

# Jahresbericht 2015

**VASK**  Bern  
 Vereinigung Angehöriger  
psychisch Kranker



**Wende dein Gesicht  
der Sonne zu,  
dann fallen die  
Schatten hinter dich.  
Aus Afrika**

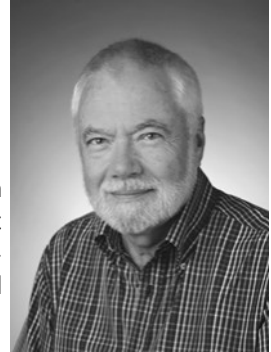
# Inhalt



1. Grusswort des Präsidenten.....	3
2. Mitgliederversammlung 30 Jahre VASK Bern.....	4
3. Strategie.....	5
4. Unsere Grundangebote.....	6
5. Selbsthilfegruppen (SHG).....	7
6. Unsere Veranstaltungen.....	8
7. Weitere Veranstaltungen.....	10
8. Unser Engagement in Netzwerken.....	12
9. Mitarbeit in politischen Gremien.....	14
10. Mitarbeit im Dachverband VASK-Schweiz.....	16
11. Marketingaktivitäten.....	20
12. Adressen Vorstand Bern.....	22
13. Adressen VASK Schweiz.....	23
14. Wie weiter.....	24

Foto Sonnenblume: Walter Meyer, Thun

# 1. Grusswort des Präsidenten



Liebe Mitglieder der VASK Bern

Ein arbeitsreiches Jahr liegt hinter uns – und wir konnten viele gute Momente kleiner Fortschritte erleben. Leider ist der Mitgliederbestand im vergangenen Jahr erneut gesunken. Wir wollen aber wieder wachsen – der Vorstand wird sich intensiv damit beschäftigen.

In unserem Einzugsgebiet wurden in den letzten Jahren verschiedene Beratungsstellen für Angehörige in psychiatrischen Institutionen eingerichtet, zum Beispiel in Bern, Burgdorf, Münsingen, Brig oder Solothurn. Dafür sind wir dankbar – es genügt uns aber nicht. Wir verlangen, dass die Angehörigen von Anfang an in den Behandlungsprozess des betroffenen Menschen mit einbezogen werden. Während dies in der Soteria Bern bereits geschieht, fehlt ein solcher Ansatz in anderen Kliniken und psychiatrischen Diensten weitgehend. Die stationäre Standardbehandlung nimmt zu wenig Rücksicht auf ganzheitliche Ansätze. Dieses Behandlungsmodell muss sich ändern und dafür wird sich die VASK vermehrt einsetzen.

Die Akutbehandlung im häuslichen Umfeld mit multiprofessionellen Equipen führt in anderen Ländern wie z.B. in Skandinavien, nachweislich zu guten Ergebnissen: geringere Belastung für Angehörige, höhere Zufriedenheit der betroffenen Menschen und der Angehörigen, weniger Behandlungsabbrüche, weniger stationäre Aufnahmen, kürzere stationäre Behandlungszeiten, unveränderte Mortalität, geringere Kosten. Deshalb haben wir in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin Bern (ISPM) eine Projekteingabe für das Programm „smarter health care“ beim Schweizerischen Nationalfonds (SNF) initiiert. Wir hoffen, dass das Projekt genehmigt wird.

Der Vorstand bedankt sich bei allen für die eingegangenen Spenden. Aufrundungen des Mitgliederbeitrages, separate Spenden oder Gedenkspenden helfen mit, die Existenz der VASK Bern zu sichern. Gesamthaft betragen die Spenden dieses Jahr rund 2400 Franken.

*Gerhard Schmutz*

## 2. Mitgliederversammlung 30 Jahre VASK Bern

An der Mitgliederversammlung vom 28. März im Restaurant Schmiedstube wurden Lisa Bachofen und Véronique Vogel neu in den Vorstand gewählt und die Neuausrichtung der VASK auf alle Angehörigen psychisch kranker Menschen beschlossen.

Die VASK heisst neu **Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker**.

Die Betroffenheit für Angehörige ist bei allen Erkrankungsformen ähnlich gravierend und belastend. Eine Öffnung der Vereinigung ist auf Schweizer Ebene bereits erfolgt und mit grosser Mehrheit kann nun auch die Region Bern Angehörige aller psychisch Kranken aufnehmen. Der Vorstand wird die weiteren Schritte in Angriff nehmen

Im weiteren Verlauf der Versammlung erfreuten uns Thomas Studer und sein Freund Dieter mit musikalischen Einlagen. Frau Vonlanthen und Herr Schneuwly informierten über die *Stiftung applico* für „Menschen mit psychischer Beeinträchtigung“ (Arbeiten und Wohnen), im deutschsprachigen Kanton Freiburg.



### 3. Strategie

Nach dem Meilenstein-Entscheid der Hauptversammlung vom 28. März 2015, sich für **alle** Angehörigen psychisch Kranker zu öffnen, hat der Vorstand während eines Workshops die Strategie 2016-18 grundsätzlich überprüft.

Mit rauchenden Köpfen und feurigen Herzen haben wir unsere 7 Strategischen Leitlinien überarbeitet und die Massnahmen aktualisiert und zum Teil neu festgelegt.

