

Editorial

Gemeinsam stark dank Selbsthilfe!

Selbsthilfe fördert Ihre Gesundheit – überzeugen Sie sich selbst

Die nationale Koordinations- und Dienstleistungsstelle Selbsthilfe Schweiz ist zusammen mit 22 regionalen Selbsthilfezentren führend in der Förderung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in der Schweiz mit rund 2'800 Selbsthilfegruppen zu über 300 gesundheitlichen, psychosozialen und sozialen Themen.

In den Selbsthilfegruppen erfahren Personen und Angehörige emotionale Unterstützung, Erfahrungs- und Wissensaustausch, Hilfe im Umgang mit der Erkrankung im Alltag und mehr Gesundheits- und Selbstkompetenz für sich und für andere. Das hilft allen, gerade in diesen schwierigen Zeiten.

Trotz wissenschaftlich belegter Fakten zu ihrer Wirkung, insbesondere im Gesundheitsbereich, fehlt in der Schweiz nach wie vor eine gesetzliche Verankerung der Selbsthilfe. Selbsthilfe Schweiz wünscht sich für 2025 wieder etwas mehr Fokus auf Qualität und auf Patientenzentriertheit und dafür weniger Kostendämpfungsdiskussionen im Schweizer Gesundheitswesen.

Dafür setzen wir uns immer und immer wieder mit viel Pioniergeist und Innovationsfreude auch im 2025 ein – am liebsten mit Ihrer Unterstützung zusammen.

Frohe Festtage im 2024 und alles Gute für 2025.

Herzliche Grüsse,

Lukas Zemp, Geschäftsführer Selbsthilfe Schweiz



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA

Aus dem Inhalt

Gesundheits- und Sozialpolitik

Regionale Anlaufstellen REAS PGV

Drohende Budgetkürzung bei Eidg. Qualitätskommission abgewendet

Zugang zu Medikamenten muss schnell, aber auch sicher und zahlbar sein

Akteure und Plattformen

Netzwerk Schlaf

Prix Sana für die Peers der Krebsliga

Tag der Kranken am 2.3.2025

Aktives Engagement von Selbsthilfe Schweiz für den Tag der Kranken

Stärkung der mentalen Gesundheit von jungen Menschen im digitalen Zeitalter, 25.3.2025

Nationale Demenzkonferenz, 29.4.2025

Geliko Themen

Nationaler Gesundheitsbericht über Krebs 2024

Podcast: Wo Prävention bei Rheuma funktioniert (und wo nicht)

Ein ganzes Heft zu Inklusion

Aktuelle Schulungsangebote von aha! Allergiezentrum Schweiz

Aktualisierte Broschüre zum Atopischen Ekzem

Geliko Mitglieder

Selbsthilfe Schweiz sucht innovative Führungspersönlichkeit ab Oktober 2025

Neue Geschäftsleitung bei der Schweizerischen Muskelgesellschaft

Geliko intern

Der Geliko Vorstand verabschiedet sich von seinem Mitglied Jörg Spieldenner

Geliko Agenda



Regionale Anlaufstellen REAS PGV

Ende November 2024 schloss die Geliko das vierjährige Projekt «Regionale Anlaufstellen REAS PGV: Unterstützung bei komplexen gesundheitlichen und sozialen Einschränkungen» ab. Auf der Grundlage des Projektberichts¹ und eines Antrags der Geliko gewährt Gesundheitsförderung Schweiz REAS PGV eine Übergangsfinanzierung für die Jahre 2025 bis 2028. Ziel ist eine Multiplikation des Angebots und dessen Integration in die Regelversorgung.

2020 bis 2024 setzte die Geliko gemeinsam mit der Hochschule für Soziale Arbeit FHNW und der Haute école de travail social et de la santé Lausanne HETSL / HES-SO das REAS-Projekt in den drei Pilotregionen Bern, Schaffhausen und Waadt erfolgreich um. In Regionalen Anlaufstellen (REAS) finden Menschen mit komplexen gesundheitlichen und sozialen Problemstellungen ein niedrigschwelliges Angebot zur individuell zugeschnittenen Unterstützung. Spezifisch geschulte Fachpersonen vermitteln Betroffenen – gestützt auf ein Kurzassessment – passende Angebote (Triage) oder begleiten sie bei entsprechendem Bedarf im Rahmen eines Sozialtherapeutischen Case Managements (SCM).

