

# Rapport annuel 2020



Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

Notre action - votre mobilité

#### 2020 - annus horribilis



Chers membres

L'année 2020 restera dans notre mémoire comme une année que nous n'avons jusqu'ici jamais vécu. Même si nous en avons marre, le coronavirus et ses répercussions sont toujours bien présentes dans nos vies. Les limitations de nos libertés ont été et sont toujours importantes. Un grand nombre d'entre nous sont touchés sur le plan émotionnel, économique, ou encore dans leur santé. Personnellement, je vous souhaite à tous bonne santé et beaucoup de confiance. Je reste convaincu que notre société sera en mesure de finalement bien surmonter les obstacles auxquels nous sommes confrontés.

« Votre » Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme est elle aussi également touchée par cette crise. Tant au sein du secrétariat que

du comité, nous nous sommes dès le début confronté à cette nouvelle situation. Ainsi, nous pouvons dire que, grâce au soutien de l'Etat sous forme d'allocation de travail de courte durée, le pire a pu être évité d'un point de vue financier. Grâce à l'engagement de tous nos collaborateurs, nous avons néanmoins pu poursuivre notre travail avec certaines restrictions. Je tiens ici à remercier chaleureusement toute l'équipe de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme, sous la direction d'Esther Moser Höhn.

Comme vous, nous espérons que la situation se normalisera bientôt. Les encouragements et la bienveillance que nous recevons de nos membres nous encourage et nous donne la force de continuer et nous prouve que nous faisons un travail important.

Avec mes meilleurs messages.

Adrian Dätwyler

Président de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

## Comité de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

#### **Président**

M. Adrian Dätwyler, analiste financier diplôme, MBA Rochester-Berne

#### Vice-président

M. Dr. med. Markus Gerber, rhumatologue, Berne

#### **Caissier**

Mme Karin Thomet, experte bancaire dans le domaine des finances avec diplôme fédéral

#### **Assesseur**

Prof. Dr. med. Burkhard Moeller, rhumatoloque, hôpital de l'Île

Mme Sandrine Anliker, spécialiste en marketing, atteinte de rhumatisme

M. Franz Stämpfli, avocat, notaire Berne

Mme Anita Herren, membre du BDP Grand Conseil canton de Berne

Mme Cornelia Gerber, atteinte de rhumatisme

#### **Nouvelles offres**



Chers membres et amis de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

La pandémie du Coronavirus nous a « forcé », à devélopper de nouvelles offres pour nos cours d'activité physique. Nos cours ont été longtemps suspendus, ils ont pu réouvrir en été moyennant le respect de conditions strictes et quelque mois après, ils ont à nouveau du être arrêtés. Certaines piscines, situées dans des hôpitaux ou des institutions de soins, n'ont pour ainsi dire pas pu être utilisées. Suite à la fermeture renouvelée de salles et de piscines, nous avons, à la fin de l'année, entamé la fuite en avant en organisant pour vous une nouvelle offre : des groupes d'activité physique à l'extérieur et des entraînements en ligne. Heureusement, nous avons pu débuter avec les groupes d'activité physique à l'extérieur en décembre déjà et ils ont rencontrés un grand succès. Ces groupes conti-

nueront leurs activités en 2021 et nous les intégrons désormais dans notre offre standard.

Nous nous engageons fortement dans le réseautage avec d'autres Ligues actives dans le domaine de la santé dans le canton de Berne. Nous participons par exemple au sein du comité de l'Alliance pour un canton de Berne sain et nous collaborons également au projet « REAS » ( centres régionaux de compétences ) – un projet pilote financé par Promotion Santé Suisse. Le projet « REAS » propose un accompagnement socio-thérapeutique de personnes atteintes de plusieurs maladies chroniques et offre un soutien dans la gestion des maladies et des situations parfois complexes.

Prenez soin de vous et nous vous remercions très chaleureusement de votre confiance!

Avec mes meilleurs messages.

