



Comunicato stampa sulla Giornata del malato 2026

## Vivere in modo autodeterminato e coinvolto pur avendo problemi di salute

**Berna, marzo 2026. Da oltre 85 anni, la prima domenica di marzo di ogni anno, la Giornata del malato, congiuntamente alla o al Presidente della Confederazione e a migliaia di volontari, dà un segnale a favore delle persone malate e disabili in Svizzera. Secondo l'Ufficio federale di statistica, infatti, attualmente in Svizzera circa 2.3 milioni di persone di tutte le fasce d'età soffrono di una malattia cronica. Il motto del 1° marzo 2026 è «autodeterminati e coinvolti». Autodeterminazione ed essere coinvolti per ognuno ha un significato diverso. Si tratta di concetti dinamici che possono cambiare in tutte le direzioni.**

Quando chiediamo a persone affette da malattie croniche e disabilità o persone anziane come vorrebbero vivere, la risposta spesso si può riassumere in due parole: «autodeterminati» e «coinvolti». Ma che cosa significano e perché sono così importanti per tutte le persone interessate, indipendentemente dalla loro età? Proprio questo mettiamo al centro delle riflessioni per la Giornata del malato del **1° marzo 2026**. Comunicare e accettare l'aiuto sono concetti molto rilevanti. Per quanto riguarda i bisogni di persone giovani e anziane, osserviamo che vi sono differenze, ma anche affinità sorprendenti, in particolare quando si affronta il tema della solitudine. Intendiamo inoltre attirare l'attenzione sul ruolo importante dei famigliari. Occorre valorizzarli e dar loro ascolto. Assieme ai nostri quasi 40 membri, nel 2026, con il motto **«autodeterminati e coinvolti»** vogliamo attirare l'attenzione anche su questo, fedeli al nostro obiettivo di sensibilizzare ogni anno la popolazione su un argomento particolare tratto dal settore «Salute e malattia», spiega la presidente della «Giornata del malato», Doris Fischer-Taeschler.

### **L'autodeterminazione: importante, ma fragile**

Tutte le persone da noi interpellate, che hanno esperienza quali persone colpite o quali famigliari curanti, hanno sottolineato quanto le informazioni corrette siano importanti per l'autodeterminazione e la codecisione in caso di trattamenti. Una buona opportunità per chiedere o validare le informazioni è lo scambio con altre persone colpite, facendo capo a un'offerta di Peer o frequentando un gruppo di auto-aiuto. In generale si può dire che l'autodeterminazione oggi ha un'importanza molto maggiore rispetto al passato, tra i giovani ma anche tra le persone anziane. Quando si soffre di una malattia cronica, le opportunità di autodeterminazione si riducono drasticamente. Per vivere fino alla fine in modo autodeterminato, è di centrale importanza assumersi responsabilità e riflettere su quello che è importante per noi. Accettare di essere aiutati è un segno di forza e permette di continuare a tenere in mano il timone per gestire la propria vita quotidiana.

### **Soddisfare i diversi bisogni dei vari gruppi di età**

Le persone malate necessitano di una rete sociale stabile e di persone che le accompagnano. Ciò può essere una grossa sfida, tra gli altri perché spesso le emozioni si riversano sui famigliari. Essere autodeterminati, per i famigliari significa dunque anche porre dei limiti e vedere quanto si riesce a dare e dove diventa troppo limitante e dipendente. Affinché l'ambiente circostante possa aiutare bene, secondo le persone colpite da noi intervistate, è importante comunicare in modo

aperto e avere l'opportunità di porre domande. Le persone anziane devono poter decidere con autodeterminazione di che cosa hanno bisogno, che cosa è utile per loro e quale forma di aiuto serve loro. Affinché si sentano bene o meglio coinvolte, occorrono offerte a bassa soglia che le persone possono permettersi anche finanziariamente. Una solitudine persistente è legata a un rischio accresciuto di malattie fisiche e psichiche. Sembrano esserci collegamenti pure con l'insorgenza di una demenza. Oltre alle persone in età avanzata, in particolare anche adolescenti e giovani adulti sono fortemente toccati dalla solitudine. Persone che in giovane età sono colpite da una malattia cronica o da un evento che limita la loro salute, devono superare ostacoli supplementari per crearsi un futuro professionale e una rete sociale.

### **Noi tutti siamo chiamati ad agire**

Fintanto che si è sani vale la pena investire nella rete sociale, essere collegati e non concentrarsi soltanto sul lavoro. Vuol dire anche sostenere altre persone fintanto che si è sani. Questo aumenta l'opportunità di poter far capo a questa rete quando non si sta più bene. L'assistenza non è soltanto un affare di famiglia. Noi tutti siamo chiamati a impegnarci in quanto società, a riflettere come vogliamo aiutare persone malate, disabili e anziane o quelle in fin di vita.

### **Numerose azioni caratterizzano la Giornata del malato**

La «Giornata del malato» ha il suo posto fisso tra gli avvenimenti dell'anno in Svizzera. Migliaia di persone partecipano con concerti, campagne di visite e di regali negli ospedali e negli istituti di cura come pure con prediche e manifestazioni di solidarietà. La Giornata del malato è proposta dall'associazione che porta lo stesso nome, e che una volta all'anno, dal 1939, sensibilizza la popolazione del nostro Paese su un tema di attualità del settore «salute e malattia». Pure il Presidente della Confederazione 2026, Guy Parmelin, si rivolgerà alla popolazione. Sul nostro sito web [www.giornatadelmalato.ch](http://www.giornatadelmalato.ch) trovate le informazioni di base sull'argomento di quest'anno, con le testimonianze e i ritratti delle persone interessate dal problema. Nella rubrica «Servizi» trovate link interessanti per offerte di aiuto e informazioni sugli argomenti salute e malattia, come pure indicazioni bibliografiche. La rubrica «Attività», inoltre, contiene informazioni sulla nostra azione con le cartoline postali e una panoramica su quando e come si terranno le manifestazioni, Potete annunciare pure le vostre azioni in questa rubrica.

### **Contatto per i media**

Nicole Fivaz, responsabile del segretariato centrale della Giornata del malato  
mobile: 079 214 28 34  
E-Mail: [info@tagderkranken.ch](mailto:info@tagderkranken.ch)

### **L'associazione «Giornata del malato» – oltre 85 anni di impegno a favore delle persone malate e con disabilità**

La «Giornata del malato» è un'associazione senza scopo di lucro, fondata nel 1939. Fanno parte dell'associazione sia organizzazioni di pazienti sia leghe svizzere per la salute, associazioni professionali, la Conferenza svizzera delle direttrici e dei direttori della sanità (CDS) e altre associazioni del settore sanitario.

La «Giornata del malato» propone ogni anno alla popolazione del nostro Paese un tema di attualità legato alla salute e alla malattia. Essa vuole contribuire a promuovere i rapporti tra malati e persone sane, a ricordare i doveri delle persone sane nei confronti dei malati e a promuovere la comprensione per i loro bisogni. Vuole inoltre impegnarsi per far riconoscere l'attività di tutti coloro che si impegnano professionalmente o volontariamente a favore dei pazienti e dei malati. L'associazione si finanzia tramite i contributi dei membri e donazioni:

Giornata del malato, conto per le donazioni: IBAN: CH24 0900 0000 8918 7572 0