

Zentrum Selbsthilfe

Geschäftsbericht 2014

Gemeinsam wachsen. In den geleiteten Gruppen des Zentrum Selbsthilfe finden sich Menschen in schwierigen Lebenssituationen zusammen. Unterstützt von einer Beratungsperson lernen sie aus ihren Erfahrungen und probieren gemeinsam neue Schritte aus.

Geleitete Gruppen. Erfreuliche Aussichten.

Im Jahr 2014 haben Menschen in unterschiedlichsten Lebenssituationen 190 Kurse im Zentrum Selbsthilfe besucht. Ziel ist es, im Austausch mit anderen Menschen das eigene Leben besser meistern zu können. Häufige Themen sind: Die Erkrankung verstehen, die Einsamkeit überwinden und Kontakt finden. Für sich selbst eintreten können, einen Lebenssinn finden, den Tag sinnvoll gestalten, mutig neue Schritte wagen. Diese Beratungsform in Gruppen ist im ambulanten Setting schweizweit einzigartig.

2014 haben wir mit unseren vier Partnern die Vertragsperiode 2015 – 2018 verhandelt. Der Kanton Basel-Landschaft hatte die Leistungen der geleiteten Gruppen aufgrund von Sparbemühungen seit 2010 nicht mehr mitfinanziert. Umso erfreulicher war für uns der Entscheid des Baselbieter Landrats an seiner Sitzung vom 13. November 2014, diese Leistung mit 65 Ja gegen 5 Nein bei 3 Enthaltungen wieder in Anspruch zu nehmen. Damit anerkennt er die Wichtigkeit des Angebots „Sozialberatung in Gruppen“ als Teil des psychiatrischen Versorgungsnetzes. Ebenso haben unsere weiteren Partner, der Kanton Basel-Stadt und Pro Infirmis, aufgrund von Mehrleistungen höhere Finanzbeiträge bewilligt. Somit steht das Zentrum Selbsthilfe für die kommende Vertragsperiode auf einer soliden Finanzgrundlage.

Humor als Türöffner. Weiterbildung Selbsthilfegruppen.

Am 25. Oktober 2014 haben 37 Teilnehmende aus Selbsthilfegruppen die Weiterbildung «Humor als Türöffner» im «Humorlabor» des bekannten Clowns und Erwachsenenbildners Pello besucht. Mit vielen heiteren und liebevollen Darbietungen hat Pello uns veranschaulicht, wie man neu dazukommende Teilnehmende willkommen heisst und Begegnungen mit Humor angeht. Der Nachmittag war reich an Schmunzeln, Berührtsein und eigenem Ausprobieren. «Ich nehme viele Impulse mit, wie man mit wenig Aufwand Menschen zum Staunen bringt und das Eis in Gesprächen bricht», so das Fazit einer Teilnehmerin.



Pilotprojekt «Selbsteinschätzung». Peers im Einsatz.

Innerhalb des kantonalen Pilotprojekts «Selbsteinschätzung» der Behindertenhilfe Basel-Stadt und Basel-Landschaft konnten wir gemeinsam mit drei in psychischen Erkrankungen erfahrenen Frauen mitarbeiten. Die Peerfrauen haben in drei psychosozialen Institutionen die betroffenen Menschen informiert und sie auf Wunsch bei der Selbsteinschätzung des eigenen Bedarfs unterstützt. Das Projekt wirkte beflügelnd. Die betroffenen Menschen fühlten sich ermutigt, ihren Weg zu mehr Gesundheit und Eigenständigkeit aktiv selber unter die Füsse zu nehmen.

Besucherinnen und Besucher

Beratungsstelle Help Point

Beratungen	2014	2013
Kanton BS	1008	871
Kanton BL	379	358
Unbekannt oder andere Regionen	179	153
Total Beratungen	1'566	1'382
Vermittlungen in Selbsthilfegruppen	820	653
Triage zu anderen Fachpersonen und Institutionen	227	204

Die Kurzberatungen sind im Vergleich zum Vorjahr um 13% angestiegen. Wir waren mit unserem Informationsstand «Rettungsinsel» mit engagierten Selbsthilfegruppen an der MUBA und an den Begegnungstagen der Psychiatrie Baselland präsent. Von den insgesamt 1566 Anfragen haben wir 43% per Mail, 42% per Telefon und 15% in einer persönlichen Beratung beantwortet.

