

# Fachtagung

## Armut und psychische Gesundheit

---

**Mittwoch, 16.09.2026, 8.15 Uhr bis 16.30 Uhr**

**Jugendherberge Solothurn, Landhausquai 23, Solothurn** (5min zu Fuss vom Bahnhof)

**Die Fachtagung von Caritas Solothurn für Fachkräfte, Politiker\*innen und Interessierte**

*Die Tagung wird im Auftrag des Kantons Solothurn durchgeführt. Sie ist Teil des kantonalen Aktionsprogramms Erwachsene (KAP) und richtet den Fokus auf die Lebenssituation und Gesundheit von armutsbetroffenen Erwachsenen.*

Armut und Gesundheit stehen in einem engen Zusammenhang. Menschen, die von Armut betroffen sind, leiden häufiger unter gesundheitlichen Problemen. Gleichzeitig können gesundheitliche Einschränkungen das Risiko erhöhen, in Armut zu geraten. Eine besondere Bedeutung kommt dabei der Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit zu, die sowohl Ursache als auch Folge belastender Lebenssituationen sein kann. Welche präventiven Ansätze gibt es, und wie können wir betroffene Menschen besser unterstützen? Diesen Fragen wollen wir uns an der Fachtagung widmen.

Zum Auftakt beleuchtet **Fabian Saner** das Thema Armut in der Schweiz. Er gibt einen Überblick über aktuelle Entwicklungen, zentrale Kennzahlen und relevante Handlungsfelder. Im zweiten Referat widmet sich **Katrin Arnold** der psychischen Gesundheit im Kontext von Armut. Sie zeigt auf, wie psychische Gesundheit gefördert werden kann, erläutert theoretische Grundlagen und ergänzt diese durch praxisnahe Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit Belastungen. Im dritten Referat geht **Marc Höglinger** auf die wechselseitigen Zusammenhänge zwischen Armut und Gesundheit ein und ordnet diese aus wissenschaftlicher Perspektive ein.

In der anschliessenden Podiumsdiskussion diskutieren die Referierenden gemeinsam mit **Bettina Widmer und Andrea Scheidegger** Herausforderungen im Umgang mit armutsbetroffenen Menschen mit psychischen Belastungen. Dabei werden mögliche Lösungsansätze für die Praxis sowie für das Zusammenspiel von Sozial- und Gesundheitssystem aufgezeigt und diskutiert.

In praxisnahen Workshops haben die Teilnehmenden am Nachmittag Gelegenheit, die Inhalte zu vertiefen, eigene Erfahrungen einzubringen und gemeinsam Handlungsoptionen und Lösungsansätze zu diskutieren. Ziel ist es, Impulse für den Berufsalltag sowie für politische und kantonale Akteure im Kanton Solothurn zu erhalten. Aus den drei Workshop Angeboten kann pro Teilnehmer\*in ein Themenschwerpunkt gewählt werden.

