

Jahresbericht 2024



Rheumaliga Schweiz
Bewusst bewegt



Impressum

Verlag, Redaktion, Copyright: Rheumaliga Schweiz, Josefstrasse 92, 8005 Zürich
Tel.: 044 487 40 00, E-Mail: info@rheumaliga.ch; www.rheumaliga.ch
Postkonto 80-2042-1, Bank UBS Zürich, IBAN CH83 0023 0230 5909 6001 F
Gestaltung: Senn.Studio, Zürich
Auflage: 350 Expl. deutsch, 100 Expl. französisch

ISSN 2624-6864

Titelbild: Christian Wiedmer, Betroffener Osteogenesis imperfecta (Glasknochen)

Inhalt

4	Vorwort	
6	Aktiv für Betroffene	
7	2024 – Das haben wir geleistet und bewirkt	35 Jahresrechnung 2024
8	Digitalstrategie	36 Kommentar zur Jahresrechnung 2024
10	Öffentlichkeitsarbeit	38 Bericht der Revisionsstelle
18	Sturzprävention	39 Bilanz 2024
20	Dienstleistungen	40 Betriebsrechnung 2024
30	Legate	42 Verdankungen
31	Leistungen der Mitgliederorganisationen	44 Mitarbeitende und Ehrenmitglieder
32	Kooperation und Engagement	46 Zentralvorstand der Rheumaliga Schweiz
		47 Mitgliederorganisationen

Vorwort

Liebe Mitglieder, liebe Partnerinnen und Partner, liebe Freunde der Rheumaliga Schweiz

Wandel und Kontinuität prägten das vergangene Jahr der Rheumaliga Schweiz gleichermassen. Im Frühjahr haben wir uns von der langjährigen Geschäftsleiterin Valérie Krafft verabschiedet und Annette Stolz als neue Geschäftsleiterin begrüsst. Zudem wurde im Mai, im Rahmen unserer Digitalstrategie, ein neuer, benutzerfreundlicherer Webshop eingeführt. Dank der Gewinnung einer kompetenten IT-Projektleiterin konnten wir unsere digitale Kompetenz seit Mitte des Jahres signifikant erweitern. Gemeinsam mit ihr und dem gesamten Team arbeiten wir weiterhin sorgfältig an der im Dezember 2022 verabschiedeten Digitalstrategie der Rheumaliga Schweiz. Hierbei liegt der Fokus auf der Erneuerung unserer IT-Infrastruktur, einschliesslich der Ablösung von ERP, CRM und unserer Website. Dies ermöglicht die Digitalisierung interner Abläufe und darauf aufbauend den Ausbau unseres digitalen Angebots für Betroffene und Fachpersonen.

Unser Engagement für die Kerndienstleistungen hat dabei stets höchste Priorität: Als Anlaufstelle für Betroffene bieten wir kostenlose Erstberatung und Orientierungshilfe durch medizinische Fachpersonen, ein umfassendes Informationsangebot zur Stärkung der Selbstmanagementkompetenz und Vernetzungsangebote speziell für jüngere Betroffene. Darüber hinaus sind wir kompetente Partnerin für Fachpersonen aus allen Bereichen der Rheumatologie und leisten als Fortbildungsstätte auch hier wichtige Vernetzungsarbeit. Die Qualität dieser Angebote und die konstant hohe Nachfrage haben auch 2024 für wertvolle Kontinuität gesorgt.

Wir möchten uns herzlich bedanken: bei den Betroffenen und Fachpersonen für ihr Vertrauen, bei unseren Mitgliederorganisationen, der SGR und der Geliko für die fruchtbare Zusammenarbeit, sowie bei unseren Spenderinnen und Spendern, Stiftungen, Sponsoren, Projektpartnerinnen und -partnern, dem Bundesamt für Sozialversicherungen und dem Bundesamt für Gesundheit für ihre fortwährende Unterstützung. Ein besonderer Dank geht an das Team der Rheumaliga Schweiz dafür, dass es die Solidarität, die Kompetenz und die Innovation unserer Organisation jeden Tag mit seinem Wirken zum Leben erweckt.

Für das Jahr 2025 haben wir uns vorgenommen, die Bedürfnisse der Betroffenen, unserer Mitgliederorganisationen und Partnerinnen und Partner noch stärker in den Mittelpunkt zu rücken. Wir werden durch die Nutzung von Synergien und den Ausbau von Kooperationen unsere Wirkung vergrössern. Besonders spannend wird das Jahr für unsere innovativen Versorgungsprojekte in der Grundversorgung und in der Prävention. Wichtige Weichenstellungen stehen an, um diese Projekte nachhaltig in die Regelversorgung zu überführen. Zudem werden wir in einen intensiven Dialog mit allen Partnerinnen und Partnern im Ökosystem Rheuma in der Schweiz treten, um im Rahmen der Überarbeitung der Muskuloskelettalen Strategie Versorgungslücken in der Schweiz auszuloten und die Rheumaversorgung der Zukunft zu gestalten.

Wir wissen, wie wichtig es ist, die richtigen Fragen zu stellen. So bringen wir Bewegung in die Rheuma-Versorgung der Schweiz und stellen sicher, dass Betroffene und Fachpersonen auch in Zukunft dort Antworten finden, wo sie sie suchen. Danke, dass wir dabei auf Ihr Engagement und Ihre Unterstützung zählen können!

Mit herzlichen Grüssen

Annette Stolz, Geschäftsleiterin Rheumaliga Schweiz
Franz Stämpfli, Präsident der Rheumaliga Schweiz



Aktiv für Betroffene

Rheuma betrifft alle Lebensbereiche

Haben Sie Erfahrung mit Rheuma? Dann wissen Sie, wie mühselig der Alltag mit rheumatischen Beschwerden sein kann. Auch wir von der Rheumaliga Schweiz kennen uns damit aus. Ob Sehnenscheidenentzündung, Kniearthrose oder chronische Erkrankungen wie Rheumatoide Arthritis – Betroffene spüren die Auswirkungen auf der körperlichen, seelischen und sozialen Ebene. Belastend ist vielfach auch das Unverständnis im Umfeld, vor allem dann, wenn die Erkrankung nicht sichtbar ist.

Rheuma kann in jedem Alter zum Thema werden. Manche leiden nur vorübergehend an rheumatischen Beschwerden, oft aber hat Rheuma einen chronischen Verlauf. Verbunden ist Rheuma mit Schmerzen und häufig mit Bewegungseinschränkungen. Die meisten rheumatischen Erkrankungen lassen sich heute zwar gut kontrollieren und behandeln. Trotzdem wiegt chronisches Rheuma schwer.

Rheuma hat viele Gesichter

Rheuma ist ein Sammelbegriff für 200 Erkrankungen mit unterschiedlichen Ursachen, unterschiedlichem Verlauf und unterschiedlichen Beeinträchtigungen. Gemeinsam ist ihnen, dass sie sich vor allem am Bewegungsapparat zeigen, also an den Gelenken, an der Wirbelsäule, an Weichteilen wie Muskeln, Bändern oder Sehnen und an den Knochen. Auch das Nervensystem oder Organe wie Herz, Nieren, Lunge, Darm, Haut und Augen können geschädigt werden. Rheuma kann sich über Jahre unbemerkt entwickeln, ist aber fast immer mit Schmerzen verbunden. Und entgegen dem Vorurteil, Rheuma sei eine typische Alterskrankheit, können bereits Kinder davon betroffen sein.

Aktiv für Betroffene

Zusammen mit unseren 23 Mitgliederorganisationen (17 kantonale / regionale Rheumaligen und 6 nationale Patientenorganisationen) ist die Rheumaliga Schweiz Anlaufstelle und Sprachrohr für die rund zwei Millionen Rheumabetroffenen in der ganzen Schweiz.

2024

Das haben wir geleistet
und bewirkt

Digitalstrategie

Im Oktober 2022 verabschiedeten der Zentralvorstand und die Geschäftsleitung der Rheumaliga Schweiz die Digitalstrategie 2023–2027. Diese sieht eine Erneuerung der bestehenden IT-Architektur der Rheumaliga Schweiz hin zu einer zeitgemässen, skalierbaren Systemarchitektur vor. Dabei soll ein «Digitales Produkt» geschaffen werden, in dem durch eine möglichst einheitliche Technologie mit einer einzigen Domäne alle bisherigen Systemelemente intelligent vernetzt werden. Voraussetzung dafür sind unter anderem zukunftsfähige CRM- und ERP-Systeme, die die Bedürfnisse der Rheumaliga Schweiz abdecken und als zentrale Informationsquelle dienen. Im Zuge dieses Prozesses wurde bereits ein neuer Webshop lanciert, die komplette Überarbeitung der Website (www.rheumaliga.ch) steht noch bevor.