Esther Moser Höhn Directrice de la Lique bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

# Un soutien financier grâce au fonds de la Ligue bernoise contre le rhumatisme

Les personnes atteintes de rhumatisme se trouvant dans une situation financière difficile peuvent bénéficier d'un soutien financier. Bien souvent, les frais pour des thérapies qui ne sont pas remboursées par les caisses maladies, des frais liés à des aménagements du domicile, ou encore des frais pour des moyens auxiliaires nécessaires, font appel aux ressources financières des personnes concernées. Il est également

possible de recevoir des contributions financières à cours.

En 2020, la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme a soutenu des personnes atteintes de rhumatisme à hauteur de CHF 4000 en provenance du fonds SOS et du fonds pour les situation urgentes de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme.

#### Semaines actives et cours

# Des vacances actives avec d'autres personnes se trouvant dans la même situation

En raison du faible nombre de participant-e-s et de la pandémie de Corona, nous n'avons que pu organisé une semaine active sur les trois initialement prévues. Alors que les semaines prévues à Arosa et à Mallorque sont tombées à l'eau, la semaine devant se dérouler à Flims a dû être reportée de juin à octobre. Les 19 participant-e-s ont passé 6 nuits à l'hôtel Cresta à Flims-Waldhaus. La région, située à 1081 mètres d'altitude, offre de nombreuses possibilités de randonnée, notamment au lac de Cauma ou au «Il Spir», qui offre une vue imprenable sur les chutes du rhin. En raison du temps humide et gris. le SPA a rencontré un grand succès et a permis de beaux moments de détente après les séances d'activité quotidienne.



Le groupe de randonneurs découvre la belle région autour du lac de Cauma.

#### 50 % de cours en moins à cause du Corona virus



Nos cours d'activité physique procurent du bonheur chez les jeunes et les personnes plus âgées.

En 2020, nous avons élargi notre offre de cours. Désormais, notre programme de cours comprend les nouveaux cours suivants: Antara, Backademy et Medical Yoga. De nouveaux lieux de cours sont également venus s'ajouter et contribuent ainsi à faire bénéficier encore plus de personnes de nos prestations. Ainsi, Interlaken/Unterseen et Mörel/Visp font maintenant aussi partie de notre palette de lieux de cours. Malheureusement, le COVID-19 a brutalement freiner notre élan après peu de mois. Du jour au lendemain, des cours ont dû être stopés; même si une courte période durant laquelle les cours ont pu reprendre nous donnait espoir, les cours ont malheureusement à nouveau cessés peu de temps

après leur réouverture. Si l'on considère l'année dans son ensemble, nous n'avons que pu proposer 50 % de nos cours. Malgré la situation exceptionnelle, 1600 personnes ont tout de même fréquentés les 132 cours semestriels proposés.

#### Manifestations – les cours de cuisine et le café Méd

## La cuisine, un laboratoire où nous cuisinons ensemble dans une atmosphère agréable



Lorsqu'on cuisine ensemble, les douleurs passent au second plan.

Les cours de cuisine organisés en commun avec la Lique bernoise contre le cancer étaient planifiés pour toute l'année 2020. En raison de la pandémie, seule la rencontre de début mars a pu avoir lieu. Cette offre simple et conviviale s'adresse aux personnes atteintes de rhumatisme, d'un cancer et à leurs proches. Les participant-e-s se retrouvèrent dans la «Showkuche» qui se situe dans la « Welle7» près de la gare de Berne. Curieux, les participant-e-s ont examiné les aliments à leur disposition. Répartis en trois groupes, un responsable de l'entrée, le second pour le plat principal et le dernier pour le dessert, les cuisiniers se mirent à l'oeuvre pour préparer les spécialités italiennes qui étaient au menu. La dégustation des Gnocchi, de la Piccata Milanese et de la Panna Cotta vint récompenser les participant-e-s pour le travail accompli.

