



Jahresbericht 2018

Schweizerischer Dachverband der kantonalen und regionalen VASK
Vereinigung von Angehörigen psychisch Kranker

Vorstand VASK Schweiz ab DV 2018

Bruno Facci	VASK Ostschweiz	Präsident
Urs Würsch	VASK Aargau	Vizepräsident
Lisa Bachofen	VASK Bern	Beisitzer
Felix Uttinger	VASK Zürich	Beisitzer

Sekretariat VASK Schweiz

Marlis Cueni

Buchhaltung VASK Schweiz

Heidi Eichenlaub

Webmaster

Bruno Facci

Unterhalt Website: Liliane Keller Würmli

Revisoren VASK Schweiz

Dora Heggli

VASK Aargau

Margrith Janggen

VASK Graubünden

Inhaltsverzeichnis

Tätigkeitsbericht VASK Schweiz für das Jahr 2018	4
Regionale Sektionen:	
VASK Aargau	9
VASK Bern	11
VASK Graubünden	12
VASK Ostschweiz	13
VASK Schaffhausen	15
VASK Ticino	15
VASK Zentralschweiz	17
VASK Zürich	18
Bilanz und Jahresrechnung 2018	21
Kommentar zur Jahresrechnung 2018	25
Revisorenbericht	26

Tätigkeitsbericht VASK Schweiz für das Jahr 2018

Vorstand

Dieser ist nach wie vor mit vier Mitgliedern unterbesetzt. Zudem kann Urs Würsch aus persönlichen Gründen nur in stark eingeschränkter Masse Zeit für die Vorstandsarbeit leisten. Damit ist der Vorstand gezwungen, seine Arbeit auf die Tagesgeschäfte und die zwei wichtigsten Punkte aus dem Schwerpunktprogramm 2017-2019 beschränken.

Diese Zeilen sind als ein wiederholter Aufruf an alle Regionen Vorstandsmitglieder an den Dachverband nominieren.

Präsidium

Nach zwei Jahren als interimistischer Präsident wurde ich an der diesjährigen Delegiertenversammlung in St. Gallen zum Präsidenten gewählt. Ich danke den Delegierten für das mir entgegengebrachte Vertrauen und werde meine Aufgabe mit bestem Wissen und Gewissen ausüben. Eines aber kann ich nicht versprechen: Es allen recht zu machen zu wollen.

Neue Broschüre der VASK Schweiz

Dieses Projekt gehört zu den zwei Schwerpunktaufgaben der VASK Schweiz für die Jahre 2017-2019.

Die Entwicklung und Herstellung der Broschüre dauerte lange und war hindernisreich. Schon die Gewinnung von Sponsoren war mit ausserordentlich viel bürokratischem Aufwand verbunden. Dieser hatte sich gelohnt, konnten von drei Pharmafirmen insgesamt Fr. 10'000.— gesichert werden.

Mit der Ausführung der Broschüre wurde Lisa Bachofen beauftragt. Die Projektschritte: Entwurf, Vernehmlassung und Fertigstellung wurden vergeben an ihre Firma bb-com GmbH im Umfang von Fr. 14'600. Für Druck, Layout und Spesen kommen weitere Fr. 7'000.— dazu.

Die Regionen wurden zweimal aufgefordert Stellung zu nehmen zu den Entwürfen. Die Berücksichtigung aller Anliegen war erfahrungsgemäss nicht ganz einfach. Und ein quasi in letzter Minute eingebrachter Einwand gegen den Abdruck der Logos der drei Pharma-Firmen sorgte für Aufregung.

Nun ist alles so weit gediehen, dass der Druck und die Verteilung der neuen Broschüre im ersten Quartal 2019 erfolgen können. Für ihren grossen Einsatz zum Entstehen der Broschüre danke ich Lisa Bachofen herzlich, wie auch allen andern, die sich aktiv daran beteiligt haben.

Webseite vask.ch

Dies ist das zweite Projekt der Schwerpunktaufgaben. Es geht darum, die Webseite so umzurüsten, dass sie auch auf Smartphones und Tablets bequem gelesen werden kann. Gleichzeitig ist auch ein Upgrade notwendig. Die Arbeiten verlaufen plangemäss, wenn auch nicht immer ganz reibungslos, wie das halt bei IT-Projekten fast die Regel ist.

Die Aufschaltungen der VASK Schweiz und anschliessend aller Regionen erfolgt im 2019. Damit ist auch dieses Projekt zeitgerecht abgeschlossen.

Ich danke Felix Uttinger für sein grosses und kompetentes Umsetzen des Projektes und allen in den Regionen Verantwortlichen für die dortigen Webseiten für ihre Unterstützung. Zu danken ist auch Liliane Keller, die im Hintergrund engagiert und gewissenhaft die Webseite betreut. Die Projektarbeiten haben sie zusätzlich gefordert.

Zum bevorstehenden Abschluss darf gesagt werden, dass das Werk deren Meisterinnen und Meister lobt.

Gleichstellung von Menschen mit einer Behinderung

Die von AGILE.CH organisierte Kundgebung von Menschen mit Behinderungen am 18. März 2018 in Bern erinnerte an die grosse Kundgebung vom 17. März 1998.

Die VASK Schweiz zeichnet als Unterstützerin dieser Veranstaltung, die unter dem Titel «20 Jahre warten ist genug! - Gleichstellung für Menschen mit Behinderung: JETZT!».



Ich nahm daran teil. Mit tatkräftiger Unterstützung von Armin Spühler liess ich einen grossen Ballon mit zwei Plakaten der VASK Schweiz über dem Bundeshaus schweben.

Leider war dem Anlass kein grosser Erfolg beschieden. Es nahmen lediglich 300 Personen daran teil. In der Presse und in der Öffentlichkeit fand er kaum Nachhall. Schade!

Die ganze Geschichte meines abenteuerlichen Tages lesen Sie unter [News](#) [„Wenn einer eine Reise tut“](#). Nachzutragen ist noch, dass ich zu 10 Tagessätzen à Fr. 100.— verurteilt wurde wegen Transport gefährlicher Güter. Zudem musste ich Fr. 500.— Gebühren entrichten.