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen	2014	2013
Kanton BS	107	104
Kanton BL	66	70
Total Selbsthilfegruppen	173	174
Neu entstandene oder neu entdeckte Selbsthilfegruppen	9	16
Aufgelöste Gruppen	10	10
Beratungen bestehender Gruppen	15	18

Das Zentrum Selbsthilfe hat im Jahr 2014 sechs Neugründungen zu folgenden Themen begleitet: AD(H)S, Anorexie/Bulimie Eltern, Borderline, 2 x Hochsensibilität, Trennung/Scheidung. Die Zahl der Selbsthilfegruppen im psychischen Bereich hat um 12% zugenommen. Allenfalls werden psychische Erkrankungen gesellschaftlich vermehrt akzeptiert und betroffene Menschen wagen sich früher Hilfe zu holen. Auf www.zentrumselbsthilfe.ch finden Sie ein Verzeichnis der bestehenden Selbsthilfegruppen.

Selbsthilfegruppen plus

Selbsthilfegruppen plus	2014	2013
Kanton BS	142	143
Kanton BL	29	35
Übrige Region	19	17
Teilnehmer/innen	190	195
Anteil mit IV-Berentung	59 %	64 %

Das Zentrum bietet geleitete Gruppen mit unterschiedlichen methodischen Schwerpunkten an: zwei Gesprächsgruppen, eine Rollenspielgruppe, zwei Kreativgruppen, eine Gruppe Lösungsorientiertes Malen. Im Jahr 2014 konnten wir aufgrund der fehlenden Finanzierung des Kantons Basel-Landschaft keine Neuanmeldungen aus Baselland aufnehmen. Zu unserer grossen Freude übernimmt der Kanton Basel-Landschaft die Finanzierung ab 2015 wieder.

Ausblick

Café Selbsthilfe. Begegnungen und Austausch.

Am Samstag, den 25.4.2015, hat das erste Café Selbsthilfe seine Türen im Zentrum geöffnet. Ein Projektteam, bestehend aus drei Teilnehmenden aus Selbsthilfegruppen und einer Beraterin, hat den Anlass in gemeinsamer Arbeit geplant und mit weiteren Helfenden durchgeführt. Das liebevoll eingerichtete Café mit selbstfabriziertem Eistee, Kaffee und feinen Kuchen wurde von rund 40 Personen besucht, die in der Selbsthilfe aktiv sind. In einem lebendigen Austausch wurden neue Kontakte geknüpft, Themen aus den eigenen Gruppen besprochen, Informationen erfragt und ausgetauscht. Das Café Selbsthilfe findet das nächste Mal am 19. September 2015 statt.

Gruppe «Kultur-Leben». Fähigkeiten entfalten.

Auf Wunsch einiger unserer Teilnehmenden ist die Idee der geleiteten Gruppe «Kultur-Leben» entstanden. Menschen in herausfordernden Lebenssituationen, die kulturell interessiert sind, teilen in der moderierten Gruppe kulturelle Erfahrungen, besuchen gemeinsam Kulturanlässe und erweitern dadurch ihren Horizont. Sie animieren sich gegenseitig, sich auf eine ihnen entsprechende Art kulturell zu betätigen. Ziel ist es, Menschen, die aufgrund ihrer Erkrankung häufig isoliert und mit bescheidenen Mitteln leben, in ihren eigenen kulturellen Fähigkeiten zu stärken und ihnen zu ermöglichen, am gesellschaftlich-kulturellen Leben teilzuhaben. Das Pilotprojekt kann dank grosszügiger Spenden realisiert werden.

Selbsthilfe Magazin. Sturmfest ins Leben.