**Man traue der Ehrfurcht  
vor dem Leben zu,  
dass sie mithelfen wird,  
einen neuen Geist in  
unserer Zeit zu schaffen.**

Albert Schweitzer

#### **Die 7 Strategischen Leitlinien der VASK BERN 2016-18:**

VASK Bern positioniert sich als Angehörigenvertretung, ist eine starke Akteurin im Rahmen der psychiatrischen Versorgung im Kanton Bern und arbeitet eng mit den Partnern im Kanton zusammen.

VASK Bern betreibt (pro-)aktive Öffentlichkeits- und Sensibilisierungsarbeit.

VASK Bern führt und entwickelt aktuelle, bedarfsorientierte Dienstleistungen und Angebote für Angehörige von psychisch kranken Menschen zur Unterstützung von Gesundheitsprozessen und Bewältigung von Krisen und Alltagsaufgaben.

VASK Bern baut das eigene bestehende Selbsthilfegruppen-Angebot (SHG) aus und intensiviert die Zusammenarbeit mit den Selbsthilfegruppen im Kanton Bern bzw. in der Schweiz.

VASK Bern stabilisiert den heutigen Mitgliederbestand und schafft die notwendigen Voraussetzungen für weitere Entwicklungen.

VASK Bern vernetzt sich mit anderen VASKs und schafft Synergien.

VASK Bern hat eine stabile Finanzlage.

## 4. Unsere Grundangebote

### Sonntagsstube

Psychisch Kranke treffen sich ungewohnterweise jeweils am Sonntag um 14 Uhr im Ambulatorium Mitte\*) an der Zieglerstrasse 7 in Bern. Angehörige der VASK Bern betreiben diesen Treffpunkt und freuen sich auf neue Gesichter!

Nachdem auf Ende 2015 gleich 4 Helferinnen aus persönlichen Gründen das Betreuungsteam verliessen, wurde es eng für die Sonntagsstube. Wir suchten vorerst ziemlich erfolglos nach neuen Helferinnen. Wir zogen sogar ein Schliessen der Sonntagsstube in Betracht und suchten nach bestehenden Alternativen z. B. das Azurro des Blauen Kreuzes.

Viele Besucher der Sonntagsstube stresse den Gedanken zur Aufgabe des Angebotes. Sie sagten etwa: das könnt ihr nicht tun, die Sonntagsstube bedeutet uns so viel, wir sind doch fast eine Familie.

Endlich hatten wir nochmals Glück und konnten das Jahr 2015 mit 9 Helferinnen starten, nötig sind aber mindestens 12 Personen. Auch junge Freiwillige sind bei uns herzlich willkommen!

Pro Einsatz wird pro Person eine Spesenpauschale von Fr. 20.00 für den Lebensmitteleinkauf bezahlt.

*Johann Flückiger*

### Telefondienst

Der Telefondienst wird jeweils am Mittwoch von 9 -11 Uhr und am Freitag von 13 - 15 Uhr angeboten. Die Anrufe können seit einem halben Jahr dank einer neuen Technik zu Hause empfangen werden, so dass sich ein „déplacement“ nach Bern ins VASK- Büro erübrigt.

### VASK-Treff

4 x lud der Vorstand ins Sitzungszimmer an der Marktgasse 36 in Bern ein. Es kamen insgesamt 9 Personen.

### Tandem-Begleitung

Die Idee dahinter ist, dass Angehörige, die neu betroffen sind, einen engeren Austausch mit einem Tandempartner erhalten können. Es gab nur wenig Anfragen.



**\*) Hinweis:** Die Sonntagsstube wird vom 24. Januar 2016 bis und mit 1. Mai 2016 im Ambulatorium Ost, Mosserstrasse 24 im Breitenrain (Kino ABC) durchgeführt

## 5. Selbsthilfegruppen (SHG)

Im vergangenen Jahr trat niemand neu in eine Selbsthilfegruppe ein; es blieb bei einigen Anfragen. Zur Zeit bestehen fünf Gruppen, welche bereit sind, neue Mitglieder in ihren Reihen aufzunehmen. Vier konnte ich im Berichtsjahr besuchen. Die Neuausrichtung der VASK auf verschiedene psychische Erkrankungen ist den aktiven Selbsthilfegruppen bekannt und diese sind bereit, auch Angehörige anderer Diagnosen aufzunehmen. Erfahrungen dazu sind noch keine gemacht worden.

Als nächstes gilt es, zwei Selbsthilfegruppen Borderline an die VASK heranzuführen. Daneben existieren verschiedene Gruppen von z.T. älteren VASK-Mitgliedern, die sich in unregelmässigen Abständen als SHG treffen oder doch untereinander den persönlichen Kontakt pflegen.

An dieser Stelle sei all den Gruppenmitgliedern gedankt, die sich in irgend einer Weise für das Leben ihrer SHG einsetzen, auch indem sie z.B. Räume reservieren, Entschuldigungen von Abwesenden entgegen nehmen und weiterleiten oder nach längerem Fehlen nachfragen, wie es denn gehe.

Es bewahrheitet sich, dass allmonatliche Treffen unseren SHG-Mitgliedern am meisten bringen. Derselbe Wochentag am Anfang oder am Ende des Monats als Gedankenstütze, so wird die SHG vielen zu einem selbstver-

ständlichen Teil des oft so belasteten Lebens.

Was uns in Selbsthilfegruppen verbindet, bildet gewissermassen einen Gegenpol zu all dem, was uns im Leben als Angehörige erkrankter Menschen oft und nachhaltig belastet. So nahm ich neulich bei einem Besuch einer SHG dankbar und erfreut wahr, wie gut es gerade diese Menschen miteinander haben, obwohl oder gerade weil sie so Vieles mit sich schleppen.

