

JAHRESBERICHT 2024



Ensemble face à la douleur – Unis par le cœur
Gemeinsam gegen den Schmerz – Vereint im Herz
Insieme di fronte al dolore – Uniti con il cuore

DAS INHALTSVERZEICHNIS

1. DIE EINFÜHRUNG	3
2. DIE VEREINIGUNG	4
<i>Der Vorstand und das Büro</i>	4
<i>Die Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen</i>	5
<i>Die Ziele der Vereinigung</i>	6
<i>Stabübergabe im Präsidium</i>	7
3. « L'ENVOL »	8
4. FIBROMYALGIE : WAS GIBT ES NEUES IM JAHR 2024	9
5. DIE GENERALVERSAMMLUNG	11
6. DAS BERICHT DES PRÄSIDENTEN	12
7. DAS JAHRESBERICHT 2024	15
8. DAS REVISIONBERICHT	23
9. DIE ZUSAMMENARBEIT MIT VERSCHIEDENEN VEREINEN	24
10. DIE VERSCHIEDENE AKTIVITÄTEN 2024	25
11. DIE VORGESEHENE AKTIVITÄTEN 2025	27
12. DIE DANKSAGUNG	28

1. DIE EINFÜHRUNG

Die Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung wurde 1997 durch von der Krankheit betroffene Personen gegründet. Diese machten sich Sorgen um ihre sich laufend verschlechternde Gesundheit und um die mangelnden Kenntnisse über diese multisystemische Erkrankung. Die Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung (ASFM) hat sich zum Ziel gesetzt, die Fibromyalgie bekannt zu machen und einer Anerkennung zuzuführen. Sie unterstützt und vertritt ihre Mitglieder gegenüber der Öffentlichkeit sowie den medizinischen, pharmazeutischen, sozialen und politischen Organen und Stellen.

Die ASFM organisiert verschiedene Aktivitäten, Vorträge und Seminare, um betroffene Menschen zu informieren. Sie bietet ihnen eine Anlaufstelle, bei der sie Unterstützung finden und sich mit Gleichgesinnten austauschen können. Die Vereinigung bündelt die Kräfte im Kampf um die Anerkennung der Fibromyalgie in Gesellschaft und Medizin. Die Krankheit wurde anfangs des achtzehnten Jahrhunderts entdeckt und als Muskelrheuma diagnostiziert. Seit 1976 spricht man von «**Fibromyalgie**»; dabei handelt es sich um einen Zusammenschluss aus dem lateinischen *fibra* (Faser) und der griechischen Wörter *myo* (Muskel) und *algos* (Schmerz).

Trotz der Anerkennung 1992 als rheumatische Erkrankung durch die Weltgesundheitsorganisation WHO und 2007 als eigenständige Krankheit unter dem Begriff «fibromyalgia» im internationalen Krankheitsverzeichnis ist die Fibromyalgie in der Schweiz nach wie vor nicht als invalisierende Krankheit bzw. invalisierendes Schmerzsyndrom anerkannt und daher versicherungsrechtlich (IV) nur schlecht abgedeckt.

Die Mehrzahl der von Fibromyalgie betroffenen Menschen sieht sich gezwungen, eine Einschränkung ihrer beruflichen Aktivität oder gar den Verlust der Arbeitsstelle hinzunehmen. Die Betroffenen erhalten regelmässig keinen finanziellen Ausgleich, der es ihnen erlaubt, eine würdige Existenz zu führen und sich medizinisch optimal behandeln zu lassen. Die meisten von ihnen finden sich unverhofft materiell - aber auch physisch und psychisch - in einer schwierigen und unsicheren Situation, was ihr Gefühl von Unverständnis, Abweisung, Scham und Isolation verstärkt.

Die Anzahl der von Fibromyalgie betroffenen Menschen steigt von Jahr zu Jahr. Heute leiden ungefähr 4% der Bevölkerung an dieser Krankheit.

Es ist äusserst wichtig, die medizinische Forschung voranzutreiben, damit wirksame therapeutische Behandlungen entwickelt werden können, welche helfen, die durch die Fibromyalgie verursachten Schmerzen der Betroffenen zu lindern. Von behördlicher Seite sind ihre invalisierenden Symptome anzuerkennen. Die ASFM will hierzu beitragen, den Betroffenen bestmöglich helfen und sie möglichst optimal unterstützen.

Die Vereinigung wurde 2024 von rund 450 Personen telefonisch kontaktiert. Dank ihrer neuen Website www.suisse-fibromyalgie.ch und deren fast wöchentlichen Aktualisierung wurden über 389'100 Seiten aufgerufen; insgesamt etwas mehr als 60'930 Personen suchten auf diesem Weg nach Informationen.

2. DIE VEREINIGUNG

Der Vorstand und das Büro



Philippe Schüpbach
Präsident
Generalpräsidium
Kasenführung, Medien, PR,
Personal et Administration



Dr Jean-Philippe Richter
Vizepräsident
Romandie
Referent und Seminarleiter



Maholida Amad
Mitglied
Referent, Seminarleiter und
Referent für traditionelle
chinesische Medizin



Mauranne Etienne
Mitglied
Beziehung zu Vereinen und
Seminarleiterin



Sylvie Michel
Mitglied
Co-Verantwortliche
Eventmanagerin für Wallis



Dr Pedro Ming Azevedo
Mitglied
Referent für Rheumatologie und
Fibromyalgie



Valérie Notz
Mitglied
Telefonische Beantwortung und
Veranstaltungsmanagerin



Jeannette Rechsteiner
Mitglied
Verantwortliche für die
Deutschschweiz

Das Büro (vormittags geöffnet am Montag, Dienstag und Donnerstag) wird von Sandrine Frey, Sekretärin/Buchhalterin, mit einem Beschäftigungsgrad von 50% betreut.



Sandrine Frey
Sekretärin Buchhaltung

Die Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen

Alle Leiter/innen der Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen arbeiten ehrenamtlich und sind sehr aktiv. Wir möchten ihnen und allen anderen Freiwilligen an dieser Stelle für ihre wertvolle Mitarbeit ganz herzlich danken. Jede Gruppe wird individuell betreut, hat aber die gleichen gemeinsamen Ziele.

Menschen mit Fibromyalgie haben an den Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen die Möglichkeit, sich mit sie verstehenden Gleichgesinnten zu treffen und auszutauschen, neue Dinge zu lernen, sich für Begegnungen zu öffnen, Freizeitaktivitäten zu erleben und vieles mehr. Die Teilnahme an diesen Treffen ist für die Mitglieder des ASFM kostenlos.

Wir setzen alles daran, unsere Gruppenleiter/innen zu unterstützen. Die Vereinigung bietet ihnen eine jährliche Weiterbildung an und stellt ihnen kostenlos gezielte Werbung zur Verfügung. Dank der engen Zusammenarbeit mit der Gruppierung «Selbsthilfe Schweiz» werden sie zusätzlich gefördert und begleitet.

Im Jahr 2024 haben unsere Freiwilligen rund 5'500 Stunden für den Verein aufgewendet. Diese Zahl beruht auf einer Schätzung und ist höchstwahrscheinlich zu tief angesetzt.

Im Jahr 2024 organisierten wir im November unsere übliche Tagung für Leiterinnen von Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen und Freiwillige unter dem Titel «Sich um sich selbst kümmern, um sich besser um andere kümmern zu können».



Die ASFM sucht weiterhin ehrenamtliche Personen, die bereit sind, sich für die Sache der Fibromyalgie einzusetzen, sich um deren Anerkennung zu bemühen und in einem Team zur Unterstützung der Vereinsmitglieder aktiv tätig zu werden. Wir würden gerne die Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen zusätzlich stärken und neue Gruppen in den folgenden Regionen gründen:

Tessin, Vevey-Riviera, Bern Stadt und Kanton, Kanton Solothurn, Aargau und die Zentralschweiz.

Die Ziele der Vereinigung

Die Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung - ASFM hat seit dem 1. April 2024 ihren Sitz in Champagne und ist seit 1999 Mitglied der Rheumaliga Schweiz - RLS.

