



## SELBSTHILFEZENTRUM AARGAU

---

SelbsthilfeZentrum Aargau  
Rütistrasse 3A  
5400 Baden  
Tel. 056/203 00 20  
Fax 056/203 00 25  
[selbsthilfe.ag@frauenzentrale.ch](mailto:selbsthilfe.ag@frauenzentrale.ch)  
[www.frauenzentrale.ch/ag](http://www.frauenzentrale.ch/ag)

Jahresbericht 2005

## Inhaltsverzeichnis

Organisation	Seite	4
SelbsthilfeZentrum Aargau	Seite	6
Selbsthilfegruppen	Seite	8
Leistungen	Seite	13
Finanzen	Seite	23

# Organisation

Das SelbsthilfeZentrum Aargau ist ein **Dienstleistungsbetrieb** der **Frauenzentrale Aargau**, welche als Verein organisiert ist. Die Frauenzentrale Aargau hat die Aufsicht über das SelbsthilfeZentrum und wählt zu diesem Zweck eine Betriebskommission, welche der Frauenzentrale gegenüber Rechenschaft schuldig ist.

## Betriebskommission

Die Betriebskommission des SelbsthilfeZentrums Aargau wacht darüber, dass die Tätigkeit den Richtlinien gemäss BSV (Bundesamt für Sozialversicherungen) ausgeführt wird.

Zu diesem Zweck hat die Betriebskommission im Jahr 2005 drei Ressorts geschaffen: Strukturen, Finanzen und Öffentlichkeitsarbeit.

## Struktur

In diesem Ressort werden die Strukturen und Papiere, die zu diesem Zweck erschaffen wurden, regelmässig auf Zeitgemässheit und Anforderungen an die heutigen Qualitätsansprüche überprüft und wenn nötig erneuert oder wo noch nicht vorhanden, neu erschaffen.

## Finanzen

Durch den Wegfall eines bedeutenden Finanzgebers im Jahr 2005 müssen neu jährlich mindestens Fr. 30'000.- beschafft werden, um den Betrieb des SelbsthilfeZentrums mit einem Stellenpensum von 90% aufrecht zu erhalten. Mit den Mitteln aus den Rückstellungen konnte das Jahr 2005 gedeckt werden.

## Öffentlichkeitsarbeit

Bei der Öffentlichkeitsarbeit wurde die Priorität auf das Erschaffen einer Homepage gelegt. Für das Jahr 2006 ist eine Wanderausstellung geplant, die das SelbsthilfeZentrum in verschiedenen Ortschaften des Kantons Aargau bekannt machen soll.

## Mitglieder der Betriebskommission

Präsidentin: Verena Enzler (bis April 2005)  
Gabi Leuenberger (seit August 2005)  
Vizepräsidentin: Beatrice Schwaiger (Interims-  
präsidentin Mai—Juli 2005)  
Mitglieder: Susanna Bürge  
Käthi Frenkel  
Dr. med. Esther Hindermann  
Odette Hochuli  
Stefan Schenker (bis April 2005)

Das SelbsthilfeZentrum Aargau dankt den aktiven und und ausgetretenen Mitgliedern der Betriebskommission für die geleistete Arbeit und den Einsatz für das SelbsthilfeZentrum Aargau.

## SelbsthilfeZentrum Aargau

### Mitarbeiterinnen

Karin Aeschlimann, Stellenleiterin  
Kathrin Spicher, Beraterin

## **Ethischer Grundsatz**

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht der Mensch.

## **Zweck**

Das SelbsthilfeZentrum Aargau ist eine professionell geführte Beratungs-, Vermittlungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen. Das Angebot richtet sich an Menschen mit psychosozialen Problemen, körperlichen Erkrankungen oder deren Angehörige, die sich in selbstverantwortlicher Weise für eine Verbesserung ihrer Situation einsetzen wollen.

## **Grundhaltung**

Das SelbsthilfeZentrum Aargau will die Solidarität unter den Betroffenen anregen, deren Eigeninitiative unterstützen und ihrer Isolation entgegenwirken. Dabei respektieren wir die Würde und die Selbstbestimmung jedes Menschen. Im Hinblick auf deren Selbständigkeit stellen die Mitarbeiterinnen den Gruppen ihr fachliches Wissen zur Verfügung. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist freiwillig.

## **Bedeutung von Selbsthilfegruppen**

In einer Zeit in der Vereinzelung und Anonymität überhand nehmen gewinnen Selbsthilfegruppen immer mehr an Bedeutung. Ausserdem sind sie ein Weg institutionalisierte Angebote im medizinischen und sozialen Bereich durch kostengünstige Massnahmen zu ergänzen, die auf die Kräfte und Fähigkeiten der Betroffenen selber bauen. Die öffentlichen Sozialwerke werden durch die Selbsthilfegruppenbewegung klar entlastet.

## Qualität

Unsere Qualität richtet sich nach den Richtlinien des BSV (Bundesamt für Sozialversicherungen), an welche wir vertraglich durch einen Unterleistungsvertrag mit unserer Dachorganisation KOSCH (Koordination und Förderung von Selbsthilfegruppen in der Schweiz) gebunden sind.

Die Qualität unserer Arbeit hinterfragen wir immer wieder wertfrei, definieren Gebiete, die zu verbessern sind und setzen uns Ziele und Massnahmen, die wir den heutigen Begebenheiten anpassen und umsetzen. Im letzten Jahr haben wir uns zwei grosse Ziele gesetzt und umgesetzt:

### **Grundbedarf an Informationen abdecken**

Wir haben erkannt, dass es notwendig ist, eine Homepage zu erschaffen, die über die einzelnen Selbsthilfegruppen und das SelbsthilfeZentrum informiert. Um dies zu realisieren haben wir aus den vorhandenen Unterlagen der Selbsthilfegruppen Texte erschaffen, diese den Selbsthilfegruppen zur Überprüfung vorgelegt und die zurückgesendeten Texte auf der Homepage aufgeschaltet. Die Homepage können wir in den nächsten Jahren beliebig erweitern und so dem Informationsbedürfnis der recherchierenden Personen Rechnung tragen.

