

# #prison-info

Das Magazin zum Straf- und Massnahmenvollzug 2/2019



## Gesundheit

4 – 39

**30 Jahre Kinder-  
rechtskonvention**  
49

**Justizvollzug als  
Verbundaufgabe**  
51



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Justiz BJ



Folco Galli,  
Redaktor #prison-info

Der Strafvollzug muss gemäss Artikel 75 des Strafgesetzbuches den allgemeinen Lebensverhältnissen so weit als möglich entsprechen, die Betreuung der Gefangenen gewährleisten und schädlichen Folgen des Freiheitsentzugs entgegenwirken. Dieser Auftrag schliesst namentlich eine **Gesundheitsversorgung** ein, die gemäss Äquivalenzprinzip die Gefangenen medizinisch gleich behandelt wie die allgemeine Bevölkerung.

Der Staat kommt seiner besonderen Fürsorgepflicht gegenüber inhaftierten Personen, die überdurchschnittlich unter somatischen Krankheiten und auch besonders häufig unter psychischen Störungen leiden, in angemessener Weise nach. Die Nationale Kommission zur Verhütung von Folter (NKVF) hat eine **positive Bilanz** über ihr zweijähriges Gesundheitsmonitoring gezogen: Sie hat die Qualität der Gesundheitsversorgung in den besuchten Justizvollzugsanstalten als «korrekt» eingestuft und «mit Zufriedenheit» festgestellt, dass der Zugang zu medizinischer Versorgung im Bedarfsfall jederzeit gewährleistet ist. Die NKVF sieht aber in verschiedenen Bereichen **Verbesserungsmöglichkeiten** und richtet deshalb eine Reihe von Empfehlungen an die Behörden.

Im Fokus dieser Ausgabe zeigen verschiedene Akteure auf, was in der Gesundheitsversorgung im Freiheitsentzug getan wird und was vermehrt oder besser getan werden sollte. Dabei wird namentlich deutlich, dass eine gute Versorgung **nicht nur im Interesse der kranken Gefangenen**, sondern auch der Mitgefangenen und des Vollzugspersonals ist. Und im Hinblick auf die Entlassung erbringen die Gesundheitsdienste darüber hinaus auch der allgemeinen Bevölkerung einen wichtigen Dienst. Ebenso wichtig wie die Behandlung kranker Patienten ist ferner die **Prävention**, etwa in Form von Impfaktionen oder von Spritzenaustauschprogrammen. Eine Prävention im weiteren Sinn berücksichtigt auch den Einfluss nicht-medizinischer Faktoren auf den Gesundheitszustand der inhaftierten Personen, zum Beispiel die Belegungsrate, das Angebot an Arbeit und Ausbildung oder die Aufrechterhaltung der Beziehungen zu ihren Angehörigen. Auf eine einfache Formel gebracht lässt sich sagen: Je mehr die inhaftierten Personen sinnvollen Aktivitäten nachgehen, desto gesünder sind sie und desto weniger brauchen sie medizinische Leistungen.

Online-Version:





# Inhalt

## Fokus: Gesundheit

Inhaftierte Personen erhalten im Bedarfsfall jederzeit Zugang zu angemessener Gesundheitsversorgung, hält die Nationale Kommission zur Verhütung von Folter (NKVF) in einem Bericht fest. Sie sieht aber in verschiedenen Bereichen auch Handlungsbedarf und richtet deshalb eine Reihe von Empfehlungen an die Behörden.

- 4 Der Justizvollzug sollte nicht krank machen
- 6 Positive Bilanz, aber auch Handlungsbedarf
- 8 Die Gesundheit der Gefangenen erhalten und verbessern
- 14 Jede Institution benötigt eine psychiatrische Versorgung
- 18 Inhaftierte in akuten psychischen Krisen betreuen
- 20 Die Infektionskrankheiten besser kontrollieren
- 24 Pflege im Freiheitsentzug
- 29 Die Gesundheitskompetenz durch Bewegung fördern
- 32 Die Gesundheit der Mitarbeitenden im Berliner Justizvollzug stärken
- 35 Die medizinischen Ressourcen optimal den Bedürfnissen anpassen
- 38 Tiergestützte Therapie: Das unterschätzte Potenzial nutzen
- 40 Fünf Fragen an Michael Braunschweig

## Justizvollzugsanstalt Cazis

Anfang 2020 nimmt die neue Justizvollzugsanstalt Cazis Tignez ihren Betrieb auf. Mit einer Belegungskapazität von 152 Plätzen trägt die moderne Anstalt dazu bei, Versorgungslücken im Vollzugsangebot zu beheben.

