

# VASK Nachrichten



**VASK** Zürich

**VASK** Schweiz

Ausgabe Nr. 1

Oktober 2008

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

# Inhalt

## Seite

- 1 Editorial
- 3 Pressemitteilung des Dachverbandes
- 5 Proklamation: zum Tag der Angehörigen
- 6 Plakate
- 18 Interview mit Prof. Dr. med. Daniel Hell
- 20 «Psychisch krank? Mein Kind!» Erfahrungsbericht
- 23 Angehörige, die unbekanntes Wesen
- 25 Brauchen wir die VASK?
- 27 Veranstaltungen im Herbst 2008
- 28 Jubiläumstagung der Pro Mente Sana
- 29 Diagnose: psychisch behindert

## **Impressum**

VASK Nachrichten  
Oktober 2008  
Redaktion: VASK Zürich  
Illustrationen: Esther Emmel  
Druck: Mattenbach, Winterthur  
Auflage 1500

# Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Nun ist es geboren, wenn auch vorerst als «Baby», das noch wachsen und gedeihen soll: die erste Ausgabe der «VASK Nachrichten», Infoblatt unserer Vereinigung.

Ein eigenes Mitgliederorgan zu kreieren, das die Interessen der Angehörigen vertritt, den Zusammenhalt der Mitglieder stärkt, diese regelmässig informiert und nicht zuletzt der VASK in der Öffentlichkeit ein bestimmteres Auftreten erlaubt, war ein lange gehegter Wunsch, seit zwei Jahren auch ein Thema im Vorstand und an der Jahresversammlung der Mitglieder.

Es ist uns nun eine grosse Freude, anlässlich der Ausrufung eines schweizerischen «Tages der Angehörigen» am 11. Oktober und gleichzeitig im Rahmen des 10-Jahr-Jubiläums des Dachverbandes VASK CH, Ihnen dieses Infoblatt, die «VASK Nachrichten», präsentieren zu dürfen.

**An diesem Samstag, 11. Oktober 2008, werden wir von 9.00 bis 17.00 Uhr am Paradeplatz – mitten in Zürich – erstmals den Tag der Angehörigen begehen. Wir werden mit einer Plakatausstellung präsent sein. Damit versuchen wir der Bevölkerung unsere Anliegen näherzubringen, Tabus und Vorurteile anzusprechen. Auch möchten wir unser Angebot für Angehörige vorstellen und unseren Bekanntheitsgrad erhöhen.**

Die Plakate sind in diesen «VASK Nachrichten» in Kleinformat abgebildet. Und wir hoffen, dass Sie die Ausstellung zahlreich besuchen werden.

Wie erwähnt, soll sich diese Zeitung, die ganz bescheiden anfängt, Schritt für Schritt weiterentwickeln. Gerne wüssten wir, was Sie als Leserin oder Leser in Ihrem Infoblatt sehen und lesen möchten. Wir sind über Input, Kritik und Anregung sehr froh und nehmen gerne Ideen auf. Schreiben Sie uns unter [info@vaskzuerich.ch](mailto:info@vaskzuerich.ch)!

Wir wagen es, die erste Nummer der «VASK Nachrichten» ist gedruckt – wir wünschen dem «Baby», dass es gross und stark werde!



Ihre Ruth Dual  
Präsidentin VASK Zürich

# Medienmitteilung

## «Gesund und doch mittendrin – die Rolle der Angehörigen bei psychisch Kranken»

### 10-Jahr-Jubiläum der VASK Schweiz

**Am Donnerstag, 9. Oktober 2008, von 18.15 – 20.15 Uhr, feiert der Dachverband der Vereinigungen der Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch-Kranken sein zehnjähriges Bestehen mit einem Themenabend im baz-Cityforum, Basel.**

Die DRS-Moderatorin Christine Hubacher, die bereits im Rahmen mehrerer Radiosendungen in die Themen Schizophrenie und psychische Krankheit und deren Auswirkungen auf die Angehörigen eingetaucht war, führt durch dieses Jubiläumsgespräch.

Auf ihrer Gästeliste stehen Prof. Dr. med. Joachim Küchenhoff, Chefarzt der Kantonalen psychiatrischen Klinik Liestal, Frau Renata Schläpfer, ehemalige Präsidentin des Dachverbandes VASK Schweiz, und Gerda Weber von der Selbsthilfegruppe L'ilot, Lausanne. Diese Mischung ermöglicht, die Situation der Angehörigen aus verschiedenen Blickwinkeln zu beleuchten.

Auch das Publikum erhält die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich in das Gespräch einzubringen, sei dies während des Podiumsgesprächs oder beim anschliessenden Apéro, zu dem die VASK Schweiz einlädt.

An diesem Anlass wird der 11. Oktober als Tag der Angehörigen psychisch Kranker proklamiert.

Damit sollen die öffentliche Aufmerksamkeit für die Belange der Angehörigen erhöht und Berührungängste abgebaut wer-

den. Die regionalen VASK planen für diesen Tag in verschiedenen Schweizer Städten Events, die am Donnerstagabend im baz-Cityforum angekündigt werden.

