



---

# Jahresbericht 2021 / 2022

---



---

## Vorwort der Präsidentin

---

**Blicke ich zurück**, erfüllt mich das vergangene Jahr mit Begeisterung und Freude – und ich sage: DANKE!

Danke an all unsere Mitarbeitenden, die unsere Vision mitgestalten, uns Inputs, Feedbacks, Motivation-Shots und ihr Herzblut schenken!

Danke an all die Kursteilnehmenden, die so verrückt waren, mit uns an die Startlinie zu treten und loszulegen.

Danke an all die Geldgeber, die an uns und unsere Idee glauben.

Danke an die Medien, die unsere Idee boostern und myPeer zu den Menschen bringt.

Danke an all die Patienten- und Behindertenorganisationen, die mit uns in einen gemeinsamen Schöpfungsprozess gehen.

Danke an meine wundervolle Tochter Alexandra, Bildungsverantwortliche und Vorstandsmitglied bei myPeer, die mit Mut, Kompetenz, Fokus und Klarheit wichtige und entscheidende Impulse setzt.

### Sarah

Depression /  
Burnout

«Das Leben ist nicht nur schwarz oder weiss; es gibt auch viele bunte Farben, die man nur finden muss. Ob Burnout oder Depression – wer sich mutig zur Wehr setzt, dem winkt der Lohn.»



Ich mache die  
Ausbildung  
zum  
myPeer Coach

Danke an Dominique, den wir neu in den Vorstand aufnehmen dürfen. Er wird den Verein mit seinen Erfahrungen als Betroffener und seiner Kompetenz als Treuhänder auf ein neues Level bringen.

Danke an das Coachingzentrum Olten, speziell an Karin Sidler und Sabine Haldemann für die hervorragende Zusammenarbeit.

**Blick ich vorwärts**, sehe ich vor mir ein hoch motiviertes, visionäres myPeer Team.

Und ich sehe all die Menschen, die noch auf uns zukommen werden und uns dabei helfen werden, über uns herauszuwachsen.

Ich freue mich!

Therese Kämpfer  
Präsidentin Verein myPeer

### Brigitta

Krebs und  
Cancer-Fatigue

«Ich möchte Betroffene unterstützen und ihnen zur Seite stehen, damit sie auf dem steilen Weg die eigene Kraft nicht verlieren.»



Ich mache die  
Ausbildung  
zum  
myPeer Coach



## Die Idee von myPeer

**Wenn ein Mensch plötzlich** verunfallt, erkrankt oder mit einem Schicksalsschlag konfrontiert wird, stellen sich ihm und seinen Angehörigen tausend Fragen. Medizin oder Therapien können noch so gut und fundiert sein – die Unsicherheit ist gross. Wer jedoch selber einst die gleiche Erfahrung gemacht hat, kennt diese Ängste und weiss genau, wie sich der Betroffene fühlt. So ein Begleiter nennt man Peer. Er kann im Hier und Jetzt mit elementaren Ideen und Antworten ermutigen. Er richtet den Fokus aber auch in die Zukunft, zeigt Möglichkeiten auf, leitet an zur Selbsthilfe, hört zu und bestärkt den Betroffenen oder seine Angehörigen, das Erlebte zu reflektieren und in ein sinnerfülltes, selbstbestimmtes Leben zu führen.

Für diese wachsende Gruppe ist eine hohe Gesundheitskompetenz relevant, um den täglichen Umgang damit zu meistern. Die soziale Unterstützung durch Menschen, die eine ähnliche Krankheit oder eine gleiche Situation erlebt haben, wird immer bedeutsamer. Denn chronische Krankheiten wie Rheuma, Diabetes, Krebs, Multiple Sklerose, Schlaganfall und Atemwegsprobleme zählen zu den grossen Herausforderungen im Gesundheitswesen.

### Flavia

CESI Cauda Equina Syndrom

«Meine Odyssee durch medizinische Institutionen sollte niemand erleben müssen. Als Peer möchte ich Betroffenen helfen, die verbleibenden Ressourcen für das Gesundwerden einzusetzen.»



Ich mache die Ausbildung zum myPeer Coach

**Betroffene coachen Betroffene.** In der Schweiz bewährt sich dieses System bei Menschen im Rollstuhl bestens. Diese «Experten aus Erfahrung» können hier noch weitgehend ungenutzte Ressourcen zur Förderung von Gesundheitskompetenz und Lebensqualität erfolgreich und nachhaltig vermitteln.

