

Jahresbericht

2013

VORSTAND

Gerhard Schmutz Lutertalstrasse 98 3065 Bolligen	P. 031 921 01 26 E-Mail: gerhard.schmutz@vaskbern.ch	Präsident
Armin Spühler Bürgstrasse 24 3700 Spiez	P. 033 654 41 39 E-Mail: spuehler_spiez@bluewin.ch	Vizepräsident
Urs Stämpfli Schaalweg 1 3053 Münchenbuchsee	P. 031 869 36 29 E-Mail: ursilse.staempfli@quick-line.ch	Kassier
Anna Grafe Untere Feldenstr. 19 3655 Sigriswil	P. 033 251 32 66 E-Mail: r.a_grafe@bluewin.ch	Beisitzerin
Johann Flückiger Burgernzielweg 6 3006 Bern	P. 031 351 71 35 E-Mail: f.johann@hispeed.ch	Beisitzer
Thomas Studer Steinhofstrasse 28 3400 Burgdorf	P. 034 423 16 80 thom.studer@bluewin.ch	Beisitzer

SEKRETARIAT

Silvia Vinzens Marktgasse 36 3011 Bern	G. 031 311 64 08 E-Mail: sekretariat@vaskbern.ch	Sekretärin
--	---	------------

VASK Bern, Postfach 8704, 3001 Bern,
031 311 64 08, sekretariat@vaskbern.ch, www.vaskbern.ch

Inhaltsverzeichnis

1.VASK-Vorstand Bern.....	5
1.1.Vorstandsarbeit.....	5
1.2.Kommentar zu den Zielen der VASK Bern 2013.....	6
1.3.Strategie 2014-17.....	7
1.4.Unsere strategischen Leitlinien 2014-2017.....	7
1.5.Mitgliederversammlung vom 23. März 2013 im Restaurant Dählhölzli in Bern.....	8
1.6.Neue Website VASK Bern	9
2.Unsere Angebote.....	9
2.1.Telefonberatungen.....	9
2.2.Statistik der Telefonberatungen 2013 (bis 30.11.13).....	9
2.3.Schilderung einer Telefonberatung	9
2.4.Selbsthilfegruppen – Bericht des Verantwortlichen.....	10
2.5.Sonntagsstube.....	11
2.6.Geplante Angebote für Neumitglieder.....	12
3.Unsere Veranstaltungen.....	13
3.1.Wie gehe ich als Angehörige/Angehöriger mit grossen psychischen Belastungen um?	13
3.2.« Was hilft? Was stresst?» - Trialogisches Psychose-Podium.....	13
3.3.Besichtigung am Spital Region Oberaargau (SRO).....	14
4.Politik des Kantons Bern.....	15
4.1.Psychiatrieplanung und Psychiatrieversorgung.....	15
4.2.Sparmassnahmen Kanton Bern.....	16
5.VASK Schweiz (unsere Mitarbeit).....	16
6.„Flagge zeigen“ oder was der Vorstand der VASK Bern alles auch noch macht.....	17

Freundschaft lässt das Glück
heller strahlen,
teilt das Leid und
lässt es leichter tragen.

Aelred von Rievaulx

1. VASK-Vorstand Bern

1.1. Vorstandsarbeit

Für das vergangene Jahr hat der Vorstand acht Ziele festgelegt. Sie sind unter Punkt 2 aufgeführt und kurz kommentiert.

An zehn Sitzungen hat der Vorstand die laufenden Geschäfte diskutiert und die nötigen Entscheide gefällt. Im Laufe des Jahres wurden zehn Newsletter verschickt.

Um den Neumitgliedern von Beginn an umfassendere Angebote bieten zu können, hat der Vorstand ein entsprechendes Konzept erarbeitet: Neben den bisherigen Angeboten wollen wir im nächsten Jahr einen „VASK-Treff“ sowie die Möglichkeit einer „Tandempartnerschaft“ einführen (siehe Punkt 2.6).

An der Mitgliederversammlung vom 23. März im Restaurant Dählhölzli hat Sibylle Glauser, Beraterin für Angehörige in der UPD ihre Angebote vorgestellt. Neben den statutarischen Geschäften gab es während dem Begrüssungskaffee, in der Pause und am Mittagessen genügend Zeit für interessante Gespräche und neue Kontakte.

Die engagierte Mitarbeit von vielen freiwilligen HelferInnen ermöglicht es dem Vorstand, den Mitgliedern unserer Vereinigung verschiedene Angebote zu präsentieren. Der Vorstand dankt allen ganz herzlich für ihre Arbeit.