**Weitere Informationen:**

Eva Keller-Németh, St. Alban-Anlage 63, 4052 Basel

Tel.: 061 271 16 40, E-Mail: [info@vask.ch](mailto:info@vask.ch), Web: [www.vask.ch](http://www.vask.ch)

**VASK Schweiz:**

Die VASK Schweiz wurde 1998 als Dachverband der seit 1985 entstandenen regionalen/kantonalen Selbsthilfegruppen VASK gegründet, um den gesamtschweizerischen Anliegen von Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch-Kranken gerecht zu werden. Die regionalen Vereinigungen sind alle Mitglieder des Dachverbandes, arbeiten jedoch autonom.

Die Vertretung der Angehörigen in Politik und Öffentlichkeit, die kontinuierlichen Bemühungen zur Enttabuisierung der Krankheiten und der Belastungen der Angehörigen sowie die Koordination von gesamtschweizerischen Projekten gehören zu den Kernaufgaben des Dachverbandes.

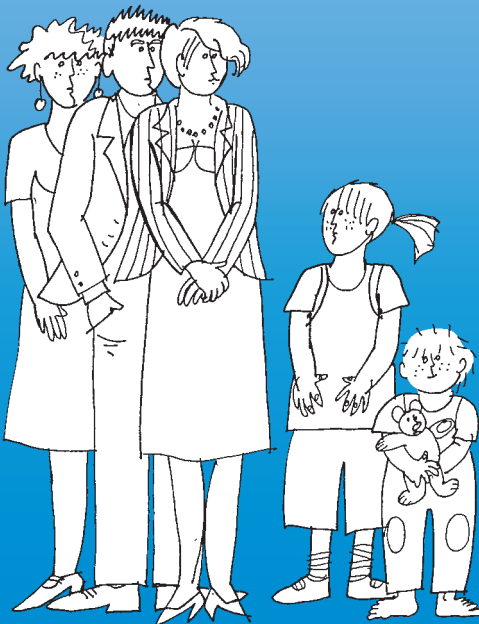
Die Präsidentin ist Eva Keller-Németh aus Basel, der Vorstand setzt sich aus 4 Mitgliedern zusammen. Die Geschäftsstelle befindet sich in Basel.

# PROKLAMATION

Der 11. Oktober soll künftig schweizweit  
als Tag der Angehörigen psychisch  
Kranker anerkannt und begangen werden.

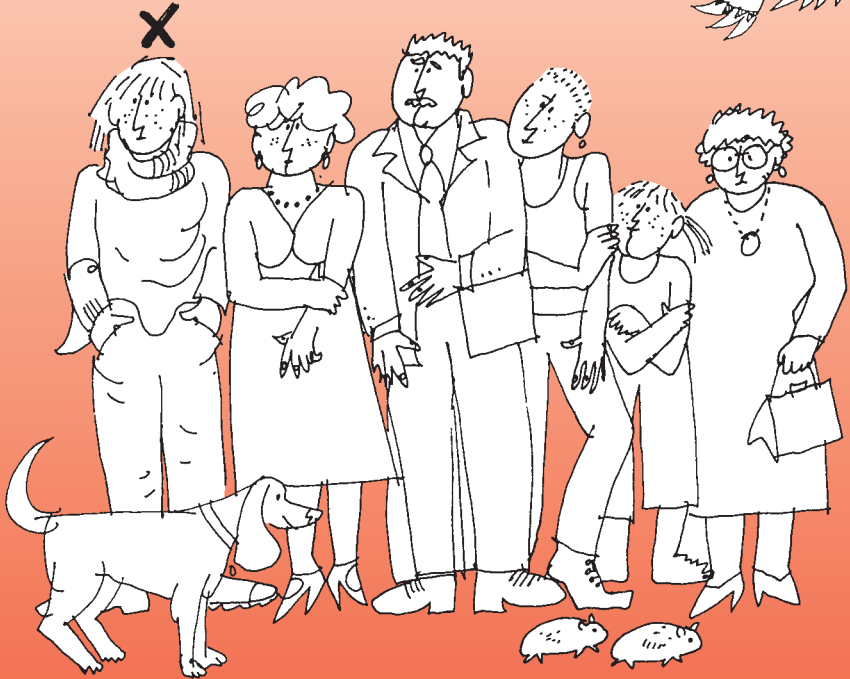
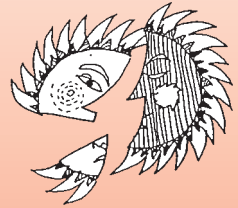
Anlässlich des Jubiläums des Dachverbandes  
10 Jahre VASK Schweiz wird der Tag der  
Angehörigen ins Leben gerufen und gefeiert.

Dieser Tag findet erstmals heute,  
am 11.10.2008, statt.



# Wenn nichts mehr ist, wie es war

## Die Nöte der Angehörigen



- > Angehörige brauchen Unterstützung auf dem schweren Weg mit einem psychisch kranken Menschen
- > Angehörige sind in erster Linie Mitbetroffene und nicht Schuldige
- > Angehörige müssen informiert und in die Behandlung miteinbezogen werden



# Not der Geschwister

## eines psychisch Kranken

- > Geschwister kommen zu kurz
- > Alles dreht sich um den Betroffenen
- > Er/sie nimmt zu viel Raum ein, auch gedanklich
- > Er/sie ist omnipräsent



Indem Sie aus der Anonymität herauskommen und Lehrer, Arzt, Freunde über Ihr familiäres Problem informieren, können Sie dem möglichen späteren Leiden der Geschwister vorbeugen.

