

# Jahresbericht 2023

**Me  
liso**

Eltern  
und Kinder  
stärken



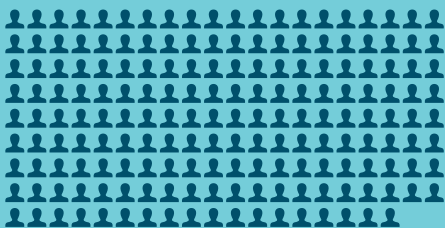
# Die Angebote im Überblick

## Auslastung 2023

**16 944** Aufenthaltstage  
(ohne Kita und ambulante Angebote)



6 interne Übertritte in andere Angebote des Meliso



178 Anfragen

### Stationäre Angebote



37 Eintritte



19 Austritte

### Ambulante Angebote



12 Eintritte



3 Austritte

### Interne Kinderbetreuung

Die eigene, traumapädagogisch spezialisierte Kinderbetreuung macht es Bewohnerinnen und Bewohnern möglich, ihre schulischen und beruflichen Perspektiven zu verbessern und bietet in Überforderungssituationen Entlastung.

### 24-Stunden-Betreuung

Durch die Betreuung rund um die Uhr wird in anspruchsvollen Lebenslagen ein hohes Mass an Stabilität und Sicherheit geboten.

#### Federweg

**6 363** Aufenthaltstage

#### Sidebärg

**3 798** Aufenthaltstage

### Betreutes Wohnen

Eine alltagsnähere Wohn- und Betreuungsform auf dem Weg zur Selbstständigkeit.

**6 575** Aufenthaltstage

### Spendenfinanzierte Plätze

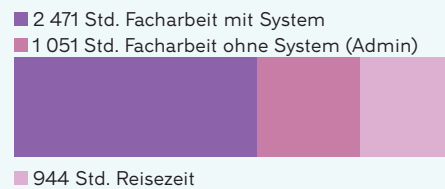
Spendenfinanzierte Plätze am Standort Sidebärg (ab 2024: +Plus Sidebärg) für Familiensysteme in Erschöpfungssituationen oder mit psychosozialen Belastungen.

**208** Aufenthaltstage

### Ambulante Angebote

Eine gezielt bedarfsgerechte und bedürfnisorientierte Begleitung im eigenen Wohnumfeld.

**4 466** Stunden



### Kita Grabenstrasse

Eine familiäre und ganzheitliche Tagesbetreuung für Kinder von drei Monaten bis sechs Jahren in Thun.

**2 675** Betreuungstage

## VORWORT

# Ein Jahr mit erneutem Wachstum

**Matthias Zeller und Roman Rech diskutieren über das veränderungsreiche Jahr 2023. Es war geprägt von aussergewöhnlich vielen Anfragen, der Integration des Sidebärg-Teams und der Reorganisation. Wie zeigte sich dies im Meliso-Alltag und im Vorstand?**



**Matthias Zeller**  
Präsident Verein Meliso



**Roman Rech**  
Geschäftsführer Meliso

**Matthias Zeller:** Die Eingliederung der Institution Familycare Sidebärg in den Meliso-Fluss forderte uns alle stark.

**Roman Rech:** Auf jeden Fall. Auch sonst hat das Meliso operativ ein intensives Jahr hinter sich: aussergewöhnlich viele Anfragen und grössere Familiensysteme mit zwei oder drei Kindern statt nur einem Kind. Dadurch stiegen nicht nur die Aufenthaltstage, sondern es stellte unser Team vor ganz andere Betreuungsanforderungen.

**Matthias Zeller:** Das beschäftigte uns als Vorstand ebenfalls. Wir waren bemüht, mit der Situation so umzugehen, dass es für das ganze Meliso-Team möglichst tragbar blieb. Dies bedeutete neue Führungsstrukturen und zusätzliche Büroräumlichkeiten.

**Roman Rech:** Die neuen Führungsstrukturen aufzubauen und zu etablieren, war herausfordernd. Das Meliso ist nun in angebotsspezifische Bereiche mit jeweils eigener Angebotsleitung strukturiert. Das hat uns das ganze Jahr beschäftigt und im Team verständlicherweise auch zu Verunsicherung geführt. Aber Ende 2023 konnte das zum Glück soweit stabilisiert werden und es hat sich gelohnt.

**Matthias Zeller:** Seit 2018, seitdem ich beim Meliso bin, sind wir immer schubweise gewachsen, ähnlich wie ein erfolgreiches Start-up. Da verändert sich vieles, auch im Vorstand: Es verliessen uns leider zwei Mitglieder. Das Bedürfnis nach Konsolidierung und Stabilisierung nach den turbulenten Zeiten war deutlich. Da waren für mich die Zusammenarbeit und das Vorausschauen von uns beiden einmal mehr zentral. Es ist allerdings wichtig, dass wir darauf achten, dass alle mit dem Wachstum mithalten. Dafür ist für den Vorstand die Erarbeitung unseres Leitbildes immer noch ein eindrucksvolles Beispiel. Die intrinsische Motivation und das Engagement des Teams sind spürbar hoch. Ausserdem werden unsere Angebote sehr geschätzt, auch von den inner- und ausserkantonalen Leistungsbestellerinnen und -bestellern.

**Roman Rech:** Wachstum bleibt weiter wichtig, das Meliso darf nicht zum Stillstand kommen, denn es gibt weitere Angebotslücken, die das Meliso schliessen möchte. Kommende Wachstumsphasen werden die nun bestehenden Angebote nicht mehr so stark beeinflussen, weil sie auf einem eigenen, stabilen Fundament stehen.

**Matthias Zeller:** Die Einbindung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ist dabei ganz wichtig.



**Wir waren bemüht, mit der Situation so umzugehen, dass es für das ganze Meliso-Team möglichst tragbar blieb.**

**Das Bedürfnis nach Konsolidierung und Stabilisierung nach den turbulenten Zeiten war deutlich.**

**Das Meliso hat mit der Neupositionierung mit dem Claim «Eltern und Kinder stärken» die beste Ausgangslage für umfassende und ganzheitliche Familienangebote geschaffen.**

**Gezielte Zusammenarbeit und Kooperationen werden für uns wichtiger.**

**Roman Rech:** Und es braucht Zeit, das haben wir durch die Übernahme von Familycare Sidebärg und davor von der Kita Seestärn erkannt. Ich glaube, dass das Sidebärg-Team heute sagt, «Ja, wir gehören zum Meliso.» Dabei halfen die Teamevents, ein enger Austausch mit den Bereichsleitenden, aber auch regelmässige Sitzungen vor Ort, insbesondere weil wir dezentrale Standorte haben. Ich habe gelernt, dass es darum geht, wirklich zuzuhören und eine Vertrauensbasis zu schaffen.

**Matthias Zeller:** Mit der Standort- und Infrastruktur-Thematik haben wir uns im Vorstand auch intensiv auseinandergesetzt, vor allem während der Retraite im Herbst 2023 wegen der strategischen Weiterentwicklung. Die bestehenden stationären Angebote sind wichtig, allerdings möchten wir das unbedingt modular mit weiteren Leistungen ergänzen – auch in der Kinderbetreuung und der Elternbildung.

**Roman Rech:** So wie wir jetzt aufgestellt sind, lassen sich solche Angebote effektiv schaffen und sind auch in Arbeit. Beispielsweise wird die Begleitung im eigenen Zuhause durch die ambulanten Leistungen weiter ausgebaut und es werden neu stationäre Kurzzeitangebote für Familien mit psychosozialen Belastungen geschaffen. Für die Entwicklung dieser neuen Angebote sind wir als NPO allerdings auf das Fundraising angewiesen.

**Matthias Zeller:** Absolut, denn wir wollen Eltern und Kinder noch umfassender und interdisziplinär stärken, auch frühzeitig und präventiv.

**Roman Rech:** Spannend ist, dass sich das Meliso mit der Neupositionierung mit dem Claim «Eltern und Kinder stärken» im Jahr 2020 dafür die beste Ausgangslage geschaffen hat. Auch wenn uns damals das volle Ausmass davon wohl nicht bewusst war.

**Matthias Zeller:** Da hilft es, dass Meliso gelernt hat, flexibel zu bleiben. Und durch die gute Positionierung und das Lösen von den alten Strukturen ergeben sich neue Berührungspunkte.

**Roman Rech:** Genau, wie zum Beispiel mit Familycare Sidebärg. Gezielte Zusammenarbeit und Kooperationen werden für uns wichtiger. Deshalb engagiere ich mich in einer Fachkommission bei SOCIAL BERN und als Vorstandsmitglied beim Fachverband KindEltern.