TARPSY

Dieser wurde trotz schriftlich deponierter erheblicher Bedenken von Fach- und Betroffenenorganisationen (Pro Mente Sana, Vereinigung der Chefärzte der Schweiz und der VASK) auf den 1.1.2018 eingeführt (siehe auch Jahresbericht 2017 der VASK Schweiz). So verlangte ich Einblick in die Entscheidungsunterlagen, die dem Bundesrat vorgelegt wurden. Es bedurfte zweier Nachfragen bis ich diese erhielt. Mehrere Seiten waren eingeschwärzt. Der Vorstand befand, dass es nicht sein könne, dass ein öffentlich-rechtlicher Vertrag nicht vollständig einsehbar ist. Unsere Einsprache hatte eine Schlichtungsverhandlung zur Folge. Dank dieser wurden ein paar, aber nicht alle eingeschwärzten Seiten, einsehbar gemacht. Um dies für alle Seiten einzufordern wäre das Begehen des Rechtswegs nötig geworden mit allen damit verbundenen finanziellen Risiken. Der Vorstand entschied sich dagegen und bemühte sich, die Nichtberücksichtigung der Fachwelt und die Intransparenz anzuprangern. Der Beobachter und Medinside.ch zeigten kein Interesse. Letztere hat aber in einer Umfrage von 2018 massive Kritiken zusammengetragen aus der Fachwelt. Diese lauten «Vergleichbarkeit» nicht gegeben, «Akute Lernschwäche», «Steigender Aufwand», «Krankenkassen machen Druck – und sorgen für Mehraufwand», «Druck auf Patienten», «Stationär statt ambulant». Für die Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie lautet das Fazit gar, dass dem Zusatzaufwand kein Mehrwert gegenüberstehe, eine Zweiklassenmedizin drohe und Spezialangebote nur noch Zusatzversicherten zur Verfügung stünden.

Es ist all das eingetreten, was die Kritiker stets bemängelt hatten, aber von den Expertokraten in ihren Elfenbeintürmen nicht gehört wurden. Wieder einmal mehr hat die Bürokratie über die Fachwelt obsiegt. Den Schaden tragen letztlich die Betroffenen, die Angehörigen und alle. Und zu all dem schweigen die für die Gesundheits-Verantwortlichen in der Politik.

Einsitz der VASK im Vorstand von AGILE.CH

Bis vor einem Jahr nahm Margrit Dubi als Vertretung der VASK Schweiz diesen Sitz ein. Nach ihrem Rücktritt blieb dieser Sitz vakant. Die wiederholte Anfrage

nach einer Nachfolge konnte der Vorstand positiv beantworten, indem der Vorstand mich für diesen Sitz vorschlug. Wahlgremium ist die Delegiertenversammlung. Sie findet im April 2019 statt.

Resonanzgruppe der Parlamentarischen Gruppe psychische Gesundheit

Ich nehme für die VASK darin Einsitz und habe mich stark gemacht dafür, dass diese Gruppe sich ausspricht gegen die weitere Fristverlängerung zur Behandlung der Parlamentarischen Initiativen von Meier-Schatz betreffend Betreuungszulagen und Rahmenbedingungen für die Entlastung von pflegenden Angehörigen. Das Anliegen wurde vom Präsidenten der Kommission abschlägig beantwortet mit dem Hinweis, dass Ende 2017 eine entsprechende Vernehmlassung zur Problematik vorliegt. Das ist bis zum heutigen Tag nicht der Fall. Ich bleibe dran.

Vernehmlassungen

Der Vorstand hat sich an folgenden Vernehmlassungen beteiligt:

- Änderung des Bundesgesetzes vom 18. März 1994 über die Krankenversicherung (KVG) – Massnahmen zur Kostendämpfung – Paket 1:
- Einheitliche Finanzierung ambulanter und stationärer Leistungen (EFAS)
- Bundesgesetz über die Verbesserung der Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit und Angehörigenpflege

Referendum gegen die gesetzliche Grundlage für die Überwachung von Versicherten

Die VASK Schweiz ist dem Referendumskomité beigetreten und hat Fr. 100.— gespendet für die Unterschriftensammlung. Sie tat dies im Wissen darum, dass auch viele psychisch Kranke unter den Folgen der unsäglichen Überwachung leiden. Das Referendum ist zwar zustande gekommen. Leider hat das Volk dieses Referendum abgelehnt.

Beitritt zur Gesundheitsligenkonferenz (GELIKO)

Weil sich mehrere Ziele der GELIKO mit den Zielen der VASK Schweiz (Öffentlichkeitsarbeit, Lobbying, Public Relations für die Anliegen der Angehörigen, Vertretung in schweizerischen und internationalen Gremien und politische Vertretung in schweizerischen und internationalen Gremien und politische Entscheidungsprozesse zu beeinflussen) decken, hat sich der Vorstand entschieden, der GELIKO beizutreten. Ich nahm an der

Mitgliederversammlung vom 13. November 2018 in Bern teil, an der die VASK Schweiz als Mitglied aufgenommen wurde.

Die VASK Schweiz tritt in Erscheinung

Ich habe an folgenden Aktivitäten und Veranstaltungen die VASK Schweiz vertreten und die Interessen der Angehörigen einbringen können:

- Resonanzgruppe der Parlamentarischen Gruppe Psychische Gesundheit
- Nationaler Patientenkongress: Gemeinsam den Herausforderungen der Psyche begegnen, vom 14.-15. September 2018 in Bern und dabei auf einem Podium zum Thema „Psychopharmaka“ mitgewirkt
- Workshop «Erfolgskriterien für mobile Dienste in der Psychiatrie» des BAG
- Tour de Courage vom 10.-15. September 2018 von St. Gallen nach Bern mit dem Velo, als Rahmenprogramm zum Nationalen Patientenkongress in Bern
- Zum Nationalen Bericht zur Sicherheit und Qualität der psychiatrischen Versorgung konnte der Vorstand wichtige Impulse aus Sicht der Angehörigenarbeit einbringen.
- Jubiläumsfeier 40 Jahre Pro Mente Sana
- Vorbereitende Sitzung zum Start der Entwicklung der Neuauflage Kampagne psychische Gesundheit der Gesundheitsförderung Schweiz
- Anlass Kaleidoskop Selbsthilfe an der IPW vom 30. Oktober 2018. In einem Kurzreferat skizzierte ich eine Idee der Selbsthilfe als Selbsthilfeworkstatt.
- Treffen des Aktionsbündnisses psychische Gesundheit Schweiz vom 23. Mai 2018, das zum Ziel hatte, die Zukunft des Bündnisses zu beraten. Dies wurde nötig, nachdem das Bündnis zunehmend unter mangelndem Interesse von Seiten der Mitglieder leidet.

