

VERSTA-INFO

**Forum der Vereinigung
für Stotternde und Angehörige**



Vorwort

Liebe VERSTA-Familie

Es liegt ein intensives und ereignisreiches Vereinsjahr hinter uns mit tollen Begegnungen an den Selbsthilfegruppen-Abenden und Meetups, internationalen Vernetzungstreffen und einem neu gewählten Vorstand.

Im April 2025 haben wir an der Generalversammlung unsere Präsidentin Heidi Schütz nach über fünf Jahren unersetzlicher Arbeit verabschiedet und sieben motivierte neue Vorstandsmitglieder begrüßt.

In dieser neuen Ausgabe unserer Mitgliederzeitschrift erfahrt ihr, wer die neuen Köpfe in unserem Vorstand sind und was sie für ein tolles Jahresprogramm gemeinsam ausgearbeitet haben.

Was besonders auffällt: Die VERSTA-Info zeigt sich in einem ganz neuen, frischen Design und enthält zudem wieder einige spannende Beiträge zu vergangenen Aktivitäten, die 2024–2025 stattgefunden haben. Vielen Dank für die tolle Redaktionsarbeit!

Neugierig geworden? Dann lest selbst!

Als frisch gewähltes Co-Präsidium ist es uns eine Ehre, die Zukunft der VERSTA gemeinsam mit einem lebendigen Verein mitzugestalten.

Wir freuen uns auf ein bereicherndes Miteinander aller langjährigen und neu dazugestossenen VERSTA-Mitglieder und -Interessierten!

Euer Co-Präsidium
Theresa Illmer & Raphael Bühlmann



Inhalt

01	Rückblick	04
	1.1 Logo Theater	05
	1.2 Besuch bei Logo-Studierende an der Uni Fribourg	06
	1.3 Welttag der Stotterns (Watson / Radio)	07
	1.4 MeetUps	07
	1.5 ISA-Weltkongress	08
02	Verein 2024 - 2025	09
	2.1 Generalversammlung und Vorstandswahlen	10
	2.2 Der neue Vorstand stellt sich vor	11
	2.3 Organigramm	18
	2.4 Übersicht Selbsthilfegruppen	19
03	Zukunft	20
	3.1 Jahresprogramm Versta	21
	3.2 Jahresprogramm Schweiz	22
	3.3 Jahresprogramm International	23
04	Diverses	25
	4.1 Danke Heidi	26
	4.2 Nachruf Dario Dobler	27
	4.3 Schlusswort und Impressum	28

01

Rückblick



Leitung:

Eva Heissenhuber, Logopädin bei PRAXIS REDEFLUSS (www.redefluss.com), Theaterpädagogin;

Hannes Muik: Schauspielcoach bei GRAVITY9, Darsteller, Regisseur

1.1 Logo! Theater

Vorhang auf. Mit spielerischer Leichtigkeit und ohne Hemmungen haben wir uns in diesem Kurs intensiv mit unserem Sprechen und Ausdruck auseinandergesetzt.

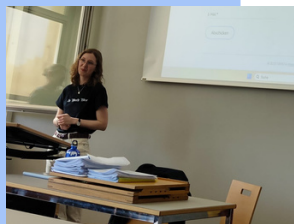
Oftmals stellt Theaterspielen für viele Menschen, die stottern, eine grosse Herausforderung dar. Hier wollten wir es genau wissen und haben uns mutig auf die Bühne gewagt, um durch Körper- und Atemarbeit sowie Rhythmus- und Koordinationsübungen unsere Grenzen zu verschieben.

Es war lustig, laut, für den Körper ab und zu anstrengend und für manche emotional. Unsere Kursleiter Hannes und Eva haben uns mit ihrer Fachkompetenz begleitet und die Erfahrung reflektiert. Ein Highlight war speziell dann, wenn wir Situationen nachspielen und sie emotional untermalen konnten. Platz fürs Stottern gab es genügend, aber je mehr wir in eine fremde Rolle eintauchten, umso mehr konnten wir feststellen, wie sich das Stottern unbewusst auflöst.

Auch wenn wir es bisher nicht auf die grosse Bühne geschafft haben, sind wir Eva und Hannes unheimlich dankbar für diese tollen Inputs und ihre Freude mit uns. Sehr gerne werden wir bald eine Fortsetzung des Projekts planen, mit einer konkreten Aufführung. Wir würden uns sehr freuen!



Gruppendiskussion



Präsentation von Theresa

1.2 Besuch bei Logopädie-Studierenden an der Uni Fribourg

Im Rahmen eines Seminars von Dr. Julia Winkes hatten wir im April die besondere Gelegenheit, die Logopädiestudenten der Universität Fribourg zu besuchen.

Neben Therasas informativer Präsentation ihrer Masterarbeit konnten wir in kleinen Gruppen über unsere Erfahrungen mit dem Thema Stottern sprechen. Die Studenten wurden in diesem Modul gezielt mit dem Thema konfrontiert und stellten uns vorbereitete Fragen dazu.

