



Jahresbericht 2019

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

1. Der Verein

1.1 Vorstand

1.2 Mitglieder

1.3 Revisorinnen

2. Aktivitäten

2.1 Kontakt - Telefon

2.2 Weiterbildung für Angehörige

2.3 Geleitete Angehörigengruppen

2.4 Öffentlichkeitsarbeit

2.5 Homepage

3. Vernetzung

4. Finanzen

4.1 Spenden

4.2 Erfolgsrechnung und Budget

4.3 Bilanz

1. Der Verein

1.1 Der Vorstand

Als gewählte Vorstandsmitglieder waren tätig:

- | | |
|------------------------|---|
| - Dora Heggli | Finanzen |
| - Marie-Therese Keller | Kontakttelefon, Weiterbildung, geleitete Angehörigengruppen |
| - Ernst Lehner | Protokoll, Vertretung bei VASK Schweiz |
| - Urs Würsch | Leitung der Sitzungen und der Mitgliederversammlung |
| - Thomas Kaltekis | Beisitz, Vertretung bei VASK Schweiz |
| - Kerstin Mitzschke | Beisitz |

Es fanden zwei Vorstandssitzungen statt, um die Vereinstätigkeiten im Team aufzuteilen und die Jahresrechnung und das Budget zu besprechen. Einzelne Entscheidungen wurden elektronisch beschlossen. Ebenfalls wurden Infos von Projekten, Veranstaltungen oder Sitzungen per Email versandt. Der Vorstand nahm an der Delegiertenversammlung der VASK Schweiz teil. Die Präsidentinnen- und Präsidenten Konferenz wurde genutzt, um sich gegenseitig auszutauschen. Die Gespräche mit den Vorstandsmitgliedern der kantonalen VASKen waren motivierend und bereichernd. Das Engagement war breit gefächert, um Angehörigen eine Stütze zu sein.

Am 25. April 2019 fand die 36. Mitgliederversammlung in Brugg statt. Wir hörten vorgängig den öffentlichen Vortrag von Frau Nuria Eberli, mit dem Thema: **Dich unterstützen und auf mich achten**. Der Psychologin gelang es, das Interesse der Teilnehmenden zu wecken. Der Mensch, als soziales Wesen, ist von Geburt an abhängig von einem Gegenüber und biologisch für ein Leben in der Gemeinschaft angelegt. Frau Eberli erläuterte die natürlich gewachsene Abhängigkeit und ging den Fragen nach, was denn eine Beziehung

bedeutet und wie der Charakter entstehen kann. Sie legte dar, was aus psychologischer Sicht eine sinnvolle Unterstützung der Angehörigen in der Familie und im Freundeskreis sein kann. Eine Unterstützung soll sich nicht anstrengend anfühlen, wenn doch, dann sollten die Angehörigen besonders gut auf sich selber und die eigenen Bedürfnisse achten.

Die Verantwortlichen der Klinik PDAG stellten uns grosszügigerweise die Benutzung der Räumlichkeiten unentgeltlich zur Verfügung für unsere Sitzungen, für die Treffen der Angehörigengruppen und die Mitgliederversammlung. Diese Geste der Wertschätzung nehmen wir dankbar entgegen.

1.2 Mitglieder

- Dora Heggli

Am 31.12.2019 zählte unser Verein 150 Mitglieder. Für die Treue und Solidarität der Mitglieder gegenüber der VASK Aargau und ihren psychisch erkrankten Familienmitgliedern bedanken wir uns herzlich. Unsere Hauptanliegen bestanden darin, den Angehörigen ein kompetentes Gegenüber zu sein, ihre Anliegen ernst zu nehmen, sie nach Möglichkeit zu unterstützen und mit diversen Angeboten ihnen einen Rückhalt geben zu können.

1.3 Revisorinnen

- Theres Meier-Wettstein
- Violina Bossart

2. Aktivitäten

2.1 Kontakttelefon

- Marie-Therese Keller

Im vergangenen Jahr suchten 53 Angehörige Hilfe und ein offenes Ohr am Telefon oder stellten Fragen über die Email. Sie berichteten von schwierig gewordenen Situationen mit einem psychisch beeinträchtigten Familienmitglied. Sie teilten uns ihre Hilflosigkeit und Frustration mit, weil sie dem psychischen Verhalten ihres Familienmitgliedes nichts Greifbares entgegenhalten konnten. Das Darüberreden brachte jeweils eine Entspannung. Mögliche Schritte konnten im Gespräch betrachtet und geplant werden.