# Not der Eltern

einer kranken Tochter/eines kranken Sohnes

- > Nicht wahrhaben wollen und verbergen
- > Ursachensuche und gegenseitige Schuldzuweisung
- > Glauben, das Problem selber lösen zu müssen
- > Verunsicherung und Resignation

Mögliches Fazit: Der Vater ist überfordert, zieht aus ...



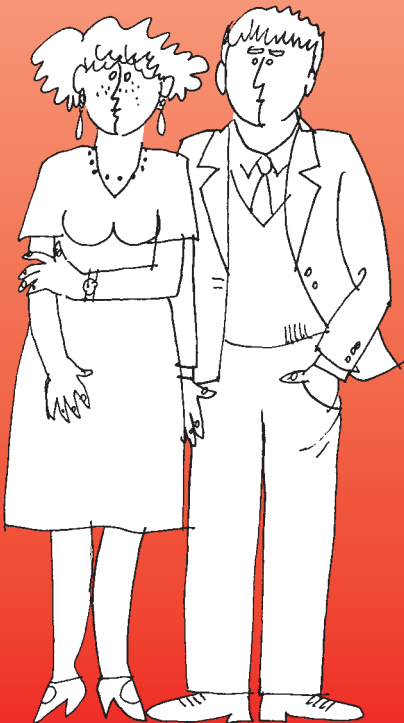
Sie werden sehen, wie viel Positives Sie erfahren werden, wenn Sie sich aus Ihrer Isolation lösen und fachliche Hilfe ausserhalb der Familie holen.

# Not des Partners

## Die Partnerin/der Partner ist erkrankt

- > Fehlen des Partners bei der Bewältigung des Alltags
- > Ständiger Ehestreit
- > Schuldgefühle
- > Arbeitslosigkeit

Fazit: oft Scheidung

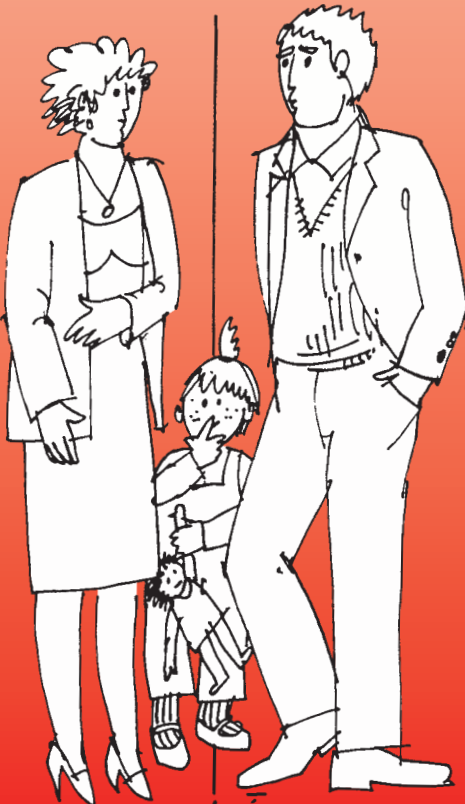


Sie werden erstaunt sein, wie sich Ihr Verhältnis zu Ihrem Partner/Ihrer Partnerin verbessert, wenn Sie frühzeitig professionelle Hilfe holen, wenn die Krankheit abgeklärt und behandelt wird und Sie sie besser verstehen können.

# Not des Kindes

## Vater oder Mutter ist psychisch krank

- > Wird oft verhaltensauffällig
- > Scham und Hämie
- > Rückzug
- > Erwachsene Kinder haben oft selber massive Probleme – ein Leben lang



Werden Sie hellhörig und feinfühlig gegenüber einem solchen Kind! Es braucht Hilfe. Kinder erkrankter Eltern brauchen Unterstützung von Freunden, Verwandten, Nachbarn und auch vom Lehrer und vom Hausarzt.

# Not des Betroffenen

- > Ist antriebslos, kraftlos, traurig, zieht sich zurück
- > Ist unruhig, lärmig, verunsichert, hat Ängste
- > Fühlt sich verfolgt, hört Stimmen
- > Will sich mit Alkohol, Zigaretten, Drogen selbst helfen
- > Ist verwahrlost



Dieser Mann ist krank und nicht charakterschwach, deshalb brauchen er und seine Angehörigen Verständnis und Hilfe durch Arzt, Sozialarbeiter, Klinik.

# Hilfe für Angehörige

## Angehörige brauchen:

- > **Information über die Krankheit und diverse Krankheitsbilder**

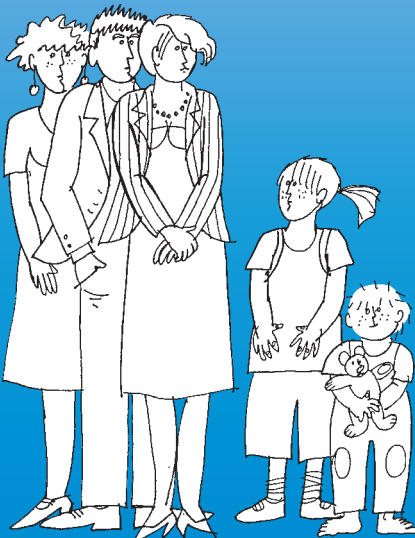
Der Umgang mit dem Betroffenen und sich selber kann sich dadurch verbessern

