

# Jahresbericht 2012

## TAG DER KRANKEN 2013

### Sonntag, 3. März 2013

---

*„Solange es uns gut geht, sind wir häufig vor allem mit uns selbst beschäftigt.*

*Das ändert sich bei einer Krankheit. Plötzlich geht es alleine nicht mehr. Plötzlich sind wir auf Hilfe angewiesen. Bei Kranken ist nicht nur der Körper aus dem Gleichgewicht geraten, bei Kranken kommt schnell das ganze Umfeld, das ganze Leben aus dem Gleichgewicht.“*

*aus der Ansprache von  
Bundespräsident Ueli Maurer*

#### INHALT

1. **Motto**
2. **Gedanken des Zentralkomitees zum Thema**
3. **Mitglieder des Zentralkomitees**
4. **Bericht des Zentralsekretariates**
5. **Medienarbeit**
6. [www.tagderkranken.ch](http://www.tagderkranken.ch)
7. **Bericht aus der Deutschschweiz von unserer Medienkoordinatorin**
8. **Rapporto del Comitato regionale della Svizzera Italiana**
9. **Radio- und Fernsehansprache des Bundespräsidenten**
10. **Medienaufruf von Denise Biellmann**
11. **Jahresrechnung 2012**
12. **Schlusswort**

■ AGILE Behinderten-Selbsthilfe Schweiz ■ Geliko Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz ■ Gesundheitsförderung Schweiz ■ H+ Die Spitäler der Schweiz ■ Krebsliga Schweiz ■ pharmaSuisse Schweizerischer Apothekerverband ■ physioswiss ■ santésuisse ■ Rheumaliga Schweiz ■ Schweizer. Berufsverband der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner ■ Schweizerische Alzheimervereinigung ■ Schweizerischer Evangelischer Kirchenbund ■ Schweizerische Herzstiftung ■ Schweizerische Liga gegen Epilepsie ■ Schweizerisches Rotes Kreuz SRK ■ Schweizerischer Samariterbund ■ Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren GDK ■ Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana ■ Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO ■ Spitex-Verband Schweiz ■ Stiftung Pro Senectute Schweiz ■ Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH

## 1. MOTTO

Das Zentralkomitee hat für den Tag der Kranken 2013 folgendes Thema gewählt:

### „Vom Stress des Krankseins“

## 2. GEDANKEN DES ZENTRALKOMITEES ZUM THEMA

Alle reden von Stress und meinen dabei die je eigene Reaktion auf Stressfaktoren. Wir reden vom positiven Stress, der ungeahnte Kräfte wecken kann. Besonders aber vom Stress, der uns krank macht. Der zum Problem wird, wenn eine Person übermässig und über längere Zeit hinweg so gefordert wird, dass ihre Fähigkeit, mit diesen Anforderungen zurecht zu kommen, nicht mehr ausreicht. Wenn Kraft und Zeit nicht mehr genügen, um das innere Gleichgewicht wieder herzustellen.

«Ich bin gestresst» - in der Regel denkt man dabei als erstes an Überforderungen im Arbeitsbereich. «Ich bin gestresst», diese Aussage beschreibt meist Doppel- und Mehrfachbelastungen in Familie und Beruf, wirtschaftliche Nöte ob angespannter Wirtschaftslagen und den Druck, dank moderner Kommunikationstechnik permanent verfügbar zu sein. Vergessen geht – und daran möchte der Tag der Kranken im Jahr 2013 erinnern – dass nicht nur Stress krank macht, sondern, dass auch eine Krankheit selber zum Stressor werden kann, der die Genesung kranker Menschen beeinträchtigt.

### Krankheit – der unsichtbare Stressor

Unter Stress gerät, wer in einer Gesellschaft wie unserer, in der die unermüdliche Leistungsfähigkeit schon beinahe normal erscheint, erkrankt. Weil eine Krankheit - insbesondere eine chronische Krankheit – bedeutet, aus dem gewohnten Leben zu fallen. Häufig ist Krankheit verbunden mit dem Gefühl, Probleme als nicht mehr lösbar, Anpassung an eine Forderung als nicht mehr vorstellbar zu erleben und an körperlichen Symptomen zu leiden. Je unbekannter eine Anforderung oder Lebenssituation dabei ist, je weniger man sie vorhersehen und einschätzen kann, ob sie aus eigenem Vermögen zu beeinflussen ist, desto belastender wird sie empfunden. Und je länger eine solche Überlastung andauert, desto bedrohlicher wird sie. Dann scheint es keinen Ausweg aus dem Teufelskreis mehr zu geben. Der Mensch leidet körperlich, seelisch und geistig. Vieles davon ist unsichtbares Leiden, welches das gesunde Umfeld der kranken Person kaum zu erfassen vermag. Wenn aber beide Seiten, Kranke wie Gesunde, die Krankheit als Stressor nicht berücksichtigen, sind Konflikte und Missverständnisse im Umgang miteinander programmiert.

### Existenzängste und Selbstwertverlust

Krankheit stresst, denn wer mag es sich heute schon noch leisten, krank zu sein. Unmittelbar mit den Folgen eines Unfall oder einer Krankheitsdiagnose konfrontiert, tritt meist die grosse Ratlosigkeit ein. Gefolgt von allerlei konkreten Fragen.