**Matthias Zeller:** Das ist auch ein Anliegen des Vorstandes. Übrigens ist es interessant, wo wir mit unseren Zielen stehen. Einige zeigen bereits, was sich verändert hat, wie das Leitbild und die Marte-Meo-Schulungen.

**Roman Rech:** Absolut, und andere sind in Arbeit oder bedingen noch Handlungsbedarf wie die Führungsstruktur, das Fundraising und die interne Meldestelle nach Bündner Standard. Es hat sich viel getan, darauf sind wir stolz.

**Matthias Zeller:** Sehr sogar, und auch dankbar: Im Namen des Vorstandes danke ich dem Meliso-Team ganz herzlich für das grosse Engagement und dir, Roman, als umsichtigen und engagierten Geschäftsführer, für die wertvolle Zusammenarbeit. Ein Dank gilt auch dem Kanton Bern für das entgegengebrachte Vertrauen sowie allen Spenderinnen und Spendern, durch deren Unterstützung wir ein umfassenderes Angebot für Eltern und Kinder aufbauen können. ■

# Inhaltsverzeichnis

Schwerpunktthema: die psychosoziale Gesundheit in der Familie

**6**

ANGEBOTSERWEITERUNG

Das Meliso will mehr

**7-8**

INTERVIEW

«Nun kommt die KESB und nimmt mir mein Kind weg?!»



**9**

PERSPEKTIVE EINER MITARBEITERIN

Mit professioneller Unterstützung in die Selbstständigkeit

**10-11**

EXPERTENMEINUNG

«Es ändert sich alles, wenn ein Kind auf die Welt kommt.»

**12-13**

INTERVIEW

«Genau so etwas wie den Sidebärg stationär hätten wir gebraucht.»

**14**

PSYCHISCHE GESUNDHEIT IN DER FAMILIE

Bedarf vs. Angebot

**15**

SPENDENPROJEKT 2024

Interdisziplinäre und konsequent familienorientierte Angebote

**16**

DANKE SAGEN

Ihre Spende wirkt

**17**

Highlights 2023

**18**

Wir sind das Meliso

**21-23**

Jahresrechnung 2023

## ANGEBOTSERWEITERUNG

# Das Meliso will mehr

**Anfang 2023 wurde die Institution Familycare Sidebärg vom Meliso übernommen und in das Angebot integriert. Das Meliso hat diesen Schritt bewusst getan, um unter anderem das eigene Angebot für Familien mit psychosozialen Belastungen in akuten Krisensituationen zu erweitern.**

Familien in Krisensituationen und herausfordernden Lebenslagen brauchen bedarfsgerechte Lösungen. Die bisherigen vor allem sozialpädagogischen sowie mittel- bis langfristig ausgerichteten Angebote des Meliso sind für einen Teil dieser Familien passend. Auch wurde zum Beispiel mit der internen Kinderbetreuung, die traumapädagogisch sowie durch Marte Meo spezialisiert ist, eine wirkungsvolle Angebotsergänzung vorgenommen. Das Meliso sieht jedoch einen erheblichen Handlungsbedarf bei weiteren Familienangeboten, um frühzeitiger und umfassender zu wirken.

Anders als das bisherige Angebot des Meliso war Familycare Sidebärg zusammen mit der Unterstützung durch die Bernische Stiftung Elfenau auf die Versorgungslücke der Kurzaufenthalte für Familien mit psychosozialen Erkrankungen spezialisiert. Diese Familien bedürfen, nebst einer familienorientierten sowie sozialpädagogischen Begleitung, eines interdisziplinären Teams, das sowohl das Kindeswohl als auch die psychische Gesundheit der Familie mitbehandelt. Studien zeigen, dass die psychische Gesundheit der Eltern sehr eng mit der Bindung zum Kind und dessen späteren Entwicklung zusammenhängt.

**Studien zeigen, dass die psychische Gesundheit der Eltern sehr eng mit der Bindung zum Kind und dessen späteren Entwicklung zusammenhängt.**

### **Familycare Sidebärg**

Gegründet wurde der Verein Familycare Sidebärg 2014 mit der Vision von stationären Kurzeintaufenthalten für Familien mit Kindern bis fünf Jahren in Krisensituationen. 2020/21 wurde diese Vision am Standort Sidebärg mit Fokus psychische Gesundheit umgesetzt. Im Februar 2023 wurde Familycare Sidebärg in die Non-Profit-Organisation Meliso aufgenommen.

Ziel ist es – ohne Trennung vom Kind – mit gebündelten Kompetenzen aus den Bereichen der Geburtshilfe, der Psychiatrie und der Sozialpädagogik ein interdisziplinäres Netzwerk für Familien mit psychiatrischen Erkrankungen oder drohender Gefährdung ihrer psychischen Gesundheit zu schaffen.

Der Auf- und Ausbau dieser und weiterer Angebote wird beim Meliso 2024 richtungsweisend sein. Diese neuen Angebote sind nicht durch den Leistungsvertrag mit dem Kanton abgedeckt, sondern durch Spenden unterstützt oder komplett finanziert. ■



## INTERVIEW

# «Nun kommt die KESB und nimmt mir mein Kind weg!?!»

**Sara war damals drei Monate alt. «Es ging recht gut in den ersten Wochen nach der Geburt», sagt Mama Anita. Intensiv war es natürlich schon, die erste Zeit als junge Familie. Nach dem ersten frohen Weihnachtsfest ging's ins neue Jahr. Die Mama mit Baby alleine zu Hause, der Papa als Inhaber einer Metallbaufirma tagsüber ausser Haus. Da brach es wie eine Welle über Anita herein.**

Die Namen der Personen wurden anonymisiert.

«Plötzlich ein Gefühlschaos, das ich noch nie so hatte – eine Panikattacke. Angst, Engegefühl, Hilflosigkeit. Neben mir dieses Baby, das auf mich angewiesen ist ...»

Eine gewisse Ahnung über psychische Krisen hatte Anita, sie ist dipl. Pflegefachfrau FH. Sie nahm mit ihrer Beleghebamme und ihrer Gynäkologin Kontakt auf, danach mit einem Psychiater. «Er hat sofort verstanden, was mit mir los war: «Postpartale Depression».» (mehr dazu auf den Seiten 10 und 11). Anita realisierte nur langsam, dass diese psychische Erkrankung länger dauern könnte. Eines war für sie aber klar: «Ich will, wenn immer möglich, eine ambulante Behandlung.»

Das Spital Thun, nahe von Anitas Wohnort, ist auf solche Krankengeschichten vorbereitet und bietet ambulante Möglichkeiten an. «Das war wohl schon ein Teil meiner Genesung. Denn da war noch eine weitere Angst: Ich, die Mama, bin in einer psychischen Krise – nun kommt die KESB und nimmt mir mein Kind weg!?!»

→



Erlebnisse aus ihrer Familie liessen sie erahnen, was dies alles nun bedeuten könnte. «Ein Cousin von mir ist chronisch depressiv. Ich kannte das Krankheitsbild also. Und es gibt auch eine familiäre Vorgeschichte. Als ich 16 Jahre alt war, nahm sich mein Vater das Leben.»

Alles zeigte immer mehr in eine Richtung, die Anita ja vermeiden wollte: stationärer Aufenthalt für eine vertiefte psychiatrische Behandlung. «Ich konnte dann doch ein wenig aufatmen – denn ich konnte Sara mitnehmen! Für fünf Wochen ging's nach Burgdorf in eine psychiatrische Mutter-Kind-Abteilung, wo ich nach der Diagnose auch Medikamente bekam.»

Als dieses erste Setting zu Ende ging, brauchte es eine neue Lösung. Denn von 100%-Stationärbetreuung auf «alleine zu Hause mit Kind», das würde nicht gut kommen. Anita informierte sich und kam mit einer neuen Institution in Kontakt: Familycare Sidebärg in Gümligen (2023 vom Meliso übernommen, mehr dazu

auf Seite 6). «Das passte einfach. Ich wollte eine tageweise Betreuung, abgestimmt auf Bedürfnis und Fortschritt. Zuerst waren es drei Tage (10–17 Uhr), dann zwei, dann einer pro Woche.»

So ging es in den Frühling/Sommer 2022. Neben professioneller Begleitung hat sich auch die engere und weitere Familie auf die neue Situation eingestellt, vor allem in Bezug auf Saras Betreuung. «Ich bin froh, konnte ich viel Hilfe in Anspruch nehmen. Denn das Ganze machte mich auch immer mehr unsicher in meiner neuen Rolle als Mutter.»

Im Herbst 2022, als Anita wieder voll zu Hause wohnte, war die Situation endlich wieder gut. Scheinbar.