- 41 Von grosser Bedeutung für die ganze Schweiz
- 43 «Einige Insassen können sich hinter unserem Rücken radikalieren»
- 46 Suizidhilfe nur als letztmöglicher Weg
- 48 Pilotprojekt für restaurative Justiz im Kanton Waadt
- 49 Eine fast universelle Konvention für die Menschenrechte der Kinder
- 51 Justizvollzug in der Schweiz – eine klassische Verbundaufgabe von Bund und Kantonen
- 55 Recht auf Information über Entlassung des Täters
- 55 Das Arbeitsentgelt darf nicht beschlagnahmt werden
- 56 Kurzinformationen
- 58 Veranstaltungen
- 59 Neuerscheinungen
- 60 Carte blanche: Das multifunktionale Schweizer Taschenmesser des Gefängnisystems



Foto: Peter Schulthess (2019)



Foto: Peter Schulthess (2019)

# Die Gesundheitskompetenz durch Bewegung fördern

## Ein gesundes Gefängnis trägt zur Resozialisierung bei

**Die Unterstützung von gesundheitsförderlichem Verhalten macht im Freiheitsentzug aus mehreren Gründen Sinn: Einerseits können Krankheitskosten gesenkt werden, andererseits leisten pädagogische Gesundheitsangebote einen massgeblichen Beitrag zur Resozialisierung. Schliesslich können durch diese Angebote bedeutend gesündere Lebens- und Arbeitsbedingungen für Mitarbeitende sowie Gefangene geschaffen werden.**

Samuel Maurer und Matthias Marending

Die Gesundheitskompetenz ist eine wichtige Fähigkeit für ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben. Dabei geht es nicht nur um Bewältigung von Krankheiten, sondern auch um gesundheitsförderliches Verhalten wie Stressregulation, körperliche Fitness und Ernährungsverhalten. Die Gesundheitskompetenz ermöglicht es Menschen, im Alltag selbstständig Entscheidungen zugunsten der persönlichen Gesundheit und des eigenen Wohlbefindens zu treffen.

Die Anforderungen sind vielseitig: Das Fachwissen über den eigenen Körper und die Psyche, über mögliche Krankheiten und Einschränkungen sowie über Möglichkeiten zur Förderung und Genesung sind das eine. Auf der anderen Seite spielen auch motivationale Faktoren eine entscheidende Rolle: Bin ich daran interessiert, mich mit mir und meiner Umwelt auseinanderzusetzen? Setze ich mich kritisch auseinander mit den Informationen, die ich aufnehme? Kann ich sie übersetzen und für mich nutzen bzw. bin ich auch imstande, Fakten von Mythen trennen?

### Gesundheitskompetenz steckt in jeder Entscheidung

Die Broschüre der Allianz Gesundheitskompetenz beschreibt dies treffend: «Gesundheitskompetenz steckt gewissermassen in jeder Entscheidung, die wir treffen. Und zwar das ganze Leben lang im Alltag des Menschen». Dabei werden mit dem selbstverantwortlichen Handeln in den Bereichen der Gesundheitsförderung, der Krankheitsprävention und der Gesundheitsversorgung drei zentrale Aspekte hervorgehoben. Das heisst übersetzt in den Alltag, dass ich bereits morgens in der Bäckerei gesunde Entscheidungen treffen und danach an meinem Arbeitsplatz durch die Umsetzung von meinen ergonomi-

schen Kenntnissen für mein Wohlbefinden sorgen kann (Gesundheitsförderung). Nach dem Mittag und beginnenden Kopfschmerzen kann ich entscheiden, ob ich ein Schmerzmedikament benötige oder ob mir ein Spaziergang an der Luft gut tut (Krankheitsprävention). Und ich kann auf dem Nachhauseweg die mitgenommene Broschüre meiner neuen Krankenversicherung lesen und danach entscheiden, ob ich ihr beitreten möchte (Gesundheitsversorgung).

