



Angehörige und Vertraute
von Menschen mit psychischen
Erkrankungen

Jahresbericht 2024

Vorstand Stand by You Schweiz

Bruno Facci	VASK Ostschweiz	Co-Präsident
Christian Pfister	VASK Zürich	Co-Präsident
Urs Würsch	VASK Aargau	Vizepräsident
Laura Regli	VASK Graubünden	Beisitzerin
Silvia Andres	VASK Bern	Beisitzerin
Felix Uttinger	VASK Zürich	Beisitzer

Sekretariat Stand by You Schweiz

Isabelle Bavaud

Buchhaltung Stand by You Schweiz

Isabelle Bavaud

Revisoren Stand by You Schweiz

Dora Heggli	VASK Aargau
Rolf Brachs	VASK Schaffhausen

Inhaltsverzeichnis

Jahresbericht 2024 der beiden Co-Präsidenten	4
--	---

Regionale Sektionen:

VASK Aargau	9
VASK Bern	11
VASK Graubünden	13
VASK Ostschweiz	14
VASK Schaffhausen	16
VASK Ticino	18
VASK Zentralschweiz	18
VASK Zürich	18
Bilanz und Jahresrechnung 2024	21
Kommentar zur Jahresrechnung 2024	25
Revisorenbericht	26

Jahresbericht 2024 des Co-Präsidenten Bruno Facci

Das ist der erste Jahresbericht unter unserem neuen, an der Delegiertenversammlung vom 6. Mai 2023 einstimmig beschlossenen Namen Stand by You Schweiz.

Delegiertenversammlung in Chur vom 1. Juni

Grossen Raum nahmen 15 Fragen und fünf Anträge ein, welche die VASK Bern zur Behandlung einreichte. Die vom Vorstand sorgfältig vorbereiteten Antworten auf die Fragen gaben zu klärenden Diskussionen Anlass. Die Frage zur Wiedereinführung der Präsidentenkonferenz legte der Vorstand den Delegierten zur Abstimmung vor, welche sie ohne Gegenstimme annahm.

Zu den fünf Anträgen hatte sich der Vorstand im Vorfeld gründlich beraten und die daraus entwickelten Anträge zur Diskussion und Abstimmung gestellt.

Neu in den Vorstand gewählt wurde Laura Regli von der VASK Graubünden.

Handbuch Verbandsführung

Im Zusammenhang mit der Statutenänderung vom November 2023 hat der Vorstand dieses Handbuch angepasst und überarbeitet. Ein besonderer Dank gilt Felix Uttinger, Vorstandsmitglied von Stand by You Schweiz, der die dafür nötigen Detailarbeiten und Abklärungen vorgenommen hat.

Sechs Vorstandssitzungen – Vier Schwerpunkte

An den sechs durchgeführten Vorstandssitzungen orientierte Christian Pfister den Vorstand jeweils über den Stand der Umsetzung des Projektes Neupositionierung der Angehörigenbewegung (Schwerpunkt 1). Die Vorstandssitzung vom 24. Oktober 2024 endete mit einer Besonderheit: Unter der Leitung von Christian Pfister wurde ein spezieller Workshop durchgeführt, in dem folgende Themen bearbeitet wurden:

- Generationenwechsel im Vorstand von SBY Schweiz (Schwerpunkt 2)
- die Aufgabenteilung der Dachverband und Regionen (Schwerpunkt 3)
- die Festlegung der Ziele 2025 bearbeitet wurden (Schwerpunkt 4)

Präsidentenkonferenz vom 30. November in Zürich

Wie oben ausgeführt hat die Delegiertenversammlung beschlossen die Präsidentenkonferenz weiterhin durchzuführen. Sie stand ganz im Zeichen der Themen Generationenwechsel und Nachwuchsplanung in den Regionen sowie der Aufgabenteilung zwischen Dachverband und den regionalen Vereinigungen.

Präsidiale Aufgaben

Ich durfte für die VASK Schweiz beziehungsweise für Stand by You Schweiz drei Formen von präsidialer Arbeit ausüben. Einmal als Interimspräsident, während einer Auszeit des damaligen Präsidenten Urs Würsch. Anschliessend von 2018 bis 2022 als Präsident. Und zuletzt von 2022 bis 2025 als Co-Präsident zusammen mit Christian Pfister.

Meine Präsidialzeit umfasste zwei ganz unterschiedliche Perioden. Die erste begann mit dem Interimspräsidium bis zum Jahr 2023. Darin ging es in erster Linie um das Halten des bislang Erreichten und der Suche nach einem Umschwung und neuen Zielen. Letzteres blieb leider erfolglos. Das änderte sich gegen Ende dieser Periode, als im Oktober 2022 Christian Pfister auf mich zukam und mir seine Vision der Weiterentwicklung der VASK Schweiz darlegte. Meine anfängliche Skepsis gegenüber seinen Ideen wich bald der Einsicht, dass mit seinen Vorstellungen für eine umwälzende Neuorientierung, wie auch mit seiner Person der Umschwung zu einem trag- und zukunftsfähigen Dachverband der Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen zu schaffen ist. Der Rest ist Geschichte, die wir alle miterleben und mitgestalten durften.

Zur Wahrung der Kontinuität habe ich mich entschlossen, ein weiteres Jahr als Vorstandsmitglied anzuhängen. So darf ich mich am weiteren Entwickeln und Gedeihen unseres Dachverbandes beteiligen und erfreuen.

Ich danke allen Vorstandsmitgliedern und den Delegierten herzlich, die mir während meiner Präsidialzeit im Amt waren, für das Vertrauen, die Unterstützung und die aufbauenden Kritiken. Besonders danken möchte ich meinem Kollegen im Co-Präsidium Christian Pfister. Zusammen mit ihm, die erstmalige eingeführte Co-Präsidentschaft freundschaftlich, konstruktiv und zielführend auszuüben.

Ich wünsche Stand by You Schweiz und allen darin Engagierten weiterhin gutes Gelingen für die zu bewältigende, grosse Aufgabe, den Angehörigen und Vertrauten von Menschen mit psychischen Erkrankungen die ihnen zustehende Beachtung, Anerkennung und Unterstützung zu bieten und auch in Zukunft zu sichern.

