



Fibromyalgie

JAHRESBERICHT 2022



✉ info@suisse-fibromyalgie.ch

💻 www.suisse-fibromyalgie.ch

☎ +41 24 425 95 75

Avenue des Sports 28

1400 Yverdon-les-Bains

INHALTSVERZEICHNIS

1. EINFÜHRUNG	3
2. DIE VEREINIGUNG	4
<i>Vorstand und Büro</i>	4
<i>Selbsthilfegruppen</i>	5
<i>Ziel der Vereinigung</i>	6
3. L'ENVOL	7
4. ACHTSAMKEITSMEDITATION (DIE FIBRODOPA-STUDIE)	8
5. GENERALVERSAMMLUNG	10
6. BERICHT DER PRÄSIDENTIN	11
7. EIN GROSSER SCHRITT NACH VORNE...	12
8. JAHRESBERICHT 2022	14
9. REVISIONSBERICHT	19
10. ZUSAMMENARBEIT MIT VERSCHIEDENEN VEREINIGUNGEN	20
11. VERSCHIEDENE AKTIVITÄTEN 2022	21
12. VORGESEHENE AKTIVITÄTEN 2023	22
13. DANK	23

1. EINFÜHRUNG

Die Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung wurde 1997 von betroffenen Menschen gegründet. Sie machten sich Sorgen um ihre sich laufend verschlechternde Gesundheit und um die mangelnden Kenntnisse in Bezug auf diese multisystemische Krankheit. Die Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung (SFMV) hat sich zum Hauptziel gesetzt, die Fibromyalgie langfristig bekannt und anerkannt zu machen und ihre Mitglieder gegenüber der Öffentlichkeit sowie den offiziellen medizinischen, pharmazeutischen, sozialen und politischen Stellen zu vertreten und zu unterstützen.

Die SFMV organisiert verschiedene Aktivitäten, Vorträgen und Seminaren, um betroffenen Menschen eine Informationsplattform anbieten zu können, einen Ort, wo sie Unterstützung finden und sich mit anderen betroffenen Menschen austauschen können. Die Kräfte jedes Einzelnen im Kampf für die Anerkennung der Fibromyalgie können so konzentriert werden. Die Krankheit wurde anfangs des achtzehnten Jahrhunderts entdeckt und als Muskelrheuma diagnostiziert. 1976 wurde dann die Bezeichnung Fibromyalgie gewählt, ein Zusammensetzung aus dem lateinischen Fibra (Faser) und der griechischen Wörter myo (Muskel) und Algos (Schmerz).

Trotz 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 anerkannt und daher, unter anderem, durch die Invalidenversicherung (IV) schlecht unterstützt.

Die Mehrzahl der von Fibromyalgie betroffenen Menschen sieht sich gezwungen, eine Einbusse ihrer beruflichen Aktivität oder gar den Verlust der Arbeitsstelle in Kauf zu nehmen, ohne einen finanziellen Ausgleich zu erhalten, der es ihnen ermöglicht, eine würdige Existenz zu führen, oder vor allem ihre medizinische Behandlung optimal weiterführen zu können. Die meisten unter ihnen befinden sich plötzlich in einer bedrängten und unsicheren Situation, sowohl materiell, physisch, aber auch psychisch. Das Gefühl von Unverständnis, Abweisung, Scham und Isolation wird dadurch noch mehr verstärkt.

Die Anzahl der von Fibromyalgie betroffenen Menschen steigt von Jahr zu Jahr. Heute sind ungefähr 4% der Bevölkerung betroffen.

Es ist äusserst wichtig, die medizinische Forschung voranzutreiben, damit wirksame therapeutische Behandlungen entwickelt werden können, welche helfen, die durch die Fibromyalgie entstandenen Schmerzen zu erleichtern. Die Behörden müssen die Schwere der Symptome erkennen. Die SFMV konzentriert ihre Bemühungen darauf, die Erkennung und letztendlich die Anerkennung der Fibromyalgie zu erreichen, um betroffenen Menschen, bestmöglich zu helfen und sie unterstützen zu können.

Die Wissenschaft ist derzeit in der Erforschung des Ursprungs der Fibromyalgie und in anderen Forschungsarbeiten zu innovativen Schmerztherapien, die die aktive Beteiligung der Patienten beinhalten, beschäftigt (Studien des CHUV, UniFR, UniZH).

Die Vereinigung wurde 2022 von rund 270 Personen telefonisch kontaktiert und mehr als 33'000 Menschen haben unsere Homepage www.suisse-fibromyalgie.ch angeklickt, um Informationen zu finden. Mehr als 12'500 Personen suchten nach Informationen.

2. DIE VEREINIGUNG

Vorstand und Büro



Anne Smit
Präsidentin
Generalpräsidium
Kassenführung
Medien / PR
Personal / Administration



Dr Jean-Philippe Richter
Vizepräsident
Romandie



Dr Christophe
Perruchoud
Mitglied
Schmerzmedizin
Wissenschaftliche
Beratung



Stéphanie Arrigo
Mitglied
Pflegefachfrau
Schmerzmedizin
Hypnose



Maria Piazza
Mitglied
Koordination Tessin
Übersetzungen
italienisch



Amad Maholida
Mitglied
Koordination mit dem
Vizepräsident
Romandie
Traditionelle
Chinesische Medizin
Akupunktur



Louis Derungs
Mitglied
Schmerzexperte
(Neurowissenschaften)
Ausbilder und Referent



Philippe Schüpbach
Mitglied
Koordination von
Selbsthilfegruppen
Webseite
L'envol
Verschiedene Projekte



Sylvie Michel
Mitglied

Das Büro (geöffnet am Montag, Dienstag-, Mittwoch- und Donnerstagvormittag) wird durch die beiden Mitarbeiterinnen, Sandrine Frey, Sekretärin Buchhaltung und Beatrice Rubeaud, Sekretärin Administration mit einem Pensum von jeweils 50% betreut.



