnete Landschaft gestellt wurde. Alle erzählten, wie es ihrem Tier in dieser Umgebung geht. Danach reisten die Tiere in eine andere «Gegend». Die Gruppen der **Physiotherapie** gingen bei schönstem Herbstwetter in den Wald und die Pferde in der **Tiergestützten Therapie** waren ein grosser Magnet für die Jugendlichen. Sie durften dabei mit den Pferden am Zügel haltend, einen Parcours absolvieren.

Die Jugendlichen waren offensichtlich begeistert. Einige erzählten zuhause, was sie in der UPD alles Spannendes erleben durften.

Jannic Risi, Praktikantin Marketing & Kommunikation und Patricia von Gunten, Mitarbeiterin Employer Branding & Recruiting

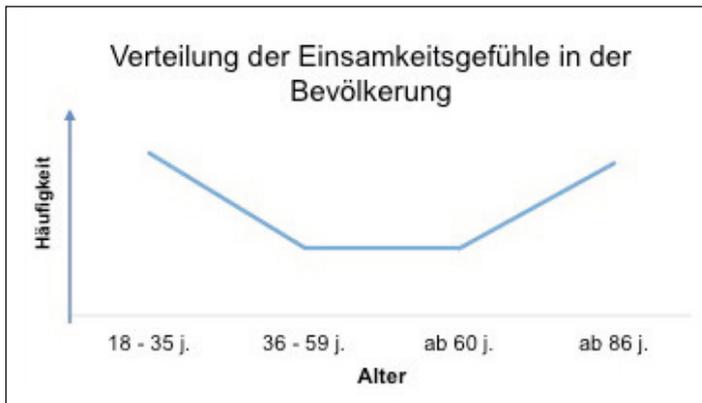


Welche Auswirkungen hatten die Covid-19-Massnahmen auf MS-Patientinnen und -Patienten?

Prof. Katharina Stegmayer und Prof. Sebastian Walther sind stellvertretende Direktoren der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Sie eint eine jahrelange Zusammenarbeit in der Forschung, in der sie Mechanismen psychischer Erkrankungen und deren Behandlung untersuchen. Aktuell sind beide massgeblich an zwei Studien zu den Auswirkungen der Covid-19-Massnahmen auf die Psyche bei Patientinnen und Patienten mit Multipler Sklerose (MS) in der Schweiz beteiligt.

Wir alle haben erlebt, wie erstmals in diesem Jahrhundert die Regierung in der Schweiz vom 16. März bis 27. April 2020 verbindliche Massnahmen im Bereich der öffentlichen Gesundheit ergriffen hat, um die Pandemie während der ersten Covid-19-Welle unter Kontrolle zu bringen. Dieser sogenannte Lockdown führte zu einer weit verbreiteten, starken Verunsicherung und Isolation in der Bevölkerung. Unverhältnismässig stark wirkten sich die Folgen von Pandemie und

Lockdown auf gefährdete Gruppen aus, die bereits durch chronische Krankheiten wie Multiple Sklerose belastet sind. Das Schweizerische Multiple Sklerose Register (SMSR) wurde 2016 für eine Längsschnitt-Beobachtungsstudie geschaffen, welche von der Schweizerischen MS-Gesellschaft initiiert und finanziert wird. In der Schweiz behandelte Erwachsene mit der Diagnose MS wurden breit eingeladen, daran teilzunehmen und einen Fragebogen auszufüllen. Im Rahmen des Lockdowns wollten Katharina Stegmayer und Sebastian Walther mit ihren Kolleginnen und Kollegen der Neurologie Bern das Aufkommen von Einsamkeit, Krankheitsangst und Depressionen bei chronisch kranken Menschen untersuchen. Um die Auswirkungen des Lockdowns auf den Alltag von Menschen mit MS zu erfassen, wurde ab dem 8. April 2020 für zwei Monate eine Covid-19-Online-Umfrage mit kurzem Fragebogen bei über 2000 registrierten MS-Patientinnen und -Patienten durchgeführt. 885 Teilnehmende (44,5%) füllten daraufhin den Fragebogen aus, der folgende Bereiche erfasste: Depressive Symptome, körperliches Wohlbefinden, die



Grafik 1: Die jungen Erwachsenen und die ältesten Personen in der Bevölkerung haben am häufigsten Einsamkeitsgefühle.