Jahresbericht 2024 des Co-Präsidenten Christian Pfister

Christian Pfister, Co-Präsident Stand by You Schweiz und
Laura Regli, Vorstand Stand by You Schweiz

Bericht zum Projekt «Neupositionierung der Angehörigenbewegung 2023 – 2025»

Mit grosser Freude können wir in einem weiteren Bericht, der die Zeit vom März letzten Jahres bis März 2025 umfasst, über unsere Aktivitäten im Rahmen des Projekts «Neupositionierung der Angehörigenbewegung» Rechenschaft ablegen.

Wir haben unsere Aktivitäten erneut konsequent auf unsere drei strategischen Zielsetzungen ausgerichtet: das Stärken der Hilfsangebote für Angehörige, das Mitgestalten mit den wichtigen Vertretern in der Psychiatrie und das Vernetzen mit Organisationen und Persönlichkeiten. Auch im zweiten Jahr unseres Neupositionierungsprojektes ist es gelungen, unsere Angehörigenperspektive spür-, hör- und sichtbar zu machen.

Hier ein paar Auszüge aus den Aktivitäten des letzten Jahres – der vollständige Bericht kann gerne bei uns in der Geschäftsstelle bestellt werden:

- Wir haben eine nationale Helpline aufgebaut. Dafür konnten wir 9 Angehörige ausbilden und begleiten sie jetzt in ihrer sehr wichtigen Arbeit für Angehörige in Not. Federführend bei diesem zentralen Projekt war unsere Vorstandskollegin Silvia Andres.
- Mit grossem Engagement ist es gelungen mit vielen relevanten Interessenvertreter:innen im psychiatrischen Versorgungssystem ins Gespräch zu kommen. Auch medial konnten wir für unsere Anliegen in unterschiedlichen Formaten eintreten und uns bekannter machen.
- Wir haben ein Teilprojekt gestartet, das sich einer besonders vulnerablen Angehörigengruppe annimmt. Es geht um den «Schutz und die Unterstützung angehöriger Kinder, Jugendlichen und junger Erwachsenen». Wir wollen diese nicht – wie es leider meist der Fall ist – ihrem Schicksal überlassen. In grosser Freiwilligenarbeit haben wir im zweiten Halbjahr 2024 das Konzept entworfen und sind jetzt an der Umsetzung des Projekts, das auf drei Jahre ausgelegt ist. Federführend hier sind die Angehörigenkolleginnen Scilla Zischek und Tracy Wagner, die zusammen mit Christian Pfister das auf drei Jahre angelegte Projekt konzipiert haben und jetzt umsetzen.
- Unser Vorstandsmitglied Laura Regli ist mit den regionalen Angehörigenorganisationen daran, die Themen «Nachwuchsförderung» und «Generationenwechsel» anzugehen. Davon hängt ab, wie wir uns schweizweit weiterentwickeln können, um Angehörigen und Vertrauten von Menschen mit psychischen Erkrankungen beizustehen.
- Ebenso 2024 haben wir die Vorarbeiten gestartet, um eine virtuelle Plattform zu bauen, auf der sich Angehörige austauschen können; Teil davon wird ein Peer-Pool sein, wo sich Angehörige mit bestimmten Profilen anderen Angehörigen zum Erfahrungsaustausch zur Verfügung stellen. Die Arbeiten kommen gut voran – wir hoffen, mit einer ersten Version im Herbst 2025

aufwarten zu können. Die Verantwortung für dieses Projekt hat 2024 unser Kollege Søren Lønborg übernommen.

- Nicht unerwähnt soll auch unser erstes Stand-by-You-Forum bleiben, das wir im Oktober 2024 mit 180 Gästen und einem anregenden Programm durchführen durften. Das Feedback darauf war grossartig. Vielleicht dürfen wir Sie beim nächsten Mal auch als Gast begrüßen – es wäre uns eine Ehre. Das Forum 2025 findet am 25. Oktober 2025 im Vortragssaal des Zürcher Kunsthauses statt. Wir freuen uns auf viele Gäste und inspirierende Begegnungen.
- Der Vorstand von Stand by You Schweiz hat insgesamt im Berichtsjahr mehrere Tausend Stunden Freiwilligenarbeit geleistet. Zusammen mit dem, was an wertvoller Arbeit in den Regionen gestemmt wird, können wir mit Fug und Recht behaupten, dass unsere Angehörigenbewegung ein wichtiger Teil der Zivilgesellschaft ist. Sie leistet mit ihrer Arbeit einen Beitrag dazu, dass die psychiatrische Versorgung in der Schweiz menschlicher, wirksamer und nachhaltiger wird.

Ohne die grosszügige Unterstützung der unterschiedlichen Geldgeberinnen wäre es uns nicht gelungen, das zweite Jahr unserer Neupositionierungsarbeiten derart erfolgreich abzuschliessen. Ihnen allen gilt erneut unser aller Dank. Erst ihre Hilfe hat es uns möglich gemacht, Angehörigen in schwierigen Situationen beizustehen und vielen Mut zu machen, ihre fordernde Rolle anzunehmen und zu bewältigen.

Unsere Arbeit bleibt wichtig. Angehörige und Vertraute von Menschen mit psychischen Erkrankungen sind systemrelevant. Sie entlasten in ihrer Rolle das psychiatrische Versorgungssystem jährlich in Milliardenhöhe. Ihre Bedeutung im Leben ihrer betroffenen Lieben kontrastiert mit dem Alltag, in dem Angehörige oft nicht sichtbar sind und sie ihre fordernde Rolle im Stillen und in Isolation wahrnehmen. Viele von ihnen laufen Gefahr, selbst zu erkranken. Als Stand by You Schweiz setzen wir uns dafür ein, dass die Solidaritätsnetze und Hilfestellungen für Angehörige gestärkt werden. Die ganze Gesellschaft und mit ihr die Angehörigen sind aufgefordert, einen Beitrag zu leisten, damit Betroffene in möglichst grosser Selbstbestimmung und mit möglichst vielen Arten der Teilhabe am gesellschaftlichen, sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Leben durch den Alltag gehen können. Mit diesem Wissen im Rücken gehen wir ins letzte Jahr unserer Neupositionierung – mit viel Engagement und Herzblut, wie es sich für uns gehört.