### **Effizienz steigern**

Seit 2004 stellen wir fest, dass der Informationsanspruch durch unsere Kunden hoch ist und unsere Dokumentationen in der vorhandenen Art den heutigen Ansprüchen an Schnelligkeit und Effizienz nicht mehr genügen. Wir haben uns entschieden, Dokumentationen und Informationen wenn immer möglich in elektronischer Form zu erfassen. Vieles haben wir geschafft. Das Resultat lässt sich sehen und messen.

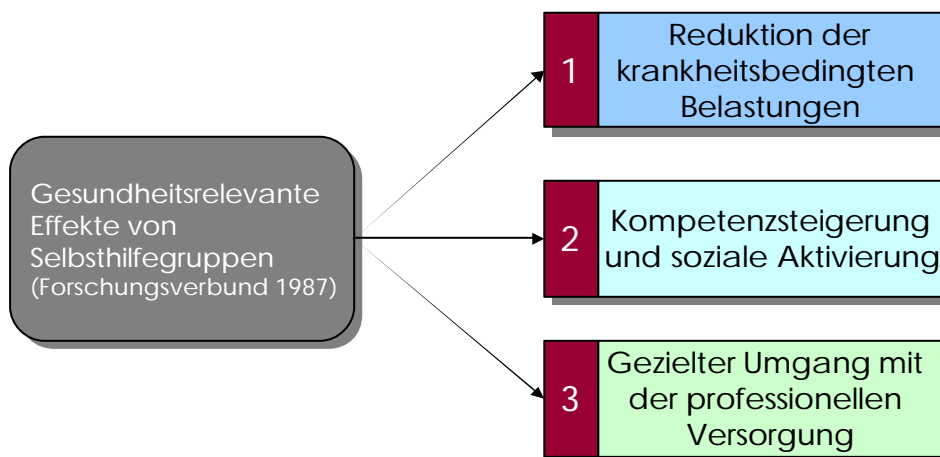
# Selbsthilfegruppen

Das SelbsthilfeZentrum Aargau leistet im Zusammenhang mit den Selbsthilfegruppen folgenden Beitrag:

- Wir führen Menschen zusammen, die das Gleiche haben
- Wir helfen beim Aufbau von Selbsthilfegruppen und beraten sie
- Wir machen das Selbsthilfeangebot und einzelne Gruppen im Kanton Aargau bekannt

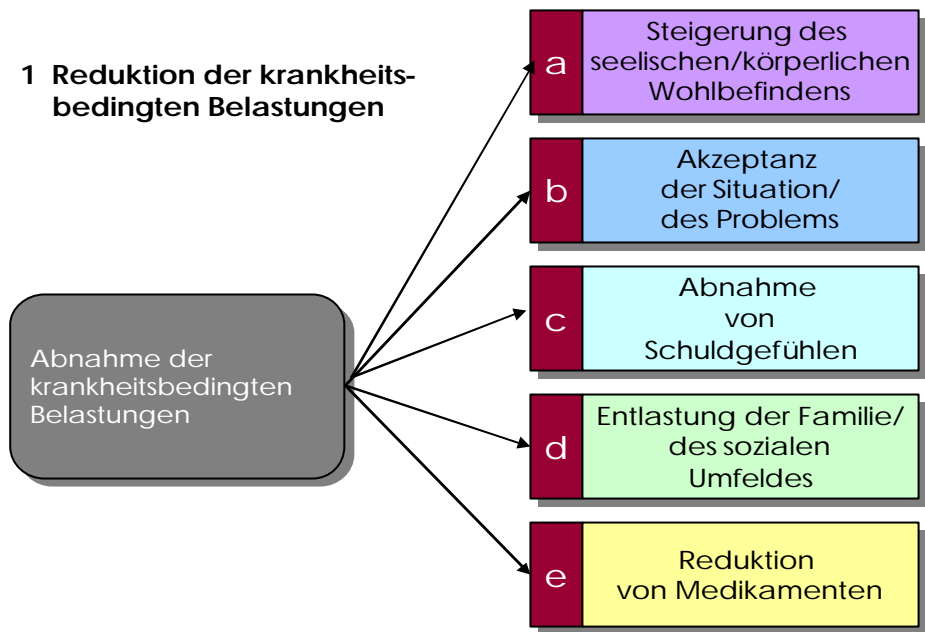
Aufgrund der Forschungsarbeit aus dem Jahr 2002: HSA Luzern, StremLOW: „Es gibt Leute die das Gleiche haben“ lassen sich die Wirkungsdimensionen von Selbsthilfegruppen wie folgt darstellen:

## Wirkungsdimensionen von Selbsthilfegruppen



HSA Luzern, StremLOW 2002: Es gibt Leute die das Gleiche haben





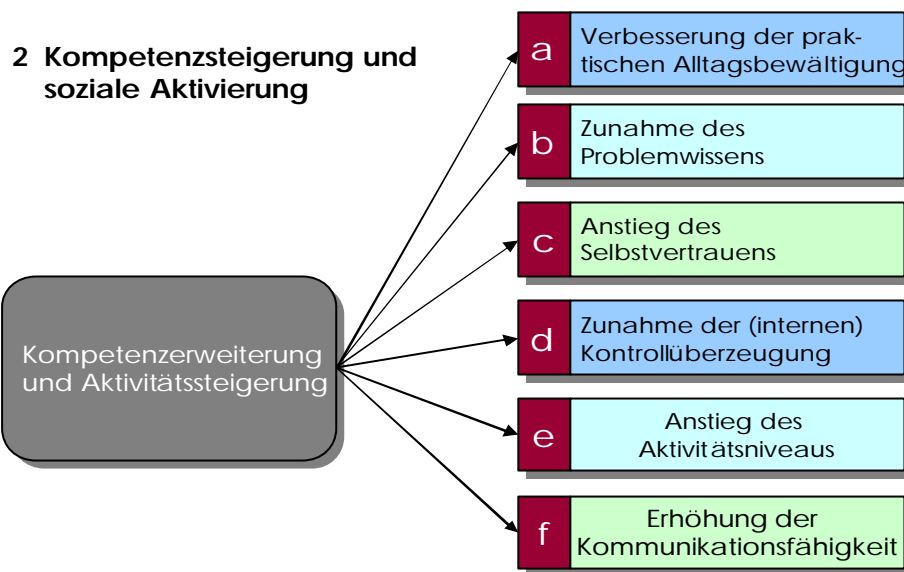
HSA Luzern, Stremlow 2002: Es gibt Leute die das Gleiche haben

