



Rheumaliga Zürich

# Jahresbericht 2014



## **BLEIBEN SIE GEISTIG FIT**

Trainieren Sie Ihr Gedächtnis in  
einer lockeren und entspannten  
Atmosphäre

Kurse in Zürich und Winterthur

Telefon 044 405 45 55  
kurse.zh@rheumaliga.ch, [www.rheumaliga.ch/zh](http://www.rheumaliga.ch/zh)



Rheumaliga Zürich

## Inhaltsverzeichnis

▪ Bericht und Dank der Präsidentin	4
▪ Bericht der Geschäftsleiterin	7
▪ Öffentlichkeitsarbeit	10
▪ Bericht Beratung	11
▪ Statistik Beratung	14
▪ Bericht Kurse	15
▪ Statistik Kurse	18
▪ Bilanz	20
▪ Betriebsrechnung	22
▪ Mittelflussrechnung	25
▪ Rechnung über die Veränderung des Kapitals	26
▪ Grundlagen der Rechnungslegung	27
▪ Anmerkungen	29
▪ Bericht der Revisionsstelle	37
▪ Spenden	38
▪ Schweizerische Rheumaspende	41
▪ Unsere Kursleitenden	42
▪ Angebote, Dienstleistungen und Kontakte	44
▪ Mitgliedschaft	47
▪ Vorstand/Beirat	48
▪ Team Geschäftsstelle	50



## Bericht und Dank der Präsidentin

Die Rheumaliga Zürich kann auf die Unterstützung sämtlicher politischer Parteien zählen. Diese wichtige Zusage hörten wir an der 63. Generalversammlung; für uns bedeutet sie ein grosses Kompliment. Dass uns zahlreiche Spenderinnen und Spender seit Jahren unterstützen, freut uns ebenso.

**Bericht aus den Gremien** Am 19. März fand eine Vorstandssitzung statt. Das designierte Vorstandsmitglied Erika Ziltener nahm erstmals teil, während sich Felix U. Bretschger wegen einer beruflichen Verpflichtung entschuldigen musste. An der Frühlingssitzung des Vorstandes stehen jeweils die statutarischen Vereinsgeschäfte im Vordergrund, allen voran die Jahresrechnung und der Jahresbericht. Diese Unterlagen wurden zuhanden der Generalversammlung diskutiert und vorbereitet sowie die Traktanden für die Generalversammlung festgelegt.

Die **63. Generalversammlung** fand am 21. Mai im Zürcher Volkshaus statt. Zu unserer grossen Freude erhielten wir sowohl vom Kantons- wie auch vom Gemeinderat persönliche Grussworte.

Die Grussworte des Kantonsrates überbrachte Vizepräsidentin Theres Weber-Gachnang, SVP, Uetikon am See. Theres Weber-Gachnang ist diplomierte Pflegefachfrau und Geschäftsfrau. Sie gehört dem Kantonsrat seit 1999 an. Die Arbeit der Rheumaliga Zürich und das beeindruckende Angebot an Dienstleistungen sowie deren hoher Nutzen kenne sie aus ihrer über 30-jährigen Tätigkeit als Pflegefachfrau. Als Politikerin schätze sie, dass die Politik gemäss Leitbild aktiv mit einbezogen werde, beispielsweise durch die Teilnahme an Vernehmlassungen. Sie verwies auf das gute Netzwerk der Rheumaliga Zürich und lobte das ehrenamtliche Engagement, das seitens Vorstand und Beirat geleistet wird.

Theres Weber-Gachnang erklärte weiter, dass sie die Rheumaliga Zürich mit „Lebensqualität durch Bewegung“ assoziiere. Nach einem Unfall habe sie am eigenen Leib erfahren, wie zentral Bewegung sei, und

welche Fachkompetenz die Rheumaliga Zürich diesbezüglich habe. Sie drückte ihre Anerkennung für unsere Arbeit aus und bedankte sich auch bei allen Spenderinnen und Spendern, die dieses Engagement ermöglichen helfen.



Theres Weber-Gachnang  
Vizepräsidentin Kantonsrat

Dorothea Frei  
Präsidentin des  
Gemeinderates Stadt Zürich

Die Grussworte des Gemeinderates der Stadt Zürich übermittelte dessen Präsidentin, Dorothea Frei, SP, Wahlkreis 12. Sie habe von Bruno Walliser, der an der letzten Generalversammlung die Grussworte überbrachte, nur Gutes über die Rheumaliga Zürich gehört. Dorothea Frei betonte, dass es selten sei, dass eine Nonprofit-Organisation mit einer so grossen Selbstverständlichkeit auf die Unterstützung sämtlicher politischer Parteien zählen könne. Diese ideelle und finanzielle Unterstützung ist sehr wichtig für unsere Arbeit. Auch Dorothea Frei kennt die Angebote der Rheumaliga Zürich nicht nur als Politikerin, sondern ebenfalls als Pflegefachfrau. Sie bedankte sich einerseits für die informative Homepage und andererseits für die zahlreichen Flyer, die sehr bedürfnisgerecht formuliert seien. Dorothea Frei ist auch als Berufsschullehrerin für Pflege

tätig und lehrt in dieser Funktion das Krankheitsbild der rheumatischen Erkrankungen. Das Engagement der Rheumaliga Zürich sei auch für Fachleute des Gesundheits- und Sozialwesens sehr wichtig, erwähnte sie abschliessend.

**Ordentliche statutarische Geschäfte** Die ordentlichen statutarischen Geschäfte waren unumstritten. Sowohl die Jahresrechnung wie auch der Jahresbericht und die unveränderte Höhe der Mitgliederbeiträge wurden rasch genehmigt. Auch die Entlastung des Vorstandes und die Wahl der Revisionsstelle gingen zügig über die Bühne. In den letzten Jahren hat es sich eingebürgert, den Jahresbericht mit einigen Fotos aufzulockern. Dank dieser Tradition erhielten die Anwesenden auch an der 63. Generalversammlung wieder einen unmittelbaren Eindruck von den Aktivitäten der Rheumaliga Zürich.

**Erweiterung des Vorstandes: Wahl von zwei neuen Mitgliedern** Unter Mitwirkung des Beirats hat sich der Vorstand eingehend überlegt, welche Professionen im Gremium wichtig sind und deshalb vertreten sein sollten. Die Evaluation ergab, dass nach einer Politikerin oder einem Politiker, genauer gesagt nach einem Mitglied des Kantonsrates gesucht werden sollte. Die Person sollte über fundierte Erfahrung in der Gesundheitspolitik verfügen. Weiter sollte auch eine Juristin oder ein Jurist den Vorstand verstärken.



*Erika Ziltener  
lic. phil. I, dipl. Pflegefachfrau*

*Felix U. Bretschger  
lic. iur. et lic. rer. soc.  
Rechtsanwalt und  
Mediator FH/SAV*

Unsere diesbezügliche Anfrage im Kantonsrat war von Erfolg gekrönt: Erika Ziltener erklärte sich bereit, im Beirat und auf Anfrage im Vorstand mitzuwirken. Erika

Ziltener ist lic. phil. I und diplomierte Pflegefachfrau. Sie leitet die Patientenstelle Zürich und ist Präsidentin des Dachverbandes Schweizerischer Patientenstellen. Seit November 1998 ist sie Mitglied der SP-Fraktion des Kantonsrates.

Mit Felix U. Bretschger stellte sich ein sehr versierter und erfahrener Jurist zur Wahl. Er ist Rechtsanwalt, Sozialwissenschaftler und ausgebildeter Mediator. Felix U. Bretschger, lic. iur. et lic. rer. soc., Rechtsanwalt und Mediator FH/SAV, kann auf langjährige Berufserfahrung zurückblicken. Er war unter anderem Rechtsdozent an der heutigen ZHAW (Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften) und hat sich in mehreren Funktionen ehrenamtlich engagiert.

An der Generalversammlung wurde ein Dossier mit den Fotos der beiden Kandidierenden sowie der Vorstandsmitglieder und der Beirätinnen und Beiräten aufgelegt. Die Präsidentin ermunterte die Anwesenden, Fragen zu stellen. Das Wort wurde jedoch nicht ergriffen. Erika Ziltener und Felix U. Bretschger wurden beide einstimmig und ohne Enthaltungen gewählt. Die neuen Vorstandsmitglieder wurden mit herzlichem Applaus und kleinen Geschenken begrüsst. Beide bedankten sich für die Wahl und teilten mit, dass sie sich sehr auf ihre Tätigkeit freuen.

**Nach der Pflicht die Kür** Nach einer kurzen Pause leitete Lilo Furrer, Geschäftsleiterin, zum geselligen Teil über. Vorgestellt wurde das neue Angebot «Easy Dance». Hierbei handelt es sich um ein vorbeugendes Ganzkörpertraining zu lateinamerikanischer Musik. Die Kursleiterin, Dodo Usteri, ist ausgebildete Tanzlehrerin und leitet den Kurs seit Frühling 2013 mit viel Herzblut und Engagement. Zusammen mit Kursteilnehmenden bot sie den Anwesenden eine beschwingte Show. Lilo Furrer bedankte sich bei ihr und ihrem Ensemble herzlich für den Auftritt und überreichte allen unter grossem Applaus kleine Präsente. Sie hoffe, dass mit dieser kleinen Show-Einlage allen Anwesenden die Freude an der Bewegung, aus der auch das Team der Rheumaliga Zürich immer wieder Motivation schöpfe, habe vermittelt werden können.

**Schwerpunktthema «Schmerzende Füsse»** Das gesamtschweizerische Schwerpunktthema im Berichtsjahr war «Schmerzende Füsse». Dazu referierte Dr. med.

Christoph Riniker. Er ist Facharzt FMH für Orthopädische Chirurgie und Traumatologie des Bewegungsapparates, spez. Endoprothetik und h-care Partnerarzt mit eigener Praxis in Zürich. Nach seinem Referat beantwortete er die zahlreichen Fragen aus dem Publikum.

**Bewegungstag** An der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) fand am 21. Juni ein sogenannter Bewegungstag statt. Zusammen mit der Schweizerischen Polyarthritiker-Vereinigung waren wir mit Broschüren und Flyern präsent.

**Eigener Tischtennisclub** Im Frühling reichte die Geschäftsleiterin eine ungewöhnliche Anfrage beim Vorstand ein. Die Rheumaliga Zürich könnte im Rahmen des Firmensports einen seit Jahren bestehenden Tischtennisclub übernehmen. Der Vorstand sagte Ja, und seit dem 18. Juni gibt es nun neu einen Tischtennisclub Rheumaliga Zürich. Ein Logo wurde kreiert, so dass die Mitglieder in Vereins-T-Shirts trainieren und an Wettkämpfen teilnehmen können. Geplant sind auch gemeinsame Veranstaltungen wie beispielsweise Schnuppertrainings oder andere Aktivitäten. Der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt. Anlässlich eines Apéros am 15. Oktober in der Geschäftsstelle lernten die Mitglieder des Tischtennisclubs Rheumaliga Zürich unsere Dienstleistungen kennen. Einige Teammitglieder sind dem Tischtennisclub bereits beigetreten und trainieren mit grosser Freude.

**Etwas weitergeben** Die Rheumaliga Zürich ist seit einigen Jahren Mitglied im Verein MyHappyEnd. Der Verein ist ein Zusammenschluss von rund 20 Nonprofit-Organisationen in der Schweiz, der die Menschen dafür sensibilisieren will, einen Teil ihres Nachlassvermögens an gemeinnützige Organisationen zu spenden. Die Rheumaliga Zürich beteiligte sich im Berichtsjahr wieder an den Sensibilisierungskampagnen. Das neue Vorstandsmitglied, Felix U. Bretschger, sowie unsere Geschäftsleiterin, Lilo Furrer, nahmen am 19. Juni an einem Sessionsanlass teil, wo Prof. Dr. Felix Gmür und Ständerat Prof. Dr. Felix Gutzwiller spannende Referate hielten.

**Gut besuchter Schwerpunkttag** Die jährliche, gesamtschweizerische Aktionswoche Rheuma zum Schwerpunktthema «Schmerzende Füsse» stiess auf grosse Resonanz. Am Zürcher Schwerpunkttag, der am

11. September stattfand, waren alle verfügbaren Plätze besetzt. Das Schweizer Fernsehen SF filmte am Anlass.

**Rücktritt als Präsidentin** Am 29. Oktober traf sich der Vorstand mit seinen zwei neuen Mitgliedern erstmals offiziell zur konstituierenden Sitzung. An der Herbstsitzung wird traditionellerweise ein Ausblick auf das kommende Geschäftsjahr gemacht. An dieser Sitzung wurden unter anderem die Schwerpunkte 2015 verabschiedet. Ich habe nach zehnjährigem Engagement als Präsidentin der Rheumaliga Zürich meinen Rücktritt bekannt gegeben. Für einen fließenden Übergang ist gesorgt: Die jetzige Vizepräsidentin wird für das Präsidium kandidieren, und ich werde noch mindestens ein weiteres Jahr im Vorstand mitwirken.

**Kochen bedeutet Lebensfreude** Unter der Trägerschaft der Rheumaliga Schweiz, in Kooperation mit dem biopharmazeutischen Unternehmen AbbVie, der Polyarthritiker-Vereinigung und dem Haus Hiltl fand am 13. November die Koch-Olympiade statt. Der Anlass wird jährlich durchgeführt, und die Rheumaliga Zürich war im Berichtsjahr mit von der Partie. Vorstandsmitglied Dr. med. Fritz Keller amtierte als Mitglied der fünfköpfigen Jury. Während der Koch-Olympiade berichteten die Teilnehmenden von den täglichen Herausforderungen im Umgang mit Rheumatoider Arthritis. Kochen bedeute aber auch Lebensfreude, betonte TV-Moderatorin und Wetterfee Linda Gwerder. Sie ist selbst von Rheuma betroffen und Botschafterin der Koch-Olympiade. Den goldenen Kochlöffel gewannen Ursula Brunner und Andreas Spielmann.