«Es kam ein neuer Krisenschub, ein neues Gefühlsdurcheinander, dieses Mal aber anders, heftiger. Im einen Moment war ich super happy, im nächsten Moment: Absturz und stundenlanges Weinen.» Anitas Diagnose musste korrigiert werden: «bipolare Störung». Das hiess im Winter 2022–2023 fünf Monate stationäre Therapie, danach zu Hause weitere Therapien mit einer Art Psychiatrie-Spitex. «Ich habe unser Familienleben wieder umorganisiert, dass meine Tochter entweder bei mir war, in meiner Verwandtschaft

oder beim Tagesmami.»

In der Therapie ging es um die Frage, was es eigentlich heisst, Mama zu sein. Wie organisiert man sich, wenn an einem langen Tag die Einsamkeit zuschlägt? «Wie kann ich meine grosse Unsicherheit und das Gefühl, als Mami «unfähig» zu sein, abbauen und neues Selbstvertrauen gewinnen?»

Es waren viele Gespräche, viele Trainings und Übungen, viele kleine Schritte. Und viele Schritte im Wald: «Mit unserem Hund gehe ich natürlich oft spazieren. Ich mache Yoga und Fitness, ich lese Bücher, wir gehen auf Reisen.» Weitere Stabilität gibt auch die 20-Prozent-Stelle in einem Pflegeheim in der Nähe. Diese wird im Rahmen einer IV-Reintegration schrittweise aufgebaut.

«Ich probiere, das Schöne zu sehen und die Zeit mit meinem Kind zu geniessen. Ich lerne immer besser, auch das Alleinsein nicht als bedrückende Einsamkeit zu sehen.»

Anitas Traum? «Ich möchte zurück in den Beruf. In Verbindung mit einem Projekt, das anderen Unterstützung bietet, die auch eine postpartale Depression durchmachen müssen.» ■

**Im einen Moment war ich super happy, im nächsten Moment: Absturz und stundenlanges Weinen.»**



# Die psychische Gesundheit von Familien im Fokus

**Unsere bisherigen Erfahrungen zeigen, dass ein beachtlicher Teil der anfragenden Eltern in einer akuten Krise stecken: Sei es eine psychische Erkrankung wie beispielsweise eine postpartale Depression, die den Familienalltag auf den Kopf stellt, oder dass die Eltern aus vielfältigen Gründen erschöpft sind und deshalb Unterstützung benötigen.**



**Gabriela von Niederhäusern**  
Leiterin Standort  
Sidebärg und ehemalige  
Geschäftsführerin  
Institution Familycare  
Sidebärg

Meist suchen diese Familien oder ihre Angehörigen selbstständig nach einem passenden Angebot und lesen im Internet von uns. Ich erlebe oft, dass die Betroffenen bereits beim ersten Telefonkontakt aufatmen, wenn sie erfahren, dass sie verstanden werden und Gehör finden. Andere Familien kommen nach einem Klinikaufenthalt zu uns, um als Familie möglichst rasch beisammen zu sein. Dies wirkt sich erwiesenermassen positiv auf die Bindung und die Emotionsregulation des Kindes aus. Eine familienorientierte Genesungsbegleitung hat dementspre-

chend einen präventiven Charakter.

Damit die Genesung möglichst tiefgehend und effektiv erfolgen kann, braucht es meines Erachtens eine menschliche und umfassende Begleitung. Denn die psychosoziale Begleitung, die Berücksichtigung der Individualität sowie der jeweilige Lebenskontext der Familien haben einen äusserst stärken- und tiefgreifend wirkenden Effekt.

Oft ziehen sich die Familien nach einer ersten Kontaktaufnahme, trotz Hilfebedarfs, wieder zurück. Dies passiert unter anderem, weil ein Aufenthalt für die Familie zu teuer ist, der Weg über das Sozialamt mit Scham verbunden ist oder ihnen schlicht die Kraft dazu fehlt. Glücklicherweise konnten wir Familien dank Spendengeldern aufnehmen. Dafür bin ich enorm dankbar.

Das Angebot sollte zukünftig noch besser dem Bedarf der genannten Familien entsprechen. Indem beispielsweise nebst der Pädagogik sowohl die medizinische als auch therapeutische Versorgung vor Ort erfolgen könnten. Eine flexible Kinderbetreuung ermöglicht sowohl spontane Ruhephasen als auch genügend Raum, um Kraft zu tanken.

Für die Finanzierung dieser Mehrkosten braucht es dringend Lösungen. Mein Herzensanliegen bleibt, dieses wichtige Betreuungsangebot für Familien weiterzuentwickeln, sodass die psychische Unterstützung rund um die Geburt eines Kindes zur Normalität wird und niemand zurückbleibt. ■

## EXPERTENMEINUNG

# «Es ändert sich alles, wenn ein Kind auf die Welt kommt.»

**Dr. med. Dorothea Hefti lächelt, als sie zu Beginn unseres Gesprächs auf das Wort «Babyblues» angesprochen wird. «Ach, das ist zwar unangenehm, aber es ist ein paar Tage nach der Geburt vorbei», sagt sie und winkt mit der Hand nach hinten. «Was aber sehr folgenschwer werden kann, ist die peripartale psychische Krise oder Depression – wenn man sie nicht rechtzeitig erkennt und richtig behandelt.»**

«Die Geburt eines Babys ist doch letztlich eine freudige Sache, vollgepackt mit Erwartungen und Emotionen von allen Seiten. Da muss man doch froh lächeln, im Wochenbett und nach den ersten Wochen zu Hause ...» So beschreibt Dorothea Hefti die Haltung, die in der Gesellschaft noch immer gilt. «Erst langsam gibt es eine Sensibilisierung dafür, dass bereits in der Schwangerschaft und vor allem nach der Geburt mehr als ein vorübergehender Babyblues auftreten kann.», stellt Dorothea Hefti fest. Mehr als eine von zehn Müttern (bis zu rund 20%) sind betroffen von peripartalen Depressionen. «Wenn es keine sorgfältige Diagnose und somit auch keine Behandlung gibt – oder wenn sie zu spät kommt, kann das weitreichende Folgen haben für das Kind, die Mutter, die Familie, das berufliche Umfeld – für die ganze Gesellschaft.»

Damit dieses Thema auch politisch mehr Gewicht erhält, engagiert sich Dorothea Hefti nicht nur in «ihrem» Spital Region Oberaargau SRO in Langenthal, sondern auch als Präsidentin der «Arbeitsgemeinschaft für Psychosomatische Gynäkologie und Geburtshilfe» SAPGG, einer Arbeitsgruppe der «gynécologie suisse». Es geht dabei um Sensibilisierung und um politisches Lobbying. So hat Dorothea Hefti im Postulat 24.3145 (März 2024) mitgewirkt. Nun muss sich auch der Bundesrat mit den «schwerwiegenden Folgen der fehlenden Behandlung postnataler Depression» befassen.

In den Meliso-Alltag ist Dorothea Hefti nicht direkt involviert. «Ich wurde für dieses Gespräch als Fachperson angefragt, da ich bereits vor der Gründung des

ehemaligen Mutter-Kind-Hauses «Sidebärg» mit den Initiatorinnen in Kontakt war. Ich freue mich und unterstütze sehr, dass dieses Thema im bald ausgebauten Meliso-Angebot mehr Platz bekommt.»

Worüber spricht Dorothea Hefti mit Frauen in ihrer Praxis hinsichtlich möglicher peripartaler Krisen? «Es sind die sogenannten Whooley-Fragen, welche als einfaches Screening verwendet werden <1. Fühlten Sie sich im letzten Monat häufig niedergeschlagen, traurig, bedrückt oder hoffnungslos? 2. Hatten Sie im letzten Monat deutlich weniger Lust und Freude an Dingen, die Sie sonst gerne tun? Wenn eine dieser Fragen mit <Ja>

beantwortet wird, sollte genauer abgeklärt werden, ob eine peripartale Depression vorliegt. Es ist dann entscheidend, dass die Frau ohne Scham oder Angst darüber sprechen kann. Dass sie ernst genommen wird. Und dass sie Hilfe holt.»

Dr. Hefti blickt dankbar auf das Angebot, das es für junge Mütter mittlerweile im Oberaargau gibt. Es

ist eine ganzheitlich ausgerichtete psychische Begleitung von «frischgebackenen» Eltern, auf Wunsch auch als mobiles Angebot ähnlich einer Psychiatrie-Spitex. «Es hat ein starkes soziales Element. Am Runden Tisch suchen alle Betreuenden gemeinsam mit der Mutter nach der besten Lösung für ihre Situation. Zum Teil muss auch die KESB involviert werden.»