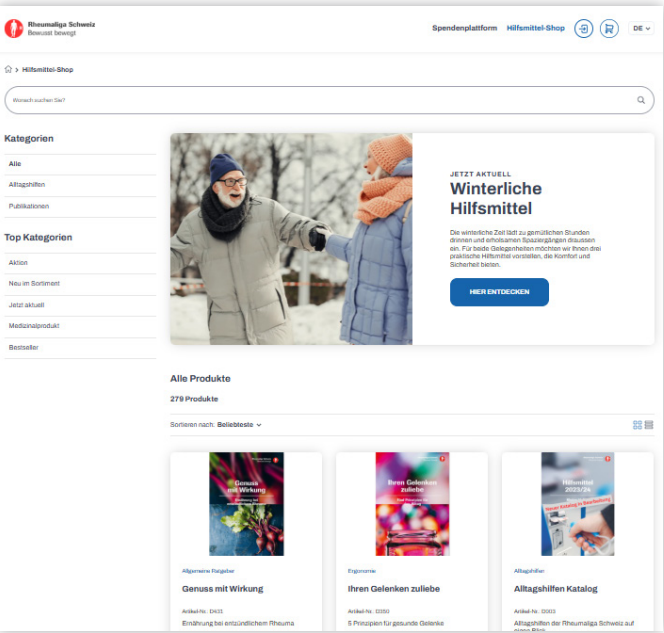
2024 wurden die internen Arbeitsprozesse überprüft, die bestehende Systemarchitektur dokumentiert, interne und externe Bedürfnisse definiert und ein Anforderungskatalog für die zukünftige Systemarchitektur erstellt. In einem zweiten Schritt wurden verschiedene Systeme eingehend evaluiert und getestet, sodass 2025 der Entscheid für ein System gefällt werden kann. Die Planung und schrittweise Umsetzung der Digitalstrategie wird das gesamte Team der Rheumaliga Schweiz auch in den nächsten Jahren intensiv beschäftigen. Die Rheumaliga Schweiz ist überzeugt, dass dieser Prozess langfristig dazu beiträgt, Rheumabetroffenen ein zeitgemässes und attraktives Angebot zu gewährleisten und ist deshalb entsprechend motiviert. Denn letztlich ist die Digitalstrategie ein Vorhaben, das die Organisation entwickelt. Dadurch wird die Rheumaliga Schweiz zukunftsfähig – für die Betroffenen von heute und morgen.

Neuer Webshop

Der Hilfsmittel-Shop der Rheumaliga Schweiz hat für Betroffene eine hohe Relevanz. Sie finden hier von Fachpersonen ausgewählte, speziell auf ihre Bedürfnisse ausgelegte Produkte, die zum Erhalt der Selbstständigkeit beitragen. Pro Jahr werden im Hilfsmittelbereich über 10'000 Transaktionen verarbeitet, was hohe Ansprüche an den Automatisierungsgrad stellt und eine effiziente interne Abwicklung voraussetzt. Das veraltete Shop-System war den gestiegenen Anforderungen an einen modernen Shop nicht mehr gewachsen.

Mit dem «Go-Live» Ende Mai 2024 wurde ein ansprechender und anwenderfreundlicher Webshop lanciert, der es der Rheumaliga Schweiz technisch ermöglicht, auf die künftigen digitalen Herausforderungen professionell zu reagieren und den stetig steigenden Ansprüchen an einen Webshop gerecht zu werden. Mit seiner stark gesteigerten Benutzerfreundlichkeit im Vergleich zum früheren Shop ist er ein erfolgreiches Beispiel für die verbesserte Versorgung von Betroffenen aufgrund des Digitalisierungsprozesses.

Dies zeigen auch die positiven Rückmeldungen unserer Kundinnen und Kunden, die sorgfältig analysiert werden, um weiteres Verbesserungspotenzial zu prüfen. Besonders geschätzt wird dabei aber nach wie vor auch, dass jederzeit persönlich Mitarbeiterinnen zur Verfügung stehen für eine individuelle Beratung und Unterstützung (weitere Ausführungen zum neuen Webshop auf der Seite 27).



Öffentlichkeitsarbeit

Informationsvermittlung ist der Schlüssel zu erfolgreicher Prävention und Früherkennung von Rheuma. Durch gezielte Medienarbeit, öffentliche Veranstaltungen sowie eine Sensibilisierungskampagne erlangte die Rheumaliga Schweiz die dazu notwendige Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit. In Blogbeiträgen, Podcasts, Publikationen und einem Webinar wurden zudem weiterführende Informationen laienverständlich aufbereitet und zur Verfügung gestellt.

Die Reichweite der Printmedien, in denen die Rheumaliga im Jahr 2024 genannt wurde, liegt bei über 23 Millionen Kontakten. 709-mal wurde die Rheumaliga in den Schweizer Medien aller Sprachregionen erwähnt. Diese Zahl unterteilt sich in 429 Nennungen in redaktionellen Artikeln sowie in 280 von den Medien meist kostenlos abgedruckte Inserate. Im Vergleich zu 2023 gab es mehr Nennungen in redaktionellen Artikeln und seltener Inserate, was für die Rheumaliga eine positive Entwicklung darstellt. So konnte die Rheumaliga im Jahr 2024 beispielsweise in der TV-Sendung «Gesundheit heute», in der «Schweizer Familie», im «Gesundheitstipp» und im «Tages Anzeiger» erscheinen. Das Medienmonitoring zeigt weiterhin eine Verlagerung in die digitale Berichterstattung, die einige der Print-Titel ablöst. Die Reichweite der digitalen Titel wird aktuell nicht gemessen.

Schwerpunkt Bewegung

2024 legte die Rheumaliga Schweiz ein besonderes Augenmerk auf ihr zweijähriges Schwerpunktthema, die Bewegung. Bewegung ist bei jeder Rheumaform zentral: Sie fördert beispielsweise die Mobilität, kann das Fortschreiten einer Gelenkerkrankung verlangsamen sowie Schmerzen reduzieren. Mit dem Claim «Bewusst bewegt» lag der Fokus dabei im ersten Jahr des Schwerpunktthemas auf der Alltagsbewegung. Mit verschiedenen Massnahmen wie einer Sensibilisierungskampagne (siehe rechts), Schnupperkursen im Rahmen der Aktionswoche sowie Blog- und forumR-Artikeln hat die Rheumaliga zu mehr Bewegung animiert und aufgezeigt, wie sich diese niederschwellig im Alltag integrieren lässt.

Im Newsletter «RheumaNews» der Rheumaliga Schweiz wurde das Schwerpunktthema ebenfalls regelmässig aufgegriffen. Er wird sechsmal im Jahr an rund 18'800 Empfängerinnen und Empfänger in drei Landessprachen verschickt und hat eine durchschnittliche Öffnungsrate von 50 Prozent.

Sensibilisierungskampagne «Kommst du mit?»

«Kommst du ins Café, in den botanischen Garten oder auf den Gemüsemarkt?» Die Rheumaliga Schweiz hat 2024 zum Thema Alltagsbewegung eine Sensibilisierungskampagne entwickelt, die mit dem Slogan «Kommst du mit?» verschiedene Bewegungsideen gibt. Dabei werden auch Erklärungen vermittelt, weshalb Bewegung im Alltag so entscheidend ist.

Drei der insgesamt fünf Sujets wurden auch als Postkarten gedruckt. Die Karten regen dazu an, Freundinnen oder Verwandten einen Gruss zu schicken und sie gleichzeitig zu einer gemeinsamen Aktivität einzuladen. Denn gemeinsam etwas zu unternehmen, tut nicht nur dem Körper, sondern auch der Psyche gut. Die fünf Kampagnen-Sujets wurden mithilfe von künstlicher Intelligenz (KI) von der Grafik- und Designagentur Oloid Concept GmbH erarbeitet.

Das Postkarten-Set wurde im Rahmen eines Spendenmailings als Give-Away beigelegt sowie als Beilage bei Bestellungen über den Webshop der Rheumaliga verschickt. Eines der fünf Sujets zierte zudem das forumR-Cover der 3. Ausgabe im 2024 und machte damit auf die Kampagne aufmerksam. Auch auf der Website in Form eines Blog-Artikels, im Newsletter der Rheumaliga sowie auf den Social-Media-Kanälen wurde die Kampagne bekannt gemacht.

- Alle fünf Posts erreichten auf Social Media über 522'223 Beitragsimpressionen und erhielten zahlreiche Likes und Beitragsinteraktionen.
- Insgesamt wurden über 1273 deutsche, 363 französische und 150 italienische Postkarten-Sets bestellt.



Aktionswoche 2024

Erfrischend bewegt ging es an der diesjährigen Aktionswoche in 16 verschiedenen Schweizer Städten zu und her. Zum Thema «Bewusst bewegt – aktiv durch den Alltag» veranstaltete die Rheumaliga Schweiz Vortragsnachmittage mit Schnupperkursen der kantonalen und regionalen Rheumaligen. Besucherinnen und Besucher erfuhren so nicht nur, wie wichtig und gesundheitswirksam Bewegung ist, sondern sie konnten auch gleich neue Bewegungsformen wie Easy Dance oder Qi Gong kennenlernen und aktiv ausprobieren.

Da die Bewegungskurse von den kantonalen und regionalen Rheumaligen angeboten werden, übernahmen sie als Partnerinnen der Rheumaliga Schweiz in diesem Jahr eine tragende Rolle in der Vorbereitung und Durchführung der Gesundheitstage. Die Rheumaliga Schweiz stellte hingegen wie bisher das nationale Konzept zur Verfügung, produzierte sämtliche Werbemassnahmen und unterstützte vor Ort bei Fragen.

- Insgesamt wurden schweizweit 16 Veranstaltungen mit rund 900 Besucherinnen und Besuchern durchgeführt. Davon fanden 11 Veranstaltungen in der Deutschschweiz statt, 4 in der Romandie und eine Veranstaltung im Kanton Tessin.



Bewusst bewegt an der Aktionswoche 2024 in Neuenburg.

www.rheumaliga.ch

Die Website der Rheumaliga Schweiz ist eine bedeutende Anlaufstelle in drei Landessprachen für Informationen zu Rheumaerkrankungen und verwandten Gesundheitsthemen. Sie bietet Betroffenen gezielte Unterstützung durch Beratungsangebote und Wissensvermittlung sowie einen einfachen Zugang zum vielfältigen Kursprogramm der regionalen Rheumaligen. Fachpersonen finden auf der Website fundierte Wissensinhalte und Weiterbildungsangebote.

Rheuma verstehen

Die 16 Krankheitsbilder in der Rubrik «Rheuma von A bis Z» erfreuen sich anhaltender Beliebtheit. Zudem standen bis zum 31. Dezember 2024 rund 250 Blogbeiträge online, die aktuelle Informationen und praktische Tipps zu Alltagsthemen vermitteln. Digitale Tools wie der interaktive Calciumrechner und der Symptomfragebogen «Arthritis oder Arthrose?» gehören weiterhin zu den meistgenutzten Angeboten.

