



Medienmitteilung zum Tag der Kranken 2026

Mit gesundheitlichen Einschränkungen selbstbestimmt und eingebunden leben

Bern, März 2026. 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 1. März 2026 lautet «selbstbestimmt und eingebunden». Selbstbestimmung und Eingebundensein bedeuten für jeden und jede etwas anderes. Es sind dynamische Konzepte, die sich in alle Richtungen verändern können.

Fragt man Menschen mit chronischen Erkrankungen und Beeinträchtigungen oder ältere Menschen, wie sie leben möchten, lässt sich dies oft mit zwei Worten zusammenfassen: «selbstbestimmt» und «eingebunden». Doch was heisst das und warum ist dies für alle Betroffenen – unabhängig vom Alter – so wichtig? Genau das stellen wir in den Mittelpunkt der Überlegungen zum Tag der Kranken am **1. März 2026**. «Wir zeigen, dass Kommunizieren und Hilfe annehmen grosse Relevanz haben und dass es bei den Bedürfnissen von jungen und alten Menschen Unterschiede, aber auch überraschende Gemeinsamkeiten gibt, speziell beim Thema Einsamkeit. Zudem wollen wir auf die wichtige Rolle der Angehörigen aufmerksam machen. Ihnen gilt es ebenfalls gerecht zu werden und Gehör zu geben. Auch darauf wollen wir 2026 mit unseren fast 40 Mitgliedern mit dem Motto **«selbstbestimmt und eingebunden»** hinweisen, getreu unserem Ziel, die Bevölkerung jährlich auf ein Thema aus dem Bereich «Gesundheit und Krankheit» zu sensibilisieren», erklärt die Präsidentin des «Tag der Kranken», Doris Fischer-Taeschler.

Selbstbestimmung: wichtig, aber fragil

Alle unsere Gesprächspartnerinnen und -partner mit Krankheitserfahrungen als Betroffene oder Angehörige betonten, wie wichtig die richtigen Informationen für die Selbstbestimmung und das Mitentscheiden bei Behandlungen sind. Eine gute Möglichkeit, diese einzuholen oder Informationen zu validieren, ist der Austausch mit anderen Betroffenen – sei es, indem ein Peerangebot in Anspruch genommen wird oder beim Besuch einer Selbsthilfegruppe. Generell lässt sich festhalten, dass Selbstbestimmung heute einen viel höheren Stellenwert hat als in der Vergangenheit – bei jungen, aber auch bei älteren Menschen. Mit einer chronischen Erkrankung reduziert sich der Anteil der Selbstbestimmungsmöglichkeiten drastisch. Um bis zum Schluss selbstbestimmt zu leben, ist es zentral, Verantwortung zu übernehmen und sich Gedanken zu machen, was einem wichtig ist. Hilfe anzunehmen ist ein Zeichen von Stärke und ermöglicht es, das Steuer selber in der Hand zu behalten bei der Alltagsbewältigung.

Unterschiedlichen Bedürfnissen der Altersgruppen gerecht werden

Kranke Menschen benötigen ein stabiles soziales Netz und Menschen, die sie begleiten. Dies kann sehr herausfordernd sein, unter anderem auch deshalb, weil sich Emotionen oft bei den Angehörigen entladen. Als Angehörige selbstbestimmt zu sein, heisst deshalb auch, Grenzen zu

setzen und zu sehen, wie viel man geben kann und wo es zu limitierend und fremdbestimmend wird. Damit das Umfeld gut unterstützen kann, seien eine offene Kommunikation und die Möglichkeit wichtig, Fragen zu stellen, sind sich die von uns befragten Betroffenen einig. Ältere Menschen sollen selbstbestimmt entscheiden könnten, was sie brauchen, was ihnen nützt und in welcher Form sie die Hilfe benötigen. Damit sie sich gut respektive besser eingebunden fühlten, brauche es niederschwellige Angebote, die man sich finanziell auch leisten könne. Andauernde Einsamkeit ist mit einem erhöhten Risiko für körperliche und psychische Krankheiten verbunden. Auch mit der Entstehung einer Demenz scheinen Verbindungen zu bestehen. Neben Menschen im hohen Alter sind insbesondere auch Jugendliche und junge Erwachsene stark von Einsamkeit betroffen. Menschen, die in jungen Jahren von einer chronischen Erkrankung oder einem Ereignis, das die Gesundheit einschränkt, betroffen sind, haben zusätzliche Hürden zu meistern, um sich eine berufliche Zukunft und ein soziales Netz aufzubauen.

Wir alle sind gefordert

Es lohnt sich, in gesunden Zeiten in das soziale Netzwerk zu investieren, eingebunden zu sein und den Fokus nicht nur auf die Arbeit zu legen. Dazu gehört auch, in gesunden Zeiten andere Menschen zu unterstützen. Dies erhöht die Chance, wenn es einem nicht mehr gut geht, auf dieses Netzwerk zurückgreifen zu können. Betreuung ist nicht nur Familiensache. Wir alle sind als Gesellschaft gefordert, uns zu überlegen, wie wir für kranke, beeinträchtigte und betagte Menschen oder für solche am Lebensende da sein wollen.

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 der Bundespräsident 2026, Guy Parmelin, wird zur Bevölkerung sprechen. Auf unserer Website www.tagderkranken.ch finden Sie die Hintergrundinformationen zum diesjährigen Thema mit 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: info@tagderkranken.ch

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