

Jahresbericht 2022

Vergangenheit
ist Geschichte,
Zukunft ist Geheimnis,
und jeder Augenblick
ein Geschenk.

Ina Deter

VASK Bern

Vereinigung Angehöriger
psychisch Kranker

1. Grusswort der Präsidentin	3
2. Mitgliederversammlung 2022 VASK Bern	4
3. Strategie und Praxis	5
4. Unsere Grundangebote	6
5. Veranstaltungen 2022	7
6. Marketingaktivitäten	8
7. Projekt EX-IN-Weiterbildung für Angehörige	9
8. Mitarbeit im Dachverband VASK Schweiz	10
9. Mitwirken in Politik und Gremien	11
10. Finanzen	12
11. Adressen Vorstand VASKBern	14
12. Adressen der VASK Vertretungen	15
13. Wie weiter	16

1. Grusswort der Präsidentin

Liebe Mitglieder der VASK Bern

Wir wünschen uns Veränderung, und wenn sie da ist, merken wir, dass sie zwar erfrischend ist, aber auch mit unbequemen Herausforderungen verbunden sein kann. Neues zu wagen ist ein Risiko, das uns von alten Sicherheiten löst und in Übergangszeiten vermehrte Wachheit, Präsenz und Entscheidungen abverlangt.

Das vergangene Jahr hat für alle von uns grosse Erschütterungen mit sich gebracht. Flüchtlinge, fehlendes Pflegepersonal, überfüllte Psychiatrien, geschlossene Ambulatorien, Krisen rundherum. Als Angehörige sind wir diejenigen, die auffangen und überbrücken, was an anderen Orten nicht gut läuft.

Einige Höhepunkte waren der Start der Weiterbildung, der Start unseres Kurses «Umgang mit Emotionen für Angehörige», die Teilnahme am Mad Pride und der Ausflug auf dem Thunersee. Zudem sind neue Gruppen entstanden und haben sich etabliert.

Dankbar konnten wir eine Gedenkspende von 799,15 CHF anlässlich eines Todesfalls entgegennehmen. Ebenso sind wir überglücklich, dass etliche Mitglieder den Jahresbeitrag aufgerundet haben! Jeder kleinste Beitrag ist für uns von grosser Bedeutung! Finanziell wünschen wir uns Legate, um den Neu-Aufbruch der VASK finanzieren zu können. 2022 wurden wir einer Finanzprüfung durch den Kanton Bern unterzogen und unsere Steuerbefreiung konnte bestätigt werden.

Wir freuen uns über alle offenen Türen und mutmachenden Gaben von Mitgliedern, besonders auch über Zeitspenden und jedes Mitarbeiten und Mitdenken. Gerade auch die 29 Neu-Eintritte von Mitgliedern helfen uns, die 21 Abgänge unserer langjährigen Mitglieder zu überbrücken. Wir heissen euch alle sehr herzlich willkommen und möchten euch gerne persönlich an der Jahresversammlung begrüßen!

Ganz herzliche Grüsse, Lisa Bachofen

2. Mitgliederversammlung 2022 VASK Bern

2022 konnte die Mitgliederversammlung endlich wieder als Präsenzveranstaltung durchgeführt werden – erstmals in den Räumen der BFH Gesundheit, die uns schon lange Gastrecht für Kurse gewährt.

Dafür ging die Rose des Jahres an Manuela Grieser, die in der BFH unsere Anliegen vertritt und trialogisches Arbeiten fördert. Wir Angehörige haben Dank ihr Zutritt zu etlichen internen Angeboten der BFH Gesundheit.

Christa Schwab erhält ebenfalls eine Rose des Jahres für 2021. Sie hat in der kbk und Berner Politik für die VASK lobbyiert und die Anliegen der Peerarbeit wie auch der Angehörigen in Gremien getragen.

Die 18 Teilnehmenden waren bis auf Vorstandspersonen und 2 Teilnehmende alle das erste Mal dabei. Wir zeigten die Videos zu Situationen Angehöriger und diskutierten die wesentlichen Aufgaben und Anliegen der VASK in Gruppen. Fast alle waren der Meinung, dass die Vereinstätigkeit so klein als möglich gehalten sein soll und dafür Arbeitsgruppen entstehen sollen. Der Auftritt der VASK sei nicht mehr zeitgemäss und die Weiterbildung für Angehörige eine ausgezeichnete Möglichkeit, um die VASK zu stärken. Diese Einhelligkeit führte dann zu überraschenden Resultaten.