Sichtbarkeit in Suchmaschinen

Die Website der Rheumaliga Schweiz konnte 2024 ihre organische Sichtbarkeit weiter stärken und ist nun zu über 23'311 relevanten Suchbegriffen schweizweit auffindbar. Besonders hervorzuheben ist, dass die Website nicht nur häufiger gefunden wird, sondern auch bei wichtigen Themen in den vorderen Suchergebnissen rangiert. Das vorhande-

ne Vertrauen wird durch 1'130 Domains unterstrichen, die auf rheumaliga.ch verlinken und so die Autorität der Website weiter erhöhen.

Webanalytik

Auch 2024 blieben die Auswirkungen des Cookie-Banners eine Herausforderung für die Webanalytik. Etwa 35% der Daten fehlen, da viele Nutzerinnen und Nutzer die Statistik-Cookies ablehnen. Diese Einschränkung erschwert es, ein vollständiges Bild der Website-Nutzung zu gewinnen und detaillierte Analysen durchzuführen. Die verfügbaren Zahlen zeigen dennoch eine rege Nutzung:

- 2024 haben 920'000 Nutzerinnen und Nutzer auf die nationalen Seiten der Website zugegriffen (Vorjahr: 1,3 Millionen).
- Die Zahl der Sitzungen belief sich auf 1,25 Millionen (Vorjahr: 1,25 Millionen).
- Die Zahl der einzelnen Seitenaufrufe lag bei 1,8 Millionen (Vorjahr: 2 Millionen).

Social Media

Die Rheumaliga Schweiz nutzt Social Media aktiv, um mit Betroffenen, Angehörigen, Fachpersonen und Interessierten in den Dialog zu treten und relevante Informationen bereitzustellen. Über die Kanäle Facebook, Instagram, LinkedIn und YouTube werden regelmässig Beiträge rund ums Thema Rheuma sowie Gesundheitstipps, Kursangebote und News geteilt.

Im Februar 2024 wurde ein überarbeitetes Social-Media-Konzept eingeführt, das neue und abwechslungsreiche Themenkategorien abdeckt. Beispiele für diese Kategorien sind «Ich und mein Rheuma» mit Betroffenenporträts, «Bliib-fit-Tipps» mit Bewegungsübungen, «Alltagstrick» mit Hilfsmitteln der Rheumaliga Schweiz oder «Nachgefragt» mit Fragen aus den Beratungstelefonen.

Fast täglich wurde ein Post veröffentlicht, das Design zudem modernisiert und vereinheitlicht. Diese Veränderungen zeigen Wirkung: Reichweite, Follower-Zahlen und Engagement sind merklich angestiegen.

Die beiden Botschafterinnen Silvia Jauch und Melissa Zufferey bloggen weiterhin auf dem deutschen bzw. französischen Instagram-Account der Rheumaliga Schweiz. Ihre persönlichen Einblicke in das Leben mit Rheuma sind bei der Community sehr beliebt, erzeugen viele Interaktionen.

- Auf Facebook tauschen sich über 4'800 Abonnentinnen und Abonnenten aus (Vorjahr: 4'500). Die Reichweite belief sich 2024 auf über 760'000 Kontakte (Vorjahr: 380'000).
- Über 2'500 Followerinnen und Follower fühlen sich auf dem deutschsprachigen Instagram-Kanal von den Rheuma-Posts angesprochen (Vorjahr: 2'200).
- Auf dem französischsprachigen Instagram-Account sind es rund 350 Followerinnen und Follower (Vorjahr: 300).
- Auf LinkedIn konnte die Rheumaliga Schweiz ihre Community auf 1'250 Followerinnen und Follower ausbauen (Vorjahr: 970).
- Die YouTube-Community zählt 2'200 Abonnentinnen und Abonnenten (Vorjahr: 1'930).

Nicola Renfer ist betroffen von einer komplexen Schmerz-erkrankung und schildert mit ihrem Porträt in der Kategorie «Ich und mein Rheuma», was ihr täglich Kraft gibt.



Mitgliedermagazin

forumR

Das Mitgliedermagazin der Rheumaliga Schweiz vermittelt Wissen über rheumatische Krankheiten und praktische Tipps für Betroffene. Die Ausgabe 2024 / 1 wandte sich für einmal speziell an die Angehörigen, um sie als «Mitbetroffene» zu informieren und zu stärken. Die zweite Ausgabe rückte das Bindegewebe ins Zentrum, das nicht nur bei den Bindegewebserkrankungen (Kollagenosen wie dem Sjögren-Syndrom), sondern im Grunde bei allen rheumatischen Erkrankungen betroffen ist, zum Beispiel wenn sich Gelenknorpel abbaut (Arthrose) oder die Gelenkinnenhaut entzündet (Arthritis). Kurz vor der Aktionswoche vertiefte die dritte Ausgabe das Jahresthema Bewegung, mit einem Fokus auf die Alltagsbewegung. Und in der letzten Ausgabe wurde unter dem Titel «Sichtbar – unsichtbar» thematisiert, wie und wo Rheumabetroffene im täglichen Leben auf Hindernisse stossen, diskriminiert werden oder sich stigmatisiert fühlen.

- Das forumR erschien 2024 viermal als dreisprachiges Magazin von 48 Seiten Umfang. Die Auflage gem. WEMF/SW-Beglaubigung betrug jeweils 19'278 Exemplare. (Vorjahr: 20'544).



Publikationen

Broschüren zum besseren Verständnis

Die medizinische Fachsprache ist wie eine Fremdsprache, wenn man erst kürzlich eine Diagnose erhalten hat. Aber auch nach vielen Konsultationen bleiben Fragen offen oder Missverständnisse bestehen. Die Publikationen der Rheumaliga Schweiz schliessen derartige Wissens- und Verständnislücken. Sie beschreiben Krankheitsbilder, Risikofaktoren und Behandlungsmöglichkeiten und motivieren zu Bewegung und präventivem Verhalten. Dabei pflegen die Texte eine allgemeinverständliche Sprache, ohne medizinische Vorkenntnisse vorauszusetzen. Alle Publikationen werden von Expertinnen und Experten ihres Faches geprüft. Kernstück des grossen Sortiments bilden Broschüren und Kurzbroschüren, einschliesslich solcher in leichter Sprache, die in 8 verschiedenen Fremdsprachen herausgegeben werden (Reihe «kurz & knapp»). Hinzu kommen Faltblätter, die Übungen zum Heimtraining vermitteln.

- Das Gesamtsortiment der Rheumaliga Schweiz umfasst rund 50 Publikationen, wovon 2024 insgesamt 160'000 Exemplare abgegeben wurden (ein Rückgang von 5 % zu 2023).



**« Findet den Weg zurück zum selber
Kochen ohne Fertigprodukte!
Denn Kochen tut dem Herzen gut. »**

Meta Hildebrand ,
Starköchin und Rheumaliga Botschafterin

Podcast

Der Podcast «Rheuma persönlich» ist weiterhin einer der beliebtesten Online-Kanäle der Rheumaliga Schweiz. Die Hörerschaft hat sich mit insg. 37'015 Unique Listeners 2024 stark vergrössert (Stand 2023: 24'508). Immer wieder richten sich treue Hörerinnen und Hörer an die Rheumaliga Schweiz, die sich jeden Monat auf eine neue Episode freuen: «Danke von ganzem Herzen für den wunderbaren und informativen Podcast, der mir enorm viel geholfen hat.»

Oftmals teilen Betroffene mit, dass sie über den Podcast erst auf die weiteren wertvollen Angebote der Rheumaliga aufmerksam geworden sind. Dies bestärkt die Rheumaliga Schweiz, den Podcast auch weiterhin auf Französisch namens «Le rhumatisme et moi» auszubauen. Mittlerweile umfasst dieser 14 Episoden und beläuft sich auf knapp 4'412 Streams seit Beginn.

Die insgesamt 39 deutschen Episoden wurden seit dem Start über 51'771 Mal gestreamt. Im Jahr 2024 neu dazu gekommen ist zum Beispiel eine Reportage, die einen Einblick in den Bewegungskurs «Fit mit Spass» der Rheumaliga Bern und Oberwallis gewährt. Oder: Die Schweizer Starköchin und Botschafterin der Rheumaliga Schweiz Meta Hildebrand schwärmt gemeinsam mit Ernährungsexpertin Kirsten Scheuer über kreative Gerichte für zu Hause und wie sich Genussmittel in die Ernährung bei Rheuma eingliedern lassen.

In beiden Sprachen zeigen sich klare «Lieblinge», also Episoden, welche bisher am meisten Downloads erzielten. Diese sind die drei verschiedenen Episoden zum Thema Ernährung bei Rheuma sowie die Episoden zur Fibromyalgie und diejenige zu den Medikamenten bei Rheuma.

Neu kam das Feedback- und Umfragetool auf Spotify zum Einsatz. Die direkten Rückmeldungen und Bewertungen der Hörerinnen und Hörer helfen der Rheumaliga Schweiz, Fragen direkt zu beantworten und Feedbacks in die Planung einfließen zu lassen.

Auf der Website der Rheumaliga Schweiz sowie bei Spotify, Apple Podcast und weiteren Podcast-Plattformen sind alle Episoden anzuhören.

Hören auch Sie einmal rein!

Zum Beispiel in folgende Episoden:

- Praktische Tipps für den Alltag mit Fatigue
 - Schmerzfreie Arthrose dank GLA:D®
 - Genussmittel bei Rheuma
 - Gut leben mit Osteoporose
 - Autogenes Training
 - Schlaf bei Rheuma
- Und viele mehr...