Im Februar 2015 ist das neunte Selbsthilfe Magazin mit dem Titel «Sturmfest» an die Öffentlichkeit gelangt. Fünf Teilnehmende aus Selbsthilfegruppen zeigen in persönlichen Berichten, philosophischen und humorvollen Beiträgen, was sie mit Sturmfestigkeit verbinden. Alle Fotos und Bildbeiträge wurden von ihnen selbst realisiert und gestaltet. Sie lassen das Heft in einem bunten, ansprechenden Kleide daherkommen. Wiederum ermöglichen die vier regionalen psychiatrischen Kliniken sowie das Universitäts-Spital Basel mit ihrem Sponsoring die Herstellung des Magazins. Die Redaktionsgruppe, bestehend aus bisherigen und neuen Mitarbeitenden, hat sich bereits an die Arbeit gemacht, damit im kommenden Jahr das zehnte Selbsthilfe Magazin das Licht der Welt erblicken wird.

Jahresrechnung 2014

Bilanz 2014	31.12.2014	31.12.2014	31.12.2013	31.12.2013
	Aktiven	Passiven	Aktiven	Passiven
Flüssige Mittel	166'715		172'354	
Verrechnungssteuer	54		47	
Aktive Rechnungsabgrenzungen	2'545		2'545	
Total Umlaufvermögen	169'314		174'946	
Genossenschaftsanteil Let Pack	100		100	
Darlehen Stiftung Hinterhuus	170'000		170'000	
Mobiliar und Einrichtungen	1		1	
Total Anlagevermögen	170'101		170'101	
Total Aktiven	339'415		345'047	
Kreditoren		843		1'859
Verbindlichkeiten		16'578		11'651
Passive Rechnungsabgrenzungen		24'700		17'820
Schlüsseldepot		720		810
Rückstellungen Mitarbeiterlöhne		12'000		12'000
Total Fremdkapital		54'841		44'140
Eigenkapital		30'907		51'046
Reserve Löhne/Mieten		150'000		150'000
Reserve Leistungen		120'000		120'000
Vereinsergebnis		-16'333		-20'139
Total Eigenkapital		284'574		300'907
Total Passiven		339'415		345'047
Erfolgsrechnung 2014	2014	2014	2013	2013
	Aufwand	Ertrag	Aufwand	Ertrag
Mitgliederbeiträge		6'950		6'990
Spenden		49'442		38'517
Beitrag GGG		16'500		16'000
Subvention Basel-Stadt		300'000		300'000
Subvention Basel-Landschaft		100'000		100'000
Gemeinden		6'000		1'100
Dachorganisation Pro Infirmis		182'000		182'000
Dachorganisation Selbsthilfe Schweiz		39'277		42'877
Einnahmen Dienstleistungen Gruppen		33'994		32'072
Übrige Einnahmen		4'780		4'759
Finanzerfolg		4'041		3'991
Total Ertrag		742'984		728'306
Dienstleistungsaufwand	37'988		42'775	
Personalaufwand	605'757		593'626	
Raumaufwand	62'824		63'209	
Verwaltungsaufwand	2'421		3'736	
Mittelbeschaffung	46'675		40'967	
Übriger Vereinsaufwand	3'652		3'543	
Abschreibung, periodenfremder Aufwand	0		589	
Total Aufwand	759'317		748'445	
Vereinsergebnis	-16'333		-20'139	

Der Revisionsbericht der Straumann Treuhand AG, Therwil kann unter mail@zentrumselbsthilfe.ch bestellt werden.

Spenden

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Spenderinnen und Spendern für Ihre wertvolle Unterstützung.

16'000 Franken

- Gesellschaft für das Gute und Gemeinnützige GGG

5'000 bis 10'000 Franken

- Einwohnergemeinde Therwil
- Psychiatrie Baselland
- Steudler Press

2'000 bis 4'999 Franken

- Klinik Schützen
- Klinik Sonnhalde
- Selbsthilfe Schweiz
- Universitäre Psychiatrische Kliniken
- Vrenjo Stiftung