Angst, neben MS eine weitere schwere Krankheit wie Covid-19 zu bekommen, Einsamkeitsgefühle und die persönlichen Auswirkungen der Covid-19-Massnahmen, letztere aufgeschrieben als Freitext.

Studie zu automatisierter Textanalyse

In der ersten Studie wurde ein neues Softwareprogramm zur Verarbeitung natürlicher Sprache getestet, um die selbst formulierten Texte qualitativ auswerten zu können. Bisher wurden Textanalysen aufwändig durch Menschen erstellt, was selbstredend nur bei kleinen Stichproben durchführbar ist. Wenn das Softwareprogramm der «von Hand-Analyse» ebenbürtig ist, können in kurzer Zeit viel mehr Personen in solche Befragungen einbezogen werden.

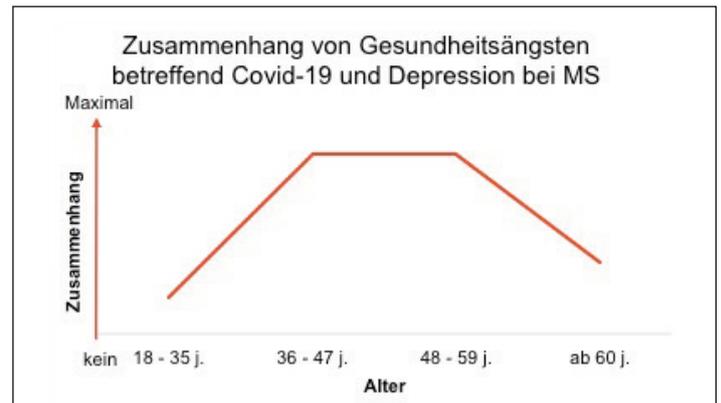
Konkret hat die Forschungsgruppe, zu der Sebastian Walther und Katharina Stegmayer gehörten, 639 Textberichte (mindestens zehn Worte) über die Auswirkungen des Covid-19-Lockdowns aus der Sicht von MS-Betroffenen automatisiert ausgewertet. Dabei wurden folgende fünf Analyseschritte durchgeführt: 1. Textvorverarbeitung, 2. Stimmungsanalyse («Tonfall» des Textes negativ, positiv oder neutral), 3. beschreibende Textanalyse, 4. Themenanalyse und schliesslich 5. Interpretation und Prüfung der Ergebnisse.

Die Themenanalyse identifizierte vier verschiedene Gruppen, basierend auf den Themen, mit denen sich die Teilnehmenden hauptsächlich beschäftigten: «Kontakte/Kommunikation», «Soziales Umfeld», «Arbeit» und «Besorgungen/alltägliche Routinen». Kontakte und Kommunikation waren von einem negativen emotionalen Grundton gekennzeichnet. Beim sozialen Umfeld und bei der Arbeit war der Ton ausgeglichen und bei Besorgungen und alltäglichen Routinen waren die Einträge überwiegend positiv.

In dieser Studie konnten die Forschenden sowohl die Machbarkeit als auch den wissenschaftlichen Wert der automatisierten Textanalyse mit dem angewandten Verfahren zeigen.