Herzlichen Dank an alle Freundinnen und Freunde für Ihre Unterstützung und Ihr Wohlwollen. Als Teil unserer Angehörigenbewegung Stand by You Schweiz machen Sie unsere Arbeit für, mit und von Angehörigen und Vertrauten von Menschen mit psychischen Erkrankungen erst möglich.

VASK Aargau

Marie-Therese Keller

2024 Jahresbericht VASK Aargau an SBY Schweiz

Zurzeit besteht der Vorstand VASK Aargau aus fünf Personen. Drei Mal übers Jahr verteilt traf sich der Vorstand, um die verschiedenen Aktivitäten zu besprechen.

Die Dachorganisation der VASKen «Stand by You Schweiz» (SBY) entwickelt sich mehr und mehr. Ein Kernteam arbeitet produktiv an den Themen, die Angehörige von psychisch Erkrankten das Leben erleichtern und ihnen den Raum öffnet, der ihnen zusteht. Organisatorisch sind SBY Projekte erarbeitet worden, wie zum Beispiel: «Ergänzende Aufgabenteilung der regionalen VASKen und SBY» oder das Forum von SBY, das im Oktober 2024 stattfand. Der Kontakt mit dem Kernteam SBY fand durch ein Gespräch mit Laura Regli statt. Die Unterstützung von SBY für die VASK Aargau wird ersichtlich und konkret.

Die SOTOMO Studie im März 2024 der Dachorganisation SBY war ein grossartiger Erfolg und erwirkte eine sensationelle Medienresonanz. Was für ein Meilenstein für die Anliegen der Angehörigen, die sich unentgeltlich und mit viel Herzblut um die psychisch erkrankten Familienmitglieder sorgen und sie begleiten. Die SOTOMO Studie zeigt, die ausserordentliche sozialkompetente Leistungen die Angehörigen erbringen, wenn jemand in der Familie psychisch erkrankt. Es gibt mehr als zwei Millionen Angehörige in der Schweiz, die sich um psychisch erkrankte Familienmitglieder sorgen.

Am 13. April 2024 wurde im Namen der VASK Aargau ein Spaziergang für Angehörige «Bewegtes – Bewegen» angeboten. Zwei Vereinsmitglieder begleiteten die Gäste, die sich anmeldeten. Beim Spaziergang tauschten sie sich über das Leben aus und wie sie miteinander umgehen, wenn jemand in der Familie psychisch erkrankt ist.

Die Mitgliederversammlung fand am Donnerstag, 23. Mai 2024 statt. Wir konnten Christian Pfister, Co-Präsident der SBY Schweiz, als Referent gewinnen. Mit Begeisterung beschrieb Christian Pfister das Entstehen der neuen

Dachorganisation «Stand by You Schweiz». SBY bietet den Angehörigen eine Plattform an, die sie bestärkt und umfangreich unterstützt. Die SOTOMO Studie wird den Anwesenden erläutert. In der Studie wird offiziell bestätigt, wie viele Angehörige in der Schweiz sich für die Anliegen der psychisch Erkrankten einsetzen.

Das Projekt «Selbsthilfefreundliche Spitäler», das im Jahr 2021 gestartet wurde, wird von der Gesundheitsförderung Schweiz finanziell unterstützt. Seit vier Jahren sind 40 Spitäler in der Schweiz ins Projekt eingebunden. Die VASK Aargau stand den Verantwortlichen des Projektes, vorwiegend der Institution «Selbsthilfe Aargau» zur Verfügung, besuchte die Treffen und war bereit für Interviews.

Am 08. Juli 2024 wurde Christian Pfister (SBY), Urs Würsch (VASK Aargau und EUFAMI) und Marie-Therese Keller (VASK Aargau) für ein Gespräch mit Dr. Marc Walter, Chefarzt der PDAG in Windisch eingeladen. Aus diesem interessanten Gespräch entstanden neue Verbindungen mit der Ethikkommission der PDAG. Die VASK Aargau wurde zum ersten Treffen am Runden Tisch eingeladen. Es waren folgende Gäste eingeladen: Ärzte von den PDAG und den kantonalen Spitälern; Fachstelle für Angehörige PDAG; VASK Aargau; Psychiatrie Spitex; Vertreter von Institutionen, wie Betreutes Wohnen; Geschützte Werkstätten; Polizei; Beistände und Personen aus der Politik. Die Ethikkommission sucht nach Möglichkeiten den Klinikalltag zu optimieren und menschenfreundlicher zu gestalten.

Seit dem Sommer 2024 sind die FUFU Bücher bei der VASK Zürich wieder erhältlich. Das ist grossartig, denn mit diesem Buch kann man den Kindern auf eine verständliche Art beschreiben, was passiert, wenn jemand in der Familie psychisch belastet ist und sich komisch verhält.

Zu den Aktionstagen Psychische Gesundheit 2024 wurden am 21. September 2024 zwei Referate angeboten mit dem Thema «Belastender Lebensstart – zu mir selbst zurückfinden».

An der Präsidenten Konferenz im November 2024 wurden weiterführende Schritte der VASKen und SBY in allen Einzelheiten besprochen und vorbereitet.

Die Angehörigengruppen Treffen wurden regelmässig von den Angehörigen besucht. Die Teilnehmerzahlen waren ähnlich, wie im vergangenen Jahr. Bei den Treffen holten sich die Anwesenden in den Gesprächen Verständnis, Selbstvertrauen und den Auftrag zur Selbstfürsorge, um gesund zu bleiben.

Die Angehörigengruppen Treffen «Als Kind bin ich mit einem psychisch beeinträchtigten Elternteil aufgewachsen» fanden vier Mal übers Jahr verteilt statt.

Die Angehörigen suchten übers Telefon und vermehrt per Email Unterstützung im Umgang mit ihren psychisch erkrankten Familienmitgliedern. Die Zahl der Kontakte blieb im Umfang des Vorjahres.

Die VASK Aargau bekommt die Möglichkeit, den Telefondienst für Angehörige am Montagvormittag an die Verantwortlichen der SBY abzugeben. Frau Esther Iseli stellt sich ab Januar 2025 zur Verfügung, den Telefondienst mit der neuen Nummer 0800 840 400 zu übernehmen. Dankend begrüssen wir im Vorstand diese Entlastung.