Der Vorstand bedankt sich auch bei allen Mitgliedern, die uns mit Geldspenden unterstützt haben: Aufrundungen des Mitgliederbeitrages, separate Spenden oder Gedenkspenden helfen mit, die Existenz der VASK Bern zu sichern.

Gesamthaft betragen die Spenden rund 8700 Franken.

1.2. Kommentar zu den Zielen der VASK Bern 2013

Für das Jahr 2013 hatte sich der Vorstand die folgenden *Ziele* gesetzt:

1. *Neuer Flyer zur besseren Bekanntmachung der VASK bei Angehörigen und zur Mitgliederwerbung, ist an verschiedene Empfänger verschickt worden (z.B. Sozialdienste, Gemeinden, Pfarrämter, Arztpraxen, Spitäler usw.).*

Kommentar: Dieses Ziel wurde noch nicht erreicht. Die Realisierung wird jedoch schrittweise ab erstem Quartal 2014 erfolgen.

2. *Die Website der VASK Bern mit neuem Design ist bis spätestens am 31.12.2013 erstellt (Design wie VASK Schweiz).*

Kommentar: Die Website ist bis auf den internen Bereich erstellt. Die Aufschaltung ist für März 2014 geplant (siehe Punkt 1.6).

3. *Der Leiter der Fachstelle Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen der Stadt Bern, Brian McGowan, hat dem Vorstand der VASK die Ziele und Aktivitäten dieser ersten Fachstelle der Schweiz auf Stufe Gemeinde, vorgestellt. Welche Leistungen erbringt diese Fachstelle für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen?*

Kommentar: Die Diskussion fand am 14. November statt.

4. *Die TeilnehmerInnen des dialogisch (Betroffener, Angehörige, Fachperson) zusammengesetzten Podiums, haben für den Alltag brauchbare Hinweise erhalten, wie sie sich gegenüber einem Menschen, der momentan eine Psychose erlebt, verhalten sollen. Was hilft dem Kranken, was stresst ihn?*

Kommentar: Das Podium fand am 06. November statt (siehe Punkt 3.2).

5. *Die TeilnehmerInnen der Besichtigung vom 18. Oktober 2013 in Langenthal sind darüber informiert, welche Dienstleistungen der Psychiatrische Dienst des Spitals der Region Oberaargau in Langenthal zu Gunsten der Bevölkerung erbringt. Sie wissen, was sich in den Begriffen Gemeindenahe Psychiatrie, Notfall- Triage, Ambulatorium, Tagesklinik, Mobile Krisenintervention, Kriseninterventionsstation, Psychoonkologie, Alterspsychiatrie verbirgt.*

Kommentar: Die Besichtigung fand wie vorgesehen statt (siehe Punkt 3.3).

6. *Die HörerInnen des Vortrages kennen die Angebote und die Aufgaben der Angehörigenberatung der UPD.*

Kommentar: Der Vortrag fand am 12. Juni statt (siehe Punkt 3.1).

7. *Die VASK Bern hat an den Berner Aktionstagen für psychische Gesundheit im Rahmen ihrer Möglichkeiten mitgewirkt.*

Kommentar: Dies ist erfolgt.

8. *Die VASK Bern hat sich mit ihren Angeboten auf der neuen Plattform Wegweiser für die psychische Gesundheit des Kantons Bern platziert.*

Kommentar: Unsere Angebote sind auf www.psy.ch publiziert.

1.3. Strategie 2014-17

Machen wir die richtigen Dinge?

Machen wir die Dinge richtig?

Wie machen wir die richtigen Dinge richtig?

Diese Fragen stellten wir uns im Vorstand im 2013 intensiv. Im Rahmen zweier Strategieworkshops setzten wir uns mit den Stärken und Schwächen sowie den Chancen und Risiken unserer Vereinigung auseinander und formulierten daraus sieben strategische Leitlinien für die nächsten drei Jahre, um das Schiff „VASK Bern“ in neue zukünftige Gewässer steuern zu können.

1.4. Unsere strategischen Leitlinien 2014-2017

1. 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.
2. VASK Bern betreibt (pro-)aktive Öffentlichkeits- und Sensibilisierungsarbeit.
3. VASK Bern führt und entwickelt aktuelle, bedarfsorientierte Dienstleistungen und Angebote für Angehörige von psychisch kranken Menschen zur Unterstützung von Gesundungsprozessen und Bewältigung von Krisen und Alltagsaufgaben.
4. VASK Bern baut das eigene bestehende Selbsthilfegruppen-Angebot [SHG] aus und intensiviert die Zusammenarbeit mit den Selbsthilfegruppen im Kanton Bern und in der Schweiz.