## Generelle Steigerung des seelischen Wohlbefindens

„Ich bin von Anfang an dabei und es war bei den Gründern eine grosse Nervosität und Verzweiflung da und von denen, die dann dabei waren, hat man gemerkt, wie die Verzweiflung abgenommen hat, wie eine gewisse Ruhe über uns gekommen ist. Wir haben uns gesagt: wir müssen uns damit abfinden. Man hat gemerkt, wie die Verzweiflung bei den Mitgliedern abgenommen hat. Die einen mussten Antidepressiva nehmen, andere waren sonst am Boden. Eigentlich geht es (heute) allen so, dass sie es ertragen können und damit umgehen können.“

## Belastungsreduktion

„Das allgemeine Wohlbefinden, die innere Ausgeglichenheit und Zufriedenheit ist ganz eindeutig stärker als früher. Ich wüsste nicht, wo ich ohne diese Arbeit stehen würde. Das würden sicher auch alle aus der Gruppe unterschreiben.“



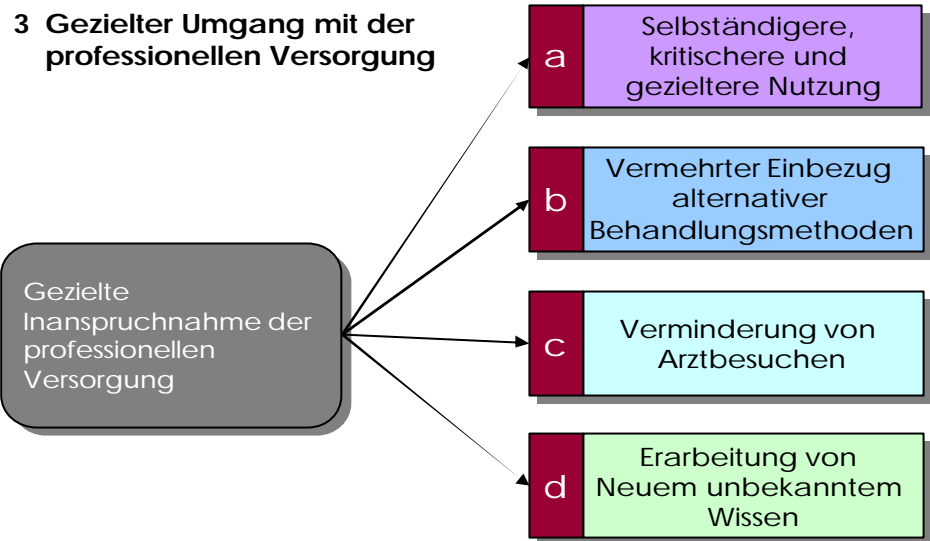
HSA Luzern, Stremlow 2002: Es gibt Leute die das Gleiche haben

### Praktische Alltagsbewältigung:

„Wir haben in der Gruppe auch ganz viele Strategien erarbeiten können, wie man besser damit umgehen kann oder was man alles noch machen kann, auch bereits vorbeugend. Zum Beispiel Stressabbau, Atemübungen, Yoga, Baden oder Rennen—je nach Vorliebe der Leute. Es ist wichtig Strategien zu haben, um das etwas bremsen zu können. Dazu haben wir viel in der Gruppe erarbeitet. Es sind auch viele Ideen entstanden, die man übernehmen konnte im Sinne von, der macht das auch so, das kann ich nun auch probieren.“

### Steigerung des Problemwissens

„Ja, also ich denke, man eignet sich ein Wissen an, dass wenn es einem wieder schlechter geht, dass man sich früher auffangen kann, dass man lernt wohin man sich wenden kann, dass man sicherer wird gegenüber dieser Krankheit und dem Ganzen nicht mehr so hilflos gegenüber steht.“



HSA Luzern, Stremlow 2002: Es gibt Leute die das Gleiche haben

## Selbständigere und kritischere Nutzung der medizinischen Versorgung

„Wenn man schon sehr viel weiss, tritt man einem Arzt oder Therapeuten mit einem anderen Selbstbewusstsein entgegen. Man lässt sich auch nicht mehr so viel sagen, sondern sagt auch einmal: *das ist nicht so*. Das gibt ganz ein anderes Selbstbewusstsein.“

## Alternative, die Schulmedizin ergänzende Behandlungsmethoden

„V.a. nicht-medizinisch, dass man Tipps austauschen kann. Statt Medikamente mach doch mal das oder das. Banal: mach doch mal einen Spaziergang oder so. Sachen, die einer weiss und die ein anderer noch nicht probiert hat.“

## Reduktion von Arztbesuchen

„Wenn es einem mal mies geht, kann man einfach mal anrufen und das ersetzt eigentlich fast— manchmal nicht ganz—den Arzt. Wo man sonst den Arzt anrufen würde, sagt man, ich rufe erst mal den und den an.“