VASK Bern

Lisa Bachofen

Schwerpunkte 2024 VASK Bern

Das Jahr war eigentlich ruhig und ohne aussergewöhnliche Engagements verlaufen. Die Unruhe kam mehr von Wechseln im Vorstand und von administrativen Lernprozessen mit dem neuen Vereinstool Clubdesk. Neue Gesichter im Vorstand und neue Prozesse wie auch neue Techniken haben uns gefordert. Viele aktive Helfer_innen im Hintergrund haben ermöglicht, dass die neuen Kontenpläne, die Mitgliederadressen und die Kasse jederzeit funktionierten.

Wir setzten die Schwerpunkte wie bisher auf unsere Grundangebote der Angehörigengruppen, eine gute Betreuung und kleine Zusatzangebote wie Filmtrialog, einen Humorkurs «Schweren Situationen mit Humor begegnen», einen Ausflug der Freiwilligen und einen Sommerspaziergang auf dem Weissenstein.

Wir waren an Standaktionen im PZM Münsingen vertreten und auch am Kunstevent UnArtig im Berner Generationenhaus.

Wir sind aktiv involviert in Workshops der BFH Gesundheit Bern und ein neues Netzwerk für psychische Gesundheit, das sich im Emmental bildet.

Unsere Gruppen und Beratungen

Unsere Zoomgruppen bestehen weiterhin und sind offen für Angehörige aller Kantone. Die Elterngruppe Zoom wurde geteilt – [Flyer downloadbar](#) – die Partner- und Geschwistergruppen sind oft nur Minigruppen – ebenfalls auf unserer Homepage unter Angebote VASK-Gruppen abrufbar.

Endlich konnte auch die Gruppe für Young Carers eröffnet werden – nicht als Selbsthilfegruppe, sondern mit Workshops und Themenarbeit. Zudem wurde eine 3. Elterngruppe in Bern eröffnet und ab 2025 auch eine 2. Elterngruppe in Thun.

Insgesamt betreuen wir 16 Gruppen, wobei sich nicht alle Gruppen monatlich treffen. Die Gruppen sind grundsätzlich von einer Angehörigenbegleiter_in, Angehörigen und Fachperson oder der Präsidentin moderiert.

Die Beratungen bieten wir über Telefon oder Zoom an und sie nehmen jährlich zu. Mit ca. 93 Beratungen und zusätzlichen Kurzauskünften vorwiegend per Mail spüren wir den Bedarf von Unterstützung und Begleitung von Angehörigen hautnah.

Projekt Weiterbildung EX-IN für Angehörige

Im Mai 2024 konnte der 2. Lehrgang EX-IN-Angehörigenbegleitung mit 18 Teilnehmenden in Zürich starten. Die Teilnehmenden kommen grösstenteils aus dem Berner Mittelland und kaum aus anderen VASK-Regionen. Dies wäre allerdings wichtig, damit die Angehörigen auch in euren Kantonen unterstützt und in die Gesundheitsversorgung integriert werden. Wir sind dankbar für diese aktiven Angehörigen, die als Pilot-Peers einen neuen Berufsstand aufbauen! Ihnen gehört ein riesiger Dank, ermöglichen und tragen sie ja auch die Angehörigenbewegung von SBY wesentlich mit.

VASK Graubünden

Margrith Janggen

Gerne erwähne ich ein paar Schwerpunkte der VASK Aktivitäten im Jahre 2024.

Diesen Sommer feierten wir im kleinen Rahmen mit einem Festli 35 Jahre VASK Graubünden und 25 Jahre Treffpunkt-Atelier. Wir sind stolz über das von uns Erarbeitete.

Anfangs Februar veranstalteten wir wieder unser öffentliches VASK Tagesseminar mit gemeinsamen Mittagessen, welches immer sehr geschätzt wird. Das Thema war: Selbstfürsorge – trotzdem. Es war sehr gut besucht und es stiess auch in diesem Jahr auf grosses Interesse. Die VASK veranstaltet schon über 30 Jahre ein Tagesseminar. Für die VASK bietet das Seminar jedes Mal Gelegenheit sich in der Öffentlichkeit zu zeigen, indem wir die lokalen Zeitungen, Ärzte und Sozialdienste anschreiben. Es spricht auch Leute an, welche frisch betroffen sind und die VASK ihnen noch nicht bekannt ist.

Die monatlichen Zusammenkünfte, mit einem speziellen oder aktuellen Thema, wurden mehr oder weniger gut besucht. Der Dialog mit interessanten, aktuellen Themen braucht immer noch eine Anlaufzeit.

Im Zusammenhang mit den Aktionstagen Psychische Gesundheit Graubünden, veranstaltete die VASK einen Filmabend für die Öffentlichkeit in Davos, Titel des Films; Las Toreras, ein Film von Jack Brutsche, über Versöhnung und den Mut und Kraft sich familiären Tabus zu stellen. An diesem Anlass spürten wir die Stigmatisierung immer noch deutlich, z.B. an der Besucherzahl.

Am 10. Int. Tag psychischer Gesundheit, hatte die VASK auch in diesem Jahr unseren Infostand auf dem Postplatz in Chur mit eindrücklichen Gesprächen und Begegnungen. Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung mit anderen Institutionen ist uns sehr wichtig, ebenso der regelmässige Austausch mit unserer Klinik.

Vom Treffpunkt – Atelier in Chur können wir Gutes und Erfreuliches erzählen. Da wird gekocht, gegessen, gespielt, musiziert und diskutiert. Er wird sehr gut besucht. Eindrücklich ist, es ist eine Gemeinschaft entstanden, die vielen Besucherinnen und Besuchern einen festen Halt gibt und sie stehen füreinander ein, wenn es notwendig ist, ebenso für das Atelier. Wir sind froh und dankbar,

dass es in diesem Jahr ohne grössere Zwischenfälle so gut gelaufen ist. Wir erlebten es auch schon anders! Wir freuen uns über die jetzige Situation.

Mit einer schlichten Adventsfeier schlossen wir das Jahr 2024 ab.

Dies waren einige Schwerpunkte von unserem Vereinsjahr. Mit diesem Bericht möchte ich mich bei allen regionalen VASKEN und bei Stand by You mit einem grossen Dank für ihre wertvolle Arbeit und guten Zusammenarbeit verabschieden und allen alles Gute und viel Erfolg für die Zukunft wünschen.

VASK Ostschweiz

Bruno Facci



Jahresbericht 2024

Das ist der letzte Jahresbericht der VASK Ostschweiz, das mit obigem Logo versehen ist. Die Mitgliederversammlung vom 13. Mai 2024 hat nämlich beschlossen, den Namen auf Stand by you Ostschweiz zu ändern. Dies in Anlehnung unserer Dachorganisation, die sich seit 2023 Stand by You Schweiz nennt.

Das ist unser neues Logo:



Angehörige und Vertraute
von Menschen mit psychischen
Erkrankungen

Nach verschiedenen Abklärungen gab es am 2. Dezember 2024 einen Workshop mit dem Vorstand zum Thema Neupositionierung, um die VASK Ostschweiz zukunftsfähig zu machen und sie in Stand by You Ostschweiz umzubenennen. Diesen Workshop leitete die Kommunikationsfachfrau Claudia Jenni. Ebenfalls anwesend war Co-Präsident Christian Pfister von Stand by You

Schweiz, der aufzeigte, wie die Website der VASK Ostschweiz auf der Grundlage der Website von Stand by You Schweiz neu aufgesetzt werden kann. An diesem Workshop wurde anhand des aktuellen Standes unserer Vereinigung deren Stärken, Schwächen, Chancen und Gefahren die Ziele für die Weiterentwicklung ermittelt und daraus die drei wichtigsten Ziele festgelegt:

1. Neuauftritt und Positionierung
2. Bekanntheitsgrad steigern der Organisation und deren Angebot
3. Neue Unterstützende finden mittels frischen Winds durch neue verschiedene Formen der Mitwirkung

Weiter wurden Massnahmen ausgearbeitet, mit denen die Neupositionierung angegangen werden soll:

1. Kommunikation über alle Kanäle, die sich mit psychischen Erkrankungen befassen
2. Erstellen einer neuen Website
3. Auftritt in Social Media
4. Verbreiten eines E-Mail-Newsletter
5. Erstellen von Werbemitteln (z. B. Flyer, Broschüre)
6. Durchführen von Anlässen
7. Erstellen und pflegen von Adresslisten
8. Medienarbeit

Die Ergebnisse dieses Workshops hat Claudia Jenni in dem Dokument „Zusammenfassung und Empfehlungen“ festgehalten. Die Umsetzung der darin aufgeführten Massnahmen startet im Januar 2025. Abgeschlossen wird dieser Prozess voraussichtlich Ende August 2025. Bis dahin sollten die Grundlagen für die Umsetzung obiger Massnahmen umgesetzt sein. Damit diese künftig beibehalten und weiterentwickelt werden können, braucht es neue Unterstützende, wie oben im dritten Ziel erwähnt.

Die Neuausrichtung ist der Höhepunkt dieses Jahres und wird uns im nächsten Jahr stark beanspruchen. Es gilt, die Existenz von Stand by You Ostschweiz zu sichern und das Erbe der VASK Ostschweiz und ihrer Gründerinnen und Gründer weiterzutragen.

Diesem Höhepunkt ging ein Tiefpunkt voraus. Die zusammen mit der Angehörigenberatung der Psychiatrie Wil geplante Durchführung einer öffentlichen Veranstaltung mit dem Titel „Innovative Psychiatrie mit offenen Türen“ hat die Direktorin Medizin und Psychologie einseitig und ohne Absprache

mit uns abgesagt. Auf Anfrage begründete sie diesen Entscheid damit, dass dieses Thema für die Psychiatrie St. Gallen keine Priorität hat und zuerst intern bearbeitet werden muss, bevor es öffentlich gemacht wird. Unsere Anfrage bei der Direktorin, ob wir als Angehörige in diese interne Diskussion einbezogen werden, blieb bislang unbeantwortet.

Zwischen den Polen Höhepunkt und Tiefpunkt liegen die etablierten Angebote, die sich seit Jahren bewährt haben. Das sind die Selbsthilfegruppen in den Kantonen St. Gallen und Thurgau, die in Zusammenarbeit mit den dortigen kantonalen Selbsthilfestellen betrieben werden. Hinzu kommt der Stammtisch in Wattwil, dessen Zulauf allerdings rückgängig ist. Der Trialog in St. Gallen hingegen erfreut sich grosser Beliebtheit. Gute Dienste leistet auch unser Kontakttelefon 071 866 12 12. Weiter engagieren wir uns bei der Vorbereitung der traditionellen Sänktispsychiatrietagung in Wil, die mit rund 300 Teilnehmenden zu einer Grossveranstaltung mit weitreichender Ausstrahlung herangewachsen ist.

Ich danke den Vorstandsmitgliedern für Ihre Arbeit und Unterstützung. Ebenso danke ich den Mitgliedern. Sie sind wichtig für unsere Angehörigenbewegung und können Botschafterinnen und Botschafter sein, für all jene Menschen, die Mühe mit psychischen Erkrankungen. Deren gibt es immer noch viel zu viele. Gemäss der Gesundheitsstudie von 2022 der Krankenkasse CSS sagen 78 % der Schweizer Bevölkerung, dass es für psychische Erkrankungen in der Schweiz kein oder zu wenig Verständnis gibt. Eine Erkenntnis, die zum Nachdenken anregen sollte. Wir bleiben dran.

VASK Schaffhausen

Barbara Livers

Unser erstes Angehörigen Treffen im neuen Jahr war sehr gut besucht und zwei neu interessierte Mitglieder waren dazu gekommen.

Die Veränderungen und Neupositionierung des Dachverbandes mit der Namensänderung auf **Stand By You** hat einiges bewegt und bewirkt und mir sehr viel Mut, Zuversicht und neuen Elan verschafft, um weiterhin meiner Herzensangelegenheit zu folgen. Mit dem Neuauftritt konnte auch die in Auftrag gegebene SOTOMO Studie als erste repräsentative Studie zu Angehörigen und

Vertrauenspersonen von Menschen mit Psychischer Erkrankungen durchgeführt und im März 2024 publiziert werden. Rolf und ich haben uns mit Christian Pfister (Co Präsident Stand By You Schweiz) anfangs März getroffen und eine Arbeitsgruppe gebildet, um unsere Angehörigenbewegung in Schaffhausen wieder attraktiver und der Öffentlichkeit zugänglicher zu gestalten.