Informations- und Dialogplattform „Leben mit Schizophrenie“

Die Guido Fluri Stiftung hat Kontakt zu der VASK Schweiz gesucht. In einem Gespräch mit dem Projektleiter besprachen wir die Möglichkeiten und Grenzen eines solchen Projekts und wie die VASK Schweiz und die regionalen VASKEN das Projekt unterstützen können. Das sich daraus ergebende konkrete Vorgehen wird anfangs 2019 feststehen. Der Vorstand ist gewillt, dem Projekt die nötige Unterstützung zu geben und die regionalen VASKEN miteinzubeziehen.

Dank

Ich danke den engagierten Mitgliedern in den regionalen VASKEN für das Mitwirken bei unseren Aufgaben, dem Vorstand für seine zielführende Arbeit. Für ihre tatkräftige Unterstützung des Vorstandes im Hintergrund danke ich Heidi Eichenlaub und Liliane Keller. Ein besonderer Dank geht an Marlis Cueni für ihr

nimmermüdes Wirken, das mir eine grosse Stütze bei meiner präsidialen Arbeit ist.

VASK Aargau

Marie-Therese Keller

Die Angehörigen erreichten uns am Telefon zwei Mal in der Woche für je zwei Stunden und übers Internet rund um die Uhr. Immer wieder hören wir von den Angehörigen die Rückmeldungen, endlich hört uns jemand zu und endlich versteht uns jemand. Solche Worte sind immer wieder neu eine Motivation für die VASK Aargau, um am Thema zu bleiben und den Angehörigen den Raum zu geben, den sie sich wünschen und auf den sie einen Anspruch haben.

Von den gut funktionierenden Abläufen im Zusammenhang mit einem psychisch erkrankten Familienmitglied in der Klinik, auf dem Weg einer Therapie, am Arbeitsplatz oder im Miteinander in der Familie erfahren wir bei der VASK Aargau wenig. Läuft jedoch etwas nicht optimal, sei das in der Klinik, in der Therapie, in der Familie oder am Arbeitsplatz, dann finden Angehörige bei der VASK Aargau ein offenes Ohr, eine Anteilnahme und eine empathische Unterstützung im Augenblick oder auf einem längeren Weg in den beiden Angehörigengruppen.

Die Weiterbildung für Angehörige, „...wenn in Ihrer Familie jemand psychisch krank ist...“ wurde zwei Mal angeboten. Beide Male konnte der Kurs nicht durchgeführt werden, weil sich jeweils nur drei oder vier Angehörige angemeldet hatten. Das Konzept ist auf fünf Abende aufbauend zusammengestellt. Es sind jeweils ein Psychiater und eine Berufsbeiständin Gastreferenten, die das Kursangebot bereichern.

Für Männer und Frauen, die als Kinder mit einem psychisch belasteten Elternteil aufgewachsen sind, wurden vier Treffen angeboten.

Die Mitglieder des Vorstandes der VASK Aargau wurden zu Weiterbildungen und Workshops von Institutionen eingeladen, um das Thema „Angehörige, ihre Anliegen und Rechte“ zu betrachten und zu besprechen:

- Ein Referat an der Jahresversammlung der Berufsbeistände und Berufsbeiständinnen im Kanton Aargau zum Thema „Menschen hinter der Diagnose“.
- Der Austausch mit den Verantwortlichen der Fachstelle für Angehörige (FfA) der Klinik PDAG.
- Begegnung und Austausch mit den Angehörigen-Verantwortlichen der einzelnen Stationen der Klinik PDAG in der Zusammenarbeit mit der FfA.
- Fragen wurden beantwortet zum Thema „Nutzen des klinikinternen Sozialdienstes der PDAG“.
- Die Feier zum Jubiläumsanlass „20 Jahre VASK Schweiz“ wurde genossen.
- Teilnahme am jährlich stattfindenden Programm zum Thema „Psychische Gesundheit im Kanton Aargau“.
 - o Die Teilnehmenden der Tour de Courage, bei dem Personen mit psychischen Erkrankungen oder Depressionen sowie deren Freunden auf Velos von St. Gallen nach Bern gefahren sind, wurden in Brugg mit Freude empfangen.
 - o Teamarbeit: Das Planen und Durchführen einer Vorführung mit dem Dokumentarfilm „Wir sind hier“ in der Regie von Andrea Rothenburg im Kino Odeon in Brugg. Anschliessend fand das Podiumsgespräch zum Thema: „Kinder als Angehörige von psychisch kranken Eltern“ statt. An dieser Teamarbeit beteiligten sich fünf Institutionen.
 - o Eine Teilnahme als Vertreterin der Angehörigen an Podiumsgesprächen in zwei Städten zum Dokumentarfilm „Zwischen Wunsch und Verpflichtung“.
 - o Eine Teilnahme als Vertreterin der Angehörigen an Podiumsgesprächen in zwei Städten zum Dokumentarfilm „Pflegerische und begleitende Angehörige“.
 - o Teilnahme als Vertreterin der Angehörigen an einem Podiumsgespräch im Kanton Solothurn zum Dokumentarfilm „Die Mitte der Nacht ist der Anfang vom Tag“.

Die Mitgliederversammlung fand am 26. April 2018 statt. Frau Fiorenza Piraccini, Psychologin, hielt ein ausführliches und interessantes Referat über das Thema: „Schuldgefühle - und wie wir uns davon befreien“. Die Anwesenden an der Versammlung wählten Herrn Thomas Kaltekis einstimmig in den Vorstand. Die Mitglieder des Vorstandes freuen sich über diese Unterstützung.

Die Vorstandsmitglieder trafen sich zu Sitzungen und nahmen an der Delegierten Versammlung, sowie an der Präsidenten/Präsidentinnen Konferenz teil.

VASK Bern

Lisa Bachofen

Die VASK Bern blickt auf ein anspruchsvolles Jahr zurück. Wir haben zwar finanziell wieder eine bessere Ausgangslage als in den letzten Jahren und unsere Angebote werden auch grösstenteils fleissig genutzt, aber die stützenden Kräfte sind zu oft dieselben. Die Erstgespräche im Angehörigen-Treff werden immer häufiger genutzt. Der Vorstand bestand 2018 aus gerade mal 3 Frauen – aber Verstärkung kam unverhofft im Herbst! Das fühlt sich schon wieder viel besser an, wenn zu fünf gearbeitet wird. Leider hatte dies auch Auswirkungen auf den Newsletter der Präsidentin, der aus Ressourcen Gründen nur 2 Mal erscheinen konnte.