Sturzprävention

Wir alle wünschen uns, im eigenen Zuhause selbstständig und selbstbestimmt alt zu werden. Ein Sturz kann diesen Wunsch von heute auf morgen unmöglich machen.

Stürze bei älteren Menschen kommen häufig vor, nehmen wegen der demografischen Entwicklung zu und werden aufgrund der oft schwerwiegenden Folgen und hohen Kosten zu einer Belastung für das Gesundheitswesen. In der Schweiz verletzen sich jährlich über 88'000 Seniorinnen und Senioren bei Sturzunfällen mit medizinischen Folgen. Über die Hälfte davon ereignen sich innerhalb der eigenen Wohnung und in unmittelbarem häuslichem Umfeld wie beispielsweise dem Garten.

Einschneidende Folgen für Seniorinnen und Senioren nach einem Sturz können nebst langen Spitalaufenthalten auch eine Einschränkung der Mobilität und somit auch den Verlust der Selbstständigkeit bedeuten. Daraus folgt oft ein permanenter Eintritt in ein Heim oder eine Pflegeeinrichtung. Knapp 1'600 Seniorinnen und Senioren sterben in der Schweiz jährlich nach einem schweren Sturz.

Ursachen für Stürze sind immer eine Kombination von mehreren personenbezogenen und umweltbezogenen Risikofaktoren. Personenbezogene Risikofaktoren sind beispielsweise die verminderte Muskelkraft im Alter oder Nebenwirkungen von Medikamenten. Die umweltbezogenen Risikofaktoren schliessen beispielsweise eine unzureichende Beleuchtung oder freiliegende Kabel auf dem Boden mit ein. Viele dieser Risikofaktoren sind durch gezielte Interventionen beeinflussbar. Dadurch können die Selbstständigkeit und die Lebensqualität von älteren Menschen langfristig erhalten bleiben.

Basierend auf diesen Erkenntnissen entwickelte die Rheumaliga Schweiz das multifaktorielle Sturzpräventionsprogramm «Sicher durch den Alltag». Es wird in der ganzen Schweiz in den drei Sprachen Deutsch, Französisch und Italienisch angeboten. Speziell ausgebildete Physiotherapeutinnen und -therapeuten sowie Ergotherapeutinnen und -therapeuten besuchen Seniorinnen und Senioren im eigenen Wohnumfeld. Mithilfe eines Fragebogens wird die Sturzangst ermittelt. Diese Angst kann dazu führen, dass sich Betroffene in ihrem Alltag einschränken, was wiederum das Risiko von Stürzen erhöhen kann. Ebenfalls werden mit verschiedenen Tests die Beinkraft und das Gleichgewicht untersucht.

In einem nächsten Schritt leiten die Fachpersonen der Physio- und Ergotherapie die Klientinnen und Klienten an, wie sie am besten auf den Boden gehen und vor allem im Falle eines Sturzes wieder aufstehen können. Gute Strategien (zum Beispiel, an welchen Möbelstücken man sich hochziehen kann) helfen, für den Notfall vorbereitet zu sein. Danach erfolgt eine Wohnraumabklärung, bei der Stolper- oder Sturzgefahren identifiziert werden. Aufgrund all dieser Abklärungen und Tests werden den Seniorinnen und Senioren konkrete Massnahmen für ihren Alltag zuhause empfohlen wie beispielsweise die Anschaffung einer Notfall-Uhr, die Verordnung für Physio- oder Ergotherapie oder Inanspruchnahme einer Spitex.

Das Sturzpräventionsprogramm wird von einzelnen Krankenversicherungen über die Zusatzversicherung finanziert. Die Rheumaliga Schweiz hat beim Bundesamt für Gesundheit (BAG) ein Gesuch eingereicht, das Angebot der Hausbesuche soll in die Grundversicherung aufgenommen, die Kosten also für alle Betroffenen von allen Krankenversicherungen übernommen werden. Zu diesem Gesuch haben bereits einige Arbeitssitzungen mit dem BAG stattgefunden, sowie ein Stakeholdertreffen mit den wichtigsten involvierten Fachgruppen zum Thema Sturzprävention, wie den verschiedenen Ärzteverbänden, den Verbänden der Physio- und Ergotherapie, der Spitex, der Beratungsstelle für Unfallverhütung, der Pro Senectute, dem Schweizerischen Verband für Pflegefachpersonal und dem BAG. Das Treffen fand im Februar 2024 statt. Im Verlaufe des nächsten Jahres werden hier erste konkrete Schritte erwartet.

- 2024 wurden 167 Hausbesuche (Vorjahr: 272) durchgeführt, das Durchschnittsalter lag bei über 80 Jahren.

Rheumaerkrankungen erfordern eine schnelle, gezielte und vor allem korrekte Behandlung. Die ersten Ansprechpersonen für Betroffene sind meist Hausärztinnen und Hausärzte, medizinische Praxisassistentinnen und -assistenten sowie Apothekerinnen und Apotheker. Die Rheumaliga Schweiz setzt sich intensiv dafür ein, dass diese wichtigen Ansprechpersonen gut über Rheuma informiert sind. Aus diesem Grund organisiert sie seit über dreissig Jahren Weiterbildungen für medizinische Fachpersonen.

Die Bewegungskurse in den kantonalen und regionalen Rheumaligen zeichnen sich durch fundierte fachliche Qualität aus, die auf dem neuesten wissenschaftlichen Stand basiert. Zur Sicherstellung dieser Qualität ist eine gezielte Weiterbildung der Kursleitenden erforderlich. Deshalb bietet die Rheumaliga Schweiz jedes Jahr ein umfangreiches Weiterbildungsangebot für Kursleitende, Physiotherapeutinnen und -therapeuten und Mitarbeitende der Rheumaliga an.

Darüber hinaus organisiert die Rheumaliga Schweiz in kleinerem Rahmen auch überregionale Veranstaltungen für Betroffene, wie beispielsweise den Familientag oder die Aktiv-Tage.

Kurse für Fachpersonen

Folgende Weiterbildungskurse bot die Rheumaliga Schweiz für die verschiedenen Fachpersonen 2024 an.

Update für Hausärztinnen und Hausärzte

Seit über 30 Jahren bietet die Rheumaliga Schweiz Hausärztinnen und Hausärzten ein kompaktes «Update Rheumatologie». Die schweizweite Fortbildungsreihe in den drei Landessprachen Deutsch, Französisch und Italienisch widmet sich jährlich mit Referaten und interaktiven Workshops einem rheumatologischen Schwerpunktthema. 2024 lautete das Thema «Arthritis und Biologics – voll easy?!»

- Es konnten 8 Update-Fortbildungen (Vorjahr: 7) durchgeführt werden. Insgesamt bildeten sich 277 Teilnehmende (Vorjahr: 253) weiter.

Apothekerinnen und Apotheker

Die Weiterbildungen für Pharmzeutinnen und Pharmzeuten dienen nicht nur der Wissensvermittlung, sondern fördern auch den Dialog zwischen Ärztinnen und Ärzten und Apothekerinnen und Apothekern.

Die Veranstaltungen werden in Zusammenarbeit mit den regionalen «pharmActuel»-Verbänden organisiert.

- An 4 (Vorjahr: 4) Abendfortbildungen bildeten sich 275 Apothekerinnen und Apotheker (Vorjahr: 324) weiter.

Medizinische Praxisassistentinnen und Praxisassistenten

Auch für medizinische Praxisassistentinnen und Praxisassistenten (MPAs) in einer Rheumatologie- oder Hausarztpraxis ist es wichtig, stets auf dem neusten Wissensstand zu sein. Die Fortbildungen zu unterschiedlichen rheumatologischen Themen finden in Kooperation mit den Sektionen des SVA statt.

- 215 MPAs (Vorjahr: 148) haben an 11 Fortbildungen (Vorjahr: 6) ihr Wissen im Bereich Rheumatologie vertieft.

Eine tiefergehende, spezielle Befähigung von Betroffenen können MPA mit einer Ausbildung im Projekt KOMPASS leisten (siehe Seite 22).

Health Professionals

Unverzichtbarer Therapieteil in der Behandlung von Rheumabetroffenen ist Bewegung. Die kantonalen/regionalen Rheumaligen bieten mit hoher fachlicher Kompetenz eine grosse Anzahl verschiedener Bewegungskurse an (siehe auch Seite 31). Besonders beliebt sind die fünf nationalen Kursprogramme: Rückentraining «Active Backademy», Osteoporose-Gymnastik «Osteogym» sowie das Wassertraining «Aquawell» und das sanfte Wassertraining «Aquacura». Das Kurskonzept «EverFit» sorgt zudem für Bewegung und Balance im Alter.

- 272 Health Professionals (Vorjahr: 277) haben 2024 an 12 Weiterbildungen (Vorjahr: 11) der Rheumaliga Schweiz teilgenommen.

KOMPASS

Ein zentrales Anliegen der Rheumaliga Schweiz ist es, Menschen mit rheumatischen Erkrankungen im Alltag zu unterstützen und sie zu befähigen, eine gute Lebensqualität zu erreichen. Das Projekt KOMPASS bietet hierfür einen wirkungsvollen Rahmen zur Förderung des Selbstmanagements bei Betroffenen von Arthritis (Rheumatoide Arthritis, Psoriasis Arthritis, Morbus Bechterew / axSpA), Gicht und Osteoporose. Medizinische Praxisassistentinnen und -assistenten (MPA) sowie medizinische Praxiskoordinatoren und -koordinatorinnen (MPK) aus rheumatologischen und Hausarztpraxen können nach einer spezifischen Weiterbildung kostenlose Beratungen anbieten und somit auch ihre beruflichen Kompetenzen gezielt erweitern.