Im SCM wird eine eigens entwickelte Software für psychosoziale Diagnostik und Intervention angewendet. Die begleitende REAS-Evaluationsstudie zeigte, dass das SCM die Lebenszufriedenheit und subjektive Lebensqualität von Personen mit komplexen Mehrfachbelastungen signifikant verbessert und auch ihre Ressourcensituation und die Orientierung im Versorgungssystem optimiert. Die individuell abgestimmte Begleitung trägt zudem dazu bei, Krisen vorzubeugen und die Notfallversorgung zu entlasten, was sich auch auf die Gesundheitskosten auswirkt. Dieser grosse Nutzen des REAS-Angebots steht in einem sehr günstigen Verhältnis zum Aufwand.

Als nachhaltiges Finanzierungsmodell konnte die REAS Schaffhausen als erster Standort eine Leistungsvereinbarung mit dem Kanton treffen. Die Übergangsfinanzierung 2025–2028 durch Gesundheitsförderung Schweiz und damit verbundene Fortsetzung des Projekts REAS PGV unterstützt den Aufbau des Angebots in weiteren Regionen und dessen Integration in die Regelversorgung. Darüber hinaus ermöglicht sie, noch mehr Synergien mit benachbarten Angeboten zu schaffen.

¹ Geliko, Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz (2024). Schlussbericht Projekt REAS – Regionale Anlaufstellen. Kurzversion. Gesundheitsförderung Schweiz (Hrsg.), Bern.

Drohende Budgetkürzung bei Eidg. Qualitätskommission abgewendet

Im Rahmen der Vorberatungen zum Voranschlag 2025 mit integriertem Aufgaben- und Finanzplan (IAFP) 2026–2028 durch die Finanzkommissionen der eidgenössischen Räte, hat die Finanzkommission des Ständerates eine drastische Kürzung des Budgets für die Eidg. Qualitätskommission (EQK) beantragt. Gemäss der sogenannten **Fraktionsfahne** zum Voranschlag vom 21. November 2024 wurde beantragt, das Budget der EQK in den kommenden Jahren um CHF 9 Mio. pro Jahr zu kürzen. Die Folgen einer solchen Kürzung wären dramatisch gewesen und hätten die Arbeit der EQK massiv beeinträchtigt.

Dank dem Engagement vieler Organisationen, die sich für Qualität im Gesundheitswesen einsetzen, konnte diese drohende Kürzung abgewendet werden. Die **Geliko** mit ihrer Präsidentin Ständerätin Flavia Wasserfallen hat mit ihrem Netzwerk dazu beigetragen.

Die EQK kann nun weiterhin Projekte und Programme umsetzen, um die Fehlversorgung von Patientinnen und Patienten zu reduzieren und ihre Stellung im Gesundheitswesen zu verbessern.

Zugang zu Medikamenten muss schnell, aber auch sicher und zahlbar sein

Wenn es um die Zulassung und Preisfestsetzung von innovativen Medikamenten geht, treffen die Interessen der unterschiedlichen Akteure aufeinander. Dabei stellt sich immer drängender die Frage, wie effektive Arzneimittel identifiziert werden, um sie schnell und angemessen vergüten zu können. Im Vorfeld der Wintersession wurden Forderungen nach vertraulichen Preismodellen und nach beschleunigten Zulassungsverfahren laut. Beide Massnahmen sind aber aus Sicht der Patient:innen nicht zufriedenstellend.

Vertrauliche Preismodelle, bei denen die pharmazeutische Industrie und das Bundesamt für Gesundheit für gewisse Arzneimittel geheime Rabatte aushandeln, erzielen nachweislich nicht die erwünschte Wirkung. Eine im Gesetz verankerte Vertraulichkeit auf unbestimmte Zeit untergräbt den Auslandspreisvergleich und den therapeutischen Quervergleich.

«Das Vorgehen ist ähnlich wie am Black Friday: Je höher der fiktive Listenpreis ist, desto grösser können die Rabatte sein. Bei geheimen Preisab-sprachen wird es jedoch schwieriger zu überprüfen, ob die Preisfestsetzung tatsächlich auf einem robusten Qualitätsnachweis beruht.», er-

klärt Dr. Nora Franzen, die seit Jahren für das European Fair Pricing Network auf diesem Gebiet forscht.