- Wie lange falle ich aus?
- Was heisst das für meine Erwerbstätigkeit, was für mein privates Umfeld?
- Wie steht es allenfalls mit meiner finanziellen Absicherung?
- Droht mir Kündigung, Arbeitsunfähigkeit, gar der Gang aufs Sozialamt?
- Falle ich womöglich jemandem zur Last, weil ich auch pflegebedürftig bin oder werde?

Der Stressor Krankheit ist kein Freund des Selbstwertgefühls. Nicht genug, dass die unmittelbaren Auswirkungen der Krankheit das körperliche Befinden beeinträchtigen und viele Fragen plagen. Stress kommt zusätzlich auf, wenn der Arbeitsgeber oder die Kollegen signalisieren, dass sie einen als «kranken Menschen» nicht ernst nehmen, weil nicht offensichtlich ist, was die betroffene Person fühlt oder die ärztliche Diagnose bestätigt. Wenn Aussagen angezweifelt werden, oder hinter vorgehaltener Hand darüber gerätselt wird, welche Krankheit da wohl vorliege? So können geheimgehaltene Aggressionen und daraus resultierende Schuldgefühle gegenüber Kolleginnen und Vorgesetzten entstehen, die zu Ängsten beitragen, welche wiederum die Genesung beeinträchtigen.

Auch das Mitleid der Gesunden kann stressen, das gut gemeinte Überbehüten, der verkrampfte Umgang mit Kranken nach schwerwiegenden Diagnosen. Und nicht zu vergessen, da sind die Menschen die leiden – an ihrer Krankheit und an sich selber. Ein Mensch nach einem schweren Schlaganfall beispielsweise, der womöglich nicht mehr sprechen kann, auf die Hilfe Aussenstehender angewiesen ist und Schwierigkeiten damit hat, diese Hilfe anzunehmen, steht unter grossem Druck. Oder Menschen, die an sich selber Veränderungen bemerken, diese verdrängen, um schliesslich von ihren Angehörigen darauf hingewiesen zu werden und sich den Demenztests stellen müssen. Eine für sie oft beschämende Situation.

Kranke Menschen müssen tatsächlich lernen, mit ihrem Selbstwertgefühl neu zurechtkommen. Das erhöht die eigene Verletzlichkeit. Alle dies kann überfordern und als Stress, der durch die Erkrankung ausgelöst wird, erlebt werden.

### **Die Folgen von Begleiterkrankungen**

Dass dies Auswirkungen hat, zeigen auch verschiedene Untersuchungen (siehe auch Tabelle). So wurden beispielsweise Erkrankte im Alter von 15 bis 70 Jahren im Rahmen einer aktuellen Studie über einen Zeitraum von etwa fünfeinhalb Jahren beobachtet. Dabei zeigte sich, dass deren Verarbeitungsmöglichkeiten drei Gruppen zugeordnet werden konnten : Die erste Gruppe war kaum in der Lage, durch Eigenaktivität positive Zustände zu erreichen. Die zweite Gruppe war teilweise fähig, sich selber zu helfen. In der dritten Gruppe waren lauter Menschen mit flexibler Verhaltensweise, sodass sie sich immer wieder in erwünschte positive Zustände versetzen konnten. Interessant ist, dass innerhalb der Beobachtungszeit aus der ersten Gruppe rund 2/3 verstorben waren, nur 16 Prozent gesund blieben. In der zweiten Gruppe gab es rund 1/3 Todesfälle und ebenso viele, die gesund blieben. In der dritten, der positiven Gruppe, blieben fast 2/3 gesund, ca. 15 Prozent starben (R.Grossarth-Maticsek : «Autonomietraining» 2012).

Um zu verhindern, dass Krankheit selber zum Stressor wird und die Gesundheit zusätzlich beeinträchtigt, braucht es vor allem zweierlei: **Kommunikation und Unterstützung.**

- Am allerwichtigsten erscheint es dem Verein «Tag der Kranken», dass sich die erkrankte Person zu ihren Stressfaktoren äussern kann. Ihre Umgebung realisiert häufig deren Bedeutung nicht oder bagatellisiert sie aus Verunsicherung oder Angst. Dass solches Sich-Mitteilen keine Schwäche, vielmehr eine Stärke darstellt, ist nicht selbstverständlich. „The primary treatment of adjustment disorders is talking.“ (Strain et al, 2009)
- Glücklicherweise sind infolge Erkrankung selten alle persönlichen Ressourcen dahin. Die noch bestehenden müssen positiv gewertet werden, um hilfreich zum Einsatz zu

kommen. Auch eine gewisse Kontrolle über sich selber ist in der Regel erhalten geblieben. Dadurch wird der erkrankten Person das Sich-Mitteilen leichter, und das Gespräch mit dem Gegenüber wird möglich. Stressabbau kann sich einstellen. Das hilft nicht nur dem kranken Menschen sondern auch seinem jeweiligen Umfeld (Berufswelt oder privater Bereich).

- Wichtig scheint bei längeren Krankheiten/Unfallfolgen das frühzeitige Einbeziehen von vermittelnden Fachleuten wie Casemanagerin u.ä. Wünschenswert wäre es, wenn Arbeitgebende die Möglichkeit entsprechender Gespräche mit Umsicht in die Unternehmenskultur einführen und im Ereignisfall gegenüber Betroffenen mit Fingerspitzengefühl ankündigen. Dies mit dem Ziel den Erkrankten die Hoffnung zu geben, nicht fallengelassen zu werden.