Am 19. März hatte ich die Gelegenheit in der AZ (Arbeiterzeitung) ein Interview dazu abzugeben.

Am 22. März konnten Rolf und ich auch ein Interview in der SN (Tageszeitung) abgeben. Dies hatte zur Folge, dass 3 neu Interessierte gewonnen werden konnten. Zeitgleich wurde bei einer Kantonsratssitzung von drei Politikern auf die Dringlichkeit um die Psychische Gesundheit Jugendlicher zwischen 16-25 Jahre hingewiesen, dass Sofortmassnahmen und Handlungsbedarf erarbeitet werden müsse. Fazit der Regierung: Es besteht Abklärung und allenfalls Handlungsbedarf, da der Kanton Schaffhausen über eine Unterversorgung verfügt!

Am 12. Juni hat der Hilfsverein auch eine Namensänderung vorgenommen und heisst neu VEREIN FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT und hat mit einem ersten Projekt unter dem Namen Recovery College Schaffhausen einen Infoabend präsentiert. Victoria und Rosi haben sich als Interview Partnerinnen an diesem Infoabend zur Verfügung gestellt.

Victoria vertritt uns künftig im Vorstand des Vereins Psychische Gesundheit.

29. Juni, GV der VASK Schaffhausen wurde mit 13 Mitgliedern gut besucht.

23. September, ein weiteres Treffen mit Christian, mit der Besprechung einer möglichen Unterstützung und Nachwuchsförderung für unsere Region.

26. Oktober, das erste Forum von Stand By You fand in Zürich statt, wo Victoria und ich teilgenommen haben. Überwältigend und äusserst eindrücklich, die grosse Teilnehmerzahl, sowie die vielen Angebote und Projekte zur Psychischen Gesundheit.

18. November, ein weiteres Treffen mit Christian, Victoria, Rolf und mir, um die Planung 2025 voranzutreiben. Wir sind mitten in der Planung und haben neu Rosi und Marco dazu gewinnen können.

Die monatlichen Angehörigen Treffen waren das ganze Jahr hin durch sehr gut besucht. Der Austausch war intensiv und sehr konstruktiv.

Auch war das Nottelefon recht häufig besetzt! Der Vorstand bedankt sich für Euer Vertrauen, denn Gemeinsam sind Wir stark.

Mein Dank gilt Rolf für die wertvolle und zuverlässige Unterstützung für all unsere Belange, Victoria für Ihren unermüdlichen Einsatz und natürlich Christian

Pfister der uns das ganze Jahr hindurch bestärkt und motiviert mit seiner erfahrenen Unterstützung.

Vask Ticino

Monica Lupi

Leider wurde kein Bericht eingereicht.

VASK Zentralschweiz

Sonja Schläpfer

Leider wurde kein Bericht eingereicht.

VASK Zürich

Guido Cueni

Liebe VASK-Familie, liebe interessierte Leser*innen

Vor dem Verfassen des Jahresberichtes frage ich mich immer welche Themen uns in den letzten Monaten beschäftigt haben. Künstliche Intelligenz, kurz KI und deren Einfluss auf unsere Gesellschaft und Arbeitswelt war in meiner Wahrnehmung im letzten Jahr omnipräsent.

Die rasante Entwicklung Künstlicher Intelligenz eröffnet neue Dimensionen, aber auch komplexe Herausforderungen für die psychische Gesundheit. KI-Systeme bieten innovative Unterstützungsmöglichkeiten, bergen jedoch erhebliche Risiken, insbesondere bei der Selbstdiagnose. Psychologische Experten warnen vor vorschnellen Selbsteinschätzungen, da KI-Tools individuelle Nuancen psychischer Erkrankungen nicht vollständig erfassen können.

Die Gefahr besteht darin, dass KI-Systeme komplexe psychische Zustände vereinfachen und ein unvollständiges Bild vermitteln. Selbstdiagnosen können eine falsche Sicherheit erzeugen und Betroffene von professioneller Hilfe abhalten. Gleichzeitig bieten intelligente Chatbots neue Chancen: Sie können erste Anlaufstellen sein, Therapieformen ergänzen und Hemmschwellen abbauen.

Entscheidend bleibt jedoch die menschliche Komponente. Empathische, professionelle Begleitung kann durch Algorithmen nicht ersetzt werden. Unsere Aufgabe wird es sein, Menschen zu befähigen, KI-Angebote reflektiert und verantwortungsvoll zu nutzen.

Im Mai waren wir mit unserer Mitgliederversammlung wieder zu Gast im Restaurant Muggenbühl in Wollishofen. Wir durften wieder den schönen Pavillon benützen. Wir hoffen darauf unsere Mitgliederversammlung auch weiterhin in Muggenbühl durchführen zu können. Da aber ein Umbau des Lokals und eventuell auch ein Wechsel der Betreiberin geplant ist werden wir etwas Geduld haben müssen, um uns dann mit den neuen Verantwortlichen einigen zu können. Die Versammlung verlief wie immer ruhig und sachlich. Alle Geschäfte wurden ohne Gegenstimmen angenommen. Eine Diskussion entstand zu der Neuausrichtung unseres Dachverbandes zu Stand by You Schweiz. Einerseits gab es kritische Stimmen zum neuen Namen und der Zunahme von Anglizismen (Ruth Dual und Silvia Häni) und andererseits Fragen zu der Finanzierung (Silvia Häni) dieser Umorganisation. Nina Santner, Isabelle Bavaud und Hansruedi Winter haben geantwortet und dargelegt, dass dieser Name gewählt wurde, weil er in allen Sprachregionen funktioniert und die richtige Botschaft, Stand by you (Stand by me), «Ich kann dir nur beistehen, wenn ich bei mir bin», abgibt. Die Umorganisation wird durch Spenden finanziert, die vor allem von Christian Pfister und nur für diesen Zweck gesammelt wurden.

Trotz der Abwesenheit von zwei Vorstandsmitgliedern wurde der gesamte Vorstand ohne Gegenstimmen wiedergewählt und Guido Cueni als Präsident bestätigt. Der gesamte Vorstand dankt der Versammlung für das entgegengebrachte Vertrauen. Sowohl Hansruedi Winter als auch Guido Cueni haben aber betont, dass das die letzte Amtszeit als Vize-Präsident (Hansruedi) und Präsident (Guido) sein wird. Wir sind also alle gefordert per Mai 2026 Nachfolgerinnen oder Nachfolger zu finden.