Sandrine Frey
Sekretärin Buchhaltung



Beatrice Rubeaud
Sekretärin Administration

Selbsthilfegruppen / Gesprächsgruppen

Alle Verantwortlichen der Selbsthilfegruppen arbeiten unentgeltlich und sind sehr aktiv. Wir bedanken uns an dieser Stelle ganz herzlich für die wertvolle Mitarbeit all unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter. Diese war besonders während der Pandemie sehr überaus wichtig für alle Betroffenen. Jede Gruppe wird individuell betreut, hat jedoch die gleichen, gemeinsamen Ziele. Von Fibromyalgie betroffene Menschen haben die Möglichkeit sich an einem Ort, wo sie verstanden werden, mit Gleichgesinnten zu treffen und auszutauschen, Neues zu lernen, sich der Begegnung zu öffnen, erholsame Aktivitäten zu erleben, und vieles mehr. Die Teilnahme an diesen Treffen ist für die Mitglieder der SFMV kostenlos. Wir setzen alles daran, unsere Gruppenverantwortlichen zu unterstützen. Die Vereinigung bietet ihnen eine jährliche Weiterbildung an, stellt kostenlos gezielte Werbung zur Verfügung, und dank der engen Zusammenarbeit mit Selbsthilfe Schweiz werden die Gruppenleiterinnen unterstützt und begleitet.

Wir möchten darauf hinweisen, dass unsere Freiwilligen im Jahr 2022 ungefähr 2'750 Stunden für die Vereinigung geleistet haben. Diese Zahl basiert auf einer Annahme und ist höchstwahrscheinlich unterschätzt. Und noch einmal: Und noch einmal: Die Pandemie wirkte sich auf die Anzahl der monatlichen Treffen aller Selbsthilfegruppen hauptsächlich zu Beginn des Jahres aus!

Im Jahr 2022 organisierten wir unsere übliche Schulung für Gesprächsgruppen-/Selbsthilfegruppenleiterinnen mit dem Titel "Wohltuende Kommunikation in der Gruppe", in der wir uns darin übten, offen und wohltuend zu kommunizieren.



"In meiner Gruppe wohltuend kommunizieren".

Während des Lebenszyklus einer Selbsthilfegruppe sind die Mitglieder manchmal mit Schwierigkeiten unterschiedlicher Art konfrontiert. Dieser praktische Workshop befasst sich mit Fragen der zwischenmenschlichen Kommunikation. Er zielt darauf ab, das Bewusstsein mit Werkzeugen zu schärfen, die den Austausch erleichtern und den Respekt und das Zuhören zwischen den Personen fördern (offene Fragen, gewaltfreie Kommunikation, ICH-Botschaft usw.).

Wir richten ein großes DANKESCHÖN an Frau Sylviane Fellay und Frau Vanessa Wirth, die es uns ermöglicht haben, einen Tag voller Austausch zu erleben!

Die SFMV sucht weiterhin ehrenamtliche Personen, die bereit sind, sich für die Sache der Fibromyalgie einzusetzen, sich für deren Anerkennung einzusetzen und in einem Team aktiv in der Unterstützung der SFMV-Mitglieder tätig zu sein. Wir würden gerne Gesprächs-/Selbsthilfegruppen stärken oder neue Gruppen in den folgenden Regionen gründen:

Vevey-Riviera, Neuenburg, Freiburg, Jura-Porrentruy, Martigny-Sion-Sierre, Bern Stadt und Kanton, Kanton Solothurn, Aargau und die Zentralschweiz.

In der Agglomeration Zürich und in der Region Basel sind Selbsthilfegruppen im Aufbau.

Ziele der Vereinigung

Die Schweizerische Fibromyalgie Vereinigung SFMV hat Ihren Sitz in Yverdon-les-Bains und ist seit 1999 Mitglied der schweizerischen Rheumaliga (RLS).

Dank der Unterstützung des Vorstandes, des Büro-Personals, der Selbsthilfegruppen und professioneller Unterstützung kann die SFMV die Ziele erreichen, welche sie sich gesetzt hat:

- ∞ *Die Fibromyalgie bekannt machen und, damit sie letztendlich anerkannt wird (Medizin, Pharma, Öffentlichkeit, juristisch, politisch, etc.)*
- ∞ *Ansprechpartnerin für Wissenschaftler, Medien, Studenten und andere Menschen, die Informationen suchen*
- ∞ *Informationen über Fibromyalgie und die neuesten medizinischen Entwicklungen verbreiten*
- ∞ *Das nützliche Wissen an die verschiedenen Interessengruppen von Fibromyalgie Betroffenen, oder auch nicht, vermitteln durch Vorträge, Seminare und andere Kursangebote*
- ∞ *Die Selbsthilfe durch die Koordination von Gesprächs-/Selbsthilfegruppen fördern*
- ∞ *Sich für die Unterstützung der leidenden Person einsetzen, indem sie verschiedene therapeutische Hilfsmittel anbietet*
- ∞ *Menschen mit Fibromyalgie, ihre Familien und ihr Umfeld unterstützen.*
- ∞ *Die Öffentlichkeit für diese Krankheit sensibilisieren*