In Anbetracht des Fachärztemangels in der Rheumatologie bietet KOMPASS eine zukunftsweisende und niederschwellige Versorgungslösung. Das Beratungskonzept umfasst Inhalte aus den Bereichen Bewegung, Ernährung, Gelenkschutz, Frakturvermeidung, Komplementärmedizin, Medikation, Wissen über die Erkrankung sowie den Umgang mit Schmerzen und die Bewältigung des Krankheitsalltags.

Insgesamt zeigt die Evaluation der Rheumaliga Schweiz auf Ebene der Betroffenen, dass diese nach den Beratungen besser informiert sind und einen selbstbewussteren Umgang mit ihrer Krankheit erlernt haben. Die individuelle 1:1-Beratung stärkt nicht nur die Patientenbindung an die Praxis, sondern auch das gegenseitige Vertrauen und Engagement. Die Patientinnen und Patienten beurteilen ihren Gesundheitszustand durch die gewonnene Eigenkompetenz positiver und fühlen sich bestärkt, eigenständig aktiv zu werden. Sie lernen, Krankheitssymptome besser wahrzunehmen, einzuordnen und entsprechend zu handeln, was ihre Rolle als Expertinnen und Experten in eigener Sache festigt.

Die Lebensqualität und Autonomie der Betroffenen werden gestärkt, was wesentlich dazu beiträgt, dass sich das gesundheitsförderliche Verhalten bei den Betroffenen nachhaltig etabliert.

- 2024 führten 27 MPAs / MPKs in 25 Rheuma- bzw. Allgemeinpraxen erfolgreich Beratungen durch.
- Insgesamt wurden 370 Beratungsstunden durchgeführt (Vorjahr: 321).
- Bis Ende 2024 haben insgesamt 218 Rheumabetroffene die Beratung abgeschlossen.

Kurse für Betroffene

Mit zwei kantonsübergreifenden Veranstaltungen wendet sich die nationale Geschäftsstelle direkt an Rheuma-Betroffene und ihre Angehörigen.

Aktiv-Tage

Nach der letztjährigen Absage stiessen die Aktiv-Tage 2024 auf reges Interesse. Die Teilnehmenden erhielten von zwei Physiotherapeutinnen, einem Rheumatologen, einer Aquawell-Kursleiterin sowie einer Ergotherapeutin in Theorie und Praxis Antworten zu Fragen rund um Arthrose und Arthritis: Welche Ursachen haben Arthrose und Arthritis? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Welche Hilfsmittel können den Alltag mit Arthrose oder Arthritis erleichtern? Das Solbadhotel Sigriswil am schönen Thunersee und viele spätherbstliche Sonnenstrahlen verschafften den Betroffenen zudem eine erholsame Auszeit. Die Rückmeldungen der Teilnehmenden waren durchwegs begeistert. Besonders geschätzt wurde, dass der Fokus nicht allein auf die Beschwerden gelegt wurde, sondern auch die körperliche Aktivität im Mittelpunkt stand.

- An den Aktiv-Tagen haben sich 23 (2022: 13) Betroffene mit dem Thema «Arthrose und Arthritis» auseinandergesetzt.



« Welche Hilfsmittel können den Alltag mit Arthrose oder Arthritis erleichtern? »

Spannender Vortrag der Ergotherapeutin **Natalie Georgiadis**

Familientag

Die Diagnose Arthritis kann den Alltag einer Familie völlig auf den Kopf stellen. Anfangs dreht sich alles um das betroffene Kind, ihm werden im Übermass Aufmerksamkeit, Fürsorge und Schonung zuteil – häufig auf Kosten der Geschwister. Hinzu kommen unzählige Fragen: Darf ein rheumabetroffenes Kind Sport treiben? Vertragen sich Impfungen mit Rheumamedikamenten? Müssen die Lehrer wissen, dass mein Kind Rheuma hat? Diese und viele weitere Fragen können Betroffene und ihre Eltern am Familientag der Rheumaliga Schweiz Fachpersonen stellen.

Am Familientag steht jedoch nicht nur die Informationsveranstaltung im Vordergrund, die Familien treffen sich auch zu Spiel und Spass, im vergangenen Jahr unter dem Motto «Spiele ohne Grenzen».

Während sich die Eltern in verschiedenen Referaten zur Erkrankung ihres Kindes sowie zu Entwicklungen in der Kinderrheumatologie informierten, einer Podiumsdiskussion beiwohnten und sich beim «Walk and Talk» mit anderen Eltern austauschten, waren die Jüngsten mit Spielen und Basteln beschäftigt.

Die Jugendlichen tauschten sich am Vormittag in einer Informations- und Fragerunde mit einer Kinderrheumatologin und einem betroffenen jungen Erwachsenen aus. Am Nachmittag durften sie den eindrücklichen Film «Unsichtbar» von Marvin Naef, einem rheumabetroffenen Jugendlichen, schauen.

Ein gemeinsamer Abschluss mit allen Familien rundete das Programm ab. Die Rückmeldungen der Teilnehmenden waren durchwegs positiv und zeigen, wie wichtig dieser Tag für rheumabetroffene Kinder und Jugendliche sowie ihre Familien ist.

- Insgesamt haben sich 117 Teilnehmende (Vorjahr: 96) aus 32 Familien (Vorjahr: 28) informiert und ausgetauscht.



«Spiele ohne Grenzen» war das Thema des diesjährigen Familientages der Rheumaliga Schweiz.

Hilfsmittel der Rheumaliga Schweiz

Kleine Helfer, grosse Wirkung

Alltagsaktivitäten können bei Schmerzen, Bewegungseinschränkungen oder Schwäche zu einer grossen Herausforderung werden. Die Hilfsmittel im Sortiment der Rheumaliga Schweiz unterstützen Menschen mit und ohne Rheuma dabei, alltägliche Tätigkeiten selbstständig auszuführen. Zudem helfen sie, beeinträchtigte Gelenke zu schonen, gesunde Gelenke zu schützen und die Selbstbestimmtheit trotz Einschränkung zu erhalten.

Expertise und Design

Fachpersonen aus den Bereichen Ergotherapie, Physiotherapie und Pflege sowie Rheumabetroffene prüfen das Sortiment der Hilfsmittel und entwickeln es laufend weiter. Bei der Auswahl der Produkte stehen Kriterien wie Ergonomie, Nutzen, Sicherheit, Qualität und Lebensdauer im Vordergrund.

- 2024 wurden folgende vier Produkte neu ins Sortiment aufgenommen:
 - Alltagshandschuhe in drei Grössen
 - Selbstöffnende Scheren für Linkshänderinnen und Linkshänder in zwei Längen
 - Handtrainer zur Kräftigung der Hände in drei Stärken
 - Trainingsbänder zur Ganzkörper-Kräftigung in drei Stärken und jeweils zwei Längen
- 2024 wurden insgesamt 39'210 Hilfsmittel verkauft (Vorjahr: 39'945)
- Zu den Bestsellern gehörten dieses Jahr der Flaschenöffner «Pet Boy», der Sockenanzieher, die Griffverdickungen, der Multiöffner und die Igelbälle.

Neuer Webshop

Im Rahmen der Digitalisierungsstrategie und in enger Zusammenarbeit mit der Agentur Marketing Monkeys lancierte die Rheumaliga Schweiz Ende Mai 2024 einen neuen Webshop. Der Fokus wurde auf ein übersichtliches Design, eine optimierte User-Experience und vereinfachte Check-out-Prozesse gelegt. Durch ein intuitives und flexibles CMS ist die Rheumaliga Schweiz in der Lage, viele Anpassungen am Shop selbst vorzunehmen. Zudem wurden interne Prozesse vereinfacht und der manuelle, administrative Aufwand verringert. In regelmässigen Meetings zwischen dem Projektteam der Rheumaliga Schweiz und der Agentur Marketing Monkeys werden etwaige Fehler analysiert, Verbesserungen besprochen und effizient umgesetzt.

- Für die Erarbeitung und die stetige Weiterentwicklung des Webshops hat das Hilfsmittel-Team der Rheumaliga Schweiz 2024 insgesamt knapp 600 Arbeitsstunden aufgewendet.

Das Projektteam der Rheumaliga Schweiz arbeitet stetig an der Verbesserung des neuen Webshops.



Beratungen

Mit einem Team von vier Physiotherapeutinnen, einer Ergotherapeutin und ab November 2024 einer Ärztin bietet die Rheumaliga Schweiz ein vielfältiges Beratungsangebot an. Betroffene und Angehörige, aber auch Fachpersonen, die spezielle Informationen zu rheumatischen Themen benötigen, können zu Bürozeiten telefonisch oder schriftlich per Mail um Rat fragen. Zudem arbeitet die Rheumaliga Schweiz in der Deutschschweiz mit einer Psychologin und einer Ernährungsberaterin zusammen. Diese Beratungen können nach Wunsch vor Ort, telefonisch oder online durchgeführt werden.

Die Beratungen sind für alle Personen kostenlos und werden auf Deutsch, Französisch und Italienisch angeboten. Das Angebot ist sehr niederschwellig und alle Anfragen werden zeitnah beantwortet.

Wird in einem Beratungs-Gespräch deutlich, dass vertiefte Unterstützung (beispielsweise Fragen zu Sozialversicherungen oder finanziellen Themen) notwendig ist, erfolgt eine Vermittlung an die Fachstellen der kantonalen/regionalen Rheumaligen. Diese Fachstellen bieten fundierte persönliche Beratungen und kompetente Sozialberatung an.

Die Erfahrung zeigt, dass in meist kurzen Gesprächen eine grosse Wirkung erzielt wird und Betroffene nicht nur ihr Wissen erweitern, sondern auch ein Stück Sicherheit erhalten.