#### **Beispiele für Stressfaktoren durch Erkrankung:**

- Wenn Eltern minderjähriger Kinder erkranken gilt es, eine sofortige oder länger dauernde Betreuung der Kinder sicherzustellen. Hier braucht es Unterstützung bei der Suche und Organisation der Betreuungsmöglichkeiten.
- Wenn Landwirtinnen und Landwirte erkranken, muss dringend gewährleistet werden, dass die anstehenden Aufgaben (Versorgung der Tiere, Ernte usw.) durch eine Stellvertretung übernommen werden können. (Wenn health professionals auf Dienste des Bauernverbandes hinweisen würden, könnte damit das Signal gesendet werden, dass auch dieses Problem ernst genommen wird.)
- Wenn Alleinstehende erkranken, muss z.B. die Versorgung eines zurückgelassenen Haustiers sichergestellt sein.
- Wenn „health professionals“ eine Therapie vorschlagen, stellt eine solche oft das grösste Problem für Patienten und Patientinnen da. Es braucht daher eine klare und an den Ängsten der Kranken orientierte Beratung.
- Wenn kranke Menschen aufgrund ihrer Krankheit nicht zu Hause betreut werden können, kommt oftmals grosse Unsicherheit über rollenkonformes Verhalten in fremder Umgebung auf.
- Wenn Menschen erkranken, stresst sie die Unsicherheit darüber ungemein, ob und wie sie über ihre Krankheit und über Intimes mit ihren Nächsten reden oder ob sie diese «schonen» sollen.
- Hinzu kommt die existentielle Angst und Ungewissheit, wie es im Leben weiter gehen soll, ob die Krankheit wieder kommen wird, ob Einschränkungen zurückbleiben.

*„In jeder Krankheit sind diese drei Dinge beschwerlich: die Todesfurcht, der körperliche Schmerz und die Einschränkungen der Lebensfreude.“ Seneca Epistulae mor 70, 8. (4 v. Chr. – 65 n. Chr.)*

Autorin: Cordula Sanwald, Medienkoordination „Tag der Kranken“

### 3. MITGLIEDER DES ZENTRAALKOMITEES

<b>Zentralpräsident</b>	Veio Zanolini, Friedensrichter, Minusio
<b>Vizepräsidium</b>	Dr. med. Ursula Steiner-König
<b>Sekretärin</b>	Sylvia Ortner, Pieterlen
<b>Region Deutsche Schweiz</b>	Cordula Sanwald, Medienkoordination
<b>Region Suisse romande</b>	Sophie Courvoisier
<b>Regionalkomitee</b>	Athos Pedrioli, Gorduno
<b>Italienisch sprachige Schweiz</b>	
<b>Delegierte</b>	Moira Turini, Massagno

<b>Trägerorganisationen 2012</b>	<b>Vertreter/in im Zentralkomitee</b>
AGILE Behindertenselbsthilfe Schweiz	<i>Barbara Marti</i>
curahumanis, Luzern	<i>Ursula Streuli</i>
GDK Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und –direktoren, Bern	<i>Walter Bachmann</i>
GELIKO Schweizerische Gesundheitsligen-Konferenz	<i>Erich Tschirky</i>
Gesundheitsförderung Schweiz, Lausanne	<i>Barbara Gassmann</i>
H+ Die Spitäler der Schweiz, Bern	<i>Nicole Fivaz</i>
Krebsliga Schweiz, Bern	<i>Verena Marti</i>
pharmaSuisse Schweizerischer Apothekerverband, Bern	<i>Regula Studer-Doppler</i>
Physioswiss, Sursee	<i>Esther-Melanie Studer</i>
Rheumaliga Schweiz, Zürich	<i>Dr. Regine Strittmatter</i>
santésuisse, Solothurn	<i>Christoph Meier</i>
Schweizer Berufsverband der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner, Bern	<i>Barbara Gassmann</i>
Schweizerische Alzheimervereinigung, Yverdon-les-Bains	<i>Sophie Courvoisier</i>
Schweizerischer Evangelischer Kirchenbund, Bern	<i>Pfarrerin Elsbeth Plaz-Lutz</i>
Schweizerische Herzstiftung, Bern	<i>Therese Junker</i>
Schweizerische Liga gegen Epilepsie, Zürich	<i>Daniela Erb</i>
Schweizerisches Rotes Kreuz, Bern	<i>Christine Rüfenacht</i>
Schweizerischer Samariterbund, Olten	<i>Christine Rüfenacht</i>
Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana, Zürich	<i>Guido Münzel</i>
Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO, Bern	<i>Anna-Christina Zysset</i>
Spitex-Verband Schweiz, Bern	<i>Lisa Pesenti</i>
Stiftung Pro Senectute Schweiz, Zürich	<i>Werner Schärer</i>
Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte, Bern	<i>Dr. med. Ursula Steiner-König</i>

#### **Ehrenmitglieder:**

Margrit Bossart, lic. oec., Bern †  
 Dr. theol. Felix Christ, Bern  
 Prof. Dr. med. Eduard Haefliger, Wald †  
 Charlotte Häni †  
 Yolanda Hartmann, Epalinges  
 Emil Huber, Bern †  
 Prof. Dr. Dr. h.c. Boris Luban-Plozza †  
 Eva Michaelis, Bern  
 Hans Schenker, Aarau †  
 Dr. med. Karl Zimmermann †