2.2 Weiterbildungen für Angehörige

- Marie-Therese Keller

2019 entschlossen wir uns situationsbedingt, die Weiterbildung für Angehörige, „...wenn in Ihrer Familie jemand psychisch krank ist...“ in Zukunft nur noch ein Mal im Jahr anzubieten. An sechs Abenden fand die Weiterbildung im Frühling mit 14 Teilnehmenden statt. Die Kommunikation, die verschiedenen psychischen Krankheitsbilder, die Rechte der Angehörigen, das Betrachten der Schuldfrage und das Aufbauen des Selbstvertrauens bildeten die Hauptthemen. Eine Berufsbeiständin und ein Psychiater führten je durch einen Abend und boten ihr Wissen und ihre Erfahrungen den Teilnehmenden an.

2.3. Geleitete Angehörigengruppen

- Marie-Therese Keller

Geleitete Angehörigengruppen in Brugg und Wohlen

Die Angehörigengruppen Treffen in Brugg wurden in elf Monaten durchschnittlich von 6 Personen besucht. In Wohlen war der Durchschnitt für die elf Monate im Bereich von 3 Personen. Der Fokus im Austausch lag auf

der Wahrnehmung der eigenen Befindlichkeit. Gemeinsam suchten wir uns auf die Eigenkompetenz und die Eigenverantwortung zu konzentrieren, um eine bestmögliche Lebensqualität neu zu entdecken.

Forum der Erwachsenen, die als Kinder mit einem psychisch kranken Elternteil aufgewachsen sind

Das Forum wurde den Angehörigen zwei Mal angeboten. Die Einladungen wurden sehr schwach wahrgenommen. Trotzdem war die Begegnung wertvoll und motivierend für den Gast. Unsere Themen waren, die Gegenwart zu betrachten, bewusst wahrzunehmen und mit einer Portion Vertrauensvorschuss positiv in die Zukunft zu schauen. Den Vertrauensvorschuss betrachteten wir aus den unterschiedlichsten Perspektiven.

2.4. Öffentlichkeitsarbeit

– Marie-Therese Keller

- Die VASK Schweiz, die Dachorganisation, freute sich, die neu gestaltete Broschüre für Angehörige den deutschschweizerischen VASKen anzubieten. Die Mitglieder erhielten diese Broschüre zum Tag der psychischen Gesundheit zugesandt.
- Der Vorstand war im Kontakt mit dem Departement Bildung, Kultur und Sport, der Abteilung Sonderschulen, Heime und Werkstätten in der Form eines Fragebogens zur Anhörung der Teilrevision des Gesetzes über die Einrichtung für Menschen mit besonderen Betreuungsbedürfnissen.
- Einen elektronischen Fragebogen von einer Peer-Umfrage (Experten aus Erfahrung) im Bezug zur psychiatrischen Versorgung in der Schweiz wurde ausgefüllt.
- Die Stiftung Guido Fluri spendete die Broschüre „Leben mit Schizophrenie“, die wir gerne an unsere Mitglieder verteilen.
- Reger Austausch mit den Verantwortlichen der Fachstelle für Angehörige (FfA) der Klinik PDAG fand statt.
- Das Programm zum Thema „Psychische Gesundheit im Kanton Aargau“ wurde wie folgt gestaltet:
 - o „Angehörige sind mitbetroffen“ war die Veranstaltung, die gemeinsam von drei Organisationen gestaltet wurde. Es waren beteiligt, die Fachstelle für Angehörige der PDAG, die Fachstelle der Suchtberatung und die VASK Aargau. Der Anlass fand an der Fachhochschule im Campus in Brugg statt. Nach der Fragerunde wurde den Anwesenden ein Apéro angeboten. Der Vortrag der VASK Aargau kann auf der Homepage <www.vaskaargau.ch> unter Dokumente nachgelesen werden.
 - o Im Atelierkino TaB in Reinach; im Kino cinem8 in Schöftland und im Kino Orient in Wettingen wurde der Film „BurnOut“ der Schulklasse von Windisch gezeigt. Die Schülerinnen und Schüler schrieben das Drehbuch zum Thema Burnout und spielten die Rollen zum Teil selber. Ein grosses Kompliment an die jungen Menschen, die sich mit dieser psychischen Problematik auseinander setzten und im Film auch Lösungsmöglichkeiten aufzeigen konnten. Die Regisseurin und einzelne Schülerinnen und Schüler als Schauspieler nahmen jeweils an einem Austausch nach dem Film in den Kinos teil. Alle drei Kinos stellten der VASK Aargau ihre Räumlichkeiten und ihre technischen Angestellten unentgeltlich zur Verfügung, damit sie den Film einem breiten Publikum zeigen konnten.
- In Solothurn fanden Filmtage im Bezug zum Tag der psychischen Gesundheit statt. Als Vertreterin der Angehörigen stand ein Vorstandsmitglied beim Podiumsgespräch nach dem Film „Die neue Achtsamkeit“ zur Verfügung.
- Die VASK Aargau entwickelte eine Vision für Angehörige. Der „Familien-Raum“ ist eine Lokalität für Angehörige und für ihre in der Klinik stationierten Familienmitglieder und Freunde. Der „Familien-Raum“ ist eine klare Trennung zwischen der Behandlungsebene im Bereich der Klinik verbunden mit der Schweigepflicht und der Beziehungsebene mit dem Umfeld des Patienten/der Patientin ohne Schweigepflicht – ausserhalb der Abteilungen und innerhalb des Klinikareals. Der Fokus liegt auf den Kindern, die im „Familien-Raum“ ihren, in der Klinik stationierten, Eltern kindgerecht begegnen können. Der „Familien-Raum“ bietet sich an für familiäre Begegnungen und Austausch mit anderen Angehörigen, sowie als Informationszentrum und als Ort der Weiterbildung. Gespräche mit den verschiedenen Verantwortlichen bei den PDAG fanden statt. Mit grossem Interesse verfolgt die VASK Aargau die Entwicklung dieses Projektes.