- > **Austausch von Erfahrungen und gegenseitige Unterstützung**

Damit können sie den Mut finden, selber aktiv zu werden, um die veränderten Lebensumstände zu bewältigen

- > **Entlastung und Distanz**

Damit können sie besser Grenzen setzen, auch sich selbst, besser «loslassen» und ihr eigenes Leben wieder selber gestalten



# Hilfe für Angehörige

## Angehörige brauchen ausserdem:

- > Unterstützung durch Freunde, Verwandte, Betreuende, Arzt, Sozialarbeiter, Klinik, Behörde
- > Dialogische Gespräche mit allen Beteiligten (Fachleuten, Angehörigen, Betroffenen)
- > Neue Ziele:
  - Der Wahrheit ins Gesicht schauen, ohne zu resignieren
  - Erwartungen anpassen
  - Verantwortung abgeben
  - Gelassenheit statt Verzweiflung
  - Bejahen des Leidens
  - Selbstvertrauen stärken
  - Schuld- und Schamgefühle loswerden



# Die Angebote der VASK



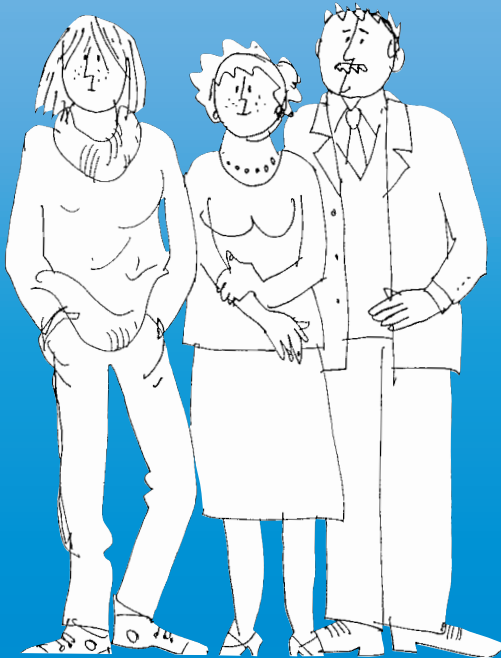
**VASK** Zürich

Vereinigung der Angehörigen von  
Schizophrenie-/Psychisch-Kranken



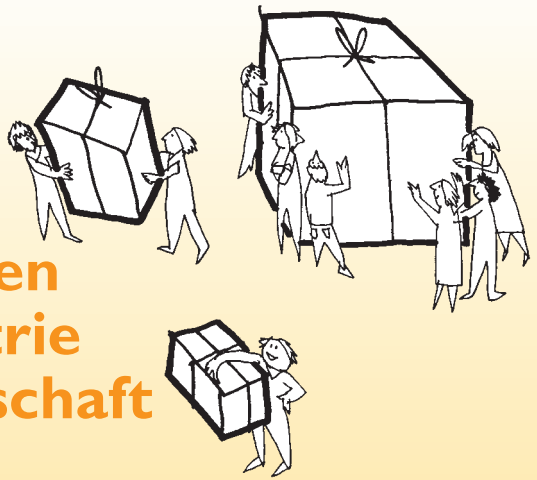
# Appelle der VASK an die Bevölkerung

- > Weisen Sie Rat suchende Angehörige auf die Angebote der VASK hin – besonders neu betroffene Angehörige!
- > Unterstützen Sie mögliche, noch anonyme Angehörige, indem Sie die VASK als Selbsthilfeorganisation in Ihrem Umfeld auch dann bekannt machen, wenn Ihnen keine Betroffenen bekannt sind.



Sie werden sehen,  
wie viel Schweigen  
Sie damit eventuell  
brechen können!

# Wünsche und Forderungen der Angehörigen an die Psychiatrie und die Gesellschaft



- > Angehörige sollen als kompetente Partner für Psychiatriefachleute anerkannt werden
- > Angehörige sollen im Durchsetzen ihrer Rechte unterstützt werden
- > Missverständnisse und Vorurteile über psychisch Kranke sollen geklärt werden
- > Die Stigmatisierung der Betroffenen und der Angehörigen in der Öffentlichkeit soll abgebaut werden
- > Angehörige sollen lernen, über die Krankheit zu sprechen
- > Angehörige sollen professionelle Unterstützung erhalten
- > Angehörige fordern ein Mitspracherecht bei Entscheidungen über den Betroffenen
- > Angehörige fordern mehr interdisziplinäre Zusammenarbeit
- > Angehörige fordern die Einführung von aufsuchender Hilfe vor Ort durch Professionelle

# Gegen Tabu und Stigma

**Psychische Erkrankungen haben immer noch sehr viel mit Tabu und Stigmatisierung zu tun.**

Was bedeutet ein Tabu?

- > Nicht über etwas sprechen
- > Nicht hinsehen
- > Etwas nicht berühren

Was heisst Stigmatisierung?