## Änderungen im Zentralkomitee:

### Austritt auf Ende 2012:

#### curahumanis

Vertretung: Frau Ursula Streuli

### Nachfolgende Vertretungen haben gewechselt:

#### Anstelle von:

Ursula Vogt  
**santésuisse**

Yvonne Suter  
**Spitex Schweiz**

Dominique Schönenberger  
**Pro Mente Sana**

#### neu:

Christoph Meier, Direktor

Lisa Pesenti

Guido Münzel

## 4. BERICHT DES ZENTRALKOMITEES

**Die statutarischen Geschäfte (Besetzung des Zentralkomitees, Sitzungen, Rechnungslegung, usw.) beziehen sich auf das Kalenderjahr 2012. Die Berichtsperiode erstreckt sich hingegen auf das Jahr 2013.** Grund: zahlreiche Aktivitäten aus dem Vorjahr beziehen sich jeweils auf den TAG DER KRANKEN am ersten Märzsonntag des kommenden Jahres.

### 4a: Aktivitäten 2012

Das Zentralkomitee tagte am 3. Mai und am 27. September 2012 in Bern. Es genehmigte an der Jahressitzung vom 3.5. in Bern den Schlussbericht und die Jahresrechnung 2011. An der Herbstsitzung bestimmte das Zentralkomitee das Motto, den Verfasser des Medienaufrufs und die weiteren Modalitäten für den Tag der Kranken 2013.

### 4b: Aktivitäten 2013

Der Tag der Kranken 2013 fand am Sonntag, den 3. März statt. Anschliessend einige Beispiele, auf welche Art auf den Tag der Kranken aufmerksam gemacht, und auf welche Weise den Kranken überall in unserem Land Zuwendung und Freude gewidmet wurde.

### **Institutionen:**

#### **Die Krebsliga Schweiz**

Expertinnen der Krebsliga unterhielten am Krankensonntag das Krebstelefon mit Beratungen rund um das Thema Krebs

**Das Schweizerische Rote Kreuz** mobilisierte in sämtlichen Kantonen tausende von freiwilligen Helferinnen und Helfer, die Blumensträuße, Rosen, Orchideen und Topfpflanzen zusammenstellten und diese in Spitälern und Heimen den Kranken überbrachten.












**Der Schweizerische Samariterbund** durfte, wie jedes Jahr, auf seine Samariterinnen und Samariter zählen, die sich in hunderten von Gemeinden in der ganzen Schweiz organisierten und den Kranken in ihrer Ortschaft mit einem Besuch und einem kleinen Geschenk Freude bereiteten. Beliebt sind die tausenden von Primelipflanzen in Töpfen, die jedes Jahr von den freiwilligen Helferinnen und Helfern in Pflegeheimen, Alterszentren und Spitälern an Bewohner und Kranke überbracht werden. Die Samariterinnen nahmen sich bei ihren Besuchen die Zeit für Gespräche mit den Kranken.

**Spitex Schweiz** hat mancherorts mit den Samaritervereinen und dem SRK zusammengearbeitet.

#### Vereine:

#### Verband Schweizer Volksmusik VSV

Auf folgender Darstellung sind die Anzahl Musikdarbietungen in den verschiedenen Kantonen aufgeführt.

Kantone	Anzahl Veranstaltungen	Kantone	Anzahl Veranstaltungen
	3		6
	5		16
	6		10
	4		17
	4		40
	7		<u>Total</u> Gesamte Schweiz <b>118</b>

Die Zusammenarbeit mit dem Verband Schweizerischer Volksmusik und dem Tag der Kranken wurde von Jahr zu Jahr intensiver, und so werden es schweizweit von Jahr zu Jahr mehr Musikveranstaltungen, die der VSV organisiert. Die Musikveranstaltungen erfreuen jedes Jahr schweizweit Patienten und Angehörige in Spitälern und Altersheimen.

### **Spitäler/Heime:**

Die meisten Spitäler und Kliniken offerierten ihren Patientinnen und Patienten nebst dem Festtagsmenü eine Grusskarte oder eine kleine Aufmerksamkeit der Direktion.

**Das Inseospital Bern** besuchte traditionsgemäss mit 40 Freiwilligen alle Patienten des Spitals und überbrachten Rosen und beste Wünsche der Direktion. Kinder erhielten ein kleines Spielzeug

**In der Klinik SGM in Langenthal** hielt Prof. Dr. med. Gerd Nagel, Onkologe, einen Fachvortrag zum Thema „Vom Stress des Krankseins“

**Das Spital STS AG in Thun** organisierte ein Interview auf Radio BeO mit dem stellvertretenden Chefarzt der Psychiatrischen Dienste, Dr. Walter Gekle

### **Seelsorge:**

Die meisten Gottesdienste in der ganzen Schweiz wurden dem Tag der Kranken gewidmet. Es fanden auch viele Krankensalbungen statt. Manche Gottesdienste wurden von Jodlermessen umrahmt. Viele Spitäler führten oekumenische Gottesdienste durch und übertrugen diese im Spitalradio.

Aus der City-Kirche in Zug wurde von einem Heilungsgottesdienst berichtet, der bereits zum siebten Mal am Tag der Kranken durchgeführt wurde.