Auch die Insel Gruppe Bern und das Spital Thun zum Beispiel sind mit speziell ausgebildeten Hebammen mittlerweile darauf vorbereitet. «Die Chance, in einer solchen Krise einen nachhaltigen Ausweg zu finden, ist gut, wenn ein spezifisches Angebot vor-

**«Ich freue mich und unterstütze sehr, dass dieses Thema im bald ausgebauten Meliso-Angebot mehr Platz bekommt.»**

handen ist, in dem die neue Mutterrolle eingeübt und die Beziehung zum Kind gestärkt wird. Es ist wichtig, dass Mutter und Kind in einer Behandlung zusammenbleiben. Wie eben im Meliso.»

Dorothea Hefti listet in einem Positionspapier Risikofaktoren einer peripartalen Krise auf: Es sind unter anderem biologische Faktoren wie hormonelle Veränderungen und der Umgang mit körperlichen Veränderungen; psychische Faktoren wie Stress durch berufliche Belastung, Perfektionismus und Angst vor Kontrollverlust; soziale Faktoren wie die neue Mutterrolle, fehlende familiäre Unterstützung, die erwartete Vereinbarkeit Mutter-Familie-Beruf oder eine idealisierte Vorstellung des Mutterbildes oder der weiblichen Identität.

Dorothea Hefti: «Eine Schwangerschaft mit dieser Diagnose gilt als Risikoschwangerschaft. Es lassen sich erhöhte Cortisolwerte messen, was verschiedene körperliche Probleme auslösen kann. Im psychischen Bereich wird die Mutter-Kind-Bindung gestört, was wiederum ein erhöhtes Risiko für Verhaltensstörungen und Depressionen im späteren Leben in sich trägt.»

Wenn die Diagnose einer peripartalen psychischen Krise auf dem Tisch liegt, sollte man rasch handeln. «Eine postpartale psychische Krise kann gut behandelt werden. Meist braucht es eine kurze, niederschwellige Psychotherapie, in der es im Wesentlichen um die Bindung zum Kind und um Selbstfürsorge geht. Bleibt die Krise unbehandelt, besteht ein hohes Risiko, dass die Probleme chronisch werden, was sich negativ auf die kindliche Entwicklung auswirkt. Die Krux an der Sache ist: Die Bezahlung ist nicht gesichert. Weil eben die Zusammenhänge noch zu wenig bekannt sind, sind auch die Kostengutsprachen ein Problem», seufzt Dorothea Hefti.

Die aktuelle Situation ist derzeit so, dass die Eltern meistens selber bezahlen müssen. Oder es greift das im Jahr 2024 sich im Aufbau befindende Meliso-Modell, das auf einem Spendenfonds basiert. Mit stetiger politischer Arbeit könnte diese Herausforderung aber irgendwann mal geklärt sein, hofft Dorothea Hefti.

Wie sah es eigentlich vor 40 oder 60 Jahren aus, gab es damals keine «peripartalen psychischen Krisen»? Wieder lächelt Dorothea Hefti. 70% aller Veröffentlichungen zu diesem Thema sind aus den letzten 30 Jahren, aber von Melancholie wird bereits 2000 v. Chr. gesprochen. Es ist anzunehmen, dass es die peripartale psychische Krise immer gab, aber dass sie heute eher diagnostiziert wird. Vielleicht spielen aber auch gesellschaftliche Dinge eine Rolle, wie erhöhter Druck und abnehmender sozialer Zusammenhalt, dass die peripartale psychische Krise häufiger auftritt. ■

### Begriffsdefinitionen

Die «postnatale Depression» wird als Begriff immer weiter bekannt. Im psychosomatischen Umfeld wird das umfassendere Wort «peripartal» genutzt. Ein kurzer, nicht abschliessender Überblick:

Babyblues	Stimmungsschwankung, kommt bei rund der Hälfte der Mütter vor, meistens im Wochenbett. Muss in der Regel nicht behandelt werden, nimmt nach kurzer Zeit von selber ab.
-natal	auf das Kind bezogen
-partal	auf die Mutter bezogen
ante, post, peri	vor, nach, vor-während-nach

### Weiterführend:

[www.postpartale-depression.ch](http://www.postpartale-depression.ch)  
(u.a. Kontakte von Anlaufstellen)

[www.sggg.ch/ueber-uns/verband/arbeitsgemeinschaften/sapgg](http://www.sggg.ch/ueber-uns/verband/arbeitsgemeinschaften/sapgg)

[www.marce-gesellschaft.de](http://www.marce-gesellschaft.de)



**Dr. med. Dorothea Hefti** ist stv. Chef-Ärztin an der Frauenklinik am Spital Langenthal SRO. Sie ist verheiratet mit Dr. med. René Hefti (Leiter des Forschungsinstituts für Spiritualität und Gesundheit) und Mutter von drei erwachsenen Söhnen. «Mutter zu sein, ist etwas vom Schönsten! Aber auch mein Beruf ist eine Herzensangelegenheit, es ist Berufung. Es berührt mich jedes Mal, wenn eine Patientin mich tief in ihr Leben reinschauen lässt.»

Und wie hält Dorothea Hefti ihre eigene psychische Balance? «Ich arbeite gerne, und ich habe meine Patientinnen gerne. Ich mache Waldläufe und bin gerne mit Familie und Freunden zusammen. Ich achte auf gute Resilienz, das heisst auch zufrieden sein und dankbar sein für so viel Gutes. Man muss nicht alles wollen im Leben.»

## INTERVIEW

# «Genau so etwas wie den Sidebärg stationär hätten wir gebraucht.»

**Von der Ostschweiz nach Bern, hier den Mann fürs Leben kennengelernt, beide in medizinischen Berufen unterwegs (Pflegefachfrau HF und Arzt in Ausbildung): Da stimmt ja vieles! Dann müsste es mit der Familienplanung doch auch klappen.**

Aber es klappte nicht. «Eine schwierige Zeit begann. Ein Jahr verging, ein zweites, dann ein drittes.» Das junge Ehepaar war irritiert. Dafür hatten Freunde Tipps für Mia: «Entspanne dich. Denke halt nicht immer ans Schwangerwerden.»

Mia war beim Psychiater, hörte Podcasts, pflegte einen gesunden Lifestyle, machte Yoga und progressive Muskelrelaxation. «Irgendwann dachten wir nicht mehr dauernd an das Thema <Kind>.» Ein ungenutztes Zimmer wurde nicht zum Kinderzimmer, sondern zu einem Büro-/Arbeitszimmer.

### «Dann kam das Kind. Ich war schwanger!»

Zuerst lief alles normal. Später nicht mehr. «Ich entwickelte eine überbordende Sensibilität. Was, wenn dem Kind etwas passiert? Was, wenn ich einen Abort erleide? Oh, das Baby hat wieder mal herumgeturnt, jetzt ist sicher die Nabelschnur um den Hals, passiert grad etwas Schlimmes?» Angst, dramatische Vorstellungen, emotionale Achterbahn. «Das Baby drehte sich eines nicht so schönen Tages um 180 Grad. Es het oft gräblet da unde!» Extreme Hüftschmerzen nahmen zu. Und die Angst. «Irgendwann lag das Baby plötzlich quer im Bauch. Das tat weh und war höchst unbequem. Ich machte etwas Dummes, nämlich googeln. Da kamen Erklärungen wie <Uterus-Ruptur> und anderes – Panik!»

Ihrer Psychiaterin, der Frauenärztin und der Hebamme entgingen dieser Stress natürlich nicht. «Es war in der 38. Woche. Meine Mutter war aus der Ostschweiz angereist, wir wollten eigentlich die Babykrippe einrichten. Ich musste aber zur Frauenärztin. Diese sah die eskalierende Situation und entschied: Kaiserschnitt! Und weil sie am nächsten Tag in die Ferien reiste: <Wir machen das heute Abend.>»

Es war August 2021, sehr heiss, die Welt wandelte hinter Covid-Masken, es gab in Spitälern starke Restriktionen und viele Teststäbli in den Nasen.

«Nur mein Mann durfte im OP-Saal dabei sein. Ich spürte unter der Lokalanästhesie nichts und erhielt Medikamente zur Beruhigung.

Die Ärztin sagte im OP-Verlauf, sie müsse kurz etwas testen an den Beinen, alles war gut, und – zack – schon war das Baby da!»

Wie müssen Emotionen direkt nach der Geburt sein? «Man hat so die Vorstellung, wie sie einem das Kind auf die Brust legen, Haut auf Haut, beide erschöpft, es ist die totale Liebe, tiefste emotionale Nähe. Dieses innere Bild ist die totale Glorifizierung.»