## Vous avez soif d'informations, alors rendez-vous au café Méd

Le café Méd est une offre gratuite de l'académie de médecine humaine pour les patients et les patientes, leurs proches et les professionnel-l-es du domaine de la santé. Vous vous posez des questions, vous cherchez des réponses suite à un diagnostic, vous avez des craintes avant une opération, alors le café Méd peut vous apporter des réponses. Depuis l'automne 2020, cette offre facilement accessible existe également à Berne. Chaque deuxième lundi après-midi du mois, environ une demi-douzaine de personnes ont consulté les médecins présents à la Maison des générations à Berne. L'équipe de professionnels présents est multidisciplinaire et motivée. L'atmosphère dans le café est détendue. Un jeune couple a vu



Discutez de vos options de traitement dans un cadre chaleureux.

l'affiche dans la rue et a spontanément décidé de se rendre au café Méd. Plus tard dans l'après-midi, ce couple guittera les lieux heureux et bien informé.

# Depuis vingt-six ans, Franz Stämpfli est fidèle à la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

En 1995, Franz Stämpfli, avocat et notaire, a rejoint la Ligue bernoise contre le rhumatisme. Depuis plus de deux décennies, dont 9 année an tant que président, Franz Stämpli s'engage maintenant au sein du Comité de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme. En 2007 il a été élu au Comité central de la Ligue suisse contre le rhumatisme qu'il préside aujourd'hui encore. Le moment est maintenant venu d'honorer son engagement.

# Franz Stämpfli qu'est-ce qui a suscité ton intérêt pour la Ligue bernoise contre le rhumatisme en 1995 ?

A cette époque, le Comité de l'association recherchait un notaire étant en mesure de règler toutes les questions liées aux dons et aux legs. Comme je connaissais le caissier, M. Angelo Bader, celui-ci m'a demandé si je ne voulais pas m'engager au sein de la Ligue bernoise contre le rhumatisme. Voilà comment je suis dans les rangs de la Ligue bernoise contre le rhumatisme.

#### Es-tu toi-même atteint de rhumatisme ?

Quand j'ai commencé mon engagement je n'étais pas encore atteint, mais aujourd'hui j'ai de l'arthrose.

#### Comment as-tu vécu tes débuts, comment la situation était-elle alors ?

Au début, je ne connaissais rien des maladies rhumatismales et je ne savais pas combien de personnes cela concernait en Suisse. De part mon engagement, j'ai appris à mieux connaître l'organisation et ma participation à de nombreuses rencontres m'ont permis de me familiariser peu à peu avec cette thématique. J'ai très vite constaté que cette association était une bonne chose. Tant d'un point de vue canto-



Franz Stämpfli a soixante ans, il est marié et père de quatre enfants. Il vit à Innertkirchen et il est passionné de chasse, de ski et de randonnées en montagne. Cet avocat notaire est président du Sauvetage alpin suisse et du sauvetage international en montagne. Enfin, il s'engage dans le Conseil de fondation de la Garde aérienne suisse de sauvetage (Rega).

nal, que sur le plan national, cette association avait besoin d'un p'tit coup de jeune. On faisait ce qui devait être fait, mais rien de plus. A cette époque, nous collaborations au sein de la Commission cantonale au sein de laquelle siègeait également Pro Infirmis, qui effectuait les entretiens de conseil dans le domaine social pour la Ligue bernoise contre le rhumatisme.

#### Depuis vingt-six ans tu es actif au sein du Comité de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme. Qu'est-ce qui fait que tu y restes ?

Je m'engage volontiers et je trouve le travail passionnant. C'est une organisation aux structures lisses, je cotoie des personnes intéressantes et nous rencontrons toujours de nouveaux défis qui nous font aller de l'avant. Durant ces plus de vingt années, le chiffre d'affaire de l'organisation faîtière, la Ligue suisse contre le rhumatisme, a doublé et l'organisation s'est beaucoup agrandie. Nous avons mis en place un marketing professionnel pour gérer les legs, implémenter un processus stratégique et placé la Ligue contre le rhumatisme sur de nouveaux fondements. Je trouve important que nous restions toujours à l'écoute et que nous ne nous endormons pas sur nos lauriers.

