



KANTON  
NIDWALDEN



Kanton  
Obwalden

## MEDIENINFORMATION

**Bänkli regen zu Gedanken über die eigene psychische Gesundheit an**

***13 Gemeinden aus Obwalden und Nidwalden setzen ein Zeichen für die psychische Gesundheit. Sie beteiligen sich an der Bänkli-Aktion im Rahmen der Kampagne «Wie geht's dir?». Demnächst werden an verschiedenen Orten «Wie geht's dir?»-Bänkli anzutreffen sein und zum offenen Umgang mit der Thematik anregen.***

Das Thema psychische Gesundheit geht alle etwas an: Jeder zweite Mensch ist im Lauf seines Lebens mit einer psychischen Belastung konfrontiert. Solche Situationen sind nicht nur für Betroffene, sondern auch für ihre Angehörigen schwierig. Deshalb ist es wichtig, die psychische Gesundheit zu pflegen und sich selbst immer wieder Gutes zu tun.

In diesen Tagen werden an verschiedenen öffentlichen Orten in dreizehn Gemeinden von Nidwalden und Obwalden «Wie geht's dir?»-Sitzbänke in Anlehnung an die gleichlautende, nationale Gesundheitskampagne aufgestellt. Koordiniert wird die Aktion von Fachstellen beider Kantone. Die Bänkli laden zur Begegnung und zum offenen Austausch ein. «Über die Gesundheit zu sprechen, ist wichtig», sagt Peter Truttmann, Gesundheits- und Sozialdirektor des Kantons Nidwalden. «Reden entlastet und ermöglicht im Bedarfsfall Hilfe.» Die Kampagne unterstützt dabei, die eigenen Emotionen besser kennen zu lernen und zu benennen. Wer selbst klare Antworten auf die Frage «Wie geht's dir?» findet, kann gezielter für die eigene psychische Gesundheit sorgen.

### **Mit QR-Code zu wertvollen Tipps**

Die Sitzbänke sind mit einem QR-Code versehen. Über diesen gelangen Besuchende auf die Webseite der Kampagne «Wie geht's dir?». «Dort erhalten sie wertvolle Tipps, die eigene Psyche aktiv zu stärken», erklärt Christoph Amstad, Sicherheits- und Sozialdirektor des Kantons Obwalden. Ebenso finden sie Wissenswertes zu Anlaufstellen und weiterem Informationsmaterial. Selbstverständlich kann das Bänkli auch einfach zum Ausruhen genutzt werden.

Die beiden Kantone stellen den Gemeinden die Bänkli kostenlos zur Verfügung. Diese wählen selbst einen gut frequentierten Standort aus und machen die Bevölkerung auf die Aktion aufmerksam. Gemeinden, die sich bisher noch nicht an der

Aktion beteiligen, können ihr Interesse auch zu einem späteren Zeitpunkt bei der zuständigen Stelle des jeweiligen Kantons anmelden.

Die Bänkli sind ein regionales Produkt und werden aus heimischem Holz in den Produktionsräumlichkeiten der job-vision Ob-/Nidwalden in Stans angefertigt. Der Betrieb beschäftigt jährlich zwischen 200 und 300 Stellensuchende in verschiedenen Arbeitsbereichen – insbesondere handwerklichen und kaufmännischen Sparten sowie Detailhandel – und unterstützt diese bei der Reintegration in den Arbeitsmarkt.

Weitere Informationen zur Kampagne: [www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch)

### **RÜCKFRAGEN**

Pim Sarah Krongrava, Fachverantwortliche Kind/Jugendliche/junge Erwachsene,  
Kanton Nidwalden, Telefon +41 41 618 75 95,

Irène Barmettler Brunswiler, Leiterin Fachstelle Gesellschaftsfragen/Fachperson  
Familienförderung, Kanton Obwalden, Tel. +41 41 666 60 66,  
beide erreichbar am Dienstag, 20. Juni, von 10.00 bis 11.00 Uhr.

Stans/Sarnen, 20. Juni 2023