Unsere Antworten waren sehr unterschiedlich, da jeder das eigene Stottern anders erlebt und anders damit umgeht. Dadurch bekamen die Studenten einen umfassenden Eindruck davon, wie vielfältig und komplex das Thema Stottern ist und wie essenziell es ist, jeden Patienten individuell zu betrachten und keine einheitliche Lösung für alle Betroffenen anzuwenden.

Natürlich haben wir uns anschliessend nicht die Gelegenheit entgehen lassen, das wunderschöne Fribourg zu erkunden und zu geniessen.





[Link zum watson-Fragenbot](#)



[Link zum Radio-Interview](#)

1.3

Welttag des Stotterns

Zum diesjährigen Welttag des Stotterns am 22. Oktober wollten wir als Verein für Sichtbarkeit sorgen. Raphi nutzte seine Kontakte als Journalist und ermöglichte uns einen Beitrag im Newsportal watson.

Im Video-Format stellte sich Rodolfo dem Fragenbot und räumte mit kniffligen Fragen und Vorurteilen bezüglich Stottern auf.

Die Reaktionen darauf waren sehr positiv und weitreichend, da die Aktion über alle Medienkanäle wie Instagram und TikTok verbreitet wurde.

Auch Vali sorgte mit zwei Radio-Interviews zum Thema Stottern für mediale Präsenz.

1.4 MeetUP!

Unsere bewährten MeetUps beim Essen oder anderen Aktivitäten haben wir selbstverständlich auch dieses Jahr durchgeführt. Es war spannend, neue Gesichter zu sehen und sich in einer entspannten Atmosphäre auszutauschen. Ein besonderes Highlight war das Abendessen im Santa Lucia, bei dem sich 15 stotternde Personen mit Pizza und Wein an einem Tisch versammelten. Es war wohl der lauteste Tisch im ganzen Restaurant.





ISA- 1.5 Weltkongress

Insgesamt 144 Menschen mit Stottern und Poltern aus 28 verschiedenen Ländern haben sich 6.-10. August 2025 beim internationalen Weltkongress in Rovaniemi (Finnland) getroffen. Diesjährige Gastgeberin war die finnische Stotternden-Vereinigung, die, unterstützt durch die International Stuttering Association (ISA), ein unglaublich tolles Programm auf die Beine gestellt hat. Unsere Co-Präsidentin Theresa war vor Ort und hat an einem Workshop erste Einblicke zu ihrer Studie zum Thema *Stottern offenlegen und verbergen* präsentiert. Neben unterschiedlichsten Workshops und Vorträgen gab es viele Gelegenheiten, sich auszutauschen und zu vernetzen, z. B. bei gemeinsamen Aktivitäten wie Kanufahren. Alles in allem ein aufregendes Abenteuer mit vielen berührenden Momenten und starkem Zusammenhalt unter Menschen mit Stottern und mit Poltern. Bis zum nächsten Jahr!



Vereinsjahr 2024–2025

02

Generalversammlung und 2.1 Vorstandswahlen



Unsere GV in Langnau am Albis brachte frischen Wind. Die Anwesenden beauftragten den neuen Vorstand, vier Teams aufzubauen, in denen sich alle VERSTA-Mitglieder und SHG-Teilnehmenden einbringen können – unabhängig von einem Amt im Verein.

- Arbeitsgruppe Leitbild & Statuten: prüft, ob unsere 2014er Leitlinien und Statuten (2010/20) ein Update brauchen.
- Arbeitsgruppe Internetauftritt: entwickelt Ideen für Werbung und baut unsere Website neu auf.
- Organisationsteam Welttag & Auftritte: plant Aktionen rund um den 22. Oktober und weitere öffentliche Präsenz.
- Organisationsteam Kurse: bringt praxisnahe Angebote für Betroffene und Angehörige zurück.

Jedes Team besteht aus einer Leitung und bis zu fünf weiteren Engagierten – melde dich gern, wenn du mitgestalten möchtest!

Ausserdem wurden ein neuer Vorstand und ein neues Co-Präsidium gewählt, die sich auf den nächsten Seiten gerne vorstellen möchten.





Theresa Illmer

Co-Präsidium

26 Jahre, Logopädin und Studentin

Was ist dein Bezug zu Stottern und der VERSTA?

Ich stottere, seitdem ich denken kann – je nach Situation mal mehr, mal weniger von aussen sichtbar. In den letzten Jahren beschäftige ich mich mit Stottern zusätzlich aus zwei weiteren Perspektiven: als Logopädin in der Praxis und aktuell auch wissenschaftlich – in meiner Masterarbeit, die sich mit dem alltäglichen Umgang mit Stottern befasst. Von der VERSTA habe ich das erste Mal während meines Studiums erfahren. Seit Herbst 2020 bin ich Teil der Selbsthilfegruppen in Zürich und Bern. Zudem engagiere ich mich seit drei Jahren als Fachberaterin für die VERSTA.

Was war deine Motivation, um Vorstandsmitglied der VERSTA zu werden?