Umgekehrt führen die Belastungen anderer Gruppenmitglieder dazu, dass der zusätzliche Druck schwer zu tragen ist. Doch hält eine Mutter fest: „Wichtig ist mir, mit andern zu reden über das, was mich manchmal so fertig macht.“ - Wie ist es: Nimmt in unseren Austauschrunden nicht immer wieder die Hoffnung überhand? Ich habe jedenfalls noch keine SHG angetroffen, in der die Hoffnung sowohl für unsere Erkrankten wie für deren Angehörige gestorben ist.

Zwei Maturandinnen suchten den Kontakt zu betroffenen Eltern. Eine Fachfrau Pflege fragte in einer SHG für ihre Masterarbeit nach Bedürfnissen in Beratung und Begleitung. Aus der Anfrage des „Beobachters“ entstand bei einem unserer SHG-Mitglieder ein Familien-Interview und darauf der Artikel „Hilfe, mein Mami hört Stimmen“.

*Rolf Schneeberger*

## 6. Unsere Veranstaltungen

**17. Juni 2015: „Kindes und Erwachsenenschutzbehörde KESB: Fluch oder Segen für Angehörige und psychisch Kranke?“**

Patrick Fassbind, der Präsident der Geschäftsleitung der KESB Kanton Bern, war als Fachperson und Leiter KESB Kanton Bern prädestiniert, uns einen Einblick in die Arbeitsweise der KESB zu geben und sich unseren Fragen zu stellen:

*Wie geht die KESB bei einer Gefährdungsmeldung mit psychisch beeinträchtigten Menschen um? Wie kann die KESB die Selbstbestimmung der Betroffenen auch in akuten Krisen gewährleisten? Welches sind die aktuellen Herausforderungen und Schwierigkeiten der KESB?*

Jürg Fassbind beschrieb als erstes die gesamtschweizerische Herkulesaufgabe – eine Jahrhundertrevision –, die bisherigen rund 3'000 Vormundschaftsbehörden in 148 KESB zu verschmelzen und bat um Verständnis dafür, dass dieser Prozess innerhalb gesellschaftlicher Spannungsfelder innert kürzester Zeit zu gewissen Reibereien führen musste.

Er zeigte auf, dass die KESB Bern rund 15 Gefährdungsmeldungen pro Tag zu bearbeiten habe und ihnen dabei im-

mer die Menschenwürde, das Selbstbestimmungsrecht, die Solidarität in den Familien, der Schutz von Personen und ambulante Massnahmen als Nachbetreuung Richtschnur ihres Handelns seien.

In der gut besuchten Veranstaltung (ca. 50 Personen) kam es nach seinem Referat zu einer lebhaften Frage- und Austauschrunde, in der am Schluss auch die Wünsche der Angehörigen an die KESB überbracht wurden, u.a. das Beschwerde- und Einsichtsrecht bei der KESB zu verbessern.



## **20. Oktober 2015: Besuch der Privatklinik Wyss in Münchenbuchsee mit Schulung zu Burnout und Stress**

Andi Zemp, leitender Psychologe der Privatklinik Wyss hat eine Gruppe von 20 Interessierten ins Thema Burnout und Stressfolgen eingeführt. Anschliessend an den lebendigen Vortrag hat er die Gruppe durch die Therapieräume der Klinik Wyss geführt.

In unserer hektischen und leistungsorientierten Gesellschaft leiden verschiedene Menschen an Stress, was den Staat eine beträchtliche Summe Geld kostet.

Andi Zemp hat In seinem informativen Vortrag von den Ursachen der Störung gesprochen, der Tatsache, dass Menschen mit dem Burnout- Syndrom schlecht Nein sagen können, ihre Bedürfnisse nicht äussern können, sich selber überfordern. Sie nehmen sich selber zu wenig wahr.

Das Burnout- Syndrom verläuft in drei Phasen. Von den ersten Anzeichen der Erschöpfung: verminderter Leistungsfähigkeit, Schlafstörungen und Kränkbarkeit zu Konzentrationsproblemen und Rückzug erfolgt die Erschöpfung von Körper und Geist, Apathie, Depression, schwindender Lebensmut und drohender Herzinfarkt.

Andi Zemp hat hervorgehoben, wie wichtig es ist, dass Menschen bei den ersten Anzeichen Hilfe holen, so dass eine stationäre Behandlung vermieden werden kann.

Das Therapieangebot der Privatklinik Wyss umfasst Körper-, Musik-, Kunsttherapie, Malen, Gestalten, Holz- und Steinarbeiten. In Einzeltherapie und Gruppengesprächen (evtl. auch Rollenspiele) versucht der Patient, eine Änderung seines Verhaltens zu erreichen. Es könne unterschiedlich lange, oft sehr lange dauern, bis solche Veränderungen verinnerlicht seien, d.h. bis der Patient gesund sei.

Alle Therapieräume sind bestens eingerichtet, besonders beeindruckt hat mich der Reichtum an Musikinstrumenten. Sie stehen auch den Patientinnen und Patienten der angegliederten Tagesklinik zur Verfügung.

Das Publikum benutzte ausgiebig die Gelegenheit, am Ende der Präsentation Fragen zu stellen.

## 7. Weitere Veranstaltungen



Die Seele ist so beweglich wie ein Vogel  
und in vielen Himmeln und Erden zuhause.