Für den Strafvollzug heisst dies: Ich kenne meine Rechte und Möglichkeiten, auf welche Unterstützung ich im Krankheitsfalle zählen kann und wie ich dabei vorgehen muss (Gesundheitsversorgung). Zudem weiss ich, dass ich bei einer leichten Erkältung nicht unbedingt auf Medikamente angewiesen bin, sondern mich beispielsweise durch das Trinken von Tee und durch zusätzlichen Schlaf erholen kann (Krankheitsprävention). Ebenso spüre ich, dass die täglichen Joggingrunden im Spazierhof, das wöchentliche Sportangebot sowie mein tägliches Rumpfkrafttraining in der Zelle mein Wohlbefinden stärken. Und ich stelle fest, dass ich viel weniger krank bin und mich vitaler fühle, seitdem ich es schaffe, mich regelmässig dazu aufzuraffen (Gesundheitsförderung).

### Den Bewegungsmangel kompensieren

Ein gravierendes Problem im Strafvollzug ist der Bewegungsmangel. «Bewegungsmangel kann zu negativen Formen der Anpassung und Lebensbewältigung führen, die im hohen Masse gesundheitsschädigend sein können. Gezielte Aktivitäten leisten einen wichtigen Beitrag zur Kompensation des Bewegungsmangels», hält das Sportkonzept der Justizvollzugsanstalt Witzwil fest. Ein längerer



Samuel Maurer ist Co-Geschäftsführer lifetime health GmbH, Dozent an der ETH Zürich und Berater für Bewegtes Lernen und Bildung im Strafvollzug.



Matthias Marending, Master of Science in Sport EHSM Magglingen, war von 2011 bis 2019 Mitarbeiter für Sport und Freizeit in der JVA Witzwil.



**Gezielte Aktivitäten leisten laut Sportkonzept der JVA Witzwil (Bild: Fitnessraum und Turnhalle) einen wichtigen Beitrag zur Kompensation des Bewegungsmangels.**

Foto: Peter Schulthess (2019)



fristiger Bewegungsmangel kann zusätzlich durch die – im Strafvollzug häufig verstärkten – psychischen Belastungen zu einer Abwärtsspirale führen, in der sich Gefangene nicht mehr mit ihrer Gesundheit auseinandersetzen oder sich nur teilweise für gesundheitsförderliches Verhalten interessieren.

Diese Abwärtsspirale kann mit Bewegungsangeboten und entsprechender Motivation durchbrochen werden. Meist passiert dies über das persönliche Wohlbefinden. Sich bewegen heisst, sich mit sich selber und mit seiner körperlichen und psychischen Gesundheit auseinanderzusetzen. Dabei spielen einerseits emotionale Aspekte eine Rolle, wie beispielsweise die Freude am gemeinsamen Volleyballspiel im geführten Sportangebot. Aber auch körperliche Aspekte wie erhöhter Puls und Körperwärme nach den freiwilligen Joggingrunden oder die wohltuende Müdigkeit nach dem Krafttraining im Fitnessraum sind entscheidend. Dadurch wird längerfristig ein besseres Körpergefühl entwickelt, und die positiven Aspekte bewirken eine Aufwärtsspirale. In der Arbeit mit Gefangenen lässt sich dieses Phänomen oft beobachten, wenn ein entsprechendes kontinuierliches Angebot besteht. Daher ist es sinnvoll, neben freiwilligen – als extrinsischen Anstoss – auch geleitete Sport- und Bewegungsangebote zu machen.

#### Das Team involvieren

Dabei können je nach betrieblichen, finanziellen oder personellen Ressourcen (Kapazität, Know-how) verschiedene Umsetzungsformen gewählt werden: Sportangebote können von einer externen oder einer internen Fachperson (in der Regel eine Sportlehrperson) geleitet und konzipiert werden. Oder man kann das ganze Team im Bereich Aufsicht und Betreuung involvieren. Dabei macht es Sinn, wenn das Team von einer externen Fachperson weitergebildet und anfänglich bei der Umsetzung sowie zwischendurch zur Aufrechterhaltung der Qualität mit gezielten Workshops begleitet und unterstützt wird.

