

Stark durch die Lehre



Kampagne «Wie geht's dir?»

Beatrice Neff

19. Thurgauer Berufsbildungsforum, 18.09.2026

Ursprung der Kampagne «Wie geht's dir?»

- 2014 in's Leben gerufen von der Stiftung Pro Mente Sana und den Kantonen ZH, SZ, LU, BE.
- Heute von **allen Deutschschweizer Kantonen** und zahlreichen Partnerorganisationen umgesetzt.
- Seit 2018 unter der Trägerschaft von Gesundheitsförderung Schweiz
- Bestandteil des **Kantonalen Aktionsprogramms** (KAP)
Psychische Gesundheit Thurgau



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Thurgau 
Amt für Gesundheit

Vision der Kampagne «Wie geht's dir?»

- **Langfristige** Kampagne
 - Entwickeln einer **Dachmarke**, breite Öffentlichkeit
(Wiedererkennung)
 - Botschaften **trialogisch** entwickelt
-

Ziele der Kampagne «Wie geht's dir?»

Die Kampagne will...

- ...**dafür sensibilisieren**, dass es wichtig und richtig ist, **über psychische Erkrankungen offen zu sprechen**.
 - ...**Wissen** über **psychische** Erkrankungen **verbreiten**, um so negative Vorurteile abzubauen.
 - ...dazu beitragen, dass **Betroffene weniger ausgegrenzt** werden.
-

1. Themenschwerpunkt der Kampagne

«Wie geht's dir?»

Sensibilisierung / darüber reden

«Wir reden über alles, auch über psychische Gesundheit und Krankheit.»

- Website
 - Broschüren
 - App
 - Plakate
-



**Wir reden über alles.
Auch über psychische
Gesundheit und Krankheiten.**
Informationen und Gesprächstipps



Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Eine Broschüre für Arbeitnehmerinnen
und Arbeitnehmer



**Psychische Gesundheit und
Erkrankungen in der Familie**

Anregungen für Eltern und Bezugspersonen.

2. Themenschwerpunkt der Kampagne «Wie geht's dir?»

Worte finden / Sprache / emotionale Kompetenz fördern

- ABC der Emotionen
 - Memo-Spiel
 - Bänkli für Gespräche
 - Plakate und Livesystems
-



3. Themenschwerpunkt der Kampagne «Wie geht's dir?»

Selbstwirksamkeit fördern / in's Handeln kommen

*Alltagsimpulse und konkrete
Handlungsmöglichkeiten*

- Post-It
 - Kleber
 - Würfel
 - Postkarten
 - Plakate und Livesystems
-



**Besten Dank für eure
Aufmerksamkeit!**
