



Suizidprävention
Einheitlich Regional
Organisiert
LU | OW | NW



Projekt SERO –
Suizidprävention
Einheitlich
Regional
Organisiert

Anfang 2021 lancierte die Luzerner Psychiatrie (*lups*) zusammen mit der Gesundheitsförderung Schweiz und weiteren Träger- und Partnerorganisationen das Projekt SERO. Es hat zum Ziel, Suizide und Suizidversuche sowie die damit zusammenhängende Inanspruchnahme von Gesundheitsdienstleistungen im Versorgungsgebiet der *lups* zu reduzieren.

Das Projekt SERO dauert vier Jahre. Gemäss den Empfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit werden folgende vier zentralen Massnahmen umgesetzt:



PRISM-S

01 Etablierung der PRISM™-S-Methode

PRISM™-S ist ein nonverbales Instrument zur visuellen Einschätzung und Messung der Suizidalität. Die Methode wird seit Jahren in der klinischen Praxis erfolgreich eingesetzt und wird vom Bundesamt für Gesundheit empfohlen. Die Einschätzung wird gemeinsam im Gespräch mit Betroffenen durchgeführt, ist standardisiert und dauert nur wenige Minuten. Im Projekt SERO werden für Fachpersonen im Versorgungsgebiet der *lups* für die Anwendung der Methode PRISM™-S Schulungen angeboten, so dass dieses Instrument in der Arbeit mit Patientinnen und Patienten koordiniert und vernetzt zur Anwendung kommen kann.



Sicherheitsplan

02 Einsatz eines Sicherheitsplans

Ein Sicherheitsplan ist ein Instrument mit dem Ziel, gefährdete Menschen bestmöglich auf suizidale Krisen vorzubereiten und somit suizidales Verhalten zu verhindern. Im Sicherheitsplan definieren Betroffene individuelle Handlungsabläufe zur Bewältigung einer suizidalen Krise. Im Projekt SERO wird ein Sicherheitsplan entwickelt und der koordinierte Einsatz durch Betroffene, Angehörige und Bezugspersonen sowie Fachpersonen gefördert.



ensa Kurse

03 Durchführung von ensa Kursen «Erste-Hilfe-Gespräche über Suizidgedanken»

Die Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana bietet die ensa Kurse «Erste-Hilfe-Gespräche über Suizidgedanken» an. In den Kursen erhalten Teilnehmende Wissen und erlernen Techniken, wie sie Betroffenen in einer suizidalen Krise beistehen können. Es werden Risikofaktoren und die geeignete Kommunikation mit professionellen Fachpersonen gemeinsam angeschaut und in praktischen Übungen vertieft. Im Rahmen von SERO werden diese Kurse in den Kantonen Luzern, Obwalden, Nidwalden und Uri für Angehörige suizidgefährdeter Menschen und weitere Interessierte vergünstigt angeboten.



SERO-App

04 Entwicklung einer Selbstmanagement-App

Als Teil des Projektes SERO wird eine Selbstmanagement-App entwickelt. Diese ermöglicht suizidgefährdeten Personen und ihren Angehörigen bzw. Bezugspersonen, jederzeit geeignete Schritte zur Suizidprävention einzuleiten. Die App wird folgende Elemente beinhalten: Sicherheitsplan, Kontaktierung von Bezugspersonen und digitale PRISM™-S-Platte zur Selbsteinschätzung der Suizidalität. Das mit der App erzeugte Bild der momentanen Suizidgefährdung kann bei Bedarf einfach und direkt an Vertrauenspersonen oder therapeutische Hilfspersonen gesendet werden.

Einführung der Massnahmen in Etappen

Damit die Massnahmen in den Kantonen Luzern, Obwalden und Nidwalden etabliert werden können, setzt das Projekt SERO auf verschiedene Informations- und Multiplikationskanäle. So wurde das Versorgungsgebiet der lups in verschiedene Regionen aufgeteilt, um die SERO-Massnahmen in drei Etappen einzuführen. In jeder Region finden interprofessionelle Regionalgruppentreffen sowie ein Informationsanlass für niederge-

lassene Psychotherapeutinnen und -therapeuten, Fachpersonen Psychiatrie-Spitex, selbstständig tätige ambulant-psychiatrische Pflegefachpersonen, Hausärztinnen und -ärzte, somatische Spitäler und Mitarbeitende der lups statt. Fachpersonen können die SERO-Massnahmen in ihrem Arbeitsalltag anwenden und ihr Netzwerk, wie zum Beispiel weitere Kolleginnen und Kollegen und Fachgremien, darüber informieren.



Visualisierung der Implementationsetappen im Versorgungsgebiet




Suizid- gedanken? Sprich es an!

Begleitung des Projektes durch Expertinnen und Experten

Das Projekt SERO wird übergeordnet von einer Projektbegleitgruppe unterstützt. Diese besteht aus Vertreterinnen und Vertretern regionaler und nationaler Netzwerke, Vereinen, Interessensgemeinschaften sowie Berufs- und Fachverbänden, welche die Zielgruppen von SERO – suizidgefährdete Personen, Angehörige und Bezugspersonen sowie Fachpersonen – repräsentieren. Diese Gruppe optimiert mit ihrem Erfahrungs- und Expertenwissen einerseits den Projektinhalt und -verlauf. Andererseits nimmt sie eine wichtige Rolle in der Multiplikation des Projektinhaltes ein. Im Juni 2021 fand ein erstes Treffen der Projektbegleitgruppe statt. Weitere Treffen sind im Jahresrhythmus geplant.

Mit vier zentralen Massnahmen wird das Selbstmanagement suizidgefährdeter Personen sowie ihrer Angehörigen und Bezugspersonen gefördert. Es wird eine koordinierte und vernetzte Versorgung durch Fachpersonen in der Region angestrebt, wie zum Beispiel die gemeinsame Anwendung der PRISM™-S-Methode. Daraus entsteht ein dialogisches Verständnis zwischen suizidgefährdeten Personen, Angehörigen und Fachpersonen, welches eine gemeinsame Sprache und eine Suizidprävention in geteilter Verantwortung ermöglicht.

Projekt-Webseite: Alles auf einen Blick

Die Projekt-Webseite soll suizidgefährdeten Personen, ihren Angehörigen und Bezugspersonen sowie den Fachpersonen aus dem Versorgungsgebiet einen Überblick über die Massnahmen von SERO geben. So können beispielsweise die PRISM™-S-Schulungen von Fachpersonen oder die ensa Kurse «Erste-Hilfe-Gespräche über Suizidgedanken» von Angehörigen und Interessierten direkt online gebucht werden. Ebenfalls besteht die Möglichkeit, Printmaterialien herunterzuladen oder zu bestellen. Für Betroffene stehen zusätzlich Notfallnummern sowie Kontakte von Fachstellen zur Verfügung.

Michael Durrer, Pflegeexperte APN lups, Projektleiter SERO

Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Projektwebseite:
www.sero-suizidpraevention.ch



Trägerorganisationen

Luzerner
Psychiatrie **lups.ch**
Luzern | Obwalden | Nidwalden

HOHENEGG
Privatklinik am Zürichsee

prismium

B Berner
Fachhochschule

pro mente sana
Psychische Gesundheit stärken



Ein Programm unterstützt von
Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera