



Jahresbericht 2014

VASK Aargau

Zürcherstrasse 241

Postfach 432 / P1

5201 Brugg

info@vaskaargau.ch

www.vaskaargau.ch

Kontakttelefon 056 222 50 15

Montag und Donnerstag 09.30 – 11.30 Uhr

Inhalt

1. Der Verein

1.1 Vorstand

1.2 Mitglieder

1.3 Revisorinnen

2. Aktivitäten

2.1 Kontakt-Telefon

2.2 Schulung für Angehörige

2.3 Trialog

2.4 Foren - Selbsthilfegruppen

2.5 Öffentlichkeitsarbeit

3. Vernetzung

4. Finanzen

4.1 Spenden

4.2 Erfolgsrechnung, Bilanz und Budget

1. Der Verein

1.1 Vorstand

Als gewählte Vorstandsmitglieder waren tätig:

- | | |
|------------------------|---|
| - Dora Heggli | Finanzen, Dialog |
| - Marie-Therese Keller | Kontakttelefon, Schulung, Selbsthilfegruppe |
| - Edith Geiger | Beisitz |
| - Ernst Lehner | Protokoll |
| - Urs Würsch | Leitung der Sitzungen und an der GV |

Der Vorstand traf sich zwei Mal im Jahr zu Sitzungen und ein Mal zur Vorbereitung der Mitgliederversammlung. Die Vereinsaufgaben wurden im Einzelnen besprochen, geplant und durchgeführt. Einige Sitzungen haben sich dank Email- und Telefonverkehr erübrigt. Die gesparte Zeit, konnte in Aktenstudium investiert werden.

Die Mitgliederversammlung fand am 10. April im Hauptgebäude der PDAG im Festsaal statt. Frau Dr. Ursula Davatz, Psychiaterin, hielt einen interessanten und aufschlussreichen Vortrag über das Thema „**ADHS und Schizophrenie – Wie emotionale Monsterwellen entstehen und wie sie behandelt werden**“. Das Buch mit demselben Titel kam im Herbst in die Buchläden.

An der Mitgliederversammlung stellte sich Edith Geiger aus persönlichen Gründen nicht mehr als Vorstandsmitglied zur Wahl. Wir danken Edith Geiger sehr herzlich für ihr Engagement zum Wohle der Angehörigen. Die Vorstandsarbeiten waren ab sofort bis auf weiteres auf vier Personen verteilt.

Am 9. Mai fand die Delegiertenversammlung der VASK Schweiz in Königsfelden in Brugg statt. Es wurden anschliessend an die informative Versammlung nach dem gemeinsamen Mittagessen eine Führung in der Klosterkirche und der Besuch des Museums für Psychiatrie Königsfelden organisiert.

Der Vorstand nahm an den beiden Präsidentenkonferenzen (PK) der VASK Schweiz teil. Im Frühling wurde an der PK vom versammelten Kollegium das Vorstandsmitglied, Urs Würsch, zum Präsidenten der VASK Schweiz gewählt. Wir gratulieren herzlich.

Die verschiedenen Fachtagungen wurden von den einzelnen Vorstandsmitgliedern wahrgenommen.

1.2 Mitglieder

Die Mitgliederzahl beträgt 169.

Wir freuen uns immer wieder, neue Mitglieder in unserer Vereinigung begrüßen zu dürfen. Diese Solidarität ist eine motivierende Unterstützung und Zuwendung für uns, die unterschiedlichen Anliegen der Angehörigen wahrzunehmen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

1.3 Revisorinnen

- Theres Meier-Wettstein
- Violina Bossart

2. Aktivitäten

2.1 Kontakttelefon

- Maria Fischer
- Marie-Therese Keller Leitung
- Margrit Michel
- Heidy Schenker

In diesem Jahr waren die Anrufe der Angehörigen über das Kontakttelefon leicht rückläufig. Die Gespräche waren jedoch nicht weniger intensiv ausgefallen als in den Jahren davor. Die Begebenheiten und Erfahrungen der Angehörigen könnten nicht unterschiedlicher sein. Allen gemein waren jedoch die Intensität der Gespräche und das Gefühl der Ohnmacht, der Krankheit ausgeliefert zu sein.

Das Team war kurzfristig wegen Unfällen stark reduziert. Wir konnten glücklicherweise auf Einsätze von unserem früheren Teammitglied, Erika Amsler, zählen und so die akuten Engpässe überbrücken. Für diese Spontanität und Unterstützung sind wir sehr dankbar.