- > Brandmarkung einer Person, die gemieden, ausgeschlossen, ausgegrenzt, nicht ernst genommen wird

**Dagegen können wir alle viel beitragen, indem wir**



- > Eine Begebenheit nicht verleugnen
- > Offen darüber kommunizieren
- > Etwas nicht weit von uns schieben
- > Nicht urteilen und vorverurteilen
- > Hinsehen und uns engagieren
- > Fragen stellen
- > Selbstwertgefühle stärken
- > Die Autonomie stärken

# Interview mit Prof. Dr. med. Daniel Hell

*Klinikdirektor und Vorsteher des Medizinischen Direktoriums  
Psychiatrische Universitätsklinik Zürich*

## **Herr Professor Hell, was halten Sie von einem speziellen Tag der Angehörigen?**

Es wird oft vergessen, dass Angehörige am Leiden ihrer nächsten Mitmenschen teilhaben. Deshalb scheint mir ein spezieller Tag, der die Angehörigen von Kranken ins Zentrum rückt, sehr angebracht.

## **Wie wichtig (oder lästig) sind in der Regel die Angehörigen bei einer psychiatrischen Hospitalisation?**

Die Einstellung der Angehörigen zur psychiatrischen Hospitalisation kann psychisch Kranke sowohl be- wie entlasten. Eine positive Einstellung zur psychiatrischen Hilfe erleichtert manchmal den direkt Betroffenen, den schweren Schritt über die Schwelle einer psychiatrischen Klinik zu tun. Für die Mitarbeiter einer Klinik sind Angehörige bei der Behandlung psychisch Kranker eine wichtige Ressource. Sie tragen einmal mit ihren Informationen dazu bei, dass das Krankheitsbild und der Krankheitsverlauf besser verstanden werden kann. Ohne ihre Mitarbeit wäre die Strukturierung und Gestaltung der Freizeit von hospitalisierten Kranken oft unmöglich. Schliesslich ermöglichen Angehörige oft einen früheren Austritt aus der Klinik und sind Stützen der poststationären Behandlung.

## **Was können Angehörige bei den Betroffenen positiv und wie bewirken?**

So auf die Schnelle ist diese grosse und wichtige Frage nicht zu beantworten. Ganz entscheidend ist aber immer, wie Angehörige zu den Betroffenen stehen und inwieweit sie ihre Zuwendung und Zuwendung bewahren können, wenn sich psychisch

Kranke aus inneren Gründen abweisend verhalten oder ihre Hilfe nicht annehmen können.

**Was machen Angehörige immer wieder falsch im Umgang mit den Betroffenen?**

Nicht wenige Angehörige sind verständlicherweise durch das psychische Leiden ihres Familienmitglieds überfordert. Sie können dann vorwurfsvoll bzw. negativ-kritisch reagieren oder aus Angst um die Kranken sich ihnen gegenüber nicht mehr abgrenzen.

**Was halten Sie von der Angehörigenarbeit, wie die VASK sie betreibt?**

Wenn es sie nicht gäbe, müsste sie schleunigst initiiert werden.

# Psychisch krank? Mein Kind!

## Schizophren? Was nun?

*Eltern eines kranken Sohnes schreiben einen Erfahrungsbericht*

Diese Fragen stellten sich ganz plötzlich vor 7 Jahren, als unser Sohn in der 2. Sek immer eigenartiger wurde, sich absonderte, viel schlief und sich immer mehr zurückzog. Ein guter Freund von mir (Psychiater) riet uns, zum Kinderpsychiater zu gehen. Als bald wurde klar, dass unser Sohn psychisch krank war, unter gewissen Symptomen von Schizophrenie litt und Medikamente brauchte.

*Wieso bei uns? Sind wir schuld daran? Verzweiflung! Was können wir machen, um zu helfen? Wo erfahren wir mehr? Haben diese Medikamente nicht viele schlechte Nebenwirkungen?*

Trotz der Probleme schaffte unser Sohn den Übertritt ins Gymnasium. Der steigende Leistungsdruck und die Schwierigkeit, mit den wirren Gedanken umzugehen, wurden aber zu gross, und es kam zum Zusammenbruch. Wir mussten Oliver einweisen.

*Wohin? Wie lange? Ist das gut? Hat es überhaupt Plätze? Zahlt das die Krankenkasse?*

Unser Freund half uns wieder weiter, und wir konnten Oliver in die Tagesklinik des KJPD einweisen. So konnte er behandelt und therapiert werden, sich trotzdem schulisch weiterbilden und im Elternhaus schlafen.

*Sagen wir das den Nachbarn? Unseren Eltern? Den Freunden? Wie kommunizieren wir das, damit es Oliver nicht schadet? Wir können nicht helfen, was machen wir falsch?*

Nach einigen Monaten Behandlung konnte Oliver wieder in den Alltag einsteigen und bewältigte die 4 Jahre Gymnasium mit Abschluss der Matura. Natürlich ging es während dieser Zeit

einige Male auf und ab, und alles war auf der Kippe. In diesen Jahren lernte Oliver immer besser mit der Krankheit umzugehen, darüber zu reden und sich selbst zu beobachten. Im gleichen Masse lernten auch wir dazu, fingen an, uns abzugrenzen, und konnten ihm so besser zur Seite stehen und helfen.

*Wir sind froh, dass wir so viel weitergekommen sind, Oliver auch. Aber gehts auch wirklich weiter? Kommt nicht ein Rückfall, und was dann? Wie wird später alles laufen, kann unser Sohn allein oder in einer WG wohnen, normal arbeiten?*

Dann machte Oliver 1 Jahr Pause, nahm diverse Gelegenheitsjobs an und ging 3 Monate nach England, um die Sprache besser zu lernen, bestand gar das Proficiency. In dieser Zeit lernte Oliver, wieder besser auf Menschen zuzugehen, offener zu sein und sich besser einzuschätzen. Auch wir lernten unser Zusammenleben besser zu gestalten.