5. VASK Bern stabilisiert den heutigen Mitgliederbestand und schafft die notwendigen Voraussetzungen für weitere Entwicklungen.
6. VASK Bern vernetzt sich mit den anderen VASKen und dem Dachverband und nutzt/schafft Synergien.
7. VASK Bern hat eine stabile Finanzlage.

Aufgrund dieser Strategie wird der Vorstand die jeweiligen nächsten Jahresziele festlegen.

1.5. Mitgliederversammlung vom 23. März im Restaurant Dählhölzli in Bern

Die von Präsident Gerhard Schmutz geleitete Versammlung verlief speditiv. Unter Wahlen konnte Thomas Studer mit Applaus als neues Mitglied in den Vorstand aufgenommen.

Sibylle Glauser, Beraterin für Angehörige der universitären psychiatrischen Dienste [UPD], hat ihre Angebote vorgestellt.

Anschliessend stellte Santo Casablanca kurz die psychiatrische Familienpflege der UPD vor. Es geht dabei vor allem um das Thema „Wohnen“, dh. die Betreuung durch Gastfamilien, welche mit psychisch Kranken zusammen leben.

Als Abschluss des offiziellen Teils wird Santo Casablanca mit der Rose des Jahres geehrt. Mit viel Sachkenntnis, Enthusiasmus und Herzblut setzt er sich als Sozialarbeiter in verschiedenen Abteilungen der UPD seit 17 Jahren für psychisch kranke Menschen ein. Er hat das Freizeitzentrum Metro der UPD aufgebaut und leitet heute die psychiatrische Familienpflege. Hier werden Menschen mit einer psychischen Erkrankung betreut, die nicht alleine leben möchten und Unterstützung in ihrem täglichen Leben benötigen. Sie leben in Gastfamilien. Zur Zeit werden über 50 Patientinnen und Patienten psycho-sozial betreut sowie über 40 Gastfamilien beraten. Er beteiligt sich persönlich, indem er in seinem eigenen Haus eine Wohngemeinschaft aufgebaut hat, in der fünf psychisch kranke Menschen wohnen. Die ganze Familie hilft mit, fast wie in Italien.

Santo hat ein sonniges Wesen, ist humorvoll, strahlt Zuversicht aus, versprüht echt sizilianische Wärme und kann viel Hoffnung vermitteln. Hoffnung ist für psychisch kranke Menschen wichtig und ganz entscheidend.

Bei angeregten Gesprächen vor und während dem Essen ging die Versammlung zu Ende. Eine kleinere Gruppe genoss am Nachmittag noch eine interessante Führung durch verschiedene Teile des Tierparks Dählhölzli.

1.6. Neue Website VASK Bern

Die Arbeit an der neuen Website, die dasselbe Design wie jene der VASK Schweiz haben wird, ist in vollem Gange. Die Aufschaltung ist für März 2014 geplant. In einer ersten Phase wird die Website denselben Inhalt wie die bisherige aufweisen. Die VASK Schweiz will ihre Website inhaltlich bis Mitte 2014 so überarbeiten, dass sie im wesentlichen nur noch übergeordnete Themen enthält. Dies wird uns die Möglichkeit geben, unsere Website anschliessend inhaltlich entsprechend anzupassen und nur Texte und Infos aufzunehmen, die nicht schon in der Website der VASK Schweiz enthalten sind.

2. Unsere Angebote

2.1. Telefonberatungen

Jeden Mittwoch morgen (9-11) und Freitag nachmittag (13-15) bieten sieben erfahrene Frauen und Männer der VASK Bern vertrauliche Telefonberatungen an, um Menschen in Krisensituationen zu beraten, zu unterstützen, an Fachleute weiter zu vermitteln oder über die Angebote der VASK Bern zu informieren.

2.2. Statistik der Telefonberatungen 2013 (bis 30.11.13)

Anzahl längere Beratungen: 27 Telefonberatungen

Durchschnittliche Dauer: 20 Minuten

Betroffenengruppen: 14 Söhne, 3 Töchter, 2 Elternteile
2 Geschwister, 3 Partner, 2 Andere

Themenfelder:

- 24 direkte Betroffenheit wegen kranken Angehörigen
- 11 Suche einer Selbsthilfegruppe
- 8 Unterlagen schicken / Mitgliedschaft
- 10 andere Themen

2.3. Schilderung einer Telefonberatung

„Heute nachmittag hatte ich ein Telefon eines Herrn, der einen 18-jährigen Sohn hat (3 Geschwister). Dieser ist mit fünfzehn Jahren psychotisch erkrankt (Diagnose: paranoide Schizophrenie). Der Sohn

lebt zu Hause, hält sich entweder im Zimmer oder in der Küche auf und leidet unter akuter Angst. Der Vater schildert eindrücklich seine Sorgen mit seinem Sohn, dass er damit überfordert sei, sich Sorgen um dessen Zukunftsperspektiven mache und fragt mich schliesslich, was er denn nun bloss tun solle.