## Portrait der Selbsthilfegruppe „chronische Schmerzen, Baden“

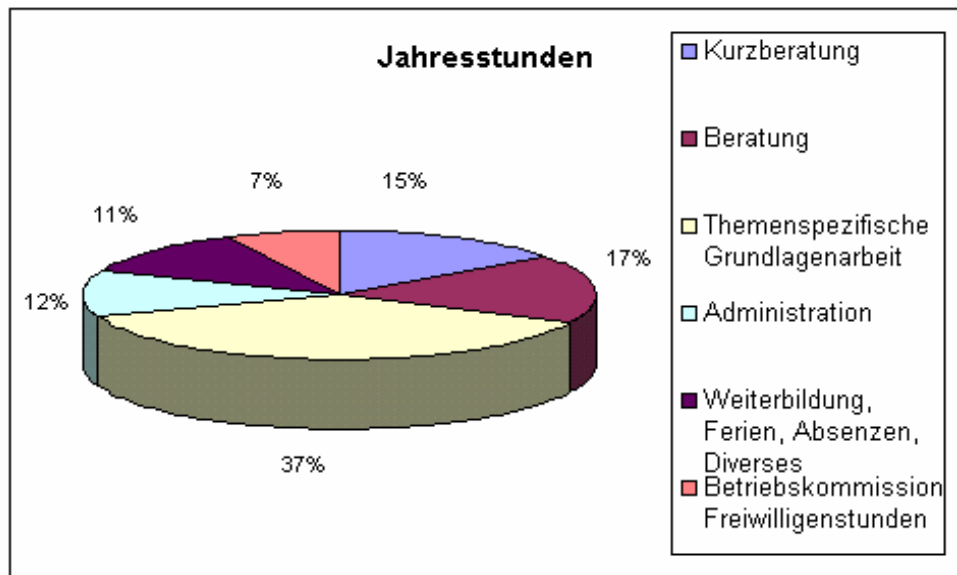
Im Jahr 2005 haben wir die Selbsthilfegruppe „Chronische Schmerzen, Baden“ gegründet. Anfänglich hat es viel Mut, Selbstvertrauen und Überwindung gekostet diesen Schritt zu wagen und sich fremden Menschen gegenüber zu öffnen. „Über den eigenen Schatten zu springen war gar nicht so einfach, wäre meine Kollegin nicht gewesen, hätte ich in dieser Gruppe nie mitgemacht.“ Alle sind sich einig, dass sich das Wagnis heraus aus der eigenen Isolation gelohnt hat.

Bevor sich die einzelnen Anwesenden der Gruppe angeschlossen haben, haben sie sich immer mehr zurückgezogen. „Die eigene Energie einzuteilen, wenn man an chronischen Schmerzen leidet, ist gar nicht so einfach. Es bleibt nicht viel Zeit übrig für angenehme Dinge. Viele Freunde aus meinem „alten“ Leben sind mir nicht geblieben.“ Zu akzeptieren, dass diese Schmerzen nie mehr weggehen und immer da sein werden, dass man nie mehr leistungsfähig sein wird, sind die schwierigsten Aspekte dieser Krankheit. Viele leiden deshalb unter einem schlechten Gewissen.

Unterdessen hat sich eine sehr lebhaft Gruppe gebildet, die es als positiv wertet, dass sich die Mitglieder bereits ohne viele Worte verstehen. „Gewisse Dinge können nur Personen nachfühlen, die diese Schmerzen selber kennen“. Was sie in der Gruppe verbindet ist die Offenheit und Ehrlichkeit der anwesenden Personen, die bereits entstandene Vertrautheit und die Möglichkeit über alle belastenden Aspekte von chronischen Schmerzen reden zu können. Natürlich reden sie auch über die schönen Seiten des Lebens und freuen sich daran, dass jemand etwas Positives erlebt hat. „Durch die Gruppe habe ich neue Freunde gewonnen, ich baue mir ein neues Netzwerk auf. Dies gibt mir viel Kraft. Ich bin wieder aktiver geworden, traue mir mehr zu. Dies wirkt sich positiv auf mich und mein soziales Umfeld aus. Ich kann hier viel profitieren.“

## Stundenaufwand SelbsthilfeZentrum Aargau

Bezahlte Arbeitszeit	1927h	93%
Freiwillige Arbeit Betriebskommission	150h	7%
Total Arbeitszeit	2077h	100%



### Zeitanalyse

Ca. 70% der Arbeitszeit wurden für Kurzberatung, Starthilfe (Beratung) von Selbsthilfegruppen und Grundlagenarbeit aufgewendet.

Ca. 30% der Arbeitszeit wurde für Administration, Vorstandsarbeit, Weiterbildung, Ferien, Absenzen und Diverses aufgewendet.

### Betriebsaufwand

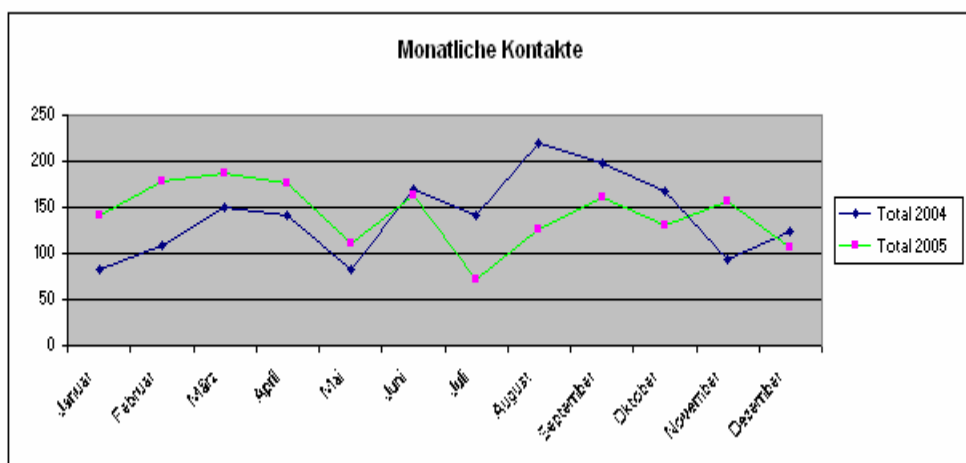
Betriebskosten	Fr. 125'000.-
Unbezahlte Leistungen	Fr. 9'000.-
Total Aufwand	Fr. 134'000.-
Total Aufwand ausgewiesen	Fr. 125'000.-