Denn wenn Mia ehrlich war: Glorios war nichts in diesem Moment für sie. «Dieses Kind, ganz nah, aber surreal ... häh? Wer ist das? Warum bin ich jetzt nicht <total hinüber> vor Freude und positiven Gefühlen?»

**«In meinem Kopf schwirrte es. Dieses Kind gehört nicht mir!»**

Kaum etwas war «schön». «Das Bonding, also Isabelle ganz nah bei mir, war befremdlich. Ich hatte am Bauch eine Wunde, vieles war schmerzvoll, es fühlte sich an, als ob sie mir den Bauch aufgerissen hätten. Ich war ans Bett gebunden, das Wetter war so heiss, es durfte nur mein Mann vorbeikommen wegen Covid. Die stellvertretende Frauenärztin war nicht nett, es war eine eher grobe medizinische Begleitung. Alles rund um den Bauch war taub. Stillen ging nicht, obwohl ich wollte – die Brustwarzen waren gerissen. Isabelle war blond und blauäugig, was selten ist bei dunkeläugigen Eltern. In meinem Kopf schwirrte es. Dieses Kind gehört nicht mir!»

**«Ich dachte: Das ist nicht mehr mein Leben – ich will mein vorheriges Leben zurück!»**

Zu Hause ging's dann etwas besser, die Familie fand einen Rhythmus. Der Papa übernahm vor allem die Nächte. «Es änderte sich so viel in unserer Familie. Ich hielt es oft nicht aus. Ich habe abwechselnd Isabelle und meinen Mann angeschnauzt. Ich dachte: Das ist nicht mehr mein Leben – ich will mein vorheriges Leben zurück!»

Telefongespräche mit der Psychiaterin halfen ein wenig. Dann war der Vaterschaftsurlaub vorbei, der Papa musste mehrere Tage weg, Ärztekongress. «Ich spürte, dass es jetzt schwierig werden würde. Meine Hebamme wusste es. Gut, dass sie offen darüber sprach. Ich war hilflos und mit Isabelle alleine zu Hause. Ich holte zwar gute Freundinnen ins Haus, die hier Homeoffice machten. Aber ich blockierte oft, ich konnte die Kleine dann doch nicht in fremde Obhut loslassen. Ich war hin- und hergerissen, weinte viel, es waren Gefühle bis zu «ich will sterben».

Vier Wochen dauerte das und wollte nicht aufhören. Eine Lösung musste her. Für solche Anforderungen gibt nicht viele Lösungen in der Schweiz. ■



Lesen Sie hier, wie es für Mia weiterging und welche Rolle dabei eine Begegnung im Lift und der Sidebärg gespielt haben (ab Seite 13-A).



<https://meliso.ch/news/jahresbericht-2023>

Mütter mit Säuglingen finden zwar in einer klassischen Psychiatrie Aufnahme aber in der Nacht muss die Mama alleine für ihr Baby schauen. «Und das Umfeld mit teils schwierigen Psychiatriepatienten und -patientinnen, lieber nicht.»

Aber das Spital Langenthal hatte etwas. Da gibt es einen einzigen, kostbaren Platz in der Psychiatrie, wo das Kind bei der Mama bleibt, aber in der Nacht auch mal abgegeben werden kann. Mia und Isabelle kamen dorthin, es kam etwas Ruhe in die Situation. «Ich erkannte dort aber: Lange konnte das auch nicht dauern. Ich muss das selber lösen. Das Wichtigste zuerst: Isabelle gehört zu mir.»

Die Familie erfuhr von Familycare Sidebärg. Das könnte gut passen. Andererseits wollte Mia nach Hause, endlich auch häuslich ankommen. «Es geht dann schon irgendwie.» Der Rat der Hebamme (Sidebärg!) verpuffte. Vielleicht auch, weil die Familie einen Aufenthalt dort selber hätte bezahlen müssen. «Was stationär ganz klar nicht ging. Wer hat schon Tausende Franken pro Monat zur Verfügung für eine stationäre psychosoziale Mutter-Kind-Therapie?» Kurz wallt Ärger auf bei Mia: «Es ist einfach unglaublich, dass man eine psychische Begleitung von jungen Müttern selber finanzieren muss!»

Es kam ein Herbst, wie er halt so ist: düster, nass, viel Nebel, kurze Tage. «Ich erinnere mich: Es war kalt und grau draussen. Ich hocke alleine mit Isabelle im Wohnzimmer und starre zum Balkongeländer und grübele: Wie springt man eigentlich in den Tod? Hier über das Geländer? Mit Isabelle in den Armen? Ohne sie?»


Ein paar Tage später, im Liebefeldpark mit Babywagen spazierend: «Ach, ist das düster hier. Ich bin ganz alleine auf der Welt.»

Dann aber in der Migros Köniz im Lift: «Da war eine andere junge Mutter mit Babywagen, es gab ein kurzes Gespräch von Herz zu Herz – ich sage heute: Das hat mir das Leben gerettet! Es tat sooo gut, einfach mit einer anderen Mutter zu reden, die auch ein Baby hat.»

Mia spürte schon irgendwie, dass nun wirklich etwas nicht mehr stimmte. Als sie die ersten Gespräche in der Psychiatrie hatte, gab es kurzen, genauen Klartext von der Psychiaterin: «Sie haben eine schwere Depression!» – ««Ach ja?», murmelte ich. Ich hörte die Worte, aber glaubte sie nicht.» Die Psychiaterin zog ohne zu diskutieren die Notbremse: Anordnung einer stationären Therapie. «Im Krankheitsbericht heisst es zu diesem Gespräch «Patientin zeigt mangelnde Krankheitseinsicht», sagt Mia heute und grinst, aber stolz ist sie schon nicht darauf. Dass auch eine Sozialarbeiterin in diesen Tagen frontalen Klartext sprach, empfand Mia nicht als grob, sondern als gut.

Isabelle kam für vier Wochen zu den Grosseltern («weil es einfach nicht mehr ging»), Mia in die Psychiatrie. «Ich kam in eine gewisse Ruhe und erhielt etwas Abstand. Man konnte die Medikamente einstellen und Szenarien in mehrere Richtungen besprechen. So etwas wie der Sidebärg stationär wäre optimal gewesen für mich, aber eben: Woher das Geld nehmen?»

**«Ich erinnere mich: Es war kalt und grau draussen. Ich hocke alleine mit Isabelle im Wohnzimmer und starre zum Balkongeländer und grübele: Wie springt man eigentlich in den Tod?»**



Immerhin: Sidebärg ambulant, das wurde als nächste Etappe festgelegt. «Ich bin dankbar, dass uns dies finanziell möglich war. Ich weiss sehr wohl, dass dies für viele Familien nicht möglich ist.» Es entstand ein ausgeklügelter Wochenplan. Mama + Tochter, Zuhause + Sidebärg, Kita + Grossmama.

«Der Sidebärg ist niederschwellig und locker. Es hat andere junge Mütter in ähnlichen Situationen. Gemeinsam mit den Kids spielen, gemeinsam einkaufen, gemeinsam kochen, auch mit den Kids dabei – nicht alleine. Auch mal weinen, auch mal sich für eine Siesta zurückziehen können. Es sind alles sehr nette Leute, es ist eine ruhige Atmosphäre, es entstehen neue Beziehungen.»

Das war die Wende. Jetzt kam Stabilität ins Leben der Familie. «Alleine mit Isabelle zu sein, auch an schlechten Tagen, war keine Gefahr mehr für mich oder sie. Es war ja mittlerweile so, dass ich mir das Mama-sein gar nicht mehr zugetraut habe. Wir erhielten von Gabriela von Niederhäusern im Sidebärg sehr gute Eltern-Beratung und haben Ursula Dolder zusätzlich für Gespräche zu Hause engagiert. Es ist ein sehr passendes Angebot im Sidebärg. Flexibel, mit ausgebildeten Leuten, mit anderen Müttern auf dem gleichen Level. Es wurde mir dort erst recht klar: Eine klassische Psychiatrie wäre für mich ab einem gewissen Level absolut nicht mehr passend gewesen.»

**«Die Zeit war reif. Ich brauchte nicht mehr permanent jemanden um uns. Es geht, ich kann's!»**

Als Mias Mutter an Covid erkrankt und länger zu Hause in der Ostschweiz bleibt, ist Isabelle eineinhalb Jahre alt. «Die Zeit war reif. Ich brauchte nicht mehr permanent jemanden um uns. Es geht, ich kann's! Ich kann alleine und in guter Balance durch die Tage und Wochen gehen.» So öffnet sich Mia auch wieder nach aussen, in die Berufswelt. Sie findet eine Möglichkeit, in ihrem Beruf zu arbeiten, vorerst einen Halbtage pro Woche.