In 88 Einsätzen an je 2 Stunden und 5 kurzen Einsätzen während den Sommerferien leistete das Kontakttelefon Team 181 Stunden Freiwilligenarbeit übers Jahr verteilt und begleitete in 45 Kontakten Angehörige, die Unterstützung suchten. Weitere Gespräche mit Angehörigen fanden in persönlichen Begegnungen statt.

An dieser Stelle ist ein herzliches Dankeschön an das ganze Team auszusprechen. Ohne diese Freiwilligenarbeit könnten wir unsere Aufgaben und Begleitungen am Telefon nicht anbieten und bewältigen.

Im technischen Bereich erhalten wir bei Schwierigkeiten immer wieder spontan Unterstützung vom ehemaligen Teammitglied, Thomas Juchli. Dafür sind wir sehr dankbar.

Mit Bedauern nehmen wir den Rücktritt von Maria Fischer im Kontakttelefon Team per 31. Dezember 2014 zur Kenntnis. Maria Fischer war seit sieben Jahren am VASK Kontakttelefon eine aufmerksame Zuhörerin und eine kompetente Begleiterin für die Anliegen, Sorgen und Nöte der Anrufenden. Wir vom Team und der Vorstand danken Maria Fischer für ihr Engagement und die wohlwollende Zusammenarbeit im Team und wünschen ihr alles Gute für ihre Zukunft.

An drei Sitzungen planten wir im Team unsere Einsätze und hielten regen Austausch bezüglich Optimierung der Beratungsaufgabe am Telefon. Besprochen wurden auch die verschiedenen Angebote für Angehörige und Betroffene aus der Region.

Supervision:

Um auch selber durch eine beratende Begleitung gestärkt zu werden, besuchte das Kontakttelefon Team und die Leiterinnen der Foren in Aarau und Wohlen die Supervisionssitzungen im Frühling und Herbst bei der Psychiaterin, Frau Dr. Ursula Davatz.

2.2 Schulung für Angehörige

- Marie-Therese Keller

Im Herbst führte die VASK Aargau die Schulung für Angehörige „...wenn in Ihrer Familie jemand psychisch krank ist...“ durch. Mit den 12 Angehörigen wurden an fünf Abenden der Umgang mit einem psychisch erkrankten Familienmitglied aus den verschiedensten Perspektiven betrachtet und diskutiert. Die medizinischen Fragen wurden neu im Team durch Herrn Dr. Marc Hauser, Facharzt im Extern Psychiatrischen Dienst in Baden, beantwortet. Die rechtlichen Aspekte der Angehörigen brachte Frau Pia Püntener, Berufsbeiständin und Mitglied der VASK Aargau, den Anwesenden näher. Die Abende mit den Themen „Kommunikation“ und „Umgang mit Schuldgefühlen“, sowie „das Stärken des Selbstwertgefühls“ leitete Marie-Therese Keller. Neu fand die Schulung auf dem Areal in Königsfelden in Brugg statt.

Die Teilnehmenden fühlten sich wohl in der Gruppe und schätzten den Austausch untereinander. Es war ein Ort der Begegnung mit offenen Gesprächen, unterstützenden Anregungen und der Erkenntnis, nicht alleine mit der schwierigen Situation einer psychischen Erkrankung zu sein.

Zwei Monate danach traf sich die Gruppe ein weiteres Mal, um Erfahrungen auszutauschen, die sie in der Zwischenzeit machten. Die Rückmeldungen zeigten, dass die Angehörigen neue Wege im Gehen mit der psychischen Krankheit fanden und mutige Schritte in die Zukunft wagten. Nicht die Krankheit können wir Angehörige verändern, sondern nur unsere Einstellung dazu.

2.3 Trialog

- Dora Heggli

Bis Ende 2013 Jahr verliessen drei engagierte Fachpersonen das „Team Trialog“

- Eveline Kyburz (dipl. Pflegefachfrau, Tageszentrum Baden)
- Gasparino Arciresi (dipl. Pflegefachmann, Ambulatorium Baden)
- Doris Els (dipl. Pflegefachfrau, Tageszentrum Baden)

Wir danken ihnen für die geleistete Arbeit zum Wohle von Angehörigen und Betroffenen.