Erfreut waren wir über den regen Besuch an unserem Advents-Apéro. Die angeregten Gespräche in den Räumen unserer Geschäftsstelle waren interessant und spannend. Auch wenn heutzutage die sozialen Medien einen grossen Platz in unserer Kommunikation einnehmen, zeigte sich hier einmal mehr wie wichtig der direkte und persönlich Austausch ist.

Die finanzielle Situation der VASK Zürich ist weiterhin sehr stabil und wir konnten ein ausgeglichenes Ergebnis erzielen. Einmal mehr hat sich unsere realistische

Budgetierung und strikte Kostenkontrolle bewährt. Auch wenn wir in den letzten Jahren immer wieder von unerwarteten Einnahmen überrascht wurden und unsere Ergebnisse deutlich besser als budgetiert ausgefallen sind, liessen wir uns dadurch nicht zu einer zu optimistischen Planung verleiten. Die Finanzen sind ein wichtiges, aber nicht sehr beliebtes Arbeitsfeld in unserem Verein. Deshalb einmal mehr meinen Dank an alle Beteiligten, die sich diesem wichtigen Thema immer wieder annehmen.

Leider sind unsere Mitgliedschaften weiterhin rückläufig. Per Ende Dezember 2024 hat die VASK Zürich nun 438 Mitglieder. Das sind 23 Mitgliedschaften weniger als im Jahr 2023. Das ist kein dramatischer Rückgang aber der Trend setzt sich, wenn auch abgeschwächt, kontinuierlich fort. Mit dieser Entwicklung stehen wir zwar nicht allein da, aber das ist ein geringer Trost. Wir müssen uns alle anstrengen, um Menschen zu motivieren sich uns anzuschliessen. Ein Weg ist sicher die Mund zu Mund-Werbung, mit der Sie alle uns unterstützen können. Informationsmaterial kann jederzeit und gratis bei unserem Sekretariat angefordert werden. Eine weitere Möglichkeit ist eine stärkere Präsenz in der Öffentlichkeit. Wir sind für jeden Hinweis und jede Idee dankbar die uns hilft, wie wir uns besser in der allgemeinen Wahrnehmung positionieren können. Zudem versuchen wir unsere Präsenz in den sozialen Medien zu verstärken.

An dieser Stelle möchte ich noch erwähnen, dass auch dieser Text mit der Unterstützung durch KI optimiert wurde. Das hatte für mich eine grosse Arbeitserleichterung und Zeiteinsparung zu Folge. Trotzdem sehe ich meine Gedanken und Botschaften genauso dargestellt, wie ich es mir gewünscht habe. Also sperren wir uns nicht gegen neue Technologien, sondern nützen wir sie doch intelligent und mit der erforderlichen, kritischen Distanz.

Abschliessend möchte ich all jenen danken, die unsere VASK Zürich unverändert und wohlwollend unterstützen, unabhängig davon in welcher Form das geschieht.

Ich danke auch für das ungebrochene Vertrauen, das der Vorstand erfahren durfte.

In diesem Sinne bleibt uns treu und gesund!

Stand by You Schweiz Jahresrechnung 2024

Bilanz per 31.12.2024

Aktiven	2024	2023
	CHF	CHF
Kasse	72.75	726.85
Konto PostFinance VASK - Schweiz	30.52	161'421.70
Konto PostFinance Stand by You Schweiz	349'766.81	0.00
Kreditkarte PostFinance	442.16	0.00
Konto Valiant Bank	124'985.75	125'001.25
Trans Aktiven	810.00	0.00
Total Aktiven	476'107.99	287'149.80
Passiven		
Darlehen	20'000.00	20'000.00
Transitorische Passiven	1'172.80	5'978.60
AHV ALV Ausgleichskasse	2'143.70	0.00
Rückstellung Neupositionierung	184'060.00	0.00
Eigenkapital	261'171.20	146'717.07
Verlust und Gewinn	7'560.29	114'454.13
Total Passiven	476'107.99	287'149.80

Stand by You Schweiz Jahresrechnung 2024

Erfolgsrechnung vom 01.01.2024 - 31.12.2024

	2024	2023
	CHF	CHF
Ertrag		
Mitgliederbeiträge	38'723.00	41'125.30
Beiträge BSV	54'394.00	53'275.00
Erträge aus Öffentlichkeitsarbeiten	922.00	1'479.40
Erträge aus Kursen	0.00	0.00
Erträge aus Verkäufen von Info-Material	0.00	0.00
Spenden generell	706.45	13'000.00
Spenden Neupositionierung	329'504.05	220'100.00
Übrige Erträge	64.85	31.25
Total Betriebsertrag	424'314.35	329'010.95
Aufwand		
Aufwand DL und Projekte	333'687.60	135'099.40
Personalaufwand	58'147.97	60'138.10
Verwaltungsaufwand und Vereinsaufwand	24'648.82	19'169.32
Total Betriebsaufwand	416'754.06	214'406.82
Total Betriebserfolg	7'290.62	114'604.13
Finanzerfolg	-269.67	-150.00
Gewinn und Verlust	7'560.29	114'454.13