# Programm Mittwoch, 16. September 2026

**Ab 8:15**

**Eintreffen mit Kaffee und Gipfeli**

**8:45**

**Begrüssung mit allgemeinem Einstieg**

*Andrea Scheidegger, Leiterin Pilotprogramm Erwachsene, Kanton Solothurn*

*Fabienne Notter, Geschäftsleitung Caritas Solothurn*

*Miriam Wetter, Tagesmoderation*

**9:00**

**Inputreferat 1: Armut in der Schweiz – Entwicklungen, Zahlen und Handlungsfelder**

*Referent: Fabian Saner, Caritas Schweiz*

Einleitend wird die Entwicklung der Armut und der sozialen Sicherheit in der Schweiz in den letzten Jahrzehnten zusammengefasst. Daran zeigt sich, dass es in der Schweiz an einer koordinierten und kohärenten Politik der Armutsbekämpfung mangelt. Verbessert hat sich hingegen das Bewusstsein, was Armut für Betroffene bedeutet, wer von Armut (und wie) betroffen ist und dass Armutsprävention und -bekämpfung eine vielschichtige Aufgabe ist, die in mehreren Dimensionen ansetzt (Gesundheit ist eine davon). Anhand des aktuellen Armutsmonitorings des Bundes (publiziert 2025) werden wichtige Kennzahlen und Konzepte der Armutsmessung zu Familien- und Erwerbsarmut präsentiert und eingeordnet und dabei besonders auch das subjektive Erleben und Empfinden von Armut («verborgene Armut») hervorgehoben. Die Zahlen werden mit dem im Sommer 2026 erscheinenden Armutsmonitoring des Kantons Solothurn um den regionalen Faktor ergänzt. Schliesslich werden die Befunde und Erkenntnisse aus Sicht von Caritas kritisch eingeordnet, um Ansätze zu würdigen und Lücken und politische Handlungsfelder zu identifizieren. Der Schwerpunkt der Erläuterungen liegt in Abgrenzung zu den beiden nachfolgenden Referaten nicht auf den Wechselwirkungen von psychischer Gesundheit und Armut, sondern auf übergeordneten Ursachen von Armut und Strategien zu deren Prävention und Bekämpfung.

**Inputreferat 2: Psychische Gesundheit im Kontext von Armut: Förderung der Gesundheit sowie Umgang mit Belastungen in Theorie und Praxis**

*Referentin: Katrin Arnold, Iradis*

Dieses Referat gibt einen kompakten Überblick über psychische Gesundheit, wobei der Fokus besonders auf armutsbetroffene Menschen gelegt wird. Zunächst werden wichtige Zahlen und Fakten präsentiert sowie die Bedingungen erläutert, die zur Entstehung und Aufrechterhaltung psychischer Belastungen beitragen – sowohl im Allgemeinen als auch im Kontext von Armut.

Ein Schwerpunkt liegt auf der Prävention und Förderung psychischer Gesundheit. Es werden zentrale Einflussfaktoren für psychische Gesundheit dargelegt und aufgezeigt, welchen Effekt die finanzielle Situation auf diese Faktoren hat. Ausserdem wird ein Hilfsmittel vorgestellt, das in vielen Sprachen verfügbar ist und zur aktiven Stärkung der eigenen psychischen Gesundheit eingesetzt werden kann.

Des Weiteren befasst sich das Referat mit der Früherkennung und dem Umgang mit psychischen Belastungen. Ziel ist es, den Teilnehmenden typische Warnzeichen und das empfohlene Handeln in Erinnerung zu rufen sowie Sofortmassnahmen und niederschwellige Unterstützungsangebote bekannt zu machen.

Das Referat verbindet theoretisches Grundlagenwissen mit praktischen Handlungsempfehlungen für den (Beratungs-) Alltag.

**10:30**

**Kaffeepause**

**11:00**

**Inputreferat 3: Armut und (psychische) Gesundheit: Eine wechselseitige Beziehung**

*Referent: Marc Höglinger, Institut für Gesundheitsökonomie der ZHAW*

Armut und Gesundheit sind eng miteinander verflochten: Materielle Belastungen erhöhen das Risiko für körperliche und psychische Erkrankungen, während gesundheitliche Probleme die soziale und finanzielle Lage weiter verschlechtern können. Besonders deutlich zeigt sich dies bei psychischer Gesundheit, chronischen Krankheiten und eingeschränkten Erwerbschancen.

Der Vortrag beleuchtet diese wechselseitige Beziehung anhand aktueller Evidenz aus der Schweiz. Er zeigt soziale Gradienten bei gesundheitlichen Einschränkungen, Depressionssymptomen und sozialer Isolation, macht die frühe gesundheitliche Ungleichheit bei Kindern und Jugendlichen sichtbar und thematisiert Faktoren wie tiefe Gesundheitskompetenz und Zugangsbarrieren, die den Teufelskreis von Armut und Krankheit verstärken.

Trotz Krankenversicherung bestehen finanzielle und administrative Hürden fort, etwa durch Versorgungsverzicht aus Kostengründen oder Schwarze Listen. Eine nationale Studie zeigt zudem, dass armutsbetroffene Menschen und insbesondere Sozialhilfebeziehende eine deutlich schlechtere körperliche und psychische Gesundheit aufweisen, als die Restbevölkerung, und dass eine schlechte Gesundheit auch die Erwerbschancen senkt.