1'000 bis 1'999 Franken

- Thomi-Hopf-Stiftung
- Straumann Treuhand AG
- Nico Wirz

500 bis 999 Franken

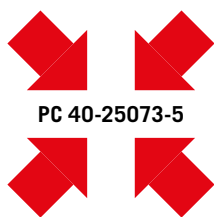
- Alkena
- Basler Kantonalbank
- Gesellschaft für Arbeit und Wohnen
- Gemeinde Oberwil
- Gemeinde Arlesheim
- IWB
- Justin Unternährer AG
- Weleda

100 bis 499 Franken

- Altorfer Werner
- Baumgartner Samuel
- Bertschmann Katharina
- Bieri-Zemp Simon
- Brun Pascal
- Dr. med. Cahn Theodor
- Diem Monika

- Victorinox
- Eymann Jeannine
- Dr. med. Flubacher Peter
- Dr. med. Gelzer Daniel
- Gröflin-Buitink Charlotte
- Dr. med. Hegner-Schürch
- Jakobs Leckerli
- Jriion Elisabeth
- Jungen Margrit
- Kuhn Thomas
- Marti Heidi
- Dr. med. Martin Vogt
- Metzner Margarethe
- Neuhaus Gabrielle
- Nussbaumer Christianne
- Portenier Yvonne
- Ricola AG
- Rudin Beat und Rosemarie
- Stocker-Zemp Beatrice
- Vögtlin-Maier Marcel
- Dr. med. Wallimann Isidor
- Wendle Rosmarie
- Will Cedric Phillip
- Stiftung Andrea Silvana Witzinger
- Ziegler Susann

Weitere 89 Spenderinnen und Spender haben uns mit Beiträgen unter 100 Franken unterstützt.



PC 40-25073-5

Wir freuen uns auch über Ihre Spende. Jeder Betrag ist willkommen. IBAN CH23 0900 0000 4002 5073 5

Jahresbericht 2014

Verein Selbsthilfe
Zentrum Selbsthilfe
Feldbergstrasse 55
4057 Basel
Telefon 061 689 90 90
Fax 061 689 90 99
mail@zentrumselbsthilfe.ch
www.zentrumselbsthilfe.ch

Redaktion Kristin Metzner
Foto Christian Flierl
Satz Multiplikator AG
Druck Steudler Press AG

Brücken bauen

Begegnungen zwischen Teilnehmenden aus Selbsthilfegruppen und Menschen, die hospitalisiert sind, machen Mut und helfen weiter. Seit jeher baut das Zentrum Brücken zwischen Betroffenen, Teilnehmenden aus Gruppen und Fachpersonen.

Selbsthilfe vor Ort. In der Klinik – im Spital.

Seit zwei Jahr besuchen Teilnehmende aus geleiteten Gruppen und ein Berater zweimal jährlich Patientensitzungen in der UPK. Im April 2015 hat das gleiche Team einen Anlass in der Klinik Sonnhalde für 30 Personen durchgeführt. Die Teilnehmenden erzählen von ihren Gruppen-Erfahrungen und von ihrem Gesundungsweg. Menschen mit eigenen Krankheits- und Genesungserfahrungen sind Brückenbauer und Mutmacher. Sie berichten unmittelbar und glaubwürdig. In der UPK planen wir für 2015 zwei Selbsthilfe-Nachmittage, wo wir und Teilnehmende aus Selbsthilfegruppen mit unserem Informationsstand «Rettungsinsel» auf dem Klinikgelände sind. Erste Kontakte sind mit dem Claraspital, dem Universitätsspital Basel und dem Kantonsspital Baselland geknüpft.

Nationale Tagung. Nationale Partnerschaften.

Unter dem Motto «Synergien nutzen – Kompetenzen stärken – Tatkraft stärken» organisiert die Dachorganisation Selbsthilfe Schweiz am 12. November 2015 mit den nationalen Gesundheitsligen, Pro Mente Sana und der Gesundheitsförderung Schweiz eine Tagung. Ziel: Die Akteure in der Selbsthilfe und im Gesundheitswesen zu vernetzen und die Angebote besser zu koordinieren. Das Zentrum Selbsthilfe Basel und Winterthur bieten einen Workshop an, indem die Arbeitsweise von Selbsthilfegruppen direkt erlebt werden kann.

Partner



pro infirmis