Die Weiterbildung soll mit Geld aus dem Wohnfonds tatkräftig unterstützt werden und minderbemittelten Angehörigen die Teilnahme ermöglichen. Dafür wurde ein zweckgebundener Betrag von 20 000,- CHF gesprochen.

Hans-Rudolf Burri wurde als Revisor gewählt. Durch sein Treuhandbüro ist er bestens gerüstet, unsere Finanzen zu überwachen. Ruth Loosli steht ihm zur Seite. Leider wurden die Rücktritte aus dem Vorstand nicht ersetzt. Veronique Vogel trat altershalber zurück und Jeannine Röthlin wegen Überlastung durch ein neues Vollzeit-Studium. Lisa Hilafu, Susanne Bibukidi und die Präsidentin wurden im Amt bestätigt.

3. Strategie und Praxis

Strategie-Leitlinien in der Praxis

1. Ein- und Austritte der Mitglieder halten sich noch immer die Waage, was uns mit Erleichterung erfüllt, da die Zeit mit Corona die Kontakte erschwert hat.
2. Neue Gruppen konnten gegründet werden und wachsen. Neu haben wir als Verein alle Mietkosten übernommen.
3. Die Beratungen nehmen immer noch zu. Es gibt immer mehr Fachpersonen, die auf uns hinweisen, aber sicher könnten es noch mehr sein.
4. Die Weiterbildung EX-IN für Angehörige läuft als Projekt gut und öffnet uns sehr viele Türen in die Psychiatrie. Der Recoverygedanke wird durch die Anfragen für Praktikaplätze nochmals stärker gefordert und beflügelt den Wandel in der Psychiatrie.
5. Der Kanton Bern will uns (noch) nicht unterstützen. Herr Schnegg hat uns empfangen und das Gesuch abgelehnt, weil unser Verein zu klein sei und wohl bald nicht mehr existiere. (!)
6. Wir konnten einen eigenen Kurs anbieten, der ausgebucht war.
7. Neue Institutionen zur Unterstützung liessen sich noch nicht finden.
8. Es fehlen immer noch neue Finanzierungsquellen. Die Spenden sind unter den Erwartungen.
9. Die Arbeitsgruppe «Marktauftritt - Homepage» konnte nicht starten wegen neuen Konzepten in der VASK Schweiz, die es sinnvoll erscheinen lassen, noch etwas zuzuwarten.

Wo streben wir hin?

- Die VASK Bern zu einem attraktiven Anbieter von Angeboten für Angehörige zu gestalten.
- Angehörige professionalisieren und Werkzeuge für gute Begleitung von Betroffenen zur Verfügung stellen
- Jugendliche Angehörige erreichen und das Angebot der Young Carers an junge Menschen herantragen, z.B. In Schulen.
- Neue Formen der Begegnung für Angehörige schaffen.
- Das Projekt EX-IN für Angehörige konsolidieren und den nächsten Kurs aufbauen
- Den neuen Auftritt der VASK Schweiz und VASK Bern voranbringen und vorbereiten.
- Politisch sichtbarer werden, neue Konzepte für eine menschliche Psychiatrie und die Peerbewegung stärken.
- Neue Partnerschaften aufbauen.
- Die Finanzierung des Vereins langfristig besser abstützen.
- Den Vorstand stärken.
- Freiwillige finden und einbeziehen.

4. Unsere Grundangebote

Selbsthilfegruppen

Die Zoomgruppen (Eltern, Partner, Geschwister und erw. Kinder) werden vor allem von Mitgliedern mit einer grösseren Anreise bevorzugt und sind eine gute Gelegenheit, um auch aus entfernten Tälern im Oberland mitzumachen. Es braucht nichts, als einen Internetzugang und das Akzeptieren, dass sich Zoom via Link installiert.

Auf unserer Homepage finden sich unter Selbsthilfe die diversen Gruppen, Daten und Orte zum Treffen. Die Gruppen werden so lange geleitet, wie dies gewünscht wird.

Die Gruppen sollen zusammenwachsen und sich gegenseitig stützen. Auch, wenn das Lernen im Zentrum steht, möchten wir auch Solidarität zeigen und dadurch schwächeren Angehörigen etwas wie Heimat geben. Tragend und verbindlich wirken dabei auch erfahrene Angehörige mit ruhiger Situation.