#### **4. November 2015: „Was genau ist eine Psychose? Transmitter-Mangelerscheinung oder existentielle Lebenskrise besonders sensibler Menschen?“**

Thomas Ihde-Scholl, Chefarzt Psychiatrie der Spitäler Frutigen, Meiringen, Interlaken AG, Buchautor\*) und Präsident der Stiftung Pro Mente Sana, stellte freiredend und gespickt mit Praxisbeispielen auf sehr sympathische Weise die verschiedenen psychischen Krankheiten vor. Die unzähligen anschließenden Fragen aus dem Publikum zeigten deutlich, dass ein grosses Bedürfnis besteht, die Nöte und kritischen Erfahrungen der Angehörigen mit einem Fachexperten auszutauschen.

Im zweiten Teil des Abends gruppieren sich die über 60 Zuhörerinnen und Zuhörer unter der Leitung von Thomas Studer im Kreis um die Diskussionsrunde mit Katharina Abplanalp und Andrea Zwicknagl, Psychiatrieerfahrene und Peers, Sirkka Mullis, Angehörige, sowie Thomas Ihde-Scholl. Ein zusätzlicher freier Stuhl war für das Publikum gedacht.

*Wo liegt die Grenze zwischen psychisch „krank“ und psychisch „normal“? Einmal psychotisch – immer psychotisch? Ist eine (schizophrene) Psychose heilbar? Sind Menschen mit einer Psychose gefährlich*

*und gewalttätig? Sind wir alle ein wenig „verrückt“? Was ist der „Sinn“ einer Psychose?*

In einem Klima höchster Konzentration lauschten die ZuhörerInnen der spannenden und auch berührenden Diskussion im Kreis.

So antworteten die beiden Psychiatrieerfahrenen auf die Frage, was ihnen am meisten geholfen hat, die ganze Leidenszeit zu überstehen und mit der Psychose zu lernen, umzugehen: „Dass ich liebe Menschen um mich herum hatte, die keine Angst vor mir und meiner Krankheit hatten!“

Auf Anregung des Gesprächsleiters wagten sich plötzlich mehrere Personen aus dem Publikum auf den leeren Stuhl und gaben der Diskussion zusätzlichen Pfeffer:

Eine junge Frau fragte, ob denn psychische Krankheiten ansteckend seien; ein Direktbetroffener wünschte sich, dass seine Mutter (die neben ihm sass), ihn nicht mehr an die Gesprächsrunden in der Klinik begleite; ein junger Mann fragte, ob es denn neben der rein medikamentösen Behandlung nicht auch echte Alternativen gäbe.

Äusserst beeindruckend war die Intensität und Offenheit der verschiedenen Aussagen, das Gefühl, eine einzige „Familie“ zu sein und sich in aller Verschiedenheit zu respektieren.

*\*) Thomas Ihde-Scholl: „Ganz normal anders“ 2013, Beobachter-Verlag;  
„Wenn die Psyche streikt“ 2015, Beobachter-Verlag*

## 8. Unser Engagement in Netzwerken

### ZASP - die interdisziplinäre sozialpsychiatrische Weiterbildung

Im Herbstmodul 2015 zum Thema „Selbsthilfe und Kooperation mit Betroffenen und Angehörigen“ war ein Tag der Angehörigenarbeit gewidmet.

Am Vormittag hat Gerhard Schmutz, Präsident VASK Bern, folgende Themen bearbeitet:

- Zusammenarbeit mit Angehörigen aus der Sicht der Kursteilnehmenden
- Meine Betroffenheit als Angehöriger – Perspektive der Angehörigen
- Die VASK – eine Selbsthilfeorganisation der Angehörigen (wer sind wir, wie sind wir organisiert, was wollen wir, welches sind unsere Ziele, warum braucht es die VASK, was tun wir, was bieten wir unseren Mitgliedern?)

Am Nachmittag hat Sibylle Glauser, Angehörigenberaterin UPD Bern, über folgende Themen referiert:

- Belastungen für Angehörige
- Auswirkungen der Erkrankung auf die einzelnen Familienmitglieder
- Bewältigungsstrategien von Angehörigen
- Was Angehörige von Institutionen, Fachpersonen brauchen
- Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie (NAP)



### Besuch etlicher Psychologinnen der Psychiatrischen Klinik St. Urban 25.11.2015

Unser Büro an der Marktgasse war zu klein, um die Gruppe PsychologInnen der Klinik St. Urban empfangen zu können. Sie besuchten die Soteria in Bern und wollten auch die VASK kennen lernen. Armin Spühler und Lisa Bachofen erhielten Gelegenheit, um die VASK vorzustellen und zu erzählen, was eine psychische Krankheit für die Angehörigen bedeutet und wie manche Klinikeinweisungen trotz moderner Prozesse nicht optimal verlaufen.



**Man muss seinen  
Mitmenschen  
Zeit widmen;  
denn wir  
leben nicht in einer Welt,  
die uns allein gehört.**

Albert Schweitzer

## **Input am Zentrum für Systemtherapie (ZSB) im Rahmen eines Studienmoduls**

Die Sicht der Angehörigen war in der Ausbildung von Fachpersonen gefragt: Dr. med. Franz Caduff hat die VASK eingeladen, zum Thema Schizophrenien die Sicht der Angehörigen darzulegen. Sirkka Mullis erzählte, was es heisst, wenn ein naher Mensch von einer schweren psychischen Krankheit betroffen ist und psychiatrische Unterstützung braucht.