Obwohl die Mitarbeit in kantonalen Begleitgruppen reduziert war, konnte sich die VASK Bern – teilweise auch zusammen mit VASK Schweiz in verschiedenen politischen Prozessen einbringen. Es ging um die Pflegeinitiative, um den Einspruch zu Tarpsy und TarMed. Zudem war die Präsidentin wiederum am Podium der Psychiatriekonferenz des Kantons Bern eingeladen und brachte die Sicht der Angehörigen zum Thema Vernetzung ein. Zudem führte die Teilnahme an den Pioneers-Treffen der Fachhochschule Bern zu neuen Möglichkeiten der Zusammenarbeit.

Wie geplant verlief das Jahr eher ruhig – die Nacharbeit der Kunstaussstellung war zu erledigen und wir konnten erstmals die VASK auch im Psychiatriezentrum Münsingen vorstellen und an einer Schule Workshops gestalten. Bei der Eröffnung der Aktionstage war eine VASK-Vertreterin am Podium beteiligt. Wir beteiligten uns an einer Radiosendung, waren an den Aktionstagen vertreten und nutzten die Ruhe, um neue Angebote für das Jahr 2019 vorzubereiten. Eine interne Weiterbildung des Telefonteams stärkte die Beteiligten und neuen Freiwilligen.

Die Zusammenarbeit mit der Sozialpsychiatrie IGS und anderen Partnern erlebten wir als sehr bereichernd. So konnten wir vier Film-Trialoge anbieten und mitgestalten wie auch als aktive Partner zu zwei sozialpsychiatrischen Kolloquien einladen, nämlich: „Offener Dialog – Open Dialogue“ mit Dr. Volkmar Aderhold der Uni Greifswald und „Qualität in der Psychiatrie – wie sieht die ideale Versorgung aus?“ mit Dr. Wulf Rössler.

Die VASK Bern brachte den Vorschlag des Einbezugs der Regionen an der

Delegiertenversammlung ein und freut sich, dass seither die Protokolle des Vorstands VASK Schweiz den interessierten Mitgliedern zugestellt werden.

Das Jahr 2019 zeichnet sich bereits wieder arbeitsintensiv ab – aber ohne Engagement kann keine Region überleben. Den Kampf um Mitglieder, Finanzen und vor allem der Entlastung und Unterstützung Angehöriger gewinnen wir nur mit hohem, möglichst gut verteiltem Einsatz.

VASK Graubünden

Margrith Janggen

Im Jahr 2018 erlebte die VASK Graubünden einige Höhepunkte.

Ein langersehnter Wunsch der VASK ging in diesem Jahr in Erfüllung. Seit dem Frühling 2018 gibt es eine aufsuchende professionelle Hilfe der PDGR, die in Notsituationen nach Hause kommt, an Ort und Stelle abklärt und an Wochenenden und Feiertagen eine kurzfristige Begleitung und Unterstützung anbietet. So kann vielfach eine Klinikeinweisung verhindert werden. Das freut uns sehr. Leider ist dieses Angebot aber bis jetzt nur in gewissen Gebieten gewährleistet, im Bündner Rheintal und bis Thuisis. Einmal mehr sind die Personen an der Peripherie benachteiligt, die Not in solchen aussergewöhnlichen Situationen ist dort ebenso gross. Hoffentlich kann auch für das übrige Gebiet unseres Kantons eine Lösung gefunden werden. Dieses Angebot trägt auch zur Entstigmatisierung bei, werden doch psychisch Kranke die einen Klinikaufenthalt hinter sich haben, auch heute noch von der Gesellschaft mit Vorurteilen abgestempelt.

Ebenso fand unser Tages Seminar auch in diesem Jahr statt, wir dürfen sagen, ein erfreulicher Erfolg, es nahmen über 50 Personen teil. Scheinbar war unsere Themenwahl ansprechend. Eines der Themen war: Vorstellung des Pilotprojekts der PDGR: Arbeitsintegration in den 1. Arbeitsmarkt – ist das möglich? und Ambulante Krisenintervention zu Hause.

Ein anders Thema war: Wie gehen wir Angehörigen mit Krisensituationen um? Sind wir Angehörigen denn für alles verantwortlich? Distanz schaffen ohne Schuldgefühle. An diesem Seminar wirkten zum ersten Mal auch 2 Peers mit. Der Filmnachmittag zum Thema: Mit-Leid, war gut besucht.

Für die Öffentlichkeitsarbeit wirkten wir an den Aktionstagen des Gesundheitsamtes Graubünden mit, mit einem öffentlichen Vortrag in Zusammenarbeit mit einer Spitex-Organisation und am 10.10. am int. Tag der

Psychischen Gesundheit mit einem Infostand in Chur. Der gemütliche Teil kam auch in diesem Jahr nicht zu kurz, mit einem Ausflug, Grillabend und einer Adventsfeier.

VASK Ostschweiz

Beat Krähenmann

Die VASK Ostschweiz konnte im Jahr 2018 auf ihr 30-jähriges Bestehen zurück blicken. Dieses schöne Jubiläum wollten wir nicht für grosse Feierlichkeiten nutzen. Viel mehr wollten wir uns für die Zukunft bereit machen. Wie vor 30 Jahren ist unser grosses Ziel auch heute noch, den Angehörigen von psychisch Kranken eine Unterstützung zu bieten und ihre Anliegen zu vertreten. Wir haben das Jubiläum deshalb zum Anlass genommen, unseren Internetauftritt, unseren Flyer und unsere Vision zu erneuern.

Selbsthilfegruppen

Unsere SHG in St. Gallen, Herisau, Uznach und Weinfelden sowie der Stammtisch in Wattwil werden von erfahrenen und engagierten Gruppenleitern und Gruppenleiterinnen geführt. Diese Form der Angehörigenunterstützung gehört zu unseren wichtigsten Aufgaben. Wir haben uns deshalb zum Ziel gesetzt, neue Selbsthilfegruppen zu gründen. Derzeit beschäftigen wir uns damit, wie dieses Angebot attraktiv gestaltet werden kann. Dazu suchen wir unter anderem auch die Unterstützung der kantonalen Selbsthilfegruppenorganisationen.