Die VERSTA bedeutet für mich mehr als ein Verein – sie ist ein Ort des Austauschs, der Begegnung und der Entwicklung. Für mich bietet die Selbsthilfe einen idealen Rahmen, in dem Menschen in einem unterstützenden Umfeld über sich hinauswachsen können. Meine Motivation ist es, dieses Potenzial zu stärken und auszubauen – denn viele Betroffene finden genau hier einen Ort, an dem sie sich ausprobieren und entwickeln können.

Was liegt dir in Bezug auf das Thema Selbsthilfe und Stottern besonders am Herzen?

Auch wenn ich heute flüssiger spreche, begleiten mich noch immer Ängste vor dem Stottern. Die Selbsthilfe schafft für mich einen Ort, mich sicher und frei zu fühlen und – ganz besonders – nicht mehr allein mit meinen Gedanken und Sorgen in Bezug auf Stottern zu sein. Die Begegnung mit anderen Betroffenen ermöglicht Momente, sich auszuprobieren und verstanden zu werden. Gerade für Menschen, deren Stottern im Alltag wenig sichtbar ist – wie bei mir – kann dieser Austausch enorm entlastend und stärkend sein.

Für was möchtest du dich in den nächsten drei Jahren einsetzen?

In meinem Amt als Co-Präsidentin möchte ich Räume und Gelegenheiten schaffen, in denen Wissen geteilt, Perspektiven verbunden und Menschen bestärkt werden – durch Vernetzung zwischen Betroffenen, Fachpersonen und Ausbildungsstätten, durch zugängliche Aufklärung über Stottern und Poltern sowie durch ein wertschätzendes Miteinander innerhalb des Vereins, in dem Individualität und Gemeinsamkeit nebeneinander Platz haben.



Raphael Bühlmann

Co-Präsidium

33 Jahre, Journalist

Was ist dein Bezug zu Stottern und der VERSTA?

Ich habe bereits als Kind gestottert. Als Teenager war ich dann symptomfrei und im Militär begann ich nach einer Woche plötzlich wieder zu stottern. Als Journalist habe ich auch Artikel zum Thema Stottern verfasst. Zum Welttag des Stotterns 2023 konnte ich in diesem Zusammenhang meine heutige Co-Präsidentin Theresa interviewen. Erst dadurch erfuhr ich von der VERSTA. Wenige Monate später wagte ich mich ein erstes Mal in die SHG, wurde kurz danach VERSTA-Mitglied und ein Jahr später bereits Co-Präsident.

Was war deine Motivation, um Vorstandsmitglied der VERSTA zu werden?

Die VERSTA hat mir in nur einem Jahr bereits viel gegeben. Ich habe wunderbare Freunde gefunden, kann offener mit meinem Stottern umgehen im Alltag und mein Leidensdruck ist nochmal viel kleiner geworden.

Ich wollte mit meinem Engagement einerseits etwas zurückgeben – andererseits ist es mir schon länger ein Anliegen, etwas Positives für uns Stotternde beizutragen und meine Talente dafür einzusetzen, unsere Situation zu verbessern.

Was liegt dir in Bezug auf das Thema Selbsthilfe und Stottern besonders am Herzen?

Dass möglichst viele Stotternde in der Schweiz von uns und unseren Angeboten wissen. Jahrelang habe ich es vermieden, nach Selbsthilfegruppen oder anderen Stotternden zu suchen. Dabei hätte mir das viel gebracht. Ich bin davon überzeugt, dass die Selbsthilfegruppen noch vielen helfen können.

Für was möchtest du dich in den nächsten drei Jahren einsetzen?

Mehr Sichtbarkeit und mehr internationale Vernetzung, das ist mein Wunsch. Ich möchte das Stottern sichtbar und hörbar machen in der Öffentlichkeit, der Gesellschaft. Weiter ist es mir ein Anliegen, dass wir mit anderen Stotter-Organisation zusammenarbeiten. Ich bin sicher, wir können viel voneinander lernen und profitieren.



Nadine Reinhard

Finanzen

46 Jahre, Gärtnerin und Arbeitsagodin

Was ist dein Bezug zu Stottern und der VERSTA?

Das Stottern ist bei mir immer irgendwie da, es begleitet mich durch das Leben. Mittlerweile kann ich mit Blockaden entspannter umgehen. Das unangenehme Gefühl bei/nach Sprechblockaden kann ich einfacher loslassen als früher. Dass ich an diesem Punkt bin, hat viel mit der Selbsthilfegruppe in Zürich zu tun, welche unter dem Dach der VERSTA läuft. Der regelmässige Austausch mit anderen Betroffenen tut mir sehr gut, das finde ich mega wertvoll.

Was war deine Motivation, um Vorstandsmitglied der VERSTA zu werden?

Ich finde die VERSTA ist wichtig für stotternde Menschen und ihre Angehörigen. Mir hat und bringt die VERSTA viel. Darum ist es mir ein Anliegen, dass der VERSTA Verein weiterhin bestehen kann. Aus diesem Grund ist es mir leicht gefallen zuzusagen als ich angefragt wurde, ob ich im Vorstand mitarbeiten will.

Was liegt dir in Bezug auf das Thema Selbsthilfe und Stottern besonders am Herzen?