*Wir hören von der VASK, treten bei und besuchen das Angehörigen-seminar. Durch das Austauschen von Erfahrungen mit anderen Angehörigen lernen wir viel und werden stärker.*

Nach diesem Jahr schrieb sich Oliver an der ETH fürs Studium Elektroingenieur ein. Dies war schon sein Bubentraum. Zwei Monate vor Beginn des Studiums stieg der Druck (Eigenerwartung und neue Situation), und es ging schlechter, er suchte und fand einen neuen Psychiater, und die Medikamente wurden gewechselt. Mühsame Tage folgten, und das erste Jahr verging mit vielen kurzen oder längeren Schwankungen und einem weiteren Medikamentenwechsel. Während der letzten 2 Monate konnte er oft die Gedanken nicht genügend kontrollieren, um an allen Vorlesungen teilzunehmen. Das Pensum ist sehr gross und der Stoff extrem komplex. Oliver besucht den Psychiater im Abstand von ein bis zwei Wochen. Dieses Coaching und

das starke Umfeld (Familie – Freunde) haben bewirkt, dass sich Oliver trotz grosser anfänglicher Zweifel entschlossen hat, nicht aufzugeben, den ganzen Stoff selbst nachzuholen und sich während der Semesterferien auf die nächste Prüfung vorzubereiten.

*Wieder haben wir eine Durststrecke gemeistert. Wird jetzt alles gut? Wenn nicht, was dann: ein weiteres Zwischenjahr, eine Stelle suchen? Wir müssen stark sein und die Hoffnung nicht aufgeben und uns an jedem kleinen Erfolg freuen.*

Aus heutiger Sicht wären wir lieber schon früher zur VASK gestossen. Da wir von unserem Freund aber immer bestens beraten wurden, war unser Leidensdruck nicht gross genug, um aktiv nach weiterer Hilfe zu suchen. Heute gehöre ich selber zu den aktiven freiwilligen Mitarbeitern der VASK, weil ich überzeugt bin, dass die angebotenen Dienstleistungen ausgezeichnet sind und dass die Angehörigen in hohem Mass davon profitieren können.

H. B.



# Angehörige, die unbekanntes Wesen

*Ruth Dual, Präsidentin der VASK Zürich*

*«Dieser Artikel erschien in der Septemбераusgabe 2008 der Zeitschrift VSAO (Verband schweizerischer Assistenz- und Oberärzte)»*

Immer mehr Menschen erkranken an einem psychischen Leiden. Massiv betroffen sind auch Familienmitglieder und Freunde. Angehörige stehen plötzlich da und wissen nicht, wie ihnen geschieht. Sie müssen den Betroffenen in eine Klinik bringen, vielleicht sogar einen fürsorglichen Freiheitsentzug (FFE) durchführen lassen. Sie sind mit neuen Fachausdrücken konfrontiert, kennen ihre Rechte und Pflichten nicht, auch die Krankheit und deren Hintergründe sind ihnen fremd.

Viele Angehörige ziehen sich zurück und leiden im Stillen. Sie schämen sich, das Erlebte jemandem anzuvertrauen. Wer mag schon über die Schulden sprechen, die der Mann in einer Manie verursacht hat, über die Tochter, die seit Wochen kein Wort mehr gesprochen hat und mit leerem Blick die Decke anstarrt, über den bislang so höflichen Sohn, der auf einmal die Mutter mit gröbsten Schimpfwörtern eindeckt, nicht mehr aufstehen will und wirre Sachen erzählt?

## **Der Arzt als Vermittler**

Am ehesten offenbaren sich Angehörige einer Vertrauensperson, in erster Linie ihrem Arzt. Entscheidend ist dann, dass der Arzt das psychosoziale Umfeld erfassen kann, sich vielleicht zunächst als Familiencoach sieht und in dieser Richtung aktiv wird. Dies bedingt jedoch, dass der Arzt sowohl über psychiatrische Krankheitsbilder wie auch über das Netz von Fachleuten, von zuständigen Institutionen und von Selbsthilfevereinigungen Bescheid weiss. Speziell um Angehörige kümmert sich die VASK, die Vereinigung der Angehörigen von Schizophrenie- und psy-

chisch Kranken. Die VASK bietet ihnen ein Netz, zeigt Wege auf und baut Brücken zu Schicksalsgenossen.

Oft werden Angehörige selber krank, zeigen psychosomatische Symptome, weil sie lange alleine versuchen, mit dem irritierten Umfeld klarzukommen, und das eigene Wohlbefinden in den Hintergrund stellen. Auch hier liegt es vornehmlich an der ärztlichen Vertrauensperson, hellhörig zu werden und einfühlsam herauszufinden, wo genau «der Schuh drückt».

### **Im Schatten**

Angehörige von psychisch Kranken sind – was die Medienberichterstattung angeht – beinahe inexistent. Ihre Sorgen und Nöte werden genauso wenig thematisiert wie die Wichtigkeit ihrer Arbeit. Zu Unrecht, denn ohne den Einsatz der Angehörigen würden die Psychiatrie kollabieren und die Kosten ins Unendliche steigen. Angehörige tragen wesentlich dazu bei, ambulante Formen in der Psychiatrie überhaupt möglich zu machen. Angehörige psychisch Kranker sind folglich wichtige Pfeiler in der Sozialpsychiatrie und ersparen dem Staat viele Ausgaben. Trotzdem werden sie zu wenig einbezogen, zu wenig gehört, zu wenig unterstützt.