Bis Anfang März legte der Trialog eine Pause ein um das Team neu zu bilden. In diesem Jahr setzte sich das Team Trialog wie folgt zusammen:

Susanne Indergand, dipl. Sozialarbeiterin FM
Astrid Wey, dipl. Pflegefachfrau FM
Dr. med. Jeannine Büschlen, Assistenzärztin
Dr. med. Sonja Latinovic, Assistenzärztin
Dr. med. Birgit Kräuchi, Leitende Ärztin
Dr. med. Marc P. Hauser, Oberarzt, Ambulatorium Baden
Dora Heggli, Vorstandsmitglied, VASK Aargau

Die Treffen fanden monatlich im Externen Psychiatrischen Dienst an der Haselstrasse 1 (nähe Bahnhof) in Baden statt. Die im Voraus publizierten Themen wurden diskutiert. Manchmal waren Angehörige einfach nur froh, wenn sie ihre Sorgen und Ängste mitteilen konnten. Nur vereinzelt nahmen auch Betroffene am Trialog teil. Die Teilnehmerzahl schwankte sehr. Durchschnittlich nahmen jeweils ca. 5 Personen an den Treffen teil.

Unsere Themen im 2014 waren:

- Selbstverletzung
- Krankheit und Verletzlichkeit – Vulnerabilitätsmodell
- Zu den eigenen Stärken finden
- Psychische Krankheit in der Öffentlichkeit
- Nähe und Distanz
- Teufelskreise
- Selbstfürsorge
- Umgang mit Konflikten

2.4 Foren – Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppe in Aarau

- Leitung: Dorothee Menzi Erb und Margrit Michel

Das VASK Forum, unsere Selbsthilfegruppe in Aarau, besteht schon seit 7 Jahren. Einzelne Teilnehmer sind seit Beginn dabei. In unser Treffen kommen Partner, Eltern und auch Geschwister von psychisch Kranken.

Die Gruppe ist ein Ort wo Angehörige auf Menschen treffen, welche ähnliches erlebt haben. Dies schafft Vertrauen, Verständnis und Nähe. Wir haben auch festgestellt, dass manchmal Gruppenmitglieder nach einer Pause plötzlich wieder bei uns vorbeischauen. Die Gruppe ist auch jederzeit für neue Teilnehmer offen.

Selbsthilfegruppe in Wohlen

- Leitung: Marie-Therese Keller

Durchschnittlich nehmen an den einzelnen Treffen 6 Personen auf 11 monatlich stattfindenden Begegnungen teil. Die Erfahrungen der Anwesenden könnten nicht unterschiedlicher sein und doch haben sie alle etwas Gemeinsames: Das Gefühl der Ohnmacht, der psychischen Krankheit ausgeliefert zu sein.

Es gibt kein Rezept für das optimale Verhalten und Entscheiden in schwierigen Lebenssituationen. Es ist der gelebte Prozess der Veränderung, der eine Erleichterung zu bringen vermag. Es geht auch darum, die eigenen Schwächen zu erkennen und die Stärken bewusst im Veränderungsprozess einzusetzen.

Alle Angehörigen wünschen sich für ihre betroffenen Familienmitglieder nur das Beste. Dabei vergessen sie zu oft, dass das Beste zuerst für sie selber vorhanden sein sollte, damit sie dem Erkrankten eine gesunde Stütze sein können.

Das Reden über die Schwierigkeiten mit der veränderten Situation, kann Türen für neue Wege öffnen. Das Darüber-Nachdenken hat seinen Wert, jedoch das Darüber-Reden macht frei, weil darin ein Handeln ist, das die Umsetzung der neuen Gedanken in die Wege leitet.

2.5 Öffentlichkeitsarbeiten

Film:

Im Frühling wurde der Film „Der Biber“ im Kino Rex in Wohlen gezeigt. Der Manger und Familienvater ist überfordert und kann seinen Rollen nicht mehr gerecht werden. Er leidet unter einer schweren Depression. Der Film führt in die emotionalen Abgründe von Depressionen aufgrund von Überforderung auf unterschiedlichen Lebensebenen.

Im Herbst wurde der Film „Hectors Reise oder die Suche nach dem Glück“ gezeigt. Der Londoner Psychiater Hector hat ein Problem: Seine Patienten werden einfach nicht glücklich, obwohl Hector sich alle Mühe gibt. Darum beschliesst er eines Tages wegzufahren und herauszufinden, was genau die Menschen glücklich macht. Die Reise führt Hector von London nach China, Afrika, in den Tibet und in die USA. Ein wahres Feuerwerk aus überraschenden Bildern und Ideen auf der Leinwand. Es ist eine erfrischende Komödie mit der richtigen Piese Tiefgründigkeit – ein Film, der glücklich macht.