Erfolgsrechnung vom 01.01.2024 – 31.12.2024 detailliert

Ertrag	2024 CHF	2023 CHF
3000 Mitgliederbeiträge	38'723.00	41'125.30
3100 Beiträge BSV aus Unter-Leistungsvertrag SBY Schweiz	54'394.00	53'275.00
3200 Erträge aus Öffentlichkeitsarbeiten	922.00	1'449.40
3201 Erträge aus Verkäufen von Infomaterial	0.00	30.00
3203 Erträge aus Kursen	0.00	0.00
3300 Spenden generell	706.45	13'000.00
3301 Spenden Projekt Neupositionierung	329'504.05	220'100.00
3400 Übrige Erträge	64.85	31.25
Total Betriebsertrag	424'314.35	329'010.95
Aufwand		
4 Aufwand DL und Projekte		
4000 Öffentlichkeitsarbeiten	500.00	612.90
4003 Broschüren, Prospekte, Produktion	0.00	0.00
4005 Projekte	0.00	0.00
4008 Homepage	3'683.80	5'959.90
4009 Unterstützung regionale VASKen	0.00	18'000.00
4011 Aufwand Projekt Neupositionierung	329'503.80	110'526.60
Total Aufwand DL und Projekte	333'687.60	135'099.40
5 Personalaufwand		
5000 Löhne / Bruttolöhne	14'376.02	16'750.50
5001 Sozialleistungen AN + AG	2'143.70	2'422.20
5005 BVG AN + AG	2'605.30	
5002 Obligatorische Unfallversicherung UVG	284.85	291.60
5003 übriger Personalaufwand (Spesen, Fortbildung, Personal, Geschenke etc.)	230.00	0.00
5004 Honorare (d.h. Entschädigung ohne AHV)	38'508.10	40'673.80
Total Personalaufwand	58'147.97	60'138.10

6 Verwaltungsaufwand und Vereinsaufwand		
6000	Raummiete inkl. Nebenkosten	5'600.00 4'800.00
6100	Spesen Vorstand	6'816.90 5'564.10
6101	Spesen Freiwillige Mitarbeiter	220.00 374.70
6102	Delegiertenversammlung, Präsidentinnen Treffen	2'336.50 1'344.35
6103	Verwaltungsaufwand, Geschäftsstelle, EDV, Büromaterial	402.56 517.65
6104	Gebühren Telefon, Fax, Internet	930.16 840.00
6105	Porti	127.30 32.10
6106	Anschaffungen, Reparaturen, Support	2'876.45 0.00
6107	Geschenke, Spenden	0.00 0.00
6109	Beiträge an andere Institutionen	4'938.95 5'296.42
6110	Diverser Verwaltungsaufwand	0.00 0.00
6111	Revision	400.00 400.00
Total Verwaltungsaufwand und Vereinsaufwand		24'648.82 19'169.32
Total Betriebsaufwand		416'484.39 214'406.82
Total Betriebserfolg		424'314.35 114'604.13
Finanzerfolg		
Finanzaufwand		
6810	Kontospesen	269.67 150.00
Total Finanzaufwand		269.67 150.00
Total Finanzerfolg		-269.67 -150.00
<u>Verlust und Gewinn</u>		<u>7'560.29 114'454.13</u>

Stand by You Schweiz Kommentar zur Jahresrechnung 2024

Das vergangene Jahr war durch das Projekt Neupositionierung sehr dynamisch. Es sind nur wenig Spenden eingegangen. Die Spenden für das Projekt Neupositionierung sind zweckgebunden. Wir möchten besonders unseren Spendern danken, die das Projekt mit grosszügigen Beiträgen unterstützt haben. Es fanden eine Delegiertenversammlung, ein Forum und eine Präsidentenkonferenz statt. Es wurde ein neuer PC angeschafft. Die Mitgliederzahl ist dieses Jahr zurückgegangen.

Gewinn

Stand by You Schweiz verzeichnet für das Jahr 2024 einen Gewinn von **CHF 7'560.29**

Eigenkapital und Rückstellungen

Das Eigenkapital beträgt neu **CHF 261'171.20**. Zudem wurden Rückstellungen für das Projekt Neupositionierung von **CHF 184'060.00** gemacht.



Zürich, 02.04.2025

Isabelle Bavaud
Stand by You Schweiz

**Revisorenbericht Stand by You Schweiz für den Zeitraum
vom 01.01.2024 bis 31.12.2024**

Als die zwei gewählten Revisoren haben wir die Buchhaltung und die Jahresrechnung (Bilanz und Erfolgsrechnung) von Stand by You Schweiz für das am 31.12.2024 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft.

Für die Jahresrechnung ist der Vorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, diese zu prüfen und zu beurteilen.

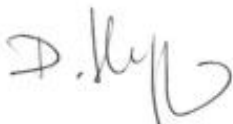
Wir prüften die Posten und Angaben der Jahresrechnung mittels Analysen und Erhebungen auf der Basis von Stichproben. Zudem beurteilten wir die Anwendungen der massgebenden Rechnungslegungsgrundsätzen sowie der Jahresrechnung als Ganzes.

Gemäss unserer Beurteilung entsprechen die Buchführungen und die Jahresrechnung dem Gesetz und den Statuten. Der Buchhalterin Isabelle Bavaud, ist an dieser Stelle für die übersichtlich geführten Arbeiten zu danken.

Wir empfehlen, die vorliegende Jahresrechnung zu genehmigen.

Zürich, 2. April 2025

Dora Heggli



Rolf Brachs





Stand by You Schweiz

Dachverband
Langstrasse 149, 8004 Zürich
044 240 12 00
info@stand-by-you.ch
www.stand-by-you.ch



VASK Aargau

Königsfelderstrasse 1 / W.23
5210 Windisch
056 222 50 15
Mo 9.30–11.30
info@vaskaargau.ch
www.vaskaargau.ch



VASK Schaffhausen

Webergasse 48
8200 Schaffhausen
052 625 55 80
werktags, ohne Gewähr
info@vaskschaffhausen.ch
www.vaskschaffhausen.ch



VASK Bern

3000 Bern
031 311 64 08
Mi 9.00–11.00
Fr 13.00–15.00
sekretariat@vaskbern.ch
www.vaskbern.ch



VASK Ticino

C.P. 130
6934 Bioggio
076 453 75 70
vaskticino@gmail.com
www.vaskticino.ch



VASK Graubünden

Postfach, 7208 Malans
081 353 71 01
Mo 8.30–11.30
Do 14.00–17.45
vask.graubuenden@bluewin.ch
www.vaskgr.ch



VASK Zentralschweiz

Museggstrasse 50
6004 Luzern
vaskzentralschweiz@bluewin.ch
www.vask-zentralschweiz.ch



Stand by You Ostschweiz

c/o Bruno Facci
Geren 282
9608 Ganterischwil
071 866 12 12
werktags, ohne Gewähr
info@vaskostschweiz.ch
www.vaskostschweiz.ch



VASK Zürich

Langstrasse 149
8004 Zürich
044 240 48 68
Di 10.00–14.00
Do 15.00–18.00
info@vaskzuerich.ch
www.vaskzuerich.ch