Seit über 20 Jahren versucht die VASK, den Angehörigen eine Stimme zu geben, ihnen eine Anlaufstelle und Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten. Gleichzeitig leistet die VASK Aufklärungsarbeit und plädiert für einen stärkeren Dialog mit der Psychiatrie sowie für die Entstigmatisierung psychischer Krankheiten.

# Brauchen wir die VASK?

*Von Monika Staub, Angehörigen-Beraterin VASK Zürich*

Heute, in der ruhigen geordneten Schweiz, wo alles gesetzlich geregelt und sauber verordnet ist, kann man sich diese Frage sicher stellen.

Haben Sie selber schon erlebt, dass Sie in irgendeiner Sache nicht zu Ihrem Recht kamen, vielleicht auch noch einen Anwalt bezahlen mussten – nur um zu Ihrem gesetzlich verankerten Recht zu kommen? Viele von uns leben in der Illusion, dass die Existenz eines Gesetzes bereits dessen Anwendung garantiert. Eigentlich müsste uns aus den vielen Medienberichten über Fälle, die das Gegenteil zeigen, klar sein, dass dem nicht so ist. Warum sonst brauchen wir Ombudsstellen?

Dies ist auch im Gesundheitswesen nicht anders. Seit 2005 ist das neue Patientengesetz rechtskräftig, das auch die Rechte der Angehörigen regelt. Vertreter von Angehörigen- und Patientenorganisationen haben sich unter grossem Aufwand in der Vernehmlassung für die Anliegen aller Betroffenen eingesetzt. Das Gesetz beinhaltet wesentliche Neuerungen, die seit bald 4 Jahren einforderbar sind. Nur ist die Frage: Wer weiss davon?

So ist zum Beispiel die Information von Angehörigen und ihr Einbezug in den Gesundheitsprozess klar als Recht verbrieft, auch in der Psychiatrie – doch zeigen uns Erfahrungsberichte von Angehörigen immer wieder, dass diese Rechte meist nicht zum Zuge kommen, wenn wir sie nicht aktiv und selbstbewusst einfordern.

Genau dies können oder wagen viele Angehörige nicht. Gerade in schwierigen Fällen halten sich Angehörige zurück, sei es aus Angst, aus Schuldgefühl oder weil sie selber «am Rumpf» sind. Oder sie hegen übergrosse unrealistische Erwartungen an die Fachleute und gehen davon aus, dass diese den Patienten heilen

und alles Nötige in die Wege leiten. Oder sie lassen sich einschüchtern und entmutigen, wenn sie mit dem magischen Wort «therapeutische Schweigepflicht» abgewiesen werden.

Dass Angehörige zum Patienten dazugehören und entsprechend aufgeklärt und angeleitet werden müssen, hat sich noch viel zu wenig durchgesetzt.

So setzt sich die VASK auf verschiedenen Ebenen für diese Anliegen und Rechte der Angehörigen ein:

- in erster Linie leiten wir Angehörige in Selbsthilfe an. Dies beinhaltet nicht nur den Umgang mit Patienten, sondern auch den Umgang mit Fachleuten und Institutionen. Information und die Förderung des Selbstbewusstseins gehören zu unseren Kernaufgaben (Stichwort «Empowerment»);
- im Weiteren vertreten wir diese Anliegen und Forderungen gegenüber Institutionen und in der Öffentlichkeit, wir nehmen Einsitz in Kommissionen, um auf Gesundheitspolitik und Gesetzgebung einzuwirken;
- wir vernetzen uns mit Bündnispartnern, auch über die Landesgrenzen hinaus.

Dazu finden Sie detaillierte Informationen in diesen «VASK Nachrichten», auf unserer Website und in zahlreichen Broschüren.

Liebe Leserinnen und Leser, urteilen Sie bitte selbst, ob es die VASK braucht. – Wir freuen uns über Ihr Echo!

# Veranstaltungen im Herbst 2008

## **VASK Zürich Adventsgottesdienst**

Der traditionelle musikalische Adventsgottesdienst findet  
wiederum zusammen mit dem Verein Allegretto statt,  
und zwar am

**Mittwoch, dem 26. November 2008, von 19–20 Uhr**

am neuen Ort:

**Kirche Zürich Oberstrass, Stapferstrasse 58**  
(Tram Nr. 9 oder 10 bis Station Winkelriedstrasse)

Anschliessend sind Sie im Chilechäller zu einem Adventsapéro  
eingeladen.