**Dank und Ausblick** Mein herzlicher Dank geht an alle Mitglieder, Gönnerinnen und Gönner sowie an die Personen, welche die Rheumaliga Zürich mit einer Spende bedacht haben. Ein besonderes Dankeschön gebührt den ehrenamtlich tätigen Mitgliedern des Vorstandes und des Beirates. Und nicht zuletzt schliesst mein Dank das kompetente Team der Rheumaliga Zürich mit ein, das wieder hervorragend und engagiert gearbeitet hat.



## Bericht der Geschäftsleiterin

«Zusammenkommen ist ein Beginn, zusammenbleiben ist ein Fortschritt, zusammenarbeiten ist ein Erfolg.» Dieses Zitat von Henry Ford passt hervorragend zur Arbeit der Rheumaliga Zürich: Der Zusammenhalt im Team ist gut und wurde 2014 weiter gefestigt. Der politische Druck ist gestiegen, so dass langfristig nur Erfolg haben kann, wer gut vernetzt ist.

**Zusammenarbeiten und Netzwerke pflegen** Eine engagierte und aktive Zusammenarbeit mit anderen Nonprofit-Organisationen und der öffentlichen Verwaltung ist ein zentraler Pfeiler für die erfolgreiche Arbeit der Rheumaliga Zürich. Wir sind Mitglied bei verschiedenen Zusammenschlüssen und beteiligen uns aktiv. Ein Beispiel dafür ist die **Zürcher Sozialkonferenz**. Der politische Druck auf die öffentliche Sozialhilfe ist im Berichtsjahr weiter gestiegen. Eine enge Zusammenarbeit der verschiedenen Institutionen ist deshalb wichtiger denn je.

Am 17. Februar waren die Mitarbeiterinnen der **Patientenstelle Zürich** bei der Rheumaliga Zürich zu Gast. Dieses Treffen bot nicht nur einen vertieften Einblick in deren Arbeit, sondern wurde auch genutzt, um Möglichkeiten für eine engere Zusammenarbeit zu besprechen. Unsere Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter nahmen auch im Berichtsjahr wieder an der Veranstaltung des Berufsverbandes AvenirSocial zum **Internationalen Tag der Sozialen Arbeit** teil, der am 18. März stattfand.

Am 2. Juni waren Interessierte anderer kantonaler und regionaler Rheumaligen in der Geschäftsstelle in Zürich zu Gast. Die Einladung dazu ging von der Geschäftsleiterin der Rheumaliga Schweiz sowie der Rheumaliga Zürich aus.

**Aufgefrischter Werbeauftritt** Die Rheumaliga Zürich wirbt seit einigen Jahren mit einer Holzfigur, die wir «Pinocchio» nennen. Diese Figur macht mit roten, entzündeten Gelenken auf unsere therapeutischen Angebote aufmerksam. «Pinocchio» war schon in ver-

schiedenen Zeitungen zu sehen, aber auch prominent beim Zürcher Verkehrsverbund.

Die Auswahl der Medien erfolgte zielgruppenspezifisch; das heisst, es wurde vorab genau abgeklärt, welche Leserschaft ein Interesse an unseren Dienstleistungen haben könnte.

Wir starten ins neue Semester

**WOHL-TUENDES WASSER**

Aquacura  
Aquajogging  
Aquawell

Besuchen Sie eine Probelektion

Telefon 044 405 45 55  
kurse.zh@rheumaliga.ch, www.rheumaliga.ch/zh

Rheumaliga Zürich

Ab Sommer 2014 unterzog sich «Pinocchio» einer Fitnesskur. Unter Mitwirkung unseres externen Werbeberaters überprüften wir die vor einigen Jahren definierten Werbemassnahmen gründlich. Vor allem auch die Texte wurden überarbeitet. Die bisherigen, gluschtig machenden Titel wie «Mit Wasser gegen Rheuma», «Gleichgewicht für den Alltag», «Wohltuendes Wasser» oder «Aktiv gegen Schmerzen» wurden erweitert. Anschliessend setzten sich die Teammitglieder im Rahmen einer halbtägigen Weiterbildung gemeinsam mit dem externen Werbefachmann mit unserer Marketing-Strategie und der praktischen Umsetzung auseinander und liessen ihre kreativen Ideen und wertvollen

Hinweise aus ihrer praktischen Tätigkeit einfließen. Nun gilt es noch neue Fotosujets zu produzieren. Danach ist die Fitnesskur für «Pinocchio» abgeschlossen.

### **Interne Weiterentwicklung und Wissenstransfer**

Der Aufbau unseres internen **Knowledge-Managements** kam im Jahr 2014 einen entscheidenden Schritt weiter. Das Ziel war, das Wissen der einzelnen Teammitglieder allen zugänglich zu machen. Da dem Team der Rheumaliga Zürich viele neue und junge Mitarbeitende angehören, wurde die jährliche **Budgetsitzung** kurzerhand zu einer internen Weiterbildungsveranstaltung umfunktioniert. Einerseits soll damit das Kostenbewusstsein aller Mitarbeitenden geschärft werden. Andererseits gehört es zu unserem Teamverständnis, dass sich alle, die möchten, einbringen und ihre Ideen umsetzen können. Dass wir den früher einen ganzen Tag dauernden Planungs- und Budgetprozess innert nur eines halben Tages bewältigten zeigt, dass Mitsprache nicht ineffizient sein muss.

### **Mit gutem Vorbild vorangehen**

Das Ziel, dass alle Mitarbeitenden die Empfehlungen, die wir unseren Ratsuchenden geben, auch selber umsetzen, erreichten wir im Berichtsjahr wieder problemlos. In Stelleninseraten schreiben wir, dass neben der beruflichen Qualifikation auch **Freude an der Bewegung** eine Voraussetzung ist, ins Team aufgenommen zu werden. Einige Teammitglieder nahmen 2014 gemeinsam an Sportanlässen wie dem Greifenseelauf oder dem Silvesterlauf teil. Andere bewegten sich lieber im privaten Rahmen. Aber alle bewegten sich regelmässig – getreu unserem Motto «bewusst bewegt».



Nach der ergonomischen Umgestaltung unserer Arbeitsplätze vor einigen Jahren, nahmen wir im Berichtsjahr die erste Etappe einer Büro-Renovation in Angriff. Dies bot eine ideale Gelegenheit, die Büros auszumisten und die Ablage zu modernisieren.

### **Regel personeller Austausch mit der ZHAW**

Ende Februar 2014 schloss unsere Praktikantin, Kalsang Dochenchog, ihre Tätigkeit bei uns ab. Am 15. September begann Simone Schnyder, auch sie im Erstberuf Pflegefachfrau HF und Studentin an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), ihr Praktikum bei uns. Simone Schnyder ist ausgezeichnet gestartet und wird nach Abschluss ihres Studiums in Sozialer Arbeit im Frühling 2015 die Nachfolge von Felix Bürge antreten. Felix Bürge, seit zwölf Jahren als Sozialarbeiter bei uns tätig, hat seine Pensionierung deshalb um ein halbes Jahr aufgeschoben, wofür wir ihm herzlich danken.

Wer als Praktikumsausbildnerin tätig sein will, braucht eine Zusatzqualifikation. Diese haben Jessica Wendland und ich als Geschäftsführerin absolviert. Die Zusammenarbeit mit der ZHAW ist für beide Seiten sehr befriedigend, und wir freuen uns über die wertvollen Ideen der jungen Kolleginnen.

Dass der Austausch mit der ZHAW auch in die «andere Richtung» funktioniert, zeigt unsere Ergotherapeutin, Verena Langlotz Kondzic. Sie ist nach viereinhalbjähriger Tätigkeit für die Rheumaliga Zürich einer Berufung an die ZHAW gefolgt. Nicole Dudler, BSc FH Ergotherapie, hat am 10. Juni ihre Nachfolge angetreten. Sie hat sich innert kurzer Zeit sehr gut in unserem Team eingelebt.

### **Sich austauschen und zusammensein**

Am 31. Oktober fand der jährliche Fortbildungs- und Informationstag für unsere Kursmitarbeitenden statt. Ich konnte das Marketing der Rheumaliga Zürich vorstellen und mit unseren kompetenten und engagierten Kursmitarbeitenden diskutieren. Die Rückmeldungen unserer sogenannten «externen Mitarbeitenden» sind sehr wertvoll. Die gute Stimmung an diesen Fortbildungs-



und Informationstagen ist immer eine wahre Freude und Bereicherung.

Am 5. Mai fand der erste Feierabend-Apéro statt. Dieses ungezwungene Beisammensein soll von nun an regelmässig stattfinden und den Austausch weiter fördern.

Der Nachmittag mit unseren **Pensionierten**, wo wir darüber berichteten, was uns zur Zeit bewegt und beschäftigt, fand am 12. November statt.



Der Anlass ist sowohl für die Ehemaligen wie auch für die Aktiven anregend, motivierend und bereichernd. Für uns ist es schön zu wissen, dass wir auf die Erfahrung und Unterstützung der Ehemaligen zählen dürfen. Leider ist unsere pensionierte Mitarbeiterin Rosmarie Wohlfender anfangs 2014 verstorben.



**Dank und Ausblick** Mein herzlicher Dank gebührt der Präsidentin und den Mitgliedern des Vorstandes für das grosse Vertrauen, das sie mir auch im Berichtsjahr wieder entgegenbrachten. Allen internen und externen Mitarbeitenden danke ich sehr herzlich für ihre engagierte, professionelle und wertvolle Arbeit. Für das Jahr 2015 haben wir wieder viele Ideen und Pläne. Ich freue mich deshalb sehr auf die weitere Zusammenarbeit!

## Öffentlichkeitsarbeit

■ Januar	Uster	Zürich Highlander, English Club: All about the back/Referat
■ März	Fällanden	Freie Evangelische Gemeinde Fällanden/Referat
	Winterthur	BECK – Berufliche Eingliederung von chronisch kranken Menschen/ Referat
	Winterthur	Neue Erkenntnisse der «Rheumadiät»/Themenveranstaltung
■ April	Zürich	Schritte hin zu einer wirksamen «Rheumadiät»/Themenveranstaltung
■ Mai	Zürich	Besichtigung der Berufsfeuerwehr Süd/Ausflug
	Zürich	Öffentliche Generalversammlung/Referat
■ Juni	Winterthur	Neue Hoffnung für Schmerzpatientinnen und -patienten durch Faszientherapie/Themenveranstaltung
	Zürich	Schmerzfrei und beweglich mit Fasziendehnung/Themenveranstaltung
	Zürich	Richtig liegen und gut schlafen/Themenveranstaltung
■ Juli	Toggenburg	Wanderung auf dem Klangweg im Toggenburg/Ausflug
	Zürich	So weit uns die Füsse tragen – Veränderungen des Fusses im Alter/ Themenveranstaltung
■ August	Zürich	Sommer Potpourri – Bewusst bewegt/Öffentliche Veranstaltung
■ September	Uster	Internationaler Greifenseelauf/Team-Teilnahme
	Zürich	Spiraldynamik – Für die anatomisch gesunde Bewegung/ Themenveranstaltung
	Zürich	Aktionswoche der Rheumaliga Schweiz «Füsse im Fokus»/ Informationsstand
	Zürich	Check Your Desk/Referat und Informationsstand
■ Oktober	Brunegg	Partnertreffen IG RLS (Interessengemeinschaft Richtig Liegen und Schlafen), Projekt SLEEP/Referat
	Winterthur	«Älter werden in Winterthur» bosnisch/kroatisch/serbisch/ Informationsstand
	Zürich	Führung in der ETH «focusTerra» mit Besuch des Erdbbensimulators/ Ausflug
■ November	Schaffhausen	Leben mit chronischen Schmerzen (Liegeberatung und Alltagshilfen)/ Workshop
	Winterthur	«Älter werden in Winterthur» türkisch/Informationsstand
■ Dezember	Winterthur	«Älter werden in Winterthur» italienisch/Informationsstand
	Zürich	Zürcher Silvesterlauf/Team-Teilnahme

## Bericht Beratung

Wie kann ich trotz chronischer Schmerzen zufrieden leben? Was passiert, wenn mir der Job zu viel wird? Welche Alternativen gibt es zum Medikament Cortison? Auf solche und viele weitere Fragen versuchte die Rheumaliga Zürich in ihren persönlichen und telefonischen Beratungen die richtige Antwort für die Betroffenen zu finden.

**Gefragtes Gesundheits-Telefon** Das Gesundheits-Telefon mit der Nummer 0840 408 408 dient als niederschwelliger Zugang zum umfassenden Angebot der Rheumaliga Zürich. Die Nummer wurde auch im Jahr 2014 wieder häufig gewählt. Als wichtige Vermittlerinnen und Vermittler traten Hausärztinnen, Hausärzte, Fachärztinnen oder andere beratende Institutionen auf. Zudem sind wir im Internet zu finden – oder auch ganz klassisch – im Telefonbuch.

**GESUNDHEITS-TELEFON**  
Normaltarif **0840 408 408**

**Für alle Fragen  
rund um die Gesundheit**

Wir beraten Sie kompetent und  
kostenlos!

Weitere Angebote rund um die  
Gesundheit auf [rheumaliga.ch](http://rheumaliga.ch)



 Rheumaliga Zürich [beratung.zh@rheumaliga.ch](mailto:beratung.zh@rheumaliga.ch)

Hier eine kleine Auswahl von Fragen, die zeigt, wie individuell die Situation der Hilfesuchenden war: Woher können diese Schmerzen kommen? Kennen Sie eine Alternative zum Medikament Cortison? Was ist die geeignete Bewegungsform bei Arthrose? Wie sieht eine optimale Ernährung bei rheumatischen Beschwerden aus?

Die erfahrenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Beratung der Rheumaliga Zürich nahmen sich Zeit, um die Situation der ratsuchenden Person genau zu analysieren. Sie fragten nach, um Unklarheiten zu beseitigen. Danach erarbeiteten sie eine massgeschneiderte Lösung. Die konkrete Unterstützung und

Begleitung kann darin bestehen, die Betroffenen mit Informationen zu versorgen, mit anderen Fachstellen zu vernetzen oder den Kontakt zu Arbeitgebenden, involvierten Versicherungen oder den zuständigen Sozialversicherungen zu suchen. Weiter gilt es, die Situation in der Familie, im sozialen Umfeld oder die Wohnsituation vertieft und offen zu thematisieren, bis hin zur grundsätzlichen Lebenseinstellung oder allfälligen finanziellen Engpässen. So einmalig die Situation der einzelnen Personen war, so individuell fiel die Intensität der Beratungen aus. Nebst vielen Kurzberatungen führte die Rheumaliga Zürich 2014 zahlreiche Langzeitberatungen durch. Beiden gemeinsam war, dass die Klientinnen und Klienten die kompetente und unkomplizierte Arbeitsweise des empathischen Beratungsteams schätzten.