Beratungen

Sämtliche 56 Beratungen fanden per Telefon oder Zoom statt, teilweise auch mit Familien bzw. Ehepaaren. Bitte per Mail oder Telefon für Termine anfragen! Die Beratungen sind für Mitglieder und Nichtmitglieder gratis.

Tandem-Begleitung

Kürzlich sagte jemand: «ich hätte einfach um ein Tandem anfragen sollen in meiner schwierigen Zeit. Ich hätte mir manche schlaflose Nacht sparen können.»

Für die Begleitung werden zunehmend die EX-IN-Angehörigenbegleiter*innen zur Verfügung stehen. Ansonsten nimmt sich die Präsidentin gerne immer wieder Zeit für ein Telefon oder eine Kontaktvermittlung.

Telefondienst

Der Telefondienst wird jeweils am Mittwoch von 9–11 Uhr und am Freitag von 13–15 Uhr angeboten und von einigen VASK-Mitgliedern betreut.

Ausserhalb der Zeiten kann per Mail ein Termin angefragt werden.

Vernetzung

Wir verfügen über ein breites Netz an Partnern im Umfeld der Psychiatrie und im Sozialen. Dies ermöglicht uns, die Situation der Angehörigen zu diskutieren und für unsere Anliegen zu sensibilisieren. Das Spektrum reicht von Behindertenorganisationen zu politisch aktiven Organisationen und Organisationen im Umfeld der Psychiatrie. Wer Kontakte sucht, ist immer willkommen und kann als Delegierte der VASK aktiv werden.

Bibliothek

Die bisherige Mini-Bibliothek wurde geschlossen mangels Präsenz vor Ort und mangels Nachfrage.

5. Veranstaltungen 2022

Sozialpsychiatrische Kolloquien 2022

In Zusammenarbeit mit der IGS Bern, UPD, SRO, SGSP, Pro Mente Sana, SoPsy und Schlossgarten Riggisberg werden pro Jahr 2 Veranstaltungen/Vorträge angeboten.

3. Februar: «Menschenrechte in der Psychiatrie - Wie lassen sich die neuen WHO-Leitlinien in der Schweiz umsetzen?» mehrere Referenten.

1. Dezember: Caroline Chevin, Soulsängerin und Stephanie Wenger, Autorin, Aktivistin im Interview mit Marcel Wisler zur Bewältigung von psychischer Krankheit und als Angehörige zur Bewältigung des Suizids des Partners.

Die Anlässe fanden als Hybridveranstaltungen (vor Ort wie auch Online) statt.

Filmtrialoge

In Kooperation mit der Selbsthilfe Bern, IGS Bern und Pro Mente Sana sowie neu Dargebotene Hand konnten wieder einige aktuelle Kinofilme mit einem trialogischen Podiumsgespräch verbunden werden. Ein Dank geht an das Kino Quinnie ist Gastgeber.

27. August: Semret – eine Einsicht in das Leben einer Flüchtlingsfamilie.

24. September: Juniper – Kriegstrauma und Sucht

29. Oktober: A plein temps – Eine erschöpfte alleinerziehende Mutter

Kurse

Am 1. November startete der erste von 6 Kursabenden zum Thema «Umgang mit Emotionen ... Aufgewühlt und mitbetroffen» Ein VASK-Kurs für alle Nahestehenden psychisch Erkrankter. Er war praktisch ausgebaut und hat gerade mit den beiden Abenden zu «Emotionen im Körper» wertvolle Inputs gegeben, um ruhiger, gelassener und lockerer zu werden.

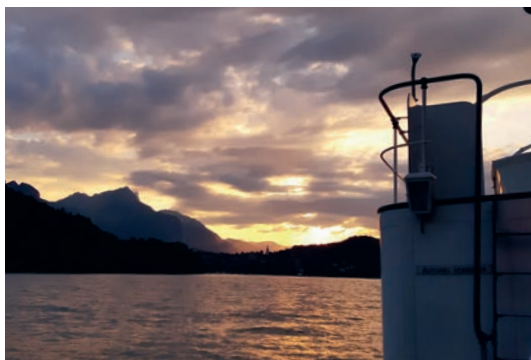
Ausflug auf dem Thunersee am 27. Juli

Mit 14 Teilnehmenden genossen wir ein feines Nachtessen auf dem Schiff bei herrlichem Wetter. Keine schweren Themen - einfach geniessen. Das könnte Programm werden!



