

Jahresbericht 2021



Viele gute Neuigkeiten

Rückblick 2021

Wir alle mussten uns auch dieses Jahr wieder den Launen des Corona Virus fügen. Was uns das letzte Jahr allerdings gelehrt hat, ist flexibel auf die immer wieder ändernden Situationen zu reagieren und Situationen so zu akzeptieren, wie sie sind. Dank dieser Erkenntnis, der grossen Flexibilität und einem gesunden Pragmatismus, gelang es uns den Launen des Virus weitgehend standzuhalten und können nun trotz der ausserordentlichen Situation, auf ein gutes elpos Jahr zurückblicken.

Anlässe

Viele Anlässe wurden aufgrund der Situation bereits im Vorfeld als Webinar geplant. Bei zahlreichen Webinaren war die Nachfrage gross und die Anlässe wurden zum Erfolg. Ein sehr grosser Anklang fand beispielsweise das Online-Referat zum Thema *ADHS und ätherische Öle* mit Sereina Binggeli bei welchem wir 41 Teilnehmer/innen verzeichnen durften.

Erfreulicherweise konnten wir ab Juni viele Anlässe wieder physisch durchführen. Eines der Highlights war bestimmt das beliebte und bereits zur Tradition gewordene elpos ADHS-Sommerlager. Das Lagerthema war 'ab ins Traumland' und fand in Charmey unter der bewährten Leitung von Simon, Damian, Tobias und Matthias statt. Das Lager erfreut sich inzwischen grosser Beliebtheit und hat bei zahlreichen Kindern nicht nur einen festen Platz in der Agenda, sondern auch im Herzen gefunden.

Ein weiteres Highlight, das wir vergangenes Jahr verzeichnen durften, war das grosse Interesse am Fachreferat *Cannabis und ADHS*, das von Manfred Fankhauser, dem Cannabis Experten schlechthin gehalten wurde. Das Referat fand am 25. November 2021 im Rahmen der Berner Arbeitsgruppe ADHS statt. Aufgrund von veränderten Bedürfnissen erfuhr dieses Format ein Facelifting. Der Anlass findet nun in einem sehr stimmigen Sitzungszimmer im Berner Rathaus statt, und um den interdisziplinären Austausch zu gewährleisten, wurde der Anlass auf den Feierabend verlegt. Zudem wird im Anschluss an den Fachvortrag ein Apero im Rathauskeller angeboten. Fürs 2022 sind drei weitere Anlässe in dieser Form geplant. Als fachliche Unterstützung konnten wir den Kinder- und Jugendpsychiater Frederik Werner, den Kinder- und Jugendarzt Diego Spörri sowie die Neuropsychologin Theda Heinks gewinnen. Dafür sind wir sehr dankbar und sind überzeugt mit dieser Besetzung in den nächsten Jahren einige weitere spannende Anlässe lancieren können.

Die Gesprächsgruppen, die ab Juni ebenfalls wieder analog stattfanden, sind inzwischen aus dem elpos-Alltag nicht mehr wegzudenken. Für die Angehörigen von ADHS Betroffenen und für ADHS Betroffene selbst, ist diese Möglichkeit sich unter Gleichgesinnten auszutauschen eine wichtige Stütze geworden, um den herausfordernden Alltag zu meistern. Ab 2022 wird das Angebot ins Berner Oberland um Gesprächsgruppen in Interlaken und Thun erweitert. Interessierte Eltern sind herzlichst willkommen 😊.

Aus dem Vorstand

Im Frühjahr verabschiedeten wir Simon Schneider und Katrin Friedlich aus dem Vorstand. Danke oftmals für die wertvolle Mitarbeit. Bei der Generalversammlung im Frühjahr wurden Henk-Geert Veneberg, Jacqueline Genc, Vera Von Gunten und Marianne Baillods neu in den Vorstand gewählt. Herzlich willkommen im Vorstand.

Aus der Geschäftsstelle

Im Jahr 2021 wurde eine markante Steigerung der Beratungsgespräche verzeichnet. Dabei konnte festgestellt werden, dass sich die Not durch die Pandemie mit den damit verbundenen Unsicherheiten für die ADHS Betroffenen nochmals verstärkt hat. Ein grosses Dankeschön geht in diesem Zusammenhang an unsere Beraterin Helen Jenni, die mit ihrer sehr empathischen Art, ihrem grossen Herzen und stets offenen Ohr eine sehr grosse Unterstützung und Hilfe ist.

Damit sie sich noch mehr ihren Kernkompetenzen widmen kann, übergab sie den administrativen Teil ihrer Aufgabe per 1.11. an Stefanie Böhm. Helen Jenni wird sich fortan mehrheitlich den Beratungsgesprächen widmen, was für die Ratsuchenden und auch für elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis ein grosser Mehrwert darstellt.

Fakten und Zahlen

Auch dieses Jahr können wir auf viele Mitglieder zählen und **elpos Bern** war aktiv:

elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis 2021 in Zahlen

Mitglieder:

Aktivmitglieder:	380
Passivmitglieder:	52
Ehrenmitglieder:	13
Kollektivmitglieder:	8
Gönner:	11
Abonnenten elpost	122

Gesprächsgruppen:

Für Eltern:	8
Für Väter:	1
Für betroffene Erwachsene:	2

Aktivitäten:

- 5 Semesterkurse mit 27 Teilnehmenden
- 17 Tageskurse mit 169 Teilnehmenden
- 1 Lager mit 49 Teilnehmenden

Vorstandsrarbeit:

- 8 Sitzungen, 1 Retraite

Ein herzliches Dankeschön

An dieser Stelle möchten wir uns herzlich bei allen bedanken, die **elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis** ideell, finanziell oder in Form von Freiwilligenarbeit unterstützt haben und weiterhin unterstützen möchten.

Dieser Dank geht an die Sponsoren, ohne deren finanzielle Unterstützung gewisse Anlässe gar nicht durchführbar gewesen wären.

Vielen Dank auch an die treuen Mitglieder, die mit den Jahresbeiträgen die Lebensgrundlage für **elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis** leisten.



Ein herzliches Dankeschön geht an Helen, die auch in dieser sehr herausfordernden Zeit die Geschäftsstelle äusserst professionell, pragmatisch und menschlich leitete und für viele Angehörige von ADHS Betroffenen oder für ADHS Betroffene selbst eine wichtige Anlaufstelle war.

Schlussendlich Danke vielmals an die vielen freiwilligen Helfer, die beispielsweise im Vorstand mitwirkten, als Gesprächsgruppenleiter/innen tätig waren, sich im Sommerlager engagierten oder bei Anlässen helfend zur Seite standen.

Ausblick

Im Vorstand wurden fürs 2022 die Jahresschwerpunkt-Themen *ADHS und Erwachsene* und *ADHS und Schule* festgesetzt. Zu diesen Themen werden dieses Jahr nun nebst dem üblichen Angebot, Webinare, Workshops und Referate angeboten.

Im Namen von **elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis**

Marianne Baillods