**Gut informiert dank den Themenveranstaltungen**  
Im Berichtsjahr fanden sieben Themenveranstaltungen in Zürich und Winterthur statt. Die fundierten Referate stiessen auf grosses Interesse, und die anschließenden Fragerunden wurden rege genutzt. Ebenso wichtig bei diesen Veranstaltungen ist der persönliche Austausch zwischen den Anwesenden.



Diverse Ärztinnen und Ärzte, Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten, eine Ernährungsberaterin sowie unsere Ergotherapeutin referierten zu folgenden Themen: «Schritte hin zu einer wirksamen Rheuma-Diät», «Schmerzfrei und beweglich mit Faszien-Dehnung», «Richtig liegen und gut schlafen», «So weit uns die Füsse tragen – Veränderungen des Fusses im Alter», «Spiraldynamik – Für die anatomisch gesunde Bewegung» und «Neue Hoffnung für Schmerzpatientinnen und Schmerzpatienten durch Faszientherapie». Das gesamtschweizerische Schwerpunktthema 2014 war «Füsse im Fokus – Schmerzen behandeln und vermeiden». Hierzu wurden an verschiedenen Standorten in der ganzen Schweiz öffentliche Gesundheitstage mit Referaten durchgeführt.

**Erinnerungen und persönliche Geschichten im Erzählcafé** Auch im Jahr 2014 erfreute sich das Erzählcafé grosser Beliebtheit. An den elf Anlässen in Zürich und Winterthur nahmen durchschnittlich fünfzehn Personen teil. Im Zentrum stand die mündliche Erzähltradition. Die Besucherinnen und Besucher wurden eingeladen, erlebte Anekdoten und persönliche Erinnerungen mit anderen zu teilen. Das Thema wurde jedes Mal vorgegeben. Das Spektrum reichte von Berufen über Sprachen bis hin zu den unterschiedlichen Jahreszeiten. Aber auch Stichworte wie Evergreen, Souvenir oder animalische Untermieter gaben das Thema vor. Das Angebot wurde sehr geschätzt, da es für viele Teilnehmende eine willkommene Abwechslung zu ihrem mit gesundheitlichen und persönlichen Problemen belasteten Alltag bedeutete. Zudem wurden im Erzählcafé soziale Kontakte geknüpft und gepflegt.



**Hilfreiche ärztliche Beratung** Die ärztliche Beratung wurde genutzt, wenn beispielsweise Unsicherheiten in Bezug auf die Medikation oder Therapiemöglichkeiten bestanden haben oder eine Zweitmeinung gewünscht wurde. Diese Dienstleistung stellt eine optimale Ergänzung zu den anderen Angeboten der Rheumaliga Zürich dar. Persönliche Beratungen durch den Rheumatologen Dr. med. Josef Schönbächler fanden an elf Terminen statt und wurden von 45 Personen in Anspruch genommen. Die beiden Rheumatologinnen, Dr. med. Lilo E. Muff und Dr. med. Marisa Crippa Keller standen für telefonische Beratungen zur Verfügung. Von diesem Angebot machten über 50 Personen Gebrauch.

**Erleichterung im Alltag dank ergotherapeutischer Beratung** Praktische Alltagshilfen und deren korrekte Handhabung waren die Hauptthemen in den ergotherapeutischen Beratungen. Die Ergotherapeutin der Rheumaliga Zürich machte auch diverse Hausbesuche, um Betroffenen den richtigen und gelenkschonenden Einsatz neuer Alltagshilfen zu zeigen und zu trainieren. Weitere Dienstleistungen waren Haushaltsabklärungen und Küchenoptimierungen. Sowohl von Arbeitgebenden wie auch von Betroffenen speziell geschätzt wurden unsere Arbeitsplatzabklärungen.



**Schlafen Sie gut** Die Liegeberatung mit der Bezeichnung SLEEP – Schlafen und liegen in entspannter und ergonomischer Position, die unsere Ergotherapeutin durchführte, erfreuten sich im Berichtsjahr einer steigenden Nachfrage. Viele Klientinnen und Klienten der Rheumaliga Zürich leiden an beträchtlichen gesundheitlichen Einschränkungen und chronischen

Schmerzen. Für diese Personen ist ein erholsamer Schlaf von grösster Bedeutung. Es ist deshalb wichtig, ein Bettsystem zu finden, das ein schmerzfreies Liegen ermöglicht und einen erholsamen Schlaf fördert. Dank den umfassenden Liegeberatungen schlafen heute viele Betroffene besser und haben so mehr Energie für die Bewältigung des Alltags.

**Berufliche Eingliederung von Menschen mit einer chronischen Krankheit** Kann ich die Erwartungen am Arbeitsplatz weiterhin erfüllen? Wie kommuniziere ich den Vorgesetzten und meinen Arbeitskolleginnen und -kollegen, dass ich mich nicht fit genug fühle für ein volles Arbeitspensum? Wird mir gekündigt, wenn die Belastung zu gross wird? Wenn Menschen, die voll im Berufsleben stehen, mit der Diagnose einer chronischen Krankheit konfrontiert sind, tauchen viele existenzielle Fragen auf. Aber auch Personen, die nach einem längeren, krankheitsbedingten Unterbruch beruflich wieder einsteigen möchten oder mit fortschreitender Krankheit die beruflichen Anforderungen nicht mehr zu erfüllen vermögen, haben ganz spezifische Bedürfnisse. Für sie gibt es die Fachstelle BECK. Die Bezeichnung steht für «Berufliche Eingliederung von Menschen mit einer chronischen Krankheit». Sie steht unter der Schirmherrschaft der GELIKO (Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz) und wurde auch im Jahr 2014 durch die Rheumaliga Zürich geführt.

Die Mitarbeitenden der Fachstelle berieten Betroffene und vermittelten bei Bedarf im Gespräch mit Vorgesetzten und Sozialversicherungen. Sie coachten oder berieten Arbeitgebende im richtigen Umgang mit chronisch kranken Mitarbeitenden, wenn der Wiedereinstieg geplant war oder wenn bei einer zunehmenden Beeinträchtigung die Arbeitssituation transparent und lösungsorientiert besprochen werden sollte.

**Pflege und Ausbau des Netzwerks** Die enge Zusammenarbeit mit Berufskolleginnen und Berufskollegen anderer Institutionen ist sehr wichtig. Die gegenseitige Information über die aktuellen Arbeitsweisen und Angebote diente dazu, den Betroffenen rasch, gezielt und koordiniert zu helfen. So intensivierte die Rheumaliga Zürich im Berichtsjahr unter anderem den

Kontakt zum Sozialdienst der Rheumaklinik am UniversitätsSpital Zürich und zur Zürcher Fachstelle Prävention im Alter.

**Zahlen und Fakten** Im Jahr 2014 führten wir 6097 Sozialberatungen für 1269 Menschen durch. Hinzu kamen 2901 Kurzberatungen. Es wurden 81 Finanzgesuche bearbeitet. Folgende Stiftungen und Fonds bewilligten finanzielle Beiträge an Betroffene und für Projekte:

- Alfred und Bertha Zangger-Weber-Stiftung
- August Weidmann Fürsorge-Stiftung
- Buchmann-Kollbrunner-Stiftung
- Cassinelli-Vogel-Stiftung
- Dora Grob-Reinhard-Stiftung
- Dr. Stephan à Porta-Stiftung
- Familie-Vontobel-Stiftung
- Gemeinnützige Gesellschaft des Bezirks Bülach
- Gemeinnützige Gesellschaft des Bezirks Winterthur
- Gemeinnützige Gesellschaft des Kantons Zürich
- Hatt-Bucher-Stiftung
- Heinrich & Erna Walder-Stiftung
- Hirzel-Callegari Stiftung
- H.J. Furrer Wohnen AG
- Huber-Graf und Billeter-Graf Stiftung
- Hilfsgesellschaft in Zürich
- Martha Bock Stiftung
- Pro Infirmis Zürich
- Ruhepuls Der Schlaf- und Liegecoach
- Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft
- Spendenstiftung Bank Vontobel
- Stiftung für Ergotherapie
- Stiftung Pro Aegrotis
- Stiftung SOS Beobachter
- Susanna Baumann-Stiftung
- Winterhilfe Kanton Zürich
- Zangger Weber Stiftung

Herzlichen Dank für die Unterstützung!

## Statistik Beratung

<b>Diagnosen</b>	<b>Männer</b>	<b>Frauen</b>	<b>Total</b>
▪ Entzündlicher Rheumatismus	48	205	253
▪ Degenerativer Rheumatismus	73	432	505
▪ Weichteilrheumatismus	20	184	204
▪ Rückenprobleme	88	217	305
<b>Total</b>	<b>229</b>	<b>1'040</b>	<b>1'269</b>

<b>Alter</b>	<b>Männer</b>	<b>Frauen</b>	<b>Total</b>
▪ Bis 20 Jahre	3	18	21
▪ 21 bis 35 Jahre	17	46	63
▪ 36 bis 50 Jahre	63	207	270
▪ 51 bis 65 Jahre	98	375	473
▪ Über 65 Jahre	48	394	442
<b>Total</b>	<b>229</b>	<b>1'040</b>	<b>1'269</b>

<b>Kontaktgrund (Mehrfachnennungen möglich)</b>	<b>Männer</b>	<b>Frauen</b>	<b>Total</b>
▪ Informationen zu Gesundheit/Krankheit	352	1'914	2'266
▪ Bewegung	7	34	41
▪ Ernährung	2	12	14
▪ Ergotherapeutische Abklärung	36	172	208
▪ Arbeit	61	182	243
▪ Finanzen	156	482	638
▪ Persönliches	89	450	539
▪ Sozialversicherungen	43	75	118
▪ Wohnen	20	53	73
▪ Diverses	11	3	14
<b>Total</b>	<b>759</b>	<b>3'395</b>	<b>4'154</b>

<b>Beratungen</b>	
▪ Sozialberatungen (inkl. ergotherapeutische Beratungen)	6'097
▪ Kurzberatungen (inkl. Abgabe von Alltagshilfen)	2'901
<b>Total</b>	<b>8'998</b>



## Bericht Kurse

Lachen fördert die Gesundheit, erquickt den Körper und erfreut das Gemüt. Das Thema der Tagung für die Mitarbeitenden der Rheumaliga Zürich war 2014 deshalb die Erweiterung der Humor- und Lachkompetenz. Damit aus den Räumen, in denen die wöchentlichen Bewegungskurse stattfinden, noch häufiger herzhaftes Lachen zu hören ist.

**Mehr Humor im Alltag** Viele, die bei der Rheumaliga Zürich Rat suchen, haben ein schwieriges Schicksal zu tragen und eigentlich wenig zu lachen. Und doch erleben wir regelmässig Humor und Lachen, sei es bei telefonischen oder persönlichen Beratungen und bei unserer Arbeit mit den Kursteilnehmenden vor Ort. Ein herzhaftes Lachen, aber auch ein zartes Lächeln, erleichtert eine offene Kommunikation und vereinfacht die Verständigung. Zudem werden das Herz-Kreislauf-System und die Durchblutung gefördert und die Hirnleistung steigt nachweislich. Zu verdanken haben wir das den Glückshormonen, die beim Lachen freigesetzt werden. Etwas mehr Humor im Alltag tut uns also allen gut.

**Mit Rhythmik böse Stürze vermeiden** Am 15. Mai fand im Alterszentrum Hottingen eine Informationsveranstaltung zum Angebot «Café Balance – Rhythmik und Geselligkeit» statt. Mit 120 Besucherinnen und Besuchern war der Anlass restlos ausgebucht.



Prof. Dr. med. Heike A. Bischoff-Ferrari hielt ein Referat zum Thema «Sicher stehen und gehen – Rhythmik als Sturzprävention». Die Teilnehmenden konnten

vor Ort eine Probelektion absolvieren. Die unterschiedlichen Rhythmen dazu lieferte Gabriela Chrisman, die live am Klavier spielte. Der Genuss von Tee, Kaffee und feinem Gebäck rundete das abwechslungsreiche Programm ab. Die Veranstaltung war in jeder Hinsicht ein Erfolg: Im Juni starteten zwei Kurse mit je 28 Personen.

**Neue Destination für Aktivferien** Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew flog im März 2014 bereits zum zehnten Mal für Aktivferien nach Mallorca. Sie konnte damit ein kleines Jubiläum feiern. Die Rheumaliga Zürich war zum vierten Mal mit dabei. Das angenehme Klima auf der Insel ist ideal für Bewegung im Freien. Ein gemeinsamer Ausflug an einen interessanten Ort auf der Insel gehört jedes Jahr ebenso dazu wie ein unterhaltsames Abendprogramm in der Hotel-Lobby, die auch einfach zum gemütlichen Beisammensein einlädt. Für 2015 werden neben dem beliebten Hatha Yoga, Nordic Walking und Wassergymnastik neu Pilates und weitere Gymnastikformen in das Programm aufgenommen.

Die Aquafit-Bewegungswoche in Flims fand vom 12. bis 19. Juli statt. Sie wurde, wie im Vorjahr, von Monika Pfister und mir geleitet. Das von den Teilnehmenden sehr geschätzte Tiefwassertraining fand jeweils am Morgen und am Abend statt und bildete den Schwerpunkt. Ergänzend gab es Hatha Yoga und Nordic Walking. Abgerundet wurde die Woche mit einer gemeinsamen Wanderung. Die 16 Teilnehmerinnen und Teilnehmer entspannten sich zudem in der 1200 m<sup>2</sup> grossen Wellness-Oase oder genossen die schöne Gartenanlage mit malerischem Blick auf die Berge. Das Hotel Adula ist bekannt für seine ausgezeichnete Küche und liess keine Wünsche offen.