Aus diesem Grund möchte der Verein myPeer diese Art von persönlicher Beratung und Begleitung ausweiten auf Menschen, die mit einer Krankheit, einer Sucht, einer Behinderung oder einem Schicksalsschlag leben

MyPeer bietet eine fundierte Ausbildung für erfahrene Betroffene und deren Angehörige an. Zu einem späteren Zeitpunkt wird auf der Website von myPeer eine Vermittlungs-Plattform aufgeschaltet, auf der frisch Betroffene und deren Angehörige einen geeigneten Peer finden können.

Ein weiteres Ziel des Vereins ist es, das Wissen der Peers auch Forschern, Studierenden, Schulen, der Polizei und weiteren interessierten Organisationen zur Verfügung zu stellen. Dies würde das Verständnis und den unvoreingenommenen Umgang miteinander fördern.

### Ruth

Hirnblutung

«Auch nach einer schweren Erkrankung ist noch so viel möglich! Vielleicht muss man sich zwar ein neues Hobby suchen – Hauptsache man findet etwas, das Spass macht.»



Ich mache die Ausbildung zum myPeer Coach



## Die Vision von myPeer

- myPeer sorgt dafür, dass jeder betroffene Mensch in der Schweiz innert nützlicher Zeit seinen passenden myPeer Coach finden kann.

- myPeer Coaches sollen in naher Zukunft als bekannter Begriff in den Köpfen der Menschen verankert sein und aktiv genutzt werden.

- myPeer Coaches werden in naher Zukunft Teil des interdisziplinären Teams in Institutionen des Gesundheitswesens sein.

- myPeer Coaches werden in der Zukunft ein essenzieller Bestandteil des Gesundheitswesens sein, um Menschen in komplexen Lebenssituationen mit einer Zusatzbelastung zu unterstützen und zu partizipieren.

### Ursula

Unfalltod des Sohnes / Krebs

«Menschen, die den Boden unter den Füßen verlieren und tausend Fragen haben, benötigen jemanden dem sie alles anvertrauen können, den sie anrufen dürfen und der einfach da ist.»



Ich mache die Ausbildung zum myPeer Coach

- myPeer unterstützt und revolutioniert das Gesundheitswesen, indem sich die Peer-Arbeit im Bereich der Somatik etabliert.

- myPeer unterstützt die Forderungen der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderung und unterstützt dessen Umsetzung durch die myPeer Arbeit.

Ich mache die Ausbildung zum myPeer Coach

### Erich

Burnout

«Immer das Licht am Ende des Tunnels sehen; das war meine Überlebensstrategie. Ich möchte Betroffenen zeigen, wie sie passende Kompetenzen entwickeln, wenn das Leben einen Neuanfang verlangt.»





# Der Verein myPeer

## Der Vorstand

### Präsidentin

#### **Therese Kämpfer**

Referentin bei myPeer  
Tetraplegikerin

Pflegefachfrau KWS und Fachlehrerin,  
Initiantin und ehemalige Leiterin Peer  
Counselling und Patientenbildung im  
Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil

### Bildungsverantwortliche

#### **Alexandra Kämpfer**

Referentin bei myPeer

Berufsfachschullehrerin an der Berufsfach-  
schule Langenthal, Erwachsenenbildnerin,  
Pflegefachfrau, Hauswirtschaftliche  
Betriebsleiterin, Fachfrau Gesundheit

Ich mache die  
Ausbildung  
zum  
myPeer Coach



#### **Marie-Louise**

Plötzlicher Tod ihre  
Mannes

«Wer einen Schick-  
salsschlag erlebt,  
muss sich auf einen  
neuen Lebensweg  
einlassen. Ich weiss,  
was es bedeutet,  
einen vertrauten  
Pfad zu verlassen  
und dennoch Schritt  
für Schritt vorwärts  
zu gehen.»

#### **Beat** litt unter Alkoholsucht

«Alkoholsucht ist  
behandelbar, denn  
mit mentalem  
Training kann das  
Suchtgedächtnis  
umgeschrieben  
werden. Als Peer  
möchte ich meine  
Erfahrungen darin  
weitergeben.»



