

LEITBILD DER VASK ZÜRICH

Wer wir sind

Die VASK Zürich ist seit 1986 eine Anlaufstelle für Angehörige und Vertraute von Menschen mit psychischen Erkrankungen im Kanton Zürich. Als parteipolitisch und konfessionell unabhängiger Verein engagieren wir uns für eine inklusive Gesellschaft, in der Angehörige nicht übersehen werden sondern Verständnis, Unterstützung und eine Stimme erhalten.

Unsere Vision

Wir wünschen uns eine Gesellschaft, in der psychische Erkrankungen ohne Vorurteile thematisiert werden können offen, sachlich und menschlich. Angehörige sollen in belastenden Situationen nicht allein bleiben, sondern Zugang zu klarer Information, kompetenter Unterstützung und einem respektvollen Miteinander finden. Durch Aufklärung und Vernetzung wollen wir das Verständnis für psychische Gesundheit fördern und zur Enttabuisierung beitragen.

Unsere Mission

Wir setzen uns ein für die Entlastung, Stärkung und Vernetzung von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen. Wir verstehen, vor welchen Belastungen und Unsicherheiten Angehörige, Vertraute und Freunde in solchen Situationen stehen und sind bestrebt, ihnen die notwendigen Ressourcen und den Rückhalt zu geben, um diese Herausforderungen zu bewältigen.

Unsere Grundwerte

- **Empathie und Respekt:** Wir begegnen jedem Menschen mit Wertschätzung und respektieren die Vielfalt der Erfahrungen, Perspektiven und Lebensrealitäten. Dabei fördern wir einen offenen, achtsamen Umgang miteinander.
- **Erfahrung und Kompetenz:** Unser Wissen schöpfen wir aus fachlicher Expertise und eigener Erfahrung als Angehörige. Diese Kombination macht unsere Arbeit glaubwürdig und praxisnah.
- **Solidarität und Gemeinschaft:** Wir fördern den Austausch unter Angehörigen und bauen tragfähige Netzwerke auf, die gegenseitige Unterstützung und Zusammenarbeit ermöglichen.
- **Engagement und Verantwortung:** Wir handeln umsichtig, reflektiert und zielgerichtet mit dem Anspruch, konkrete Verbesserungen im Alltag der Angehörigen zu erzielen. Dazu entwickeln wir unsere Angebote laufend weiter.
- **Bildung und Aufklärung:** Wir setzen uns aktiv für Wissenstransfer und gesellschaftliche Sensibilisierung ein. Auch in Institutionen wie Kliniken, Schulen für Gesundheitsberufe und in der Zürcher Polizeischule (ZHPS).



Unsere Ziele

- **Unterstützung bieten:** Wir bieten individuelle Beratung an und organisieren Selbsthilfegruppen in denen Erfahrungen geteilt und Perspektiven gewonnen werden können.
- **Aufklärung fördern:** Mit Veranstaltungen, Kursen und Informationsmaterial machen wir psychische Erkrankungen und deren Auswirkungen auf Angehörige sichtbarer sachlich und zugänglich.
- **Vernetzung stärken:** Wir bringen Angehörige, Fachpersonen und Unterstützende zusammen um den Austausch von Wissen und Erfahrungen zu fördern.
- **Stigmatisierung abbauen:** Wir setzen uns für eine offene gesellschaftliche Auseinandersetzung mit psychischer Gesundheit ein ohne Schuldzuweisungen oder Klischees.

Unsere Angebote

Wir bieten niederschwellige und professionelle Unterstützung für Angehörige.

- Beratungstelefon mit festen Sprechzeiten
- Persönliche Beratungen durch fachlich ausgebildete Angehörige
- monatliche Treffpunkte in Zürich und Winterthur
- Informationsseminar «Wegweiser» für neu betroffene Angehörige
- spezifische Programme wie das Kinderprojekt Barca
- Schulungen für Fachpersonen in Gesundheitswesen und der Zürcher Polizeischule (ZHPS).
- Engagement in Fachgremien, Netzwerken und der gesundheitspolitischen Meinungsbildung

Unser Versprechen

Die VASK Zürich ist da verlässlich, empathisch und auf Augenhöhe. Wir hören zu, bieten Orientierung und setzen uns dafür ein, dass Angehörige gesehen, ernst genommen und gestärkt werden. Unsere Arbeit entwickeln wir kontinuierlich weiter im Dialog mit den Menschen, die wir begleiten.

Unsere Organisation

Die VASK Zürich ist eine Non-Profit-Organisation mit rund 450 Mitgliedern und über 40 engagierten Freiwilligen. Unsere Arbeit wird getragen von ehrenamtlichem Engagement, Mitgliedsbeiträgen, Spenden, Projektförderungen und öffentlichen Mitteln.