Dank des Einsatzes des Vorstandes, des Büropersonals, der Selbsthilfegruppen und professioneller Unterstützung verfolgt die ASFM die ihr gesetzten Ziele, nämlich:

- ❖ Die Fibromyalgie bekannt zu machen, damit sie allgemein anerkannt wird (Medizin, Pharma, Öffentlichkeit, juristisch, politisch, etc.)
- ❖ Ansprechpartnerin für Wissenschaftler, Medien, Studenten/innen und andere Personen zu sein, die Informationen suchen
- ❖ Informationen über die Fibromyalgie und die neuesten medizinischen Entwicklungen zu verbreiten
- ❖ Nützliches Wissen an Fibromyalgie betroffene Personen und an einen weiteren Publikumskreis durch Vorträge, Seminare und andere Kursangebote zu vermitteln
- ❖ Die Selbsthilfe durch die Koordination von Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen zu fördern
- ❖ Sich für das Wohl der leidenden Person einzusetzen, indem sie verschiedene therapeutische Hilfsmittel zur Verfügung stellt
- ❖ Menschen mit Fibromyalgie, ihre Familien und ihr weiteres Umfeld zu unterstützen
- ❖ Die Öffentlichkeit für die Krankheit zu sensibilisieren



Vorteile und Leistungen

Als Mitglied des ASFM können Sie von folgenden Vorteilen und Leistungen profitieren. Der ASFM richtet sich an Menschen mit Fibromyalgie, chronischen Schmerzen sowie an deren Familien und pflegende Angehörige.

Die ASFM hat es sich seit fast 30 Jahren zur Aufgabe gemacht, über die Krankheit aufzuklären und den Betroffenen durch verschiedene Mittel und Veranstaltungen, die das ganze Jahr über stattfinden, Hilfsmittel zur Schmerzmodulation an die Hand zu geben.

- ❖ Eine telefonische Antwort von Montag bis Donnerstag 08:30 bis 11:30 Uhr unter 077 409 92 28
- ❖ Eine Telefonbereitschaft von Montag bis Donnerstag von 18.00 bis 21.00 Uhr unter 076 585 20 54
- ❖ Verschiedene Selbsthilfegruppen, die über die ganze Schweiz verteilt sind
- ❖ Soziale Unterstützung nach unseren Bedingungen
- ❖ Rechtliche Unterstützung nach unseren Bedingungen
- ❖ Die jährliche Zeitung des ASFM "L'envol"
- ❖ Die Website des ASFM www.suisse-fibromyalgie.ch
- ❖ Workshops und Ausflüge
- ❖ Eintägige Seminare mit Verpflegung
- ❖ Verschiedene Konferenzen
- ❖ Verschiedene Stände bei Veranstaltungen
- ❖ Eine Unterstützung für Studierende am Ende ihrer Ausbildung, um ihnen beizustehen (TPA, Master und Bachelor)



3. L'ENVOL

Die Zeitschrift «L'envol» wird auf Deutsch, Französisch und Italienisch herausgegeben und erscheint jeweils zu Jahresbeginn in einer Auflage von 1'500 Exemplaren.

Unsere Mitglieder erhalten «L'envol» kostenlos zugestellt; wir verteilen die Zeitschrift aber auch an Arztpraxen und verschiedene andere Akteure im Gesundheitswesen. Das Magazin berichtet über die verschiedenen Aktivitäten des Vereins und informiert über Neuigkeiten rund um die Fibromyalgie.

Ein dynamisches Team hat die diesjährige Ausgabe von «L'envol» koordiniert: Frau Valérie Notz, Frau Sandrine Frey und Herr Philippe Schüpbach.

Wir möchten besonders unserem neuen jungen Grafiker Herrn Didier Blessemaille für seine Professionalität, Motivation, Kreativität, Reaktionsfähigkeit und seine wertvolle Arbeit danken.



4. FIBROMYALGIE: WAS GIBT ES NEUES IM JAHR 2024

Der Auszug von « L'envol » n° 39 – 2025

Einleitung

Die Fibromyalgie, die von der WHO seit 1992 als rheumatische Erkrankung anerkannt ist, wurde 2024 in ihrer Klassifizierung und Definition weiterentwickelt. Im Jahr 2022 verschob die WHO die Fibromyalgie von der Gruppe der rheumatischen Erkrankungen jene der primären chronischen Schmerzen und löste sie damit von anderen Diagnosen. Diese neue Klassifikation ermöglicht ein besseres Verständnis der Krankheit und erweitert die diagnostischen Kriterien.

Neue Definition und Symptome

Die Definition von Fibromyalgie wurde um verschiedene Symptome erweitert, die nicht spezifisch anderen Krankheiten zugeordnet sind. Zu den klassischen Anzeichen gehören:

- ❖ Sensibilitätsstörungen: Generalisierte Überempfindlichkeit gegenüber Druck.
- ❖ Kognitive Störungen: Konzentrationsschwierigkeiten, Gedächtnisprobleme und unorganisiertes Denken, die mit Veränderungen in Verbindung stehen, die im MRT des Gehirns beobachtet wurden.
- ❖ Muskuloskelettale Steifheit: Morgensteifigkeit, die nicht auf Kortikosteroide reagiert.
- ❖ Umweltempfindlichkeit: Intoleranz gegenüber Licht, Geräuschen und Düften.

Assoziierte Pathologien

Mit Fibromyalgie können mehrere Krankheiten einhergehen:

- ❖ Chronisches Erschöpfungssyndrom: Wird seit Kurzem durch Studien zur Mikrobiota und Biomarker differenziert, obwohl diese Instrumente noch nicht standardisiert sind.
- ❖ Schmerzhaftes Erkrankungen: Syndrome wie Reizdarm, Migräne und Beckenschmerzen.
- ❖ Psychiatrische Beschwerden: Depressionen, bipolare Störungen, Angstzustände und andere psychische Störungen.
- ❖ Schlafstörungen: Schlafapnoe, Syndrom der unruhigen Beine.
- ❖ Rheumatische Erkrankungen: Rheumatoide Arthritis, Lupus, Sklerodermie und andere Erkrankungen, die für Fibromyalgie prädisponieren können.
- ❖ Fettleibigkeit und Allergien: Häufig bei Fibromyalgie Patientinnen bzw. -patienten, verstärken die Schmerzen und stören den Schlaf.

Epidemiologie

Fibromyalgie betrifft 1 bis 5 % der Weltbevölkerung, d. h. 150'000 Menschen in der Schweiz. Sie tritt häufiger bei Frauen auf, mit einem Verhältnis von 3,5 Frauen zu 0,5 Männern. In den USA gibt es etwa 4 Millionen Patientinnen bzw. Patienten. Es besteht eine erhebliche Überschneidung mit dem chronischen Erschöpfungssyndrom und dem Erschöpfungssyndrom im Zusammenhang mit der chronischen Lyme-Borreliose.

Pathophysiologie

Die Fibromyalgie ist durch eine zentrale Störung der Schmerzwahrnehmung gekennzeichnet, an der mehrere Mechanismen beteiligt sind:

- ❖ Genetik: Eine genetische Komponente ist wahrscheinlich.
- ❖ Schlaf und Stress: Störung des Tiefschlafs und emotionaler Stress.
- ❖ Infektionen: Mögliche Auslösung durch Infektionen oder traumatische Ereignisse.
- ❖ Zentrale Überempfindlichkeit: Verstärkung von Schmerzsignalen durch das zentrale Nervensystem.
- ❖ Neurochemische Veränderungen: Ungleichgewicht von Neurotransmittern wie Serotonin und Dopamin.

- ❖ Autonome Dysfunktion: Störungen der unwillkürlichen Körperfunktionen.
- ❖ Chronische Entzündung: Vorhandensein von entzündungsfördernden Zytokinen, die auf einen Entzündungszustand hindeuten.
- ❖ Hirnanomalien: Strukturelle und funktionelle Veränderungen, die im MRT beobachtet wurden, mit dem Potenzial, durch einen aktiven Lebensstil reversibel zu sein.
- ❖ Autoimmunhypothese: Entdeckung von Autoantikörpern, die die Aktivität der sensorischen Nerven erhöhen.
- ❖ Mikrobiota und Gallensalze: Spezifische Ungleichgewichte in der Darmflora und bei den Gallensäuren, die sich direkt auf Schmerzen und andere Symptome auswirken.

Mikronutrition

Die Mikronährstofftheorie geht davon aus, dass die Fibromyalgie von mehreren physiologischen Störungen herrührt, wobei jeder Bereich eine gleichzeitige Korrektur erfordert:

- ❖ Nitrosativer Stress: Mangel an Coenzym Q10, der Schmerzen und Müdigkeit verschlimmert.
- ❖ Übererregbarkeit und Exzitotoxizität: Mangelhafte Regulierung der NMDA-Rezeptoren, empfindlich gegenüber Glutamat und Aspartam.
- ❖ Ungleichgewicht der Neurotransmitter: Dopamin- und Serotoninmangel, der sich auf Schlaf, Stimmung und Schmerzen auswirkt.
- ❖ Darmdysbiose: Störung der Mikrobiota, die Probiotika und eine angepasste Ernährung erfordert.
- ❖ Nährstoffmangel: Häufig Magnesium, Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren, was eine Ernährung nach der Mittelmeerdiät nahelegt.