Ich mache die  
Ausbildung  
zum  
myPeer Coach

### Finanzen

#### **Dominique Hirschi**

Tetraplegiker

Treuhänder mit eidgenössischem Fachausweis  
bei der GEWA

## Mitgliedschaften

Wir bedanken uns herzlich für die Aufnahme  
als Mitglied in folgende Organisationen:

- **Agile Suisse:** die Organisation von  
Menschen mit Behinderung
- **Verein Chronischkrank:** Das Netzwerk für  
Fachpersonen, die psychologische Arbeit für  
chronisch körperlich kranke Menschen leisten,  
fördern, erforschen

## Mitglieder

Wir freuen uns über die ideelle und finanzielle  
Unterstützung unserer **Passivmitglieder** und  
bedanken uns herzlich bei ihnen.

**Aktivmitglieder** sind ausgebildete myPeer  
Coaches. Die ersten Ausbildungen werden  
Mitte 2023 abgeschlossen. Somit hat der  
Verein im Moment noch keine Aktivmitglieder.



## Die Ausbildung zum myPeer Coach

**Wir sind gestartet!** Am 2. April 2022 konnten wir am ersten Kurs zum myPeer Coach insgesamt fünfzehn Teilnehmende begrüßen und eine Woche später mit dem zweiten Kurs mit insgesamt dreizehn Teilnehmenden starten.

Beide Kurswochenende waren für uns in der Begegnung mit den Teilnehmenden sehr bereichernd und inspirierend. Wir haben uns sehr über die vielen positiven Rückmeldungen der Teilnehmenden in Bezug auf die myPeer Arbeit gefreut. Diese positiven Reaktionen motivieren uns zusätzlich sehr, um die myPeer Vision weiter erfolgreich umzusetzen.

Während den beiden ersten myPeer Kurswochenenden erhielten wir grosse Unterstützung durch Renate Vogler, die uns Referentinnen und die Teilnehmenden mit wertvollen Hilfeleistungen zur Seite stand. Herzlichen Dank dafür.

Zu Werbezwecken nahm Christine Zwygart, Medienverantwortliche bei myPeer, an einem Kurstag teil und porträtierte einige Teilnehmende. Die Porträts sind auf unserer Homepage als Slideshow aufgeschaltet, ein Film mit Statements wird folgen. Ein grosses

### Antonella

Nierenpatientin und sehbehindert

«Viele Betroffene wissen nicht so recht, wie sie mit ihrer Nieren-Erkrankung umgehen sollen. Ich möchte ihnen zeigen, dass es viele positive Lebensstrategien gibt.»



Ich mache die Ausbildung zum myPeer Coach

Dankeschön an dieser Stelle an Christine und allen Teilnehmenden, die sich zur Verfügung gestellt haben.

**Unser myPeer Team wird grösser.** Durch die grosse Nachfrage an der myPeer Ausbildung und die Erweiterung unseres Angebotes haben wir bemerkt, dass wir als Referenten Unterstützung benötigen. Wir konnten Ute John als erfahrene Berufsfachschullehrerin gewinnen und heissen sie als Referentin in unserem Team herzlich willkommen.

Die myPeer Ausbildung und das Angebot unserer Vermittlungsplattform steckt noch in den Kinderschuhen und muss schweizweit bekannt gemacht werden. Für diese Aufgabe konnten wir Ruth Trchsel gewinnen. Sie erstellt für myPeer ein Marketingkonzept und wir dürfen von ihrer jahrelangen beruflichen Erfahrung profitieren. Herzlichen Dank an dieser Stelle an Ruth.

Mit Flavia De Biasio werden wir bald eine sehr kompetente Persönlichkeit haben, die für uns alle HR-Aufgaben übernimmt. Vielen Dank für die professionelle Unterstützung.

### Sebastian

Morbus Crohn

«Irgendwo leuchtet immer einen Lichtstrahl. Man braucht einfach einen Motivationskern und einen Sinn, um weiterzumachen. Es ist nicht alles verloren – diese Erfahrung möchte ich als Peer weitergeben.»

Ich mache die Ausbildung zum myPeer Coach



---

## Die Ausbildung zum myPeer Coach

---

**Wir danken für die Zusammenarbeit.** Die Teilnehmenden der ersten beiden Kurse besuchen noch bis Oktober die fünf Kurstage am Coachingzentrum Olten, wo sie die Grundlagen des Coachings lernen. Gerne bedanken wir uns bei den Trainerinnen des Coachingzentrums Olten, Karin Sidler und Sabine Haldemann für die kooperative und wertvermehrnde Zusammenarbeit.