Trialog

Der Trialog in St. Gallen findet grossen Anklang. Die Interessierten treffen sich an 8 Donnerstagen im Jahr um die selbst ausgewählten Themen zu bearbeiten. Weitere Trialoge in unserem Gebiet werden in Kreuzlingen und Schaan organisiert.

Angehörigentag

Am 3. November luden wir zu unserem Angehörigentag in den Cinetreff nach Herisau ein. Nach den eindrücklichen Eröffnungsworten von Regierungsrat Weishaupt zeigten wir den Film „Funktionieren“. In der anschliessenden

Podiumsdiskussion konnten die verschiedenen Erfahrungen und Meinungen ausdiskutiert werden.

Rundbriefe

Mit unseren regelmässig erscheinenden Rundbriefen wollen wir sowohl Mitglieder, wie auch Sympathisanten und Gönner über interessante Themen und Entwicklungen in unserem Umfeld informieren.

Peer-Gruppe

In Zusammenarbeit mit der Angehörigenbetreuerin der Klinik Wil haben einige Mitglieder eine Peer-Gruppe gegründet. Die Dienstleistung ist noch neu und benötigt noch etwas Zeit, um auf entsprechende Resonanz zu stossen.

Telefonberatung

Unser telefonisches Hilfsangebot wird regelmässig benützt.

Säntispsychiatrietagung

Die Säntispsychiatrietagung der Klinik Wil befasste sich mit dem Thema „Älter werden, was heisst das für unsere psychische Gesundheit“. Die Thematik wurde wie immer dialogisch beleuchtet.

Unterwegs Zu sich und den andern 2018

Die VASK Ostschweiz organisierte zusammen mit Kunsttherapeut Thomas Meng und Teilnehmern des Dialogs St. Gallen eine gemeinsame Lagerwoche von psychisch Erkrankten und Angehörigen im Bergell.

Mitglieder

Im Jahr 2018 konnten wir unsere Mitgliederzahl konstant halten. Unser Verein zählt ca. 200 Mitglieder.

Vorstand

Der Vorstand setzt sich aus 9 Mitglieder zusammen und trifft sich alle 2 Monate zu einer Sitzung. Dank einer reibungslosen und eingespielten Zusammenarbeit können wir all die anfallenden Aufgaben bewältigen und uns auch immer wieder um neue Ideen kümmern.

VASK Schaffhausen

Barbara Livers

Auch dieses Jahr hatten wir beschlossen keine öffentlichen Veranstaltungen zu tätigen. Nach wie vor sind wir drei Personen, die aktiv sind und gleichzeitig berufstätig. Das Notfalltelefon wird nach wie vor sehr rege genutzt. Sehr oft treffe ich mich mit den Angehörigen, um unterstützend weitere Wege aufzuzeigen.

Die meisten der hilfeschuchenden Personen möchten aber noch nicht an den Mitgliederabenden teilnehmen. In diesem Jahr sind zwei Personen dazu gekommen. Theres Silvestri hat sich mit grossem Einsatz darum bemüht, dass der Freizeittreff zur Schönau nicht geschlossen wird. Obwohl der Beschluss bereits bestand. Sie hat mit der Vermieterin der Liegenschaft gesprochen und diese erlässt die Mietkosten bis auf weiteres. Eine grosse Erleichterung für alle Betroffenen.

An den Mitglieder Abenden sind wir meistens 6 – 8 Personen. Es findet immer ein reger Austausch statt. Zweimal im Jahr treffen wir uns auch für ein gemütliches Zusammensein. Wir von der Vask Schaffhausen Grüßen Euch herzlichst .

Vask Ticino

Rachelle Wirth

Der folgende Text ist mit Google-Übersetzer vom englischen ins Deutsche übersetzt worden.

2018 führte VASK Ticino die regelmäßigen monatlichen Selbsthilfe-Meetings und Konferenzen durch. Auf unserer Web- und Facebook-Seite sind die Familienkurse und Telefonberatung aufgeschaltet.

Die Selbsthilfe Gruppen wurden etwas weniger besucht. Die monatlichen Besprechungen finden an einem neuen Ort statt. Ab 2018 wechseln wir zwischen einem Raum in Lugano und Bellinzona.

Nicht erreicht haben wir das Ziel, die Zahl unserer Mitglieder zu erhöhen.

Die Kommunikation mit der kantonalen Psychiatrie funktioniert zwar gut, aber ziemlich einseitig von unserer Seite her. Die privaten Kliniken hingegen haben kein Interesse an der VASK-Ticino. Zu einem kleinen Kreis von privaten Psychiatern pflegen wir verlässliche Beziehungen.

Wir haben im Jahr 2018 viel Arbeit investiert, um die Journées de la Schizophrenia (JdS) auch im Tessin durchzuführen. Dafür hatten wir ein grosses Programm zu bewältigen. Es war eine enorme Aufgabe, Sponsoren für die Veranstaltungen zu finden. Mein Ehemann Michele hat diese Aufgabe wahrgenommen.

Die JdS ist eine Bildungswoche, welche im Kanton Waadt vor 15 Jahren ihren Anfang nahm. Im Tessin ergaben sich viele gute Kontakte zum öffentlichen Radio und Fernsehen. Es macht den Anschein, dass die Öffentlichkeit viel zugänglicher für das Thema ist, wenn sie Botschaften darüber aus Radio und Fernsehen vermittelt bekommt. Die Menschen freuten sich sehr, die starken Botschaften frei Haus oder Auto geliefert zu bekommen.

Der Begriff Schizophrenie stiess sonst bislang in der Tessiner Öffentlichkeit eher auf Ablehnung. Sie ist psychischen Erkrankungen gegenüber eher verschlossen und weiss wenig darüber.

Es ergab sich eine weitere positive Auswirkung der JdS: Vier von sechs Gymnasien haben unser Angebot zur Einrichtung eines Infopunktes angenommen und ein Gymnasium lud uns ein, an einem Workshop namens La follia teilzunehmen. Es war ein Ausflug ins Wunderland, zwischen Stereotypen, Vorurteilen, Verwundbarkeit und Leiden.