Studie zu den Auswirkungen des Covid-19-Lockdowns auf MS-Patientinnen und Patienten

Bei der zweiten Studie wurden 1759 Einladungen über die SMSR-Plattform verschickt. Von den aktiven Teilnehmenden, das heisst solche, die innerhalb der letzten zwölf Monate auf Umfragen reagiert hatten, wurde eine Rücklaufquote von 64 Prozent erreicht, total 603 Personen mit MS. Dabei fanden die Forschenden einen signifikanten Zusammenhang zwischen starken Einsamkeitsgefühlen und depressiven Sympto-



Grafik 2: Dieser Zusammenhang wurde bei den Menschen mit MS im mittleren Alter gefunden.

men in allen Altersgruppen, was aber vor allem bei jüngeren Menschen mit MS (< 35 Jahre) ausgeprägt war. Aus einer Bevölkerungsstudie weiss man, dass das Risiko für Einsamkeitsgefühle nicht gleichmässig über das Alter verteilt ist, sondern bei den jungen und den ältesten Erwachsenen (> 86 Jahre) am höchsten ist (Grafik 1). Weil es bei den untersuchten MS-Patientinnen und -Patienten keine Personen über 84 Jahre gab, konnte der mutmasslich besonders starke Zusammenhang zwischen Einsamkeitsgefühlen und depressiven Symptomen bei den Ältesten nicht gezeigt werden. Bei den Patientinnen und Patienten mit MS mittleren Alters (36–59 Jahre) war dagegen ein Einfluss der COVID-19-spezifischen Gesundheitsangst auf depressive Symptome zu beobachten (Grafik 2).

Schlussfolgerungen

Die Befunde zu Personen mit MS deuten darauf hin, dass Einsamkeitsgefühle und Covid-19-spezifische Gesundheitsangst bei chronischen Erkrankungen altersabhängige Faktoren sind, die mit depressiven Symptomen während der ersten Covid-19-Welle einhergingen. Auch wenn die Querschnittsdaten keine kausalen («wenn-dann») Rückschlüsse auf die Entwicklung von Depressionen zulassen, scheint es plausibel, dass Einsamkeitsgefühle und Covid-19-spezifische Gesundheitsängste mit depressiven Symptomen zusammenhängen. Dies können Ansätze für mögliche Behandlungen sein. Bei den jüngeren (oder auch ganz alten Menschen) müssten Massnahmen ergriffen werden, damit diese mehr soziale Kontakte haben. Bei den Menschen im mittleren Alter wären hingegen vertiefte Informationen über die Covid-19 Erkrankung mit ihren realistischen Gefahren, aber auch Schutzmassnahmen wichtig. Für zukünftige Forschungen ist das Instrument der automatisierten Textanalyse sehr hilfreich und eröffnet viele neue Anwendungsfelder.

Lic. phil. Daniela Krneta, Kommunikation PP

Genannte Studien

Chiavi D, Haag C, Chan A, Kamm CP, Sieber C, Stanikić M, Rodgers S, Pot C, Kesselring J, Salmen A, Rapold I, Calabrese P, Manjaly ZM, Gobbi C, Zecca C, Walther S, Stegmayer K, Hoepner R, Puhani M, von Wyl V. Studying Real-World Experiences of Persons with Multiple Sclerosis during the first Covid-19 Lockdown: An Application of Natural Language Processing. JMIR Med Inform. (March 2022) [Link](#).
Hoepner, R., Rodgers, S., Stegmayer, K. et al. Feelings of Loneliness, COVID-19-specific-health anxiety and depressive symptoms during the first COVID-19 wave in Swiss persons with multiple sclerosis. Sci Rep 12, 17829 (October 2022) [Link](#).



© Firma Lundbeck

Psychische Gesundheit in akuten und chronischen Krisensituationen

Ein hoch aktuelles Thema am von Prof. Dr. med. Daniela Hubl, Chefärztin in der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (PP), organisierten «Mental Health Forum» anfangs November präsentiert und diskutiert. Exzellente Fachleute beleuchteten die Thematik unter verschiedenen Aspekten.

Prof. Dr. med. Daniela Hubl organisiert und verantwortet seit Jahren die Inhalte der «Mental Health Foren», welche von der Pharmafirma Lundbeck mit Co-Sponsoren, in diesem Jahr der Firma Sandoz, umfassend unterstützt werden. Bereits vor einem Jahr wurde das Thema festgelegt, welches im Verlauf des Jahres leider noch an Aktualität gewonnen hat: Zur Corona- und Klimakrise kam der Ukrainekrieg hinzu. Wie der Psychologe Dr. phil. David Bürgin aus der UPK Basel eindrücklich anhand einer Karte aufzeigte, gab es seit den 80er Jahren an vielen Orten auf der Welt Krieg. Für die Menschen in Europa wurde aber keiner als so relevant wahrgenommen, wie der Ukrainekrieg.