Das Interesse der angehenden Psychotherapeutinnen und -therapeuten war gross. Ihre Fragen zeigten auf, dass der Erfahrungsbereich der Angehörigen weit ist: Was löst eine Diagnose bei Angehörigen aus? Wie kann mit Schuldgefühlen umgegangen werden? Gibt es Tipps und Tricks für das eigene Verhalten, wenn man ins Wahnsystem rutscht? Wie erleben Angehörige den Einbezug in die Behandlung? Was ist die wertvollste Unterstützung? Wie gehen Angehörige mit dem Spannungsfeld zwischen der eigenen erfahrungsbasierten Kompetenz und der teilweise eingeschränkten Erfahrung der Professionellen um? Was hilft den Angehörigen in der Phase des Klinikeintritts? Was in der Phase des Austritts?

## 9. Mitarbeit in politischen Gremien

### Psychiatrieversorgung Kanton Bern

Die VASK ist Mitglied des Bernischen Aktionsbündnisses Psychische Gesundheit, das Betroffene, Angehörige und Fachleute mit dem Ziel vernetzt, die Politik für die Bedeutung der psychischen Gesundheit zu sensibilisieren und deren Unterstützung für die Weiterentwicklung der Psychiatrieversorgung zu gewinnen. Zusätzlich geht es darum, dafür zu sorgen, dass die Perspektive der Betroffenen und der Angehörigen bei der Weiterentwicklung der Psychiatrieversorgung mit einbezogen wird. Das Netzwerk des Bernischen Aktionsbündnisses besteht aus rund dreissig Organisationen und Institutionen aus Fach- und Selbsthilfe.

Unter Mitwirkung der VASK hat die Kerngruppe dieses Aktionsbündnisses ein Positionspapier erarbeitet, das die Richtung der Entwicklung der bernischen Psychiatrie unmissverständlich klarstellt:

- Ambulant vor stationär – wenn immer möglich, zu Hause leben
- Regionalisierung der Versorgung – Hilfe in der Region in Anspruch nehmen
- Mobile Equipen – Menschen in Krisensituationen im häuslichen Umfeld behandeln

Wir sind der Meinung, dass als Alternative zur Krankenhausbehandlung, die Akutbehandlung im häuslichen Umfeld mit mobilen Equipen für uns Angehörige eine grosse Entlastung bedeutet, weshalb wir uns mit aller Kraft dafür einsetzen.

Die Erfahrungen aus dem Kanton Luzern, wo zwei Equipen den ganzen Kanton abdecken, sprechen eine deutliche Sprache: Die Patientinnen und Patienten bleiben in ihrem Umfeld integriert, was zu einer hohen Akzeptanz dieser Behandlungsart bei Patienten, Angehörigen und Hausärzten führt.

Die Region Oberaargau, die schon seit einigen Jahren Erfahrungen mit ihrer mobilen Equipe sammeln konnte, muss viel weniger Zwangseinweisungen in die Klinik verfügen.

Die Region Oberland Ost mit Interlaken im Zentrum hat mit der Weiterbildung des Personals mit dem ganzheitlichen Ansatz *Open Dialogue* (Offener Dialog) begonnen. Die Chancen, dass sich die Betroffenen von einer Psychose wieder komplett erholen können, sind gemäss skandinavischen Erfahrungen mit *Open Dialogue* um ein Vielfaches besser als bei normaler vollstationärer Standardbehandlung, wenn in einem frühen Stadium mit der Behandlung begonnen wird.

## **Arbeitsgruppe Qualität der Fürsorge- und Gesundheitsdirektion des Kantons Bern**

Die VASK ist Mitglied des Arbeitskreises Qualität in der Psychiatrieversorgung (AQ), welchen die Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern per 2015 ins Leben gerufen hat. Die AQ ist ein beratendes Gremium des Spitalamtes und diskutiert psychiatrie-relevante Qualitätsfragen unter Berücksichtigung aller Perspektiven. Sie leitet den Handlungsbedarf ab. Sie gibt aus der Praxisperspektive zu Qualitätsfragen Empfehlungen ab. Und sie unterstützt durch offenen Dialog die Qualitätsbemühungen einzelner Betriebe. Hauptthema im vergangenen Jahr waren die integrierte und personenzentrierte Versorgung.

**Niemand  
kann  
vor seiner Zeit  
davonlaufen.**

Albert Schweitzer

## **SNF-Projekt Versorgungsforschung „Home Treatment“**

In Zusammenarbeit mit dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin Bern (ISPM) hat die VASK eine Projekteingabe für das Programm „smarter health care“ beim Schweizerischen Nationalfonds (SNF) initiiert. An den Vorbereitungsarbeiten haben sich nebst Forschern mehrere Expertinnen und Experten aus Erfahrung, Vertreterinnen und Vertreter aus der Psychiatrie in den Kantonen Aargau und Bern und die Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern beteiligt. Es hat sich gezeigt, dass sowohl der Bedarf wie die Evidenz dafür sprechen, Ergänzungen und Alternativen zur gängigen Versorgung zu entwickeln. Im Rahmen des Projekts sollen Home Treatment-Modelle umgesetzt und bezüglich Wirksamkeit, Kosten und Zufriedenheit der Betroffenen und der Angehörigen evaluiert werden. Im 2016 wird sich zeigen, ob die Skizze realisiert werden kann.