Differentialdiagnose

Die Differentialdiagnose bleibt entscheidend, insbesondere gegenüber dem chronischen Erschöpfungssyndrom und der rhizomelischen Pseudopolyarthrit. Ein experimenteller Test zur Bestimmung der Mikro-RNA ist vielversprechend, um Fibromyalgie von diesen Krankheiten abzugrenzen, aber er ist noch nicht in einem grösseren Maßstab validiert.

Neue Behandlungen

Mehrere therapeutische Fortschritte sind bemerkenswert:

- ❖ Tonmya: Ein neues nicht-opioides Medikament in der letzten Entwicklungsphase, das auf die Linderung zentraler Schmerzen abzielt.
- ❖ Photobiomodulation: Eine von der FDA zugelassene Lasertherapie, die eine deutliche Verringerung der Schmerzpunkte zeigt.
- ❖ Transkranielle Magnetstimulation: Eine vielversprechende Technik zur Verringerung der Symptome von Fibromyalgie.
- ❖ Mobile Apps: Digitale Hilfsmittel zur Symptombekämpfung, die eine deutliche Verbesserung der Gesundheitsergebnisse zeigen.
- ❖ Exosome: Erforschung der regenerativen Medizin zur Reparatur von geschädigtem Gewebe.

Schlussfolgerung

Die Fibromyalgie ist zwar komplex und wird immer noch nicht richtig verstanden, doch es gibt stetige Fortschritte bei der Erkennung, den pathophysiologischen Erklärungen und den therapeutischen Ansätzen. Die Fortschritte versprechen bessere Lösungen für die Patienten in naher Zukunft.

Wenn Sie an diesem Artikel interessiert sind, finden Sie ihn in einer ausführlicheren Fassung auf unserer Website www.suisse-fibromyalgie.ch.



Dr. Richter Jean-Philippe
Praktischer Arzt - Mikronährstoffe
Vizepräsident des ASFM

5. DIE GENERALVERSAMMLUNG

Die jährliche Generalversammlung fand am Samstag, den 5. April 2025, um 13.45 Uhr im Grossen Saal, Rue des Paquières 2, 1424 Champagne/VD statt.

Das Protokoll ist im Büro der Vereinigung erhältlich. Sie finden es auch auf unserer Internetseite. Auf Anfrage stellen wir es Ihnen gerne zu.



6. DAS BERICHT DER PRÄSIDENTEN

Was geschah im Jahr 2024

Ihr Vorstand traf sich zehnmal (zweimal persönlich und achtmal per Videokonferenz), um die laufenden Geschäfte zu erledigen und die verschiedenen Strategien für das neue Image umzusetzen. Ich danke ihnen unendlich für ihren Einsatz.

Am Osterwochenende, während Sie die Eier rollten, zogen wir die Büros um, um so viel Geld wie möglich zu sparen. Alles lief sehr gut, dank eines tollen Teams aus motivierten jungen Leuten. Ich bin ihnen sehr dankbar, denn ohne sie wäre das alles nicht möglich gewesen.

Ihr Büro war während des Jahres 2024 sehr aktiv, hier die Details:

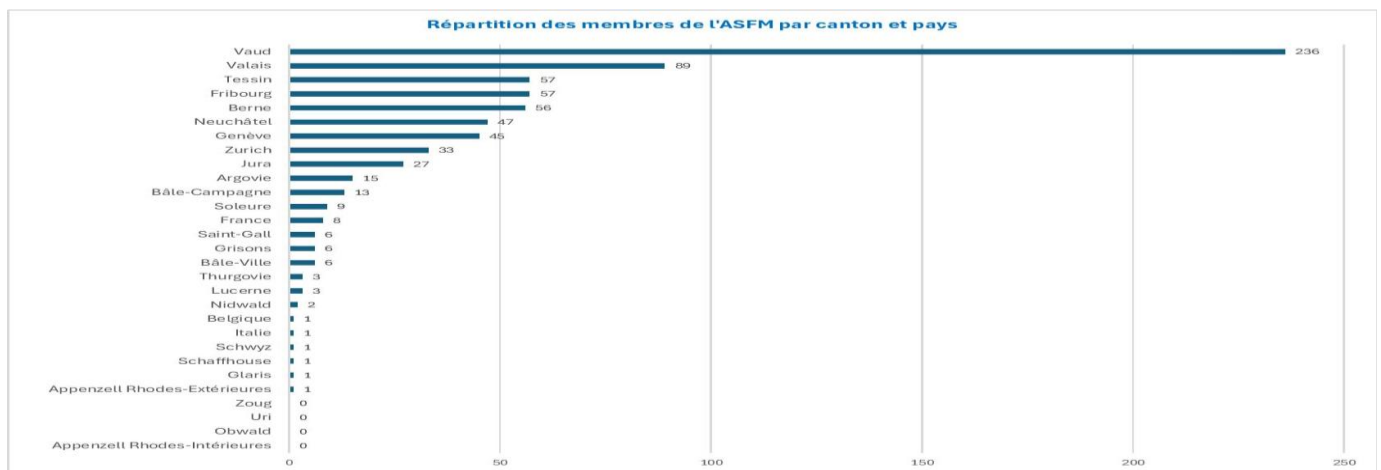
- ❖ Ihr Präsident hat an nicht weniger als 16 Schulungen teilgenommen, um sich in seinem Amt weiterzubilden.
- ❖ Wir hatten 9 Stände bei verschiedenen Veranstaltungen, darunter auch einen bei ALDI in Orbe, während eines Samstags, an dem sie uns alle zur Verfügung gestellt haben. Wir möchten noch den Freiwilligen herzlich für ihre wertvolle Hilfe danken.
- ❖ Wir waren bei 6 Generalversammlungen von kantonalen Ligen und Patientenorganisationen anwesend.
- ❖ Wir haben den ASFM bei 10 Veranstaltungen vertreten.
- ❖ Wir besuchten die Delegiertenversammlung und die Konferenz der LSR.
- ❖ Wir nahmen an 7 Treffen im Rahmen verschiedener Projekte teil, die in diesem Jahr durchgeführt wurden oder werden (Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser, multimodaler Club, Kommunikationsinstrumente und Partner-Patientenschulung).
- ❖ Ihr Präsident hielt einen Vortrag im Rahmen «der Donnerstage in Grandson».

Ich möchte die grossartige Arbeit von Herrn Didier Bleissemaille hervorheben und ihm meine tiefe Dankbarkeit für seine freiwillige Hingabe und seinen aussergewöhnlichen Einsatz bei der Gestaltung des brandneuen Faltsblatts des ASFM, der Nummer 39-2025 der Zeitung « L'envol » sowie des Roll-ups, das zurzeit kreiert wird, ausdrücken. Er wird auch weiterhin an der Website und anderen Projekten arbeiten. Leider kann er heute nicht bei uns sein, da er viel Arbeit für seine Schule zu erledigen hat, die er am Montag abgeben muss.

Bild der Mitglieder des ASFM am 11.03.2025

Seit diesem Jahr werde ich Ihnen bei jeder Generalversammlung Grafiken über das Image der Mitglieder des ASFM präsentieren.

Für dieses Jahr werde ich Ihnen die Verteilung unserer Mitglieder nach Kanton und Land sowie nach Alter zeigen.