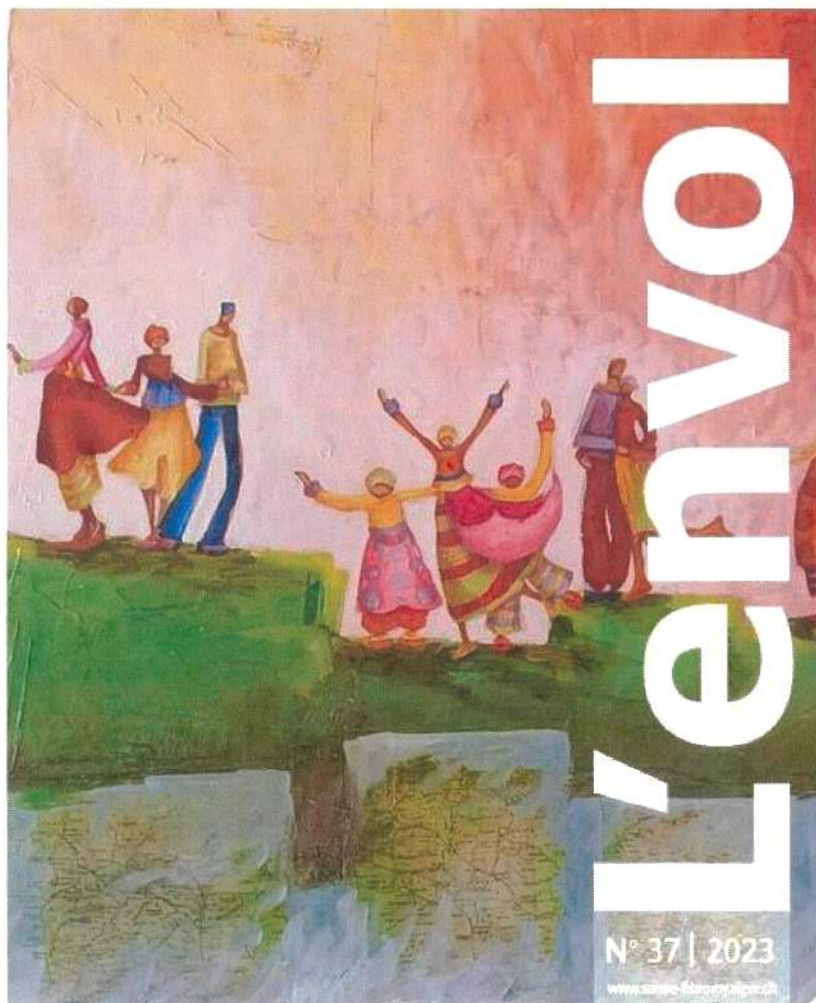
3. L'ENVOL

Diese Zeitschrift wird in französischer, deutscher und italienischer Sprache herausgegeben und erscheint jeweils Anfangs Jahr mit einer Auflage von 1500 Exemplaren.

Unsere Mitglieder erhalten "L'envol" kostenlos, wir verteilen die Zeitschrift aber auch an Arztpraxen und verschiedene andere Akteure des Gesundheitswesens. Die Zeitschrift berichtet über die verschiedenen Aktivitäten der Vereinigung und informiert über Neuigkeit in Bezug auf die Fibromyalgie.

Ein dynamisches Team hat diese neue Ausgabe von « L'envol » koordiniert:
Anne Smit, Philippe Schüpbach, Sandrine Frey und Beatrice Rubeaud.

Wir an dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön an Daniela Perren, unserer ehrenamtlichen Grafikerin, für ihre überaus wertvolle Arbeit und ihre Fachkompetenz, weitergeben.



4. ACHTSAMKEITSMEDITATION (DIE FIBRODOPA-STUDIE)

Der Auszug von « L'envol » n° 37 – 2023

Die FIBRODOPA-Studie oder die Analyse der Modulation von Belohnungsreaktionsprozessen im Gehirn von Frauen mit Fibromyalgie anhand einer auf Achtsamkeitsmeditation basierenden Intervention.

Departement für Psychologie
Universität Freiburg
Zentrum für Integrativ- und
Komplementär, Anästhesie
CHUV – Lausanne

Die Fibromyalgie ist eine der häufigsten chronischen Schmerzzustände. Das Hauptsymptom sind chronische Schmerzen, die mehrere Körperteile betreffen und oft von einem breiten Spektrum somatischer und psychologischer Erscheinungen begleitet werden, darunter Müdigkeit, Schlaf-, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen sowie Ängsten. Im Hinblick auf die biologischen Grundlagen der Fibromyalgie sind noch viele Fragen offen.

Frühere Forschungsergebnisse unseres Teams deuten darauf hin, dass Fibromyalgie zu Veränderungen in der Reaktion des Gehirns auf Belohnungen und in der Freisetzung und Funktionalität von Dopamin, einem Neurotransmitter, der an diesen Prozessen beteiligt ist, führt.

Die Behandlung von Fibromyalgie ist schwierig und komplex. Internationale Richtlinien deuten darauf hin, dass psychologische Interventionen, insbesondere die kognitive Verhaltenstherapie, von Nutzen sind. Vor kurzem wurden vielversprechende Ergebnisse bei der Behandlung diverser Formen von chronischen Schmerzen erzielt, indem eine kurze Form von kognitiver Therapie in Kombination mit Achtsamkeit praktiziert wurde. Die Achtsamkeitsmeditation, oder « Mindfulness » auf Englisch, wird als Prozess des ständigen Bewusstseins des gegenwärtigen Augenblicks definiert. Unter diesen neuen Therapieprogrammen gibt es das sogenannte « Mindfulness-Oriented Recovery Enhancement » oder kurz MORE, welches speziell für Menschen mit chronischen Schmerzen entwickelt wurde. Dieser verbindet die Achtsamkeitsmeditation mit Werkzeugen aus der kognitiven Verhaltenstherapie und der positiven Psychologie. Erste Studien in Amerika haben gezeigt, dass MORE bei verschiedenen chronischen Schmerzen die Schmerzwahrnehmung reduziert und positive Emotionen fördert. Darüber hinaus sind gewisse Studien, was die Auswirkungen von MORE auf die Verarbeitung von Belohnungsreizen im Gehirn betrifft, vielversprechend. Es scheint, dass die Teilnehmer des Programms wieder lernen, positive Emotionen zu empfinden und Dinge des täglichen Lebens neu zu genießen, und dies wiederum wirkt sich positiv auf die Schmerzwahrnehmung aus.

Die FIBRODOPA-Studie soll untersuchen, ob das MORE-Programm spezifische Vorteile für Menschen mit Fibromyalgie in der Schweiz bringt und die Funktionalität des Dopaminsystems und die Fähigkeit, positive Ereignisse wahrzunehmen und zu genießen, verbessern kann. Dies führt wie gesagt, zu einem besseren Wohlbefinden und einer geringeren Schmerzwahrnehmung. Um das Dopaminsystem zu analysieren, werden vor und nach Abschluss des MORE-Programms Positronen-Emissions-Tomographie (PET) und funktionelle Magnetresonanztomographien (fMRT) durchgeführt. Wir führen das MORE-Programm in Gruppen von 5-8 Fibromyalgie Patienten durch und ermöglichen so zusätzlich die Interaktion zwischen Betroffenen.

Die Sitzungen werden gemeinsam von einer Pflegefachfrau und einer Psychologin, die entsprechend geschult sind, durchgeführt. Die Studie wird vom Schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung unterstützt und umfasst ein interdisziplinäres Expertenteam. Sie wird in Gruppen in Zürich, Freiburg und Lausanne durchgeführt. Die Studie endet im April 2025. Es handelt sich um eine Fall-Kontroll-Studie, bei der die Zuteilung zu den Gruppen zufällig erfolgt.