## 10. Mitarbeit im Dachverband VASK-Schweiz

Die VASK Bern ist durch Gerhard Schmutz im Vorstand vertreten. Armin Spühler ist Revisor und Thomas Studer ist Delegierter der VASK Schweiz in der Delegiertenversammlung von Pro Mente Sana.

Der Dachverband hat ein neues **Leitbild** verabschiedet und unter den Stichworten *Vision – Engagement – Auftrag* seine Grundsätze definiert.

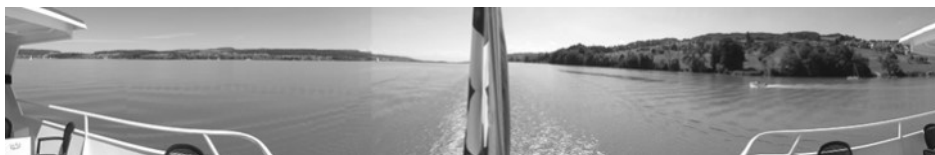
Das Projekt **Neue Broschüre für Angehörige psychisch Kranker** wurde begonnen. Die Suche nach Sponsoren läuft, wobei auf die Hilfe der Pharma verzichtet werden soll, wenn dies möglich ist.

Die VASK versucht in Zusammenarbeit mit der Stiftung Pro Mente Sana das Projekt **Tarpsy** (Tarifsystem Psychiatrie) zu **stoppen**, da eine Qualitätsverminderung der Behandlung von psychisch Kranken befürchtet wird (Stationäre psychiatrische Behandlungen werden auch heute noch mit Tagespauschalen abgerechnet. Diese sind je nach Kanton und Vertragspartner unterschiedlich differenziert nach Art der Leistung und des Behandlungsaufwandes. Bisher gibt es kein national einheitliches leistungsorientiertes Tarifsystem. Ein solches ist die Aufgabe des Projektes Tarpsy. Es geht vor allem darum, auch in der Psychiatrie mit Fallpauschalen abzurechnen).

Wie jedes Jahr wurden zwei **Präsidentenkonferenzen** durchgeführt. Die eine diente dem Austausch zwischen den Regionen, wobei gewisse Themen vertieft diskutiert wurden. An der zweiten Konferenz hat Edmund Schönenberger den Verein PSYCHEX vorgestellt.

PSYCHEX ist ein 1987 gegründeter gemeinnütziger Verein, der sich für Menschen einsetzt, welche gegen ihren Willen in einer psychiatrischen Anstalt eingeschlossen und zwangsbehandelt werden. Er kämpft gegen die an Inquisition erinnernden Zustände in der Zwangpsychiatrie, stellt sich entschieden auf die Seite der Eingeschlossenen und engagiert sich für deren sofortige Entlassung (auf eigene Verantwortung). Es ergab sich eine emotionale Diskussion, weil etliche Angehörige schlechte Erfahrungen mit PSYCHEX gemacht haben.





Am 22. August 2015 feierte die **VASK Zentralschweiz** mit einer Schifffahrt und bei wunderbarem Sommerwetter auf dem Hallwilersee das **20 jährige Bestehen**.

Teilnehmer waren sowohl Betroffene, wie auch Angehörige aus den verschiedenen VASKen der deutschsprachenden Schweiz.

Ilse und Urs Stämpfli nahmen als Vertretung der VASK Bern an diesem Anlass teil, herzlichen Dank der VASK Zentralschweiz für die Einladung!