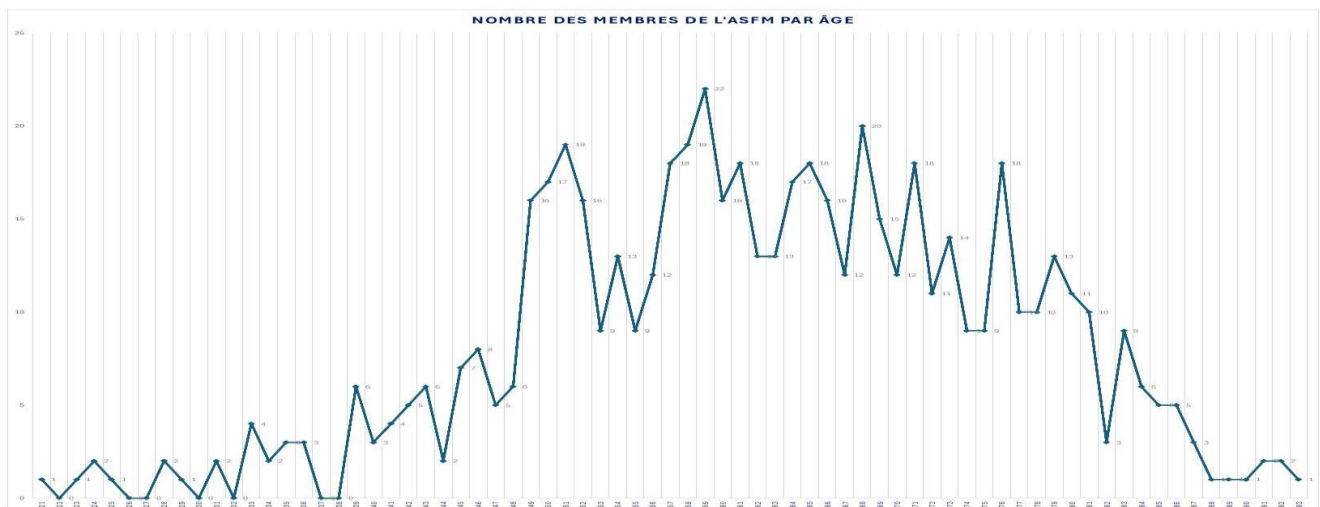


Auf dieser Folie können Sie die Verteilung unserer Mitglieder nach Kanton, Land und Kategorie (Partnerorganisationen, Austritte per 31.12.2025, 100 = Freiwillige, Einzelpersonen, Spender und Partner) sehen, wobei oben die Kantone mit den wenigsten Mitgliedern und unten die mit den meisten Mitgliedern stehen. Die vorletzte Spalte in braun entspricht in Prozent unseren Mitgliedern nach Kanton und Land. Wir haben 4 Kantone, in denen wir keine Mitglieder haben, nämlich Appenzell Innerrhodens, Obwalden, Uri und Zug. Dann haben wir 4 Kantone und 2 Länder mit nur einem Mitglied, das sind Appenzell Ausserrhodens, Glarus, Schaffhausen, Schwyz, Italien und Belgien. Danach kommt Nidwalden mit 2 Mitgliedern, gefolgt von Luzern und Thurgau mit 3 Mitgliedern, dann Basel-Stadt, Graubünden und St. Gallen mit 6 Mitgliedern. Hier ist die weitere Liste: Frankreich (8 Mitglieder), Solothurn (9 Mitglieder), Basel-Landschaft (13 Mitglieder), Aargau (15 Mitglieder), Jura (27 Mitglieder), Zürich (33 Mitglieder), Genf (45 Mitglieder), Neuchâtel (47 Mitglieder), Bern (56 Mitglieder), Freiburg und Tessin (57 Mitglieder), Wallis (89 Mitglieder) und Waadt (236 Mitglieder). Insgesamt also 724 Mitglieder.

Die Spalte «Bevölkerung» gibt an, wie viele Einwohner der Kanton im Jahr 2023 haben wird. Die Spalte auf der rechten Seite stellt unseren prozentualen Anteil der Mitglieder an der Schweizer Bevölkerung dar. Derzeit hat die ASFM 0,1919% Mitglieder im Verhältnis zur Schweizer Bevölkerung. Das ist nicht sehr viel, wenn man bedenkt, dass 4% der Bevölkerung von Fibromyalgie betroffen sind, was in der Schweiz etwa 295'713 Personen entspricht.

Aus diesem Grund haben wir eine grosse Kommunikationsarbeit zu leisten, um unsere Existenz so vielen Patienten, Pflegekräften, Therapeuten ... wie möglich zu zeigen. Dafür brauchen wir SIE!

Hier sehen Sie in einer Grafik, wie es vom Kanton mit den meisten Mitgliedern bis zum Kanton mit den wenigsten Mitgliedern aussieht. Auf der nächsten Folie können Sie sehen, wie unsere Mitglieder nach Alter verteilt sind. Allerdings sind die Daten vielleicht etwas verzerrt, da wir nicht von allen unseren Mitgliedern das Geburtsdatum haben, sondern nur von 586 Mitgliedern unserer 721 Mitglieder, also fehlen uns die Daten von 135 Mitgliedern, was die Ergebnisse verändern kann. Unser jüngstes Mitglied ist 21 Jahre alt und unser ältestes Mitglied ist 93 Jahre alt. Der Durchschnitt unserer Mitglieder liegt zwischen 51 und 80 Jahren. Daraus ergibt sich Folgendes: Die Altersgruppe von 71 bis 80 Jahren umfasst 123 Mitglieder, die Altersgruppe von 51 bis 60 Jahren 153 und die Altersgruppe von 61 bis 70 Jahren 154. Die Altersgruppe zwischen 21 und 30 Jahren ist mit nur 8 Mitgliedern am wenigsten vertreten. Dann gibt es noch die Altersgruppe zwischen 31 und 40 Jahren mit 23 Mitgliedern, gefolgt von der Altersgruppe zwischen 81 und 93 Jahren mit 49 Mitgliedern.



Die meisten Mitglieder haben wir in der Altersgruppe der 59-Jährigen mit 22.

Dann können wir die Verteilung unserer Mitglieder zwischen 21 und 93 Jahren sehen, was in dieser Grafik viel aussagekräftiger ist. Wir stellen fest, dass wir in den Altersgruppen 22, 26, 27, 30, 32, 37 und 38 keine Mitglieder haben.

Generalversammlung des ASFM

Wie Sie sehen können, sind wir nicht viele in diesem Saal (31 Anwesende, die Vorstandsmitglieder nicht mitgerechnet, das sind 4 % der ASFM-Mitglieder). Die Organisation einer Generalversammlung erfordert einen erheblichen finanziellen und organisatorischen Aufwand für eine relativ geringe Anzahl von Teilnehmern. Aus diesem Grund schlagen Ihnen Frau Nadine Frossard Goy, unsere Juristin, und der Vorstand vor, die nächsten GVs in einer anderen Form oder per Korrespondenz mit einem festen Datum für die Beantwortung durchzuführen, damit alle Mitglieder, die sich äussern möchten, dies auch tun können!

Mit freundlichen Grüßen.

Philippe Schüpbach

Präsident des ASFM



7. DAS JAHRESBERICHT 2024

Der Verein weist in der Schlussbilanz erfreulicherweise ein positives Ergebnis von über Fr. 23'000.-- aus, und dies, ohne dass das 2. Drittel (Fr. 12'000.--) des Kontos «Reserven» aufgelöst werden musste (eine Auflösung dieses Kontos über 3 Jahre wurde an der GV vom 01.04.2023 genehmigt).

Der Gewinn liegt über dem budgetierten Betrag (Fr. 14'140.--) und zeugt von den echten, von Erfolg gekrönten Anstrengung der ASFM, überleben und fortbestehen zu wollen.

AKTIVEN

Eine erfreuliche Zunahme der Aktiven, hauptsächlich bei den flüssigen Bankmitteln (+ Fr. 20'000.--).

- Aktive Rechnungsabgrenzungsposten (transitorisch) : betrifft überwiegend den Anfang Februar 2025 erhaltenen Anteil an der « Nationalen Sammlung 2024 », ein Betrag, der fast dem im Jahr 2023 erhaltenen entspricht.
- Anlagevermögen: keine Besonderheiten, nur der Abzug der üblichen jährlichen Abschreibung.

PASSIVEN

- Rückstellung für Rechtsberatung: steht zur Verfügung, um die Leistungen unserer Juristin zur Verteidigung und Beratung der Mitglieder mitzufinanzieren. Wir haben dieses Konto im Jahr 2024 nicht verwendet.
- Fonds SOS AbbVie: Unterstützung der Firma AbbVie in Höhe von Fr. 500.-- pro Projekt, Betrag im Mai 2024 erhalten. Für die ASFM betrifft dies die Unterstützung der Mitglieder bei der Betreuung ihres Dossiers durch unsere Juristin bzw. unsere Sozialarbeiterin. Im Jahr 2024 verwendeter Betrag Fr. 225.85 (2 unterstützte Mitglieder) => zur Verfügung stehender Restbetrag Fr. 274.15.
- Passive Rechnungsabgrenzungen (transitorische Posten) : es handelt sich um die verschiedenen Rechnungen (Tel., Versicherungen usw.), die das Jahr 2024 betreffen, aber erst 2025 bezahlt wurden. Im Jahr 2023 hatten wir einen Teil der Beiträge für 2024 im Dezember 2023 erhalten (Fr. 8'330.--), was den grossen Unterschied zwischen den transitorischen Posten 2023 und 2024 erklärt.
- Rücklagen: Kontostand (nach Auflösung des 1. Drittels im Jahr 2023), keine Auflösung des 2. Drittels im Jahr 2024 erforderlich.
- Ergebnis des Geschäftsjahres 2024: es resultiert im Vergleich zu den Vorjahren ein unerwarteter, aber erfreulicher Gewinn von Fr. 23'404.58.

AUFWAND

Im Vergleich zum Jahr 2023 stellen wir im Jahr 2024 eine Abnahme der Position Einnahmen (ca. 10'000.-) fest – eine Abnahme, die durch den « unechten » Zugang durch die Auflösung des 1. Drittels des Kontos « Reserven » (Fr. 12'000.--) im Jahr 2023 verfälscht wird!