Erstmals bot die Rheumaliga Zürich zusammen mit der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew eine Woche Aktivferien in Istrien an. Die Zeit vom 12. bis 18. Oktober verbrachten 35 Teilnehmende auf der kroatischen Halbinsel. Auch hier standen Nordic Walking und Gymnastik auf dem Programm, sowie Wandern oder Velofahren. Die schöne, direkt am Meer gelegene Hotelanlage bot zahlreiche Möglichkeiten, sich nach den Tagesaktivitäten zu entspannen. Einige wagten sich sogar noch zum Schwimmen ins Meer. Abends trafen sich die Teilnehmenden zu interessanten Gesprächen oder einer fröhlichen Spielrunde.

**Attraktives Angebot für Daheimgebliebene** Für die Daheimgebliebenen fand vom 11. bis 15. August erstmals das «Sommer-Potpourri» statt, ein abwechslungsreiches Bewegungsprogramm. Treffpunkt war der Labyrinth-Platz auf dem Zürcher Zeughausareal, wo ein Garten- und ein Steinlabyrinth entdeckt werden kann.



Die Rheumaliga Zürich nutzte diese grüne Oase mitten in der Stadt um Easy Dance und Feldenkrais im Freien anzubieten. Danach gab es erfrischende Getränke, gefolgt von einem gemütlichen Beisammensein.

In Uster konnten wir das bestehende Easy-Dance-Angebot dank einer sehr engagierten Kursleiterin ausbauen und einen weiteren Kurs starten. Für das Jahr 2015 ist geplant, neue Angebote zum Thema «Humor und Lachen» und «Easy moving – Aktiv im Freien» zu lancieren. Ebenso steht ein Ausbau des bisherigen Kurses «Feldenkrais – Mit Leichtigkeit bewegen lernen» auf der Agenda.

**Ferien vom Alltag** Auch 2014 fanden wieder drei interessante und abwechslungsreiche Ausflüge statt. Am 10. Mai besichtigte eine Gruppe von 20 Personen die Berufsfeuerwehr Süd, die grösste, professionelle Rettungsorganisation der Stadt Zürich.

Die Wanderung auf dem Klangweg im Toggenburg am 8. Juli war trotz regnerischem Wetter ein inspirierendes Erlebnis für die 16 Teilnehmenden.



Den Abschluss bildete am 9. Oktober eine spannende Führung an der ETH Zürich, mit Besuch des Erdbebensimulators. Mit dem über drei Tonnen schweren Gerät lässt sich die Bodenbewegung von Erdbeben bis Magnitude 8 simulieren. Die 16 Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten das Naturphänomen gefahrlos am eigenen Körper erfahren.

**Laufend in die Sicherheit investieren** Die Sicherheit der Kursteilnehmenden, aber auch der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Rheumaliga Zürich, ist uns ein zentrales Anliegen. Im Berichtsjahr haben wir die Sicherheitsbestimmungen den neusten Erkenntnissen angepasst und die Erste-Hilfe-Massnahmen an den Kursorten überprüft. Unsere Kursleitenden im Bewegungsbereich haben alle eine Fachausbildung. Bei den Wasserkursen ist ein Wassersicherheits-Brevet obligatorisch. Zudem wiederholen alle Mitarbeitenden regelmässig den Reanimationskurs und besitzen einen gültigen Ausweis. Die hohe Fachkompetenz der diplomierten Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten ist ein Garant für den sicheren Umgang mit Menschen mit einer rheumatischen Erkrankung sowie für ein



fachgerechtes und gezieltes Training in den therapeutischen Kursen.

**Humor- und Lachkompetenz für die Mitarbeitenden** Am 31. Oktober fand der jährliche Fortbildungs- und Informationstag in Zürich statt. Geschäftsleiterin Lilo Furrer informierte zu Beginn über die Marketingaktivitäten der Rheumaliga Zürich.

Mehr Humor und ein herzhaftes Lachen fördern die Gesundheit. Die Rheumaliga Zürich will einen Beitrag leisten und hat diese beiden Themen deshalb auf ihre Agenda gesetzt. Damit die Kursleiterinnen und Kursleiter ihre Humor- und Lachkompetenz erweitern können, wurde Cornelia Schinzilarz, eine namhafte und ausgewiesene Humorexpertin, zur Tagung eingeladen. Wenn in den Bewegungskursen im nächsten Jahr noch mehr gelacht wird, dann ist ein Teil davon ihr zu verdanken.



Christian Stoffel, Dipl. Physiotherapeut, vermittelte uns am Nachmittag theoretische Kenntnisse zur Faszien-Therapie, gefolgt von Körperübungen mit der «Blackroll», um das Erlernte spür- und erlebbar zu machen. Die kleine, schwarze Rolle in Zylinderform wirkt ziemlich unscheinbar. Übungen mit der «Blackroll» helfen aber, Verspannungen effizient zu lösen. Dazu wird die Rolle unter den verspannten Körperteil gelegt und sanft darüber bewegt.

Der intensive und angeregte Austausch in den Pausen und beim gemeinsamen Mittagessen trägt mit dazu bei, dass diese Tagung immer wieder ein Erfolg ist.

**Dank und Ausblick** Ich danke allen Kursmitarbeiterinnen und Kursmitarbeitern für ihre engagierte Arbeit im vergangenen Jahr, und ich freue mich auf eine weitere erfolgreiche und aktive Zusammenarbeit. Mit ihrem Engagement und ihrer Motivation tragen alle entscheidend zum Erfolg der Rheumaliga Zürich bei.

## Statistik Kurse

<b>Wasserkurse</b>	<b>Teilnehmerinnen und Teilnehmer</b>	<b>Gruppen</b>
▪ Aquacura – Die Wassergymnastik	1'483	134
▪ Aquajogging – Das Laufen im Wasser	1'017	76
▪ Aquawell – Das Wassertraining	1'862	159
<b>Total</b>	<b>4'362</b>	<b>369</b>

<b>Trockenkurse</b>	<b>Teilnehmerinnen und Teilnehmer</b>	<b>Gruppen</b>
▪ Active Backademy – Das Rückentraining	841	90
▪ Arthrosegymnastik	199	22
▪ Balance Gym – Ausgewogen aktiv	19	2
▪ Betriebliche Gesundheitsförderung*	16	2
▪ Bewegungstherapie bei Rheumatoider Arthritis	27	4
▪ Bewegungstage in Flims	14	1
▪ Café Balance – Rhythmik und Geselligkeit	53	3
▪ Easy Dance/Easy Dance Latino	83	7
▪ Diskushernie-Gymnastik	88	10
▪ Feldenkrais – Mit Leichtigkeit bewegen lernen	37	4
▪ Gedächtnistraining – Bleiben Sie geistig fit	51	7
▪ Musik und Bewegung	30	4
▪ Nordic Walking – Bewegen in der Natur	37	5
▪ Osteogym – Die Osteoporosegymnastik	273	28
▪ Pilates – Die Kraft aus der Mitte	134	13
▪ Qi Gong – Die sanfte Bewegung	296	36
▪ Rückenwell – Die Rückengymnastik	301	34
▪ Sanftes Yoga/Luna Yoga	60	9
▪ Weichteilrheuma-Gymnastik	28	2
<b>Total</b>	<b>2'587</b>	<b>283</b>
<b>Total</b>	<b>6'949</b>	<b>652</b>

\* Die Kurse zur betrieblichen Gesundheitsförderung fanden an folgendem Ort statt: Mettler Toledo, Urdorf.

Teilnehmende, die einen Wiederholungskurs besuchen, werden entsprechend mehrmals gezählt.

# Jahresrechnung 2014

Bilanz

Betriebsrechnung

Mittelflussrechnung

Rechnung über die Veränderung des Kapitals



# Bilanz

für die am 31. Dezember abgeschlossenen Geschäftsjahre  
in Schweizer Franken vor Verwendung des Jahresergebnisses

<b>Aktiven</b>	Anmerkung	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Umlaufvermögen</b>			
▪ Flüssige Mittel und Wertschriften	1	1'357'969.02	1'318'888.68
▪ Forderungen	2	302'809.94	309'248.17
▪ Sonstige kurzfristige Forderungen	3	2'198.22	1'522.78
▪ Vorräte		16'511.23	14'701.35
▪ Aktive Rechnungsabgrenzung		81'683.90	100'321.80
Total Umlaufvermögen		1'761'172.31	1'744'682.78
<b>Anlagevermögen</b>			
▪ Mobile Sachanlagen	4	101'000.00	119'000.00
Total Anlagevermögen		101'000.00	119'000.00
<b>Zweckgebundenes Anlagevermögen</b>			
	5		
▪ Fondsvermögen			
▪ Fonds Indexanpassung		272'729.58	272'777.58
▪ Fonds nicht subventionierte Aufgaben		907'368.35	904'963.67
▪ Fonds Zschokke		953'077.14	953'125.14
Total Fondsvermögen		2'133'175.07	2'130'866.39
<b>Total Aktiven</b>		<b>3'995'347.38</b>	<b>3'994'549.17</b>

<b>Passiven</b>	Anmerkung	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Kurzfristiges Fremdkapital</b>			
▪ Kurzfristige Verbindlichkeiten		139'034.29	175'344.92
▪ Passive Rechnungsabgrenzung		1'074'007.40	1'133'238.60
Total kurzfristiges Fremdkapital		1'213'041.69	1'308'583.52
<b>Langfristiges Fremdkapital</b>			
▪ Rückstellungen	6	120'000.00	120'000.00
Total langfristiges Fremdkapital		120'000.00	120'000.00
<b>Fondskapital</b>			
	5		
▪ Fonds mit einschränkender Zweckbindung			
▪ Fonds Indexanpassung		272'729.58	272'777.58
▪ Fonds nicht subventionierte Aufgaben		907'368.35	904'963.67
▪ Fonds Zschokke		953'077.14	953'125.14
Total Fonds mit einschränkender Zweckbindung		2'133'175.07	2'130'866.39
<b>Organisationskapital</b>			
▪ Freies Vereinskapital		435'099.26	400'708.76
▪ Jahresergebnis		94'031.36	34'390.50
Total Organisationskapital		529'130.62	435'099.26
<b>Total Passiven</b>		<b>3'995'347.38</b>	<b>3'994'549.17</b>

# Betriebsrechnung

für die am 31. Dezember abgeschlossenen Geschäftsjahre

in Schweizer Franken

	Anmerkung	2014	2013
<b>Ertrag Mittelbeschaffung</b>			
▪ Spenden	7	83'777.90	84'459.45
▪ Beiträge	8	202'900.00	300'095.00
▪ Gelder der öffentlichen Hand			
▪ Kanton Zürich		20'000.00	20'000.00
▪ Stadt Zürich		70'000.00	70'000.00
▪ Bundesamt für Gesundheit (Rheumagesetz)		98'487.00	122'062.00
▪ Bundesamt für Sozialversicherungen (IV/AHV)		817'866.00	817'866.00
▪ Andere		25'890.25	27'218.25
▪ Legate/Vermächtnisse	9	30'000.00	2'000.00
▪ Veranstaltungen Mitglieder		–	3'202.20
<b>Total Ertrag Mittelbeschaffung</b>		<b>1'348'921.15</b>	<b>1'446'902.90</b>
<b>Ertrag Beratung</b>	10		
▪ Zweckgebundene Beiträge		79'142.70	92'900.40
▪ Beratungen, Schulungen und andere Dienstleistungen		72'579.80	56'245.10
<b>Total Ertrag Beratung</b>		<b>151'722.50</b>	<b>149'145.50</b>
<b>Aufwand Beratung</b>			
▪ Personalaufwand (Interne/Externe)		694'366.63	688'799.36
▪ Raumaufwand		81'686.02	53'680.92
▪ Material- und sonstiger Aufwand**		137'574.26	114'070.52
▪ Unterstützungsleistungen		85'841.40	142'677.05
<b>Total Aufwand Beratung</b>		<b>999'468.31</b>	<b>999'227.85</b>
Brutto-Ergebnis Beratung *		– 847'745.81	– 850'082.35

\* Brutto-Ergebnis vor Aufwand Administration

\*\* Die Position enthält direkt zuordenbare Aufwendungen aus Öffentlichkeitsarbeit

	Anmerkung	2014	2013
<b>Ertrag Kurse</b>	11		
▪ Kursabonnemente		1'574'825.70	1'497'730.90
▪ Kursmaterial und andere Erträge		46'383.57	42'989.54
Total Ertrag Kurse		1'621'209.27	1'540'720.44
<b>Aufwand Kurse</b>			
▪ Personalaufwand (Interne/Externe)		1'174'182.71	1'187'987.85
▪ Raumaufwand		311'143.96	329'010.71
▪ Material- und sonstiger Aufwand **		117'885.99	129'262.98
Total Aufwand Kurse		1'603'212.66	1'646'261.54
Brutto-Ergebnis Kurse *		17'996.61	- 105'541.10
<b>Brutto-Betriebsergebnis *</b>		<b>519'171.95</b>	<b>491'279.45</b>
<b>Aufwand Administration</b>	12		
▪ Personalaufwand		170'695.17	214'075.05
▪ Raumaufwand		1'525.47	15'059.67
▪ Verwaltungs- und Informatikaufwand	13	125'250.25	105'250.42
▪ Werbung und Öffentlichkeitsarbeit	14	99'050.75	93'678.96
▪ Abschreibungen		18'000.00	23'977.50
Total Aufwand Administration		414'521.64	452'041.60
<b>Betriebsergebnis</b>		<b>104'650.31</b>	<b>39'237.85</b>

\* Brutto-Ergebnis vor Aufwand Administration

\*\* Die Position enthält direkt zuordenbare Aufwendungen aus Öffentlichkeitsarbeit

	Anmerkung	2014	2013
<b>Finanzergebnis</b>	15		
▪ Finanzertrag		6'715.46	11'099.34
▪ Finanzaufwand		- 11'434.80	- 5'501.05
Total Finanzergebnis		- 4'719.34	5'598.29
<b>Übriges Ergebnis</b>	16		
▪ Ausserordentlicher Aufwand/Ertrag		- 5'899.61	- 10'445.64
Total übriges Ergebnis		- 5'899.61	- 10'445.64
<b>Jahresergebnis vor Fondsveränderungen</b>		<b>94'031.36</b>	<b>34'390.50</b>
<b>Fondsergebnis</b>	5		
▪ Fondserfolg		2'308.68	- 487.15
▪ Fondsentnahme/Fondszuweisung		- 2'308.68	487.15
Fondsergebnis		-	-
<b>Jahresergebnis</b>		<b>94'031.36</b>	<b>34'390.50</b>



