



Verein „Postnatale Depression Schweiz“ — Tätigkeitsprogramm 2008

Nach einem eher ruhigen 2007 hoffen wir, 2008 einige Projekte in die Realität umzusetzen. Über allem stehen aber natürlich unsere generellen Ziele:

- das Tabu der postnatalen Problematik brechen
- mittels Öffentlichkeitsarbeit die Krankheit und den Verein im Gespräch halten

Konkretes für 2008:

1. Sponsoringsuche

Um die Investitionen der Aufbauarbeit zu decken, aber vor allem, um die ehrgeizigen Projekte wie Infolyer, Beratungstelefon etc. umzusetzen, braucht der Verein dringend Geld. Mitgliederbeiträge und Privatspenden reichen nicht aus. Darum ist ein Ziel 2008:

- Fertigstellung des Sponsoringkonzepts
- Erstellen Sponsoringdokumentation, Suche von Sponsoren
- Abschluss von Sponsoringverträgen

2. Website/Fachleutaliste/Chatroom

Marion hat vor, die Website zu optimieren und teilweise umzubauen. Die im Vorstand besprochenen Änderungen sollen 2008 weiter umgesetzt werden.

Die Fachleutaliste soll mit weiteren Kontakten ergänzt werden.

Die Erfahrung in Zürich und Baden zeigt, dass Betroffene zwar reden wollen, dass Selbsthilfegruppen aber schlecht besucht werden. Wir vermuten, dass es mitten in der Depression einfach zu viel ist, einen Abend ausser Haus zu gehen. Deswegen möchten wir die Idee einer virtuellen Selbsthilfegruppe in Form eines Chatrooms auf unserer Website weiter konkretisieren und wenn möglich schon 2008 in die Realität umsetzen.

3. Newsletter

Der Newsletter soll Mitglieder über die laufenden Projekte informieren, gleichzeitig dient er aber auch als Instrument, sich immer wieder bei den Medien in Erinnerung zu rufen. Dafür muss der Newsletter aber professionell aufgemacht sein und regelmässig erscheinen. Das Erscheinungskonzept wurde erstellt und der erste Newsletter wird im Februar 2008 versandt.

4. Patenschaft

Für Betroffene ist der direkte Austausch mit jemandem, der die Krankheit auch hatte, offenbar ein grosses Bedürfnis (zumindest im ersten Quartal nach Aufschaltung der Homepage). Der Verein muss darum alles daran setzen, ein möglichst breites Netz an Personen zu weben, die sich für eine solche Patenschaft zur Verfügung stellen.

Ziel 2008:

- Liste mit Kontaktpersonen („Patinnen“) ausbauen
- Vermittlung von Patinnen an betroffene Personen innert nützlicher Frist
- Suche nach weiteren Patinnen

5. Medienarbeit

2007 hat es einige Medienberichte gegeben, was erfreulich ist. 2008 sollten wir verstärkt an unseren Medienkontakten arbeiten, damit wir automatisch als "Auskunftspersonen" angegangen werden, wenn ein Medienbericht ansteht. Dies kann folgendermassen passieren:

- Themenentwicklung beobachten und wenn nötig „auf den Zug aufspringen“ (uns offensiv melden)
- Eigene Newswerte sammeln und mediale Umsetzung überlegen
d.h.: überlegen, was ist so interessant, dass Medien darüber berichten würden—
und wie verkaufen wir's den Medien, damit sie's auch tun?
- Regelmässig Medienmitteilungen verschicken
- Newsletter ab Januar 2008

6. Projekt zum Screening aller Mütter (mittels Edinburgh-Skala)

Andreas Mohl (Leit. Arzt Ext. Psych. Dienst Aargau) plant, dass der EPD im Kantonsspital Baden regelmässig Frauen um die Geburt mit betreut (siehe Jahresbericht 2007)

→ Projekt weiterverfolgen

Eine andere interessante Option ist der Kontakt zu einem Vorstandsmitglied der Schweiz- Gynäkologengesellschaft. Er war an der Equilibrium-GV und wäre offen, die "Checkliste" für den Untersuch 6 Wochen nach Geburt mit ein paar Kontrollfragen zu PND zu ergänzen. Projekt wurde aus Zeitmangel noch nicht weiter verfolgt.

→ Kontakt auffrischen, Projekt angehen

Weiter gelten folgende Projekte als wünschenswert zur Umsetzung, falls die Finanzen vorhanden sind:

- **Info-Flyer** über die Krankheit (verteilt in Kliniken, Geburtshäusern, Arztpraxen, Hebammensprechstunden, Mütterberatungen etc.)
 - Kontakt zu "Pro Mente Sana", die ihre Broschüre überarbeiten. Möglichkeit zur Synergie, muss abgeklärt werden
- Aufbau und Betrieb eines **Beratungstelefon**s
- Anregung zur Einrichtung von **Mutter-Kind-Stationen**
- Unterstützung wissenschaftlicher **Forschung**

Gebenstorf, Januar 2008

Sibylle Kloser Rhyner, Präsidentin