- Mitgliederbeiträge: im Gegensatz zu den Vorjahren ein leichter Anstieg der eingegangenen Kotisationen, da wir im letzten Jahr dank unserer « 1-für-1-Kampagne » mehr neue Mitgliedschaften als Kündigungen verzeichnen konnten ... vielen Dank an alle, die daran teilgenommen haben!
- Einzelspenden: halb so viele Spenden wie im Vorjahr (anonyme Spende von Fr. 5'000.-- im Jahr 2023).
- Sachspenden: Neu im Jahr 2024 sind die Spenden einiger Anbieter, die kostenlose Räumlichkeiten für die Workshops und das Büro der ASFM zur Verfügung gestellt oder teilweise oder ganz entgeltlos ihren Workshop angeboten haben, ... eine sehr schöne Summe, die die Bemühungen aller belegt, die ASFM unterstützen zu wollen. Vielen Dank an alle Sachspender.

- Spende der Loterie Romande, ebenfalls im Jahr 2024. Wir hatten das Glück, wiederum von dieser grosszügigen Spende profitieren zu können, die für das Fortbestehen der ASFM lebenswichtig ist.
- Spenden aus der « Nationalen Sammlung », BSV- und BAG-Subventionen, die wir über die Rheumaliga Schweiz - RLS erhalten: Jahr für Jahr können wir weiterhin auf diese wertvolle Unterstützung zählen. Die erhaltenen Beträge sind jedoch rückläufig, da sie auf der Anzahl unserer Mitglieder, unseren verschiedenen Ausgaben und unseren Leistungen (Aktivitäten, Beratungen, Informationen ...) basieren und gestützt darauf berechnet werden.
Wir sind ihnen und unseren verschiedenen bekannten und anonymen Spendern äusserst dankbar für die für das Überleben der ASFM so wichtige Unterstützung.
- Auflösung von Reserven: keine Notwendigkeit, das 2. Drittel aufzulösen.

ERTRAG

Der Gesamtaufwand weist im Vergleich zu 2023 einen hohen Rückgang von über Fr. 48'000.-- aus. Dies ist das Ergebnis der verschiedenen Schritte des Vorstandes, um die Betriebs- und Lohnkosten drastisch zu senken:

- Leistungsaufwand: insgesamt sehr leichter Rückgang.
Aber steigend für den Posten Veranstaltungen im Jahr 2024: Wir organisierten und boten über 30 Aktivitäten wie Seminare, Workshops, Ausflüge, Konferenzen, den Welt-Fibromyalgie-Tag, Unseren Fibromyalgie-Tag sowie den Tag der Leiter von Selbsthilfegruppen an.
Die Kosten für die RLS-Zeitschrift « forumR », die wir unseren Mitgliedern anbieten, sind aufgrund der Mitgliederzahl gesunken.
Direkte Unterstützung von Selbsthilfe-/Gesprächsgruppen: auch 2024 deutlich rückläufig.
- Personalaufwand: Rückgang des Aufwands um die Hälfte, da die ASFM nur noch eine Mitarbeiterin mit einem 50%-Pensum beschäftigt. Die Arbeit der 2. Sekretärin, die im November 2023 ausgeschieden ist, wird vollständig von einigen Vorstandsmitgliedern übernommen.
- Betriebsaufwand: das Total ist ebenfalls rückläufig, einerseits wegen des Postens « Miete Räumlichkeiten » dank dem Umzug im April 2024 in das Büro in Champagne (Einsparung von ca. 70% monatlich), wegen der « Honorare Treuhand », welche 2024 weniger als die vorgesehene und in den Vorjahren berechnete Provision verrechnet hat, und auch wegen der « Vorstandskosten ».
Ausserdem wird ein neuer Posten « Bildung von Rückstellungen » geschaffen, der dem « Unterstützungessen » dient, das im November 2025 stattfinden wird. Da es für die ASFM eine Premiere ist, eine solche Veranstaltung zur Beschaffung von Spendengeldern zu organisieren, halten wir es für sinnvoll und sicherer, eine Rückstellung vorzusehen, um auch auf unerwartete Situationen reagieren zu können.

VORSCHLAG DES VORSTANDS

Angeichts des aufgrund aller Massnahmen zur Rettung der ASFM erzielten ausgezeichneten Ergebnisses des Geschäftsjahres 2024, mitunter eines Gewinns von Fr. 23'404.58, schlägt der Vorstand vor, wieder Fr. 12'000.-- den Reserven zuzuweisen, was zu einem Restergebnis des Geschäftsjahres 2024 von Fr. 11'404.58 führt.

Dieses Restergebnis wird auf das Kapital übertragen, das am 1. Januar 2024 einen negativen Betrag von Fr. 9'228.35 aufweist und nach der Zuteilung am 1. Januar 2025 Fr. 2'176.33 betragen wird.

So werden sich die « Reserven » nach der Wiederauffüllung auf Fr. 36'500.-- belaufen (damit können im Ernstfall 6 Monate der üblichen Ausgaben bewältigt werden), was den von der Zewo empfohlenen minimalen Sicherheitsreserven entspricht.

Der Vorschlag des Vorstandes, Fr. 12'000.00 zur Wiederauffüllung der Reserven zuzuweisen, wird angenommen.

BUDGET 2025

Wie immer wurde das Budget 2025 auf der Grundlage der bisher bekannten Daten und Informationen erstellt.

AKTIVEN

- Mitgliederbeiträge: für 2025 haben wir eine Stabilisierung des zu erhaltenden Betrags budgetiert, doch hoffen wir auf eine angemessene Zahl neuer Mitglieder.
- Einzel- und Sachspenden: im Vergleich zu den 2024 erhaltenen Spenden geringer; es werden Mindestbeträge eingestellt.
- Loterie Romande: Ende Dezember 2024 haben wir dieser unser Dossier für die geplanten Aktivitäten im Jahr 2025 zugestellt und Mitte März die positive Antwort mit einer Spende von Fr. 20'000.-- erhalten.
- Anteil an der « Nationalen Sammlung »: diese von der RLS weitergeleitete Spende ist von Jahr zu Jahr unterschiedlich und wird unter den verschiedenen Verbänden entsprechend der Anzahl ihrer Mitglieder aufgeteilt. Wir haben keine Möglichkeit, den Betrag, der uns von einem Jahr zum anderen überwiesen wird, zu kennen.
- BSV-Subvention (Bundesamt für Sozialversicherungen): diese ist noch für 2025 gesichert und basiert auf den Aktivitäten, Konferenzen und Informationen, die wir unseren Mitgliedern anbieten, wird aber anhand der Veranstaltungen des Vorjahres berechnet.
- BAG-Subvention (Bundesamt für Gesundheit): diese ist ebenfalls gesichert und wird nach den 2024 realisierten Buchhaltungszahlen berechnet.
- Sponsoring, Spenden « Unterstützungsmahlzeit » - 2025: betrifft Werbung, Tombola und Mahlzeiten; Mindestbeträge, die wir hoffen, für die Mahlzeiten und Dienstleistungen zu erwirtschaften.
- Beiträge für Aktivitäten, verschiedene Einnahmen: es handelt sich um den geringen Beitrag, der von den Mitgliedern für die Teilnahme an den Aktivitäten verlangt wird.

PASSIVEN

- Kosten für Dienstleistungen: Zunahme, hauptsächlich wegen der Kosten für das « Unterstützungssessen » vom 22. November 2025; Budget berechnet nach den bis heute bekannten Kosten (Sänger, Essen, Patent Tombola, Versicherungen, Sicherheit, Dekoration...).
Aber Reduktion der Kosten für die RLS-Publikation « forumR », weil wir deren Verteilung an unsere Mitglieder auf das Ende des 1. Trimesters 2025 einstellen werden, da die Kosten für die Zeitschrift die Möglichkeiten der ASFM deutlich übersteigen.
- Personalkosten: keine Veränderung. Der Vorstand setzt sich weiterhin voll dafür ein, die Arbeiten der 2. Sekretärin zu übernehmen und sicherzustellen; derzeit ist keine Neueinstellung geplant.
- Betriebskosten : ebenfalls steigend.
Erhöhung der « Computerkosten » durch den notwendigen Austausch eines der Rechner.
Erhöhung des Postens « Anzeigen, Werbung » durch den Neudruck unserer angepassten Flyer, die wir so weit wie möglich streuen wollen.
Erhöhung der « Abschreibungen » in Zusammenhang mit dem Kauf eines Computers und der daraus resultierenden üblichen Abschreibung.
Und 2025 auch « Zuweisung an Rückstellungen » für die « 30-Jahres-Veranstaltung », die 2027 stattfinden soll.

ZUSAMMENFASSUNG

In den letzten Jahren hat die ASFM zur Sicherung ihres Fortbestands immer wieder Alarm geschlagen und aktiv nach neuen Ressourcen gesucht – dies sowohl in finanzieller Hinsicht als auch durch die Anwerbung neuer Mitglieder (Kampagne « 1 für 1 »).