Krieg

Dr. Bürgin sprach über direkte und indirekte Auswirkungen von Krieg insbesondere auf junge Menschen. Die Bandbreite von emotionalen Reaktionen sei gross, auch körperliche

Reaktionen seien häufig (Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Appetitlosigkeit etc.). Im Unterschied zu Erwachsenen befinden sich junge Menschen in einer vulnerablen Entwicklungsphase. Dabei kommt es vor, dass sie nach traumatischen Erlebnissen regredieren, also auf eine frühere Entwicklungsstufe zurückfallen (z. B. Bettnässen). Besonders schwer und negativ für die Entwicklung von Kindern sei eine Trennung der Familie. Die Fachpersonen, welche auf minderjährige Migrantinnen und Migranten spezialisiert sind, schauen, was genau dieser Mensch im Moment braucht. Wenn die lebenserhaltenden Bedürfnisse einigermaßen abgedeckt sind, kommt die nächste Stufe wie Sicherheit usw. Eine gute Nachricht ist, dass etwa 70 Prozent der kriegserfahrenen jungen Menschen mit den Traumata selbst oder mit Hilfe zurechtkommen und wieder ganz gesund werden. (weitere Informationen unter: www.spirit-network.ch).

Klima

Prof. Dr. med. Thomas Müller, Chefarzt von Meiringen, erforscht seit einigen Jahren den Einfluss des Wetters auf die psychische Gesundheit. Dabei stellte er fest, dass Hitze ein Risikofaktor darstellt. Was bei gesunden Menschen vielleicht eine erhöhte Aggressivität auslöst, kann bei vorbelasteten Menschen, wie zum Beispiel Patientinnen und Patienten mit

Schizophrenie, eine Verschlimmerung der Symptome bedeuten. Zudem steigt die Suizidrate bei sehr hohen Temperaturen auf etwa das Doppelte an. Auch Menschen mit geistigen Behinderungen und Demenzen reagieren stark auf Hitze. Die Notfallstationen der Spitäler und Kliniken verzeichnen bei hohen Temperaturen mehr Aufnahmen. Wenn man bedenkt, dass seit Mitte der 80er-Jahre die Welttemperatur zunimmt, sollten wir uns auch vom Aspekt der psychischen Gesundheit her für die Umwelt und gegen die Klimaerwärmung engagieren ([Link](#)).

Coronavirus

Die Neurologin am Inselspital, Dr. med. Lara Diem, befasst sich täglich in ihrer interdisziplinären Post-Covid-Sprechstunde mit Patientinnen und Patienten, die am Post-Covid-Syndrom leiden. Etwa 10 bis 28 Prozent der Patientinnen und Patienten entwickeln nach einer Coronavirus-Infektion ein solches Syndrom. Post-Covid ist gemäss Definition, wenn drei Monate nach einer Ansteckung mit dem Coronavirus Symptome bestehen, die seit mindestens zwei Monaten andauern und nicht durch eine andere Diagnose erklärt werden können. Frau Diem erklärt, dass dabei eine übermässige Aktivierung des Immunsystems (mit-)verursachend sei, wobei Frauen anfälliger als Männer seien. Sehr häufig stellt sie als Symptome eine grosse Müdigkeit, Schmerzen und Schlafstörungen fest und nicht selten eine Depression. Neben der Behandlung der Depression und der Schlafstörungen geht es vor allem um ein Energiemanagement. Die Patientinnen und Patienten müssten lernen, ihre Kräfte einzuteilen, was manchen bisher sehr aktiven Menschen schwerfällt. Aber genau das sei meist der entscheidende Punkt für die Heilung. Eine Post-Covid-App kann dabei helfen. (Gute Informationen zum Thema unter <https://www.altea-network.com>).