Die «Fallgruppe» erhält die MORE-Sitzungen zwischen den beiden PET- und fMRT-Sitzungen, während die « Kontrollgruppe » das MORE-Programm nach der zweiten Sitzung dieser Untersuchungen durchläuft. Wir rekrutieren 89 Frauen, davon 64 mit Fibromyalgie und 25 ohne Fibromyalgie (unsere Kontrollen). Unsere Ausschlusskriterien : Minderjährige oder Personen mit einer Kontraindikation zur Durchführung von MRTs oder PETs, Personen die an schweren psychiatrischen Erkrankungen, Bewegungsstörungen, Multipler Sklerose oder Epilepsie leiden oder derzeit illegale Substanzen (außer Cannabis) konsumieren.

Autoren

Dr. Sc. Sonia Plaza Wüthrich

Prof. Dr. Chantal Berna Renella

ID Lissia Hamilton

Dr. Luzia Grabherr

Msc Maya Burckhardt

Dr. Katharina Ledermann

Prof. Dr. Chantal Martin Soelch

5. GENERALVERSAMMLUNG

Die jährliche Generalversammlung fand am Samstag, den 1. April 2023 um 13h30 Uhr im Saal Léon Michaud, Pestalozziplatz, im Schloss von Yverdon-les-Bains statt.

Das Protokoll ist im Büro des SFMV erhältlich. Sie finden es ebenfalls auf unserer Homepage. Auf Anfrage senden wir es Ihnen gerne zu.

6. BERICHT DER PRÄSIDENTIN

Die SFMV hat 2022 seinen Kurs trotz Hindernissen gehalten, und dies immer mit einem Leitstern... SIE !

Ein turbulentes Jahr aufgrund einer unvorhergesehenen Reduktion des Büroteams. Das führte zu einem starken Schlingern unseres Bootes... glücklicherweise konnte es sich dank der Resilienz des restlichen Teams und der wichtigen logistischen Hilfe von « Seeleuten » unserer Vereinigung, die uns ihre Ressourcen und Fähigkeiten zur Verfügung stellten, stabilisieren.

Sie werden sich wiedererkennen, ich respektiere ihre Diskretion, und im Namen aller danke ich ihnen für ihr Engagement und ihre Leistung.

Wir konnten weiterhin Workshops, Selbsthypnosekurse sowie Konferenzen anbieten. Eine Veranstaltung mit verschiedenen Konferenzen zum « Internationalen Fibromyalgie-Tag » wurde im CHUV durchgeführt und wir danken dem Universitätsspital für seine Großzügigkeit.

Gute Nachrichten: Die Fachwelt setzt ihre Forschungsarbeit fort, um chronische Schmerzen besser zu verstehen und zu identifizieren und um die Patienten therapeutisch zu begleiten. Dies geschieht durch ein neues Paradigma der Gesundheitsversorgung, die integrative Medizin, eine Verbindung von Schul- und Komplementärmedizin. Zentren entwickeln sich überall in der Schweiz.

Wir planen auch neue Workshops, und dank der Modernisierung unserer Homepage können wir Ihnen nun informative Videos anbieten. Freiwillige für Interviews sind gerne willkommen. Diese Videos stellen wir dann regelmäßig online.

Im März werde ich anlässlich einer Konferenz der Rheumaliga Schweiz die Fibromyalgie und ihre aktuellen multidisziplinären Behandlungsmethoden vorstellen.

Das Team der SFMV wandelt sich

Einige Abgänge ... Wir danken Dr. Nicola Keller, Vizepräsident im Tessin, Liliane Ruch, Marion Burkhardt sowie Zilan Avdar herzlich für ihr Engagement.

Unserer Sekretärin Beatrice Rubeaud danken wir von Herzen, sie wird einen neuen Weg einschlagen... Danke dir und gute Fahrt auf deinem neuen Weg !

... und Neuzugänge ... Sylvie Michel und Philippe Schüpbach, die uns über mehrere Monate hinweg ihre Unterstützung und Kompetenz angeboten haben.

Mit neuer Energie und voller Tatendrang starten wir in das neue Jahr !

Wir heißen jeden willkommen, der sich uns anschließen oder sich eventuell sogar auch in unserem Vorstand engagieren möchte !

Wir brauchen auch dringend neue Mitglieder, um die gemeinsame Reise mit Ihnen fortzusetzen. Deshalb schlagen wir Ihnen die « 1 für 1 » Aktion vor.

Anne Smit

Präsidentin der SFMV

7. EIN GROSSER SCHRITT NACH VORNE

Entwicklung der Kenntnisse und Anerkennung der Fibromyalgie-Schmerzen

Bisher wurde die Fibromyalgie von der medizinischen Gemeinschaft als ein chronisches Schmerzsyndrom angesehen, das mit anderen Symptomen verbunden ist, und dessen Ursprung nicht erklärt werden konnte.

Im Laufe der Zeit hat die Fachwelt versucht, dieses Krankheitsbild, das in unserer Gesellschaft immer häufiger auftritt, zu verstehen und zu klassifizieren.

Einige Schlüsseldaten dieser Entwicklung :

1992 Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) anerkennt die Fibromyalgie in der Internationalen Klassifikation der Krankheiten

2006 Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) ordnet die Fibromyalgie als rheumatische Erkrankung unter dem Index M79-7 ein

2007 Yunus weist auf eine zentrale Sensibilität hin, die alle funktionellen Syndrome wie Reizdarm, interstitielle Zystitis, multiple chemische Hypersensibilität, ... mit einem gemeinsamen Mechanismus in Verbindung bringt

2007 Die französische Nationalakademie für Medizin anerkennt die Fibromyalgie als nicht-psychische klinische Einheit

2008 Das Europäischen Parlament anerkennt die Fibromyalgie durch den Erlass einer Verordnung (N°69-2008)

2017 Definition des " noziplastischen Schmerzes " zusätzlich zu den bisher von der IASP (International Association for the Study of Pain) anerkannten

Schmerzen - nozizeptive, neurogene, gemischte und systemische Schmerzen - und Aufnahme des chronischen Schmerzes in die internationale Klassifikation der Krankheiten (ICD-11). Daher lassen sich viele chronische Schmerzpathologien, darunter auch die Fibromyalgie, durch ein bestimmtes pathophysiologisches Phänomen erklären: die zentrale Sensibilisierung.

DER SCHMERZ IST DIE KRANKHEIT

Es gibt keine Gewebeschädigung, die den Schmerzprozess aktiviert und dennoch wird die Schmerzinformation in Ort, Intensität, Merkmalen und Dauer zufällig aktiviert.