Dank der drastischen Massnahmen und Entscheidungen, die der Vorstand seit Ende 2023 getroffen hat, und des starken Engagements für die ASFM kann diese endlich wieder ein positives Ergebnis vorweisen. Es scheint damit gesichert, dass sie weiterhin ihre verschiedenen Ziele verfolgen kann, um die Fibromyalgie bekannt zu machen, zu ihrer Anerkennung beizutragen und die Vereinsmitglieder bestmöglich zu unterstützen.

Das Budget für das Jahr 2025 weist einen Gewinn in der Höhe von Fr. 7'195.-- aus; dabei werden die Sicherheitsreserven wieder aufgestockt und zudem die nötigen Rückstellungen geschaffen, um das 30-jährige Bestehen der Vereinigung 2027 würdig begehen zu können.

Die Jahresrechnung 2024 und das Budget 2025 wurden mehrheitlich angenommen, und dem Vorstand der ASFM sowie der Buchhaltungssekretärin wurde Entlastung erteilt.



SCHLUSSBILANZ Jahr 2024 im Vergleich zu 2023

AKTIVEN	2023	2024
Bank Raiffeisen, Kontokorrent	28 241.86	48 564.12
Postfinance, Kontokorrent	303.09	756.49
Aktive Rechnungsabgrenzung (transitorisch)	2 929.00	2 416.02
Bank Raiffeisen, Mietkaution	2 122.80	182.00
Mobiliar	155.00	1.00
Sonstiges Material	690.00	400.00
Software	695.00	400.00
TOTAL AKTIVEN	35 136.75	52 719.63

PASSIVEN	2023	2024
Passive Rechnungsabgrenzung (transitorisch)	12 943.10	847.25
Rückstellungen "Benefizessen" - 2025	0.00	6 000.00
Fonds für Rechtsberatung (Mitglieder)	6 922.00	6 922.00
Fonds SOS AbbVie (Mitglieder)	0.00	274.15
Reserven	24 500.00	24 500.00
Kapital	5 726.98	-9 228.35
Jahresüberschuss : Gewinn / Verlust	-14 955.33	23 404.58
TOTAL PASSIVEN	35 136.75	52 719.63



Gewinn-und Verlustrechnung und
B U D G E T 2025

ERTRAG	2024	Budget 2025
Mitgliederbeiträge	33 329.35	33 500.00
Individuelle Spenden	5 223.99	2 500.00
Sachspenden	6 075.63	750.00
Spende Loterie Romande	25 000.00	20 000.00
"Rheumaspende" der RLS	2 205.02	2 000.00
Subventionen Invalidengesetz BSV	19 389.59	19 000.00
Subventionen Rheumagesetz BAG	7 442.66	7 400.00
Sponsoring, Spenden "Benefizessen" - 2025	0.00	6 000.00
Verschiedene Erträge	3 828.04	3 800.00
Auflösung Reserve	0.00	0.00
Bankzinsen	4.99	5.00
TOTAL ERTRAG	102 499.27	94 955.00
Verlust / Gewinn	23 404.58	7 195.00
AUFWAND	2024	Budget 2025
Leistungskosten :		
Zeitschrift "L'envol"; Übersetzung, Druck, Versand, anderes	3 332.45	3 000.00
Zeitschrift "forumR"	3 554.06	960.00
"Benefizessen" - 2025	0.00	7 000.00
Vorträge und Veranstaltungen	10 149.12	10 200.00
Direkthilfe Selbsthilfegruppen	353.50	500.00
Personalkosten : Löhne und Nebenkosten	41 095.80	42 200.00
Betriebs- und Verwaltungskosten :		
Mitzins Büro und Parkplätze, Elektrizität, Wasser, Heizung	5 480.05	3 050.00
Versicherungsprämien	395.00	400.00
Büromaterial, Unterhaltskosten, Leasing Photokopiermaschine, Telefon, Porti, etc.	4 476.21	4 500.00
Informatik	2 363.00	4 000.00
Werbekosten	637.80	1 500.00
Honorar Juristin und Kontrollstelle	-782.45	650.00
Kosten Generalversammlung	344.50	800.00
Kosten Vorstand, med.soz.	664.40	700.00
Abschreibungen; Material und Software	739.00	2 000.00
Bildung von Rückstellungen	6 000.00	6 000.00
Bank- und Postspesen	292.25	300.00
TOTAL AUFWAND	79 094.69	87 760.00



Schlussbilanz
J a h r 2 0 2 4
VORSCHLAG DES KOMITEES

Ergebnisverwendung 2024

ERGEBNIS des Jahres 2024	23 404.58
Zuweisung RESERVEN	-12 000.00
ERGEBNIS nach Zuweisung Reserven	11 404.58
KAPITAL am 1. Januar 2024	-9 228.35
Ergebnis 2024	11 404.58
SCHLUSSKAPITAL	2 176.23



ANHANG ZUR JAHRESRECHNUNG

1. Ziel und Aktivitäten

Die ASF M, Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung, hat zum Ziel :

- a) Hilfe und Unterstützung an Fibromyalgie Betroffene und deren Angehörigen,
- b) Verbreitung von Informationen für ein besseres Verständniss dieser Krankheit und deren Konsequenzen für Betroffene,
- c) Zur Forschung im medizinischen und pharmazeutischen Bereich anregen, damit die Betroffenen eine bessere therapeutische Betreuung erhalten.

2. Bilanzierungsgrundsätze

Die vorliegende Jahresrechnung wurde gemäss Schweizerischem Rechnungslegungsrecht (Art. 32 des OR) und den Fachempfehlungen zur Rechnungslegung (Swiss GAAP FER) erstellt.

3. Informationen zu Bilanz- und Erfolgsrechnungspositionen

4. Zusatzinformationen

Beschäftigung

Am 31.12.2024 hatte der ASF M eine Teilzeitbeschäftigte. Im Jahr 2023 lag die Zahl der Vollzeitbeschäftigten im Jahresdurchschnitt zwischen 1 und 9.

<i>Vertragliche Verpflichtungen</i>	<u>31.12.2024</u>	CHFr.	<u>31.12.2023</u>
	2 246.00		3 471.40

4.1. Betriebsaufwand

Als Trägerin des Zewo-Gütesiegels, gliedert die ASF M ihre Kostenstruktur auf Basis der Zewo-Methode nach den folgenden definierten Kategorien.

"Projekt- oder Dienstleistungsaufwand" : Aufwendungen, welche einen direkten Beitrage zur Erreichung der statuarischen Ziele des Vereins ASF M leisten.

"Mittelbeschaffungsaufwand" : Kosten, die der ASF M durch Aktivitäten, die dem Fundraising unmittelbar dienen oder dieses begleiten, entstehen.

"Administrativer Aufwand" : Aufwendungen der ASF M, welche die Grundfunktionen und den Betrieb der ASF M sicherstellen, ohne jedoch den beiden anderen Bereichen unmittelbar zugeordnet werden zu können. Sowohl durch die kontinuierliche Verbesserung der Abläufe als auch durch effizientes Arbeiten wird versucht, diesen Aufwand gering zu halten.

<u>Projekt- oder Dienstleistungsaufwand</u>	<u>31.12.2024</u>	CHFr.	<u>31.12.2023</u>
Sachaufwand	21 086		31 944
Personalaufwand	30 565		50 658
Abschreibungen	0		0
Total		51 650	82 601
<u>Mittelbeschaffungsaufwand</u>			
Sachaufwand	7 033		672
Personalaufwand	2 151		2 487
Abschreibungen	0		0
Total		9 184	3 160
<u>Administrativer Aufwand</u>			
Sachaufwand	9 924		8 518
Personalaufwand	7 598		32 186
Abschreibungen	739		1 033
Total		18 261	41 737
Total Betriebsaufwand		<u>79 095</u>	<u>127 498</u>

5. Nicht bilanzierte Verbindlichkeiten

Der IV-Zuschuss für Leistungen nach Art. 74 ATI ist gebunden. Zum Zeitpunkt des Rechnungsabschlusses stand noch nicht fest, ob und in welcher Höhe Überschüsse aus zweckgebundenen Finanzhilfen vorhanden sind.

8. DER BERICHT DER RECHNUNGS-PRÜFERINNEN

RAPPORT DES VERIFICATRICES POUR LES COMPTES ANNUELS 2024 DE L'ASFM – ASSOCIATION SUISSE DES FIBROMYALGIQUES

Mesdames, Messieurs,

Conformément au mandat qui nous a été confié par l'Assemblée Générale, nous avons procédé, le 13 mars 2025, à la vérification des comptes de l'ASFM - Association Suisse des Fibromyalgiques pour l'exercice arrêté au 31 décembre 2024.