Um die bestehenden Prozesse zu optimieren, müssen alle Akteure am gleichen Strick ziehen und die Interessen der Patientinnen und Patienten über Partikularinteressen stellen. Der Nationalrat ist seiner Kommission leider nicht gefolgt und beschloss, die Vertraulichkeit der Preismodelle im Gesetz zu verankern. Die Krebsliga Schweiz bedauert auch die Entscheidung, die Eidgenössische Arzneimittel-

telkommission (EAK) zu umgehen, die für die Überprüfung der relativen Wirksamkeit innovativer Substanzen mit niedrigerem Evidenzniveau zuständig ist. Der Ständerat muss nun dafür sorgen, dass die EAK gestärkt und nicht geschwächt wird, damit die Preise für neue Substanzen ihrer nachgewiesenen und nicht nur erhofften therapeutischen Wirksamkeit entsprechen.



Akteure und Plattformen

Netzwerk Schlaf

Der Schlaf bekommt eine Stimme

Am 23. Oktober war es soweit: das Netzwerk Schlaf wurde im Rahmen eines Treffens von Expertinnen und Experten gegründet. Nebst dem Gründungsakt stand die Förderung von Projekten in der Gesundheitsversorgung statt. Mehr als 70 Fachpersonen lauschten gespannt den Erläuterungen von Franziska Widmer Howald und Raphaël Tremeaud von Gesundheitsförderung Schweiz. Anschliessend wurde in zielgruppenspezifischen Workshops erste Projektideen skizziert. Auch die Pflege des Netzwerks kam nicht zu kurz.

Am selben Tag fand in Bern ein Publikumsanlass zum Thema «Wie kann ich besser schlafen?» statt. Rund hundert Gäste fanden den Weg ins Eventforum Bern. Nach der Begrüssung durch Prof. Björn Rasch von der Universität Fribourg und der berührenden Eröffnungsrede des Patrons des Netzwerks, Nationalrat Christian Lohr, erzählten zwei Patienten ihre Schlafleidensgeschichte und wie sie Hilfe fanden. Danach beantworteten Dr. Albrecht Vorster, Swiss Sleep House, Dr. Heydy Lorena Gonzalez, Hofklinik für Wach- und Schlafmedizin und Dr. med. Helen Slawik, Universitäre Psychiatrische Klinik Basel, Fragen aus dem Publikum. Der von Katharina Locher (SRF) moderierte Anlass war ein voller Erfolg!



Ziele des Netzwerks:

- Vernetzung der professionellen Akteure im Bereich Schlaf
- Sichtbarkeit des Themas Schlaf in der Gesellschaft und Politik verbessern
- Sensibilisierung der Bevölkerung für die Wichtigkeit einer guten Schlafgesundheit
- Zugang zu Informationen sowie Behandlungs- und Beratungsmöglichkeiten erleichtern

Nächste Anlässe:

- Publikation eines Schlaftests auf der Webseite
- 14. März 2025: Welttag des Schlafs
- 15. Mai 2025: **SSP/SSTS-SSSSC Joint Annual Meeting, Geneva**
- Herbst 2025: Nächstes Netzwerktreffen

Zusatzinformationen

Mehr erfahren: www.netzwerkschlaf.ch | info@netzwerkschlaf.ch



Prix Sana für die Peers der Krebsliga Schweiz

Mit dem Prix Sana würdigt die «Fondation Sana» Menschen, die sich für ihre Mitmenschen und unser Gesundheitssystem engagieren. Nebst den Peers der Krebsliga Schweiz ging die Auszeichnung auch an Cristina De Biasio Marinello. Sie setzt sich für Menschen ein, die jung an Demenz erkrankt sind.

«Es freut mich ausserordentlich, dass dieser Preis an die gesamte Gruppe unserer Peers geht. Er bedeutet eine grosse Wertschätzung für ihre wichtige Arbeit, die sie ehrenamtlich leisten», sagt Erika Gardi, die bei der Krebsliga Schweiz für die Peerplattform verantwortlich ist.

Jemanden an der Seite zu haben, der einen durch schwierige Zeiten begleitet, ist für krebsbetroffene Menschen wertvoll. «Ich hätte mir bei meinen zwei Krebsdiagnosen gewünscht, mich bei jemandem melden zu können, der eine ähnliche Erfahrung gemacht hat», sagt Andrea, die den Prix Sana 2024 zusammen mit John, der sich ebenfalls als Peer engagiert, im Namen aller Peers an der Preisverleihung in Zürich entgegennahm. Das Preisgeld von 15 000 Franken wird die Gruppe in die Weiterbildung für ihre Peer-Arbeit investieren.



