

## Jahresbericht 2018

### ADHS = Aktiv, Dynamisch, Handelnd, Stärkend

So lautet das neue Motto der ADHS-Organisation **elpos**

Unter diese Stichworte möchte ich auch den Jahresbericht stellen:

#### **Aktiv:**

Auch im vergangenen Jahr haben wir wieder einige interessante Veranstaltungen angeboten.

Zum einen Vorträge:

- Alte und neue Stärken der multimodalen ADHS Therapie, im Speziellen Stimulantien Therapie – Ist Ritalin die Antwort?
- ADHS in der Familie und Partnerschaft
- ADHS und Ernährung



Neben den Vorträgen ist es uns wichtig vermehrt auch Veranstaltungen für betroffene Kinder anzubieten:

- Klettern in der Boulderhalle
- Unihockey für ADHS betroffene Kinder und ihre Angehörigen
- elpos – Lager zum Thema Detektive



Der Kletterkurs und der Nachmittag in der Turnhalle beim Unihockey kamen gut an. Das Lager war wie jedes Jahr mit 52 Kindern und 25 LeiterInnen ein voller Erfolg

Der Semesterkurs Effektive Lern – und Hausaufgabenhilfe für Eltern von ADHS betroffenen 3. – 6. Klässlern konnte zwei Mal durchgeführt werden. Diese Unterstützung wird sehr geschätzt

Neu haben wir das erste Mal ein Kurs für Angehörige von ADHS-betroffenen Erwachsenen durchgeführt.

Ein wichtiger Anlass im 2018 war unser Jubiläum zum 40jährigen Bestehen von elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis. Im Pfadiheim in Steffisburg konnten wir gemeinsam mit einigen Mitgliedern und ihren Familien ein tolles Fest feiern.



**Dynamisch** (mit Tatendrang; voll Energie, etwas zu vollbringen, Wikipedia)

So hat sich unsere neue Beraterin, Helen Jenni ans Werk gemacht. Mit viel Engagement führt sie die Beratungsstelle, und wir freuen uns mit ihr eine tatkräftige Fach- und Beratungsstellenleiterin gefunden zu haben.

## **Handelnd**

Es gibt immer noch viele Situationen in denen ADHS nicht richtig wahrgenommen oder sogar verneint wird. Hier sind wir dran, Aufklärungsarbeit zu leisten. Wir haben im letzten Jahr begonnen ein neues Projekt für Öffentlichkeitsarbeit in den Schulen zu entwickeln, welches wir in den nächsten Jahren anbieten wollen.

## **Stärkend**

Am Beratungstelefon und in den 9 Gesprächsgruppen sind wir für Eltern, Betroffene und andere an ADHS-interessierte Personen da. Oftmals ist es für die Eltern oder Betroffene das erste Mal, dass sie sich mit ihrer durch ADHS geprägten Situation verstanden fühlen.

Durch die Aufklärung und Informationen fühlen sich die Ratsuchenden gestärkt und wissen wie es weitergehen kann und wo Hilfe und Unterstützung erhältlich sind.

All diese Aufgaben werden neben der Beratungsstelle zum grossen Teil ehrenamtlich und freiwillig geleistet. Im Jahr 2018 wurden für elpos-Bern Deutschfreiburg und Oberwallis folgende Stunden geleistet:

- Ehrenamtliche Stunden: 773
- Freiwillige Stunden 198
- Freiwillige Stunden im und rund um das Lager: 2864

Daher geht ein **grosser Dank** an alle ehrenamtlichen und freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Ohne sie könnten wir diese grossartige Arbeit für Menschen mit ADHS und ihrem Umfeld nicht leisten.



Auch im Vorstand gab es ein paar Veränderungen.

Reto Häfliger ist nach 10 Jahren im Vorstand davon 9 Jahre als Präsident aus dem Vorstand ausgetreten. Er hat den Verein mit viel Engagement und Ruhe durch die verschiedenen unruhigen Zeiten geführt.

Adrian Bella ist nach 5 Jahren als Vorstandsmitglied zurückgetreten.

Ebenfalls zurückgetreten ist Barbara Morgenthaler. Sie war seit 18 Jahren in verschiedenen Funktionen sehr aktiv für elpos tätig, zuletzt hat sie unsere Buchhaltung geführt.

Wir danken allen herzlich für ihre tolle Arbeit und wünschen ihnen für die Zukunft alles Gute.

Neu wurde ich, Astrid Wälchli, als Präsidentin gewählt. Zusammen mit Ueli Reber und Antje Tschan als gewählte Vorstandsmitglieder habe ich mich auf die Suche nach neuen Vorstandsmitgliedern gemacht.

Mit Simon Schneider haben wir einen jungen Mann gefunden, der bereits seit mehreren Jahren als Leiter im elpos Sommerlager dabei ist und nun das neue Angebot „ADHS-Kids-Programm“ mit aufbaut.

Neu dazugekommen ist auch Dina Flury, für die Aufgaben der Hintergrundrecherchen und für den Erwachsenenbereich.

Und mit Brigitte Stoffel haben wir endlich auch wieder eine Vertretung im Oberwallis. Bereits gibt es eine neue Gesprächsgruppe und im Februar werden wir eine Infoveranstaltung in Visp durchführen.

## elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis 2018 in Zahlen:

### Mitglieder:

Aktivmitglieder:	365
Passivmitglieder:	42
Ehrenmitglieder	13
Kollektivmitglieder	8
Gönner	10
Abonnementen	136

### Gesprächsgruppen:

für Eltern:	7
für Väter:	1
für Betroffene Erwachsene:	1

### Vorstandsarbeit:

- 8 Sitzungen
- 1 Retraite

### Vorträge und Kurse

- 2 Semesterkurse mit total 9 TeilnehmerInnen
- 1 Blockkurs mit 52 Kindern
- 7 Tageskurse mit total 223 TeilnehmerInnen
- 3 Interdisziplinäre Arbeitsgruppentreffen

Dazu kommen verschiedene Sitzungen, Infoanlässe und Interviews bei Schülern und Begleitung von Studenten bei Abschlussarbeiten.

.....

An dieser Stelle bedanke ich mich bei allen, die uns im letzten Jahr in irgendeiner Form unterstützt haben. Einen ganz besonderen Dank haben sich die Vorstandsmitglieder und Barbara Waeber verdient, ohne die unsere Organisation nicht funktionieren könnte.

Einen Dank sage ich auch allen Spenderinnen und Spendern, welche uns im letzten Jahr finanziell unterstützt haben, zum einen für das Jubiläum und zum anderen für das Lager, das ohne Spenden gar nicht in dem Rahmen möglich wäre.

Im Namen von elpos Bern Deutschfreiburg Oberwallis



Präsidentin

Urtenen-Schönbühl, 23. Januar 2019