# Mittelflussrechnung

für die am 31. Dezember abgeschlossenen Geschäftsjahre

in Schweizer Franken

	Anmerkung	2014	2013
<b>Jahresergebnis</b>		<b>94'031.36</b>	<b>34'390.50</b>
▪ Abschreibungen auf mobilen Sachanlagen (+)	4	18'000.00	23'977.50
Zwischenergebnis		112'031.36	58'368.00
▪ Zunahme (-)/Abnahme (+) zweckgebundene Spenden und Erträge		13'757.70	- 54'719.40
▪ Zunahme (-)/Abnahme (+) Forderungen		5'762.79	39'714.56
▪ Zunahme (-)/Abnahme (+) Vorräte		- 1'809.88	- 1'424.16
▪ Zunahme (-)/Abnahme (+) aktive Rechnungsabgrenzung		18'637.90	- 1'020.15
▪ Abnahme (-)/Zunahme (+) kurzfristige Verbindlichkeiten		- 36'310.63	65'344.07
▪ Abnahme (-)/Zunahme (+) passive Rechnungsabgrenzung		- 59'231.20	68'339.40
<b>Mittelfluss aus Betriebstätigkeit</b>		<b>52'838.04</b>	<b>174'602.32</b>
▪ Investitionen mobile Sachanlagen	4	-	- 6'177.50
<b>Mittelfluss aus Investitionstätigkeit</b>		<b>-</b>	<b>- 6'177.50</b>
▪ Zunahme (+)/Abnahme (-) zweckgebundene Spenden und Erträge		- 13'757.70	54'719.40
<b>Mittelfluss aus Finanzierungstätigkeit</b>		<b>- 13'757.70</b>	<b>54'719.40</b>
▪ Anfangsbestand an flüssigen Mitteln und Wertschriften		1'318'888.68	1'095'744.46
▪ Endbestand an flüssigen Mitteln und Wertschriften		1'357'969.02	1'318'888.68
<b>Veränderung an flüssigen Mitteln und Wertschriften</b>		<b>39'080.34</b>	<b>223'144.22</b>

## Rechnung über die Veränderung des Kapitals

für die am 31. Dezember abgeschlossenen Geschäftsjahre  
in Schweizer Franken

	Anmerkung	Bestand Anfang Jahr	Jahresergebnis	Bestand Ende Jahr
<b>2014</b>				
<b>Mittel aus Eigenfinanzierung</b>				
▪ Freies Vereinskaptal		435'099.26	–	435'099.26
▪ Jahresergebnis		–	94'031.36	94'031.36
Organisationskapital		435'099.26	94'031.36	529'130.62
<b>Mittel aus Fondskapital</b>				
	5			
▪ Fonds Indexanpassung		272'777.58	– 48.00	272'729.58
▪ Fonds für nicht subventionierte Aufgaben		904'963.67	2'404.68	907'368.35
▪ Fonds Zschokke		953'125.14	– 48.00	953'077.14
Fonds mit einschränkender Zweckbindung		2'130'866.39	2'308.68	2'133'175.07
<b>2013</b>				
<b>Mittel aus Eigenfinanzierung</b>				
▪ Freies Vereinskaptal		400'708.76	–	400'708.76
▪ Jahresergebnis		–	34'390.50	34'390.50
Organisationskapital		400'708.76	34'390.50	435'099.26
<b>Mittel aus Fondskapital</b>				
	5			
▪ Fonds Indexanpassung		272'825.58	– 48.00	272'777.58
▪ Fonds für nicht subventionierte Aufgaben		905'354.82	– 391.15	904'963.67
▪ Fonds Zschokke		953'173.14	– 48.00	953'125.14
Fonds mit einschränkender Zweckbindung		2'131'353.54	– 487.15	2'130'866.39

## Grundlagen der Rechnungslegung

Die Rechnungslegung erfolgt in Übereinstimmung mit den Fachempfehlungen zur Rechnungslegung (Swiss GAAP FER) und entspricht dem Schweizerischen Obligationenrecht, den Vorschriften der Stiftung ZEWO sowie den Bestimmungen der Statuten der Rheumaliga Zürich. Die Jahresrechnung vermittelt ein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage der Rheumaliga Zürich.

**Bilanzierungs- und Bewertungsgrundsätze** Sofern bei den nachfolgend aufgeführten einzelnen Bilanzpositionen nichts anderes aufgeführt wird, erfolgt die Bewertung der Bilanzpositionen zu Marktwerten am Bilanzstichtag, wobei allfällige Marchzinsen als zum Marktwert gehörend betrachtet werden. Die Buchhaltung wird in Schweizer Franken geführt.

*Flüssige Mittel und Wertschriften* Diese Position umfasst Kassa-, Post- und Bankguthaben sowie Wertschriften ohne Verfügungsbeschränkung (freie Fonds).

*Forderungen* Diese Position umfasst im Wesentlichen Guthaben aus verkauften Kursabonnements, welche Ende November für das erste Semester des Folgejahres in Rechnung gestellt werden. Weiter sind darin Verrechnungssteuerguthaben und Forderungen aus der Erbringung von Dienstleistungen enthalten. Die Bewertung erfolgt zum Nominalwert.

*Vorräte* Als Vorräte sind Alltagshilfen aktiviert, welche zum grössten Teil bei der Dachorganisation, der Rheumaliga Schweiz, bezogen und den Klientinnen und Klienten verkauft werden. Die Bewertung der Vorräte erfolgt zu Einstandspreisen.

*Aktive Rechnungsabgrenzung* Diese Position umfasst die aus der sachlichen und zeitlichen Abgrenzung der einzelnen Aufwand- und Ertragspositionen resultierenden Aktivpositionen.

*Mobile Sachanlagen* Diese Position umfasst das Mobiliar, die Büromaschinen sowie Hard- und Software. Alle Vermögensbestandteile grösser als 1000 Franken werden zu Anschaffungswerten aktiviert. In der Bilanz wird nur der Restwert nach Abschreibungen gezeigt (Nettobuchwert). Die Abschreibungssätze betragen für das Mobiliar 10 %, für das Büromaterial 20 % und für Hard- und Software 33.33 %.

*Zweckgebundenes Anlagevermögen* Diese Position umfasst die zweckgebundenen flüssigen Mittel und Wertschriften.

*Kurzfristige Verbindlichkeiten* Diese Position umfasst die am Bilanzstichtag noch ausstehenden Verbindlichkeiten.

*Passive Rechnungsabgrenzung* Diese Position umfasst die aus der sachlichen und zeitlichen Abgrenzung der einzelnen Aufwand- und Ertragspositionen resultierenden Passivpositionen. Die Abgrenzung von Kursgeldeinnahmen macht den grössten Teil dieser Position aus.

*Rückstellungen* Diese Position umfasst in der Vergangenheit begründete wahrscheinliche Verpflichtungen, deren Höhe und/oder Fälligkeit ungewiss, aber abschätzbar ist. Die Höhe der Rückstellung basiert auf der Einschätzung des Vorstandes und widerspiegelt die per Bilanzstichtag zu erwartenden zukünftigen Aufwendungen.

*Fondskapital* Diese Position umfasst Fonds mit eingeschränkter Zweckbindung. Für die einzelnen Fonds liegen Fondsreglemente vor.

*Organisationskapital* Diese Position umfasst das freie Vereinskaptal sowie das Jahresergebnis. Das Organisationskapital kann im Rahmen des statutari-schen Zweckes der Rheumaliga Zürich frei eingesetzt werden.

**Grundsätze zur Betriebsrechnung** Die Gliede-rung der Betriebsrechnung entspricht den Weisungen gemäss Swiss GAAP FER 21. Sie gliedert sich in fünf Bereiche: Erträge aus Mittelbeschaffung und den operativen Leistungen (Beratung und Kurse), Aufwendungen für die operativen Leistungen (Beratung und Kurse), Aufwand Administration, Finanz-, übriges Ergebnis und Fondsergebnis.

Die Erträge der Spendensammelaktion der Rheu-maliga Zürich werden brutto ausgewiesen. Die Rheu-maspende der Rheumaliga Schweiz ist ein Anteil am Sammelergebnis der Dachorganisation, welche nach einem festgelegten Verteilschlüssel den kantonalen/ regionalen Ligen und Patientenorganisationen überwie-sen wird. Als operative Leistungen erbringt die Rheu-maliga Zürich Beratungsleistungen für Rheumabetrof-fene und bietet ein breites Kursangebot an. Zu den Beratererträgen gehören unter anderem auch Bei-träge von Stiftungen und Fonds, welche die Rheuma-liga Zürich für ihre Klientinnen und Klienten beantragt.

Die Aufwendungen zur Erbringung dieser Lei-stungen umfassen alle direkt zuordenbaren Personal-, Raum- und Materialkosten. Als Verteilschlüssel dienen die von der ZEWO erlassenen Richtlinien.

Der administrative Aufwand umfasst die Personal- und Raumaufwendungen für die Geschäftsleitung und den Bereich Finanzen und Administration sowie die übrigen Verwaltungsaufwendungen zur Führung der Vereinsgeschäfte.

Aufwand und Ertrag des Finanz- und übrigen Ergeb-nisses werden brutto ausgewiesen.

**Grundsätze zur Mittelflussrechnung** Die Mit-telflussrechnung wird in der von Swiss GAAP FER vor-geschriebenen Bereichsgliederung (Mittelfluss aus Betriebs-, Investitions- und Finanzierungstätigkeit) ge-zeigt. Für die Berechnung des Mittelflusses aus Be-triebstätigkeit wird die indirekte Methode angewendet. Die flüssigen Mittel und Wertschriften ohne Zweckbin-dung bilden den Fonds der Mittelflussrechnung.

**Grundsätze zur Rechnung über die Veränderung des Kapitals** Die Rechnung über die Veränderung des Kapitals zeigt die Entwicklung des Organisationskapi-tals sowie der einzelnen zweckgebundenen Fonds.

## Anmerkungen

<b>1 Flüssige Mittel und Wertschriften</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Kasse, Post und Bankguthaben	1'320'976.02	1'278'665.68
▪ Wertschriften (Aktien Schweiz in CHF)	36'993.00	40'223.00
<b>Total</b>	<b>1'357'969.02</b>	<b>1'318'888.68</b>

<b>2 Forderungen</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Forderungen aus Lieferungen und Leistungen	312'175.20	318'811.00
▪ Wertberichtigung auf Forderungen	- 9'365.26	- 9'562.83
<b>Total</b>	<b>302'809.94</b>	<b>309'248.17</b>

Der bilanzierte Saldo Forderungen aus Lieferungen und Leistungen per 31. Dezember 2014 setzt sich hauptsächlich aus Guthaben von Kursbeiträgen und ein kleinerer Teil aus Materialbezügen und Dienstleistungen zusammen. Die Wertberichtigung entspricht 3% auf den offenen Forderungen.

<b>3 Sonstige kurzfristige Forderungen</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
▪ Guthaben Verrechnungssteuer	2'198.22	1'522.78
<b>Total</b>	<b>2'198.22</b>	<b>1'522.78</b>

<b>4 Mobile Sachanlagen</b>	Mobiliar	Büromaschinen	EDV Hardware	EDV Software	<b>Total 2014</b>	<b>Total 2013</b>
▪ Anfang Jahr	81'000.00	16'000.00	10'000.00	12'000.00	119'000.00	136'800.00
▪ Zugänge	-	-	-	-	-	6'177.50
▪ Abgänge	-	-	-	-	-	-
▪ Abschreibungen	- 8'000.00	- 3'000.00	- 3'000.00	- 4'000.00	- 18'000.00	- 23'977.50
▪ Ende Jahr	73'000.00	13'000.00	7'000.00	8'000.00	101'000.00	119'000.00

## Anmerkungen

<b>5 Fondsvermögen</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Bankguthaben	2'098'874.95	2'098'174.51
▪ Wertschriften	32'719.30	31'485.30
▪ Verrechnungssteuerguthaben	1'580.82	1'206.58
Total	2'133'175.07	2'130'866.39

Die Wertschriften des Fondsvermögens teilen sich wie folgt auf die einzelnen Anlagekategorien auf:

<b>Anlagekategorie</b>	%	<b>2014</b>	%	<b>2013</b>
▪ Immobilienfonds	100	32'719.30	100	31'485.30

<b>Fonds Indexanpassung</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
▪ Fondsvermögen per 1. Januar	272'777.58	272'825.58
▪ Bankspesen	- 48.00	- 48.00
Fondsvermögen per 31. Dezember	272'729.58	272'777.58

Der Fonds zur Indexanpassung für pensionierte Mitarbeitende wurde aus einem Legat geäuftnet und wird seit 31. Dezember 2002 bilanziert. Der Fondszweck sieht vor, dass die Rheumaliga Zürich pensionierten Mitarbeitenden Teuerungszulagen gewähren kann. Der Vorstand hat Entscheidungskompetenz.

<b>Fonds für nicht subventionierte Aufgaben</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
▪ Fondsvermögen per 1. Januar	904'963.67	905'354.82
▪ Ertrag Fonds	1'304.63	1'069.25
▪ Nicht realisierte Kurserfolge	1'234.00	- 1'332.70
▪ Bankspesen	- 133.95	- 127.70
Fondsvermögen per 31. Dezember	907'368.35	904'963.67

Der Fonds für nicht subventionierte Aufgaben wurde aus einem Legat geäuftnet und wird seit 31. Dezember 2002 bilanziert. Der Fondszweck sieht vor, dass die Rheumaliga Zürich Dienstleistungen für rheumabetroffene Menschen, welche infolge einer Änderung der Subventionspraxis nicht mehr mit öffentlichen Geldern finanziert werden, über einen gewissen Zeitraum weiterhin anbieten kann. Der Vorstand hat Entscheidungskompetenz.