Gruppenbild der Peers mit Erika Gardi, Verantwortliche der Peerplattform und Mirjam Weber, CEO der Krebsliga Schweiz

Zusatzinformationen

Nominierungen für den nächsten Prix Sana können bis zum 31. März 2025 direkt auf der Website www.prix-sana.ch eingegeben werden. Unter allen Einsendungen werden drei Reisegutscheine im Wert von je CHF 1'000.00 verlost. Die Preisverleihung findet im Herbst 2025 statt.

Nationaler Gesundheitsbericht über Krebs 2024

Erhöhtes Zweittumorrisiko erfordert entsprechende Nachsorgeangebote

Der erstmals publizierte nationale Gesundheitsbericht über Krebs zeigt: Krebsbetroffene haben auch Jahrzehnte nach der Diagnose ein erhöh-

tes Risiko, erneut an einem Tumor zu erkranken. Diese Erkenntnis hat Auswirkungen auf die Tertiärprävention in der Schweiz. Besonders junge Krebsbetroffene benötigen gezielte Nachsorgeangebote.

Die Nationale Krebsregistrierungsstelle (NKRS) und das Kinderkrebsregister haben im nationalen Gesundheitsbericht über Krebs erstmals das sogenannte Zweittumorrisiko analysiert. Die über einen Zeitraum von rund 30 Jahren ausgewertete Daten zeigen, dass Krebsbetroffene ein insgesamt grösseres Risiko haben, nach einer ersten Diagnose auch an einem zweiten Tumor zu erkranken, als Personen ohne vorherige Krebserkrankung.

Risiko nicht bei allen Betroffenen hoch

Allerdings bedeutet eine Krebserkrankung nicht für alle Betroffenen das gleiche Risiko für einen Zweittumor. So haben u.a. das Alter bei der Erkrankung und die Behandlung des Ersttumors einen Einfluss. Eher gefährdet sind junge Krebsbetroffene und Krebspatient:innen, die eine Stammzelltransplantation, eine Chemo- und/oder eine Radiotherapie erhielten. Auch die Tumorart ist entscheidend: Wer im Erwachsenenalter an einem Krebs erkrankt, der mit Rauchen oder Alkohol in Verbindung steht, hat ebenfalls ein höheres Risiko für einen Zweittumor.

Gezielte Präventions- und Nachsorgeangebote

Diese Erkenntnisse zeigen, wie wichtig es ist, eine individuelle Risikoabschätzung für einen Zweittumor zu machen und einen entsprechenden Nachsorgeplan zu erarbeiten. Gleichzeitig benötigen Betroffene gezielte Angebote in der Tertiärprävention, um das Risiko für eine erneute Erkrankung zu senken. Auch für die Tertiärprävention sind die vorliegenden Resultate wertvoll. Sie zeigen, dass es sinnvoll ist, bei den Gruppen mit erhöhtem Risiko Massnahmen im Bereich von Tabak- und Alkoholkonsum zu stärken.

Zusatzinformationen

Nationaler Gesundheitsbericht über Krebs 2024 (pdf)

Tag der Kranken 2025

«Hilfe zur Selbsthilfe»

Sich Wissen aneignen und Probleme in die eigenen Hände nehmen: Dies ist der Kern der «Hilfe zur Selbsthilfe». Verbunden mit dem Wunsch, die eigene Situation zu verbessern, werden Betroffene und Angehörige aktiv. Sie bringen sich Methoden bei oder nehmen Angebote in Anspruch, um sich selbst zu helfen und werden aufgrund von Erfahrungen kompetente Expertinnen und Experten, die selbstbestimmt ihren Weg gehen. Aber Hilfe zur Selbsthilfe kann noch weit mehr. Wer sich Wissen über Gesundheit und Krankheit zu eigen macht, kann im Notfall oder bei anspruchsvollen gesundheitlichen Situationen richtig handeln,

was Leben retten wie auch körperliche und psychische Leiden lindern kann – sei es bei kranken, beeinträchtigten oder betagten Menschen. Auch darauf wollen wir gemeinsam mit unseren 39 Mitgliedern am **Tag der Kranken am 2. März 2025** mit dem Motto «Hilfe zur Selbsthilfe» hinweisen, getreu unserem Ziel, die Bevölkerung jährlich auf ein besonderes Thema aus dem Bereich «Gesundheit und Krankheit» zu sensibilisieren.