Mad Pride am 18. Juni in Bern

Es war einer der heissesten Tage im Juni und wir staunten über die Energie zum Feiern und Tanzen. Es war ein bunter Umzug mit ca. 4000 Besuchern und der Teilnahme von 30 Organisationen, darunter die VASK-Regionen Zürich, Ostschweiz, Bern. Wir haben an unserem Stand fleissig Flyer verteilt. Ein Dank geht an die Helfer und Helferinnen! Foto Mad Pride – da gäbe es noch mehrere



6. Marketingaktivitäten

Vorträge

11. Mai Kongress in Lausanne mit Inputs der Selbsthilfegruppen Bern und Thun zu «Das Ohnmachtsgefühl der Angehörigen» von und «Angehörige in der Psychiatrie: Wer übernimmt die Verantwortung?»

12. Mai Fachtagung «Personenzentrierte Gesundheitsversorgung» in Basel mit dem Vortrag «Professionelle Lösungsansätze aus Patienten- und Angehörigenperspektive»

1. Juni Tagung der SDBB im Volkshaus Zürich zum Thema «Psychische Auffälligkeiten in der BSLB: Affektive Störungen, Schwerpunkt Depression» Vortrag «Blickpunkt Angehörige von Menschen mit Depression oder affektiver Störung.»

16. Juni am 5. Int. Psychiatriekongress zu seelischer Gesundheit und Recovery unter dem Thema Menschenrechte und Recovery: Rollenverständnisse neu denken. Vortrag zu «Gibt es ein Recht auf Gesundheit für betreuende Angehörige?» sowie «Leben mit Fachpersonen».

Interviews und eigene Artikel

- Pro Mente Sana «Kontext» - Psychiatrie der Zukunft
- Psychiatrische Pflege 2/22 3 Fragen zu Corona
- Graap-Magazin für Kongress in Lausanne frz.
- Journal APHS zu Umgang mit Emotionen
- NAP-Journal «Ich-Du-Wir» Co-Produktion und Interview zur Weiterbildung EX-IN für Angehörige
- Newsletter Geliko
- Newsletter PGV- Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz

Präsentationen, Kurzinputs

3. Februar: Kolloquium Bern

30. März: Sozialforum Thun

3. Mai Sitzung der Gesundheitsligenkonferenz

17. Mai IPW Kongress «Integrierte Psychiatrie im Diskurs - Angehörigenarbeit: Heute und Vision 2025»

6. September Gesundheitsnetz Zürich «Partizipationsprojekte»

7. September Klllinik Clienia Littenheid

21. September Psychiatrische Dienste Solothurn SoH

20. September Xunds Grauholz

22. September Forum Ageing Society

6. Oktober Privatklinik Hohenegg

30. Oktober Tag der Angehörigen, Biel

Dazu kommen etliche PGV-Vernetzungsanlässe über das Projekt und die Teilnahme bei diversen Kongressen bei Partnerorganisationen und die Inputs bei der BZ Pflege.



7. Projekt EX-IN-Weiterbildung für Angehörige

Erstes Halbjahr - ein Rückblick

Am 20. Mai konnte die Weiterbildung planmässig starten. Noch bis zuletzt gab es Bewerbungen und Rückzüge von Bewerbungen. Schlussendlich konnten die Trainerinnen aus Norddeutschland mit 14 Teilnehmenden das erste Modul in Bern an der BFH Gesundheit beginnen.

Die Rückmeldungen aus dem Kurs sind positiv und nach (hoffentlich) letzten Corona-Absenzen entstand ein dichtes und anspruchsvolles Lernklima.

In der zweiten Jahreshälfte lag der Schwerpunkt auf der Suche nach Praktikaplätzen für die Teilnehmenden. Die Praktika sollen Einblick in die Überlegungen einer therapeutischen oder psychiatrischen Institution geben und den Teilnehmenden ermöglichen, Begegnungsorte für die Begleitung von Angehörigen zu erkennen und allenfalls für eine spätere Anstellung anzudenken. Die Psychiatrie ist gerade mit enormen Problemen in den eigenen Reihen konfrontiert mit zusätzlichem Personalmangel, sodass es keine einfache Aufgabe ist für die Teilnehmenden und die Kursorganisation, passende Angebote zu finden. Bis Ende Jahr hatten ca. 60% der Teilnehmenden eine Zusage für ein erstes Praktikum.