## 5 Fondsvermögen (Fortsetzung)

<b>Fonds Zschokke</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
▪ Fondsvermögen per 1. Januar	953'125.14	953'173.14
▪ Bankspesen	- 48.00	- 48.00
Fondsvermögen per 31. Dezember	953'077.14	953'125.14

Der Fonds Zschokke wurde aus einem Legat geäufnet. Der Fondszweck sieht vor, dass die Rheumaliga Zürich im Sinne der Erfüllung ihrer Dienstleistungen bei Bedarf davon Gebrauch machen darf. Der Vorstand hat Entscheidungskompetenz.

<b>6 Rückstellungen</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
▪ Bestand per 1. Januar	120'000.00	120'000.00
▪ Auflösung	-	-
Stand 31. Dezember	120'000.00	120'000.00

Die Rückstellungen per 31. Dezember 2014 decken die zu erwartenden, zukünftigen Aufwendungen für personelle Massnahmen, allfällige Unterstützungsleistungen bei Härtefällen sowie Eventualverpflichtungen genügend ab.

<b>7 Spenden</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Spenden bis und mit CHF 500	19'538.85	19'588.20
▪ Spenden ab CHF 500	5'600.00	5'000.00
▪ Anteil Schweizerische Rheumaspense	18'708.00	23'166.00
▪ Spendenaktionen Rheumaliga Zürich	38'280.95	36'345.25
▪ Beiträge zum Andenken an Verstorbene	1'650.10	360.00
Total	83'777.90	84'459.45

Die Rheumaliga Schweiz organisiert jedes Jahr eine gesamtschweizerische Spendensammlung. Die kantonalen/ regionalen Rheumaligen und Patientenorganisationen erhalten einen anteilmässigen Beitrag aus dem Sammelergebnis. Die Rheumaliga Zürich führte auch 2014 eigene Spendenaufrufe durch.

## Anmerkungen

<b>8 Beiträge</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Mitglieder	177'700.00	174'895.00
▪ Gönnermitglieder und juristische Personen	3'600.00	3'600.00
▪ Stiftungen	21'600.00	121'600.00
<b>Total</b>	<b>202'900.00</b>	<b>300'095.00</b>

Im Berichtsjahr wurde die Höhe der Mitgliedschaftsbeiträge beibehalten. Einzelmitglied CHF 50, Gönnermitglied CHF 300 und juristische Personen CHF 200.

<b>9 Legate/Vermächtnisse</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
▪ Nachlass Margrith Pfister, Hombrechtikon		2'000.00
▪ Nachlass Ruth Därner, Zürich	15'000.00	–
▪ Nachlass Verena Schuler, Uster	10'000.00	–
▪ Nachlass Maria Wespi, Effretikon	5'000.00	–
<b>Total</b>	<b>30'000.00</b>	<b>2'000.00</b>

<b>10 Beratung</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Ertrag</b>		
Stiftungen und Fonds	44'928.20	60'902.50
Klientinnen und Klienten (Selbstbehalte)	4'604.50	1'007.60
Pro Infirmis/Pro Senectute	27'610.00	23'490.30
Spendenstiftung Bank Vontobel, Zürich (für Erzählcafés 2014)	2'000.00	7'500.00
▪ Zweckgebundene Beiträge	79'142.70	92'900.40
Kursabonnemente Gesangskurse	13'911.00	10'831.50
Beratungen und andere Dienstleistungen	58'668.80	45'413.60
▪ Beratungen, Schulungen und andere Dienstleistungen	72'579.80	56'245.10
<b>Total Ertrag Beratung</b>	<b>151'722.50</b>	<b>149'145.50</b>



## 10 Beratung (Fortsetzung)

### Aufwand

Personal intern	674'166.63	663'443.96
Personal extern	20'200.00	25'355.40
■ Personalaufwand	694'366.63	688'799.36
■ Raumaufwand	81'686.02	53'680.92
■ Material- und sonstiger Aufwand	137'574.26	114'070.52
■ Unterstützungsleistungen	85'841.40	142'677.05
Total Aufwand Beratung	999'468.31	999'227.85
Brutto-Ergebnis Beratung	- 847'745.81	- 850'082.35

Die Rheumaliga Zürich gewährt nach sorgfältiger Abklärung Unterstützungsleistungen an rheumabetroffene Menschen. Ein Teil davon wird von Stiftungen und Fonds sowie anderen Institutionen finanziert. Die Klientinnen und Klienten beteiligen sich zudem selber an den Kosten.

Die Unterstützungsleistungen bezüglich Liegeberatung (SLEEP) konnten durch fallbezogene Zuwendungen stark reduziert werden.

Die Aufwendungen in der Beratung beinhalten zum einen direkt zuweisbare Kosten. Zum anderen wurden allgemeine Kosten nach dem im Jahr 2010 erstellten Verteilschlüssel gemäss den Richtlinien der ZEWÖ kostengerecht zugewiesen.

## 11 Kurse

2014

2013

### Ertrag

Wasserkurse	1'000'287.35	931'962.15
Trockenkurse	574'538.35	565'768.75
■ Kursabonnemente	1'574'825.70	1'497'730.90
■ Kursmaterial und andere Erträge	46'383.57	42'989.54
Total Ertrag Kurse	1'621'209.27	1'540'720.44

## Anmerkungen

### 11 Kurse (Fortsetzung)

#### Aufwand

Personal intern	425'115.31	443'459.99
Personal extern	749'067.40	744'527.86
■ Personalaufwand	1'174'182.71	1'187'987.85
Miete Kurslokale	280'849.50	301'647.60
Raumaufwand Verwaltung Kurse	30'294.46	27'363.11
■ Raumaufwand	311'143.96	329'010.71
■ Material- und sonstiger Aufwand	117'885.99	129'262.98
Total Aufwand Kurse	1'603'212.66	1'646'261.54
Brutto-Ergebnis Kurse	17'996.61	- 105'541.10

In der Position Personal extern sind rund 140 Mitarbeitende zusammengefasst, welche im Stundenlohn für die Rheumaliga Zürich Kurse in beratender, leitender und/oder helfender Funktion tätig sind.

Die Aufwendungen bei den Kursen beinhalten zum einen direkt zuweisbare Kosten. Zum anderen wurden allgemeine Kosten nach dem im Jahr 2010 erstellten Verteilschlüssel gemäss den Richtlinien der ZEWO kostengerecht zugewiesen.

### 12 Aufwand Administration

Der administrative Aufwand beinhaltet direkt zurechenbare Kosten gemäss den Richtlinien der ZEWO sowie die nach dem im Jahr 2010 erstellten Verteilschlüssel zugewiesenen Aufwendungen.

Die strategische Führung der Rheumaliga Zürich wird durch ein Gremium, bestehend aus den Mitgliedern des Vorstandes, dem auch die Präsidentin angehört, wahrgenommen. Die Präsidentin und die anderen Mitglieder des Vorstandes arbeiten ehrenamtlich; es werden keine Spesenentschädigungen ausgerichtet.

<b>13 Verwaltungs- und Informatikaufwand</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Büromaterial, Drucksachen	50'099.63	50'606.44
▪ Kommunikation	29'515.45	25'549.45
▪ Beratungs- und Buchhaltungsaufwand	32'565.35	35'565.90
▪ Vorstandssitzungen, Generalversammlung, Revision	19'885.30	15'592.40
▪ Informatik- und übriger Verwaltungsaufwand	47'441.20	45'519.20
▪ Unterhalts-, Versicherungs- und Gebührenaufwand	43'607.20	15'953.49
▪ Umlage Verwaltungsaufwand	- 97'863.88	- 83'536.46
<b>Total</b>	<b>125'250.25</b>	<b>105'250.42</b>

In der Position Büromaterial und Drucksachen sind die Kosten für Briefumschläge, Briefpapier und Fotokopien enthalten, ohne Werbedruckkosten. Kommunikation setzt sich zusammen aus Telefonkosten sowie Porti der allgemeinen Korrespondenz und Mailings.

Den Bereichen wurden nach dem im Jahr 2010 erstellten Verteilschlüssel gemäss den Richtlinien der ZEWO die entsprechenden Kostenanteile zugewiesen. Teile der Buchhaltung sind extern vergeben und im Beratungs- und Buchhaltungsaufwand enthalten.

<b>14 Werbung und Öffentlichkeitsarbeit</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Allgemeine Werbung und Öffentlichkeitsarbeit	95'046.68	89'299.48
▪ Mitgliederaktivitäten	4'004.07	4'379.48
<b>Total Aufwand</b>	<b>99'050.75</b>	<b>93'678.96</b>

Unter diese Position fallen die Ausgaben für die öffentlichen Informationsveranstaltungen (die Teilnahme an diesen Anlässen ist kostenlos), die Kosten der Inseratekampagne in verschiedenen Medien sowie der Beitrag an die Rheumaliga Schweiz für die Mitgliederzeitschrift «forumR».

## Anmerkungen

<b>15 Finanzergebnis</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Zusammensetzung</b>		
▪ Erträge aus flüssigen Mitteln und Wertschriften	3'131.46	2'413.34
▪ Bankspesen, Depotgebühren	- 4'620.80	- 4'984.05
▪ Nicht realisierte Kursschwankungen auf Wertschriften	- 3'230.00	8'169.00
Total	- 4'719.34	5'598.29

<b>16 Übriges Ergebnis</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>
<b>Ausserordentlicher Aufwand/Ertrag</b>		
▪ Ausserordentlicher Aufwand	- 8'331.08	- 34'280.43
▪ Ausserordentlicher Ertrag	2'431.47	23'834.79
Total	- 5'899.61	- 10'445.64

Das übrige Ergebnis 2014 beinhaltet diverse periodenfremde Aufwendungen und Erträge. Der ausserordentliche Aufwand 2013 resultiert aus den Ausgaben für den Berufsbildungsfonds der SVA Zürich sowie der Rückstellung der BVK Sanierungsbeiträge 2013.

# Bericht der Revisionsstelle

an die Generalversammlung der Rheumaliga Zürich, Zürich

Als Revisionsstelle haben wir die Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung, Mittelflussrechnung, Rechnung über die Veränderung des Kapitals und Anhang) der Rheumaliga Zürich für das am 31. Dezember 2014 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft. In Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER 21 unterliegen die Angaben im Leistungsbericht keiner Prüfungspflicht der Revisionsstelle.

Für die Aufstellung der Jahresrechnung in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER 21, den gesetzlichen Vorschriften und den Statuten ist der Vorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, die Jahresrechnung zu prüfen. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Zulassung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Revision erfolgte nach dem Schweizer Standard zur eingeschränkten Revision. Danach ist diese Revision so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Eine eingeschränkte Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der bei der geprüften Organisation vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen

zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstösse nicht Bestandteil dieser Revision.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung kein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER 21 vermittelt und nicht Gesetz und Statuten entspricht.

Ferner bestätigen wir, dass die gemäss Ausführungsbestimmungen zu Art. 12 des Reglements über das ZEWO-Gütesiegel zu prüfenden Bestimmungen der Stiftung ZEWO eingehalten sind.

TBO Revisions AG

Marcel Strickler  
Zugelassener  
Revisionsexperte

ppa. Thomas Fuchs  
Zugelassener  
Revisionsexperte  
Leitender Revisor

Zürich, 2. März 2015

## Spenden

### ab CHF 100.–

▪ Albani Ronald, Wil	200.–	▪ Dürr-Peyer Helene Clara, Wädenswil	100.–
▪ Amrein-Ohlgart Cornelia + Peter, Zürich	100.–	▪ Eberle-Binder Hans, Rüti	1'000.–
▪ Anderegg-Gueniat Verena + Robert, Horgen	100.–	▪ Eggenschwiler Heinz, Richterswil	100.–
▪ Assfalk Armin, Thalwil	100.–	▪ Egger-Le Coultre Christiane + Hans, Thalwil	100.–
▪ Bächli-Alber Elisabeth + Fritz, Zollikon	100.–	▪ Eggmann Rolf, Thalwil	300.–
▪ Bachmann Dr. med. dent. André, Zürich	100.–	▪ Enkelmann Hans Friedrich, Zürich	100.–
▪ Bader-Hemmi Vera + Conrad, Winterthur	100.–	▪ Fankhauser Peter, Egg bei Zürich	200.–
▪ Bär Marion + Alfred, Zürich	100.–	▪ Farrer Margareta, Bülach	100.–
▪ Bartholet Elisabet + Gebhard, Grüt	100.–	▪ Fasanella Vicenza, Zürich	100.–
▪ Bauknecht-Müller Josef, Oetwil a. d. L.	100.–	▪ Feissli Rosmarie, Hettlingen	100.–
▪ Baumgartner Heidi + August, Zürich	200.–	▪ Feurer Rita, Dübendorf	100.–
▪ Beck Filippo Theodore, Zürich	100.–	▪ Flückiger Werner, Winterthur	100.–
▪ Benz-Tscharner Marlies + Alex, Birmensdorf	100.–	▪ Frei Walter, Winterthur	150.–
▪ Benz Karl, Adliswil	100.–	▪ Füglistaller Ida, Zumikon	100.–
▪ Bernasconi Susanne, Zürich	100.–	▪ Ganz Marianne, Zürich	100.–
▪ Blumer Othmar, Feldmeilen	100.–	▪ Gattiker Dr. Caspar, Zürich	100.–
▪ Bodmer Thomas, Zürich	100.–	▪ Gäumann Sylvia, Birmensdorf	100.–
▪ Bons Ann + Evert, Dübendorf	100.–	▪ Geppert Lothar Martin, Zürich	300.–
▪ Bossard Hans, Hettlingen	121.–	▪ Gerber Bretscher Anne Marie, Zollikerberg	300.–
▪ Bräm Werner, Zürich	100.–	▪ Gertsch Elisabeth + Heinrich, Herrliberg	200.–
▪ Brunner Erwin A., Winterthur	100.–	▪ Grade Herbert, Zürich	350.–
▪ Bürgisser Gottlieb, Tann	200.–	▪ Gremaud Schroeter Irène + Martin, Grüningen	100.–
▪ Bürgisser Sven, Aesch	100.–	▪ Gremminger-Baumann Margrit, Winterthur	200.–
▪ Burgunder Ch. + H.-U., Langnau am Albis	100.–	▪ Grünenfelder-Reiter Barbara, Zürich	140.–
▪ Butti Karin + Marcel, Obfelden	200.–	▪ Gunzinger Dr. med. Liselotte, Stäfa	200.–
▪ Caprez Werner, Oberrieden	100.–	▪ Gutzwiller Meryl Ann + Max, Gattikon	100.–
▪ Castellani Heidi, Zürich	100.–	▪ Gygax Rosa, Knonau	100.–
▪ Cavigilli Maja Christine, Meilen	100.–	▪ Hall Stefan, Pfaffhausen	100.–
▪ Constam Rudolf, Basserdorf	100.–	▪ Hämmig Rosamarie + Robert, Uetikon a. S.	100.–
▪ Cornaz-Schwarzenbach Michael, Oberrieden	200.–	▪ Hardmeier Staiber Verena, Zumikon	100.–
▪ Credit Suisse, Institutional Clients, Zürich	500.–	▪ Haslebacher Elisabeth, Thalwil	300.–
▪ Crippa Keller Dr. med. Marisa, Zürich	2'250.–	▪ Hauser Thomas W., Neerach	100.–
▪ Dery Marianne, Zürich	100.–	▪ Hersperger-Frischknecht B., Hombrechtikon	500.–
▪ Diogenes Verlag AG, Zürich	300.–	▪ Hess Direktor Robert, Winterthur	100.–
▪ Dubach Jakob, Uerikon	200.–	▪ Hiller-Ruf Jolanda + Karl, Zürich	100.–