### **Politik:**

Einige Gesundheitsvorsteherinnen und -vorsteher engagierten sich mit einer Botschaft für den Tag der Kranken. Im Kanton St. Gallen besuchte Regierungsrätin Heidi Hanselmann zum neunten mal Kranke in sämtlichen Spitälern des Kantons. Der Bündner Regierungsrat Dr. Christian Rathgeb verteilte im Kantonsspital Rosen. Im Kanton Zug erhielten die Bewohner der Pflegeheime „Ennetsee“ in Cham, „Lindenpark“ in Hünenberg sowie die Patienten der Psychiatrischen Klinik Zugersee Besuch von Gesundheitsdirektor Urs Hürlimann. Er bedankte sich bei allen Angehörigen, Berufsleuten und Ehrenamtlichen für ihren unermüdlichen Einsatz.



## 5. MEDIENARBEIT zum Motto 2013: „Vom Stress des Krankseins“

Pressespiegel	Presse-Artikel			Online
<b><u>Deutsche Schweiz und Liechtenstein</u></b>				
Medienaufruf von Denise Biellmann		2		1
Ansprache Bundespräsident Ueli Maurer				66
Thema: „Vom Stress des Krankseins“		20		10
Veranstaltungen		64		10
Seelsorge		31		6
Politiker		16		14
SRK / Samariter / Krebsliga	24	13	13	8
Eigenartikel		24		6
<b>Total</b>		<b>207</b>		<b>121</b>
<b><u>Französische Schweiz</u></b>				
Medienaufruf von Denise Biellmann				
Ansprache Bundespräsident Ueli Maurer				6
Thema: „Le stress dans la maladie“		3		5
Veranstaltungen		3		5
Seelsorge				1
SRK / Samariter / Krebsliga				1
Eigenartikel		2		
<b>Total</b>		<b>8</b>		<b>18</b>
<b><u>Italienische Schweiz</u></b>				
Medienaufruf von Denise Biellmann				
Ansprache Bundespräsident Ueli Maurer				8
Thema: „Lo stress dell'essere malato“		4		3
Veranstaltungen		16		
Seelsorge		2		
Politiker		2		
SRK / Samariter / Krebsliga			1	
Eigenartikel		5		
<b>Total</b>		<b>30</b>		<b>11</b>
<b><u>Rätoromanische Schweiz</u></b>				
Eigenartikel / allgemeine Hinweise		3		
<b>Total ganze Schweiz</b>		<b>248</b>		<b>150</b>
<b>Gesamttotal Print- und Online-Medien</b>		<b>398</b>		
<b><u>Presse: (Print-/Online-Medien)</u></b>				

Insgesamt hat der Tag der Kranken 2013 mit beinahe 400 Beiträgen in den Printmedien und im Internet erneut ein sehr grosses Medienecho erzeugt. Wiederum hat die Anzahl der

Online-Artikel gegenüber dem Vorjahr zugenommen. Eine gewaltige Steigerung – mehr als 100 % - hat sich in der Online-Wiedergabe der Ansprache von Bundespräsident Ueli Maurer ergeben.

Am Krankensonntag 2013 war auch Wahlsonntag. Dies machte sich insbesondere bei den Radio- und Fernsehstationen bemerkbar. Hier wurde der Fokus eindeutig auf den Wahlsonntag gelegt. Aus diesem Grund sind uns vom Pressedienst keine Meldungen zum Tag der Kranken eingegangen.

## **6. Website [www.tagderkranken.ch](http://www.tagderkranken.ch)**

Von April 2012 bis Mitte März 2013 haben sich nahezu 58'000. Besucher für unsere Website interessiert. Die Printmedien haben grösstenteils in ihren Mitteilungen auf die Website von Tag der Kranken hingewiesen.

## **7. BERICHT AUS DER DEUTSCHSCHWEIZ**

Die Medienkoordination des Tag der Kranken stellte den Trägerinnen und Trägern erstmals ein Servicepaket zur Verfügung, das intern dem Aufruf zur Mitwirkung sowie extern der Medien- und Öffentlichkeitsarbeit in den Trägereigenen Kommunikationsmitteln dienen sollte. Ebenfalls zum ersten Mal wurde der dreisprachige Medienversand des Tag der Kranken in diesem Jahr gesplittet. Ziel war es, die Fach- und Special Interest-Medien früher als bisher über den Tag der Kranken zu informieren und für eine Berichterstattung zu gewinnen. Daher erfolgte der «Fachmedienversand» (Gesundheit, Medizin, Lifestyle) via ots am Freitag, 2. November 2012. Inhaltlich bestand dieser aus der Medienmitteilung sowie dem Faktenblatt und einer Infobox. Die Publikumsmedien wurden kurzfristiger, am Montag, 18. Februar 2013, via ots mit einer Medienmitteilung und dem Medienaufruf informiert. Den Medienaufruf verfassten Cordula Sanwald und Ursula Steiner-König im Auftrag von Frau Biellmann.

### **Medienecho:**

Abzocker-Initiative, Raumplanung, Familienpolitik: Mit diesen Themen stand der Abstimmungs-Sonntag am 3. März 2013 schon allein auf Bundesebene medial im Rampenlicht. Die Konkurrenz, gegen die sich der Tag der Kranken 2013 durchzusetzen hatte, um auf nationaler, regionaler und lokaler Ebene in die Medien zu gelangen, war sehr gross. Dennoch dürfen wir uns über ein beachtliches Ergebnis freuen: 398 Medienbeiträge im Jahr 2013 gegenüber 424 im Vorjahr. Das kann sich angesichts der beschriebenen Rahmenbedingungen immer noch sehen lassen.