Finanziell haben wir mit grosser Dankbarkeit die Spende aus dem Wohnfonds in den Ausbildungsfonds der EX-IN Weiterbildung für Angehörige übertragen.

Ein riesiger Dank geht an alle, die an der letzten Mitgliederversammlung dies ermöglicht haben. Es gilt jedoch, noch viele Anstrengungen zu unternehmen, um die Finanzen zu sichern und dem Projekt eine langlebige Zukunft mit regelmässigen Kursen zu ermöglichen.

Positiv überrascht hat uns die Offenheit von Fachpersonen aus dem psychiatrischen und sozialen Umfeld, die diese Weiterbildung begrüssen. Wir spüren auch eine gute Unterstützung durch die Geldgeber seitens der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz.

Das Projekt wird von Psychologen der Fachhochschule OST evaluiert und wir freuen uns am breiten Interesse.

Stimmen aus dem Kurs

In der Angehörigenbegleiter-Weiterbildung habe ich gemerkt, dass ich nicht alleine bin. Dieser Zusammenhalt stärkt mich und motiviert mich andere Angehörige auf ihrem Weg zu unterstützen.

Katharina

*Der Kurs mit Modulen wie u.a. Empowerment, Recovery, Dialog und Perspektivenwechsel gibt einem den Raum und die Werkzeuge, aus der eigenen Geschichte und Erfahrungen zusammen mit dem WIR Wissen der Teilnehmer*innen zu schöpfen, um Angehörige begleiten und stärken zu können.*

Karin

Ich habe gelernt: Negative Erfahrungen mit anderen Menschen heute geteilt, ausgetauscht und reflektiert, vermögen über die Zeit damalige Schwächen in aktuelle Ressourcen zu wandeln. Was für ein wunderbarer Prozess!

Mir wurde bewusst: Sich einander im gemeinsamen Raum vertraulich zuwenden, schafft Begegnung. Begegnung ermöglicht Beziehung. Beziehung erfordert Dialog. Austausch berührt. Berührung heilt. – Erst dann eröffnet sich das Tor meines Herzens für meinen persönlichen Wandel.

Arnold

**<https://angehoerigen-begleitung.ch>
nächster Kursstart 2024**

8. Mitarbeit im Dachverband VASK Schweiz

Letztes Jahr konnte man an dieser Stelle etwas von der Krise im Dachverband VASK Schweiz lesen. Bruno Facci hat mittlerweile sein Engagement wieder auf 100% Einsatz als Präsident hochgefahren. Es haben 6 Sitzungen Online stattgefunden. Die VASK ist neu Mitglied der Allianz Gesunde Schweiz und bei Pro Aidants.

Delegiertenversammlung (DV)

21. Mai in Frauenfeld

An einer DV können alle interessierten Mitglieder aus allen VASK-Regionen teilnehmen. Es gibt je nach Grösse der VASK-Region entsprechende Stimmrechte. Die DV genehmigt die Arbeit des Vorstands der VASK Schweiz. Der Anlass ist seit Jahren mit einer gratis-Besichtigung einer Sehenswürdigkeit oder einem Stadtrundgang verbunden. So kommt der gesellige Teil nicht zu kurz, wenn sich Angehörige aus verschiedenen Regionen treffen.

Diesmal wurde beschlossen, einen Beirat VASK Schweiz aufzubauen, um eine Aussensicht von Fachpersonen zu erhalten. Zudem sollten die Regionen besser in den Planungsprozess des Vorstands einbezogen werden.

Präsidentenkonferenz (PK)

12. November

Christian Pfister trat mit einem Konzept der Neugestaltung auf. Es ging um die Klärung von Visionen und einer möglichen Umsetzung für die VASK. Von unserer Seite war ein ähnlicher Vorstoss vor Jahren noch nicht reif gewesen und vor allem fehlte die tatkräftige Person, die das umgesetzt hätte. An der Präsidentenkonferenz wurde das Konzept besprochen und die Bereitschaft für einen Neu-Auftritt der VASK diskutiert mit den Regionen diskutiert.

Ausserordentliche DV Online

am 12. Januar 2023

Christian Pfister wurde als Co-Präsident der VASK Schweiz gewählt und mit der Leitung des Projekts «Neu-Ausrichtung VASK Schweiz» beauftragt. Dafür wird es Geld und Personen brauchen, die eine lebendige Community fördern wollen und die Angehörigenarbeit mitgestalten möchten.