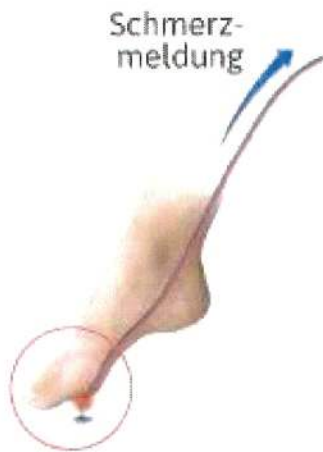
2019 In der Schweiz: Publikation eines Leitartikels in der "Revue médicale Suisse": "Douleurs chroniques; du symptôme à l'homme souffrant" (Chronische Schmerzen; vom Symptom zum leidenden Menschen) Anne-Françoise Allaz, Marc R. Suter

Aktuelle Behandlungen

Dank diesen neuen Erkenntnissen wird der Schmerz als eigenständige Krankheit anerkannt. Diese muss durch eine multidisziplinäre Behandlung individuell angepasst werden.

Es entsteht eine neue Form von Medizin; die integrative Medizin; Schul- und Komplementärmedizin werden miteinander verbunden.

Und die SFMV verspricht, neue Partnerschaften mit anerkannten Zentren für integrative Medizin auf die Beine zu stellen.



1

Der akute SCHMERZ

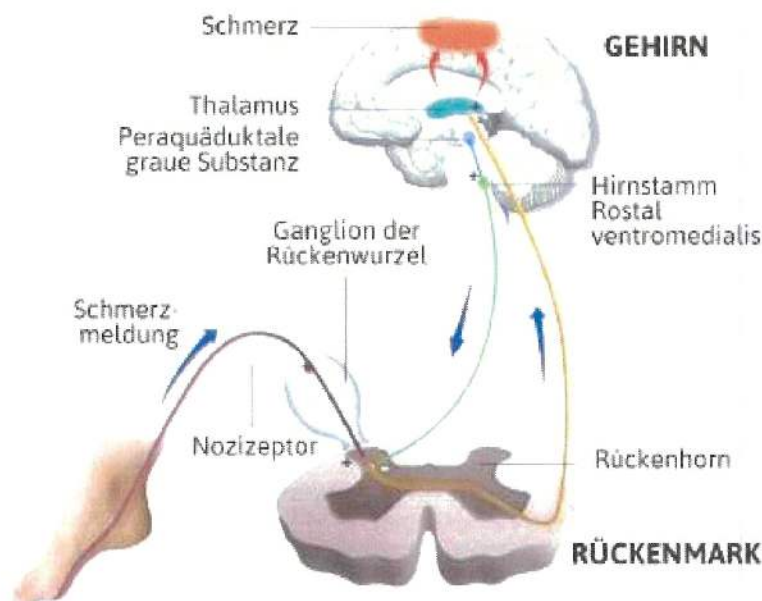
Der Fuß tritt auf einen Nagel.

Die Wahrnehmung des Stichts sendet via den Nerv in diesem Bereich eine Alarmmeldung an das Gehirn. Dieser Vorgang wird als Nozizeption bezeichnet.

Dieser analysiert die Wahrnehmung als Schmerz und sendet über das absteigende System eine hemmende Botschaft zurück, um den Schmerz zu modulieren und zu beruhigen.

Der Schmerz nimmt ab und verschwindet.

Nozizeption : ALARME !!!



2

DER chronische SCHMERZ bei Fibromyalgie ... zentrale Fehlsteuerung des Schmerzwahrnehmungssystems

Bei Schmerzkrankheiten, die länger als drei Monate andauern, werden die Schmerzen chronisch. Es gibt keinen Auslöser mehr und der Schmerz bleibt ständig präsent.

Die zentrale Sensibilisierung ist ein allgemeines Spiegelbild eines oder mehrerer unterschwelliger Prozesse. Die Bedeutung der im zentralen Nervensystem hinterlassen Spuren ist bekannt.

Kurz gesagt : Das Gehirn durchläuft in einer Endlosschleife eine « Schmerz »-Programmierung.

Die Schmerzbotschaft wird ohne wissenschaftlich beobachteten Auslöser fast ständig stimuliert.

3

DER FIBROMYALGIE-SCHMERZ ... zentrale Fehlsteuerung des Schmerzwahrnehmungssystems

Schmerzen sind eine Krankheit an sich, die durch Wetter, und Stress verstärkt wird.

Fibromyalgie-Schmerzen können von viszerale Schmerzen, interstitieller Zystitis, Tinnitus, Seh-und/ oder Gleichgewichtsstörungen, Schlaflosigkeit, Rückenschmerzen, Angstzuständen, reaktiven Depressionen begleitet werden.

Die hemmenden Bahnen für Schmerzbotschaften versagen, der Schmerz wird nicht mehr reguliert.

Noziplastischer Schmerz : Falsch-Alarm, Unverhältnismäßige Reaktionen.

Die Schmerzbotschaft ist fast ununterbrochen präsent, willkürlich in Dauer, Intensität und Lokalisierung, Form (Brennen, Schraubstock, Nadelstich, usw)

8. JAHRESBERICHT 2022

Hier die Zusammenfassung mit Erläuterung der finanziellen Lage der SFMV fürs Jahr 2022. Die Vereinigung weist in der Schlussbilanz einen Gewinn von etwas mehr als Fr. 4'500.- aus. Der Posten «Forschungsreserve» wurde aufgelöst (abgestimmt und angenommen an der GV 2022) und dies führt zu einem Ertragseingang, der einen recht hohen Verlust verdeckt. Dennoch wurde das Ergebnis des Rechnungsjahres 2022 im Vergleich zum geplanten Budget eingehalten.

AKTIVEN

Starke Verminderung der Aktiven, insbesondere der Liquiditäten.

- Aktive Rechnungsabgrenzung (= transitorisch): betrifft die « Rheumaspense » 2022, die uns Anfang 2023 gutgeschrieben wurde. Die «Rheumaspense» fällt geringer als im Vorjahr aus.
- Anlagevermögen mit einer leichten Erhöhung der Konten «Informatik», Kauf eines neuen PCs und "Software", Anpassung der Software Cresus im Zusammenhang mit der Einführung des QR-Codes im Rechnungverkehr.