Wegen der starken politischen Live-Berichterstattung wichen viele Medien bei der Information über den Tag der Kranken auf ihre Onlinemöglichkeiten aus, so dass wir über dieses Kanäle insgesamt 150 Beiträge (Vorjahr: 112) erhielten. Wie schon im Vorjahr erfreute sich die Rede des Bundespräsidenten U. Maurer: 66), respektive der Bundespräsidentin (E. Widmer-Schlumpf: 33 Beiträge) grosser Medienbeliebtheit (Tendenz: stark zunehmend. Der Medienaufruf hingegen wurde nicht publiziert.

Im Gegensatz zu 2012 gingen in diesem Jahr für die Deutschschweiz keine Vorabanfragen seitens Journalistinnen und Journalistinnen zum Tag der Kranken ein. Auch wurden keine aktuellen Radiointerviews gegeben (Vorjahr: 8 Radiobeiträge Deutschschweiz, insg. 12 landesweit).

### **Medienversand-Splitting**

Das Splitting des Medienversandes scheint sich nicht bewährt zu haben. So konnten – einer ersten Durchsicht des Medienspiegels zufolge – weder mehr noch neue Fachmedien zur Vorberichterstattung motiviert werden. Bewährt hat sich hingegen das Themensetting in Fachmedien durch direkte Kontakte der Trägerinnen und Träger. Dies sollte ausgebaut werden. Daher schlägt die Medienbeauftragte vor, den Fachmediensversand im Oktober 2013 über die Verteiler der Träger laufen zu lassen; der Publikumsmediensversand soll wie gehabt über ots im Februar 2014 erfolgen.

Cordula Sanwald, Medienkoordinatorin

## 8. RAPPORTO DEL COMITATO REGIONALE DELLA SVIZZERA ITALIANA

Nel 2013, l'Associazione Giornate del Malato della Svizzera Italiana, ha ricordato la giornata con il tema **“Lo stress dell'essere malato”** e per l'occasione sono state visitate domenica 3 marzo 2013 con inizio alle ore 09.30, la struttura dell'Ente ospedaliero cantonale presso l'Ospedale Regionale ORBV sede San Giovanni di Bellinzona, la Casa per Anziani di Giubiasco e la Casa per Anziani Fondazione Caccia-Rusca di Morcote. Il pranzo è stato condiviso con gli ospiti della Casa per Anziani di Giubiasco. La delegazione ufficiale era composta dalla Direttrice del Dipartimento della sanità e della socialità Consigliere di Stato e Presidente del governo Ing. Paolo Beltraminelli, dal Presidente del Consiglio di Amministrazione dell'Ente Ospedaliero Cantonale Dott. Daniele Lotti, dal Direttore Generale dell'Ente Ospedaliero Cantonale Dott. Giorgio Pellanda, dalla Presidente dell'Associazione delle Cliniche Private Ticinesi Signora Mimi Lepori-Bonetti, dal Presidente dell'AGMSI Athos Pedrioli, accompagnato dalla V/Presidente Anna De Benedetti e dai membri dell'ufficio Presidenziale Moira Turini e Stefano Cutunic.

Il lancio della giornata si è tenuto con una conferenza stampa in data giovedì 28 febbraio 2013 presso l'Istituto leventinese per Anziani Santa Croce di Faido, al quale è seguito un concerto di Gala con 5 componenti della Scuola universitaria di musica del Conservatorio della Svizzera Italiana e per terminare è stato offerto dalla direzione della Casa per Anziani un ricco aperitivo.

Tutti i mass-media della Svizzera Italiana, hanno contribuito e hanno riferito dando ampio spazio alla Giornata del Malato 2013, con interviste al Presidente, sia alla televisione, alla radio e sui giornali. La collaborazione durante la giornata, da parte dei responsabili dei settori operativi dell'AGMSI, sparsi capillarmente su tutto il territorio della Svizzera italiana, che in vari modi hanno contribuito all'ottima riuscita della giornata.

Le visite sono state apprezzate dai pazienti, loro parenti, dal personale sanitario (medico e para-medico), come pure da tutte le direzioni degli istituti.

Durante tutte le visite il sottoscritto ha tenuto un discorso basandosi sul tema della giornata, sottolineando e focalizzando l'attenzione sullo stress indotto dal divenire malato. Molteplici circostanze contribuiscono a favorire maggiormente l'insorgenza nel malato di questa difficile situazione, fonte, di forte disagio fisico e psichico.

Oltre alla malattia in sé, un ricovero ospedaliero o la necessità di dover subire un intervento chirurgico, sono evenienze critiche nella vita di una persona e della sua cerchia familiare, L'ammalato ospedalizzato esce dalla dimensione spazio-temporale abituale e viene a trovarsi in una nuova diversa situazione, che gli procura uno stress d'ambientamento fortissimo.

Il malato prova insicurezza, ansia, depressione, talora angoscia, che coinvolge in questo stato pure i membri della propria famiglia, compartecipi dell'ansietà del loro congiunto sofferente.

Il mutamento da “persona sana” a “persona malata” provoca al livello mentale un disorientamento difficile da interpretare. In un individuo abituato a vivere nel proprio ambiente casalingo, con tutte le comodità, assieme ai propri familiari, trovarsi all'improvviso traslato in un nuovo habitat dove per una serie di fattori:

- lontananza dalla famiglia
- abbandono delle vecchie abitudini
- organizzazione e orari dell'ospedale
- limitazione dello spazio personale
- perdita della propria intimità

provocano uno stato d'ansia, irritazione, frustrazione e depressione nel paziente che vive un elevato livello di stress psicologico.