# Oû se situe actuellement la Ligue suisse contre le rhumatisme ? Nous ne sommes pas aussi connue du grand public que par exemple la Ligue suisse contre le cancer. Les prestations que nous offrons ne sont pas toujours faciles à faire connaître. Cependant, un grand nombre des personnes atteintes de rhumatisme nous connaissent,

cela se reflète dans le nombre de cliques enregistrés sur notre site. En cette Période de pandémie le nombre de visites de notre site a explosé. Les personnes devant prendre des immonusuppresseurs se sont adressées à nous. De plus, l'envoi de moyens auxiliaires ne cessent d'augmenter.

Je pense que nous proposons de bonnes prestations pour les personnes atteintes de rhumatisme et le grand public. A noter qu'au vu des environ deux millions de personnes concernées par le rhumatisme en Suisse, il va de soi que le nombre de nos membres pourrait être encore bien plus élevé.

#### Te souviens-tu de rencontres intéressantes ?

Lors de mon engagement pour la Ligue bernoise contre le rhumatisme, j'ai toujours beaucoup apprécié les évènements publics. Ces moments où des centaines de personnes se rencontrent pour écouter des informations transmises par des médecins, des rhumatologues ou encore des spécialistes de la nutrition. J'ai toujours trouvé ces évènements très intéressants.

Pour moi, non seulement le contact avec les personnes concernées est important, mais aussi une bonne ambiance de collaboration au sein du Comité et avec les collaboratrices et les collaborateurs. Tant le banquier, le professionnel de la santé et la personne concernée s'engagent et cela me plaît.

#### ... Ou des moments émotionnels ?

Je me souviens qu'en 2007, nous avons eu la chance d'hériter de près de deux millions de francs. Bien évidemment c'était un moment exceptionnel et aujourd'hui encore, la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme peut compter sur ces ressources.

## Avoir une bonne qualité de vie et cela malgré une maladie chronique

En octobre 2020, nous avons organisé la formation pour patient-e-s « Fit fürs Leben ». Cette offre de formation constituée de quatre blocs, visent à faire connaître aux participant-e-s des stratégies parfois méconnues qui leur permettent de mieux gérer leurs maladies. De plus, cette formation permet aux participant-e-s d'échanger sur les stratégies employées pour faire face à leur maladies et de trouver des possibilités pour avoir une bonne qualité de vie malgré la présence d'une maladie chronique. Enfin, une spécialiste de la douleur, une professi-

onnelle du domaine de l'humour et une entraîneuse de pleine conscience étaient également présentes lors de cette formation pour apporter leur savoir et en faire bénéficier les participant-e-s.

Madame Christine Morger, notre assistante sociale est bien souvent impressionnée par les idées découvertes par les participant-e-s aux formations en vue de gagner en qualité de vie et par leur aptitude à parler ouvertement de leur maladie au sein d'un groupe. Le sentiment de ne (plus) être seul donne de la force et encourage. Une participante déclare : « J'ai appris des choses qui m'ont permis de beaucoup élargir mes compétences concernant la gestion de la maladie. J'ai intégré beaucoup des suggestions entendues dans mon quotidien ...»



Le nez de clown ne doit pas manquer lors du module sur l'humour.

## Création d'un jardin à Hofwil – un projet gratifiant

Déjà pour la seconde fois, notre ergothérapeute, Madame Lucia Illi a pu réaliser un projet de jardinage avec des participants à Münchenbuchsee. Malgré les contraintes liées au Corona virus, le bilan de Madame Illi reste cependant positif :

« A peine commencé, déjà terminé » Cette maxime correspond bien au départ de la saison : après notre première rencontre au mois de mars 2020, le Conseil fédéral a ordonné le Shutdown et la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme a dû suspendre ces activités y compris les cours pour une durée indéterminée. Comme la nature ne se laisse pas troubler dans son devenir par ce petit virus malin, je me suis occupée seule de notre jardin et ai semé et planté pour ensuite pouvoir récolter les fruits de notre travail. A la fin mai, nous pouvons reprendre nos rencontres hebdomadaires en respectant les conditions sanitaires et de protection fixées par la Confédération. Comme notre jardin est relativement grand, ce qui nous permet de respecter la distanciation et que de plus, nous sommes à l'extérieur, joue en notre faveur en ces temps de pandémie.