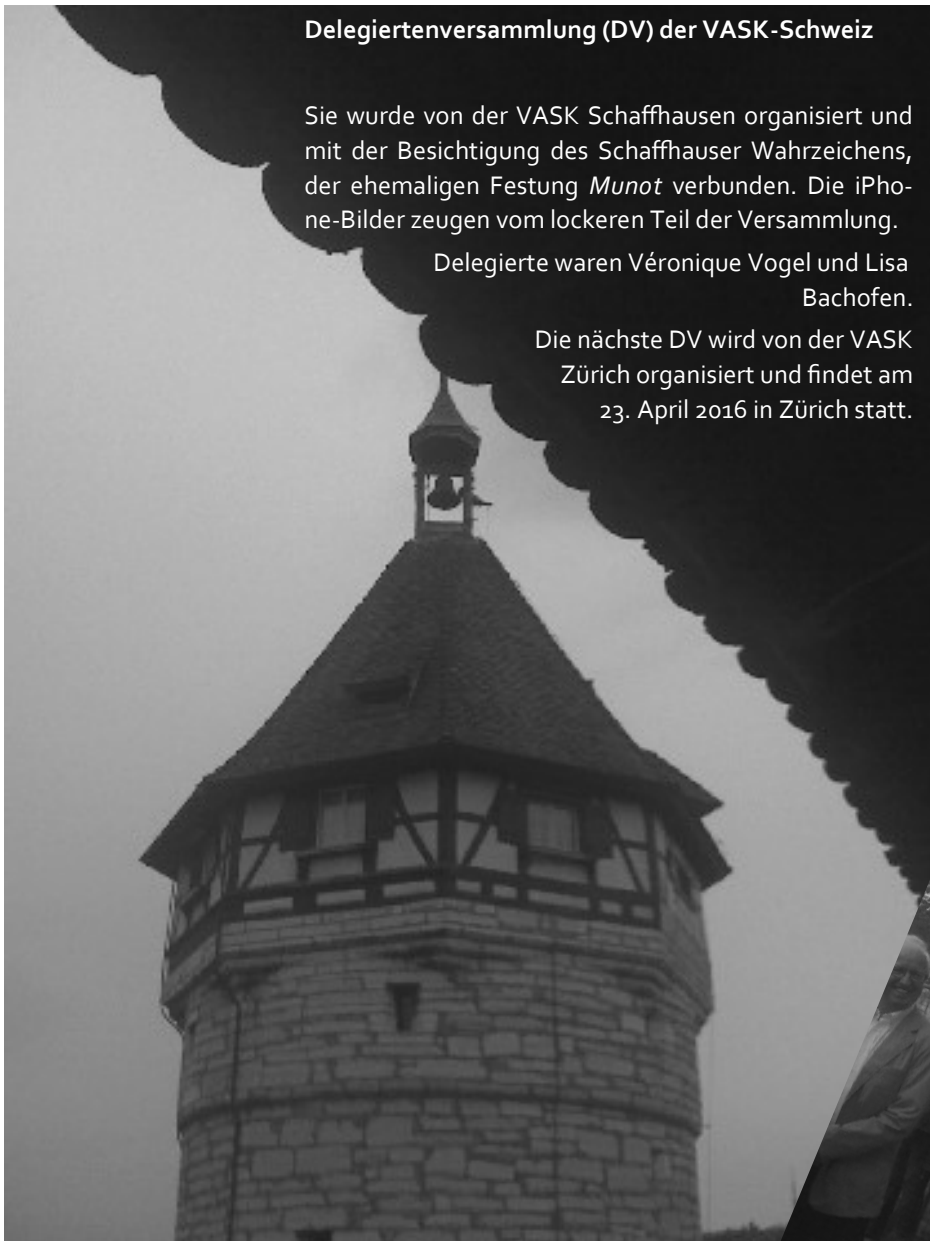


## Delegiertenversammlung (DV) der VASK-Schweiz

Sie wurde von der VASK Schaffhausen organisiert und mit der Besichtigung des Schaffhauser Wahrzeichens, der ehemaligen Festung *Munot* verbunden. Die iPhone-Bilder zeugen vom lockeren Teil der Versammlung.

Delegierte waren Véronique Vogel und Lisa Bachofen.

Die nächste DV wird von der VASK Zürich organisiert und findet am 23. April 2016 in Zürich statt.





# 11. Marketingaktivitäten

## Website VASK Bern

Die VASK Schweiz hat vor ein paar Jahren die Firma Comvation in Thun mit der Erstellung ihrer Website beauftragt und diese auch finanziert. In diesem Auftrag war enthalten, dass jede VASK Region auf der Basis der gleichen Struktur und desselben Designs die eigene regionale Website erstellen kann, was bisher die VASKen Zürich, Graubünden, Zentralschweiz und Bern gemacht haben.

Die Idee ist, dass **vask.ch** übergeordnete Themen behandelt, während **vask-bern.ch** nur ergänzend jene Informationen publiziert, die dem Verbreitungsgebiet der VASK Bern, d.h. der Kantone Bern und Solothurn, sowie der deutschsprachigen Teile der Kantone Freiburg und Wallis entsprechen.

Als Beispiel seien unsere Informationen über die Erkrankungen wie Schizophrenie Störungen, Manie, Borderline, Depression, Ängste und Zwänge sowie Suchterkrankungen erwähnt, die mit den entsprechenden Seiten der Website VASK Schweiz verlinkt sind.

[www.vaskbern.ch](http://www.vaskbern.ch)

[www.vask.ch](http://www.vask.ch)

Wir freuen uns auf Rückmeldungen und Anregungen zu unserer Homepage!



## Präsentationen der VASK

Wir wurden von verschiedenen Organisationen angefragt, die Angebote der VASK vorzustellen:

- Psychiatriezentrum Münsingen (PZM)
- Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)
- Angehörigenberatung Burgdorf
- Recoverycongress Bern
- Mitarbeit am Tag der Psychischen Gesundheit in der Projektgruppe Thun

## Medien und Mitwirkung

11 Newsletter wurden im Jahr 2015 von Gerhard Schmutz verfasst und versandt  
Stellungnahme zu Händen des BAG zur Situation der psychiatrischen Versorgung

Mitarbeit Begleitgruppe Radio Locomotivo

Open Dialogue der Spitäler fmi mit Artikel im Berner Oberländer

Teilnahme am Jahreskongress der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie (SGPP) in Bern mit VASK Schweiz-VertreterInnen

Mitarbeit im Organisationskomitee der Berner Aktionstage Psychische Gesundheit

Mitwirkung Lobbyarbeit Interlaken *Wir sind die Stimme*

Projekteingabe Prix Perspectives

Begleitgruppe Netzwerk Psychiatrie Thun hat ihre Arbeit 2015 erfolgreich beendet

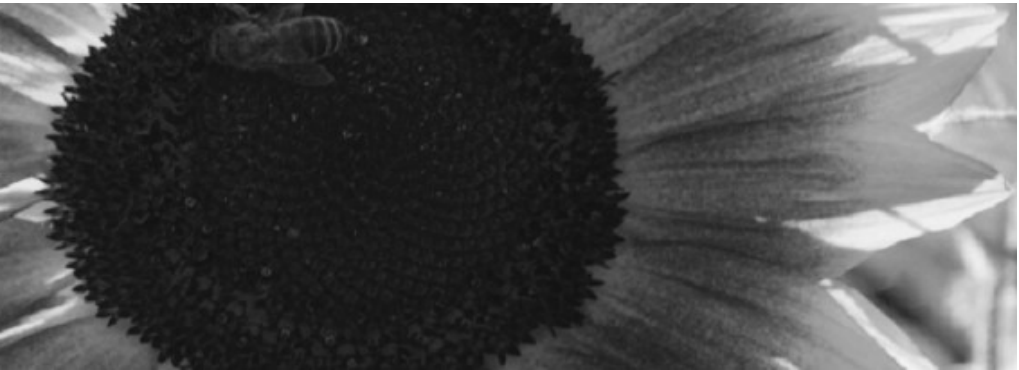
Mitwirkung am Positionspapier des Bernischen Aktionsbündnisses Psychische Gesundheit zu „Psychische Probleme dort behandeln, wo sie auftreten.“