Aufgrund der hohen Anzahl der angemeldeten Schüler konnte sich die Krankenschwester zweimal in der Schule vorstellen während der Unterrichtswoche, die von der JdS von Studentenschaft organisiert wurde. Die Stadt Lugano hat uns ideell und finanziell stark unterstützt und Räume zu günstigen Preisen und guten Bedingungen angeboten.

Wegen der Insolvenz der für die JdS beauftragten Kommunikationsagentur fehlten die Informationsmittel auf Italienisch. So kam leider der geplante interaktive Informationsaustausch auf der JdS-Webseite (www.schizinfo.com) im Tessin nicht zum Tragen.

Die Kampagne JdS war für unsere begrenzten Personalressourcen viel zu aufwändig. Es gab viel Ungemach aufgrund der späten Lieferung von Materialien usw. Die Arbeit lastete meist auf den Schultern weniger Leute. Wir haben beschlossen im Jahr 2019 nicht mehr an den JdS teilzunehmen.

VASK Zentralschweiz

Trudy Vonesch

Im Vereinsjahr 2018 haben wir einerseits Beatrice aus dem Vorstand verabschieden müssen, andererseits zwei neue Vorstandsmitglieder gefunden. So konnten wir eine Auflösung des Vereins mangels Vorstandsmitglieder verhindern, da im Jahr 2019 ein weiterer Rücktritt bevorsteht.

Wir suchen aber weiterhin noch eine engagierte Person, die mithilft, den Angehörigen-Treff zu leiten.

Unsere Angebote finden regen Anklang und werden gut besucht und genutzt.

Folgende Veranstaltungen haben wir angeboten:

- **Angehörigen-Treff:** Dieser regelmässige Selbsthilfe-Treff heisst für uns: Austausch unter Gleichgesinnten, sich verstanden fühlen, Probleme von der Seele reden können. Die Teilnehmerzahl an diesem Treff wächst ständig und wir überlegen uns, wie wir dieses Angebot umgestalten können, damit niemand zu kurz kommt. Er ist offenbar für viele eine gute Plattform, um Erfahrungen auszutauschen und die eigene Situation vorbehaltlos zu schildern, sowohl für Angehörige, die neu mit einer psychischen Krankheit konfrontiert werden wie auch für erfahrene Angehörige. Hier kann man auch Bibliotheksbücher ausleihen.
- **Bibliothek:** Die Bücher werden hauptsächlich beim Angehörigen-Treff ausgeliehen. Margrit Heller betreut die Ausleihe der Bücher, Broschüren usw. Man kann die Bücher anhand der Liste per Mail oder schriftlich bestellen. Die Bücherliste kann auf der Homepage aufgerufen werden.
- **Kreativtage für Kinder psychisch kranker Eltern:** Leider können wir die Kreativtage nicht mehr anbieten, da Margrit Heller dieses Projekt nicht mehr leitet und wir keine neue Leiterin gefunden haben.
- **Grillieren in Weggis:** Auch dieses Jahr trafen wir uns wieder zum Grillieren in Weggis am See. Der Sommer war uns wieder wohlgesinnt und bescherte uns viel Sonne und Wärme.
- **VASK vorstellen bei Betroffenen** in der Tagesklinik Sursee. Zum wiederholten Male durften wir in der Tagesklinik unseren Verein vorstellen und mit Psychiatrieerfahrenen über eine sinnvolle Zusammenarbeit diskutieren.
- **Dialog:** Der Dialog hat im Jahr 2018 wieder Seminare angeboten: Zug: Recovery-Seminar (Nov. 2018 – Jan. 2019)

Veranstaltungen verwandter Organisationen

An folgenden Veranstaltungen haben wir teilgenommen:

- **Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden:**
Selbsthilfe-Apéro: Wir hatten hier die Möglichkeit, andere Selbsthilfe-Gruppen kennen zu lernen und durch Inputs von anderen Fachstellen zu erfahren.
Austauschtreffen: Es dient zur Vernetzung unter den Selbsthilfegruppen und bietet die Möglichkeit, aktuelle Themen zu vertiefen.
- **Luzerner Psychiatrie St. Urban:** Am 30. Nov. und 1. Dez. 2018 veranstaltete die lups den „Tag der offenen Tür“ in St. Urban und gewährte damit Einblick in die Psychiatrie und im Speziellen in den Neubau des Hauses C. Dort wurden drei Stationen für die Alterspsychiatrie, eine Station für Depressionen sowie eine Station für Rehabilitation eingerichtet. Der fortschrittliche Ausbaustandard war beeindruckend.
- **Traversa:** bietet seit Mai 2018 eine Peer geleitete Info- und Beratungsstelle an. Sie richtet sich an Menschen mit Erfahrung in psychischer Erkrankung, ihre Angehörigen und an Fachpersonen von traversa. Damit gewann traversa den 2. Preis beim Migros Kulturprozent „meingleichgewicht“.

VASK Zürich

Hansruedi Winter und Guido Cueni

Wir blicken wieder auf ein ereignisreiches Vereinsjahr zurück. So haben wir uns entschlossen unsere Mitgliederversammlung vom Samstagnachmittag auf den Donnerstagabend zu verlegen. Über die Mitgliederversammlung haben wir in der letzten Ausgabe der VASK-Nachrichten ausführlich berichtet. Da wir mit dieser Verschiebung mit einer 30-jährigen Tradition gebrochen haben verdient das hier im Jahresbericht nochmals eine Erwähnung. Der Vorstand war auch sehr erfreut deutlich mehr Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrüßen zu können als das in den vorangegangenen Jahren der Fall gewesen war.

Wir haben bei dieser Versammlung auch unser langjähriges Vorstandmitglied Eugen Gomringer verabschiedet. Eugen war uns immer eine wichtige Stütze und hat mit seiner Erfahrung und seinen ruhigen und sachlichen Voten massgeblich zum guten Auskommen im Vorstand beigetragen. Geni wir vermissen Dich, aber wir verstehen auch, dass Du etwas kürzertreten möchtest. Es freut uns deshalb sehr, dass wir im Ressort Schulungen weiterhin auf Dich zählen dürfen.

Die finanzielle Situation der VASK ist weiterhin stabil. Auch wenn es zunehmend anspruchsvoller wird Spendengelder zu generieren, gelingt es unserem Ressort Fundraising immer wieder, entsprechende Quellen aufzutun. Dabei zeigt sich zunehmend die Tendenz, dass die Spender konkrete Projekte unterstützen

möchten. An dieser Stelle deshalb ein spezieller Dank an all jene, die sich dafür engagieren und spenden.