Resilienz

Prof. Dr. med. Katja Cattapan, Stv. Ärztliche Direktorin des Sanatoriums Kilchberg, referierte über Resilienz, was bedeutet, hohe Belastungen relativ unbeschadet zu überstehen.

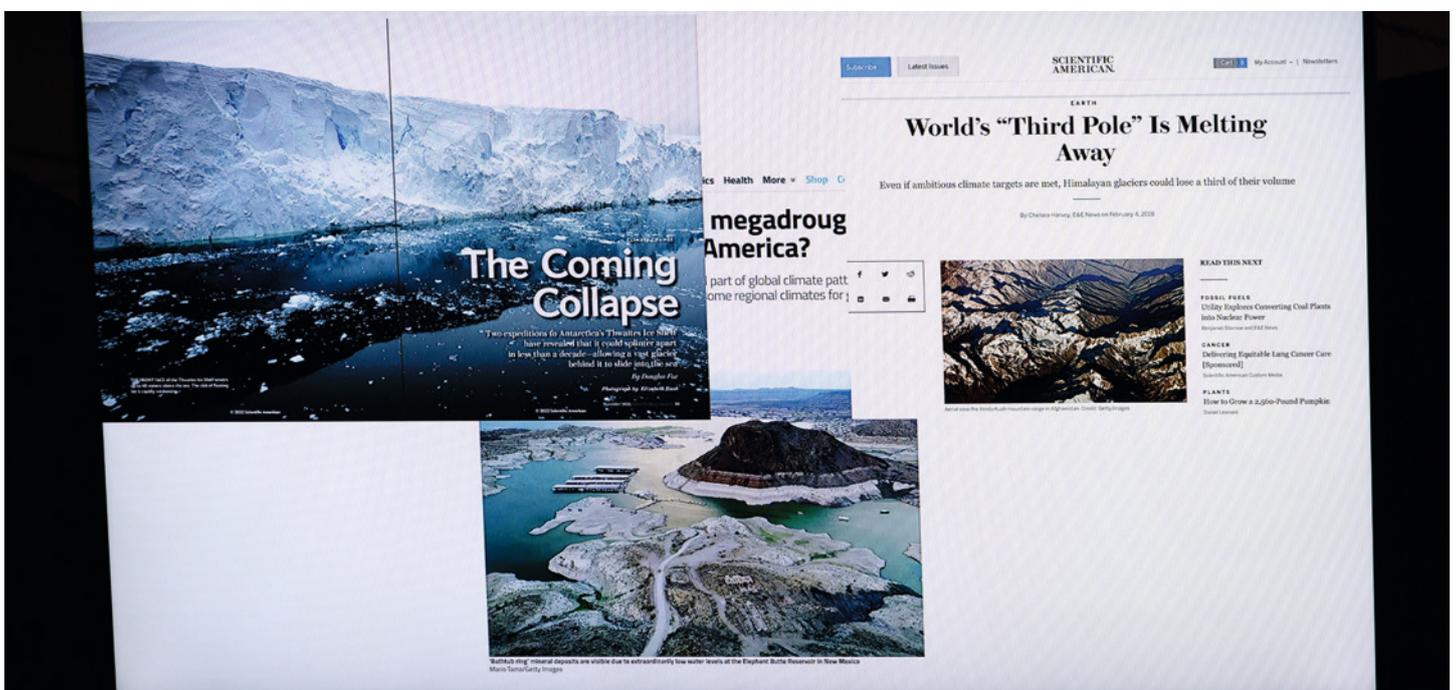
Der «boomende» Begriff kommt aus der Entwicklungspsychologie und der Traumalogie und hat schon eine lange Geschichte. Angeborenes, Erlerntes, Umweltbedingungen und deren Zusammenspiel entscheidet, wie resilient jemand ist. Heute weiss man, dass ungünstige Kindheitserfahrungen wie Missbrauch, Sucht und psychische Erkrankungen bei Familienmitgliedern die Resilienz beeinträchtigen. Dennoch gibt es Menschen, die unbeschadet aus negativen Kindheitserfahrungen hervorgehen als andere. Die Resilienz kann jedoch auch gestärkt werden, wenn zum Beispiel das Elternhaus gute zwischenmenschliche Beziehungen pflegt, familiäre Wärme und Unterstützung bietet. Aus der Forschung ist bekannt, dass realitätsbezogener Optimismus, Humor, positives Denken, eine hohe Selbstwirksamkeit, Altruismus (z.B. sich um andere kümmern) und Sinnhaftigkeit mit guter Resilienz zusammenhängen.