## Kontakte

(Kurzberatung, Beratung, themenspezifische Grundlagenarbeit, Overhead)

2004	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember	Jahr
Telefon	71	79	110	75	42	84	66	125	106	78	53	66	955
Briefe/e-Mail	8	23	34	60	37	77	70	93	85	84	34	56	661
Persönlich	3	6	5	7	4	9	5	1	7	5	6	1	59
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>108</b>	<b>149</b>	<b>142</b>	<b>83</b>	<b>170</b>	<b>141</b>	<b>219</b>	<b>198</b>	<b>167</b>	<b>93</b>	<b>123</b>	<b>1675</b>

2005	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember	Jahr
Telefon	94	106	106	79	61	98	40	76	75	50	69	59	913
Briefe/e-Mail	39	69	80	96	47	60	32	46	85	75	85	45	759
Persönlich	9	4	2	2	2	5	0	5	0	6	3	2	40
<b>Total</b>	<b>142</b>	<b>179</b>	<b>188</b>	<b>177</b>	<b>110</b>	<b>163</b>	<b>72</b>	<b>127</b>	<b>160</b>	<b>131</b>	<b>157</b>	<b>106</b>	<b>1712</b>



Leistungen

## Vermittlung und Koordination von Selbsthilfegruppen (Kurzberatung)

Abklärung der Bedürfnisse einer Person und ev. Weitervermittlung an eine zuständige Stelle (Kurzberatung).

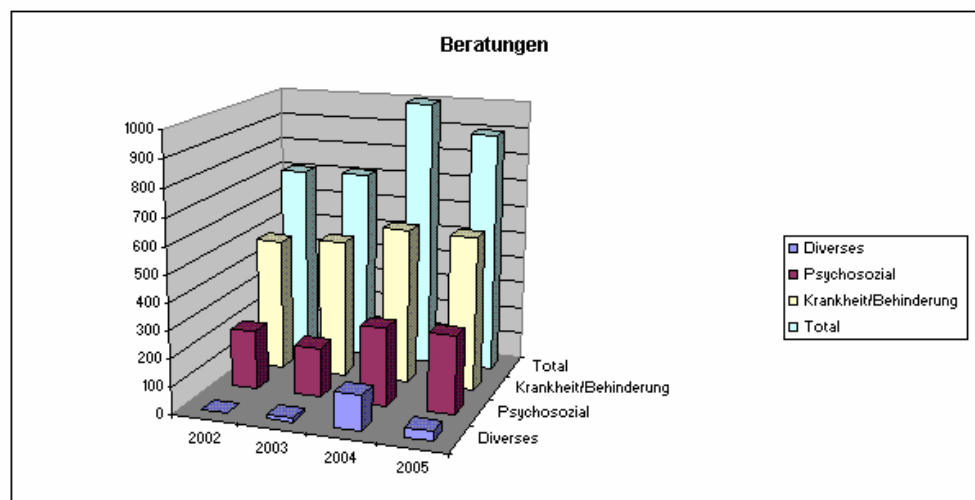
Im Jahr 2005 haben wir **895 interessierte Personen** an Selbsthilfegruppen oder Fachpersonen/Fachorganisationen **vermittelt**.

Unter der Rubrik Kurzberatungen haben wir Ihnen die folgenden Statistiken zusammengestellt:

- Beratungen
- Beratungen nach Kunden und Kundinnen
- Themenstatistik
- Regionale Verteilung

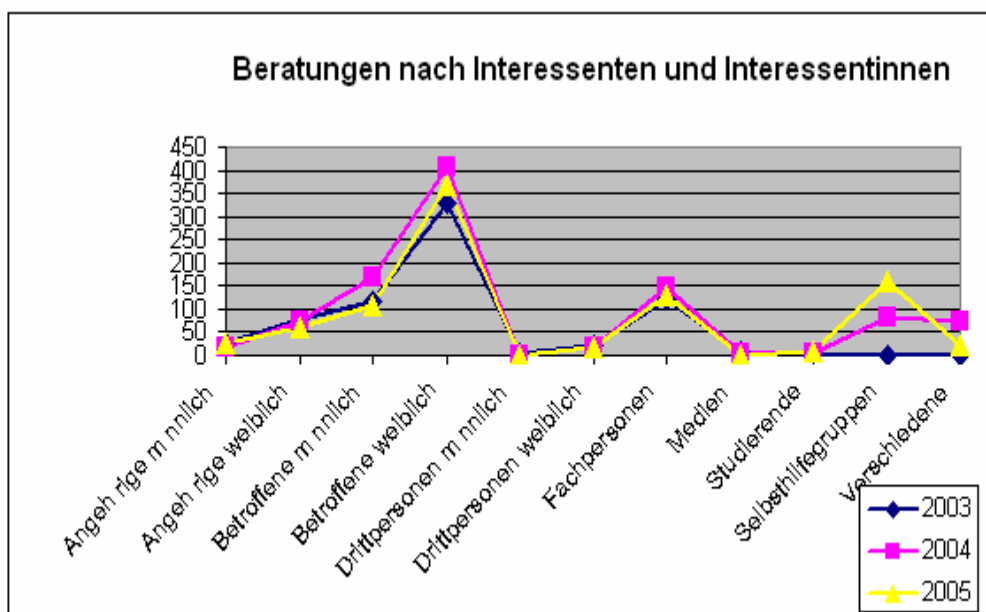
### Beratungen

Kontakte	2002 hochgerechnet	2003	2004	2005
Krankheit/ Behinderung	492	510	577	571
Psychosozial	218	185	287	287
Diverses	0	15	132	37
<b>Total</b>	<b>710</b>	<b>710</b>	<b>996</b>	<b>895</b>



## Beratungen nach Interessenten und Interessentinnen

	2003	2004	2005
Angehörige männlich	28	18	24
Angehörige weiblich	79	74	59
Betroffene männlich	115	168	108
Betroffene weiblich	328	408	367
Drittpersonen männlich	5	1	1
Drittpersonen weiblich	21	17	19
Fachpersonen	120	148	130
Medien	9	3	1
Studierende	4	4	7
Selbsthilfegruppen	0	83	158
Verschiedene	1	72	21



In den Kundenkontakten weisen wir gegenüber dem Vorjahr einen Rückgang an Kontakten in den Sommermonaten aus. Zudem haben wir die Feinerfassung verbessert und weisen weniger Kontakte in der Rubrik „Verschiedene“ aus. Teile dieser Rubrik werden in anderen Kategorien erfasst. Zugenommen hat im Jahr 2005 auch die Arbeit ausser Haus, was zu einer geringfügig kleineren Telefonpräsenz geführt hat.