Leider ist es uns auch im letzten Jahr nicht gelungen die Austritte aus der VASK (- 47) mit neuen Mitgliedschaften (+ 27) auszugleichen. Daraus ergibt sich neu ein Mitgliederbestand von 522 Personen (Stand 31.12.2018). Glücklicherweise hat das wenig Einfluss auf die Anzahl jener Mitglieder, die sich freiwillig bei unseren Angeboten und in den Ressorts engagieren. Wir sind deshalb froh, unsere Angebote weiterhin aufrechterhalten zu können. Der Vorstand schenkt dieser Entwicklung weiterhin eine erhöhte Aufmerksamkeit und sucht nach Möglichkeiten, den Trend des Mitgliederschwundes zu brechen.

Eine Möglichkeit ist die mediale Präsenz und da lässt sich erfreuliches Berichten. Das Magazin der Angst- und Panikhilfe Schweiz hat in seiner letzten Ausgabe «Kinder von betroffenen Eltern» thematisiert. Die VASK Zürich durfte sich in diesem Magazin auf mehreren Seiten präsentieren. Entsprechend dem Schwerpunktthema konnte das Kinderprojekt «Barca» über seine Aktivitäten berichten und unser Treffpunkt für Erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern wurde ausführlich vorgestellt. Das Ganze wurde durch ein Interview, welches durch unsere Ressortleiterin für die Treffpunkte, Isabelle Bavaud, mit einer Betroffenen geführt wurde, abgerundet. Herzlichen Dank an alle Beteiligten für diesen eindrücklichen Auftritt.

In diesem Zusammenhang ist auch zu erwähnen, dass wir immer wieder gute Rückmeldungen zu unseren VASK-Nachrichten erhalten. Der interessante, abwechslungsreiche und auch kritische Inhalt, die spezielle Auswahl der Beiträge aus der Sicht der Angehörigen sowie die professionelle Aufmachung werden lobend erwähnt. Da diese Zeitung, bis auf den Druck, ausschliesslich durch Freiwilligenarbeit in unserer VASK entsteht, sind wir besonders stolz auf diese positiven Rückmeldungen. Deshalb ein herzliches Dankeschön an das Redaktionsteam für dieses Engagement.

Erfreulich entwickelt sich auch das Kinderprojekt «Barca». Nachdem es uns in den letzten Jahren gelungen ist für das Projekt ein stabiles finanzielles Fundament zu bilden, können wir sogar einen Ausbau des Angebotes in Winterthur verkünden. Unsere Zusammenarbeit mit den Therapeutinnen hat sich dadurch auch weiter intensiviert. Deshalb hat der Vorstand in seiner Sitzung vom

letzten November beschlossen dem Kinderprojekt einen Beisitz anzubieten, damit ein direkter und regelmässiger Austausch gepflegt werden kann.

Ende November haben wir wieder zu unserem Weihnachtsapéro in den Räumlichkeiten der Geschäftsstelle eingeladen. Erstmals war unsere Einladung offen formuliert und uneingeschränkt an alle Interessierten gerichtet. Es hat uns auch sehr gefreut «neue Gesichter» begrüßen zu können. Darunter auch einige, die sich ohne Mitgliedschaft der VASK verbunden fühlen. Es wurden viele angeregte Unterhaltungen geführt und viele der Gäste haben den Abend als sehr gelungen bezeichnet. Die liebevolle Dekoration hat einiges zu diesem positiven Eindruck beigetragen, auch hier ein herzliches Dankeschön an unsere stillen Helferinnen im Hintergrund. Wir werden auch im neuen Jahr zu diesem Apéro einladen und freuen uns auf den interessanten Austausch mit den Gästen.

Es war auch erfreulich, dass wir uns wieder bei einigen Veranstaltungen beteiligen und präsentieren durften. Über das Jubiläum der Klinik Schlosstal in Winterthur haben wir in den letzten VASK-Nachrichten bereits berichtet. Ende Oktober fand am selben Ort ein Forum zum Thema Selbsthilfe statt. Mit kurzen Impulsreferaten und spannenden Podiumsdiskussionen wurden die unterschiedlichen Wahrnehmungen und Sichtweisen der teilnehmenden Organisationen zur Selbsthilfe deutlich dargelegt. Wir danken Bruno Facci, Präsident der VASK Schweiz, für seine tatkräftige Unterstützung, die wir für diese Veranstaltung von ihm erfahren durften.

Schlussendlich bleibt nur noch der Dank an Euch alle, die sich auch im vergangenen Jahr für die VASK eingesetzt haben. Dabei ist es unerheblich ob Euer Beitrag als freiwillig Mitarbeitende, Spendende, Anregende oder in einer anderen Form erfolgt ist, wir brauchen Euch alle! Euer Engagement ist das wichtige Fundament für alle unsere Aktivitäten. Nur dank dieser Unterstützung und Solidarität ist es uns möglich unsere Anliegen in die Öffentlichkeit zu tragen und jenen die Hilfe suchen, diese auch anbieten zu können.

VASK Schweiz Jahresrechnung 2018

Bilanz per 31.12.2018

Aktiven	2018	2017
	CHF	CHF
Kasse	135.10	203.80
Postcheck VASK - Schweiz	110'860.62	121'263.48
Transitorische Aktiven	15.50	972.35
Total Aktiven	111'011.22	122'439.63
Passiven		
Transitorische Passiven	3'602.05	3'481.20
Eigenkapital	118'958.43	101'989.01
Verlust und Gewinn	-11'549.26	16'969.42
Total Passiven	111'011.22	122'439.63

VASK Schweiz Jahresrechnung 2018

Erfolgsrechnung vom 01.01.2018 - 31.12.2018

	2018	2017
	CHF	CHF
Ertrag		
Mitgliederbeiträge	38'294.40	42'306.00
Beiträge BSV	53'275.00	53'275.00
Erträge aus Öffentlichkeitsarbeiten	1'050.00	1'050.00
Erträge aus Kursen	150.00	860.00
Spenden generell	20.00	760.00
Spenden projektbezogen	10'000.00	0.00
Übrige Erträge	0.00	837.50
Total Betriebsertrag	102'789.40	99'088.50
Aufwand		
Aufwand DL und Projekte	39'550.00	2'245.30
Personalaufwand	63'838.75	67'878.15
Verwaltungsaufwand und Vereinsaufwand	10'829.91	11'905.63
Total Betriebsaufwand	114'218.66	82'029.08
Total Betriebserfolg	-11'429.26	17'059.42
Finanzerfolg	-120.00	-90.00
Gewinn und Verlust	-11'549.26	16'969.42

