

13. September 2023

**Postulat**

Von David Garcia Nuñez (AL)  
Und Tanja Maag Sturzenegger (AL)

Der Stadtrat wird aufgefordert zu prüfen, wie in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz und Peer-Organisationen im Rahmen eines Pilotprojekts sog. «Freundschaft»-Bänke (Friendship benches) in verschiedenen Quartieren aufgestellt, resp. geeignete Bänke in «Freundschaft»-Bänke umgewidmet werden können.

**Begründung:**

Psychische Störungsbilder sind in der Schweiz eine der am häufigsten auftretenden Krankheiten. Sie können in jeder Lebensphase und unabhängig vom sozioökonomischen Status auftreten. Umgekehrt wird die mentale Gesundheit von Einsamkeitsgefühlen, ein Problem, welches insbesondere Menschen in städtischen Umgebungen betrifft, beeinflusst. In den letzten Jahren hat ein grösseres gesellschaftliches Bewusstsein dazu geführt, dass Menschen psychische Probleme nicht mehr verschweigen, sondern darüber sprechen.

Diese neue Ära des Verständnisses für und der Akzeptanz von mentalen Gesundheitsdefiziten ist grundsätzlich zu begrüßen. Gleichzeitig stellen strukturelle Probleme in der psychiatrischen und psychotherapeutischen Gesundheitsversorgung eine grosse Herausforderung für die wirksame Behandlung der Bevölkerung. Die Wartelisten für diese Spezialist:innen sind entsprechend lang und problematisch.

Eine kostengünstiger und effizienter Weg, um einen niedrigen Zugang zur psychiatrisch-psychotherapeutischen Versorgung zu ermöglichen, bieten sog. «Freundschaft»-Bänke (Friendship Benches). Diese evidenzbasierte Intervention, die in Simbabwe entwickelt wurde, zielt darauf ab, das psychische Wohlbefinden und die Lebensqualität durch den Einsatz von Problemlösungstherapien zu verbessern, die von geschulten Laienhelfer:innen durchgeführt werden. Im Rahmen von mehreren Gesprächen können diese Personen jene Menschen, die sich auf die Bänke setzen, beraten.

Im Rahmen seiner aktuellen Kampagne hat Gesundheitsförderung Schweiz die Idee der «Freundschaft»-Bänke aufgenommen und solche bereits in mehreren Kantonen aufgestellt. Gleichzeitig werden die Gemeinden darin unterstützt, das Umfeld bewegungs- und begegnungsfreundlicher zu gestalten. Die Stadt Zürich könnte sich dieser Initiative anschliessen und im Rahmen eines Pilotprojekts zusätzlich den Kontakt mit Peer-Organisationen aufnehmen, damit «Freundschaft»-Bänken von geschulten Laienhelfer:innen betrieben werden könnten.