Nachdem ich ihm vor allem aktiv zugehört habe, rate ich ihm, eine externe Betreuung zu suchen, um ihn, den Vater, der vollzeitig arbeitet, zu entlasten sowie einen Beistand, um gewisse Bereiche delegieren zu können. Ich mache ihn auf unsere verschiedenen Angebote aufmerksam, vor allem die Selbsthilfegruppen und gebe ihm abschliessend weitere Adressen von Fachleuten, an die er sich wenden könnte, falls er vertiefte Unterstützung brauche. Er bat mich, ihm die entsprechenden Unterlagen zuzusenden.

Abschliessend lud ich ihn ein, jederzeit wieder anzurufen oder direkt in der Zentrale der VASK Bern vorbeizukommen, und er bedankte sich herzlich für die kurze Beratung. „Irgendwie hatte ich den inneren Kompass verloren. Sie haben mir wieder Mut gemacht, die nächsten Schritte anzupacken und die Hoffnung nicht zu verlieren. Ganz herzlichen Dank dafür!“

2.4. Selbsthilfegruppen – Bericht des Verantwortlichen

Im vergangenen Jahr konnten alle Gruppen kontaktiert werden; einige durch Besuch an einem ihrer Treffen. Daraus entstand im Sommer ein kurzer Bericht an den Vorstand. Es hat sich bestätigt, dass sich nicht alle Gruppenverantwortlichen mit ihrem Namen ‚outen‘ wollen. Die Namen derjenigen Personen, die anonym bleiben möchten, sind einzig dem Vorstandsmitglied mit dem Ressort SHG und dem Verantwortlichen für die Zuteilung in die Selbsthilfegruppen bekannt.

Im der Berichtsperiode meldeten 21 Personen über unser Sekretariat ihr Interesse an einer Selbsthilfegruppe an, wovon 3 vorläufig mit dem Beitritt in eine SHG zuwarten wollen. 12 Interessierte fanden Platz in einer Selbsthilfegruppe; 6 müssen sich noch gedulden. Die meisten sind durch eine Tochter oder einen Sohn betroffen, zwei durch einen Partner / Partnerin und eine Person durch ein Elternteil. Angehörige von erkrankten Kindern, Partnerinnen oder Eltern finden nur ausnahmsweise in einer gleichen Selbsthilfegruppe zusammen. Zu unterschiedlich sind die Betroffenheiten. Das für unsere SHG - Arbeit so wichtige Gefühl, „die andern wissen, wovon ich rede!“ tritt dann nicht ein und die Einsamkeit mit dem andersartigen eigenen Erleben bedrückt im Gegenteil noch mehr.

Nach einer Wartezeit von mehr als einem halben Jahr konnte in Burgdorf eine Selbsthilfegruppe in neuer Zusammensetzung reaktiviert werden. Es ist von Vorteil, wenn sich eine neu entstehende Gruppe gleichzeitig auf den unbekanntem Weg zum gemeinsamen Suchen und Teilen macht. Umgekehrt konnten in drei bestehende Gruppen ebenfalls neue Mitglieder vermittelt werden. Ich bin froh, wenn Gruppen, die oft schon lange bestehen und miteinander sehr vertraut sind, ihre Türen öffnen für neue und meist ganz am Anfang stehende VASK- Mitglieder.

Auch im vergangenen Jahr schlossen sich Menschen nur für eine kürzere Zeit von ein bis zwei Jahren einer SHG an.

Ich bin den bestehenden und z.T. langjährigen Selbsthilfegruppen und ihren Mitgliedern sehr dankbar für ihr Engagement. Sie halten manchmal Perioden durch, da scheinbar nichts oder wenig passiert. Wie wertvoll ist es dann für ein Mitglied, wenn es an einem der folgenden Treffen Zeit für seine Probleme bekommt, Geduld und aufmerksames Zuhören erfährt.

Rolf Schneeberger

2.5. Sonntagsstube

Wir sind auch dieses Jahr trotz etlicher Krankheitsausfälle einigermaßen gut über die Runden gekommen. Wir konnten zwei neue Personen aus dem Angehörigenbereich in unser Team aufnehmen. Frau Nicole Chappuis und Herr Hans Kammer konnten sich spontan für diese Aufgabe begeistern und sind seither eine wertvolle Hilfe.