Une « petite équipe » de trois ou quatre femmes s'occupent des plates-bandes jusqu'à la fin octobre. Elles transforment avec enthousiasme les fruits abondants de leur travail chez elles. En novembre, nos rencontres prennent fin. Pour maintenir la cohésion du groupe durant les mois d'hiver, nous nous rencontrons une fois par mois pour récolter les derniers légumes. Nous faisons également une promenade pour rester actives et faire quelque chose nous permettant d'échapper aux limitations imposées par la pandémie. En 2021, notre projet de jardinage en sera déjà à sa troisième saison.



Les participant-e-s en action : jardiner demande un grand engagement physique.



Une fois le travail achevé, de la gymnastique pour le dos est la bienvenue.

## La Ligue bernoise et haut-valaisanne en chiffres

Environ **2'100** personnes sont membres de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

**272** abonnés à notre newsletter

13 newsletter ont été envoyées

**132** cours semestriels

2'044 leçons de cours

1'676 participants à nos cours

**84** responsables de cours s'engagent pour notre cause

545 personnes ont bénéficié de 780 heures de conseils dans le domaine social

39'175 connexions à notre site Internet

Environ **16'000** Flyer et brochures ont été distribués

360 heures fournies par des bénévoles

1 semaine active avec 19 participant-e-s

11 journées de randonnée avec 76 participant-e-s

11 ateliers avec 148 participant-e-s

1 formation pour patients (Fit fürs Leben)

25 évènements ont dû être annulés en raison de Corona

50 % de nos cours n'ont pas pu avoir lieu en raison de la pandémie

Ertrag Geldsammelaktion Aufwand Geldsammelaktion Bruttoergebnis Geldsammelaktion  Ertrag Dienstleistungen Aufwand Dienstleistungen Aufwand Direkthilfe Bruttoergebnis Dienstleistungen  Betriebsergebnis vor Administrativer Aufwand  CHF  449'167  360'103  449'167  360'103  479'533  A7'097  479'533  A55'809  853'734  Aufwand Direkthilfe
Aufwand Geldsammelaktion  Bruttoergebnis Geldsammelaktion  Ertrag Dienstleistungen Aufwand Dienstleistungen Aufwand Direkthilfe Bruttoergebnis Dienstleistungen  Betriebsergebnis vor Administrativer  - 449'167  347'097 479'533 755'809 853'734 - 408'712  - 398'881
Ertrag Dienstleistungen Aufwand Dienstleistungen Aufwand Direkthilfe Bruttoergebnis Dienstleistungen  Betriebsergebnis vor Administrativer  347'097 479'533 755'809 853'734 -408'712 -398'881
Aufwand Dienstleistungen Aufwand Direkthilfe Aufwand Direkthilfe Bruttoergebnis Dienstleistungen  Betriebsergebnis vor Administrativer
Aufwand Direkthilfe Bruttoergebnis Dienstleistungen -408'712 -398'881  Betriebsergebnis vor Administrativer
Betriebsergebnis vor Administrativer
Aufwand 40'455 -38'778
Administrativer Aufwand 160'684 146'372
Betriebsergebnis -120'229 -185'150
Finanzertrag 37'428 123'184
Finanzaufwand -3'129 -5'696 <b>Finanzergebnis</b> 34'299 117'488
Übriges Ergebnis200Betriebsfremder Ertrag-
Betriebsfremder Aufwand Übriger Etrag 200 -
Ausserordentlicher Ertrag 558 578
Ausserordentlicher Aufwand -6'271 -2'920 Ausserordentliches Ergebnis -5'713 -2'342
Jahresergebnis vor Zuweisungen an Organisationskapital -91'443 -70'004
7uwoisungan
<b>Zuweisungen</b> Freie Fonds -
Zuweisung Reserven -60'000 Erarbeitetes freies Kapital
Jahresergebnis -91'443 -130'004

