



# Verein Postnatale Depression Schweiz – Jahresbericht 2018

## 1. Medien- und Öffentlichkeitsarbeit / Projekte

Im März 2018 feierte der Verein Postnatale Depression Schweiz die Eröffnung seiner ersten Geschäftsstelle. Im Gewölbekeller des Praxiszentrums Arcus in Thalwil wurden insgesamt 60 Betroffene, Angehörige, Interessierte, aber auch viele Fachpersonen begrüsst. Der Eröffnungsanlass stand unter dem Motto «Postnatale Depression hat viele Gesichter» – dazu gehörte auch die Vorstellung der «Gesichter» hinter der Vereinsarbeit. Nach einer Vorstellung der aktuellen Aktivitäten, Projekte aber auch Herausforderungen des Vereins, stellten sich alle Vorstandsmitglieder vor und liessen durch Erzählungen ihrer persönlichen Geschichten auch Blicke hinter die Fassade ihrer Gesichter zu. Ehrlich und berührend erzählten sie, wie sie die Krankheit verändert hat, was sie die Krankheit gelehrt hat und wie ihnen der Weg in ein glückliches «Muttersein» – ohne Fassade – gelungen ist. Im Vorfeld des Anlasses hat die junge Künstlerin Angela Putscher 30 eindruckliche Bilder zum Thema geschaffen. Manche farbenfroh und hell, andere düster und schwer, jedes Bild anders, jedes Bild stark – stark wie jede einzelne Frau, jedes Gesicht, das durch die Krankheit geprägt wurde. Die Bilder sollten dazu ermutigen, hinter die Fassade zu schauen und wurden am Anlass versteigert. Dabei konnten CHF 2'500.– für die Vereinstätigkeit eingenommen werden. Insgesamt nahm der Verein im letzten Jahr CHF 14'925.– an Spendengeldern ein.

Mit der Eröffnung der ersten Geschäftsstelle in der Schweiz hat der Verein auch sein Angebot für Betroffene, Angehörige sowie Fachpersonen erweitert und ist nicht mehr nur über die Website sowie per E-Mail, sondern neu auch per Telefon erreichbar. In den zwölf Monaten seit der Eröffnung wurde der Verein insgesamt knapp 800 Mal von Betroffenen, Angehörigen oder Fachpersonen kontaktiert, davon rund 150 mal per Telefon. Der Verein nimmt hierbei insbesondere die Rolle einer Vermittlungsstelle ein und versucht, für die Betroffenen schnell passende Hilfe zu finden sowie die Vernetzung mit Fachpersonen zu verstärken. Aktuell sind auf der Website rund 80 Fachpersonen nach Region aufgelistet, dieses Netzwerk wird laufend weiter ausgebaut.

Auf eine Präsenz an einer Vielzahl von Kongressen und Messen haben wir im 2018 bewusst verzichtet, da der Fokus im Aufbau der Geschäftsstelle lag. Die Kontakte wurden jedoch gepflegt, beispielsweise zum Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz, dem Ambulatorischen Zentrum des Sanatoriums Kilchberg oder der Arche Zürich (neu gemeinsam mit der Mütterhilfe Zürich).

Eine spannende Zusammenarbeit erfolgte im Zeitraum von April bis Juni 2018 mit dem Verein Frauenkino.ch. Während insgesamt 6 Abenden in Einsiedeln und Rapperswil wurden Vorstandfrauen jeweils vor der Kinovorführung zum Thema Postnatale Depression und zur Vereinsarbeit interviewt. Pro Abend besuchten bis zu 200 interessierte Frauen diese Vorstellungen. Durch die im Ticketpreis beinhaltete Spende von jeweils CHF 7.– pro Besucherin und Abend und die freiwilligen Spenden aus den Spendenboxen kamen stolze CHF 9'914.– für unsere Vereinsarbeit zusammen.

Auch im 2018 wurde der Verein und insbesondere die Neueröffnung der Geschäftsstelle in Schweizer Medien mehrmals erwähnt, so beispielsweise auch mit einem Erfahrungs-Interview der Co-Präsidentin mit MyHandicap oder auch mit neuen Inhalten bei Pro Juventute. Eine Übersicht der Medienberichte finden sich auf der Vereins-Website.

Im Mai 2018 übernahm der Verein erstmals ein Ausbildungsmodul bei der Doula Fachschule Schweiz, mit dem Ziel, diese wichtige Berufsgruppe im Bereich Postnatale Depression besser zu informieren und so die Betreuung zu verbessern.

Der Newsletter wurde in diesem Jahr erneut zweimal an die mittlerweile knapp 1000 Adressaten versandt und erfreut sich sehr positiver Rückmeldungen.