Der Vortrag schliesst mit Implikationen für Politik und Praxis: Prävention und Früherkennung müssen früher ansetzen, psychische Gesundheit stärker berücksichtigt, Zugangsbarrieren abgebaut und Sozial- und Gesundheitssystem besser verzahnt werden.

## **Podiumsdiskussion – Herausforderungen und Lösungsansätze**

*Fabian Saner, Katrin Arnold, Marc Höglinger, Bettina Widmer (SP-Kantonsrätin), Andrea Scheidegger (Leiterin Pilotprogramm Erwachsene, Kanton Solothurn)*

Die Podiumsteilnehmer\*innen diskutieren gemeinsam Herausforderungen im Umgang mit armutsbetroffenen Menschen mit psychischen Belastungen und beleuchten mögliche Lösungsansätze für Praxis, Organisationen und das Zusammenspiel von Sozial- und Gesundheitssystem. Verschiedene Blickwinkel sollen aufgezeigt werden und Impulse für den Berufsalltag der Teilnehmenden geben.

**12:30**

**Mittagspause**

**13:30**

**Einführung und Einteilung in die Workshops**

In den Workshops haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, die Inhalte der Referate zu vertiefen und gemeinsam zu reflektieren. Pro Teilnehmer\*in kann ein Workshop besucht werden. Am Schluss werden die verschiedenen Erkenntnisse aus den Workshops im Plenum ausgetauscht.

Beim Anmeldeverfahren kann die Priorität des gewünschten Workshops angegeben werden. Die finale Einteilung wird an der Fachtagung kommuniziert.

Ziel der Workshoparbeit ist, Herausforderungen im (Berufs-) Alltag und Lösungsansätze zu diskutieren. Ausserdem soll es den Teilnehmenden praktische Handlungsmöglichkeiten für den (Berufs-) Alltag öffnen.

**13:45**

**Workshoparbeit**

**Workshop 1: Hürden im Hilfesystem erkennen und abbauen**

*Moderation: Fabienne Notter*

Die Teilnehmenden setzen sich mit der Frage auseinander, weshalb armutsbetroffene Menschen bestehende Unterstützungsangebote nicht oder zu spät in Anspruch nehmen. Zentrale Hürden wie beispielsweise Finanzen, sprachliche Barrieren, Scham, bürokratische Anforderungen oder fehlende Informationen werden beleuchtet. Gemeinsam werden Ansätze entwickelt, wie Angebote niederschwelliger gestaltet und der Zugang für armutsbetroffene Menschen erleichtert werden kann.

## **Workshop 2: Schnittstellen zwischen Sozial- und Gesundheitssystem stärken**

*Moderation: Marc Höglinger*

Die Teilnehmenden setzen sich mit der Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Unterstützungsangeboten auseinander und analysieren, an welchen Stellen Menschen durch die Maschen des Sozial- und Gesundheitssystems fallen. Herausforderungen an den Schnittstellen zwischen Sozial- und Gesundheitswesen werden identifiziert und Ansätze für eine verbesserte Koordination und Zusammenarbeit entwickelt. Gemeinsam wird diskutiert, wie die Zusammenarbeit zwischen Institutionen gestärkt werden kann und welche Handlungsmöglichkeiten Fachpersonen haben, um den Zugang zu Unterstützung zu erleichtern, Betroffene frühzeitig zu erreichen und die Begleitung von Betroffenen nachhaltig zu verbessern.

## **Workshop 3: Ressourcen stärken und Selbstwirksamkeit fördern**

*Moderation: Katrin Arnold*

Die Teilnehmenden setzen sich mit der Selbstwirksamkeit und dem Ausbau der Ressourcen von armutsbetroffenen Menschen in Bezug auf die Stärkung der psychischen Gesundheit auseinander. Anhand von Praxisbeispielen und konkreten Methoden wird erarbeitet, welche Ansätze im Alltag wirksam sind und wie Fachpersonen Betroffene gezielt unterstützen und empoweren können.