« Der Kontakt mit einem Peer bietet Krebsbetroffenen oder Angehörigen emotionale Unterstützung, fördert Resilienz und Selbstwirksamkeit, gibt Orientierung im Alltag und vermittelt Normalität, wenn die Welt Kopf steht. Es stärkt die Zuversicht und zeigt, dass ein Leben trotz oder nach Krebs möglich ist – ein umfassender Gewinn. »

Erika Gardi
Peer & Patient Advocacy bei der Krebsliga Schweiz



Wir sind gemeinsam mit Gesundheitsfachpersonen und Menschen mit chronischen Krankheiten, die andere Betroffene unterstützen, auf Spurensuche gegangen, um den Mehrwert der Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige, aber auch die Grenzen zu beleuchten. Interessierte finden auf unserer Website www.tagderkranken.ch die Unterlagen mit den Erkenntnissen. Ebenfalls dort zu finden in der Rubrik Aktivitäten sind die Übersicht, welche Veranstaltungen wo und wann stattfinden sowie Informationen zur Rede der Bundespräsidentin zum Tag der Kranken.

Medienkontakt

Nicole Fivaz, Leiterin Geschäftsstelle Tag der Kranken
Mobile: 079 214 28 34 | info@tagderkranken.ch

Aktives Engagement von Selbsthilfe Schweiz für den Tag der Kranken «Hilfe zur Selbsthilfe» vom 2. März 2025

Am Tag der Kranken vom 2. März 2025 steht das Motto «Hilfe zur Selbsthilfe» im Fokus. Selbsthilfe Schweiz und die 22 regionalen Selbsthilfezentren haben im November 2024 beschlossen, die geplanten Aktionen des Tags der Selbsthilfe 2025 vom 21. Mai grösstenteils auf den Tag der Kranken 2025 zum Thema «Hilfe zur Selbsthilfe» zu verlegen. Zusätzlich sind für den Tag der Selbsthilfe vom 21. Mai 2025 weitere mögliche Aktivitäten in Zusammenarbeit mit den regionalen Selbsthilfezentren sowie mit anderen Partnern zusammen in Abklärung. Selbsthilfe Schweiz ist neu Mitglied des Vereins «Tag der Kranken».

Kontakt

Selbsthilfe Schweiz für «Tag der Kranken 2025 – Hilfe zur Selbsthilfe»: Lukas Zemp, Geschäftsführer Selbsthilfe Schweiz | 061 333 86 01 | l.zemp@selbsthilfeschweiz
[Website Selbsthilfe Schweiz](http://www.selbsthilfeschweiz.ch)

Stärkung der mentalen Gesundheit von jungen Menschen im digitalen Zeitalter

25. März 2025

9:15 Uhr bis 17:00 Uhr | Eventfabrik Bern

Tagung Mentale Gesundheit junger Menschen und digitale Mediennutzung

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir die Fragen diskutieren, wie digitale Medien neurologische Prozesse beeinflussen und welche Auswirkungen dies auf die psychische Gesundheit haben kann. Welche Schlussfolgerungen lassen sich daraus für den schulischen Alltag ziehen? Welche Unterstützung benötigen Eltern und welche Erwartungen haben Fachpersonen aus den Bereichen Sozialarbeit, Gesundheit und Bildung? Nicht zuletzt stellt sich die Frage, welche Massnahmen – auch gesetzlicher Natur – zur Regulierung der Mediennutzung geeignet wären, um die psychische Gesundheit von jungen Menschen zu fördern. **Melden Sie sich noch heute an!**

Zusatzinformationen

[Hier gehts zum Programm und weiteren Informationen](#)



Nationale Demenzkonferenz 2025 «Zukunft Demenz: Neue Horizonte, neue Hoffnung?»

29. April 2025 | Kongresszentrum Kreuz in Bern & Live-Stream online

Entdecken Sie die Zukunft der Demenzforschung!

Erfahren Sie, wie neueste Entwicklungen wie Antikörpertherapien und ganzheitliche Ansätze die Lebensqualität von Menschen mit Demenz revolutionieren können. Auf dem Programm stehen spannende Einblicke, ethische Fragen und die Hoffnung auf neue Perspektiven. Weitere Informationen und Anmeldung [hier](#).