Sehr häufig wenden sich Personen nach einer Erst-diagnose einer entzündlich rheumatischen Autoimmunerkrankung an die Beraterinnen der Rheumaliga Schweiz. Die Diagnose ist ein Schock und viele Fragen stehen im Raum, mit denen sich die Betroffenen überfordert fühlen. Hier kann die Rheumaliga mit den Betroffenen eine Auslegeordnung machen und sie auffangen. Weitere häufige Anliegen betreffen die Erkrankungen Fibromyalgie, Rückenschmerzen, Osteoporose und Polymyalgie rheumatica. Auch seltenen Erkrankungen, wie beispielsweise das Ehlers-Danlos-Syndrom, das Sjögren-Syndrom oder das SAPHO-Syndrom, sind oft Themen der Anfragen. Weiter kommen viele Fragen zu CBD (Cannabidiol) und Medikamenten (vor allem Biologika, Cortison und Osteoporose-Medikamente), zu Bewegungsempfehlungen und zur Ergonomie.

- Insgesamt wurden 2024 761 Fachberatungen in Deutsch, Französisch und Italienisch durchgeführt (Vorjahr: 732).



« Die Erfahrung zeigt, dass in meist kurzen Gesprächen eine grosse Wirkung erzielt wird und Betroffene nicht nur ihr Wissen erweitern, sondern auch ein Stück Sicherheit erhalten. »

Barbara Zindel,
Co-Leiterin Bereich Dienstleistungen,
Rheumaliga Schweiz

Legate

Gutes tun, das bleibt – Vermächnisse an die Rheumaliga Schweiz

Ein bedeutender Teil des Ertrags der Rheumaliga Schweiz stammt aus testamentarischen Zuwendungen, insbesondere in Form von Legaten und Erbschaftsbeteiligungen. Dieser Vertrauensbeweis zeigt auf besonders berührende Weise, dass es vielen Menschen in der Schweiz ein Herzensanliegen ist, mit ihrem Nachlass nicht nur ihren Nächsten zu helfen, sondern auch einen nachhaltigen Beitrag zur Rheumaversorgung in der Schweiz zu leisten.

Die Rheumaliga Schweiz ist all jenen äusserst dankbar, die über ihr Leben hinaus etwas Sinnvolles bewirken möchten, indem sie uns als Patientenorganisation in ihrem Testament berücksichtigen.

Das Interesse an unserem Testamentratgeber bleibt ungebrochen. Der Ratgeber führt systematisch durch den Verfassungsprozess eines eigenen Testaments und zeigt auf, wie eine gemeinnützige Organisation wie die Rheumaliga Schweiz dabei berücksichtigt werden kann. Er ist in den drei Landessprachen Deutsch, Französisch und Italienisch erhältlich.

- Im Jahr 2024 wurden mehr als 600 Testamentratgeber in drei Landessprachen an interessierte Personen versendet.

Auch die Informationsveranstaltung zum Thema «Testamentarische Nachlassregelung» im Juni 2024 war mit über 30 Teilnehmenden wieder gut besucht. Die Teilnehmenden erhielten eine praxisorientierte Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Nachlassgestaltung.

Rund um den internationalen Tag des Testaments am 13. September 2024 hat die Rheumaliga Schweiz mit verschiedenen Online-Beiträgen eine Informationskampagne zum Thema Nachlassplanung durchgeführt.



Leistungen der Mitgliederorganisationen

Kurse für Betroffene

Die kantonalen resp. regionalen Rheumaligen sowie die nationalen Patientenorganisationen bieten ein sehr vielseitiges Kursangebot an, das von ausgebildeten Fachkräften durchgeführt wird. Besonders beliebt sind die fünf nationalen Kurskonzepte: Rückentraining «Active Backademy», Osteoporose-Gymnastik «Osteogym», Bewegung und Balance im Alter «Everfit», Wassertraining «Aquawell» und die therapeutische Wassergymnastik «Aquacura».

Das Kerngeschäft Kurswesen hat im Vergleich zu den Vorjahren einen grossen Aufschwung erlebt. Viele kantonale und regionale Rheumaligen sowie Mitgliederorganisationen konnten ihr Kursangebot im Vergleich zum Vorjahr ausbauen und neue Teilnehmende rekrutieren. Dies ist eine sehr erfreuliche Entwicklung und macht Hoffnung für die Zukunft.

- Mehr als 32'355 (Vorjahr: 27'830) Personen haben 2024 in der ganzen Schweiz an Kursen der Mitgliederorganisationen der Rheumaliga Schweiz teilgenommen.
- Rund 3'330 (Vorjahr: 2'860) Kurse wurden 2024 insgesamt durchgeführt.

Beratung

Menschen mit Rheuma und ihre Angehörigen haben viele Fragen. In den kantonalen resp. regionalen Rheumaligen erhalten sie vielseitige, professionelle Beratung und in den Patientenorganisationen finden sie den wichtigen Austausch mit anderen Betroffenen. Das Spektrum der Beratungsangebote ist gross. Besonders wichtig und gefragt ist die Sozialberatung.

- 2024 wurden von den Mitgliederorganisationen mehr als 10'789 (Vorjahr: 9'400) Sozialberatungen durchgeführt.

Unterstützung der Selbsthilfegruppenarbeit

Hilfe zur Selbsthilfe ist für sehr viele Betroffene und ihre Angehörigen ein wichtiges Standbein bei der Bewältigung des täglichen Lebens.

- Insgesamt sind 114 Gruppen (Vorjahr: 111) verzeichnet.
- An 489 Treffen (Vorjahr: 485) haben mehr als 2'790 Personen (Vorjahr: 2'960) teilgenommen.

Kooperation und Engagement

Schlüsselpartner SGR

Bei der umfassenden Versorgung von Rheumabetroffenen ist die enge Zusammenarbeit der Rheumaliga Schweiz mit der Schweizerischen Gesellschaft für Rheumatologie (SGR) seit vielen Jahren zentral.

Die SGR ist vor zwei Jahren in einen umfassenden Strategieprozess eingetreten, dessen Umsetzung auch 2024 weiter vorangetrieben wurde. Der drohende Fachärztemangel und die wachsenden Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten machen einen Strukturwandel und eine interdisziplinäre Zusammenarbeit unabdingbar. Die enge Zusammenarbeit der SGR mit der Rheumaliga Schweiz ist dabei ein wichtiger Baustein und soll stetig weiter vertieft werden.

In der integrierten Versorgung ist Interprofessionalität ein Kernelement des Chronic-Care-Managements. Denn mit einer intensiven Zusammenarbeit kann eine Optimierung der gemeinsamen Versorgung von Menschen mit rheumatischen Erkrankungen erreicht und durch Synergien können Ressourcen zweckmässiger und wirtschaftlicher eingesetzt werden.

2024 hatten die im Strategieprozess von 2022 definierten gemeinsamen Ziele der SGR und der Rheumaliga Schweiz weiterhin Gültigkeit:

- Der Ärzteschaft die Angebote und Dienstleistungen der Rheumaliga Schweiz vermitteln und die Wahrnehmung der Rheumaliga Schweiz stärken.
- Die Zusammenarbeit von SGR und der Rheumaliga Schweiz festigen und sichtbar machen, sodass sie zu einer Selbstverständlichkeit wird.
- In Zusammenarbeit die Patientinnen- und Patientensicherheit und Versorgungsqualität erhöhen.

hpr

Alle nicht ärztlichen Gesundheitsfachpersonen in der Rheumatologie sind im Verein der Health Professionals in Rheumatology Switzerland (hpr) vertreten. Gemäss dem 3-Säulen-Prinzip der EULAR (siehe Seite 34) stehen hpr, die SGR und die Rheumaliga Schweiz in einem engen Austausch. Alle Beteiligten sind sich darüber einig, dass die optimale Versorgung von Rheumabetroffenen nur gelingt, wenn die drei Säulen ineinandergreifen. So stellt die Rheumaliga Schweiz auch ein Mitglied des hpr-Vorstands. Zudem findet im Rahmen des jährlichen nationalen Rheumatologie-Kongresses ein Symposium für Health Professionals mit gemeinsamen Sessions der Rheumatologinnen und Rheumatologen statt, in die sich auch die Rheumaliga Schweiz einbringen kann.

Geliko

Die Rheumaliga Schweiz ist seit vielen Jahren aktives Mitglied der Geliko – der Schweizerischen Gesundheitsligen-Konferenz. Die Geliko vertritt die Interessen von Menschen mit chronischen Krankheiten in der Gesundheits- und Sozialpolitik und kämpft gegen negative gesundheitliche, finanzielle und soziale Folgen von chronischen Krankheiten. Zur Erreichung ihrer Ziele arbeitet die Geliko gemeinsam mit der Rheumaliga Schweiz und den weiteren Mitgliedern an der politischen Meinungsbildung, der Entwicklung strategischer Grundlagen und deren Umsetzung, dem themenbezogenen Austausch sowie der Verbesserung von Versorgungs- und Unterstützungsangeboten.

Das Projekt REAS PGV (Regionale Anlaufstellen Prävention in der Gesundheitsversorgung) bietet niedrigschwellige regionale Anlaufstellen für Menschen mit komplexen gesundheitlichen und sozialen Herausforderungen. Von 2020 bis 2024 wurde das Projekt von der Geliko und ihren Mitgliedern – darunter die Rheumaliga Schweiz – getragen und durch Gesundheitsförderung Schweiz finanziert. Nun befindet sich REAS in einer vierjährigen Übergangsphase, in der es um die Etablierung des Projekts geht. Dazu wurde ein Trägerverein gegründet und die Zusammenarbeit auf kantonaler Ebene wird verstärkt.

EULAR

Die Rheumaliga Schweiz schätzt den internationalen Austausch. Sie ist daher Mitglied der EULAR (European Alliance of Associations for Rheumatology) und bringt sich an den regelmässig stattfindenden europäischen EULAR-Kongressen aktiv mit Vorträgen und Poster-Präsentationen ein.