Verschwörungstheorien und Parallelwelten

Der forensische Psychiater Prof. Dr. med. Frank Urbaniok zeigte auf, wie es zu Verschwörungstheorien und Parallelwelten als Bedrohung offener Gesellschaften kommen kann. In seinem lebhaften Referat erklärte er, welche typischen Fehler und Verzerrungen uns Menschen bei der Wahrnehmung unterlaufen. Beispiele sind, dass Aussagen, die oft wiederholt werden, als wahr angesehen werden, oder die Vergangenheit in der Rückschau anders wahrgenommen wird, als was wirklich passiert ist. Zudem ertragen wir nicht, wenn Inhalte sich widersprechen. Dann neigen wir dazu, einen Inhalt als falsch abzuwerten und suchen nach Bestätigung für unsere Haltung, indem wir nur die Argumente dafür beachten, die gegenteiligen aber ausblenden.

Das führt dazu, dass man Menschen mit Verschwörungstheorien nicht mit Argumenten begegnen kann. Man kann dann nur über Emotionen versuchen, mit diesen Menschen noch in Kontakt zu bleiben. (Weiteres von Herrn Urbaniok auf frankurbaniok.com).

Lic. phil. Daniela Krneta, Kommunikation PP





© Universität Bern/Bild: Stefan Wermuth

Erfolgreicher Vortrag an der Universität Bern

Im Rahmen der Vortragsreihe 2022 zu Diversitätsforschung an der Universität Bern hielt Prof. Dr. med. Sebastian Walther, Chefarzt und stv. Direktor der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (PP) einen Vortrag zu psychischer Gesundheit. Der Raum war mit gegen 70 Personen sehr gut gefüllt, und auch die digitale Variante der Teilnahme wurde rege benützt. Die Organisatorinnen waren begeistert, kein anderes Referat vorher hatte einen solchen Zulauf. Zudem nutzten die Zuhörenden am Ende über eine halbe Stunde lang die Gelegenheit, dem Psychiater Fragen zu stellen.

Psychische Gesundheit ist laut WHO ein Zustand des Wohlbefindens, indem eine Person ihre Fähigkeiten ausschöpfen, die normalen Lebensbelastungen bewältigen, produktiv arbeiten und einen Beitrag zu ihrer Gemeinschaft leisten kann.

Oft wird psychische Gesundheit als selbstverständlich angenommen, obwohl viele Menschen psychische Störungen erleben. Jede siebte Person ist aktuell psychisch krank und 50 Prozent bis 80 Prozent, je nach Studie, haben mindestens einmal in ihrem Leben eine psychische Störung, wie der vom Schweizerischen Gesundheitsobservatorium herausgegebene OBSAN-Bericht 2017 aufzeigt. Prof. Walther erklärte unter anderem, wie seine Forschung zur nonverbalen Kommunikation die soziale Teilhabe psychisch kranker Menschen verbessern kann.

Eine schöne Zusammenfassung des interessanten Vortrags von Prof. Walther finden Sie auf der Seite der Universität Bern unter dem Titel: [«Psychische Krankheit und soziale Akzeptanz»](#).

Lic. phil. Daniela Krneta, Kommunikation PP



Auftritt der UPD an der Medifuture 2022 im Stade de Suisse in Bern

Auch dieses Jahr präsentierten sich die Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD) mit einem Stand an der Medifuture – der Laufbahnkongress für Medizin-studierende und junge Ärztinnen und Ärzte – vom 5. November 2022.