Unsere Gäste schätzen und geniessen die sonntägliche Runde, gelegentlich bringt ein Gast eine kleine Ueberraschung für alle mit. Einer sagte kürzlich, hier finde er einen der wenigen Orte in Bern wo er ganz sich selber sein könne und es ihm wohl sei...Ein schönes Kompliment für ihn und uns.

Wir wollen die in den vergangenen Jahren geäusserten Hilferufe nach neuen Mitarbeitern nicht wiederholen, dennoch gelten sie weiterhin.

2.6. Geplante Angebote für Neumitglieder

Neben den bewährten Angeboten, wie Kontakttelefon, Bibliothek, Newsletter, Vorträge, Podien, Besichtigungen und Sonntagsstube für Betroffene, bieten wir vor allem für Neumitglieder folgende Angebote an:

Willkommensgruss für Neumitglieder

Der Präsident begrüsst die Neumitglieder persönlich und heisst sie schriftlich in unserem Verein willkommen.

Neumitgliedertreffen [NMT]

Ein NMT wird weiterhin bei genügend Neuanmeldungen im Gruppenraum im VASK Sekretariat durchgeführt. Der Leiter der Selbsthilfegruppen ist nach Möglichkeit dabei.

„VASK-Treff“

Alle zwei bis drei Monate findet **neu** ein „VASK-Treff“ für VASK-Mitglieder und Interessierte statt. In einem geschützten und lockeren Rahmen kann man sich und die VASK kennenlernen, diskutieren und Informationen austauschen.

Ort und Zeit werden vom Vorstand bestimmt und auf der Website und im Veranstaltungskalender publiziert. Ein Vorstandsmitglied nimmt am Treffen teil.

„Tandempartnerschaft“

Einzelne erfahrene VASK-Mitglieder haben **neu** die Möglichkeit eine Tandempartnerschaft zu übernehmen. Das heisst, ein Mitglied, welches Lust und Zeit hat, stellt sich zur Verfügung, mit einem andern Mitglied (Neumitglied), welches dies wünscht und eine ähnliche Betroffenheit hat, Kontakt aufzunehmen und für eine gewisse Zeit zu begleiten.

In einer Umfrage werden Interessierte gesucht.

Selbsthilfegruppen [SHG]

Dieses Angebot hat in der VASK hohe Priorität und wird im bisherigen Rahmen weitergeführt. Die Selbsthilfegruppen werden durch den SHG-Leiter organisiert und wenn nötig auch betreut.

3. Unsere Veranstaltungen

3.1. Wie gehe ich als Angehörige/Angehöriger mit grossen psychischen Belastungen um?

An einer gut besuchten Veranstaltung der VASK Bern stiegen wir mit einem Filmausschnitt aus dem starken Film „Engel des Universums“ ein. Darin wird mit eindrücklichen Bildern gezeigt, wie eine Familie die langsam wachsende Psychose des Sohnes wahrnimmt, damit zu Beginn völlig überfordert ist und mit der Zeit lernt, damit einigermaßen umzugehen.

Fachlich höchst versiert stellte Sibylle Glauser, Leiterin der Angehörigenberatung der UPD Bern, die berührende Filmszene in einen grösseren Zusammenhang und lud uns ein, zusammen darüber nachzudenken, wie wir selber als Angehörige mit solchen im Film gezeigten Belastungen umgehen. Es entwickelte sich eine lebhaft, offene Diskussion, die sowohl langjährige VASK-Mitglieder als auch neue Interessierte rasch in intensive Gespräche verwickelte.

Im zweiten Teil stellte Sibylle Glauser das Angebot der Angehörigenberatung der UPD Bern sowie des Vereins Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie Schweiz vor und bot den Anwesenden zum Abschluss ihre Unterstützung und Beratung an.

Zusammengefasst erlebten wir einen äusserst gelungenen, lebhaften Abend, der uns allen vor Augen führte, wie schwierig und belastend es ist, mit psychotischen Angehörigen einen guten Weg zu finden. Zugleich ermutigte uns die Veranstaltung aber auch mit verschiedenen Erfahrungsansätzen, Tipps und Tricks, unseren eigenen Stärken zu vertrauen und die Hoffnung nie zu verlieren.

„Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat, egal, wie es ausgeht.“ (Vàclav Havel)

3.2. « Was hilft? Was stresst? » - Dialogisches Psychose-Podium

Psychische Krisen und Erkrankungen verursachen Leiden und vielseitige Hindernisse in der Lebensgestaltung. Sie bedeuten sowohl für die Betroffenen wie auch für Angehörige eine aussergewöhnliche Belastung. Angehörige können die Betroffenen unterstützen und sie wollen das normalerweise auch. Am 6. November hat die VASK Bern ein Psychose-Podium organisiert, auf welchem der Frage nachgegangen wurde, wie Angehörige einen Menschen, der eine

Psychose erlebt, unterstützen können. Auf dem Podium haben David Hill, Bertrand Knobel und Christine Clare von ihren eigenen Erfahrungen erzählt. Moderiert wurde das Podium von Uwe Bening, Fachreferent Recovery bei Pro Mente Sana. «Trialogisch» bedeutet, dass die Sichtweisen der Betroffenen, Angehörigen und professionell Tätigen der Psychiatrie gleichwertig nebeneinander stehen. Dass sich dabei auch unterschiedliche und sich allenfalls sogar widersprechende Standpunkte ergeben, liegt in der Natur der Sache. So hat sich beispielsweise gezeigt, dass es für Angehörige nicht immer klar ist, wie weit sie einem Psychosebetroffenen sagen sollen, dass sie «mitleiden» oder dass es ihnen manchmal schlecht geht. Soll man authentisch sein oder soll man den Betroffenen nichts sagen, um sie nicht noch zusätzlich mit dem eigenen Leiden zu belasten? Die Antwort von Christine Clare war klar: Angehörige sollen «echt» sein (dürfen) und aber auch deutlich machen, dass sie sich selber helfen, wenn es ihnen nicht gut geht. Diese und viele weitere Fragen kamen zur Sprache und wurden von verschiedenen Seiten beleuchtet. Es hat sich gezeigt, dass alle Beteiligten einen persönlich prägenden und eindrücklichen Weg machen, wenn es darum geht, einen Umgang mit Psychosen zu finden. Uwe Bening schloss die engagierten Fragen und Antworten nach eineinhalb Stunden und hielt noch einmal fest, dass die eigentlichen Ursachen psychotischer Störungen nach wie vor unbekannt sind. Gerade deshalb sei es so wichtig, miteinander zu reden. Ein achtsamer Austausch ist wesentlich, um mehr Licht ins Dunkel des Ängstigen und Unverstandenen zu bringen und hilfreiche Wege zur individuellen Stabilisierung und Unterstützung zu finden.

Sirkka Mullis

3.3. Besichtigung am Spital Region Oberaargau [SRO]

Am 18. Oktober fand das Treffen in den Psychiatrischen Diensten des SRO statt. Wir interessierten uns vor allem für die Einrichtung der Mobilien Krisenintervention [MOKI].

Herr Dr. Bachmann orientierte uns ausführlich über das Pilotprojekt der MOKI.

Diese Form der Begleitung und Therapie beim Patienten daheim ermöglicht oftmals, eine Klinikeinweisung zu umgehen. Sie ist für die Fachperson sehr anspruchsvoll und braucht viel Erfahrung und Fingerspitzengefühl.

Uns Angehörige stimmt dies sehr hoffnungsvoll und bedeutet - wie uns scheint - ein echter Fortschritt in der Psychiatrie.

Frau Zaugg, eine langjährige Mitarbeiterin im MOKI schilderte uns anhand von zwei eindrücklichen Fallbeispielen wie eine solche Begleitung in der Praxis aussieht.

Wir waren tief berührt und danken beiden Referenten ganz herzlich für die sehr wertvollen Einblicke.

Wir unterstützen die Idee des MOKI in der VASK voll und ganz und setzen uns dafür ein, dass MOKI im Kanton und in der ganzen Schweiz Verbreitung und auch finanzielle Unterstützung finden wird.

Die Mobile Krisenintervention wird auf der Website der Psychiatrischen Dienstes Langenthal wie folgt beschrieben:

Akutbehandlungen in Form von Hausbesuchen können eine Alternative zur Behandlung in der Klinik sein. Die psychiatrischen Fachleute fahren zum akut erkrankten Menschen, der selber nicht mehr in der Lage ist, Hilfe aufzusuchen, und erbringen ihre Dienstleistung dort. Das kann in der Wohnung der Betroffenen sein, aber auch am Arbeitsort oder anderswo. Die psychiatrische Fachperson nimmt das Gespräch auf, sucht Klärung, Entspannung und Beruhigung. Sie verschafft sich einen Überblick und leitet erste Massnahmen ein.