Zusatzinformationen

[Nationale Demenzkonferenz](#)



Podcast: Wo Prävention bei Rheuma funktioniert (und wo nicht)

Die gute Nachricht zuerst: Ja, es lässt sich präventiv etwas gegen Rheuma machen. So die Aussage der Rheumatologin Dr. med. Chrise Manolaraki. Jedoch ist Prävention ein vielschichtiges Thema, das sowohl Chancen als auch Grenzen hat, die in der neuesten Podcast-Episode von «Rheuma persönlich» der Rheumaliga Schweiz erläutert werden.

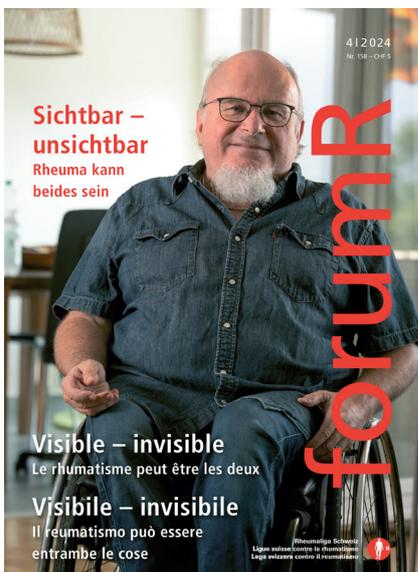
Viel Freude beim Zuhören!



Ein ganzes Heft zu Inklusion

Im neuen forumR, dem Mitgliedermagazin der Rheumaliga Schweiz, widmen wir uns dem Thema Inklusion und inklusives Miteinander. Dass Stigmatisierung, Diskriminierung und physische Hindernisse auch zentrale Themen für Rheumabetroffene sind, zeigte eine nicht repräsentative Online-Umfrage. Höchste Zeit für uns, über das Thema aufzuklären und Betroffene wie Christian Wiedmer zu Wort kommen zu lassen.

Viel Spass beim Lesen.



Die Schulungsdaten für 2025 sind da

Aktuelle Angebote von aha! Allergiezentrum Schweiz

In diesem Jahr fanden die Patientenschulungen und Weiterbildungen für Fachpersonen von aha! Allergiezentrum Schweiz erfolgreich im beliebten Blended-Learning-Format (E-Learning plus Live-Webinar) statt.

Nun stehen die Schulungsdaten für 2025 fest. Geplant sind erneut Schulungen und Weiterbildungen zu den Themen Anaphylaxie und atopisches Ekzem, die sowohl in deutscher als auch in französischer Sprache stattfinden werden. Am besten gleich anmelden und weiterempfehlen.

Zusatzinformationen

Zu den Webinaren für medizinische Fachpersonen

Zu den Patientenschulungen (Anaphylaxie und atopisches Ekzem)

Aktualisierte Broschüre zum Atopischen Ekzem

Neurodermitis - so unterschiedlich wie unsere Haut

Das atopische Ekzem (auch Neurodermitis) hat viele Ausprägungen. Je nach Hauttyp tritt die Hauterkrankung in verschiedenen Formen auf. Helle Haut färbt sich in der Regel rot, dunkle Haut wird normalerweise eine Spur dunkler, violett oder grau. In der neu überarbeiteten Neurodermitis-Broschüre von aha! Allergiezentrum Schweiz finden Betroffene alle relevanten Informationen und praktische Tipps für den Alltag.

Zusatzinformationen

Die Broschüre im aha!shop kostenlos runterladen



Atopisches Ekzem
Neurodermitis





Spannende Führungsaufgabe 2025: Selbsthilfe im Fokus

Selbsthilfe Schweiz sucht innovative Führungspersönlichkeit ab Oktober 2025

Selbsthilfe Schweiz sucht per Oktober 2025 nach der Pensionierung des jetzigen Stelleninhabers Lukas Zemp eine neue, engagierte und professionelle Leitung der Dachorganisation der Selbsthilfe in der Schweiz. Gesucht ist eine Person mit Innovationsgeist, Diplomatie sowie mit einer ausgeprägten „hands on“-Mentalität für ein dynamisches und lebendiges Berufs- und Tätigkeitsumfeld mit 22 regionalen Selbsthilfezentren sowie wichtigen, nationalen Schlüsselpartnern aus dem Gesundheits- und Sozialbereich, inkl. Führung einer kleinen aber effizienten Geschäftsstelle in Olten und Neuchâtel mit fünf Mitarbeitenden.