2024 fand der Kongress in Wien statt. Die Rheumaliga Schweiz war mit einem Vortrag im Bereich der Patientenorganisationen zum Thema «Explanatory videos for people who suffer from rheumatism and their relative» vor Ort. Der Vortrag befasste sich mit der Videoserie der Rheumaliga Schweiz zum Thema «Schmerzen verstehen». Zudem nahm die Rheumaliga Schweiz am EULAR-Kongress auch am aktiven Austausch mit anderen Patientenorganisationen aus der ganzen Welt teil.



Jahresrechnung 2024

Kommentar zur Jahresrechnung 2024

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Die Rechnung 2024 schliesst mit einem Verlust von CHF -450'555 ab. Gegenüber dem Budget 2024 (Verlust von CHF -511'000) bedeutet dies eine Besserstellung von CHF 60'445 und damit wurden die Erwartungen übertroffen. Der Zentralvorstand ist sich bewusst, dass die Geldmittel sehr unterschiedlich fliessen und setzt sie auch zielbewusst in nachhaltige Projekte zugunsten der Rheumapatientinnen und -patienten ein.

Die Budgetvorgaben beziehungsweise die einzelnen Aufwandpositionen sind insgesamt sehr gut eingehalten worden. Dies zeugt von einer guten Kostenkontrolle und ist in der heutigen Zeit sehr wichtig. Weitere Details zum Jahresabschluss 2024 sowie Erläuterungen finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.

2024 war für die Rheumaliga Schweiz im wahrsten Sinne des Wortes ein sehr bewegtes und intensives Jahr. Einerseits stehen in den kommenden Jahren massive Investitionen in das Digitalisierungsprojekt an und andererseits müssen kreative Wege gefunden werden, um die Finanzlücken einigermassen schliessen zu können. Investitionen sind kostspielig, jedoch wichtig und nötig, um den künftigen Herausforderungen gerecht zu werden. Die verantwortlichen Personen arbeiten mit Zuversicht und grossem Engagement an den Projekten. Nebst der Rheumaliga Schweiz sind auch

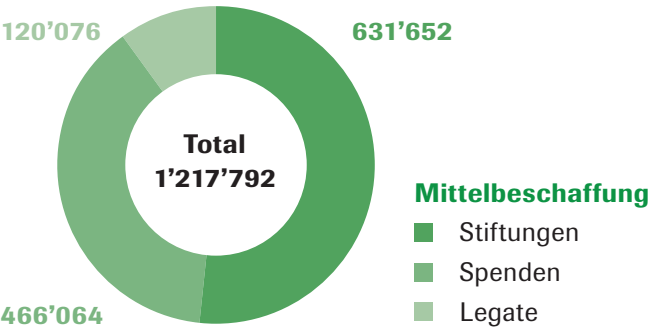
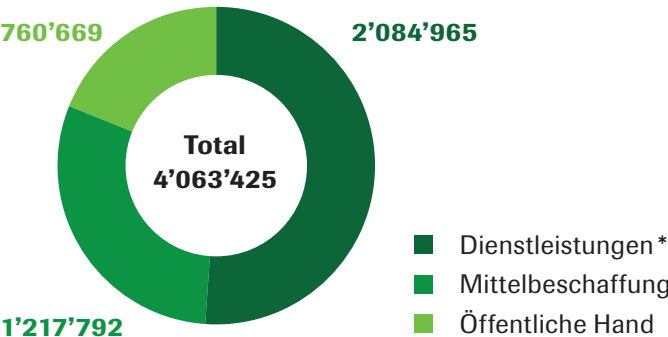
die kantonalen resp. regionalen Rheumaligen sowie die Partnerorganisationen stark gefordert.

An dieser Stelle bedanke ich mich für die verschiedenen Spenden und zugesprochenen Legate im Namen der Rheumaliga Schweiz. Dank Ihrer Spenden können wir Projekte verwirklichen und uns für Menschen mit Rheumaerkrankungen in der ganzen Schweiz einsetzen. Danke, dass Sie uns auch weiterhin unterstützen und sich für unsere Arbeit interessieren.

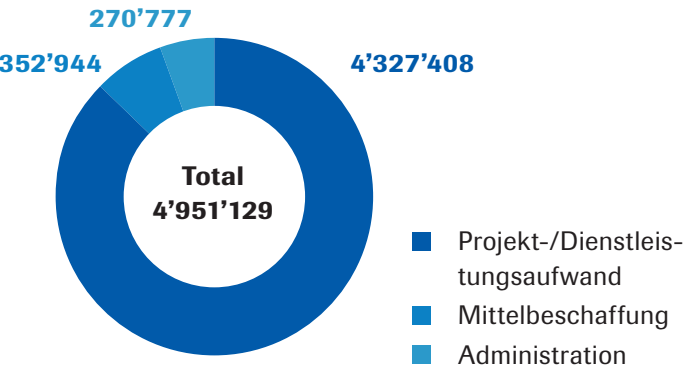
Kurth Birri
Quästor Rheumaliga Schweiz



Einnahmen 2024



Ausgaben 2024



*Sponsoringerträge im Umfang von CHF 437'977 sind bei den Dienstleistungen integriert.

Betriebsrechnung 2024

	2024 CHF	2023 CHF
Erhaltene zweckfreie Spenden	180'050	156'794
Ertrag Rheumaspende	414'980	407'964
Spendenanteile MO*	-128'966	-140'275
Erbschaften und Legate	120'076	240'513
Projektbeiträge Dritter	631'652	708'000
Total erhaltene Zuwendungen	1'217'792	1'372'996
Beiträge der öffentlichen Hand	3'289'046	3'656'787
Beitragsanteile MO	-2'528'377	-2'676'479
Total Beiträge der öffentlichen Hand	760'669	980'308
Ertrag aus Lieferungen und Leistungen	1'221'972	1'397'124
Ertrag Sponsoring	437'977	476'200
Total Erlöse aus Lieferungen und Leistungen	1'659'950	1'873'324
Ertrag Sekretariatsführung	389'145	446'879
Ertrag Verkäufe Hallwag-Kalender	32'265	20'663
Übrige Erträge	3'605	1'701
Total übrige Erträge	425'015	469'243
Total Betriebsertrag	4'063'425	4'695'872

	2024 CHF	2023 CHF
Sachaufwand		
Projekte & Dienstleistungen	-2'270'046	-2'739'490
Personalaufwand		
Projekte & Dienstleistungen	-2'057'362	-1'980'962
Projekt- und Dienstleistungsaufwand	-4'327'408	-4'720'452
Sachaufwand Rheumaspende	-4'078	-2'183
Personalaufwand Rheumaspende	-30'778	-37'017
An MO verrechnete Aufwandsanteile		
Rheumaspende	-251'014	-235'227
Sachaufwand Fundraising	-7'009	-6'914
Personalaufwand Fundraising	-60'065	-58'639
Fundraisingaufwand	-352'944	-339'980
Sachaufwand Administration	-137'503	-155'964
Personalaufwand Administration	-95'174	-80'098
Abschreibungen administrativer Bereich	-38'100	-41'300
Administrativer Aufwand	-270'777	-277'362
Total Betriebsaufwand	-4'951'129	-5'337'794
Betriebsergebnis	-887'704	-641'923

* Mitgliederorganisationen

	2024 CHF	2023 CHF
Finanzertrag	462'989	186'893
Finanzaufwand	-23'212	-15'962
Finanzergebnis	439'777	170'931
Ergebnis vor Veränderung des Fondskapitals	-447'927	-470'992
Fondszuweisungen	-146'001	-381'546
Fondsverwendungen	143'374	373'030
Veränderung Fondskapital	-2'628	-8'516
Jahresergebnis vor Veränderung des Organisationskapitals	-450'555	-479'508
Zuweisung/Verwendung geb. Kapital	0	0
Total	0	0
Jahresergebnis (Entnahme (-)/ Zuweisung (+) an freies Kapital)	-450'555	-479'508

Download

Die vollständige und revidierte Jahresrechnung sowie der Revisionsbericht sind auf der Website rheumaliga.ch abrufbar und werden allen Interessierten auf Wunsch kostenlos zugestellt.

Sponsoren – Firmenspenden – Stiftungen

Sponsoren

- A. Menarini AG, Zürich
- AbbVie AG, Cham
- Accord Healthcare AG, Bottmingen
- Amgen Switzerland AG, Rotkreuz
- AstraZeneca AG, Baar
- Biogen Switzerland AG, Baar
- Boehringer Ingelheim (Schweiz) GmbH, Basel
- brack.ch, Mägenwil
- Deotsch Grether AG, Basel
- Eli Lilly (Suisse) SA, Vernier
- Gebro Pharma AG, Liestal
- Hüsler Nest AG, Grenchen
- IBSA Institut Biochimique SA, Pazzallo
- Janssen-Cilag AG, Zug
- MSD Merck Sharp & Dhome AG, Luzern
- Nordic Pharma GmbH, Zürich
- Novartis Pharma Schweiz AG, Rotkreuz
- Otsuka Pharmaceuticals (Switzerland) GmbH, Glattbrugg
- Pfizer AG, Zürich
- Roche Pharma (Schweiz) AG, Basel
- Sandoz Pharmaceuticals AG, Rotkreuz
- Sanofi-Aventis (Schweiz) AG, Vernier
- Senevita Gruppe, Muri b. Bern
- SmartLife Care AG, Brüttisellen

- Streuli Pharma AG, Uznach
- UCB-Pharma AG, Bulle
- Verfora SA, Villars-sur-Glâne
- Viatris Pharma GmbH, Steinhausen
- Vita Health Care AG, Bödingen

Firmenspenden

- active 365 by CSS Versicherungen, Luzern
- Boehringer Ingelheim (Schweiz) GmbH, Basel
- Viatris Pharma GmbH, Steinhausen