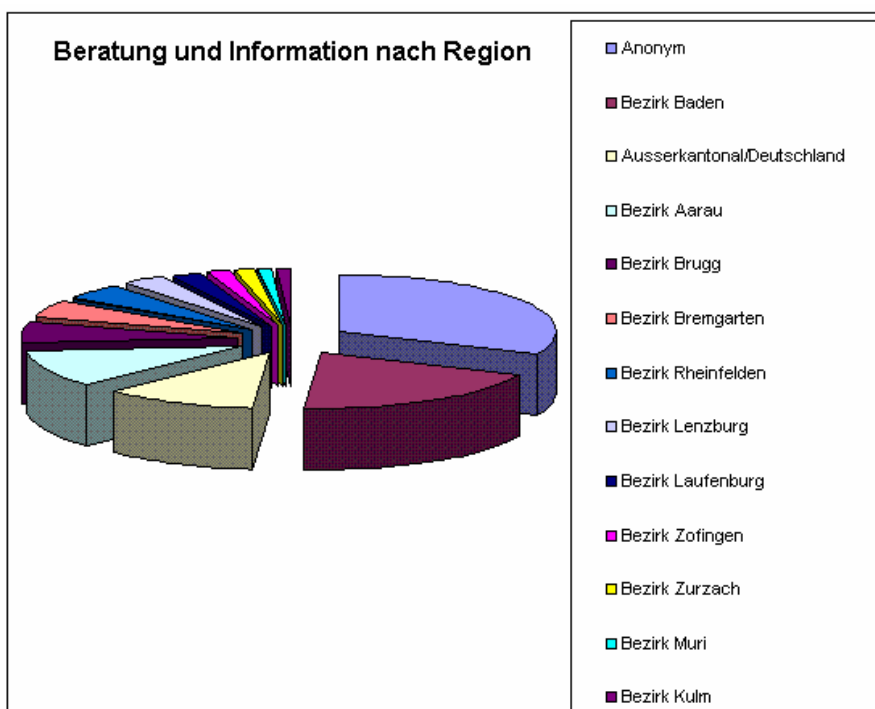
## Themenstatistik

Am meisten Kontakte hatten wir in der Rubrik „psychische Probleme und Erkrankungen“ (145), gefolgt von „ Sucht/Abhängigkeit“ (106) und „Tod/Unfall“, insbesondere Trauer (102).

Themen	
Allergie	1
Alter/Pflege/Gemeinwesen	6
Arbeit	60
Atemwegerkrankung	1
Behinderung	30
Besondere Lebenssituation	9
Bewusstseinsstörung/Hirn/Hirnverletzung	18
Beziehung/Kommunikation	71
Blutbahnablagerung/Durchblutungsstörung	2
Diverse Themen	30
Erbkrankheit	4
Ernährung/Stoffwechselkrankheiten/Verdauung/ Harntrakt/Darm	58
Familie/Erziehung	28
Frauenkrankheiten	1
Gender	4
Gewalt/Sexueller Missbrauch	15
Haut-/Haarerkrankungen	10
Herz-/Kreislaufkrankungen	1
Infektionskrankheit	4
Krankheit, mehrere Ursachen	6
Krankheiten der Sinnesorgane	4
Krankheit des Blutes, des Immunsystems/Immundefekte	1
Krankheiten des Nervensystems	27
Krankheiten des Skelettes, der Gelenke, der Muskeln und des Bindegewebes	37
Lebererkrankungen	2
Ökologie/Umwelt	7
Psychische Probleme und Erkrankungen	145
Schmerzen	58
Sucht/Abhängigkeit	106
Tod/Unfall	102
Tumorerkrankungen	19
Verhaltensauffälligkeit/Aufmerksamkeitsstörung/ Lernbehinderung	28
<b>Total</b>	<b>895</b>

## Regionalstatistik

In der Regionalstatistik werden die Kundenkontakte nach eingehender Region aufgelistet. Am meisten Kontakte verzeichnen wir in der Rubrik „Anonym“, welche einen grossen Teil der e-Mailanfragen ausmacht. Dicht gefolgt wird diese Gruppe vom Bezirk Baden. Dass dieser Bezirk am meisten Kontakte zu verzeichnen hat, ist bestimmt dem Umstand zu verdanken, dass unser Büro in Baden liegt.



**Beratung und Information nach Region**

	Anrufe effektiv	Anrufe pro 1000 Einwohner
Anonym	283	
Bezirk Baden	178	0.313
Ausserkantonale/Deutschland	101	
Bezirk Aarau	94	0.165
Bezirk Brugg	57	0.100
Bezirk Bremgarten	44	0.077
Bezirk Rheinfelden	41	0.072
Bezirk Lenzburg	30	0.053
Bezirk Laufenburg	20	0.035
Bezirk Zofingen	15	0.026
Bezirk Zurzach	13	0.023
Bezirk Muri	10	0.018
Bezirk Kulm	9	0.016
<b>Total</b>	<b>895</b>	<b>1.573</b>

## Starthilfe und Beratung von Selbsthilfegruppen

### Starthilfethemen

Bei den folgenden Themen haben wir Starthilfe geleistet:

Adoptiert  
Alleinerziehende Freiamt  
Angehörige von depressiven Menschen  
Arthrose  
Borderline Angehörige  
Chronische Schmerzen, Baden  
Claudicatio intermittens  
Diabetes II, Baden  
Depression Fricktal  
Elektrosmog  
Essstörungen Rheinfelden  
Fibromyalgie Baden  
Fuchsbandwurm  
Junggebliebene, aktive Menschen im Rollstuhl  
Kinderlos  
Kälte Urticaria  
Langzeitarbeitslose 55+, Brugg  
Menschen mit einer körperlichen Behinderung  
Mobbing  
Patchworkfamilien  
SAPHO-Syndrom  
Schleudertrauma, Rheinfelden  
Trennung/Scheidung, Aarau  
Tsunami Opfer

### Gruppengründungen

Durch das SelbsthilfeZentrum Aargau:  
Borderline Angehörige  
Chronische Schmerzen, Baden  
Menschen mit einer körperlichen Behinderung  
Schleudertrauma Rheinfelden  
Tsunami-Opfer

Essstörungen Rheinfelden (begleitete Gruppe)

Selbstgründungen (Teilberatung SelbsthilfeZentrum Aargau):

Ideenwerkstatt Aarau (Stellensuchende)

Fibromyalgie, Baden

Schleudertrauma, Aarau

Trennung/Scheidung, Aarau

## Vernetzungen

Personen, die sich zu den folgenden Themen gemeldet haben, haben wir miteinander vernetzt:

Arthrose

Claudicatio intermittens

Elektrosmog

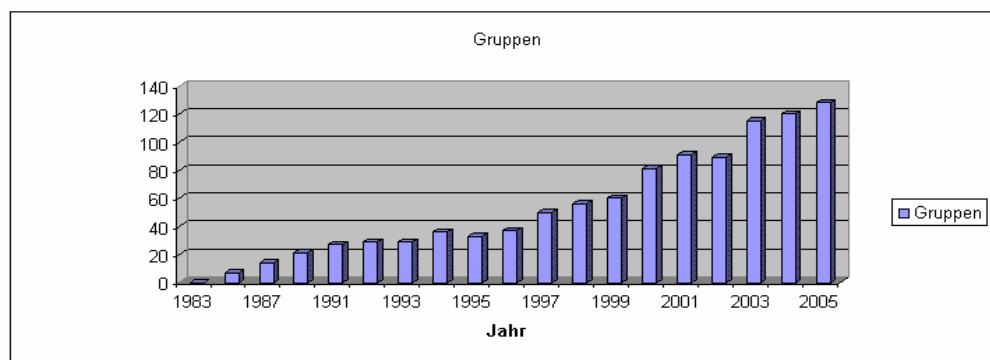
Morbus Menière

SAPHO-Syndrom

## Anzahl Gruppen

Ende 2005 existierten im Kanton Aargau **128 Selbsthilfegruppen**.

Gruppenentwicklung	
Jahr	Gruppen
1983	0
1984	7
1987	14
1990	21
1991	27
1992	29
1993	29
1994	36
1995	33
1996	37
1997	60
1998	56
1999	60
2000	81
2001	91
2002	89
2003	115
2004	120
2005	128



## Öffentlichkeitsarbeit

Im Bereich der Öffentlichkeitsarbeit (Kategorie Themenspezifische Grundlagenarbeit) haben wir uns fast ausschliesslich auf unserer Homepage konzentriert, welche heute unter [www.frauenzentrale.ch/ag](http://www.frauenzentrale.ch/ag) aufgeschaltet ist.

Unsere **Homepage** zählte Ende Jahr **8046 Besucher**.

Im Jahr 2005 haben wir 15'000 Gesamtgruppenlisten und spezifische Selbsthilfegruppenbroschüren (Broschüre über bestimmte Selbsthilfegruppe) versendet).

## Veranstaltungen 2005

### Gesamtgruppentreffen

Im Jahr 2005 haben wir 2 Gesamtgruppentreffen organisiert, bei welchen alle Mitglieder von Selbsthilfegruppen die Möglichkeit hatten, sich mit anderen Selbsthilfegruppen auszutauschen.

Beim ersten Treffen wurden die folgenden Themen diskutiert: Öffentlichkeitsarbeit, Zusammenarbeit SelbsthilfeZentrum-Selbsthilfegruppen, Homepage.

Beim zweiten Treffen wurden folgende Themen diskutiert: Eigenleistung des SelbsthilfeZentrums Aargau und freier Erfahrungsaustausch.

Bei beiden Treffen konnten wir viele wertvolle Anregungen entgegennehmen, die wir in unsere Arbeit einfliessen lassen oder bei den nächsten Treffen umsetzen können.

## Standaktion

An einem kalten Septembertag haben wir in Baden eine Standaktion durchgeführt mit dem Zweck, die Öffentlichkeit über das SelbsthilfeZentrum Aargau zu informieren. Dabei wurden wir von den Gruppen „postnatale/postpartale Depression“, „Langzeit-arbeitslose Baden“ und der Initiantin der Gruppe „junggebliebene, aktive Menschen im Rollstuhl“ tatkräftig unterstützt. Die verteilten Informationen sowie Kaffee und Kuchen haben regen Anklang gefunden. Ein herzliches Dankeschön an die beteiligten Personen für Ihre Unterstützung.

## Publikationen

Im letzten Jahr haben wir die Broschüre: „**Selbsthilfe—eine Möglichkeit für mich?**“ entwickelt. Die Broschüre gibt Auskunft darüber, was Selbsthilfegruppen sind und für wen sie sich eignen. Die Broschüre kann beim SelbsthilfeZentrum bestellt werden.