In den vergangenen Monaten haben wir einige Anfragen von Interessenten erhalten, die ihr Erfahrungswissen aus dem Bereich psychischer Erkrankungen als myPeer Coach zur Verfügung stellen und die die myPeer Ausbildung absolvieren möchten.

**Bitte beachten:** In der Beilage finden Sie die Jahresrechnung 2021.

Um den Bedürfnissen der Teilnehmenden gerecht zu werden, haben wir die Zusammenarbeit mit Roger Altmann von Netzwerk Gesundheit aufgenommen. Wir erarbeiten momentan ein erweitertes Angebot der myPeer Ausbildung für den Fachbereich der psychischen Erkrankungen. Detaillierte Informationen werden ab Juli 2022 auf unserer Homepage aufgeschaltet sein.

Alexandra Kämpfer,  
Bildungsverantwortliche myPeer



### Das myPeer Ausbildungsteam

Therese Kämpfer,  
Alexandra Kämpfer und  
Renate Vogler (von links).



**Verein MyPeer  
Langenthal**

# Jahresrechnung 2021

<b>Inhalt</b>	<b>Seite</b>
- Bilanz per 31. Dezember 2021	2
- Erfolgsrechnung vom 1. April bis 31. Dezember 2021	3

Zollikofen, 20. Mai 2022

## Jahresrechnung 2021

### Bilanz per 31. Dezember 2021

	2021	
	CHF	%
Postfinance	101'589	
<b>Flüssige Mittel</b>	<b>101'589</b>	
Forderungen im Personalbereich	480	
<b>Übrige kurzfristige Forderungen</b>	<b>480</b>	
<b>Umlaufvermögen</b>	<b>102'069</b>	<b>100.0</b>
<b>Aktiven</b>	<b>102'069</b>	<b>100.0</b>
Passive Rechnungsabgrenzungen	540	
<b>Passive Rechnungsabgrenzungen</b>	<b>540</b>	
<b>Kurzfristiges Fremdkapital</b>	<b>540</b>	
Darlehen Kämpfer Therese	50'000	
<b>Langfristige Verbindlichkeiten</b>	<b>50'000</b>	
<b>Langfristiges Fremdkapital</b>	<b>50'000</b>	
<b>Fremdkapital</b>	<b>50'540</b>	<b>49.5</b>
Vereinskapital	0	
Gewinnvortrag per 01.01.	0	
Jahresgewinn	51'529	
Bilanzgewinn	51'529	
<b>Eigenkapital</b>	<b>51'529</b>	<b>50.5</b>
<b>Passiven</b>	<b>102'069</b>	<b>100.0</b>

## Jahresrechnung 2021

### Erfolgsrechnung vom 1. Januar bis 31. Dezember 2021

	2021	
	CHF	%
Mitgliederbeiträge	250	
Spenden Firmen/Institutionen	30'500	
Spenden Privatpersonen	71'300	
Sonstige Erträge	12	
<b>Erträge Beiträge und Spenden</b>	<b>102'062</b>	
<b>Nettoerlöse aus Lieferungen und Leistungen</b>	<b>102'062</b>	<b>###</b>
Aufwand Kurse	2'175	
<b>Direkter Aufwand</b>	<b>2'175</b>	<b>2.1</b>
<b>Bruttogewinn I</b>	<b>99'887</b>	<b>97.9</b>
Lohnaufwand	26'000	
Sozialversicherungsaufwand	1'517	
Übriger Personalaufwand	481	
<b>Personalaufwand</b>	<b>27'998</b>	<b>27.4</b>
<b>Bruttogewinn II</b>	<b>71'889</b>	<b>70.4</b>
Verwaltungs- und Informatikaufwand	1'830	
Werbeaufwand	18'322	
Sonstiger betrieblicher Aufwand	141	
<b>Übriger betrieblicher Aufwand</b>	<b>20'293</b>	<b>19.9</b>
<b>Betriebliches Ergebnis vor Zinsen, Steuern u. Abschr. (EBITDA)</b>	<b>51'596</b>	<b>50.6</b>
Finanzaufwand	67	
Finanzertrag	0	
<b>Jahresgewinn</b>	<b>51'529</b>	<b>50.5</b>