La responsabilité de l'établissement des comptes annuels incombe au comité de l'ASFM alors que notre mission consiste à émettre un rapport les concernant. Nous attestons que nous remplissons les exigences légales en matière d'aptitude et d'indépendance.

Lors de nos travaux, nous nous sommes assurées de la concordance des soldes des comptes bancaires & postaux avec les relevés de comptes arrêtés au 31.12.2024. Nous avons procédé à la vérification des recettes et des charges enregistrées au cours de l'exercice par le pointage aléatoire avec les documents justificatifs de base. Nous avons obtenu tous les détails et explications nécessaires à nos travaux. Nous avons constaté que les documents et factures étaient parfaitement classés et les comptes tenus avec exactitude.

Pour l'exercice 2024, les produits se montent à CHF 102'499.27 et les charges à CHF 79'094.69, présentant ainsi un bénéfice d'exploitation de CHF 23'404.58.

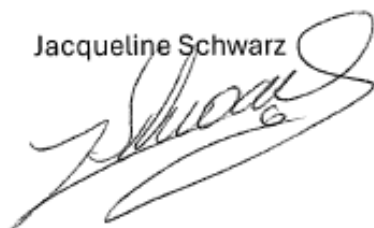
Nous certifions les comptes tels que présentés et formulons les réserves d'usage dans la mesure où des faits et documents susceptibles de modifier le résultat n'auraient pas été portés à notre connaissance.

Nous recommandons à l'Assemblée Générale d'approuver les comptes 2024 de l'ASFM - Association Suisse des Fibromyalgiques et d'en donner décharge au comité.

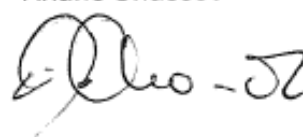
Champagne, le 13 mars 2025

Les vérificatrices

Jacqueline Schwarz



Ariane Chassot



9. DIE ZUSAMMENARBEIT MIT VERSCHIEDENEN VEREINEN

Die Zusammenarbeit mit anderen Patientenorganisationen und Vereinigungen nimmt nach dem Motto «zusammen sind wir stark» seinen Lauf.

Die verschiedenen Vereinigungen verfolgen dieselben Ziele wie die ASFM, d.h. Informationen z.B. über Schmerzen, Schlaf, Ernährung, Emotionsverarbeitung usw. zu verbreiten. Gemeinsam sollen Kontakte auf politischer Ebene im Hinblick auf die Anerkennung der Krankheit und einer Stärkung der Patientenrechte geknüpft und gepflegt werden. Wir organisieren zudem diverse Aktivitäten in enger Zusammenarbeit mit unseren Partnerorganisationen, bei denen alle ihre jeweiligen Kompetenzen einbringen können.

Es bestehen heute Partnerschaften mit:

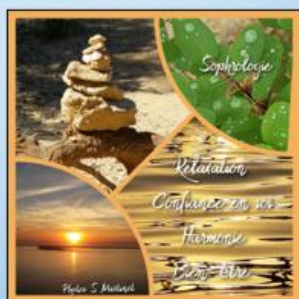
- ❖ Der Schweizerische Lupus Vereinigung
- ❖ Der Schweizerische Polyarthritiker-Vereinigung
- ❖ Der Schweizerischen Vereinigung der Sklerodermie-Betroffenen
- ❖ Dem RéseauBénévolatNetzwerk
- ❖ Der Crohn Colitis Schweiz
- ❖ Der Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew
- ❖ Der Selbsthilfe Bern - Beratungszentrum Biel
- ❖ Der Selbsthilfe Schweiz
- ❖ Der Organisation «touché.ch»

Wir möchten auch hier noch einmal die Unterstützung durch die Rheumaliga Schweiz und die Zusammenarbeit mit ihren verschiedenen kantonalen Ligen wie diejenigen der Kantone Genf, Waadt, Freiburg, Jura, Neuenburg, Jura, Wallis, der beiden Basel und Bern erwähnen, welche uns sehr grosszügig (auch) mit Zeit und Energie unterstützen.

10. DIE VERSCHIEDENE AKTIVITÄTEN 2024

DATES	HORAIRES	ACTIVITÉS	DESCRIPTIONS	INTERVENANTS	LIEUX	INFO
Sa 24 février	10h00-16h30	Séminaire	La méthode TIPI	Mme Caroline Houlbert de Coccola	La Fabrique, Champagne	tout public
Me 28 février	19h30-20h30	Conférence	Syndrome prémenstruel	Dr. Jean-Philippe Richter	La Cave: Les fils de Charles Favre, Place de la Planta 2, Sion	tout public
Me 6 mars	19h30-20h30	Conférence	Stress de l'anxiété au burnout	Dr. Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public
Me 13 mars	19h30-20h30	Conférence	Ménopause	Dr. Jean-Philippe Richter	La Cave: Les fils de Charles Favre, Place de la Planta 2, Sion	tout public
Sa 23 mars	13h30-17h30	Assemblée générale		M. Philippe Schüpbach	La salle Léon Michaud - Château d'Yverdon-les-Bains	tout public
Me 3 avril	19h00-20h30	Conférence	Vieillir	Dr. Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public
Sa 20 avril	10h00-16h30	Journée découverte sur l'art-thérapie	Le matin conférences et l'après-midi 2 ateliers à choix (maximum 15 personnes)	Mmes Nathalie Roulet, Isabelle von Muralt, Corinne Humbert Froidevaux et Vicky Tsiaousi / M Philippe Schüpbach	CHUV, auditorio César Roux, Lausanne	tout public
Je 2 mai	14h00-16h00	Conférence	Fibromyalgie & médecine intégrative	Mme Anne Smit	St-Maurice	tout public
Di 12 mai	13h30-16h00	Journée Mondiale de la Fibromyalgie	Rassemblement pacifique avec à la fin possibilité d'une marche jusqu'à la gare	Mme Jeannette Rechsteiner et M. Philippe Shüpbach	Stadthausanlage, station de tram Bürkliplatz, Zürich	tout public
Me 15 mai	19h00-20h30	Conférence	Insomnies et nutrition	Dr. Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public
Sa 25 mai	10h00-16h30	Notre Journée de la Fibromyalgie	10h30 la fasciathérapie 13h30 la résilience 15h00 la fibromyalgie	10h30 Mme Marion Boisseau 13h30 Mmes Barbara Paggioli et Mariana Leitenberg du (RHNe) 15h00 Dr. Pedro Ming Azevedo	CHUV, auditorio César Roux, Lausanne	tout public
Sa 15 juin	10h00-16h30	Séminaire	Écriture thérapeutique	Mme Mauranne Etienne	Le Champagnoux, Champagne	tout public
Me 19 juin	19h00-20h30	Conférence	Un état inflammatoire chronique	Dr. Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public
Sa 29 juin	10h00-16h30	Séminaire	Nutrition et santé	Dr Jean-Philippe Richter	Locaux ASFM - Rue du Village 13, Champagne	tout public
Ve 26 juillet	14h00-15h30	Sortie	Jardin alpin	M. Stéphane Paoly	Pont de Nant, Les Plans-sur-Bex Transport de la gare de St-Maurice	tout public
Sa 03 août	9h30-11h30	Atelier	Bains de forêt	Mme Lucie Viguié	Bois du Jorat	tout public
Sa 24 août	14h00-16h00	Atelier en plein air	Soin énergétique au tambour chamanique	Mme Audrey Avogadro	St-Maurice	max. 10 p.
Sa 31 août	10h00-16h30	Séminaire	La lithothérapie	Mme Gabriella Tettamanti	Le Champagnoux, Champagne	tout public
Sa 7 septembre	10h00-16h30	Séminaire	Que manger pour rester en santé	Dr Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public
Ma 10 septembre	14h00-15h30	Atelier	Biodanza	Mmes Sylvaine Constantin et Amanda Van Boven	Salle de paroisse catholique, Morges	tout public
Je 12 septembre	14h00-16h00	Atelier	Bains de forêt	Mme Lucie Viguié	Bois du Jorat	tout public
Sa 21 septembre	10h00-16h30	Séminaire	La médecine chinoise	M. Amad Maholida	Le Champagnoux, Champagne	tout public
Me 2 octobre	19h00-20h30	Conférence	Les nouveautés sur la fibromyalgie	Dr Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public
Me 9 octobre	19h00-20h30	Conférence	CBD	Dr Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public
Me 9 octobre	18h00-19h30	Cours	Sophrologie; séance découverte à chaque fois unique	Mme Loïse Notin	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.
Me 16 octobre	18h00-19h30	Cours	Sophrologie séance découverte à chaque fois unique	Mme Loïse Notin	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.
Me 16 octobre	19h00-20h30	Conférence	La douleur chronique	Dr Jean-Philippe Richter	Pure Clinic, Av. du Général Guisan 30, Sierre	tout public