Stiftungen

- Age Stiftung, Zürich
- Benecare Foundation, Vaduz
- Carl und Elise Elsener-Gut Stiftung, Schwyz
- Carl und Mathilde Thiel Stiftung, Küsnacht
- David Bruderer Stiftung, Uitikon Waldegg
- Dr. Kurt L. Meyer Stiftung, Zug
- Dr. med. Arthur und Estella Hirzel-Callegari Stiftung, Zürich
- Dr. Stephan à Porta Stiftung, Zürich
- Ernst & Theodor Bodmer Stiftung, Zürich
- Ernst Göhner Stiftung, Zug
- Fondation Claude et Giuliana, Vaduz
- Fondation Ernest Matthey, La Conversion
- Fondation Jean et Linette Warnery, Morges
- Gesundheitsförderung Kanton Zürich, Zürich
- Gesundheitsförderung Schweiz, Lausanne
- Hans Marti Stiftung, Basel
- Hatt-Bucher Stiftung, Zürich
- Irène und Max Gsell Stiftung, Bern
- Lazarus Stiftung, Winterthur
- Linsi Foundation, Stäfa
- MBF Foundation, Triesen
- Mikiba Stiftung, Triesen
- Paul und Ida Rohner-Schweizer Stiftung, Grub AR

- Prof. Otto Beisheim Stiftung, Baar
- St. Anna Stiftung, Luzern
- Stiftung NAK-Humanitas, Zürich

Die Rheumaliga Schweiz dankt all ihren Spendern und ihren Legategeberinnen und -geber sehr herzlich für ihre grosszügige Unterstützung. Aus Datenschutzgründen verzichten wir auf eine namentliche Nennung im Jahresbericht. Unser Dank gilt auch allen Sponsoren, Stiftungen und Firmen, die im Jahresbericht nicht genannt werden wollen.

Nationale Geschäftsstelle

Geschäftsleitung

- Valérie Krafft (Geschäftsleiterin, bis Februar 2024)
- Annette Stolz (Geschäftsleiterin, ab April 2024)

Mitarbeitende

- Elisabeth Albertini (Partnerschaften & Projekte, seit September 2024)
- Paulina Appel (Administration Hilfsmittel & Kurse, bis August 2024)
- Marina Azarhoush (IT-Projektleiterin, seit Juni 2024)
- Sabina Baggenstos (Digital & Multimedia Managerin, seit Oktober 2024)
- Zoé Burkhard (Wissenschaftliche Mitarbeiterin, seit November 2024)
- Olivia Beckmann (Sponsoring & Projekte Fundraising, bis Februar 2024)
- Katrin Bleil (Leiterin HR & Administration und Assistentin der Geschäftsleitung)
- Bea Bürgi (Administration Hilfsmittel)
- Andrea Burger (Kurse Romandie & Fachberatung)
- Irina Christener (Administration & IT-Support, bis April 2024)
- Simone Fankhauser (Redaktion forumR, bis Dezember 2024)
- Claudia Frank (Administration Sturzprävention, bis Februar 2024)
- Patrick Frei (Webpublisher & Texter)

- Marina Frick (Kurse Update Rheumatologie)
- Natalie Georgiadis (Fachberatung)
- Lorella Giacca (Verantwortliche BSV & Datenschutz)
- Rocio Guzman (Administration Hilfsmittel und Sturzprävention)
- Christina Huber (IT-Support & Administration, seit Mai 2024)
- Julia Kind (Leiterin Kommunikation & Marketing)
- Nicole Lauener (Stiftungsfundraising & Projekte, bis August 2024)
- Fabienne Moser (Projektleiterin Webshop)
- Daria Rimann (Public Relations & Veranstaltungen)
- Martina Rothenbühler (Teamleiterin Sturzprävention, bis April 2024)
- Franziska Schneider (Sponsoring & Projekte Fundraising, bis Dezember 2024)
- Tina Spichtig (Public Relations & Medien und Fundraising)
- Marianne Stäger (Publikationen, bis April 2024)
- Isabelle Steeb (Wissenschaftliche Mitarbeiterin, bis Juli 2024)
- Péter Tamás (Administration)
- Daniela Vigano (Fachberatung, seit April 2024)
- Rita Waldmeier (Administration)
- Judith Wendler (Buchhaltung, seit Mai 2024)
- Stefanie Wipf (Co-Leiterin Dienstleistungen)
- Barbara Zindel (Co-Leiterin Dienstleistungen)

Sekretariat SGR / Geliko

- Anna Hohenegger (Geschäftsleiterin SGR)
- Manuela Erb (Assistentin SGR)
- Erich Tschirky (Geschäftsführer Geliko)
- Franziska Casagrande (Assistentin Geliko)

Stellenprozente

Per Ende 2024 waren insgesamt 26 Mitarbeitende (Vorjahr: 27) mit einem Total von 1830 Stellenprozenten (Vorjahr: 1980) angestellt, sowie 12 Stellenprozente (Vorjahr: 14), welche von externen Teilzeitbeschäftigten geleistet wurden. Dazu kommen 200 Stellenprozente (Vorjahr: 200) für die Schweizerische Gesellschaft für Rheumatologie und die GELIKO.

Ehrenmitglieder

- Dr. med. André Aeschlimann, Binningen
- Dr. med. Hans-Ulrich Auer, Aarau
- Gisela Dalvit, Oberrieden
- Dr. med. Margrit Eggenberger, Molinazzo
- Prof. Dr. Liana Euller-Ziegler, Nice
- Urs Gamper, Vilters
- Dr. med. Thomas Langenegger, Zug
- Dr. oec. Josef Räber, St. Gallen
- Dr. med. Hans A. Schwarz, Rubigen
- Prof. Dr. med. Thomas Vischer, Carouge

Vorstand der Rheumaliga Schweiz

Präsident

- Franz Stämpfli, Fürsprecher und Notar, Bern (Präsident, Mitglied im Ausschuss, im Amt seit 2007)

Quästor

- Kurth Birri, Vilters, Quästor Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein (Quästor, Mitglied im Ausschuss, im Amt seit 2007)

Weitere Mitglieder des Zentralvorstands

- Prof. Dr. med. Daniel Aeberli, Rheumatologe, Leitender Arzt Rheumatologie Spital Emmental (im Amt seit Mai 2023)
- René Bräm, lic. iur., Geschäftsleiter Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew, Zürich (im Amt seit 1998)
- Gabriella Chiesa Tanner, dipl. Apothekerin, Zürich (Mitglied im Ausschuss, im Amt seit November 2020)
- Roger Hilfiker, PhD, Physiotherapeut, Physiotherapie Tschopp & Hilfiker, Glis (im Amt seit Mai 2019)
- Andrea Möhr, Betriebsökonomin FH, Mitglied im Betroffenenrat der Rheumaliga Schweiz, Kerzers (im Amt seit November 2020)

Gemäss Statuten müssen die Vorstandsmitglieder jeweils vier Jahre nach Amtsantritt von der Delegiertenversammlung der Rheumaliga Schweiz in ihrem Amt bestätigt werden.

Mitgliederorganisationen

Kantonale/regionale Rheumaligen (RL/LR)

- RL beider Basel, 061 269 99 50, info.bsbl@rheumaliga.ch*
- RL Bern und Oberwallis, 031 311 00 06, info.be@rheumaliga.ch*
- LR fribourgeoise, 026 322 90 00, info.fr@rheumaliga.ch
- LR genevoise, 022 718 35 55, laligue@laligue.ch*
- RL Glarus, 078 240 88 48, rheumaliga.gl@bluewin.ch
- LR jurassienne, 032 466 63 61, info.ju@rheumaliga.ch
- RL Luzern und Unterwalden, 041 220 27 95, rheuma.luuw@bluewin.ch*
- LR neuchâteloise, 032 913 22 77, info.ne@rheumaliga.ch
- RL Schaffhausen, 052 643 44 47, info.sh@rheumaliga.ch*
- RL Solothurn, 032 623 51 71, rheumaliga.so@bluewin.ch
- RL St. Gallen, Graubünden, beider Appenzell (AI/AR) und Fürstentum Liechtenstein, 081 302 47 80, info.sgfl@rheumaliga.ch*
- RL Thurgau, 071 688 53 67, info.tg@rheumaliga.ch*
- Lega ticinese contro il reumatismo, 091 825 46 13, info.ti@rheumaliga.ch

- RL Uri und Schwyz, 041 870 40 10, info@ursz.rheumaliga.ch
- LR valaisanne, 027 322 59 14, info@lrvalais.ch
- LR vaudoise, 021 623 37 07, info@lvr.ch*
- RL Zürich, Zug, Aargau, 044 405 45 50, info.zh@rheumaliga-zza.ch*

Nationale Patientenorganisationen und Selbsthilfegruppen

- lupus suisse, 044 487 40 67, www.lupus-suisse.ch
- Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung, 077 409 92 28, www.suisse-fibromyalgie.ch*
- Schweizerische Polyarthritiker Vereinigung, 044 422 35 00, www.arthritis.ch*
- Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew, 044 272 78 66, www.bechterew.ch*
- Schweizerische Vereinigung Osteogenesis Imperfecta, 043 300 97 60, www.glasknochen.ch
- Schweizerische Vereinigung der Sklerodermie-Betroffenen, 077 502 18 68, www.sclerodermie.ch
- Junge Menschen mit Rheuma, 044 487 40 00, www.jungemitrheuma.ch

* Diese Mitgliederorganisationen sind Zewo-zertifiziert.



Beraten, bewegen, begleiten:

**Wir stärken Betroffene in ihrem
Alltag mit Rheuma.**



**Jetzt mit TWINT
spenden!**



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



Rheumaliga Schweiz
Josefstrasse 92
8005 Zürich

Telefon 044 487 40 00
info@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch

Postkonto 80-2042-1
Bank UBS Zürich
IBAN CH83 0023 0230 5909 6001 F