Alle Interessierten sind herzlich willkommen, mitzuwirken. Die nächste DV findet nach etlichen Jahren wieder in Bern statt am 6. Mai 2023.

9. Mitwirken in Politik und Gremien

Communiqué zum Tag der psychisch Kranken am 10.10.

Unser Präsident engagiert sich mit Herzblut für politische Fragen rund um psychische Gesundheit, Inklusion und Versorgungsgerechtigkeit. Er hat ein Communiqué entworfen, das als gemeinsame Erklärung zum 10.10. von möglichst vielen Institutionen bearbeitet und unterzeichnet werden soll. Zu finden auf <https://www.vask.ch/de/Publikationen/Referate-und-Berichte>.

Geliko—Gesundheitsligen Konferenz

Über die Mitgliedschaft bei der GELIKO verfassten wir Antworten zu den Fragen «Welche Leistungen zur Vorsorge der Betroffenen entsprechen einem Bedarf und den WZW-Kriterien (wirksam, zweckmässig, und wirtschaftlich) des KVG, sind aber durch die obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP) nicht gedeckt?»

Pro Aidants –neu: Swiss Carers

Über die Mitgliedschaft bei Pro Aidants/ Swiss Carers konnten wir uns für ein Advanced Care Planning einsetzen und die Vernehmlassung mitgestalten.

Inklusionsinitiative

Wir tragen als VASK die Inklusionsinitiative mit und bringen das Anliegen der Gleichstellung von psychischen und physischen Krankheiten oder Einschränkungen ein.

Wahl von Brun Facci ins Parlament

Bruno Facci, unser Präsident der VASK, wurde wohl dank euch ins Parlament zur Behindertensession gewählt.

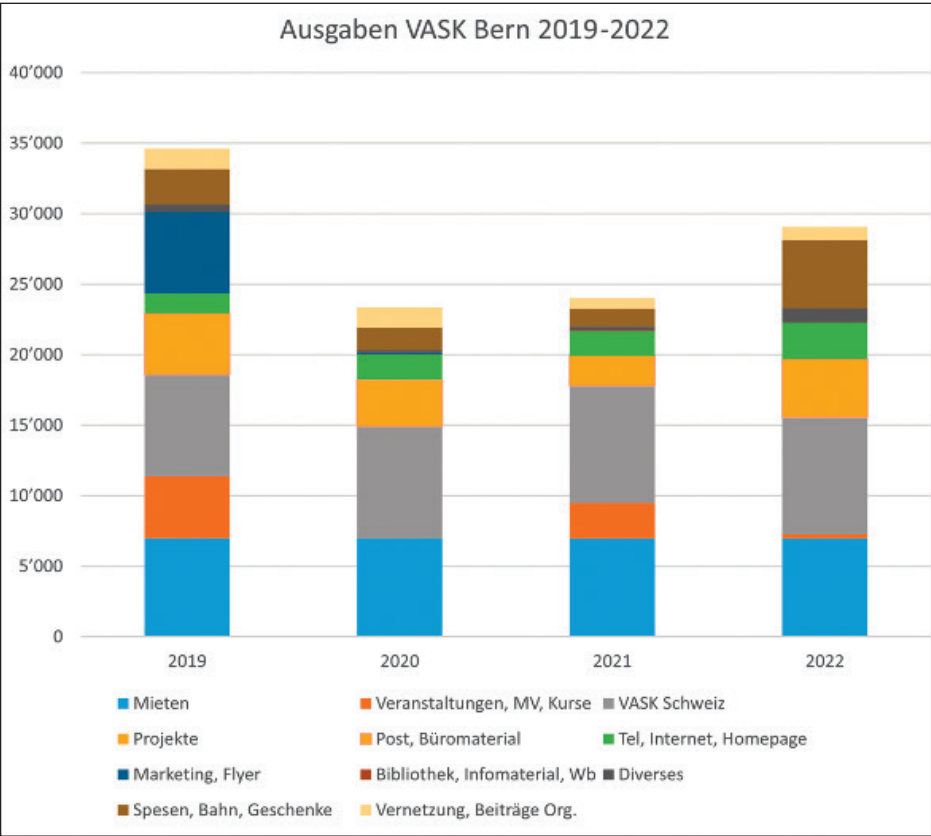
Beirat der Berner Fachstelle für Gleichstellung

Im Beirat der Fachstelle Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen wurde darüber gesprochen, dass psychische Beeinträchtigungen stärker berücksichtigt werden müssen. Die Fachstelle möchte dort einen Schwerpunkt legen. Allerdings ist es nicht einfach, die Bedürfnisse so zu formulieren, dass Handlungsaufträge abgeleitet werden können.