Neben rund 40 Ausstellern waren bis zu 400 Kongressteilnehmende im Stade de Suisse. Bei Fachreferaten und Standgesprächen lernten die Besucherinnen und Besucher die unterschiedlichen Facetten des Arztberufs kennen und profitierten vom Wissen gestandener Berufskolleginnen und -kollegen. Die UPD-Stand-Crew bestand aus einem Klinikdirektor, einer leitenden Ärztin, aus einem Assistenzarzt, Assistenzärztinnen und aus HR-Fachleuten, welche kompetent Auskunft gaben.

Folgende Botschaften machen die UPD zu einem attraktiven Arbeitgeber:

Forschen, Lehren und Behandeln

Die UPD ist die führende Institution für Psychiatrie und Psychotherapie. Erforschen und Erproben neuester Ansätze in Psychiatrie und Psychotherapie gehören zu ihrer Kernkompetenz.

Weiterbilden

Journal Club, Fallvorstellung, Metaanalysen, Fachveranstaltungen mit externen Koryphäen und externe Supervision

sind Massnahmen, damit sich Mitarbeitende intern und extern weiterbilden können.

Flexibel und familienfreundlich

Die UPD bietet eine attraktive Dienstplanung und Teilzeitarbeit mit einem Anteil Homeoffice. Zudem erhalten Mitarbeitende Betreuungs- und Ausbildungszulagen. Die Kita auf dem Areal ist ein weiterer Vorteil für Familien mit Kindern.

Job-Podcast

Auf der Karriereseite der UPD sind Podcasts von Mitarbeitenden zu hören, welche Einblicke in den Berufsalltag geben.

Schnellbewerbung

Mit drei Klicks gibt es einen «Fast-Track» für die Schnellbewerbung.

Die Teilnehmenden konnten beim Quiz Fragen zu Arbeitgebervorteilen der UPD beantworten und eines von neun Air-Pods gewinnen, damit sie in Zukunft die Job-Podcast bei bester Qualität hören können.

Kristina Schneider

Leiterin Employer Branding & Recruiting

Veranstaltungen



Nächste Sendungen:
Mittwoch, 30. November
Mittwoch, 28. Dezember

17:00–18:00 Uhr

(Wiederholungen Sonntag, 13. November 2022 und
Sonntag, 8. Januar 2023, 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.

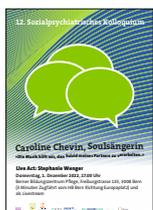
Radio loco-motivo sendet auf Radio Bern RaBe 95.6 MHz.
Sendung verpasst? Kein Problem. Jederzeit nachzuhören
auf www.radiolocomotivo.ch



Donnerstag, 1. Dezember 2022
13.30 bis 18.00 Uhr
Uptown
Gurten-Kulm Bern

14. Berner Herbst-Symposium

Neue Erkenntnisse für die psychiatrische Behandlung.



Donnerstag, 1. Dezember 2022
17.00 Uhr
Berner Bildungszentrum Pflege
Freiburgstrasse 133
3008 Bern

12. Sozialpsychiatrisches Kolloquium

Caroline Chevin, Soulsängerin.



Donnerstag, 30. März 2022
13.30 bis 18.00 Uhr
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern
(UPD)
Bolligenstrasse 111
Wirtschaftsgebäude
Festsaal

Suizidpräventionssymposium

Neue Erkenntnisse in der Suizidprävention.

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

Dienstjubiläen November 2022

10

10 Jahre
Katja Jäger
Tamara Kunz

15

15 Jahre
Dirk Richter

20

20 Jahre
Baboucarr Njie Sillah

30

30 Jahre
Herbert Kubat

IMPRESSUM

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

Die nächste Ausgabe des UPD-Newsletters erscheint
im Dezember 2022. Texte und Bilder schicken Sie bitte bis
am 20. Dezember 2022 an: kommunikation@upd.ch