

Meilen, 20. November 2024

Medienmitteilung

Hohenegg Gespräch «Entscheiden unter Stress»: Der ehemalige Gesundheitsminister Alain Berset spricht zum ersten Mal über den psychischen Druck während der Corona- Pandemie

Sehr geehrte Medienschaffende

«Es ist unmöglich, alles zu wissen. Wenn jemand mehr weiss als ich, bin ich interessiert, von ihr oder ihm zu lernen. Es gab Momente in der Pandemie, in denen ich nicht auf alle Fragen eine eindeutige Antwort hatte – und trotzdem musste ich handeln.»

Gestern Abend sprach Alain Berset beim Hohenegg Gespräch in Zürich vor rund 200 Interessierten zum ersten Mal öffentlich über den enormen Druck und psychischen Stress, den er während der Corona-Pandemie erlebte.

Bereits früh in der Pandemie zog Alain Berset den Hohenegger Stiftungsrat Prof. Dr. med. Gregor Hasler, Psychiater und Stressforschungsexperte zur Unterstützung hinzu. Hasler beriet sowohl den Gesundheitsminister als auch dessen Krisenstab in dieser herausfordernden Zeit. Aus dieser Zusammenarbeit entstand das Buch «Der Berset-Code. Die Resilienz-Strategien von Alain Berset – Ein Dialog», das am 19. November 2024 erschienen ist. Im Rahmen des Hohenegg Gesprächs stellte Alain Berset nicht nur das Buch vor, sondern beantwortete auch live die Fragen von Gregor Hasler und des Publikums.

Für die Teilnehmenden war es ein Abend voller wertvoller Einblicke und praktischer Tipps, wie man in schwierigen Situationen den Überblick bewahren und mit Stress umgehen kann. Alain Berset teilte dabei seine persönlichen Erfahrungen:

«Neben dem grossen Rückhalt in unserem Krisenstab hat mir im Umgang mit Unsicherheiten sehr geholfen, immer den Blick für das Ganze zu behalten. Ich habe oft Situationen erlebt, in denen viele Parameter nicht direkt kontrollierbar waren. Es ist nie möglich, alles zu verstehen – vieles bleibt ungewiss. Doch in der Bewegung, in der Dynamik einer Situation, hat man die Möglichkeit, Parameter in eine bestimmte Richtung zu beeinflussen.»

Das Buch:

«Der Berset-Code. Die Resilienz-Strategien von Alain Berset – Ein Dialog» Wörterseh-Verlag
– ab sofort im Handel

Kontakt Medienstelle der Privatklinik Hohenegg:

Sabine Claus, Leitung Marketing & Kommunikation

Tel +41 44 925 12 44, E-Mail kommunikation@hohenegg.ch

Über die Hohenegg Gespräche

Die Hohenegg Gespräche sind eine Veranstaltungsreihe, die 2016 von **Prof. Dr. em. Dr. med. Daniel Hell** ins Leben gerufen wurde. Ziel der Reihe ist es, psychologische Themen aus dem Alltag aufzugreifen und praxisnahe Anregungen für den Umgang mit psychischen Herausforderungen zu bieten. Zweimal jährlich bringen die Gespräche renommierte Fachexpertinnen und -experten mit einem interessierten Publikum zusammen.

Seit 2024 liegt die Leitung der Veranstaltungsreihe bei **Prof. Dr. med. Gregor Hasler, Mitglied des Hohenegger Stiftungsrates**. Unter seiner Führung werden die Hohenegg Gespräche durch aktuelle Themen und innovative multimediale Formate erweitert, um ein noch breiteres Publikum zu erreichen.

Weitere Informationen: hohenegg.ch/stiftung/

Über die Privatklinik Hohenegg

Die Privatklinik Hohenegg zählt zu den führenden Kliniken der Schweiz in den Bereichen Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Sie bietet erwachsenen Patientinnen und Patienten, die sich in einer psychischen Krise befinden, eine fachlich herausragende und individuell abgestimmte Behandlung.

Spezialisierungen:

- Depressive Erkrankungen
- Burnout und Belastungskrisen
- Angsterkrankungen
- Psychosomatik

Die Klinik steht Privat-, Halbprivat- und Allgemein-Versicherten aus der Schweiz sowie Patientinnen und Patienten aus dem deutschsprachigen Ausland offen. Als Mitglied von **The Swiss Leading Hospitals (SHL)** erfüllt die Privatklinik Hohenegg höchste Qualitätsansprüche.

Trägerin der Klinik ist die gemeinnützige Stiftung Hohenegg.

Weitere Informationen: hohenegg.ch