## Finanzen

Bilanz	Per 31.12.2005	Per 31.12.2004
<b>Aktiven</b>		
Kasse	-	222.35
Post	1'972.23	4'378.18
Bank Valiant KK	34'768.95	37'474.00
UBS Mietkaution	3'054.30	3'040.70
Guthaben VST	25.20	23.55
Transitorische Aktiven	284.80	1'431.00
	<b>40'105.48</b>	<b>46'569.78</b>
<b>Passiven</b>		
Kreditoren	2'019.25	1'001.15
Schlüsseldepot	600.00	
Trans. Passiven	1'000.-	
Kapital 1.1.2005/1.1.2004	45'568.63	34'714.03
Mehrausgaben 2005/ Mehreinnahmen 2004	-9'082.40	10'854.60
Kapital 31.12.2005/ 31.12.2004	36'486.23	45'568.63
	<b>40'105.48</b>	<b>46'569.78</b>

# Erfolgsrechnung und Budget

Betriebsrechnung 1.1.— 31.12	2005	2004	Budget 2006
<b>Einnahmen</b>			
Leistungen Kanton Aargau	80'000.00	80'000.00	80'000.00
Leistungen KOSCH	23'039.40	22'338.40	23'000.00
Nationaler Telefondienst	247.50	180.00	97.50
Leistungen Aarg. Hilfsverein	1'500.00	10'000.00	
Beitrag Klinik Barmelweid	5'000.00		
Beitrag Alkoholzehntel		20'000.00	
Diverse Einnahmen	1'818.15	1'831.25	1'500.00
Spenden	5'993.60	680.00	4'000.00
Zinsertrag	85.55	82.40	70'00
Sponsoren			3'000
	<b>117'684.20</b>	<b>135'112.05</b>	<b>111'667.50</b>
<b>Ausgaben</b>			
Löhne inkl. Sozialleistungen	88'419.10	86'079.35	90'000.00
Übrige Personalkosten, Weiterbildung, Spesen	1'842.60	356.60	2'500.00
Spesen Kommission	1'481.80	2'918.80	2'000.00
Miete	17'343.30	17'096.20	17'500.00
Reinigung	362.00	1'452.55	800.00
PC- und Bankspesen	127.75	133.20	150.00
EDV- und Büroanschaffungen	792.00	2'105.90	2'000.00
Unterhalt	208.25		
Homepage	1'000.00		1'000.00
Sachversicherung	832.30		850.00
Strom	801.15	671.00	850.00
Revision	500.00	500.00	500.00
Bürokosten	3'336.70	3229.70	3'500.00
Fachliteratur	168.80	61.75	200.00
Porti	1'611.90	1'812.55	2'000.00
Telefon	1'485.90	1'378.80	1'500.00
Beiträge	350.00	350.00	350.00
Administrationsbeitrag KOSCH	2'000.00	2'000.00	2'000.00
Administrationsbeitrag Frauenzent.	2'000.00	2'000.00	2'000.00
Öffentlichkeitsarbeit	1'934.00	1'851.80	3'000.00
Aufwand Gruppenraum u. -treffen	169.05	249.05	300.00
Übrige Aufwendungen		10.20	100.00
	<b>126'766.60</b>	<b>124'257.45</b>	<b>133'100.00</b>
<b>Mehrausgaben/Mehreinnahmen</b>	<b>-9'082.40</b>	<b>10'854.60</b>	<b>-21432.50</b>

Finanzen



# Revisorenbericht

Bericht der Revisionsstelle  
an die Frauenzentrale Aargau  
Bahnhofstrasse 57  
5001 Aarau

Brugg, März 2006

Als Revisionsstelle haben wir die Buchhaltung und die Jahresrechnungen für das am 31. Dezember 2005 abgeschlossene Geschäftsjahr der

**Frauenzentrale Aargau** (1.1.2005 bis 31.12.2005)

**Opferhilfe Aargau/Solothurn** (1.1.2005 bis 31.12.2005)

**Mütterhilfe Aargau**(1.1.2005 bis 31.12.2005)

**Alimenteninkasso Aargau** (1.1.2005 bis 31.12.2005)

**SelbsthilfeZentrum Aargau** (1.1.2005 bis 31.12.2005)

geprüft.

Aufgrund unserer Prüfung stellen wir fest, dass die Buchhaltung und die Jahresrechnungen dem Gesetz und den Leistungsaufträgen zwischen den Kantonen Aargau und Solothurn und der Frauenzentrale Aargau entsprechen.

Wir empfehlen, die vorliegenden Jahresrechnungen zu genehmigen.

Mit freundlichen Grüssen

Triflex Treuhand AG

RBB Treuhand AG

Sig. Christoph Fleck

Sig. Werner Meili

## Sponsoren

Für das Jahr 2006 konnte mit der Klinik Barmelweid ein erster Sponsor gefunden werden. Herzlichen Dank für das Engagement.



## Geldspenden

Stiftung Humanitas	Fr. 3000.-
Hilfsverein Psychisch Kranke	Fr. 1500.-
Helsana Versicherungen	Fr. 1000.-
Gemeinde Wettingen	Fr. 500.-
P. Vogler	Fr. 200.-
Apotheke-Drogerie Birrfeld	Fr. 100.-
Weso Immobilien, Wohlen, H. Peier	Fr. 100.-
M. Brentano-Motta, Brugg	Fr. 100.-
F. Friedrich	Fr. 100.-
Schleudertraumagruppe, Magden	Fr. 70.-
Central-Apotheke, Reinach	Fr. 50.-
Kapuziner Apotheke	Fr. 30.-
M. Brentano-Motta, Brugg	Fr. 30.-

Unterstützungsbeitrag durch den Sozialdienst der Migros Aare.

Diverse Spenden

Wir danken allen Spendern für die Unterstützung.

Weitere Spenden nehmen wir gerne entgegen:

Valiant Bank, 5734 Reinach

Frauenzentrale Aargau/Selbsthilfe

Bahnhofstrasse 57, 5000 Aarau

Konto: 16 1.212.767.01 6300

Oder

Postkonto: 60—156751—8

## Stundenspenden

Betriebskommission SelbsthilfeZentrum 150h  
S. Rupp, Präsidentin Frauenzentrale

Wir bedanken uns herzlich bei allen, die uns durch Ihre Arbeit unterstützt haben.