So können Lernprozesse gezielt und mit mehr Entwicklungspotenzial verfolgt werden. Man kann sich sogar die Überlegungen machen, ein Angebot mit Wahlpflicht oder Pflicht anzubieten. Wenn es um die Gesundheitskompetenz geht, kann es manchmal zielführend sein, «zum Glück gezwungen» zu

werden, weil der eigene Antrieb aufgrund von erhöhter psychischer Belastung ohnehin eingeschränkt ist. Dies kann mitunter gut an der Körperhaltung und der emotionalen Verfassung der Gefangenen beobachtet werden. Da können vor und nach der Bewegungseinheit oft sichtbare Unterschiede bei der Körperhaltung sowie der Zufriedenheit und Ausgeglichenheit festgestellt werden.

#### Strafvollzug als Mikrokosmos

Aufgrund der eingeschränkten Freiheit kann der Alltag im Strafvollzug als Mikrokosmos bezeichnet werden. Die Umwelt und das soziale Umfeld, in denen man sich bewegen kann, sind überschaubar und wiederholend. Daher wirken sich hier die erwähnten Abwärts- und Aufwärtsspiralen besonders aus: Gesundheitliche Risikofaktoren wie Rauchen, Bewegungsmangel oder Depression treten besonders häufig auf und haben einen erheblichen Einfluss auf die Gesundheit und die Gesundheitskompetenz der Involvierten. Daher gilt es auf der anderen Seite, mit den genannten gesundheitsfördernden Konzepten diesen Zustand zu durchbrechen. Und dies gelingt mit Bewegungsförderung am besten. Der European Health Literacy Survey hat die körperliche Betätigung mit anderen gesundheitsbezogenen Verhaltensweisen oder Risiken wie Rauchen, Body-Mass-Index und Alkoholkonsum verglichen und aufgezeigt: «Der durchgängigste und engste Zusammenhang bestand zwischen der Gesundheitskompetenz und dem Umfang an körperlicher Betätigung: je besser die Gesundheitskompetenz, desto grösser das Ausmass an körperlicher Betätigung.»

Dabei kann zusätzlich der Effekt einer Win-win-Situation eintreffen: Neben der Investition in die Gesundheitskompetenz der Gefangenen können entsprechende Angebote auch das Rollenbild der Mitarbeitenden aufgrund der Übernahme einer zusätzlichen Funktion im Bewegungsbereich erweitern. Diese Angebote können auch zu einem verbesserten Klima innerhalb der Institution führen, indem die Gefangenen durch das verbesserte Körpergefühl und die erlebte Ventilfunktion der Bewegung ihre Zufriedenheit und Ausgeglichenheit steigern, was die Wahrscheinlichkeit von Konflikten mindert und insgesamt das Zusammenleben fördert.

«Sich bewegen heisst, sich mit seiner körperlichen und psychischen Gesundheit auseinanderzusetzen»

«Wenn es um die Gesundheitskompetenz geht, kann es manchmal zielführend sein, «zum Glück gezwungen» zu werden»

#### Weiterführende Literatur

- Action Guide Allianz Gesundheitskompetenz: Gesundheitskompetenz fördern – Ansätze und Impulse, 2016.
- Klaus-Jürgen Tolksdorf: Sport im Strafvollzug, Internetdokumentation Deutscher Präventionstag.
- Ilona Kickbusch u.a.: Gesundheitskompetenz – Die Fakten, WHO, 2016.
- Jerome Kuonen: Die Bedeutung des Sports im Straf- und Massnahmenvollzug, München, GRIN Verlag, 2008.

# #prison-info

## Die letzte Seite

**Blick in die Vergangenheit.** 1928 wurde in der Strafanstalt Lenzburg auf Betreiben des damaligen Direktors Emil Thut ein «Trainings- und Gesundheitsturnen» eingeführt, das Marsch- und Freiübungen sowie Ball- und Laufspiele umfasste. Es fand zwei Mal wöchentlich statt und sollte neben der Förderung der körperlichen Gesundheit auch der Beherrschung und Schulung des Willens sowie der Erziehung zur Selbstdisziplin dienen. Die Erfahrungen waren gemäss zeitgenössischen Quellen durchwegs erfreulich. Das Turnen erwies sich überdies auch als vorzügliches Mittel zur Förderung des Ordnungs- und Gemeinschaftssinnes. Foto: Archiv der JVA Lenzburg