«Und ich fing an, die Tage zu geniessen. Dankbar zu sein für meine Familie, für Isabelle, meine Tochter.» ■

## Bedarf vs. Angebot

Psychische Erkrankungen von Frauen rund um die Geburt sind verbreitet. Laut den Fachpersonen von «Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe» sowie «Periparto Schweiz» ist der Unterstützungsbedarf steigend: Ungefähr 15% – rund 12 500 Frauen – erleiden jedes Jahr eine postpartale Depression in der Schweiz, auch Väter (ca. 10%) sind davon betroffen.

Die psychischen Erkrankungen nehmen global zu: Laut einer Studie von 2024 erkranken weltweit bis zu 20% der Frauen an einer perinatalen psychischen Erkrankung. Ausserdem haben Kinder von psychisch kranken oder stark traumatisierten Eltern ein erhöhtes Risiko, selbst an einer psychischen Störung zu erkranken.

Die Erfahrungen der übernommenen Institution Familycare Sidebärg (siehe Seite 6) zeigen, dass eine Lücke im Bereich der psychosozialen und intensiven Kurzzeitbehandlungen besteht. Gut ein Drittel der Anfragen im Jahr 2021/22 bei Familycare Sidebärg kamen von arbeitstätigen Elternteilen mit oft verschütteten, aber schnell mobilisierbaren Ressourcen, deren Umfeld nicht (mehr) tragfähig war und deren Gesamtbelastung aus verschiedenen Gründen zu hoch wurde oder welche durch eine akute psychische Erkrankung überfordert waren.

In der Schweiz verfügen verschiedene psychiatrische Kliniken und einzelne Spitäler sowie Institutionen über eine Mutter-Kind-Abteilung oder einzelne Mutter-Kind-Plätze mit Fokus auf psychiatrische Erkrankungen. Insgesamt sind sowohl die Anzahl der Plätze, die Anzahl Kinder (meist max. eines) als auch die Altersgrenzen (sechs bis 36 Monate) beschränkt und es existieren Wartelisten.

Ein professionelles Angebot sowie die Schnittstelle zur Sozialpädagogik fehlen weitgehend. Zudem muss der betroffene Elternteil bei vielen Angeboten in der Lage sein, das Kind zu einem grossen Teil selbst zu versorgen, was durch die Erkrankung oft nicht möglich ist. Um das Kindeswohl langfristig sicherzustellen und potenzielle Spätfolgen oder Chronifizierungen zu vermeiden, ist eine frühzeitige und umfassende fachliche Hilfestellung äusserst effektiv und nachhaltig. ■

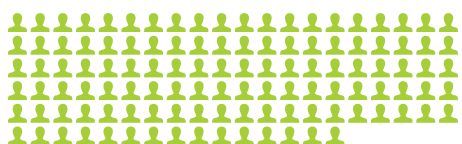
### IM KANTON BERN

#### Eltern-Kind-Institutionen



**11** sozialpädagogische, stationäre Eltern-Kind-Institutionen bieten

**115** Plätze



#### Mutter/Eltern-Kind-Institutionen für psych. Krisensituationen rund um die Geburt



**4** Mutter/Eltern-Kind-Institutionen für psych. Krisensituationen rund um die Geburt bieten

**19** Plätze





# Interdisziplinäre und konsequent familienorientierte Angebote

Das Meliso hat sich seit 2018 stark professionalisiert, ist umgezogen und gewachsen. Aus der ursprünglichen Pflegefamilie mit einem Mutter-Kind-Haus, der HPLG, ist eine sozialpädagogische Eltern-Kind-Organisation geworden, die mit differenzierten und aufeinander abgestimmten Angeboten positioniert ist. Aber das Meliso will mehr.

Das Meliso stellt die Familie mit all ihren Bedürfnissen konsequent ins Zentrum. Die sozialpädagogischen und langzeitorientierten Angebote sind sehr wichtig, das Meliso sieht jedoch grossen Handlungsbedarf bei weiteren Angeboten für Familien in gravierenden Krisen. Dazu gehören unter anderem Kurzzeitangebote für Familien mit psychosozialen Erkrankungen, Angebote der Suchtpsychiatrie und die interne traumapädagogische Kinderbetreuung. So können auch Familiensituationen rund um die psychosoziale Gesundheit wie die von Anita und Sara auf Seite 7 ganzheitlich betrachtet und behandelt werden.

Um die Familien ohne Trennung von den Kindern effektiv zu begleiten, braucht es innovative, flexible, indikationsgerechte und interdisziplinäre Behandlungsprogramme. Der Auf- und Ausbau dieser Angebote wird seit Februar 2024 unter Meliso +Plus zusammengefasst und durch Spenden unterstützt und finanziert. Unser Fokus ist auch hier, Eltern und Kinder zu stärken: Aus eigener Kraft, aber nicht alleine. So unterstützen wir gemeinsam Elternteile und ihre Kinder auf dem Weg in ein selbstständiges Leben. Wir werden Sie über die Entwicklung dieses neuen, spendenbasierten Angebotes +Plus auf dem Laufenden halten. ■

## Helfen Sie mit!

Diese neuartigen, interdisziplinären und bedarfsgerechten Familienangebote sind aktuell finanziell nicht durch kantonale Leistungsverträge abgedeckt. Deswegen sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen.

Ihre Spende ermöglicht, dass wir Eltern und Kinder individuell und ganzheitlich stärken und bedarfsgerecht begleiten können, auch wenn es zum Beispiel um psychosoziale Erkrankungen in der Familie geht. Wir danken Ihnen im Voraus für Ihren wertvollen Beitrag.

- 50** Mit einer Spende von CHF 50 ermöglichen Sie z.B. eine 1:1-Betreuung eines Kindes für eine Stunde.
- 130** Mit einer Spende von 130 CHF finanzieren Sie z.B. eine Coachingstunde für ein Elternteil.
- 280** Mit einer Spende von 280 CHF ermöglichen Sie z.B. einen betreuten Aufenthaltstag für ein Elternteil.

Spendenkonto Verein Meliso, 3008 Bern

IBAN CH51 0483 5072 2529 9100 7, Credit Suisse AG, 8070 Zürich

BIC CRESCHZZ80A

Alle Spenden an unseren gemeinnützigen Verein können von der Steuer abgesetzt werden.



Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der TWINT App scannen

## DANKE SAGEN

**Der Vorstand, die Leitung, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie die Eltern mit ihren Kindern danken allen Spenderinnen und Spendern für die wertvollen Zuwendungen:**

- Gesellschaft zu Ober-Gerwern
- Gesellschaft zu Schuhmachern
- ParaMediForm Institut Burgdorf
- Reformierte Kirchgemeinde Muri-Gümligen
- Scherler AG, Elektro und Telematik Bern
- «Schwanger – wir helfen» Hilfs- und Beratungsstelle
- Stiftung Kiwanis Club Bern
- allen Privatpersonen, die uns im Jahr 2023 mit einer Spende unterstützt haben.

Aufgrund des Persönlichkeitsschutzes veröffentlichen wir die Namen der privaten Spenderinnen und Spender nicht.



## ERGEBNIS SPENDENPROJEKT 2023

### Ihre Spende wirkt

Viele sind dem Spendenaufruf im Jahresbericht 2022 nachgekommen und haben die Meliso-interne Kinderbetreuung grosszügig unterstützt. Herzlichen Dank für Ihren wertvollen Beitrag.

So konnten Salome Hess und ihr Team zum Beispiel die professionelle und traumapädagogische Betreuung für Kinder aufrechterhalten, wenn ein Elternteil aufgrund einer akuten Überlastung temporär ausgefallen war. Gerade in solchen Situationen ist dies für das Sicherheits- und Orientierungsgefühl der Kinder, und um eine Verarbeitung der traumatischen Erlebnisse zu ermöglichen, von grosser Wichtigkeit.

## HIGHLIGHTS 2023

# 1 + 1 = 3

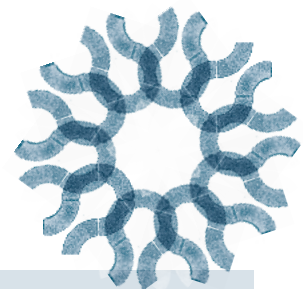
Mit der Übernahme von Familycare Sidebärg im Februar 2023 hat das Meliso Fachexpertise rund um die psychosoziale Gesundheit von Familien bei Geburt und mit Kleinkindern dazugewonnen. Jetzt geht es gemeinsam weiter in Richtung neuartige, interdisziplinäre und ganzheitliche Familienbetreuung.