**15:15**

**Kaffeepause**

**15:30**

**Austausch im Plenum, Diskussion von Lösungsansätzen**

**Ausblick und Abschluss**

*Abschlussrunde mit Katrin Arnold und Marc Höglinger*

**16:30**

**Ende Fachtagung**

## Referenten/ Podium



**Fabian Saner** ist Leiter der Fachstelle Bildung von Caritas Schweiz. Er verantwortet die sozialpolitische Jahrespublikation (Sozialalmanach) sowie das nationale Caritas Forum in Bern. Er ist spezialisiert für Themen wie soziale Ungleichheit, Ursachen und Folgen von Armut sowie partizipative Ansätze in Sozial- und Gesellschaftspolitik.



**Katrin Arnold** ist Psychologin MA und Fachexpertin für Prävention im Bereich psychische Gesundheit bei der IV Stelle Solothurn. Bei der Iradis Solothurn leitet Katrin Arnold Workshops und Referate zur Sensibilisierung für psychische Gesundheit im Arbeits- und Berufsbildungskontext.



**Prof. Dr. Marc Höglinger** ist Co-Leiter der Fachstelle Versorgungsforschung am Winterthurer Institut für Gesundheitsökonomie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW). Sein Forschungsfokus liegt auf der Qualität und Effektivität der Gesundheitsversorgung, dem Zugang zu Gesundheitsleistungen und den Auswirkungen auf die gesundheitliche Chancengleichheit.

## Podium



**Andrea Scheidegger** arbeitet im Gesundheitsamt Kanton Solothurn, Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention, und leitet das Pilotprogramm Erwachsene. Sie hat langjährige Erfahrung in der Psychiatrischen Pflege und begegnete in dieser Zeit vielen Menschen, die in Armut oder an der Armutsgrenze lebten. Sie setzt sich für mehr Chancengleichheit und den Abbau von Zugangshürden im Bereich Gesundheitsförderung ein.



**Bettina Widmer** ist SP-Kantonsrätin, Psychologin und Geschäftsführerin von INSOS Solothurn, dem Branchenverband der Dienstleister für Menschen mit Beeinträchtigung. Zudem ist sie Stiftungsrätin der OdA Gesundheit und Soziales Solothurn, der regionalen Ansprechpartnerin und Dienstleistungszentrum für die Berufsbildung im Gesundheits- und Sozialwesen.

## Moderation



**Miriam Wetter** ist Politikwissenschaftlerin und immer gerne dort, wo verschiedene Themen und Menschen zusammenkommen. Sie moderiert und koordiniert Tagungen, Projekte und Programme im Bereich der Gesundheits- und Sozialpolitik. [www.mcw.ch](http://www.mcw.ch)

Niklaus Konrad-Strasse 18  
4500 Solothurn

Telefon: 032 621 81 75  
E-Mail: [info@caritas-solothurn.ch](mailto:info@caritas-solothurn.ch)  
Internet: [www.caritas-solothurn.ch](http://www.caritas-solothurn.ch)

Postkonto: 60-538266-5  
IBAN: CH76 0900 0000 6053 8266 5  
Caritas Kanton Solothurn



## Anmeldung Fachtagung 16.9.2026



[AnmeldeLink](#)

**Anmeldeschluss: 2. September 2026.**

**Kosten:** Die Veranstaltung ist kostenlos. Die Anmeldung ist verbindlich.

**Teilnahmebestätigung:** Im Anschluss an die Fachtagung erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung

**Bei Fragen:** Tina Flückiger [t.flueckiger@caritas-solothurn.ch](mailto:t.flueckiger@caritas-solothurn.ch)

## Rundgänge Armut und Gesundheit



Als Ergänzung zur Fachtagung empfehlen wir die **Stadtrundgänge «Päch gha!»** von Caritas Solothurn zum Thema **Armut und Gesundheit** (öffentliche Rundgänge sowie auch als Gruppenführung buchbar).

[Informationen und Anmeldung Stadtführungen](#)