Kleine Rundungsdifferenz enthalten

#### Bemerkungen zur Betriebsrechnung 2020

Im Jahresbericht sind Betriebsrechnung und Bilanz abgebildet. Sie können auf Wunsch die ausführliche Jahresrechnung 2020 mit Anhang, Revisionsbericht und Bemerkungen von unserer Homepage herunterladen (www.rheumaliga.ch/be) oder bei uns per Mail oder Telefon bestellen (info.be@rheumaliga.ch, Tel. 031 311 00 06)

AKTIVEN	2020	2019
Umlaufvermögen	CHF	CHF
Flüssige Mittel und Wertschriften	1'078'694	1'296'519
Forderungen aus Lieferungen und Leist.	9'626	159'764
Sonstige kurzfristige Forderungen	4'527	19'237
Vorräte	6'330	5'377
Aktive Rechnungsabgrenzungen	160'064	89'767
	1'259'241	1'570'665
Anlagevermögen		
Sachanlagen	21'292	17'091
	21'292	17'091
Total Aktiven	1'280'532	1'587'756
PASSIVEN		
Fremdkapital		
Kurzfristige Verbindlichkeiten	-2'665	18'007
Passive Rechnungsabgrenzungen	177'073	372'594
Langfristige Verbindlichkeiten	413	
	174'821	390'601
Organisationskapital		
Wertschwankungsreserve	260'000	260'000
Erarbeitetes freies Kapital	937'155	1'067'158
Jahresergebnis	-91'443	-130'004
	1'105'711	1'197'155
Total Passiven	1'280'532	1'587'756

# Kleine Rundungsdifferenz enthalten

## **Sponsoring und Beiträge**

Abbvie AG, Baar 500 CHF Burgergemeinde Bern 2.000 CHF Mediservice AG, Zuchwil 6.000 CHF Rotary Club Bern Bubenberg 3.000 CHF Stiftung Vinetum 10.000 CHF

# Liste des collaboratrices et collaborateurs du secrétariat de la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

Esther Moser Höhn, directrice

Anouk Grossmann, comptabilité

Claudine Romann, physiothérapeute diplômée HES

Daniel Fankhauser, cours

Christine Morger, assistante sociale diplômée HE, conseils dans le domaine du social et de la santé

Regula Lazzaretti, communication et événements

Gabi Reuter, assistante sociale diplômée HES, conseils dans le domaine du social et de la santé

Prisca Schweizer, responsable de l'administration des cours

Daniela Marolf, assistante sociale diplômée HES, conseils dans le domaine du social et de la santé

Mariya Gosteli, administration

Lucia Illi, ergothérapeute diplômée HES, conseils dans le domaine de la santé et des moyens

84 responsables de cours pour la Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

auxiliaires



#### Nous vous remercions chaleureusement pour vos dons!

La Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme est certifiée Zewo. Les dons fait à notre organisation peuvent être déduits des impôts. De plus, vous pouvez commander sans engagement, notre brochure d'information relative aux legs dans le cadre d'un testament

#### **Impressum**

Compte postal 30-8041-9

Rédaction Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme, Regula Lazzaretti traduction Simone Rentsch-Berchtold nombre d'exemplaires en allemand 2000 et 50 exemplaires en français

Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme Gurtengasse 6 3011 Berne Tél 031 311 00 06 Fax 031 311 00 07 www.rheumaliga.ch/be info.be@rheumaliga.ch



Ligue bernoise et haut-valaisanne contre le rhumatisme

Notre action – votre mobilité