Über **40 000** CHF

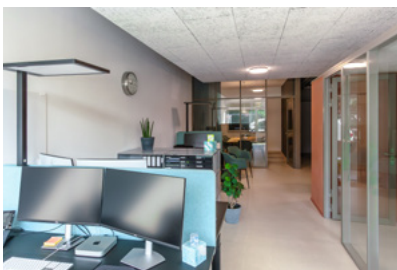
Als NPO ist das Meliso auf Spenden angewiesen. Wir danken allen Spenderinnen und Spendern für die insgesamt gut 40'000 CHF. Dadurch wurden zum Beispiel am Standort Sidebärg 208 spendenfinanzierte Aufenthaltstage für Familien mit psych. Erkrankungen ermöglicht.



Ein ausserordentlicher Sommerevent nach einer ausserordentlichen Zeit: Die vergangenen Monate haben dem ganzen Meliso-Team viel abverlangt. Umso schöner war das gemeinsame Kochen über dem Feuer inkl. kreativen Zwischengängen in der Fööri in Bern.



Bei einem gemütlichen Weihnachtessen haben wir gemeinsam als Meliso die Festtage eingeläutet und das Jahr ausklingen lassen.



Im April 2023 konnten die ambulanten Angebote sowie Leitung, HR, Finanzen und Administration das neue Büro beziehen. Es ist nur wenige E-Scooter-Minuten vom Federweg entfernt und hat ausserdem ein Sitzungszimmer.



Im April 2023 haben elf Mitglieder des Kiwanis Clubs Bern tatkräftig mit angepackt und diesen durch Spenden finanzierten Spielplatz errichtet.

# Wir sind das Meliso

(per 31.12.2023)

## Geschäftsleitung

Roman Rech, Geschäftsführer

Esther Zbinden, Leitung Finanzen und HR und Stv. Geschäftsführerin

Ursula Rech, Leitung Intake, QMS und Marte Meo

## 24-Stunden-Betreuung Federweg

Andrea Räthel, Leitung 24-Stunden-Betreuung Federweg

Anita Hostettler, Nachtpikett

Anna Ramseier, Fachperson Sozialpädagogik i.A.

Daniela Walther, Aushilfe Miterzieherin

Elena Eskandar, Nachtpikett

Esther Fankhauser, Aushilfe Miterzieherin

Gresa Mustafa, Nachtpikett

Jasmin Moser, Nachtpikett

Karin Coulin, Fachperson Sozialpädagogik

Katja Frankhauser, Miterzieherin

Laura Elina Perumbuli, Nachtpikett

Meret Trösch, Miterzieherin

Saskia Bertoli, Aushilfe Miterzieherin

Selina Ruppen, Fachperson Sozialpädagogik i.A.

Sina Hasenstab, Nachtpikett

Sonja Münger, Fachperson Sozialpädagogik

Tanja Bigler, Aushilfe Miterzieherin

Therese Dietiker, Fachperson Sozialpädagogik

Therese Streit-Ramseier, Nachtpikett

Vandana Thariani, Nachtpikett

Vera Böhlen, Nachtpikett und Miterzieherin

## 24-Stunden-Betreuung Sidebärg

Gabriela von Niederhäusern, Leitung Standort Sidebärg

Christine Linder, Fachleitung und Stv. Leitung

Björn-Magnus Friedli-Raddum, Sozialarbeiter i.A.

Deborah Sperandio, Fachperson Kinderbetreuung

Delia Schüpbach, Nachtpikett

Fabia Basler, Fachperson Heil- und Sozialpädagogik

Fabienne Schär, Fachperson Sozialpädagogik mit Bezugspersonenarbeit

Franziska Imhof, Mitarbeiterin Hauswirtschaft und Aromatherapeutin

Laura Kummer, Fachperson Sozialpädagogik mit Bezugspersonenarbeit

Manuela Hoog, Expertin Wochenbettpflege und Pflegefachperson

Martina Bachmann, Fachperson Kinderbetreuung

Meret Oertig, Nachtpikett

Mila Boeck, Nachtpikett

Rebecca Meteku, Nachtpikett

Regula Vadalà-Zingg, Leitung Hauswirtschaft

Selina Leuenberger, Praktikantin Hebamme i.A.

Selena Silva, Nachtpikett

Seraina Bohren, Fachperson Sozial- und Entwicklungspsychologie

Silja Mast, Nachtpikett

Ursula Bolliger, Nachtpikett

### **Administration**

Julia Messer, Sekretariat und Sachmitarbeiterin HR  
Sabine Villars, Sekretariat und Sachmitarbeiterin HR  
Sandra Hiestand-Lerch, Sachmitarbeiterin Finanzen

### **Ambulante Angebote**

Andrea Gerster, Leitung ambulante Angebote  
Margrit Mai, Fachperson Sozialpädagogik  
Martina Kocher, Fachperson Sozialpädagogik

### **Betreutes Wohnen**

vakant, a.i. Roman Rech, Leitung betreutes Wohnen  
Aimée Scotoni, Miterzieherin  
Anina Hunger, Fachperson Sozialpädagogik  
Christine Portner, Fachperson Sozialpädagogik  
Greta Stapleton, im Mutterschaftsurlaub (Fachperson Sozialpädagogik)  
Michelle Schlachter, Fachperson Sozialpädagogik  
Nadia Pisenti, Fachperson Sozialpädagogik

### **Hauswirtschaft und technischer Dienst**

Olivia Binggeli, Leitung Hauswirtschaft  
Fahrudin Ramic, technischer Hauswart an allen Standorten  
Filiz Kilic, Mitarbeiterin Hauswirtschaft  
Vivien Lauper, Fachperson Hauswirtschaft

### **Interne Kinderbetreuung**

Salome Hess, Leitung interne Kinderbetreuung  
Eveline Gygax Müller, Fachperson Sozialpädagogik  
Evelyne Brunner, Fachperson Kinderbetreuung  
Monika Käser, Fachperson Kinderbetreuung und Gestaltungspädagogik  
Nadia Hostettler, Fachperson Sozialpädagogik i.A.  
Nicole Orschel, Fachperson Kinderbetreuung

### **Kita Grabenstrasse**

Martina Niederhauser, Leitung Kita Grabenstrasse  
Vanessa Nicole Kappeler, Fachperson Kinderbetreuung und Stv. Leitung  
Eliane Kallen, Fachperson Kinderbetreuung  
Jacqueline Berger, Fachperson Kinderbetreuung  
Michèle Habegger, Fachperson Kinderbetreuung und Berufsbildnerin  
Miranda Joss, Fachperson Kinderbetreuung  
Nerea Garcia, Fachperson Kinderbetreuung i.A.  
Sara Woldeabzghi, Reinigungskraft

### **Vorstand**

Matthias Zeller, Präsident  
Isabelle Magnenat, Vizepräsidentin  
Benjamin Gfeller, Vorstandsmitglied



**DI MARCO &  
PARTNER AG**

Treuhand mit Kopf und Herz

### **Bericht der Revisionsstelle zur eingeschränkten Revision an die Mitgliederversammlung des Vereins Meliso, Bern**

Als Revisionsstelle haben wir die Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung, Geldflussrechnung, Rechnung über die Veränderung des Kapitals und Anhang) des Vereins Meliso für das am 31. Dezember 2023 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft. In Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER 21 unterliegen die Angaben im Leistungsbericht keiner Prüfungspflicht der Revisionsstelle.

Für die Aufstellung der Jahresrechnung in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER, den gesetzlichen Vorschriften und den Statuten ist der Vorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, die Jahresrechnung zu prüfen. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Zulassung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Revision erfolgte nach dem Schweizer Standard zur Eingeschränkten Revision. Danach ist diese Revision so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Eine eingeschränkte Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der beim geprüften Unternehmen vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstösse nicht Bestandteil dieser Revision.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung kein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER vermittelt und nicht dem schweizerischen Gesetz und den Statuten entspricht.

**Di Marco & Partner AG**

Antonio Di Marco  
Zugelassener Revisionsexperte

Niederwangen, 27. März 2024

## FINANZEN

# Jahresrechnung 2023

**Ein wiederum intensives Jahr mit hoher Auslastung und Organisationszuwachs durch die Übernahme der Institution Familycare Sidebärg.**



Für die Geschäftsleitung  
**Esther Zbinden**  
Leitung Finanzen  
und HR

Das Finanzjahr 2023 ging mit einem positiven Jahresergebnis von CHF 168 156.88 (vor Zuweisung an Organisationskapital) in die Geschäftsbücher ein. Dieser Finanzausschuss konnte dank der sehr guten Auslastung sowie dank dem wiederum grossartigen, unermüdlichen und hervorragenden Einsatz des gesamten Meliso-Teams erwirtschaftet werden. Zudem durften wir grosse und kleine Zuwendungen entgegennehmen, wofür wir allen Spenderinnen und Spendern von Herzen danken. Diese wertvollen Beiträge ermutigen, sich auch zukünftig mit Elan und Begeisterung für die Stärkung von Eltern und Kinder einzusetzen.