PASSIVEN

- Provision für Rechtsberatung: diese Provision dient dazu, Leistungen unserer Juristin zu finanzieren. Im Jahr 2022 hatten wir nur einen einzigen Antrag.
- Passive Rechnungsabgrenzung (= transitorisch): Dies betrifft diverse Rechnungen 2022, die im 1. Quartal 2023 beglichen wurden.
- Reserven: Auflösung des Postens «Forschungsreserven» im Jahr 2022. Diese Auflösung wurde anlässlich der GV 2022 angenommen.
- Ergebnis des Geschäftsjahres 2021: Die Vereinigung verzeichnet einen Gewinn von Fr. 4'553,20. Das positive Resultat kann dank der Auflösung des Postens «Forschungsreserven» verzeichnet werden. Erklärung weiter unten im Posten «Einnahmen».

EINNAHMEN

Im Vergleich zum Jahr 2021 stellen wir leider einen grossen Rückgang der Erträge im Allgemeinen fest (ca. Fr. 14'450.-), der jedoch durch den Ertragseingang infolge der Auflösung des Kontos "Forschungsreserve" weitgehend verdeckt wird:

- Mitgliedsbeiträge: Wie üblich verringern sich die Mitgliederbeiträge im Vergleich zum Vorjahr. Dies liegt, wie bereits in den Vorjahren daran, dass wir mehr Austritte als Neuzugänge verzeichnen. Seit mehreren Jahren erhalten wir leider mehr Austritte als Zugänge auf Mitgliedschaft. Außerdem zahlen etwa 10% unserer Mitglieder trotz Mahnungen ihren Beitrag nicht mehr. Diese Situation bleibt für uns sehr besorgniserregend...
- Einzelspenden: Wir rechnen mit einem Anstieg, da wir bereits eine schöne Summe an verschiedenen und anonymen Spenden erhalten haben (ca. Fr. 7'650.- am 31.03.23).
- Spende der Loterie Romande: auch 2022, hatten wir das Glück, auf ihre großzügige Unterstützung zählen zu können, die für das Fortbestehen der SFMV äusserst wichtig ist.
- «Rheumaspense», Subventionen BSV und BAG: auch 2022 konnten wir auf ihre Unterstützung zählen. Die Beiträge fallen allerdings geringer aus. Sie basieren auf unserer Anzahl Mitglieder und die von der SFMV organisierten Aktivitäten und Veranstaltungen. Die Vereinigung dankt allen bekannten und unbekannten Spendern für die finanzielle Unterstützung.
- Auflösung der Forschungsreserven: Auflösung des Postens "Forschungsreserven", was zu einer Erhöhung des Postens Einnahmen um Fr. 25'000.- führt.

AUSGABEN

Die Ausgaben sind insgesamt und im Vergleich zu 2021 leicht angestiegen ("Covid"-Jahr, in dem aufgrund der Einschränkungen nur wenige Aktivitäten und Veranstaltungen organisiert wurden)

- Dienstleistungsaufwand: Im Jahr 2022 konnten wir endlich wieder verschiedenen Aktivitäten organisieren: den Welt-Fibromyalgie-Tag, die Seminare sowie die Konferenzen und Kurse, die in den beiden Covid-Jahren auf Eis gelegt worden waren. Daher gibt es automatisch einen Anstieg unserer Kosten für Veranstaltungen.
Geringere Kosten für die LSR-Zeitschrift "forumR" (die wir unseren Mitgliedern anbieten) aufgrund der sinkenden Mitgliederzahl.
Was die Direkthilfe an die Selbsthilfegruppen betrifft, so stehen per 31.12.2022 der Gruppe Freiburg Fr. 373.20 und der Gruppe Tessin Fr. 193.50 zur Verfügung. Beide Gruppen haben Spenden erhalten, die ausschliesslich für ihre eigenen Aktivitäten verwendet werden.
- Personalaufwand (Lohn- und Nebenkosten): Dieser Posten betrifft Löhne und die damit zusammenhängenden Kosten. Keine Änderung im Jahr 2022.
- Betriebskosten: Leichte Erhöhung, die einerseits auf den Posten "Informatik" (unsere neue Homepage) zurückzuführen ist. Die Kosten für die GV, die im Gegensatz zu 2020 und 2021 wieder als Präsenzveranstaltung stattfand, und zum anderen durch die Erhöhung des Postens "Abschreibungen".

VORSCHLAG

Wie auch letztes Jahr schlagen vor, den Posten "Reserven" aufzulösen, und zwar auf die nächsten drei Jahre verteilt; Fr. 12'000.- diese und nächstes Jahr und den Saldo von Fr. 12'500.- 2025.

Dieser Posten besteht seit langem und wurde höchstwahrscheinlich gebildet, um den damaligen Kriterien gerecht zu werden.

Angesichts unserer finanziellen Situation ist es nun notwendig, diesen Posten aufzulösen.

BUDGET 2023

Wie immer wurde das Budget für 2023 auf der Grundlage der bisher bekannten Informationen erstellt. Das für 2023 erstellte Budget weist einen Verlust von Fr. 20'000.- auf. Wie üblich budgetieren wir grosszügig, um auf alle Eventualitäten vorbereitet zu sein. Wir setzen alles daran, die unsere Kosten so tief wie möglich zu halten.

Dennoch hoffen wir immer auf angenehme Überraschungen, wie z. B. die Erhöhung der Mitgliederzahl durch unsere Aktion "1 für 1", um somit Beitragseingänge und/oder zusätzliche Spenden zu erhalten.

Die Jahresrechnung 2022, der Vorschlag und das Budget 2023 wurden mehrheitlich angenommen und dem Vorstand des SVFM sowie der Sekretärin Buchhaltung wurde Entlastung erteilt.