**ab CHF 100.–**

■ Hippele-Muntwyler Ursula, Zürich	200.–	■ Leuthardt-Petermann Helene, Zürich	100.–
■ Hofstetter-Nadolny Karin, Pfäffikon	100.–	■ Luginbühl Rosmarie + Ulrich Alfred, Benglen	200.–
■ Hölken Cuno, Weisslingen	100.–	■ Lüll Beatrice, Zürich	500.–
■ Hollenstein Guido, Zürich	100.–	■ Mäder Dr. med. Alex, Zürich	100.–
■ Honegger Rosmarie + Thomas, Zürich	100.–	■ Maissen-Studer Margrit, Winterthur	100.–
■ Hubatka Dr. med. Gérard, Küsnacht	100.–	■ Marchand-Kurt Dr. Marcel, Uster	100.–
■ Huber Margrit, Kollbrunn	100.–	■ Meier Beatrice, Zürich	100.–
■ Huber Paul, Adliswil	100.–	■ Meier Matthias, Winkel	300.–
■ Huber-Gerlach Waltraud + Jörg, Affoltern a. A.	100.–	■ Meier Robert, Zürich	200.–
■ Hubmann Dr. iur. Vreni, Zürich	100.–	■ Meyer Claudia, Rüschlikon	100.–
■ Jevtic Radinka, Zürich	100.–	■ Muff Dr. med. Lilo E., Affoltern am Albis	1'500.–
■ Jordi Peter, Dänikon	100.–	■ Müller Rosmarie, Buchs	100.–
■ Joseph-Früh Myrtha + Daniel, Volketswil	100.–	■ Müller Walter, Zürich	100.–
■ Junger-Ryf Myrta + Martin, Forch	100.–	■ Müller-Merz Doris + Heinz, Zürich	200.–
■ Kägi Walter, Zürich	200.–	■ Neuber Eva, Bülach	100.–
■ Kappeler Ruth, Kilchberg	100.–	■ Neuburger-Lande Hanna + Fredy, Zürich	1'000.–
■ Karrer Liselotte, Uetikon am See	100.–	■ Nützi Gerda, Küsnacht	100.–
■ Kaul Rita, Küsnacht	150.–	■ Oberholzer-Haeseli Josef, Zürich	100.–
■ Kellenberger Rolf J., Langnau am Albis	100.–	■ Obrist Anita Erika, Effretikon	100.–
■ Kernland Tina, Neerach	100.–	■ Peter Ingrid, Zürich	100.–
■ Kielholz Rolf, Rüschlikon	100.–	■ Pfändler Alfred, Zürich	180.–
■ Klemensberger Peter, Zürich	600.–	■ Pfister Jasmin, Zürich	100.–
■ Knop Viviane, Zürich	100.–	■ Portmann Hirt Marianne Elsbeth, Winterthur	500.–
■ Kocher Hans, Uster	100.–	■ Probst Madeleine Marthe, Zürich	100.–
■ Kottelat Pierre, Zürich	500.–	■ Rees Verena, Hombrechtikon	100.–
■ Krebs Ursula, Winterthur	100.–	■ Reutimann Hermine, Guntalingen	300.–
■ Kropf Christina + François, Meilen	100.–	■ Rhomberg Esther + Franz, Zürich	150.–
■ Kull Karin, Thalwil	100.–	■ Richter Harald, Zürich	100.–
■ Küstahler Elisabeth, Meilen	120.–	■ Riedi René Johann, Oberlunkhofen	200.–
■ Kym-Brunner Monika + André, Egg bei Zürich	100.–	■ Riedi Viviane, Aesch	100.–
■ Landolt Lanz Christina, Zürich	200.–	■ Roth Fehr Jolanda, Kilchberg	200.–
■ Landolt Guido, Oberengstringen	100.–	■ Rüegg Kurt, Stallikon	100.–
■ Lange Sabine, Zürich	200.–	■ Rusterholz Rosa, Zürich	400.–
■ Langenegger-Ebeyan Angelina, Dietlikon	100.–	■ Ryffel-Grüniger Ursula + Werner, Bubikon	200.–
■ Langenegger Hans Jakob, Langnau am Albis	100.–	■ Schaffhauser Heinz, Zürich	200.–

## Spenden

### ab CHF 100.–

▪ Schaumann Louise + Karl, Pfaffhausen	100.–	▪ Treichler-Fäh Fritz, Wädenswil	100.–
▪ Scherer-Wirz Annemarie, Geroldswil	200.–	▪ Urner Lidia, Grüningen	100.–
▪ Scherrer Urs Christoph, Zürich	200.–	▪ Vetsch Dr. Werner, Zürich	100.–
▪ Schmid Carol, Herrliberg	200.–	▪ Vogel Züsette, Winterthur	100.–
▪ Schnyder Werner, Dietlikon	100.–	▪ Voll Klara Anna, Horgen	200.–
▪ Schultheiss Dr. med. Manfred, Zürich	100.–	▪ von Meyenburg Marianne, Kollbrunn	100.–
▪ Schulthess Alice, Ottenbach	100.–	▪ von Wurstemberger Françoise, Zumikon	100.–
▪ Schwarb René, Wetzikon	100.–	▪ Vontobel Peter, Greifensee	200.–
▪ Schweizer-Bruderer M. + H.-U., Rüschlikon	100.–	▪ Wassmer Rudolf, Zürich	100.–
▪ Sieber Anna, Zürich	200.–	▪ Weiss Albert, Regensdorf	200.–
▪ Siegrist-Meili Ursula, Zürich	100.–	▪ Wettenschwiler Hugo, Kloten	100.–
▪ Sigg-Schmucki Rudolf, Wermatswil	100.–	▪ Wettstein-Schärer Annemarie + Kurt, Zürich	100.–
▪ Spiess-Mohn Nella, Effretikon	100.–	▪ Wetzel Jacques, Egg	100.–
▪ Sporrer Pia, Greifensee	100.–	▪ Wigert Karl, Uster	100.–
▪ Spörri-Hählen Kurt, Turbenthal	300.–	▪ Wirth Marianne, Zürich	100.–
▪ Spörry Christoph, Horgen	100.–	▪ Wirz Ruth, Seuzach	100.–
▪ Stalder-Huber Alice, Wädenswil	100.–	▪ Würmli Rolf, Gattikon	100.–
▪ Staubli Margrit + Robert, Zürich	100.–	▪ Zanelli-Bürgler Bernadette + Markus, Pfäffikon	100.–
▪ Stäubli-Lattmann Alice, Horgen	100.–	▪ Zimmerli Gabriela, Uerikon	100.–
▪ Stehli-Wolf Marlis + Max, Zürich	150.–	▪ Zuber Vreni, Zürich	100.–
▪ Steiner Urs, Uerikon	300.–	▪ Zürcher Heinz, Mönchaltorf	100.–
▪ Steinmann Heidi, Zürich	100.–	▪ Zwick Brigitte, Richterswil	100.–
▪ Tobler Werner, Nürensdorf	100.–		



## Schweizerische Rheumaspende

### ab CHF 500.–

▪ Bischofberger Karl, Opfikon	1'000.–
▪ Brunner Ursula, Zürich	1'000.–
▪ Früh Markus, Wallisellen	800.–
▪ Hersperger Berti, Hombrechtikon	500.–
▪ Heule Guido, Herrliberg	5'000.–
▪ Keller Verena, Zürich	500.–
▪ Kramer-Hägeli Charles, Zürich	600.–
▪ Landolt Christina, Zürich	1'000.–
▪ Mannhart Hans-Peter, Herrliberg	500.–
▪ Meister Markus, Andelfingen	600.–
▪ Müller Jacqueline, Zumikon	500.–
▪ Munz David, Zürich	500.–
▪ Rutishauser Heinz, Zürich	500.–
▪ Seiler-Kofel Doris, Meilen	500.–
▪ Stoka-Model Brigit, Zürich	800.–

Personen und Institutionen mit Wohn- oder Geschäftssitz im Kanton Zürich, welche in der Berichtsperiode der Dachorganisation Rheumaliga Schweiz Beiträge zukommen liessen.

## Unsere Kursleitenden

Bewegung ist für das Wohlbefinden wichtig; dies vermitteln unsere Kursleitenden. Dazu braucht es fundierte Kenntnisse des Bewegungsapparates, aber auch die Fähigkeit, zu regelmässiger Bewegung zu motivieren. Und unsere 140 Kursleitenden stehen auch zuvorderst, wenn es darum geht, Freude am Bewegen zu wecken.



### **Ruth Schmid-Wenger**

Bewegungspädagogin BGB  
Seit August 2012 Kursleiterin  
Rückenwell bei der Rheumaliga  
Zürich (diverse Gruppen in Uster)

#### **Worin besteht deine Aufgabe?**

Menschen zu trainieren, die Rückenschmerzen vorbeugen wollen oder an leichten Rückenschmerzen leiden. Mobilisieren, kräftigen, stabilisieren der wichtigen Tiefenmuskulatur an Rücken und Bauch mit Einbezug des Beckenbodens, Schulung der Koordination und des Gleichgewichtes sind unerlässlich für körperliche Fitness und Wohlbefinden. Dass die Teilnehmenden dieses Ziel mit abwechslungsreichem Ganzkörpertraining erreichen, dafür setze ich mich ein. Tipps zum rückengerechten Verhalten im Alltag gehören dazu. Dank laufender Weiterbildung kann ich neue Entwicklungen der Bewegungslehre im Training einfließen lassen.

#### **Was begeistert dich und macht deine Arbeit abwechslungsreich?**

Wie fühlen sich die Teilnehmenden heute? Mehr oder weniger Schmerzen nach dem Training letzte Woche? Auf was können die Teilnehmenden heute besonders achten? Dies sind Fragen, die sich mir jede Woche neu stellen. Dank der angenehmen Gruppengrösse kann ich auf diese Fragen eingehen. Obwohl in der Gruppe, sind ein individuelles Training und persönliche Beratung möglich. Jede Woche ein neues Programm mit passender Musik und spüren, wie sich die Teilnehmenden mit viel Einsatz und Freude bewegen, das begeistert mich immer wieder.

#### **Über welche Rückmeldungen freust du dich?**

Aussagen von Teilnehmenden zum absolvierten Training. «Heute musste ich mich überwinden zu kommen, und es hat sich für mich gelohnt, ich fühle mich wieder fit.» «Du hast mich heute wieder gefordert aber es hat mir viel Spass gemacht.»

Oft nach dem Training verlassen die Teilnehmenden das Kurslokal lachend und schwatzend in bester Stimmung – eine schöne Rückmeldung, die mich am meisten freut.

#### **Was schätzen die Teilnehmenden am Angebot der Rheumaliga Zürich?**

Die Kursleitenden der Rheumaliga Zürich sind gut ausgebildet. Die Rheumaliga Zürich gilt als seriöse Anbieterin von Kursen sei es für Rheumabetroffene oder zur Prävention für alle. Bei Ärztinnen und Ärzten sowie teilweise bei Versicherungen anerkannt. Das individuelle Training in kleinen Gruppen.

#### **Was schätzt du an der Zusammenarbeit mit der Rheumaliga Zürich?**

Nach langjähriger selbstständiger Tätigkeit bin ich seit August 2012 bei der Rheumaliga Zürich als Kursleiterin für Rückengymnastik angestellt. Die Zusammenarbeit mit dem Team der Rheumaliga Zürich ist toll. Meine Anfragen für jegliche Art von Unterstützung werden positiv beantwortet, die Weiterbildungstage sind bestens organisiert und interessant und die soziale Kompetenz wird gelebt. Die Kursteilnehmenden sind ebenso begeistert von der Art, wie sich das Rheumaliga Zürich-Team ihrer Anliegen annimmt und die besten Lösungen sucht. Ein grosses Dankeschön an das Rheumaliga Zürich-Team.

**Dodo Usteri**

Selbstständige Tanzlehrerin  
(seit 1987)  
Seit Februar 2013 Kursleiterin Easy  
Dance Latino bei der Rheumaliga  
Zürich (in Zürich)

**Worin besteht deine Aufgabe?**

Ich unterrichte Easy Dance Latino, eine Art Line-dance, aber mit Schritten aus den Paartänzen. Mit Musik, die Atmosphäre schafft, möchte ich für einen Moment ein wenig aus dem Alltag aussteigen. Wenn es mir gelingt, die Kursteilnehmenden mit meiner Begeisterung anzustecken und wir gemeinsam Freude haben am Tanzen, dann ist es wunderbar.

**Was begeistert dich an deiner Arbeit?**

Ich liebe es mit anderen Menschen zu tanzen.

**Was macht deine Arbeit abwechslungsreich?**

Die Menschen mit ihren Verschiedenheiten.

**Über welche Rückmeldungen freust du dich?**

Wenn die Kursteilnehmenden sagen, dass ihnen der Unterricht Spass macht und sie aufgestellt sind nach meinen Stunden.