---

## **Erwachsenenbildungsreihe der Kirchgemeinde Horgen**

### **Führung**

**«Die PUK gestern – heute – morgen»**

Führung durch die Psychiatrische Universitätsklinik Zürich  
mit Dr. med. Katrin Angst

Keine Anmeldung erforderlich, Teilnahme kostenlos

**Mittwoch, 22. Oktober, um 18.00 Uhr**

**Besammlung beim Haupteingang der Klinik  
Lenggstrasse 31, 8032 Zürich**  
(Tram Nr. 11 oder Forchbahn bis Haltestelle Balgrist)

# Jubiläumstagung 30 Jahre Pro Mente Sana

In Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Gesellschaft für Sozialpsychiatrie

**Donnerstag/Freitag, 27./28. November 2008,  
im Kongresszentrum Biel**

**MEHR BEWEGUNG FÜR DIE PSYCHIATRIE –  
CHANCEN NUTZEN, VERÄNDERUNGEN WAGEN**  
Eine Tagung zu Recovery und personenzentrierten Angeboten

Die psychiatrische Versorgung in der Schweiz ist stark auf herkömmliche psychiatrische Institutionen ausgerichtet. Innovative Ansätze wie die aufsuchende Hilfe, Recovery und Empowerment sind zwar in aller Munde. Ihre Umsetzung in die Praxis erfolgt jedoch nur zögerlich. Die Jubiläumstagung von Pro Mente Sana setzt sich dafür ein, dass den Worten nun auch Taten folgen und die Institutionszentrierung durch Personenzentrierung abgelöst wird. Zukunftsweisende Konzepte sollen umgesetzt werden, damit die Wahlfreiheit von psychisch kranken Menschen gestärkt, ihre Genesung gefördert und ihre gleichberechtigte Teilhabe in der Gemeinschaft verwirklicht wird.

Das vollständige Programm mit Anmeldetalon kann bei der Schweizerischen Stiftung Pro Mente Sana, Hardturmstrasse 261, Postfach, 8031 Zürich, oder bei VASK Zürich, Langstrasse 149, 8004 Zürich, angefordert werden.

Unter [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch) ist das Programm ebenfalls zum Herunterladen bereit.

**Die VASK ist mit einem Beitrag über «Ambulante Angebote in der Psychiatrie» an dieser Tagung dabei.**

# Diagnose: **Psychisch behindert**

## **Zur Integration von Menschen mit psychischer Behinderung in Wirtschaft, Politik, Gesellschaft**

An der Paulus-Akademie in Zürich findet am 4. und 5. Dezember 2008 eine Tagung zur oben genannten Thematik statt.

Beispiele aus dem reichhaltigen Programm:

### **Patienten und Personen – zum Begriff der psychischen Krankheit aus philosophischer Sicht**

*PD Dr. Thomas Schramme, Philosoph, University of Swansea, Wales, UK*

### **Produziert unsere Gesellschaft immer mehr psychisch behinderte Menschen?**

*Dr. Markus Binswanger, Chefarzt der Klinik Littenheid*

### **Psychische Behinderung und das Verbot der Diskriminierung**

*Dr. iur. Caroline Hess-Klein, Leiterin der Fachstelle Egalité Handicap, Bern*

### **Die 5. IV-Revision – Eingliederung! Aber wie?**

*Jürg Gassmann, Rechtsanwalt und Zentralsekretär Pro Mente Sana*

Das vollständige Programm erhalten Sie unter:

Paulus-Akademie Zürich, Carl Spitteler-Strasse 38, 8053 Zürich  
Tel. 043 336 70 30, Fax 043 336 70 31, [www.paulus-akademie.ch](http://www.paulus-akademie.ch)

## Schweizerischer Dachverband der kantonalen und regionalen VASK Vereinigungen der Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch-Kranken



Schweizerischer Dachverband  
**VASK Schweiz**  
St. Alban-Anlage 63, 4052 Basel  
061 271 16 40  
info@vask.ch  
www.vask.ch



VASK Zentralschweiz  
Postfach 534, 6210 Sursee  
041 921 60 48  
Mo 14.00–16.00  
Fr 14.00–16.00  
vaskluzern@bluewin.ch



VASK Aargau  
Bahnhofstrasse 57, 5000 Aarau  
062 837 50 15  
Mo 9.30–11.30  
Do 9.30–11.30  
info@vaskaargau.ch  
www.vaskaargau.ch



VASK Ostschweiz  
Alte Landstrasse 21, 9038 Rehetobel  
071 866 12 12  
werktags, ohne Gewähr  
vaskostschweiz.pr@freesurf.ch  
www.vaskostschweiz.ch



Stiftung Melchior, Angehörigen Selbsthilfe  
Thiersteinallee 51, Postfach, 4018 Basel  
061 206 97 60  
zu Bürozeiten  
info@stiftungmelchior.ch  
www.stiftungmelchior.ch



VASK Schaffhausen  
Neustadt 77, 8200 Schaffhausen  
052 625 55 80  
werktags, ohne Gewähr



VASK Ticino  
Trevano 7A, 6900 Lugano  
076 453 75 70  
werktags 9.30–11.30  
14.30–16.30  
info@vaskticino.ch  
www.vaskticino.ch



VASK Bern  
Postfach 8704, 3001 Bern  
031 311 64 08  
Mi 9.00–11.00  
Fr 13.00–15.00  
vask.bern@bluewin.ch  
www.vaskbern.ch



L'ilot, Association vaudoise  
Avenue d'Echallens 131, 1004 Lausanne  
021 626 57 74  
info@lilot.org  
www.lilot.org



Assoc. Le Relais Genève  
Rue des Savoises 15, 1205 Genève  
Permanence téléphonique  
022 781 65 20  
Mo 13.30–16.00  
Fr 13.30–16.00  
info@lerelais.ch  
www.lerelais.ch



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