DATES	HORAIRES	ACTIVITÉS	DESCRIPTIONS	INTERVENANTS	LIEUX	INFO
Je 17 octobre	14h00-15h30	Atelier	Biodanza	Mmes Sylvaine Constantin et Amanda Van Boven	Salle de paroisse catholique, Morges	tout public
Sa 19 octobre	10h00-16h30	Séminaire	La cälinothérapie	Mme Katia Siciliano et M. Gilles Gallas	Le Champagnoux, Champagne	tout public / max. 20 p.
Me 23 octobre	18h00-19h30	Cours	Sophrologie; séance découverte à chaque fois unique	Mme Loise Notin	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.
Sa 26 octobre	09h30-11h30	Atelier	Relaxation guidée	Mme Hulya Surmeli Budak	CPNE - Centre professionnel neuchâtelois, Neuchâtel	tout public
Me 30 octobre	18h00-19h30	Cours ANNULÉ	Sophrologie; séance découverte à chaque fois unique	Mme Loise Notin	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.
Me 6 novembre	18h00-19h30	Cours ANNULÉ	Sophrologie; séance découverte à chaque fois unique	Mme Loise Notin	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.
Me 13 novembre	18h00-19h30	Cours	Sophrologie; séance découverte à chaque fois unique	Mme Loise Notin	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.
Sa 16 novembre	10h00-17h00	Journée des bénévoles	Prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres	Mme Lucie Viguiet	Le Champagnoux, Champagne	bénévoles seulement
Di 17 novembre	13h30-16h30	Atelier	Décodage biologique Atelier interactif	M. André Casanova	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.
Sa 23 novembre	14h00-17h00	Atelier	Yoga	Mme Sirkka Rechsteiner	Witikonstr 311B, Zurich	tout public
Sa 30 novembre	10h00-16h30	Séminaire	La méthode TIPI (2)	Mme Caroline Houlbert de Coccia	Le Champagnoux, Champagne	Avoir suivi TIPI 1
Ve 7 décembre	15h00-17h00	Atelier ANNULÉ	La naturopathie et bien plus	M. Monsif Elhamrani	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice	tout public / max. 10 p.



11. DIE VORGESEHENE AKTIVITÄTEN 2025

DATES	HORAIRES	ACTIVITÉS	DESCRIPTIONS	INTERVENANTS	LIEUX	INFO
Sa 18 janvier	14h00-16h30	Workshop	Behandlungsmethoden und Therapieformen	Dr. Med. Krisztina Barath	EpigenikZürich, Zürich/ZH	Alle Zielgruppen
Sa 25 janvier	10h00-16h30	Atelier	Psycho-généalogie	M. Marcel Bianchi	Le Champagnoux, Champagne/VD	tout public
Ma 4 février	14h00-15h30	Atelier	Savourez chaque journée	Mme Linda Glassey	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice/VS	max 10 personnes
Ma 11 février	14h00-15h30	Atelier	Savourez chaque journée	Mme Linda Glassey	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice/VS	max 10 personnes
Sa 15 février	10h00-16h30	Atelier	Réflexologie faciale	M. Eric Silbermann	CPNE, Neuchâtel/NE	tout public
Ma 18 février	14h00-15h30	Atelier	Savourez chaque journée	Mme Linda Glassey	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice/VS	max 10 personnes
Sa 22 février	10h00-12h30	Atelier	Décodage biologique	M. André Casanova	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice/VS	tout public
Sa 15 März	14h00-16h30	Workshop	Kommunikation im Umfeld	Frau Jeannette Rechsteiner	HEKS-Geschäftstelle, Basel	Alle Zielgruppen
Sa 15 mars	10h00-16h30	Atelier	Soin au tambour	Mme Yvonne Steiner	Salle communale, Pontenet/BE	tout public
Je 20 mars	10h00-12h30	Atelier	Se connecter à son cœur	Mme Janick Biseli-Monétrey	Centre "Etre Harmonie", Martigny/VS	tout public
Sa 29 mars	10h00-16h30	Atelier	Constellation familiale	Mme Alioucha Esteve	Av. du Théâtre 18, Monthey/VS	tout public
Sa 5 avril	13h30-17h30	Assemblée générale de l'ASFM		M. Philippe Schöpach	Grande Salle, Champagne/VD	tout public
Sa 26 avril	9h30-12h30	Atelier	Qi-gong	Mme Aurélie Communal	Académie de musique, Genève	tout public
Sa 10 mai	10h00-17h00	Notre journée de la fibromyalgie		Dr T. Breuneval et Mmes F. Kurdyk, W. Tireford et K. Mahmani	Auditoire Auguste-Tissot, CHUV, Lausanne/VD	tout public
Lu 12 mai	16h00-20h00	Journée mondiale de la fibromyalgie		Mme Jeannette Rechsteiner et M. Philippe Schöpach	Hechtplatz, Zürich/ZH	tout public
Sa 17 mai	13h00-15h30	Atelier	Des super grands-parents, pas de super-héros	Mme Glada Petrovic	Psy % Co, Nyon/VD	tout public
Sa 7 juin	10h00-16h30	Atelier	Ecriture thérapeutique	Mme Mauranne Etienne	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice/VS	tout public
Sa 14 juin	10h00-16h30	Atelier	Bois chantants planétaires	Mme Gabriella Tettamanti	Cristal Line, Granges-près-Marnand/VD	tout public
Sa 21 juin	10h00-16h30	Atelier	Hypersensibilité	Mme Chantal Aubert	Salle communale, Reconvilier/JU BE	tout public
Sa 28.Juni	14h00-16h30	Workshop	Tipps, Tipps & Tricks	Frau Jeannette Rechsteiner	Rheumaliga Bern, Bern	Alle Zielgruppen
Sa 23 août	10h00-16h30	Atelier	Le pouvoir de la respiration	Mme Edwina Jacobsen	CPNE, La Chaux-de-Fonds/NE	tout public
Sa 30 août	10h00-16h00	Atelier	Libération du péricarde	Mme Fabienne Fasel et M. Pierre Oberson	Restaurant "La Pinte", Ecuvillens/VD	tout public
Lu 1er septembre	10h00-12h00	Atelier	Les émotions, nos amies	M. Fabien Noir	Hôtel de la Dent du Midi, St-Maurice/VS	Tout public
Sa 6. September	14h00-16h30	Workshop	Achtsamkeit & Lebensqualität	Frau Jeannette Rechsteiner	Stiftung das Trösch, Kreuzlingen	Alle Zielgruppen
Sa 6 septembre	10h00-16h30	Atelier	Sonothérapie	M. Othmann Haddad	SST, Carouge/GE	tout public
Sa 13 septembre	10h00-16h30	Atelier	Yoga du son	Mme Valérie Jaques	Le Champagnoux, Champagne/VD	tout public
Sa 4 octobre	10h00-16h30	Atelier	Art-thérapie	Mme Nathalie Roulet	Le Champagnoux, Champagne/VD	tout public
Sa 11 octobre	10h00-16h30	Journée des bénévoles		A définir	A définir	bénévoles seulement
Sa 25 octobre	10h00-11h30	Atelier	Sophrologie	Mme Jessica Fahrni-Peng	Rue de la Croix 7, Courroux/JU	tout public
Sa 1er novembre	10h00-16h30	Atelier	TPI 3	Mme Caroline Houlbert de Coccola	Le Champagnoux, Champagne/VD	tout public
Ma 4 novembre	10h00-12h30	Atelier	Se connecter à son cœur	Mme Janick Biseli-Monétrey	Centre "Etre Harmonie", Martigny/VS	tout public
Sa 8.November	14h00-16h30	Workshop	Herbst & winter - Schulprävention	Frau Jeannette Rechsteiner	Katholische Kirchengemeinde, Luzern	Alle Zielgruppen
Sa 22 novembre	11h00-17h00	Repas de soutien de l'ASFM		Concert de Brike "Prix du public de Swiss Voice tour"	Grande Salle, Champagne/VD	tout public

12. DIE DANKSAGUNG

Wir bedanken uns herzlich bei:

Unseren Mitgliedern, unseren Spenderinnen und Spendern, dem BSV, dem BAG, unseren Vorstandsmitgliedern, unseren Selbsthilfe-/Gesprächsgruppenleiterinnen, unseren Freiwilligen, unserer Grafikerin, unserer Juristin, unseren Übersetzerinnen und Übersetzern, dem Treuhänder, unserer Informatiker, unserer Caterer, unserem Büropersonal, der Stadt Yverdon-les-Bains, und all jenen, die sich für das Wohl des ASFM einsetzen und ohne die unsere Tätigkeit nicht möglich wäre.

Unser besonderer Dank geht an:



Philippe Schüpbach

Präsident

Sandrine Frey

Sekretärin