4. Politik des Kantons Bern

4.1. Psychiatrieplanung und Psychiatrieversorgung

Die Psychiatrieversorgung durchlief in den meisten westlichen Industrieländern in den letzten Jahrzehnten eine Reihe von tiefgreifenden Reformen.

Die psychiatrische Grundversorgung muss in den einzelnen Versorgungsregionen sichergestellt sein und „umfasst die Behandlung und Betreuung von psychisch kranken Erwachsenen aller Bevölkerungsgruppen und Diagnosen, sowohl in akuten Krisen und Notfällen als auch in chronischen Verläufen und koordiniert, steuert und begleitet die Rehabilitation in Zusammenarbeit mit allen anderen dazu notwendigen Institutionen und Leistungserbringern (Schweizerischen Konferenz der Gesundheitsdirektoren und -Direktorinnen [GDK], 2008, p. S. 37)“.

Zentrale daraus abgeleitete Forderungen an die Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen sind dabei eine konsequente

Orientierung an den individuellen Versorgungsbedürfnissen dieser Personen und möglichst umfassende Beachtung ihres Selbstbestimmungsrechtes und ihrer Menschenwürde, der Einbezug des sozialen Umfeldes der Patientinnen und Patienten bei der Behandlung und Betreuung sowie die Gleichstellung der Versorgung von körperlich und psychisch Kranken.

Der Kanton Bern besteht aus den sechs Regionen Bern, Berner Jura und Biel, Emmental, Oberaargau, Oberland Ost und Oberland West, die alle beauftragt wurden, bis Ende 2013 ein Konzept für die regionale Psychiatrieversorgung zu erstellen.

Die VASK Bern wurde von den Regionen Bern, Oberland West und Emmental eingeladen, einen Beitrag zu leisten. Beispielsweise haben wir in der Region Emmental an zwei Workshops teilgenommen, an denen wir die Anliegen der Angehörigen einbrachten. Wir wurden auch zur Mitwirkung an einer Pressekonferenz im Spital Burgdorf eingeladen, an der das Konzept der Region Emmental vorgestellt wurde.

4.2. Sparmassnahmen Kanton Bern

Die Regierung des Kantons Bern präsentierte dem Grossen Rat zwei Töpfe von Sparmassnahmen und schlug vor, den Topf 1 zu realisieren. In diesem Topf 1 waren für die Psychiatrie ein gewisser Stellenabbau vorgesehen. Ganz wichtig war für uns, dass keine Massnahmen aus dem Topf 2 beschlossen werden. Genau das hat der Rat aber zu Lasten der Psychiatrie gemacht. Glücklicherweise hat er aber keine Sparmassnahmen bei den ambulanten und tagesklinischen Leistungen sowie den Modellprojekten beschlossen, sondern „nur“ bei der Mitfinanzierung von Langzeitkranken (Psychiatriezentrum Münsingen 50 Personen, Bellelay 30 und je 10 in den UPD und in Meiringen) den Betrag von 6.6 Mio Franken gestrichen.

Der Vorstand hat Argumente für die politische Debatte zusammengestellt und gemeinsam mit der kantonalen Behindertenkonferenz sowie dem bernischen Aktionsbündnis Psychische Gesundheit lobbyiert.

5. VASK Schweiz (unsere Mitarbeit)

Dem Vorstand VASK Bern war es schon im letzten Jahr ein Anliegen, dass der Dachverband VASK CH als nationale Ansprechstelle und Sprachrohr der Angehörigen weiterhin bestehen bleibt.

Nach dem Rücktritt des bisherigen Präsidenten im Herbst 2012 wurde von unserer Seite viel Zeit investiert, um die Strukturen des Dachverbandes neu aufzugleisen und neue Vorstandsmitglieder zu suchen.

Dieser Aufwand hat sich gelohnt:

An der Delegiertenversammlung vom 4.5.2013 in Chur wurden Armin Spühler als Präsident und Gerhard Schmutz als Beisitzer, neben vier weiteren Mitgliedern aus anderen regionalen VASKen in den Dachverband gewählt.

Der damit wieder aktionsfähige Dachverband hat sich zwischenzeitlich gut organisiert / vernetzt und schon verschiedene Arbeiten vorangetrieben.

Die Stimmung zwischen Vorstand und regionalen VASKen ist wieder einvernehmlich.