VASK Schweiz Jahresrechnung 2018 detailliert
Erfolgsrechnung 2018

	2018	2017
	CHF	CHF
3 Ertrag		
3000 Mitgliederbeiträge	38'294.40	42'306.00
Beiträge BSV aus Unter-Leistungsvertrag		
3100 VASK Schweiz	53'275.00	53'275.00
3200 Erträge aus Öffentlichkeitsarbeiten	1'050.00	1'050.00
3203 Erträge aus Kursen	150.00	860.00
3300 Spenden generell	20.00	760.00
3301 Spenden projektbezogen	10'000.00	0.00
3400 Übrige Erträge	0.00	837.50
Total Betriebsertrag	102'789.40	99'088.50
Aufwand		
4 Aufwand DL und Projekte		
4000 Öffentlichkeitsarbeiten	5'315.70	0.00
4003 Broschüren, Prospekte, Produktion	12'200.00	0.00
4005 Projekte	307.00	383.75
4008 Homepage	21'577.30	1'001.55
4009 Unterstützung reg.VASKen	150.00	860.00
Total Aufwand DL und Projekte	39'550.00	2'245.30
5 Personalaufwand		
5000 Löhne / Bruttolöhne	18'800.00	18'800.00
5001 Sozialleistungen Arbeitgeber	2'973.55	2'958.25
5002 Obligatorische Unfallversicherung UVG übriger Personalaufwand	289.00	241.10
5003 (Spesen, Fortbildung, Personal, Geschenke, etc)	753.80	753.80
5004 Honorare (d.h. Entschädigung ohne AHV)	41'022.40	45'125.00
Total Personalaufwand	63'838.75	67'878.15

6 Verwaltungsaufwand und Vereinsaufwand			
6000	Raumiete inkl. Nebenkosten	3'360.00	3'360.00
6100	Spesen Vorstand	682.05	286.80
6102	Delegiertenversammlung, Präsidentinnentreffen	1'166.35	2'415.70
	Verwaltungsaufw. Geschäftsstelle,		
6103	EDV, Büromaterial	214.35	200.70
6104	Gebühren Telefon, Fax, Internet	840.00	840.00
6105	Porti	228.40	130.80
6106	Anschaffungen, Reparaturen, Support	0.00	0.00
6107	Geschenke, Spenden	0.00	223.60
6109	Beiträge an andere Institutionen	3'938.76	4'048.03
6110	Diverser Verwaltungsaufwand	0.00	0.00
6111	Revision	400.00	400.00
	Total Verwaltungsaufwand und Vereinsaufwand	10'829.91	11'905.63
	Total Betriebsaufwand	114'218.66	82'029.08
	Total Betriebserfolg	-11'429.26	17'059.42
	Finanzerfolg		
	Finanzaufwand		
6810	Bank- und PC-Spesen VASK - CH	120.00	90.00
	Total	120.00	90.00
	Erträge aus flüssigen Mitteln		
6820	Bank- und PC-Zinsen VASK - CH	0.00	0.00
	Total	0.00	0.00
	Finanzerfolg	-120.00	-90.00
	Verlust und Gewinn	-11'549.26	16'969.42

VASK Schweiz Kommentar zur Jahresrechnung 2018

Ertrag	CHF
Der BSV-Beitrag beträgt	53'275.00
Spenden	
1 Spenden	20.00
3 zweckgebundene Spenden	10'000.00

Die drei zweckgebundenen Spenden sind für die neue Broschüre.

Leider ist auch in diesem Jahr die Anzahl der Mitglieder etwas rückläufig.

Aufwand

Die Kosten für die neue Broschüre sind im Moment noch höher, als die zweckgebundenen Spenden. Die Neukonzeption der Webseiten (Master-template) wurde umgesetzt. Diese beiden Projekte verursachen höhere Kosten bei den Dienstleistungen.

Der Personal- und der Verwaltungsaufwand bewegen sich im gleichen Rahmen wie im Vorjahr. Reparaturen und Neuanschaffungen fanden keine statt.

Gewinn

Die VASK CH verzeichnet für das das Jahr 2018 einen Verlust von CHF -11'549.26.

Das Eigenkapital beträgt neu CHF 118'958.43

Reinach, 19.02.2019

Heidi Eichenlaub,
Kassierin VASK Schweiz



**Revisorenbericht Dachverband VASK Schweiz für den Zeitraum
vom 01.01.2018 bis 31.12.2018**

Als die zwei gewählten Revisorinnen haben wir die Buchhaltung und die Jahresrechnung (Bilanz und Erfolgsrechnung) der VASK Schweiz für das am 31.12.2018 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft.

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

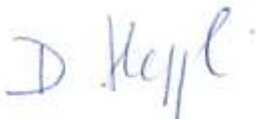
Wir prüften die Posten und Angaben der Jahresrechnung mittels Analysen und Erhebungen auf der Basis von Stichproben. Zudem beurteilten wir die Anwendungen der massgebenden Rechnungslegungsgrundsätzen sowie der Jahresrechnung als Ganzes.

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

Wir empfehlen, die vorliegende Jahresrechnung zu genehmigen.

Zürich, 22. Februar 2019

Dora Heggli



Margrith Janggen





VASK Schweiz

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



VASK Aargau

Postfach 432/P1, 5201 Brugg
056 222 50 15
Mo 9.30–11.30
Do 9.30–11.30
info@vaskaargau.ch
www.vaskaargau.ch



VASK Schaffhausen

Webergasse 48, 8200
Schaffhausen
052 625 55 80
werktags, ohne Gewähr



VASK Bern

Post: Postfach 8704, 3001 Bern
Büro: Marktgasse 36, 3011 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@bluemail.ch
www.vaskgr.ch



VASK Zentralschweiz

Postfach 534, 6210 Sursee
041 921 60 48
Mo 14.00–16.00
Fr 14.00–16.00
info@vask-zentralschweiz.ch
www.vask-zentralschweiz.ch



VASK Ostschweiz

Bahnhofplatz 5, Postfach 2238
9001 St. Gallen
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