Questo particolare tipo di “stress negativo”, è caratterizzante di ogni ricovero ospedaliero, si accuisce poi maggiormente nell'eventualità di dover subire un intervento chirurgico.

La visione del paziente in questa situazione, assume un carattere di ambivalenza, oscillante tra: l'esito sarà portatore di guarigione oppure di ulteriore sofferenza? L'anestesia medesima può costituire per il malato un aspetto preoccupante.

Per ridurre tutte queste ansietà è necessaria una dettagliata informazione da parte del personale medico e paramedico sia al paziente che ai suoi familiari.

È dimostrato che in mancanza di precise informazioni sul proprio stato di salute, il malato è indotto a pensare che la propria condizione sia più grave di quanto lo sia realmente.

Lo stress è un potente agente patogeno e qualora in chi ne è colpito viene a mancare la capacità di farvi fronte, subentra il rischio di sviluppare alcune forme di sofferenza psicologica.

Soggetti sofferenti di patologia fisica, se sono in grado di affrontare situazioni difficili, subiranno minori effetti negativi dello stress e otterranno anche dei miglioramenti nella patologia di cui sono affetti, tutto il contrario di coloro che tendono ad utilizzare comportamenti di ansia, peggiorando ulteriormente la propria malattia.

Per evitare comunque che la malattia diventi un fattore di stress e ne pregiudichi maggiormente la salute, ci vogliono soprattutto due cose: **Comunicazione e sostegno**.

**Comunicazione** specifica, da parte del corpo medico e infermieristico al paziente, ai familiari o suoi assistenti, sulla malattia, sul suo decorso e la durata della cura.

Parimenti è dovuto **sostegno** al paziente da parte degli interessati citati prima, così da aiutarlo a superare ansie, dubbi e timori, tutti elementi provocatori dello stress.

Nella giornata del malato 2013, anche la nostra Associazione della Svizzera Italiana, ritiene che la cosa più importante per dire: **No allo stress provocato dalla malattia**, sia quella che alla persona ammalata sia data ampia facoltà di poter esprimersi sulle sue preoccupazioni, evitando che diventino se non eliminate fonti di stress.

Athos Pedrioli, Presidente AGMSI

## **8. RADIO- UND FERNSEHANSPRACHE VON BUNDESPRÄSIDENT UELI MAURER**

Miteinander und füreinander – das war meine Botschaft zum Jahreswechsel. Und sie gilt ganz besonders auch für heute, für den Tag der Kranken.

Solange es uns gut geht, sind wir häufig vor allem mit uns selbst beschäftigt.

Das ändert sich bei einer Krankheit. Plötzlich geht es alleine nicht mehr. Plötzlich sind wir auf Hilfe angewiesen. Bei Kranken ist nicht nur der Körper aus dem Gleichgewicht geraten, bei Kranken kommt schnell das ganze Umfeld, das ganze Leben aus dem Gleichgewicht.

Es ist wie bei diesen alten Waagen, die zwei Waagschalen haben. Sie sind im Gleichgewicht, bis man an der einen Schale etwas verändert. Dann beginnt sie, sich zu neigen. Um die Balance zu halten, braucht es dann in der andern Schale ein Gegengewicht. Die Waage ist ein Sinnbild für das Leben: Bei einer Krankheit kann man sich nicht mehr allein auf das Gewohnte verlassen; vieles ist anders, neu und umständlich. Das Gleichgewicht geht verloren. Jetzt braucht es ein neues Gegengewicht, um Leid und Ungemacht der Krankheit aufzuwiegen. Und dieses Gegengewicht können die Gesunden sein – die Gesunden, die sich mit Herz, Mitgefühl und Verständnis um die Kranken kümmern. Wir alle, die wir gesund sind, können den Kranken helfen, ein neues Gleichgewicht zu finden. Legen wir unser Herz in die Waagschale!

Kranke brauchen ein gutes, unterstützendes Umfeld, brauchen Angehörige und Pflegende, die für sie sorgen. Im Umgang mit den Kranken zeigt sich, wie gut eine Gemeinschaft funktioniert.

Wir danken darum den Frauen und Männern, die sich die Sorge um die Kranken zum Beruf gemacht haben.

Und wir sind froh um alle, die im privaten Leben kranke Mitmenschen auf irgend eine Art unterstützen können. Sie leisten einen ganz wichtigen Beitrag an unsere Gesellschaft.

Bei der Pflege von Kranken zeigt sich uns auch der Wert der Familie und der Wert von guten Freunden. Wir stellen fest, dass es eben nicht immer nur alleine geht, sondern dass wir einander brauchen. Eben: Miteinander und füreinander.

Dieses Jahr ist der Tag der Kranken dem Thema „Vom Stress des Krankseins gewidmet“: Stress kann krank machen; und das Kranksein kann Stress verursachen.

Ich meine, auch da spielt die Gemeinschaft eine wichtige Rolle. Reden wir miteinander, unterstützen wir uns gegenseitig. Dies insbesondere in einer Welt, in der die menschlichen Beziehungen mehr und mehr von Technologien ersetzt werden und wo alles immer schneller und schneller geht. In einer solchen Welt ist es wichtig, dass man sich Zeit nimmt – für sich und für andere. Denken wir an die Waage, an das Herz und an das Gleichgewicht!

