



Medienmitteilung zum Tag der Kranken 2025

Hilfe zur Selbsthilfe – mehr als nur ein Schlagwort

Bern, März 2025. Seit über 85 Jahren setzt der Tag der Kranken jährlich am ersten Märzsonntag gemeinsam mit dem Bundespräsidenten oder der Bundespräsidentin und tausenden Freiwilligen ein Zeichen für die kranken und beeinträchtigten Menschen in der Schweiz. Denn gemäss Bundesamt für Statistik sind derzeit rund 2,3 Millionen Menschen aller Altersstufen in der Schweiz von einer chronischen Krankheit betroffen. Das Motto am 2. März 2025 lautet «Hilfe zur Selbsthilfe». Wir wollen Betroffene, aber auch Angehörige ermutigen, den Austausch zu suchen und entsprechende Angebote – sei es im Einzelsetting, in der Gruppe oder Online – in Anspruch zu nehmen.

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 40 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.», erklärt die Präsidentin des «Tag der Kranken» Doris Fischer-Taeschler.

Bedürfnis ist gross, sich auszutauschen mit anderen Betroffenen und Angehörigen

Das Themenspektrum der Selbsthilfe ist riesig und beinhaltet Bereiche, an die man in einem ersten Schritt vielleicht gar nicht denkt. Für den Tag der Kranken 2025 zu diesem Motto fokussieren wir uns auf Beeinträchtigungen sowie die physischen und psychischen Erkrankungen – seien sie nun chronisch oder nicht. Dabei sind uns der Umgang mit diesen genauso wichtig wie Präventionsaspekte, um beispielsweise Krankheiten vorzubeugen. Bedeutungsvoll ist auch die Stärkung der Kenntnisse über das Schweizer Gesundheitswesen. Beides sind gute Möglichkeiten, das Gesundheitswesen zu entlasten und das Leiden von Betroffenen zu mindern. 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. Dabei hat sich gezeigt, dass die Selbsthilfe für viele Betroffene und Angehörige eine wichtige Stütze ist bei Fragen und im Alltag. Oft passiert sie im informellen Rahmen und es ist von Person zu Person verschiedenen, welche Form der Selbsthilfe Anklang findet. Der grosse Vorteil der von professionellen Organisationen getragenen Angebote ist, dass bei Bedarf auch Fachpersonen zu Rate gezogen werden können, um Informationen auszutauschen

und zu verifizieren. Die Fachpersonen ihrerseits profitieren vom Erfahrungswissen von Betroffenen und Angehörigen und können dieses bei ihrer täglichen Arbeit einfließen lassen.

Wissen hilft, richtig zu handeln

Stellen Sie sich vor, die Arbeitskollegin bricht plötzlich während einer Sitzung zusammen oder der Nachbar scheint immer apathischer zu werden. Wüssten Sie, wie Sie richtig reagieren können, um zu helfen? Ausserhalb des Gesundheitswesens sagen viele Menschen wahrscheinlich nicht ohne zu zögern Ja, nämlich aus Angst, etwas falsch zu machen. In Seattle etwa sei die Chance, einen Kreislaufstillstand im öffentlichen Raum zu überleben, überdurchschnittlich hoch, da dort seit Jahren an vielen Orten im öffentlichen Leben, zum Beispiel in Einkaufszentren und auf den Strassen – auch mit Obdachlosen – kostenlose, kurze Erste-Hilfe-Kurse durchgeführt werden, erklärten uns diverse Fachpersonen bei der Recherche zum diesjährigen Thema. Um die Menschen in der Schweiz fitter zu machen im Umgang mit den oben beschriebenen Situationen, aber auch um sie mit dem Gesundheitswesen in der Schweiz und im Umgang mit sterbenden Menschen vertrauter zu machen, existieren diverse Projekte und Initiativen. Zum Tag der Kranken 2025 stellen wir vier davon vor: Stärkung der ersten Hilfe, Ensa-Kurs, «Letzte-Hilfe-Kurs» sowie Femmes- und Männer-Tische. Flankierend dazu ermutigen Fachpersonen, die Medienkompetenz bereits in jungen Jahren zu stärken, damit Menschen lernen, gute von schlechten Gesundheitsinformationen zu unterscheiden.

Zahlreiche Aktionen prägen den Tag der Kranken

Der «Tag der Kranken» hat seinen festen Platz im Jahresgeschehen der Schweiz. Tausende beteiligen sich daran: mit Konzerten, mit Besuchs- und Geschenkkaktionen in Spitälern und Heimen sowie mit Predigten und Solidaritätsveranstaltungen. Hinter dem Tag der Kranken steht der gleichnamige Trägerverein, der die Bevölkerung seit 1939 einmal pro Jahr zu einem Thema aus dem Bereich «Gesundheit und Krankheit» sensibilisiert. Auch die Bundespräsidentin 2025, Karin Keller-Sutter, wird zur Bevölkerung sprechen.

Auf unserer Website www.tagderkranken.ch finden Sie die Hintergrundinformationen zum diesjährigen Thema mit den Statements sowie Porträts von Betroffenen. In der Rubrik «Service» finden Interessierte Links zu Hilfsangeboten und Informationen rund um die Themen Gesundheit und Krankheit sowie Literaturhinweise. Weiter gibt es in der Rubrik «Aktivitäten» Informationen zu unserer Postkartenaktion sowie eine Übersicht, welche Veranstaltungen wo und wann stattfinden. Auch eigene Aktionen können Sie dort melden.

Medienkontakt

Nicole Fivaz, Leiterin Geschäftsstelle Tag der Kranken
Mobile: 079 214 28 34
E-Mail: fivaznd@gmail.com

Der Verein «Tag der Kranken» – über 85 Jahre engagiert für kranke und beeinträchtigte Menschen

Der «Tag der Kranken» ist ein gemeinnütziger Verein, der 1939 gegründet wurde. Mitglieder des Vereins sind sowohl Patientenorganisationen als auch Gesundheitsligen, Branchen- und Fachverbände, die Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK) sowie andere im Gesundheitswesen tätige Vereinigungen und Verbände.

Der «Tag der Kranken» sensibilisiert die Bevölkerung einmal pro Jahr zu einem besonderen Thema aus dem Bereich Gesundheit und Krankheit. Er will dazu beitragen, Beziehungen zwischen Kranken und Gesunden zu fördern, Verständnis für die Bedürfnisse der Kranken zu schaffen und an die Pflichten der Gesunden gegenüber kranken Menschen zu erinnern. Zudem setzt er sich für die Anerkennung der Tätigkeiten all jener ein, die sich beruflich und privat für Patientinnen und Patienten sowie für Kranke engagieren. Der Verein finanziert sich über Mitgliederbeiträge und Spenden.

Tag der Kranken, Spendenkonto: IBAN: CH24 0900 0000 8918 7572 0