**Was schätzt du an der Rheumaliga Zürich?**

Ich erlebe den Kontakt mit den Mitarbeitenden der Rheumaliga Zürich äusserst positiv, persönlich und freundlich. Es ist schön, für eine gute Sache einen Beitrag leisten zu können. Die Weiterbildungstage waren für mich jedes Mal spannend und ich habe immer dazugelernt. Ich freue mich deshalb auf den nächsten Weiterbildungstag.

**Kyra Kaiserswerth**

Dipl. Physiotherapeutin  
Seit 2001 Kursleiterin Active  
Back-acemy bei der Rheumaliga  
Zürich (in Richterswil)

**Worin besteht deine Aufgabe?**

Meine Aufgabe sehe ich darin eine abwechslungsreiche, sinnvolle und motivierende Gymnastikstunde anzubieten. Die Teilnehmenden unterscheiden sich stark in Beschwerdebild, Alter und Belastbarkeit.

**Was begeistert dich an deiner Arbeit?**

Mich begeistert die Vermittlung der abwechselnden Themen einer Übungsstunde, die Freude an Bewegung und sensibilisierenden Übungen.

**Über welche Rückmeldungen freust du dich?**

Die erfrischenden, positiven Rückmeldungen der Teilnehmenden freuen mich und motivieren mich sehr. Sie würden sich nach den kleinen Anstrengungen glücklicher fühlen und von mir als Kursleiterin geschätzt.

**Was schätzen die Teilnehmenden am Angebot der Rheumaliga Zürich?**

Wichtig scheint den Teilnehmenden die Nähe des Kursortes sowie die moderate Kursgebühr. Das Miteinander, ohne sozialen, verpflichtenden Druck, wie das in Vereinen oft der Fall ist, wird geschätzt. Die Rheumaliga Zürich sei hilfsbereit und kompetent, wenn es um die Beantwortung von Fragen aller Art geht.

**Was schätzt du an der Rheumaliga Zürich?**

Ich schließe mich diesem Kompliment an. Wann immer ich mich an die Rheumaliga Zürich mit einem Anliegen wendete, wurde mir prompt, unkompliziert und fachmännisch geholfen. Dies erleichtert die Zusammenarbeit und motiviert mich. Das spannende, abwechslungsreiche Kursangebot schätzte ich seit vielen Jahren und freut mich jedesmal aufs Neue. Die Rheumaliga Zürich ist eine wichtige Institution, die nachhaltig, gut strukturiert und sozial geführt wird.

# Angebote, Dienstleistungen und Kontakte

## Rheumaliga Zürich

---

Geschäfts- und Beratungsstelle  
Badenerstrasse 585, Postfach 1320, 8048 Zürich  
Montag bis Freitag 08.30–11.45 Uhr und 13.30–16.30 Uhr  
sowie nach Vereinbarung auch ausserhalb der Öffnungszeiten

Telefon 044 405 45 50  
Telefax 044 405 45 51  
[www.rheumaliga.ch/zh](http://www.rheumaliga.ch/zh)

---

### ■ E-Mail

- Allgemeine Anliegen und Fragen
- Finanzen und Administration
- Beratung/Gesundheits-Telefon 0840 408 408
- Kurse

[info.zh@rheumaliga.ch](mailto:info.zh@rheumaliga.ch)  
[admin.zh@rheumaliga.ch](mailto:admin.zh@rheumaliga.ch)  
[gesundheit.zh@rheumaliga.ch](mailto:gesundheit.zh@rheumaliga.ch)  
[kurse.zh@rheumaliga.ch](mailto:kurse.zh@rheumaliga.ch)

---

## Informationen/Veranstaltungen

Telefon 044 405 45 50

- Aktiv-Ferienwochen
- Ausflüge
- Erzählcafé in Zürich und Winterthur
- Gedächtnistraining – Bleiben Sie geistig fit
- Gesangskurs – Freude am Singen
- Gesund informiert – Referate in kleinem Rahmen in Zürich und Winterthur
- Wissen ist ... – Tipps und Tricks im Austausch
- Veranstaltungen und Vorträge für Betroffene, Interessierte sowie für Fachleute des Sozial- und Gesundheitswesens. Diese Veranstaltungen werden im Modulsystem wunschgemäss zusammengestellt
- Kostenlose Broschüren und Merkblätter mit Tipps zur Vorbeugung und Behandlung
- Informationsmagazin «forumR», für unsere Mitglieder unentgeltlich
- Verkauf von Publikationen
- Betriebliche Gesundheitsförderung (Firmenkurse) im Modulsystem, wunschgemäss zusammengestellt
- Mitwirkung an Fachmessen und Ausstellungen

## Rheumaliga Zürich

### Beratung rund um Ihre Gesundheit

Telefon 0840 408 408 (Normaltarif) oder 044 405 45 50

Wir beraten Sie kompetent und kostenlos bei allen Fragen rund um Ihre Gesundheit.

Ihre persönlichen Anliegen nehmen wir ernst. Unser Team aus Fachleuten (Pflegefachfrau, Sozialarbeitende, Bewegungsfachleute, Rheumatologinnen, Rheumatologe, Sozialversicherungsfachleute, Ergotherapeutin, Ernährungsberaterin, Physiotherapeutin, Paar- und Familientherapeutin usw.) berät Sie individuell und kostenlos. Wir vermitteln zum Beispiel bei Konflikten mit den Arbeitgebenden oder anderen Personen im Umfeld und helfen im Kontakt mit der Invalidenversicherung und weiteren Sozialversicherungen.

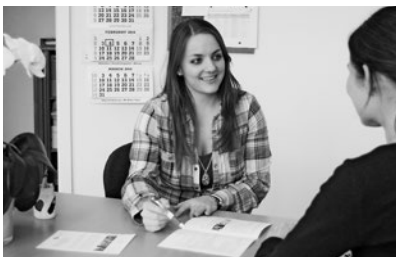
Wenn Sie Therapien, Kuraufenthalte und Alltagshilfen nicht aus eigenen Mitteln finanzieren können, finden wir gemeinsam mit Ihnen Lösungen. Wir helfen Ihnen bei der Korrespondenz mit Sozialversicherungen wie IV, AHV, Zusatzleistungen, Pensionskassen, Kranken- und Unfallversicherungen.

#### ■ Ergotherapeutische Beratung

Die Ergotherapie unterstützt Sie im Erhalten und Wiedererlangen Ihrer Selbstständigkeit im Alltag. Mit gezielten Angeboten und durch individuell auf Sie ausgerichtete Massnahmen (Arbeitsplatzabklärung, Liegeberatung, Küchenoptimierung, Abgabe und Training von Hilfsmitteln usw.) sollen Ihre Beschwerden reduziert und damit Ihre Lebensqualität verbessert werden.

#### ■ Ärztliche Beratung

Sie möchten Informationen zu neuen Behandlungsmethoden und Therapien oder haben generell Fragen im Zusammenhang mit rheumatischen Krankheitsbildern? Unsere ärztliche Beratung (persönlich, telefonisch, per Mail) ist für Sie kostenlos.



# Angebote, Dienstleistungen und Kontakte

## Rheumaliga Zürich

---

### Bewegungskurse

Telefon 044 405 45 55

#### ■ **Bewegen im Wasser**

- Aquacura – Die therapeutische Wassergymnastik
- Aquajogging – Das Laufen im Wasser
- Aquawell – Das Wassertraining

---

#### ■ **Rückentraining mit Köpfchen**

- Active Backademy – Das Rückentraining
- Diskushernie-Gymnastik
- Rückenwell – Die Rückengymnastik

---

#### ■ **Bewegt entspannt**

- Balance Gym – Ausgewogen aktiv
- Café Balance – Rhythmik und Geselligkeit
- Easy Dance/Easy Dance Latino
- Feldenkrais – Mit Leichtigkeit bewegen lernen
- Musik und Bewegung
- Nordic Walking – Bewegen in der Natur
- Pilates – Die Kraft aus der Mitte
- Sanftes Yoga/Luna Yoga
- Qi Gong – Die sanfte Bewegung
- Personal Training

---

#### ■ **Therapeutische Gymnastik nach Mass**

- Arthrosegymnastik
- Bewegungstherapie bei Rheumatoider Arthritis
- Diskushernie-Gymnastik
- Osteogym – Die Osteoporosegymnastik
- Weichteilrheuma-Gymnastik

---

#### ■ **Unternehmen**

- Betriebliche Gesundheitsförderung (Firmenkurse) im Modulsystem, gemäss Bedarf zusammengestellt
-

## Sie möchten uns unterstützen? Werden Sie Mitglied!

### Mindestbeitrag

▪ Einzelmitglied	CHF 50.00
▪ Gönnermitglied	CHF 300.00
▪ Juristische Personen	CHF 200.00

**Für Legate und Spenden, auch anstelle von Blumen bei Todesfällen,  
sind wir stets dankbar.**

**Postkonto 80-33440-7**

Seit 2010 ist die Rheumaliga Zürich Mitglied bei [myhappyend.org](http://myhappyend.org)

### Rheumaliga Zürich ist seit 1955 ZEWO-zertifiziert.

#### Das Gütesiegel steht für:

- zweckbestimmten, wirtschaftlichen und wirksamen Einsatz Ihrer Spende
- transparente Information und aussagekräftige Rechnungslegung
- unabhängige und zweckmässige Kontrollstrukturen
- aufrichtige Kommunikation und faire Mittelbeschaffung



## Vorstand/Beirat

### Vorstand

▪ <b>Präsidentin</b>	Lilo E. Muff, Dr. med., 8910 Affoltern am Albis (seit 2000 im Vorstand)	seit 2004
▪ <b>Vizepräsidentin</b>	Marisa Crippa Keller, Dr. med., 8002 Zürich (seit 2003 im Vorstand)	seit 2013
▪ <b>Quästor</b>	René Riedi, 8917 Oberlunkhofen	seit 2010
	Felix U. Bretschger, lic. iur. et lic. rer. soc., Rechtsanwalt und Mediator FH/SAV, 8001 Zürich (2013 im Beirat)	seit 2014
	Fritz Keller, Dr. med., 8610 Uster	seit 2003
	Erika Ziltener, Geschäftsleiterin Patientenstelle Zürich, Präsidentin Dachverband Schweizerische Patientenstellen, Kantonsrätin, lic. phil. I und dipl. Pflegefachfrau, 8006 Zürich (2013 im Beirat)	seit 2014

### Beirat

Pius Brühlmann, Dr. med., Leitender Arzt, Rheumaklinik des UniversitätsSpitals, 8091 Zürich	seit 1994
Ulrich Brunner, Dr. med., 8302 Kloten	seit 1990
Inès Kramers-de Quervain, Dr. med., Chefärztin Rheumatologie und Rehabilitation Schulthess Klinik, 8008 Zürich	seit 2008
Thomas Läubli, PD Dr. med., Department Health Sciences and Technology ETH Zürich, 8006 Zürich	seit 2001
Beatrix Mandl, Regionalgruppen-Leiterin Zürich der Schweizerischen Polyarthritikervereinigung, 8800 Thalwil	seit 2002
Stefan Mariacher-Gehler, Dr. med., Chefarzt RehaClinic, 8125 Zollikerberg	seit 2013
Lisette Müller-Jaag, 8934 Knonau	seit 2004
Maria Neuhäusler Apothekerverband des Kantons Zürich, 8808 Pfäffikon	seit 2004
Beat Wälchli, Dr. med., Fachärzteezentrum Prisma, 8125 Zollikerberg	seit 2006



#### Beratende Ärztinnen und Arzt

Marisa Crippa Keller, Dr. med., 8002 Zürich

---

Lilo E. Muff, Dr. med., 8910 Affoltern am Albis

---

Josef Schönbächler, Dr. med., 8002 Zürich

---

#### Ehrenmitglieder

Irma Happ, 8032 Zürich

---

Rudolf Kissling, Prof. Dr. med.,  
Senior Consultant, Abt. für Physikalische Medizin und Rheumatologie,  
Uniklinik Balgrist, 8008 Zürich

---

Elsa Sappeur, 8032 Zürich

---

Crista D. Weisshaupt, 8617 Mönchaltorf

---

#### ■ Verstorbene Ehrenmitglieder (der letzten drei Jahre)

Charlotte Bloch, Dr. med., 8055 Zürich, 2013

---

#### Revisionstelle

TBO Revisions AG, 8003 Zürich

---

Stand Februar 2015

## Team Geschäftsstelle

▪ <b>Geschäftsleiterin</b>	Geschäftsleiterin	Lilo Furrer
▪ <b>Finanzen und Administration</b>		Monika Pfister
		Silvia Rothaug
▪ <b>Beratung / Gesundheits-Telefon</b>	Sozialarbeitende	Jessica Wendland
		Nicole Anderhub
		Dominique Schwank
		Felix Bürge
	In Ausbildung	Simone Schnyder
	Ergotherapeutische Beratung	Nicole Dudler
▪ <b>Kurse</b>	Fachleiter Kurse	René Willi
	Koordinator Kurse	Simon Copat
	Organisation Kurse	Monika Kneubühl

Neben Festangestellten umfasst das Team auch rund 140 externe Mitarbeitende.

Stand Februar 2015



*Lilo Furrer*



*Monika Kneubühl*



*Dominique Schwank*



*Jessica Wendland*



*Simon Copat*



*Nicole Anderhub*



*Nicole Dudler*



*Monika Pfister*



*René Willi*



*Felix Bürge*



*Silvia Rothaug*



*Simone Schnyder*

Nutzen Sie unsere über 60-jährige Erfahrung!  
Wir **informieren, beraten, bewegen** und **bewirken**.

---

**Sie möchten mehr erfahren? Rufen Sie uns an. Wir sind für Sie da!**

Rheumaliga Zürich  
Badenerstrasse 585  
Postfach 1320  
8048 Zürich  
Telefon 044 405 45 50  
Telefax 044 405 45 51  
info.zh@rheumaliga.ch  
www.rheumaliga.ch/zh



Öffnungszeiten  
Montag–Freitag  
08.30–11.45 Uhr  
13.30–16.30 Uhr  
nach Vereinbarung auch  
ausserhalb der Öffnungszeiten