Die Stelle (70 – 80%) bietet viel Gestaltungsspielraum, ein motiviertes Team sowie flexible Arbeitsmodelle. Bewerbungen können bis zum 19. Januar 2025 an bewerbung@selbsthilfeschweiz.ch eingereicht werden. Mehr Informationen zur Stelle finden Sie [hier](#).

Kontakt für Fragen rund um die Stellenausschreibung Geschäftsführung Selbsthilfe Schweiz:

Lukas Zemp, Geschäftsführer Selbsthilfe Schweiz
079 551 92 48 oder l.zemp@selbsthilfeschweiz.ch

Sibylla Kämpf, Stiftungsratsmitglied Selbsthilfe Schweiz,
076 376 73 55



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAUTOSVIZZERA

Herzlich Willkommen, Sandra Messmer-Khosla!

Die Geliko freut sich, Sandra Messmer-Khosla als neue Geschäftsleiterin der **Schweizerische Muskelgesellschaft** herzlich willkommen zu heissen. Mit ihrer langjährigen Erfahrung als stellvertretende Geschäftsleiterin sowie als Bereichsleiterin für Dienstleistungen und Sozialarbeit bringt sie wertvolle Expertise mit.

Sandra Messmer-Khosla ist Sozialarbeiterin FH und Ausbilderin und hat einen persönlichen Bezug zu ihrer Tätigkeit: Sie ist selbst von Spinaler Muskelatrophie betroffen. Zu ihren zentralen Zielen zählt es, das Bewusstsein und Wissen über neuromuskuläre Krankheiten in der Gesellschaft zu stärken.

Wir wünschen ihr viel Freude und Erfolg in ihrer neuen Rolle und freuen uns auf die Zusammenarbeit und viele spannende gemeinsame Projekte.



Der Geliko Vorstand verabschiedet sich von seinem Mitglied Jörg Spieldenner

Mit grossem Bedauern musste der Vorstand der Geliko zur Kenntnis nehmen, dass sich Dr. Jörg Spieldenner beruflich neu orientieren wird und deshalb per Ende 2024 den Rücktritt aus dem Vorstand der Geliko erklärt. Mit seinem äusserst breiten Fach- und Erfahrungswissen hat uns Jörg immer wieder beeindruckt. Mit offenem und initiativem Spirit hat er die Diskussionen im Vorstand der Geliko in den vergangenen Jahren stets bereichert.

Die Geliko wünscht Jörg Spieldenner für die Zukunft viel Glück, Gesundheit und alles Gute!

Vielen Dank, Jörg, für deinen tollen Einsatz für chronisch Kranke in den vergangenen Jahren und für alles, was für die Geliko und im Vorstand geleistet hast. Du wirst uns fehlen!



Geliko Agenda

Anlass	Datum, Zeit
Vorstandssitzung 1-2025	Dienstag, 21. Januar 2025, 9:15 - 11:45 Uhr
Vorstandssitzung 2-2025	Montag, 24. März 2025, 9:15 - 11:45 Uhr
Mitgliederversammlung 1-2025	Dienstag, 13. Mai 2025, 9:45 - 12:15 Uhr
Vorstandssitzung 3-2025	Mittwoch, 25. Juni 2025, 9:15 - 11:45 Uhr (online)
Vorstandssitzung 4-2025	Donnerstag, 21. August 2025, 9:15 - 11:45 Uhr
Vorstandssitzung 5-2025	Montag, 27. Oktober 2025, 9:15 - 11:45 Uhr (online)
Mitgliederversammlung 2-2025	Donnerstag, 20. November 2025, 13:45 - 16:45 Uhr

Die Sitzungen finden, wenn nicht anders vermerkt, im Parlamentsgebäude statt.



**Frohe Festtage und
ein glückliches neues Jahr**

geliko

Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz
Conférence suisse des ligues de la santé
Conferenza svizzera delle leghe per la salute

Impressum

Interne Publikation der Geliko – Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz, Josefstrasse 92, Zürich.

www.geliko.ch

Redaktion: Franziska Casagrande / Empfängerkreis:
Geschäftsstellen der Geliko-Mitglieder

Kopieren und Weiterverbreiten erwünscht; auszugsweise
Kopieren mit Quellenangabe erlaubt.