Und zum Schluss habe ich Ihnen noch ein persönliches Rezept gegen Stress: Ich bin davon überzeugt, dass sich Sport positiv auf die Gesundheit auswirkt. Gerade bei Stress sorgt Sport für Ausgleich. Bewegung und frische Luft bewirken oft kleine Wunder – versuchen Sie es doch mal!

Ich wünsche Ihnen allen gute Gesundheit. Ich wünsche Ihnen Kraft, damit Sie sich kranken Menschen in Ihrem Umfeld annehmen können. Und allen, die an einer Krankheit leiden, wünsche ich Zuversicht und Genesung!

## **9. MEDIENAUFTRUF VON DENISE BIELLMANN**

Eiskunstlauf ist mit vielen Gefahren verbunden, auch unerwarteten: Das Training bei Minusgraden und das Risiko von Stürzen mit entsprechenden Schmerzen verlangt sehr starke Nerven, ausgewogene Ernährung und einen guten Ausgleich zwischen Belastung und Entlastung. Viele kranke Menschen – gerade diejenigen mit einem chronischen Leiden – müssen gleichfalls umsichtig mit sich selber umgehen und wollen dennoch ihren Beitrag im Beruf und Alltagsleben erbringen. Wenn dies nicht möglich ist, braucht es viel Vertrauen und Verständnis füreinander, damit der Druck nicht noch grösser wird, als er ohnehin schon ist.

Das Thema des diesjährigen «Tag der Kranken» - Vom Stress des Krankseins – liegt mir am Herzen. Es ist wichtig, dass wir darüber nachdenken, wie wir als Gesunde und Kranke miteinander umgehen. Jede Krankheit belastet, körperlich oder seelisch. Weil man Angst hat, nicht mehr einsatzfähig und damit auch weniger wert zu sein. Auch für mich wäre vieles schwerer, hätte ich nicht Menschen, die mich nach einer Verletzung oder Krankheit unterstützen und mir Mut machen.

Ich wünsche allen Kranken am heutigen «Tag des Kranken», dass auch sie Menschen an ihrer Seite haben, mit denen sie über den Stress des Krankseins reden können. Die sich darauf einlassen, Ängste und Belastungen mit ihnen zu teilen. Ich bin überzeugt davon, dass auf diese Weise beide Seiten wachsen können.

\*1980 Olympiasiegerin im Eiskunstlaufen in Lake Placid  
von 1979 – 1981 insgesamt 16 mal Gold an internationalen Wettkämpfen.  
1979 und 1981 Wahl zur Schweizer Sportlerin des Jahres

**10. JAHRESRECHNUNG 2012**

	<u>Rechnung 2011</u> (1. 1. 11 - 31.12. 12)	<u>Rechnung 2010</u> (1.1.10 - 31.12.11)
<u>Aufwand</u>		
Sekretariatsaufwand	5'000.00	5'000.00
Sekretariatsspesen	3'000.00	3'000.00
Sitzungs-, Reisespesen	1'693.80	1'564.00
Büromaterial	1'566.75	1'284.70
Medienversand ots	2'046.05	2'160.00
Pressedienst	1'378.70	1'359.85
Porti	825.65	628.75
Abschreibungen Büromaterial und EDV	345.40	555.50
Internet	2'846.40	2'236.00
Übersetzungen	93.80	480.00
Bankspesen	61.95	112.95
Repräsentationsspesen	54.00	628.60
	<hr/> 18'912.50	19'010.35
<u>Ertrag</u>		
Mitgliederbeiträge		15'000.00
Spenden		1'000
Zins		13.50
	<hr/> 18'912.50	16'013.50
Reingewinn/ <u>Reinverlust</u> :		2'899.00
<hr/>		
<b><u>Bilanz</u></b>		
<u>Aktiven</u>		
Kasse		1'330.10
Berner Kantonalbank		4'706.75
Debitoren		3'500.00
Büromaschinen und EDV-Anlagen		1'035.70
		<hr/>
Total Aktiven		<b>10'572.55</b>
<u>Passiven</u>		
Eigenkapital		13'471.55
G/V-Vortrag		2'899.00
		<hr/>

<b>Total</b>	<b>13'471.55</b>	<b>13'471.55</b>
--------------	------------------	------------------

---

**Spenden:**

Interpharma Basel

Fr. 1'000.—

**Revisionsbericht:**

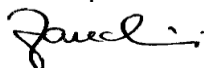
Der Revisionsbericht ist im Zentralsekretariat aufgelegt und unter [tagderkranken@bluewin.ch](mailto:tagderkranken@bluewin.ch) erhältlich.

**11. SCHLUSSWORT**

Das Zentralkomitee dankt den Medien, welche den Tag der Kranken an die Öffentlichkeit getragen haben sowie all den vielen bekannten und unbekanntenen Helfern und Helferinnen für ihren Einsatz am Tag der Kranken. Ein besonderes Dankeschön geht an Herrn Bundespräsident Ueli Maurer für die über Radio und Fernsehen an die Bevölkerung gerichtete Ansprache. Dankend möchten wir auch den Medienaufruf von Denise Biellmann erwähnen.

## TAG DER KRANKEN

Der Zentralpräsident



Veio Zanolini

Die Zentralsekretärin



Sylvia Ortner