2.5. Homepage

– Marie-Therese Keller

Willy Neuhaus bot der VASK Aargau eine grossartige IT Unterstützung für die Homepage an. Seine Bereitschaft uns unentgeltlich im technischen Bereich beizustehen, brachte der VASK Aargau viel Freiraum im Bezug zur Gestaltung der Homepage. Wir danken Willy Neuhaus sehr herzlich für seine grossartige Zusammenarbeit mit uns.

3. Vernetzung / Mitgliedschaften

- VASK Schweiz www.vask.ch
- Verein Anker www.anker-aargau.ch
- Verein Netzwerk Angehörige Psychiatrie www.angehoerige.ch
- Pro Mente Sana www.promentesana.ch
- Netzwerk apika www.apika.ch
- Frauenzentrale www.frauenzentrale-ag.ch
- eHealth Aargau www.ehealth-aargau.ch
- Netzwerk Psychische Gesundheit Kanton Aargau www.ag.ch/de/dgs/dgs.jsp
- Mitwirken bei der Konferenz der Aargauischen Behindertenorganisation KABO www.kaboag.ch
- Regelmässiger Austausch mit PDAG Verantwortlichen www.pdag.ch

4. Finanzen

-- Dora Heggli

4.1. Spenden:

- U. Würsch	Fr. 750.00
- D. Heggli	Fr. 750.00
- Th. Kaltekis	Fr. 750.00
- K. Mitzschke	Fr. 750.00
- E. Lehner	Fr. 250.00
- Ref. Kirchgemeinde Ho-Mö-Wi	Fr. 150.00
- R. Hoppler	Fr. 100.00
- M. Saxer	Fr. 100.00
- H. Schmutz	Fr. 100.00

Allen Spendern sei herzlich gedankt!

4.2 Erfolgsrechnung	Budget	Rechnung	Rechnung
	2020	2019	2018
Aufwand			
Büromiete	2'200.00	2'156.80	2'561.20
Drucksachen, Büromaterial, Porto	1'500.00	1'110.65	1'654.35
Homepage/PC/Software	200.00	39.95	170.75
Telefon	900.00	848.00	848.00
PC- und Bankgebühren	200.00	121.15	173.15
Vorstands-Entschädigungen	3'750.00	4'500.00	3'750.00
Kassier/Vorstand	750.00	750.00	750.00
Kontakttelefon	100.00		72.00
Jahresbeiträge Organisationen	500.00	350.00	502.50
Diverse Unkosten	1'000.00	998.80	886.00
Schulung f. Angehörige	2'500.00	2'426.00	579.90
Jahresbeiträge an Dachverband	4'500.00	4'341.00	4'509.60
Total Aufwand	18'100.00	17'642.35	16'457.45
Ertrag			
Mitgliederbeiträge	5'600.00	5'540.00	5'620.00
Spenden allg.	1'500.00	1'195.00	3'995.00
Spenden Vorstandsmitglieder	3'000.00	3'250.00	-
Kursgelder für Schulung	1'500.00	1'390.00	-
Bruttozinsertrag	10.00	8.78	17.56
Leistungen vom Dachverband	4'200.00	4'026.00	4'186.60
Auflösung Rückst. Fundraising	-	2'000.00	2'000.00
Total Ertrag	15'810.00	17'409.78	15'819.16
Reinverlust	-2'290.00	-232.57	-638.29
4.3 Bilanz		2'019.00	2018
Aktiven			
Kassa		4.55	4.55
Postcheck		1'230.89	3'353.39
HBL Lenzburg		16'067.20	15'619.55
NAB Sparkonto		5'306.63	5'306.95
NAB Top-Sparkonto		26'834.40	26'830.55
Trans. Aktiven		340.00	40.00
Total Aktiven		49'783.67	51'154.99
Passiven			
Trans. Passiven		861.25	-
Rückstellung Fundraising f. Schulung		18'500.00	20'500.00
Total Passiven		19'361.25	20'500.00
Eigenkapital 31.12.		30'422.42	30'654.99
Eigenkapital 01.01.		30'654.99	31'293.28
Reinverlust		-232.57	-638.29