Schlussbilanz

2021 - 2022

AKTIVEN	2021	2022
Bank Raiffeisen, Kontokorrent	70 561.26	45 345.35
Postfinance, Kontokorrent	598.84	329.49
Aktive Rechnungsabgrenzung (transitorisch)	4 134.00	2 475.00
Bank Raiffeisen, Mietgarantie	2 114.93	2 115.14
Mobiliar	1.00	1.00
Anderes Material	216.00	1 006.00
Software	1.00	1 158.00
TOTAL AKTIVEN	77 627.03	52 429.98

PASSIVEN	2021	2022
Kapital per 01.01.	3 658.96	1 173.78
Provision für Rechtsberatung	7 422.00	6 922.00
Passive Rechnungsabgrenzung (transitorisch)	7 531.25	3 281.00
Reserven	36 500.00	36 500.00
Forschungsreserven	25 000.00	0.00
Jahresüberschuss Eingaben/Ausgaben	-2 485.18	4 553.20
TOTAL PASSIVEN	77 627.03	52 429.98

Gewinn- und Verlustrechnung und Budget 2023

EINNAHMEN	2022	Budget 2023
Mitgliederbeiträge	34 660.00	33 300.00
Individuelle Spenden	4 353.43	11 000.00
Spende Loterie Romande	25 000.00	25 000.00
"Rheumaspende" der RLS	1 568.00	1 200.00
Subventionen Invalidengesetz BSV	22 344.00	21 600.00
Subventionen Rheumagesetz BAG	7 915.11	7 400.00
Verschiedene Einnahmen	1 260.00	750.00
Bankzinsen	0.21	0.21
Auflösung Forschungsreserve	25 000.00	12 000.00
TOTAL EINNAHMEN	122 100.75	112 250.21
	4 553.20	-19 739.39

AUSGABEN	2022	Budget 2023
Leistungskosten :		
Zeitschrift "L'envol"; Übersetzung, Druck, Versand, anderes	4 385.45	4 500.00
Zeitschrift "forumR"	4 382.90	4 000.00
Vorträge und Veranstaltungen	4 906.55	7 000.00
Direkthilfe Selbsthilfegruppen	4 136.60	4 766.70
Personalkosten : Löhne und Nebenkosten	74 710.10	86 817.90
Betriebs- und Verwaltungskosten :		
Mitzins Büro und Parkplätze, Elektrizität, Wasser, Heizung	10 872.35	11 150.00
Versicherungsprämien	395.00	400.00
Büromaterial, Unterhaltskosten, Leasing Photokopiermaschine, Telefon, Porti,...	4 664.10	4 825.00
Informatik	1 514.90	500.00
Werbekosten	0.00	500.00
Honorar Juristin und Kontrollstelle	2 973.30	3 000.00
Kosten Generalversammlung	953.85	1 250.00
Kosten Vorstand, med.soz. Beratung, Juristin	1 848.05	2 000.00
Abschreibungen; Material und Software	1 442.70	900.00
Bank- und Postspesen	361.70	380.00
TOTAL AUSGABEN	117 547.55	131 989.60

ASSOCIATION SUISSE DES FIBROMYALGIQUES - Yverdon-Jes-Bains

ANHANG ZUR JAHRESRECHNUNG

1. Ziel und Aktivitäten

Die Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung (SFMV) hat zum Ziel :

- a) Hilfe und Unterstützung an Fibromyalgie Betroffene und deren Angehörigen,
- b) Verbreitung von Informationen für ein besseres Verständnis 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

Vollzeitstelle

Wie bereits im Vorsjahr situiert sich auch in diesem Berichtsjahr die Anzahl der Vollzeitstellen im Jahresdurchschnitt zwischen 1 und 9.

	<u>31.12.2022</u>	CHFr.	<u>31.12.2021</u>
<i>Vertragliche Verpflichtungen</i>	4'678.20		5'898.60

4.1. Betriebsaufwand

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

"**Projekt- oder Dienstleistungsaufwand**" : Aufwendungen, welche einen direkten Beitrag zur Erreichung der statuarischen Ziele des Vereins SFMV leisten.

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

"**Administrativer Aufwand**" : Aufwendungen der SFMV, welche die Grundfunktionen und den Betrieb der SFMV 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.

Im Gegensatz zu den ZEWO-Standards (Standard 9 - Effizienz) ist der Anteil der Personalkosten und der Anteil der Finanzierung höher als der geforderte Standard.

Der Verband trifft alle notwendigen Maßnahmen, um diese Richtlinien einzuhalten.

	<u>31.12.2022</u>	CHFr.	<u>31.12.2021</u>
<u>Projekt- oder Dienstleistungsaufwand</u>			
Sachaufwand	29'217		26'606
Personalaufwand	42'992		43'553
Abschreibungen	0		0
Total		72'209	70'159
<u>Mittelbeschaffungsaufwand</u>			
Sachaufwand	610		1'513
Personalaufwand	2'301		6'091
Abschreibungen	0		0
Total		2'911	7'604
<u>Administrativer Aufwand</u>			
Sachaufwand	8'594		7'190
Personalaufwand	32'391		28'936
Abschreibungen	1'443		144
Total		42'428	36'270
Total Betriebsaufwand		117'548	114'033

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.

9. REVISIONSBERICHT



TESTAT

ZUR «ZEWO-REVISION» DER JAHRESRECHNUNGEN BEGINNEND AM 1. JANUAR 2022.

BERICHT DER REVISIONSSTELLE ZUR JAHRESRECHNUNG AN DIE MITGLIEDERVERSAMMLUNG DER SCHWEIZERISCHEN FIBROMYALGIE-VEREINIGUNG IN YVERDON-LES-BAINS.

Als Revisionsstelle haben wir die Buchführung und die Jahresrechnung der Schweizer Fibromyalgie-Vereinigung (Bilanz, Betriebsrechnung, Rechnung über die Veränderung des Kapitals und Anhang) für das am 31. Dezember 2022 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft. In Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER unterliegen die Angaben im Leistungsbericht nicht der ordentlichen Prüfpflicht der Revisionsstelle. Die Schweizerische Fibromyalgie-Vereinigung hat uns auf Basis ihrer Statuten beauftragt eine Revision durchzuführen. Die Prüfung der Existenz eines internen Kontrollsystems sowie der Zusatzbericht an die Mitgliederversammlung bilden nicht Bestandteil dieses Auftrages.

Für die Jahresrechnung ist der Vorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, diese zu prüfen und zu beurteilen. Wir bestätigen, dass wir die Anforderungen der Stiftung ZEWO hinsichtlich Befähigung und Unabhängigkeit erfüllen. Unsere Prüfung erfolgt nach den Anforderungen an die Revision für Organisationen mit ZEWO-Gütesiegel, die gesetzlich nicht zu einer Revision verpflichtet sind. Danach ist eine Prüfung so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Die Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der bei der geprüften Organisation vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstösse nicht Bestandteil dieser Revision. Ferner beurteilten wir die Anwendung der massgebenden Rechnungslegungsgrundsätze, die wesentlichen Bewertungsentscheide sowie die Darstellung der Jahresrechnung als Ganzes. Wir sind der Auffassung, dass unsere Prüfung eine ausreichende Grundlage für unser Urteil bildet.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung

- kein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz-, und Ertragslage der Organisation in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER vermittelt;
- nicht Gesetz und Statuten entspricht.