Höhere Fachschule, Aarau:

Die angehenden Psychiatriefachpersonen an der Höheren Fachschule Gesundheit und Soziales in Aarau hörten 8 Lektionen über das Thema „Veränderte Familienprozesse“, wenn jemand in der Familie psychisch erkrankt. Die VASK bekommt dadurch die Möglichkeit, die Situation einer psychischen Krankheit aus der Perspektive der Angehörige zu vermitteln. Lernende und sowie Vermittelnde können gegenseitig voneinander profitieren.

www.vaskaargau.ch

Unter dieser Website finden Sie alle aktuellen Angebote, die die VASK Aargau anbietet. Auch sind die Vernetzungen mit anderen Organisationen gut verständlich aufgelistet. Willy Neuhaus ermöglicht uns eine klare Struktur und eine schnelle Veröffentlichung bei den verschiedenen Angeboten. Wir vom Vorstand danken Willy Neuhaus herzlich für sein unermüdliches Engagement.

3. Vernetzung

- Mitglied von VASK Schweiz (www.vask.ch)
- Mitglied beim Verein Anker (www.anker-aargau.ch)
- Mitglied beim Verein Netzwerk Angehörige Psychiatrie (www.angehoerige.ch)
- Mitglied bei Pro Mente Sana (www.promentesana.ch)
- Mitglied beim Verein Tageszentrum Brugg-Windisch
- Mitglied beim Netzwerk apika, (www.apika.ch)
- Mitwirken bei der Organisation KABO Aargau
- Mit der Psychiatrischen Klinik Königsfelden und den weiteren psychiatrischen Diensten im Kanton Aargau pflegen wir eine enge Zusammenarbeit (www.pdag.ch)
- Mitglied im Netzwerk „Psychische Gesundheit Kanton Aargau“, Departement Gesundheit und Soziales

4. Finanzen

- Dora Heggli

4.1 Spenden

- Den grosszügigen Spendern sei herzlich gedankt:
- Ref. Kirchgemeinde Holderbank-Möriken-Wildegg 540.--
- Urs Würsch, Luzern 750.--
- Marie-Therese Keller, Wohlen 750.--
- Dora Heggli, Spreitenbach 150.--

4.2 Erfolgsrechnug	Budget 2015	Rechnung 2014	Rechnung 2013
Aufwand			
Büromiete	2'700.00	2'696.00	2'936.00
Drucksachen, Büromaterial	1'500.00	1'584.30	1'882.15
Portospesen	500.00	623.80	269.65
Homepage/PC/Software	100.00	1'566.80	61.70
Telefon	900.00	842.30	1'048.15
PC- und Bankgebühren	100.00	52.75	105.45
Vorstands-Entschädigungen	3'000.00	3'000.00	3'750.00
Kassier/Vorstand	750.00	750.00	750.00
Kontakttelefon	1'500.00	1'751.60	1'318.20
Jahresbeiträge Organisationen	800.00	645.00	845.00
Diverse Unkosten	1'200.00	1'223.50	1'125.25
Schulung f. Angehörige	3'000.00	1'598.05	2'490.80
Werbeaufwand Sponsoring			9'960.00
Jahresbeiträge an Dachverband	4'200.00	4'060.00	4'690.00
Total Aufwand	20'250.00	20'394.10	31'232.35
Ertrag			
Mitgliederbeiträge	6'000.00	5'840.00	6'060.00
Spenden	3'000.00	3'120.00	2'485.50
Kursentsch. Dachverb. f. Schulung	1'000.00	1'000.00	1'780.00
Bruttozins'ertrag	100.00	116.81	143.00
Sponsorign Kurse F. Angeh.			14'200.00
Leistungen vom Dachverband	3'800.00	3'740.00	4'368.80
Auflösung Rückst. Sponsoring Schulung	3'000.00	3'000.00	
Total Ertrag	16'900.00	16'816.81	29'037.30
Reinverlust/-Gewinn	-3'350.00	-3'577.29	-2'195.05

Bilanz		2014	2013
Aktiven			
Kassa		4.55	4.55
Postcheck		33'948.34	41'567.84
HBL Lenzburg		1'104.60	3'184.80
NAB Sparkonto		5'304.40	5'299.54
NAB Top-Sparkonto		26'752.72	26'663.92
Trans. Aktiven		1'074.00	400.00
Total Aktiven		68'188.61	77'120.65
Passiven			
Trans. Passiven		540.00	2'894.75
Rückstellung Sponsoring f. Schulung		33'000.00	36'000.00
Total Passiven		33'540.00	38'894.75
Eigenkapital 31.12.		34'648.61	38'225.90
Eigenkapital 01.01.		38'225.90	40'420.95
Reingewinn/Reinverlust		-3'577.29	-2'195.05