Im Namen der Geschäftsleitung danke ich den kantonalen Behörden, Sozialdiensten, Vermieterinnen und Vermietern sowie allen am Meliso beteiligten Menschen für das Mittragen und gemeinsame Unterwegs-Sein zum Wohle der Eltern und Kinder an den Standorten Bern, Gümliigen und Thun von Herzen.

## BILANZ

per 31. Dezember 2023

Währung CHF

Die vollständige, revidierte Jahresrechnung kann bei der Geschäftsstelle bestellt werden.

## Aktiven

2023

2022

### Umlaufvermögen

Flüssige Mittel	287 982.90	253 788.85
Forderungen aus Lieferungen und Leistungen	779 801.75	427 219.30
Delkredere	-1 880.00	-3 024.30
Aktive Rechnungsabgrenzung	38 763.70	25 074.95
<b>Total Umlaufvermögen</b>	<b>84.1% 1 104 668.35</b>	<b>87.1% 703 058.80</b>

### Anlagevermögen

Finanzanlagen	98 849.83	70 356.40
Mobile Sachanlagen	110 711.70	33 503.00
<b>Total Anlagevermögen</b>	<b>15.9% 209 561.53</b>	<b>12.9% 103 859.40</b>
<b>Total Aktiven</b>	<b>100% 1 314 229.88</b>	<b>100% 806 918.20</b>

## Passiven

### Fremdkapital

Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen	114 762.40	76 552.05
Übrige kurzfristige Verbindlichkeiten	7 600.00	13 300.00
Passive Rechnungsabgrenzung	355 541.50	106 711.00
<b>Total kurzfristiges Fremdkapital</b>	<b>36.4% 477 903.90</b>	<b>24.4% 196 563.05</b>
Langfristige verzinsliche Verbindlichkeiten	300 000.00	250 000.00
Rückstellung	-	30 000.00
<b>Total langfristiges Fremdkapital</b>	<b>22.8% 300 000.00</b>	<b>34.7% 280 000.00</b>

### Fondskapital zweckgebunden

zweckgebundener Innovationsfonds	2 901.05	5 715.00
zweckgebundener Fonds Sidebärg	6 500.00	-
zweckgebundener Infrastrukturfonds KFSG	34 127.90	-
<b>Total Fondskapital</b>	<b>43 528.95</b>	<b>5 715.00</b>
<b>Total Fremdkapital inkl. Fondskapital</b>	<b>62.5% 821 432.85</b>	<b>59.8% 482 278.05</b>

### Organisationskapital

Organisationskapital Meliso	161 692.52	51 983.85
Organisationskapital KFSG	295 397.01	206 852.01
Organisationskapital Kita Seestärn	-	54 980.54
Gebundenes Kapital Sozialfonds EIKi	2 000.00	4 000.00
Gebundenes Kapital Innovation	33 707.50	6 207.50
Gebundenes Kapital Kita Seestärn	-	616.25
<b>Total Organisationskapital</b>	<b>37.5% 492 797.03</b>	<b>40.2% 324 640.15</b>
<b>Total Passiven</b>	<b>100% 1 314 229.88</b>	<b>100% 806 918.20</b>



**BETRIEBS-  
RECHNUNG**1. Januar 2023 –  
31. Dezember 2023

Währung CHF

<b>Ertrag</b>	<b>2023</b>		<b>2022</b>	
Erhaltene Zuwendungen		40 041.05		16 538.75
davon zweckgebunden	0.25%	12 401.05	0.19%	5 715.00
Beiträge der öffentlichen Hand		4 480 990.05		2 687 102.25
Leistungsabteilung innerkantonal		2 991 149.65		2 134 577.25
Leistungsabteilung ausserkantonal		1 036 659.50		278 148.00
zweckgebunden Infrastruktur KFSG		453 180.90		274 377.00
Erträge aus Dienstleistungen	3.21 %	159 383.65		-
Nebenbetrieb; Erträge Kita Seestern	5.41 %	268 210.80	11 %	335 301.65
Erträge aus Leistungen an Personal und Dritte	0.22 %	10 868.18	0.28 %	8 652.38
<b>Total Betriebsertrag</b>	<b>100 %</b>	<b>4 959 493.73</b>	<b>100 %</b>	<b>3 047 595.03</b>
<b>Betriebsaufwand</b>				
<b>Personalaufwand</b>				
Lohn Betreuung		-2 285 769.45		-1 181 326.00
Lohn Leitung und Verwaltung		-439 228.00		-264 684.75
Lohn Ökonomie und Hausdienst		-155 660.00		-99 746.85
Lohn Technische Dienste		-14 365.30		-
Lohn Kita Seestern		-247 062.30		-215 717.00
Sozialversicherungsaufwand		-457 815.45		-290 808.05
Personalnebenaufwand		-53 479.30		-44 929.69
Honorare und Leistungen Dritter		-130 987.10		-153 142.35
<b>Total Personalaufwand</b>	<b>76.31 %</b>	<b>-3 784 366.90</b>	<b>73.84 %</b>	<b>-2 250 354.69</b>
<b>Sachaufwand</b>				
Medizinischer Bedarf		-888.45		-1 494.05
Lebensmittel		-168 488.65		-104 860.25
Haushalt		-46 526.27		-25 927.32
Unterhalt und Reparatur immobile und mobile Sachanlagen		-112 164.05		-50 944.35
Anlagennutzung		-424 831.00		-280 905.60
Energie und Wasser		-46 323.70		-21 593.15
Schulung, Ausbildung und Freizeit		-30 093.56		-13 299.76
Büro und Verwaltung		-133 234.82		-91 995.36
Übriger Sachaufwand		-16 744.90		-21 833.55
<b>Total Sachaufwand</b>	<b>19.75 %</b>	<b>-979 295.40</b>	<b>20.11 %</b>	<b>-612 853.39</b>
Abschreibungen	0.76 %	-37 915.00	0.63 %	-19 213.80
<b>Betriebsergebnis</b>	<b>3.18 %</b>	<b>157 916.43</b>	<b>5.42 %</b>	<b>165 173.55</b>
Finanzertrag		-		-
Finanzaufwand		-7 242.00		-7 195.45
<b>Total Finanzergebnis</b>	<b>0.15 %</b>	<b>-7 242.00</b>	<b>0.24 %</b>	<b>-7 195.45</b>
Ausserordentlicher Aufwand		-3 903.60		-
Ausserordentlicher Ertrag		59 200.00		-
<b>Ausserordentliches Ergebnis</b>		<b>55 296.40</b>		<b>-</b>
<b>Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals</b>	<b>4.15 %</b>	<b>205 970.83</b>	<b>5.18 %</b>	<b>157 977.70</b>
Veränderung des Fondskapitals		-37 813.95		-5 715.00
<b>Jahresergebnis (vor Zuweisung an Organisationskapital)</b>	<b>3.39 %</b>	<b>168 156.88</b>	<b>5.00 %</b>	<b>152 262.70</b>

Meliso  
Federweg 20  
3008 Bern

+41 31 552 24 24  
info@meliso.ch  
www.meliso.ch

Unterstützen Sie unsere Non-Profit-Organisation Meliso finanziell:  
IBAN CH51 0483 5072 2529 9100 7, Credit Suisse AG, 8070 Zürich  
Herzlichen Dank für Ihren wertvollen Beitrag.

---

Meliso ist fachlich vernetzt und pflegt folgende Mitgliedschaften und Kooperationen.

**ARTISET** Fédération der Dienstleister für  
Menschen mit Unterstützungsbedarf  
**YOUwiTA**

 **SOCIALBERN**  
Verband sozialer Institutionen Kanton Bern  
Association Bernoise des Institutions Sociales

**KiEL**  
Fachverband  
KindEltern Institutionen

---

Qualitätsmanagement

**SELKOM**  
by Meliso

---

Leistungsvertrag



**Kanton Bern**  
Canton de Berne

---

Impressum

Redaktion und Text:  
Meliso, Bern

Interview und Expertenmeinung  
(Text und Fotos):  
Tom Mayer, Citrusmedia

Korrektur:  
Felix Ruhl, Basel

Gestaltung und Satz:  
Matthias Pauwels, Bern

Druck:  
Prolith AG, Ittigen

Fotos: Alle Fotos sind  
urheberrechtlich geschützt.  
Foto Seite 11: David Hefti.