Nach meiner Erfahrung ist der Kontakt zu anderen Betroffenen der heilsamste Weg im Bezug auf die Stotterthematik. Darum ist es mir wichtig, dass die aktive Selbsthilfe unterstützt und gefördert wird. Sei es in den monatlichen Selbsthilfegruppentreffen, im Austausch in der WhatsApp-Gruppe, bei regelmässigen gemeinsamen Abendessen, bei Freizeitaktivitäten oder bei spezifischen Angeboten für Betroffene wie Improtheater oder Tanz- & Bewegungskursen. Plus der persönliche individuelle Kontakt mit anderen Betroffenen.

Für was möchtest du dich in den nächsten drei Jahren einsetzen?

Sicherlich will ich meine Funktion als Verantwortliche Kasse & Finanzen zuverlässig und sorgfältig ausführen. Im Weiteren will ich zusammen mit den anderen Vorstandsmitgliedern den VERSTA-Verein so platzieren, dass er auch weiterhin stabil unterwegs ist, dabei möglichst viele Betroffene erreichen kann und eine gute Zusammenarbeit mit Fachpersonen besteht. Ich wünsche mir eine lebhaftere VERSTA, welche bunt und offen unterwegs ist.



Nisha Zollinger

Aktuariat

38 Jahre, Sachbearbeiterin

Was ist dein Bezug zu Stottern und der VERSTA?

Ich stottere seit meinem neunten Lebensjahr – es war lange ein sensibles Thema für mich. Mit 16 oder 17 bin ich durch Zufall online auf die VERSTA gestossen. Das war ein Wendepunkt: Endlich fühlte ich mich verstanden. Seitdem bin ich mit ganzem Herzen Teil dieser Gemeinschaft.

Was war deine Motivation, um Vorstandsmitglied der VERSTA zu werden?

Ich weiss, wie einsam sich Stottern anfühlen kann. Die VERSTA hat mir Mut gemacht, zu mir zu stehen – und genau das möchte ich weitergeben.

Ich will mithelfen, einen sicheren Raum zu schaffen, in dem man sich zeigen darf, wie man ist – mit allem, was dazugehört.

Was liegt dir in Bezug auf das Thema Selbsthilfe und Stottern besonders am Herzen?

Mir ist wichtig, dass niemand das Gefühl hat, allein zu sein. Der ehrliche Austausch unter Gleichgesinnten gibt Kraft – und zeigt, wie viel Stärke in jedem von uns steckt.

Für was möchtest du dich in den nächsten drei Jahren einsetzen?

Durch meine Arbeit in der Administration bringe ich Struktur und Organisation mit – aber auch viel Herzblut. Ich möchte dazu beitragen, dass der Vorstand reibungslos funktioniert, damit wir gemeinsam Grosses bewirken können.



Valentin Schudel

Interessenvertretung Selbsthilfegruppe

60 Jahre, Bau-Ing. HTL

Was ist dein Bezug zu Stottern und der VERSTA?

Als Jugendlicher erlebte ich mein Stottern als grosse Belastung – geprägt von Ohnmacht, Scham und Selbstzweifeln. Mit 16 Jahren kam ich erstmals in Kontakt mit der SHG Zürich – ein prägendes Erlebnis. Ich erkannte: Ich bin nicht allein, und der Austausch mit anderen Betroffenen tut gut. Durch die Selbsthilfe und die VERSTA lernte ich, das Stottern aktiv anzugehen. Über die Jahre war ich in verschiedenen Rollen engagiert – als aktives Mitglied, Vertreter der Betroffenen, Vize-Präsident und Präsident. Die VERSTA hat mich auf meinem Weg entscheidend geprägt.

Was war deine Motivation, um Vorstandsmitglied der VERSTA zu werden?

Die VERSTA ist die einzige Organisation in der Schweiz, die sich konsequent für die Anliegen von uns Stotternden einsetzt – getragen von Betroffenen selbst. Ich konnte in der Vergangenheit viel davon profitieren: durch den Zugang zu Fachliteratur, den Besuch von Seminaren mit Expertinnen und Experten sowie den bereichernden Austausch an internationalen Treffen. Jetzt ist für mich der Moment gekommen, etwas davon zurückzugeben und Verantwortung zu

übernehmen. Und gerade mit dem neuen Co-Präsidium von Theresa und Rafi ist für mich der richtige Zeitpunkt.

Was liegt dir in Bezug auf das Thema Selbsthilfe und Stottern besonders am Herzen?

Mir liegt besonders am Herzen, das Erfolgsmodell SHG Zürich weiterzuführen. Die Gruppe lebt vom spannenden Mix an Teilnehmenden mit vielfältigen Lebensgeschichten. Der Austausch ist lebendig und ehrlich – geprägt von persönlicher Reflexion und gegenseitiger Unterstützung. Es berührt mich immer wieder, wie dabei sowohl Gemeinsamkeiten als auch Unterschiede im Erleben des Stotterns sichtbar werden. Besonders wertvoll sind für mich auch die Übungssequenzen und Rollenspiele, in denen erfahrbar wird, dass und wie man das eigene Sprechen aktiv beeinflussen kann.