BAG und Gesundheitsförderung Schweiz

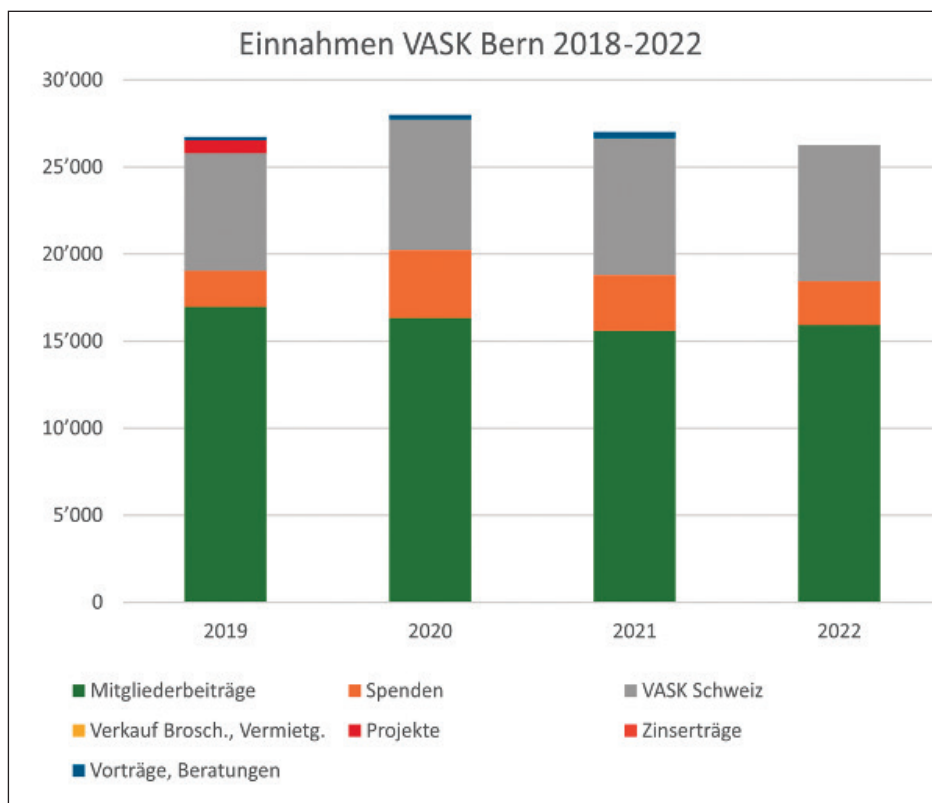
Als Vertreter unseres Weiterbildungsprojektes konnten wir an 6 Anlässen teilnehmen, die durch das BAG oder die Stiftung GFS initiiert waren. So haben wir uns lautstark eingebracht mit Ideen der nachhaltigen Finanzierung innovativer Angebote wie z.B. der Peerarbeit oder Stärkung der Angehörigen oder Ideen zur Suizidprävention etc. Wir werden immer mehr als Angehörigenorganisation ernst genommen.

10. Finanzen



Die Coronajahre sind 2022 zu Ende gegangen und es konnten wieder Treffen aller Art stattfinden. Sicher gab es Nachholbedarf gerade bei den Vernetzungsanlässen. Viele Anlässe hat die Präsidentin jedoch wegen dem Projekt EX-IN für Angehörige besucht und dabei auch den Kontakt zu psychiatrischen Institutionen gesucht, die Praktikaplätze anbieten könnten. Dabei konnte i.R. auch die VASK präsentiert werden. Die Kosten der Vernetzung betreffen hier nur Mitgliederbeiträge, die wir bezahlen. Alles andere sind reine Fahrspesen oder Kosten für den Versand von Broschüren und Flyermaterial.

Der Flyerdruck für Young Carers ist hier noch nicht berücksichtigt, aber die vielen Pakete mir Flyern, die wir versendet haben. Unter Personalaufwand sind keine Kosten angefallen. Das Projekt der Weiterbildung läuft über ein separates Konto und soll den Verein nicht tangieren.



Im Jahr 2022 hat uns eine hohe Gedenkspende anlässlich eines Todesfalls «gerettet». Herzlichen Dank, dass ihr alle daran denkt, uns Kollekten oder Nachlässe zukommen zu lassen.