## 12. Adressen Vorstand Bern



Name	Adresse	Telefon privat	Mailadresse
Gerhard Schmutz Präsident	Lutertalstrasse 98 3065 Bolligen	031 921 01 26	gerhard.schmutz@vaskbern.ch
Armin Spühler Vizepräsident	Bürgstrasse 24 3700 Spiez	033 654 41 39	spuehler_spiez@bluewin.ch
Urs Stämpfli Kassier	Schaalweg 1 3053 München- buchsee	031 869 36 29	ursilse.staempfli@quick-line.ch
Anna Grafe	Unt. Feldenstr. 19 3655 Sigriswil	033 251 32 66	r.a_grafe@bluewin.ch
Susanne Bibukidi	Lerchenweg 6 4553 Subingen	031 991 79 37	bibukidi@bluewin.ch
Thomas Studer	Steinhofstrasse 28 3400 Burgdorf	034 423 16 80	thom.studer@bluewin.ch
Véronique Vogel	Oberholzweg 41 3067 Boll	031 839 63 26	vroni.vogel@sunrise.ch
Lisa Bachofen	Hubelmatt 43 3624 Goldiwil	031 333 00 60	bachofen@bb-com.ch
Sonja Girod <b>Sekretariat</b>	Marktgasse 36 3011 Bern	031 311 64 08	sekretariat@vaskbern.ch

## 13. Adressen VASK Schweiz



Name	Adresse	Telefon	Mailadresse + Website
VASK Schweiz	Langstrasse 149 8004 Zürich	044 240 12 00	info@vask.ch www.vask.ch
VASK Bern	Marktgasse 36 Postfach 8704 3001 Bern	031 311 64 08	sekretariat@vaskbern.ch www.vaskbern.ch
VASK Aargau	Postfach 432/P1 5201 Brugg	056 222 50 15	info@vaskaargau.ch www.vaskaargau.ch
VASK Graubünden	Postfach 7208 Malans	081 353 71 01	vask.graubuenden@bluemail.ch; www.vaskgr.ch
VASK Ostschweiz	Postfach 2238 9001 St. Gallen	071 866 12 12	info@vaskostschweiz.ch www.vaskostschweiz.ch
VASK Schaffhausen	Webergasse 48 8200 Schaffhausen	052 625 55 80	
VASK Zentralschweiz	Postfach 534 6210 Sursee	041 921 60 48	info@vask-zentralschweiz.ch www.vask-zentralschweiz.ch
VASK Zürich	Langstrasse 149, 8004 Zürich	044 240 48 68	info@vaskzuerich.ch www.vaskzuerich.ch
VASK Ticino, c/o Rachele Wirth	C.P. 130, 6934 Bioggio	076 453 75 70	vaskticino@gmail.com www.vaskticino.ch
Assoc. Le Relais Genève	Rue des Savoises 15 1205 Genève	022 781 65 20	info@lerelais.ch www.lerelais.ch

## 14. Wie weiter

### Geplante Anlässe 2016

- Film „Geprüfte Liebe“ von Dieter Gränicher Frühling 2016
- Internationaler Psychiatriekongress für Recovery Inselspital Bern mit Referat von Sirkka Mullis 9./10. Juni 2016
- Besuch einer Institution, Herbst 2016
- Vortrag und Podiumsgespräch zum Thema „Psychische Erkrankungen—was tun?“ Herbst 2016
- Angehörigentreffs: Sie sind offen für alle, die miteinander austauschen möchten, oder die einfach einmal die VASK kennenlernen möchten. Daten 2016:

Mo. 1. Februar

Di. 12. April

Mo. 13. Juni

Mi. 10. August

Do. 6. Oktober

Fr. 2. Dezember

Weitere Angaben finden Sie auf unserer Website: [www.vaskbern.ch](http://www.vaskbern.ch)

### Bitte vormerken

Freiwilligentreffen am 12. Mai 2016

### Was können Sie sonst für uns tun?

- Möchten Sie Zeit statt Geld spenden und unsere Flyer in Kliniken und Arztpraxen regelmässig auffüllen?
- Können Sie ein Benefizkonzert für uns arrangieren?
- Sucht Ihr Arbeitgeber nach einem sinnvollen Sponsoring?
- Weiss Ihre Kirchgemeinde, dass wir hier und da Kollekten erhalten?
- Möchten Sie in Arbeitsgruppen mitwirken?
- Kennen Sie Politiker, die uns unterstützen könnten?
- Oder kennen Sie Angehörige, die noch nichts von uns wissen?
- Legate nehmen wir dankbar entgegen.

*Herzlichen Dank!*



### Zahlungsverbindung:

Vereinigung Angehöriger psychisch Kranker (VASK) 3011 Bern  
Postcheckkonto: 30-12061-6