Für was möchtest du dich in den nächsten drei Jahren einsetzen?

Ich möchte die SHG Zürich weiterhin aktiv begleiten und stärken. Zudem ist es mir ein Anliegen, auch die Gruppen in Basel und Bern besser kennenzulernen und gezielt zu unterstützen – etwa durch gemeinsame Abende oder punktuelle Moderation. Mein Ziel ist es, jede Gruppe mindestens einmal pro Jahr zu besuchen. Insgesamt wünsche ich mir, dass die Selbsthilfe innerhalb der VERSTA ein tragendes und lebendiges Element bleibt.



Rodolfo Bindschädler

Interessenvertretung Betroffene

42 Jahre, Designer und Sachbearbeiter

Was ist dein Bezug zu Stottern und der VERSTA?

Das Stottern als Begleiter durchs Leben ist eine Herausforderung. Mit vier Jahren trat es in mein Leben, und bis heute äussert es sich in deutlichen Symptomen. Früher belastete mich das Stottern stark und brachte Ängste und tiefe Hilflosigkeit mit sich. Doch mir war nicht bewusst, welche innere Kraft diese scheinbare Schwäche in mir entfalten würde. Das Stottern führte mich durch viele Therapien und letztlich zur VERSTA, wo ich Zugehörigkeit und ein inspirierendes Umfeld fand. Heute bin ich endlich angekommen und kann das Gelernte selbstbestimmt anwenden, um mein wahres Selbst auszudrücken und trotz Stottern ein dankbares Leben ohne Scham zu führen.

Was war deine Motivation, um Vorstandsmitglied der VERSTA zu werden?

Als jemand, der ein deutliches Stottern hat, weiss ich, wie viel Überwindung es kostet, dennoch zu sprechen und für sich selbst einzustehen. Nach vielen Therapieerfahrungen und zahlreichen Sprechtechniken bin ich zu der Erkenntnis gelangt, dass Ausdruckskraft weit mehr umfasst als nur flüssiges Sprechen.

Es geht darum, mit sich selbst ins Reine zu kommen, unabhängig davon, ob man eine Sprechtechnik anwendet und flüssig spricht oder ob man nichts anwendet, stottert und sich dennoch authentisch und freudig ausdrücken kann. Mein Spektrum ist sehr breit und mein Wunsch ist es, dass jeder Betroffene seinen Weg zu seinem wahrhaftigen Ich findet. Zusammengefasst möchte ich den Betroffenen und der Gesellschaft zeigen, dass es vollkommen in Ordnung ist, zu stottern, ohne Scham und schlechtes Gewissen.

Was liegt dir in Bezug auf das Thema Selbsthilfe und Stottern besonders am Herzen?

Das Stottern ist ein Paradoxon: Je mehr wir versuchen, es zu vermeiden, desto intensiver tritt es auf. Mein Ziel ist es, den Fokus und damit den Druck vom Stottern zu nehmen, den Betroffenen individuell zu begegnen und ihren persönlichen Ausdruck zu fördern. Ja, Stottern macht uns einzigartig, aber wir sind noch so viel mehr als nur das.

Für was möchtest du dich in den nächsten drei Jahren einsetzen?

Ich freue mich darauf, im Rahmen der VERSTA Betroffenen offen und ohne Vorurteile zu begegnen und dabei stets ein offenes und lernbereites Herz zu haben. Ich wünsche mir, das Stottern zu enttabuisieren, damit sowohl Betroffene als auch die Gesellschaft gemeinsam an einem Tisch sitzen und darüber sprechen können. Beide Seiten sollten ein klares Verständnis der Problematik und der Erwartungen entwickeln.



Brenda Beltran Baumgartner

Interessenvertretung Familie

45 Jahre, Data Engineer

Was ist dein Bezug zu Stottern und der VERSTA?

Meine Kindheit in Mexiko als Stotterin war nicht einfach. Wegen meines Stotterns wurde ich besonders von meiner Familie ausgelacht, was mich sehr geprägt hat. Als kleines Mädchen habe ich beschlossen, lieber nichts zu sagen, als zu stottern. Da ich viel umgezogen bin, wurde mein Stottern zu meinem Geheimnis und so habe ich meinen Weg ins Erwachsenenalter gemacht. Fast vierzig Jahre später, als mein erster Sohn zu stottern begann, musste ich mich mit meinem eigenen Stottern auseinandersetzen. In dieser Auseinandersetzung habe ich die VERSTA online entdeckt. Jahre später bin ich der Selbsthilfegruppe in Zürich beigetreten, was eine Bereicherung für mein Leben, das Leben meines Sohnes und meiner Familie war.

Was war deine Motivation, um Vorstandsmitglied der VERSTA zu werden?

Ich möchte durch meine Erfahrung Familien, die von Stottern betroffen sind, unterstützen.