6. „Flagge zeigen“ oder was der Vorstand der VASK Bern alles auch noch macht:

- hat auf Einladung der Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie [SGPP] an deren Jahreskongress in Montreux mit einem Stand teilgenommen, mit Ausstellern Kontakte geknüpft und auch verschiedene Vorträge besucht
- hat an 4 Mitgliederversammlungen der kantonalen Behindertenkonferenz Bern [kbk] teilgenommen und brachte dort die Anliegen unserer Vereinigung ein.
Themen waren unter anderem:
 - 1 Jahr Erfahrung über das Pilotprojekt mit Assistenzbeiträgen für Menschen mit einer Behinderung
 - Was würde ändern wenn sich mehr Behinderte politisch betätigen würden? Eine Diskussion von Menschen mit Behinderungen mit Parteienvertretern im Kanton Bern
 - Wie können wir Sensibilisieren über die Psychische Gesundheit?
 - Sparmassnahmen im Kanton Bern – Aktionen vor der Novembersession
 - Auf dem Weg zu einer „Schule für alle“. Eine Diskussion mit dem Erziehungsdirektor Bernhard Pulver
- hat die VASK und ihre Angebote an Angehörigen-Tagungen in Münsingen (2x) und Bern (1x) vorgestellt

- arbeitet aktiv im Vorstand des Dachverbandes VASK Schweiz mit
- hat an den Verleihungen des Sozialsternes in Bern und Thun teilgenommen (Auszeichnung für Betriebe, welche auch psychisch Beeinträchtigte in ihren Betrieben beschäftigen). Ausgezeichnet wurden die Firma Tobler Protecta AG, in Ipsach und die Firmen Trauffer Holzspielwaren AG aus Hofstetten bei Brienz und Bekag Kamine AG in Konolfingen
- war am Basar des Psychiatriezentrum Münsingen [PZM] mit einem Stand vertreten und hat mit Betroffenen und Angehörigen diskutiert und Broschüren verteilt
- hat an der Demonstration gegen Sparmassnahmen im Behindertenbereich und in der Psychiatrie vor dem Rathaus in Bern teilgenommen
- hat an der Tagung „Regionale psychiatrische Vernetzung im Kanton Bern“ in Bern als Podiumsteilnehmer mitgewirkt
- Sirkka Mullis hat an der Psychiatrietagung in Bellelay als Podiumsteilnehmerin die Sicht der Angehörigen vertreten
- hat am Konzept für die Fachstelle Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen der Stadt Bern mitgewirkt
- nahm im Januar in Bern an einer Tagung zum Thema „von der Früherkennung zur Frühbehandlung“ von UPD und Soteria teil
- nahmen an Workshops zu den Versorgungskonzepten für die Regionen der Psychiatrischen Dienste Thun, Münsingen, Zweisimmen und Burgdorf teil
- waren an der Auftaktveranstaltung der Berner Aktionstage psychische Gesundheit im Rathaus Bern dabei
- nahm am runden Tisch in der UPD zu „Sparmassnahmen in der Psychiatrie“ teil
- hat an neun Sitzungen der Sozialkonferenz Bern SOKOBE teilgenommen und mitgewirkt

Wenn das Leben
von heute auf morgen
eine andere Richtung einschlägt.
Wenn die eigenen Pläne
von heute auf morgen
wie Seifenblasen zerplatzen.
Wenn das anscheinend Wichtige
von heute auf morgen
unwichtig geworden ist.
Dann bleibt nur das Loslassen
und die Herausforderung,
aus dem Umbruch
einen Aufbruch zu wagen.

Margot Bickel

VASK Schweiz Suisse Svizzera Svizra

**Dachverband der Vereinigungen von Angehörigen psychisch Kranker
(VASK Schweiz)**

VASK Schweiz, Langstrasse 149, 8004 Zürich
044 240 12 00, info@vask.ch, www.vask.ch

Adressen der regionalen/kantonalen Vereinigungen

VASK Aargau, Postfach 432/P1, 5201 Brugg
056 222 50 15, info@vaskaargau.ch, www.vaskaargau.ch

VASK Bern, Postfach 8704, 3001 Bern
031 311 64 08, sekretariat@vaskbern.ch, www.vaskbern.ch

Assoc. Le Relais Genève, Savoises 15, 1205 Genève
022 781 65 20, info@lerelais.ch, www.lerelais.ch

VASK Graubünden, Postfach, 7208 Malans,
081 353 71 01, vask.graubuenden@bluemail.ch, www.vaskgr.ch

VASK Zentralschweiz, Postfach 534, 6210 Sursee,
041 921 60 48, info@vask-zentralschweiz.ch, www.vask-zentralschweiz.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 Ticino, C.P. 130, 6934 Bioggio
078 809 22 44, vaskticino@gmail.com, www.vaskticino.ch

VASK Zürich, Langstrasse 149, 8004 Zürich
044 240 48 68, info@vaskzuerich.ch, www.vaskzuerich.ch