Die Privatspenden sind mehrfach als aufgerundete Mitgliederbeiträge zu uns gelangt und darüber sind wir sehr, sehr dankbar.

Die Finanzlage ist stabil trotz dem Minus von 818,90 CHF, jedoch werden in den nächsten Jahren Mehrkosten anfallen für vermehrte Aktivitäten und einen fälligen Neu-Auftritt. Wir erhoffen uns auch finanziell Nebeneffekte aus den Auftritten im Netzwerk. Ideen für Mehreinnahmen sind willkommen!

11. Adressen Vorstand VASKBern



Name	Adresse	Tel. privat	Mailadresse
Lisa Bachofen Päsidentin	Hubelmatt 43 3624 Goldiwil	031 333 00 60	lisa.bachofen@vaskbern.ch
Susanne Bibukidi Kassierin bis 1.4.23	Lerchenweg 6, 4553 Subingen	031 991 79 37	bibukidi@bluewin.ch
Barbara Sägesser, Kassierin ab 1.4.23	Jupiterstrasse 27, 3015 Bern	078 656 08 13	ababe@gmx.net
Lisa Hilafu-Brönni- mann	Parkstrasse 11a, 3014 Bern	076 699 77 99	lisa_hilafu@hotmail.com
Sekretariat VASK Bern – vakant	3000 Bern	031 311 64 08	sekretariat@vaskbern.ch

12. Adressen der VASK Vertretungen



Name	Adresse	Tel. privat	Mailadresse
VASK Schweiz	Langstrasse 149 8004 Zürich	044 240 12 00	info@vask.ch www.vask.ch
VASK Bern,	3000 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@bluewin.ch www.vaskgr.ch
VASK Ostschweiz	Postfach 2238 9001 St. Gallen	071 866 12 12	sinfo@vaskostschschweiz.ch www.vaskostschweiz.ch
VASK Schaffhausen	Webergasse 48 8200 Schaffhausen	052 625 55 80	https://vaskschaffhausen.ch
VASK Zentralschweiz	vakant		vaskzentralschweiz@bluewin.ch www.vask-zentralschweiz.ch
VASK Tessin	C.P. 130 6934 Bioggio	076 453 75 70	vaskticino@gmail.com www.vaskticino.ch

13. Wie weiter

Der Veränderungsprozess

Der Vorstand unterstützt das Präsidium bei Entscheidungen, während Arbeitsgruppen das Leben der VASK gestalten.

Neben den Gruppen, Beratung und Kursen gibt es auch konstante Angebote im Verbund mit Partnern. Dazu gehören die Kolloquien, die Filmtrialoge, die Aktionstage, die Mad Pride und trialogische Angebote. Die Vernetzungsarbeit muss nicht an eine Vorstandsarbeit gekoppelt sein. Es braucht jedoch Gefässe für den Transfer von Wissen, die geschaffen werden sollen.

Die strategischen Ziele werden sich an der Neu-Ausrichtung der VASK Schweiz orientieren. Der Gemeinschafts-Aspekt soll stärker gewichtet werden. Neue Medien und junge Anlässe sollen auch jüngere Angehörige abholen.

Der neue Auftritt der VASK Schweiz bietet uns als Region Bern die ideale Plattform, um einen eigenen neuen Auftritt zu planen. Es könnte sogar eine Namensänderung geben. Mitdenken ist erwünscht!

Im Jahr 2025 feiert die VASK Bern ihr 40-jähriges Bestehen. Umsetzbare Ideen für einen wirksamen Auftritt in der Öffentlichkeit und ein gutes Zusammensein als Vereinigung sind willkommen. Bis dann sollte der neue Auftritt umgesetzt sein.



Termine 2023

4. Mai 17 Uhr Kolloquium zu 13 Jahre Peearbeit in der Schweiz Quo Vadis

5. Mai Delegiertenversammlung der VASK Schweiz in Bern

18. Juni Abschluss der Weiterbildung EX-IN für Angehörige

15./16. September Generationenfestival in Thun

7. Oktober Mad Pride in Lausanne

10. Oktober Tag der Psychisch Kranken

30. Oktober Tag der pflegenden und betreuenden Angehörigen

Eine Gruppe engagiert sich bereits für die Re-Organisation der VASK Schweiz. Herzlichen Dank!

weiter...