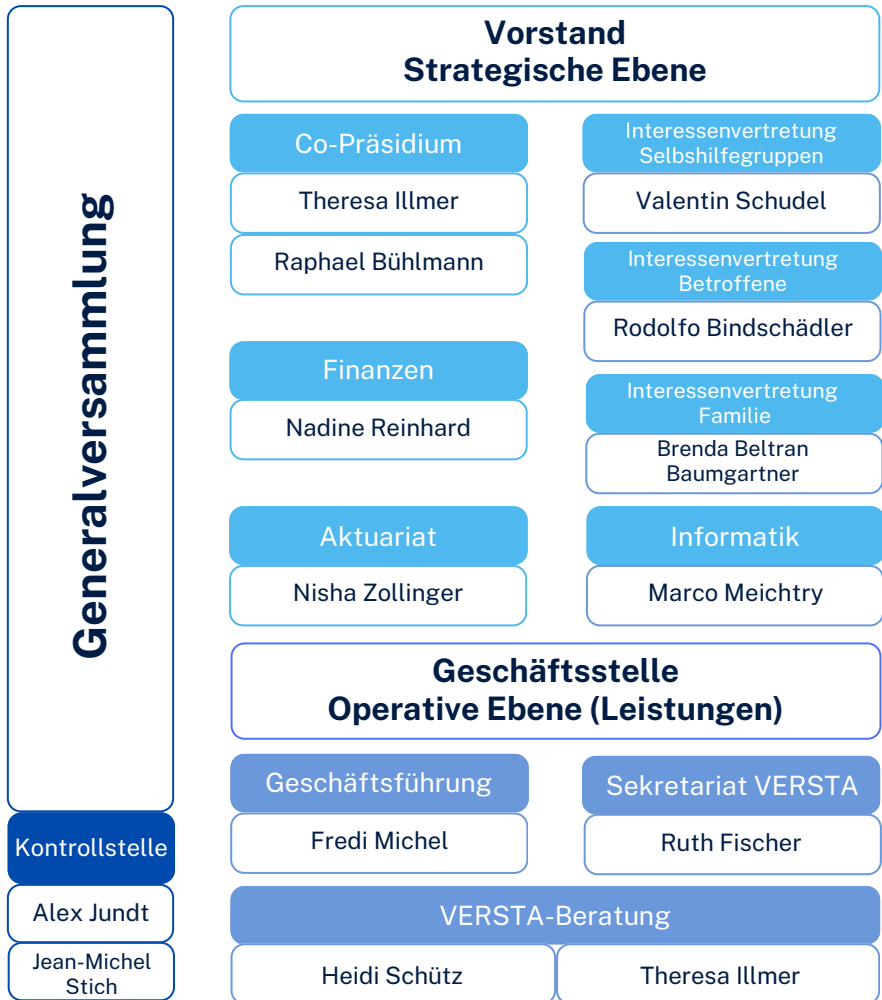
Was liegt dir in Bezug auf das Thema Selbsthilfe und Stottern besonders am Herzen?

Ich möchte, dass stotternde Menschen sich nicht schämen müssen, dass sie Verständnis und Unterstützung im Kreis der Selbsthilfegruppen finden – aber besonders im Kreis der Familie – und dass sie sich gut aufgehoben fühlen.

Für was möchtest du dich in den nächsten drei Jahren einsetzen?

Im Rahmen der VERSTA möchte ich Gelegenheiten für Stotternde und Angehörige anbieten, um andere Stotternde kennenzulernen, Erfahrungen mit anderen Eltern auszutauschen und Tipps im Umgang mit Stottern zu erhalten.

2.3 Organigramm



2.2 Selbsthilfegruppen

Mehr Infos auf unserer Website
www.stottern-schweiz.ch
 unter «Selbsthilfe».

Erwachsene	Basel	Termin: 2. Montag im Monat Zeit: 18:30–20:30 Uhr Kontakt: Alex Jundt Telefon: 061 931 10 14 Mail: alex.jundt@bm.ch
	Bern	Termin: 1. Montag im Monat Zeit: 19:30–21:30 Uhr Kontakt: Hanspeter Burn Telefon: 079 738 31 81 Mail: hanspeter_burn@bluewin.ch
	Zürich	Termin: 1. Donnerstag im Monat Zeit: 19:15–21:00 Uhr Kontakt: Valentin Schudel Telefon: 079 137 00 11 Mail: v.schudel@bluewin.ch
Familien	Langnau am Albis	Termin: letzter Sonntag im Monat Zeit: 13:30–15:30 Uhr Kontakt: Geschäftsstelle Telefon: 076 703 31 03 Mail: info@versta.ch

03

Zukunft

3.Jahresprogramm VERSTA

Selbsthilfegruppen



SHG in Zürich



SHG in Bern

Unsere Selbsthilfegruppen sind mittlerweile das Kernstück unseres Vereins. In Bern, Basel und Zürich treffen wir uns monatlich. Die Gruppen bieten uns einen sicheren Rahmen, in dem Fragen direkt an andere Betroffene gerichtet, Übungen durchgeführt und offen über das Stottern gesprochen werden kann. Selbstverständlich ist offenes Stottern erlaubt und, wie Vali sagt, sogar erwünscht, wodurch viel Druck abgebaut und eine entspannte Atmosphäre geschaffen wird. Der Austausch ist äusserst wertvoll und führt zu bedeutenden Freundschaften, die einem das isolierende Gefühl des Stotterns nehmen.