## **2. Website / Social Media**

Im 2018 ergänzten wir die Website laufend mit regelmässigen News, neuen Fachpersonen, Gruppenangeboten, Interviews sowie den erweiterten Kontaktmöglichkeiten durch die Geschäftsstelle. Von März 2018 bis März 2019 besuchten insgesamt 54'510 Nutzer unsere Website. Der Grossteil der Benutzer (knapp 70%) greift über ein mobiles Gerät auf die Website zu und rund zwei Drittel der Benutzer stammen aus Deutschland oder Österreich.

Die französische Übersetzung ist abgeschlossen, aktuell erfolgt das Einpflegen der Inhalte auf der französischen Seite, eine Live-Schaltung wird im laufenden Jahr erfolgen. Wir bedanken uns herzlich bei Nicole Cerratti für die ehrenamtliche Übersetzung der gesamten Website-Inhalte.

Im Rahmen der Eröffnung der Geschäftsstelle wurde ein Instagram Account eröffnet, auf dem Impressionen der zu ersteigernden Werke von Angela Putscher gezeigt wurden. Während dieser Account zurzeit nicht mehr aktiv betrieben wird, ist und bleibt Facebook (<https://www.facebook.com/PostnataleDepressionSchweiz/>) unser Hauptkanal für Social Media-Aktivitäten – mit regelmässigen News und thematischen Inputs sowie einer regen Interaktion mit den Benutzern.

### **3. Fachlicher Beirat**

Der Fachliche Beirat wurde zur Eröffnung der Geschäftsstelle eingeladen und wir freuten uns über die Teilnahme diverser Mitglieder an unserer Feier. Hauptaufgabe des Fachlichen Beirats liegt in der Beratung in fachlichen Fragen für den Verein. Für das nächste Jahr möchten wir die Interaktion mit dem Fachlichen Beirat intensivieren, hierfür werden aktuell passende Strategien erarbeitet.

### **4. Flyer**

Die im 2017 umgestalteten Flyer wurden Interessierten im 2018 kostenlos zur Verfügung gestellt. Sie können über das Online-Formular der Vereins-Website in den Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Serbisch bestellt werden. Zusätzlich gibt es auch eine Übersetzung des Flyers auf Rätoromanisch, jedoch nur als Online-Version. Insgesamt knapp 1500 Exemplare wurden im 2018 verteilt oder versandt, hiervon rund 900 Exemplare auf Deutsch.

### **5. Patenschaften**

Im Jahr 2018 konnten zwölf Patenschaften vermittelt werden. Der Patinnen-Pool ist stabil. Das Patenschaftsnetzwerk wird weiter fortgeführt und im kommenden Jahr ist ein Event zum Austausch und Kennenlernen geplant. Es stehen uns zurzeit 55 Betroffene und Angehörige als Paten/Patinnen in den Kantonen AG, AR, BE, BL, GR, LU, SG, SH, SO, SZ, TG, ZG und ZH sowie in Deutschland zur Verfügung.

### **6. Gesprächsgruppen**

Zurzeit gibt es aktive Gesprächsgruppen zum Thema PND in Zürich, Pfäffikon SZ, Baden sowie seit Juni 2018 neu auch in Bern. Die Treffen der Gesprächsgruppen finden einmal im Monat statt, mit Ausnahme von Baden, wo sich die Teilnehmer alle 2 Wochen treffen. Im Durchschnitt nehmen 3-4 Frauen an den Treffen teil.

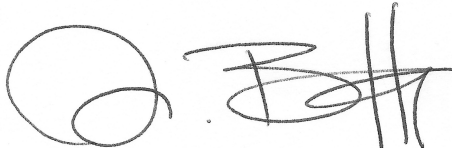
### **7. Vorstand**

Im Jahr 2018 führten die beiden Co-Präsidentinnen Andrea Borzatta und Susanne Röthlisberger mit der Unterstützung der Vorstandsmitglieder

Marion Benz, Alexandra Miron Simianer, Sandra Fehr und Maya Latscha-Fankhauser sowie dem neuen Vorstandmitglied Stefanie Mayer den Verein. Stefanie Mayer ist Psychologin und übernimmt seit einem Jahr diverse Erstgespräche mit Betroffenen und unterstützt die fachliche Vernetzung des Vereins. Im Herbst 2018 wurde zudem eine Jobausschreibung als Leiterin Geschäftsstelle veröffentlicht. Im März 2019 konnte eine passende Bewerberin gefunden werden. Annika Redlich unterstützt neu die Arbeit des Vereins, insbesondere der Geschäftsstelle, und wird sich an der GV 2019 zur Wahl in den Vorstand zur Verfügung stellen.

Der Verein besteht inzwischen aus 87 Mitgliedschaften, davon 74 Einzelmitglieder, 8 Paarmitgliedschaften und 5 Institutionen.

Thalwil, im April 2019

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'A' followed by a series of horizontal and vertical strokes that form the name 'Borzatta'.

Andrea Borzatta  
Co-Präsidentin