Sei auch dabei!

Wichtige Mitteilung:

Die SHG Zürich verlegt ab dem 25. August ihren Standort an die folgende Adresse:

Wohnung/Raum UG
c/o Moritz Thommen
Spiegelhofstrasse 54
8032 Zürich

*Dem VERSTA-Gründungsmitglied
Moritz Thommen gebührt unser
besonderer Dank.*

Genauere Infos unter
<https://www.stottern-schweiz.ch/selbsthilfe/>
oder siehe VERSTA-Info
auf den Seiten 13 bis 16.



Einladung zum Familientreff

Liebe VERSTA-Familien

Merkt euch unbedingt den Sonntag, 21. September 2025 vor! An diesem Tag findet unser langersehnter Familienaustauschtag statt.

Wir laden alle Familien mit Kindern und Jugendlichen herzlich ein, einen ereignisreichen Tag miteinander zu verbringen. Es ist eine wunderbare Gelegenheit für Stotternde und ihre Angehörigen, sich auszutauschen oder einfach einen entspannten Tag beim Bräteln zu genießen.

Für die Kleinen und Jugendlichen gibt es Spiele und die Chance, andere Betroffene kennenzulernen. Erwachsene haben die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern auszutauschen und wertvolle Tipps für den Umgang mit Stottern zu erhalten. Gemeinsam mit euch möchten wir diesen besonderen Tag gestalten.



Wann: Sonntag, 21. September 2025,
von ca. 11 Uhr bis 16 Uhr.

Wo: Berghaldenweg 1
8135 Langnau am Albis

3.2 Jahresprogramm Schweiz

Extern Kurs

Bewegte Zwischenräume

Ich heisse Steffen und ich stottere.

Seit März leite ich in Zürich einen Kurs für Menschen, die stottern – ein Ort, an dem wir gemeinsam neugierig und spielerisch neue Ausdrucksformen entdecken. Dabei wird erlebbar, dass unsere Kommunikationsfähigkeit nicht an unsere Sprechstimme gebunden ist. Unser Körper, unsere Bewegungen, unsere Geräusche – all das sind kraftvolle Mittel der Kommunikation, die uns ermöglichen, mit anderen in Verbindung zu treten, ganz ohne Worte.

In einem geschützten und wertschätzenden Raum probieren wir gemeinsam aus, wie wir über Körpersprache, Klang und nonverbale Impulse miteinander in Kontakt treten können. Der Fokus liegt nicht auf dem Sprechfluss, sondern auf der Freude am Ausdruck und der Verbindung. Diese kreativen Formen des Miteinanders bringen nicht nur Leichtigkeit und Spass, sondern helfen auch dabei, anfängliche Hemmungen oder Berührungsängste abzubauen.

In unserer Gruppe sind dabei bereits viele humorvolle und inspirierende Erfahrungen entstanden – ein wertvoller Raum für persönliche Entwicklung und gemeinsames Erleben.



Kursleiter:

Steffen Förster

Tanz- und Bewegungstherapeut

steffen@4foerster.ch

Wann:

Jeweils an einem Montag im Monat

Ort:

IAC, Limmatstrasse 28, 8005 Zürich

19:00–21:00 Uhr



Wenn du Lust hast, einfach mal reinzuschnuppern, melde dich gern per Mail bei mir. Ich freue mich auf dich!

Jahresprogramm 3.3

International

- **10.–12. Oktober 2025 – BUKO**

2025 in München: Der 51.

Kongress «Stottern & Selbsthilfe» steht unter dem Motto Stottern verbindet – gemeinsam vernetzt – und auch wir Stotternde aus der Schweiz sind herzlich willkommen.

Anmelden kannst du dich noch bis 30. September. Geplant sind rund 40 Workshops, ein offenes Mikrofon und ein neuer D-A-CH-Vernetzungsabend, an dem sich Selbsthilfegruppen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz austauschen können.

- **22. Oktober 2025 – Welttag des Stotterns:**

Wie überall auf der Welt setzen auch wir in der Schweiz gemeinsam Zeichen für mehr Aufklärung und Sichtbarkeit des Stotterns. Aktionen folgen – halte dir den Tag frei! Du kannst dich gerne unserem Organisationsteam anschliessen und mit planen. Der internationale Aktionstag besteht seit 1998 und wird jedes Jahr von der ISA begleitet. Das Jahresthema wird im Sommer veröffentlicht und bietet Anregungen für Posts, Medienarbeit und lokale Events.



- **Dezember 2025 – Stamily Café:**

Mitglieder der internationalen Vereinigung «Stamily» organisieren in verschiedenen Ländern Treffen für Stotternde, um sich untereinander zu vernetzen und sich auszutauschen. Im Dezember ist seit langer Zeit wieder einmal ein Stamily Café geplant, die genauen Daten und der Treffpunkt werden noch bekannt gegeben. Alle Infos unter: www.stamily.org



Diverses

04

Danke,

4.1 Heidi

Fünf Vereinsjahre hat sich Heidi als Präsidentin der VERSTA mit viel Engagement, Fleiss und Feingefühl für Menschen mit Stottern, ihre Angehörigen und Fachpersonen eingesetzt.

Zu Beginn ihrer Amtszeit hatte Heidi noch kaum Berührungspunkte mit dem Thema Stottern – und trotzdem (oder gerade deshalb) hat sie sich mit so viel Offenheit, Neugier und Einfühlungsvermögen auf diese neue Welt eingelassen.

Heidi hat sich stets weitergebildet, zugehört, gefragt, unterstützt – und nie sich selbst, sondern immer UNS – insbesondere die Mitglieder der VERSTA und als Fachberaterin auch andere Hilfesuchende – in den Mittelpunkt gestellt.

Ebenso hat Heidi durch ihr unermüdliches Wirken dem Verein in herausfordernden Zeiten Stabilität, Struktur und Klarheit gegeben.



Wir als neu gewählter Vorstand sind unendlich dankbar, dass uns Heidi im nächsten Vereinskaptel weiterhin mit ihrem Wissen und ihrer wertvollen Erfahrung zur Seite stehen wird.

Ausserdem freuen wir uns sehr, dass Heidi als geschätzte Fachberaterin weiterhin Betroffene und ihr Umfeld zum Thema Stottern aufklären, beraten und auf ihrem Lebensweg unterstützen kann.

**Herzlichen Dank, liebe Heidi,
für alles!**



Nachruf Dario Dobler

4.2

Ein Leben voller Mut, Herzlichkeit und Zuversicht

Mit grosser Betroffenheit haben wir vom viel zu frühen Tod von Dario Dobler erfahren.

Dario ging souverän mit seiner ausgeprägten Stottersymptomatik um – und das zusätzlich zu seiner schweren chronischen Erschöpfungskrankheit (ME/CFS). Wer ihm begegnete, erinnert sich an seine Offenheit, seinen frohen Mut und seine unerschütterliche Zuversicht.

Er war beruflich und sprachlich vielseitig engagiert – unter anderem als Yoga-Lehrer (Yin Yang Yoga), im Bioladen (Vitus Biomarkthalle) und im Kundenkontakt bei Saftladen in Zürich. Parallel dazu absolvierte er erfolgreich das Studium in Nutrition and Dietetics an der Fernfachhochschule Schweiz (FFHS).

Vor einigen Jahren besuchte uns Dario mehrmals in der Selbsthilfegruppe. Seine Beiträge waren stets geprägt von Zuversicht, einem positiven Umgang mit dem Stottern und einem ehrlichen, reflektierten Umgang mit seiner Müdigkeitserkrankung.

Dario bleibt für mich – und für alle, die ihn kennenlernen durften – als grosses Vorbild in Erinnerung. Als Mensch, der trotz grosser Herausforderungen seinen Weg mit einer grossen Herzlichkeit und beeindruckender Zuversicht gegangen ist.

In Dankbarkeit und stiller Verbundenheit.

Valentin, im Namen
der VERSTA-Vereinigung

Wir freuen uns auf ein gemeinsames Jahr!

Liebes VERSTA-Mitglied

Vielen Dank für die vielen prompten
Zahlungen der Mitgliederbeiträge
2025.

Mitglieder, die den letztjährigen
Beitrag noch nicht bezahlt haben,
bitten wir um baldige Überweisung
(Angaben siehe unten).

Da die VERSTA laufend auf finanzielle
Unterstützung angewiesen ist, kann
dieses Konto natürlich auch für eine
Spende benützt werden.

Wir sind für jeden Beitrag dankbar!



Impressum 4.3

Impressum 37. Jahrgang, Nr. 1, 2025

Herausgeber

VERSTA, Vereinigung für Stotternde und
Angehörige

Redaktion, Versand und Verwaltung

VERSTA Geschäftsstelle Zürich
Birkenstrasse 38, 8135 Langnau am Albis
Tel. CH-076 703 31 03
Email: info@versta.ch

Website

www.stottern-schweiz.ch

Beratung

Theresa Illmer
Tel. CH-076 703 31 03
beratung@versta.ch

Mitgliederbeiträge und Spenden an Postkonto oder IBAN

PC 80-38208-6 VERSTA, 8000 Zürich
IBAN CH42 0900 0000 8003 8208 6

Mitgliederbeitrag: Fr. 95.– pro Jahr
Passivmitgliedschaft: Fr. 20.– pro Jahr

Die VERSTA-Info ist ein Mitteilungsblatt für
Mitglieder, ist aber auch im Abonnement für
Interessenten erhältlich.

Mitteilungen bzw. Adressänderungen, Nicht-
lieferung usw. sind an info@versta.ch zu
richten oder 076 703 31 03.

Verantwortung für die namentlich gekenn-
zeichneten Artikel tragen die Verfasser. Die
Redaktion behält sich eine auszugsweise
Veröffentlichung vor.

© VERSTA, Vereinigung für Stotternde und
Angehörige