Wir empfehlen, die vorliegende Jahresrechnung zu genehmigen.

Ferner bestätigen wir, dass die durch uns zu prüfenden Bestimmungen der Stiftung ZEWO eingehalten sind mit Ausnahme von Standard 9 / Effizienz gemäss Anhang zu der Jahresrechnung. Der Verein ergreift Massnahmen um dieser Situation abzuweichen.

FIDUCIAIRE LONGCHAMP Sàrl

Jean-Paul Longchamp

Fachmann im Finanz und Rechnungswesen
mit eidg. Fachausweis

Albert Wagner

Fachmann im Finanz und Rechnungswesen
mit eidg. Fachausweis

Montagny-près-Yverdon, den 3 März 2023

Beilage : Jahresrechnung

10. ZUSAMMENARBEIT MIT VERSCHIEDENEN VEREINIGUNGEN

Die Zusammenarbeit mit verschiedenen Patientenorganisation und Vereinigungen nimmt nach dem Motto «*zusammen sind wir stark*», seinen Lauf.

Die verschiedenen Vereinigungen verfolgen dieselben Interessen wie die SFMV, d.h. Informationen über zum Beispiel Schmerzen, Schlaf, Ernährung, Emotionsverarbeitung usw., verbreiten. Es gehören aber ebenfalls Kontakte auf politischer Ebene zur Anerkennung der Krankheit sowie Patientenrechte dazu. Wir organisieren diverse Aktivitäten in enger Zusammenarbeit mit den verschiedenen Vereinigungen, wo jeder seine Kompetenzen mitbringt.

So sind zum Beispiel Partnerschaften mit:

- ∞ Schweizerische Lupus Vereinigung
- ∞ *Schweizerische Polyarthritiker-Vereinigung*
- ∞ *Schweizerische Vereinigung der Sklerodermie-Betroffenen*
- ∞ RéseauBénévolatNetzwerk
- ∞ Crohn Colitis Schweiz
- ∞ Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew
- ∞ *Selbsthilfe Bern -Beratungszentrum Biel*
- ∞ Selbsthilfe Schweiz
- ∞ touché.ch

Wir möchten auch hier nochmals die Unterstützung der Rheumaliga Schweiz und die Zusammenarbeit mit den verschiedenen kantonalen Ligen, wie diejenige der Kantone Genf, Waadt, Freiburg, Jura, Neuenburg, Wallis, der beiden Basel und Bern erwähnen, welche uns unter anderem auch sehr grosszügig mit Zeit und Energie unterstützen.

11. VERSCHIEDENE AKTIVITÄTEN 2022

Konferenz von Frau Anne Smit « Fibromyalgie »

Am 26. März 2022 in Biel. Fortbildung für den Westschweizer Verband der medizinischen Praxisassistentinnen und organisiert von der Rheumaliga Schweiz

Generalversammlung der SFMV

Am 2. April 2022 um 13h30 im Saal Léon Michaud im Schloss von Yverdon-les-Bains

Welttag der Fibromyalgie

Am 14. Mai 2022 um 10h00 im CHUV, Eintritt frei
Verschiedene Konferenzen sowie einige Stände

Seminar ASFM 2022 « Besser leben mit Fibromyalgie »- L'Ayurveda von Frau Vinolia Rutschmann

Am 11. Juni 2022 von 09h45 bis 17h00 in Centre Pro-Natura in Champ-Pittet

Schulung mit Frau Anne Smit « Autohypnose zur Bewältigung von chronischen Schmerzen und deren Komponenten »

Verschiedene Schulungstermine: Jahresanfang in Yverdon / Frühling in Genf / Jahresende im Wallis

Konferenz von Dr. Jean-Philippe Richter « CBD, Droge oder Behandlung ? »

Am 31. August 2022 um 19h00 im CHUV

Seminar « Sich besser fühlen mit Fibromyalgie » - L'Ayurveda von Frau Vinolia Rutschmann

Am 15. Oktober 2022 von 09h45 bis 17h00 in Centre Pro-Natura in Champ-Pittet

Tag der Leiter von Gesprächs-/Selbsthilfegruppen

Am 5. November 2022 in der Hochschule ARPIH in Yverdon-les-Bains



La journée mondiale de la Fibromyalgie

14 mai 2022 à 10h00 au CHUV

dans l'auditoire Mathias Mayor (BH08 Bâtiment hospitalier)



DIVERS STANDS :

- Stand Cryothérapie «La Fabrique»
- Médecine traditionnelle chinoise et acupuncture – Amad Maholida
- Stand de soutien ASFM



www.entraide.ch

Comment s'y rendre:

P&R de Vennes et prendre le métro M2 direction Duchy jusqu'à l'arrêt CHUV.
P&R d'Duchy et prendre le métro M2 direction Croisettes jusqu'à l'arrêt CHUV.

En transport public:

Métro M2 direction Croisettes (depuis le bas de la ville) ou direction Duchy (depuis le haut de la ville) jusqu'à l'arrêt CHUV.



Votre don en bonnes mains.



Rheumaliga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Liga Svizzera contro il reumatismo

Tous nos remerciements pour l'accueil au **CHUV** Centre hospitalier universitaire vaudois

TEL +41 24 425 85 75 • www.suisse-fibromyalgie.ch • info@suisse-fibromyalgie.ch • Avenue des Sports 26 • 1400 Yverdon-les-Bains • Suisse
Membre de la Ligue suisse contre le rhumatisme / Mitglied der Rheumaliga Schweiz / Membro della Lega Svizzera contro il reumatismo

12. VORGESEHENE AKTIVITÄTEN 2023

Generalversammlung der SFMV

Am 1. April 2023 um 13h30 im Saal Léon Michaud im Schloss von Yverdon-les-Bains

Welttag der Fibromyalgie

Am 13. Mai 2023 um 10h im HUG, Auditorium Marcel Jenny, Eintritt frei

Verschiedene Konferenzen, Vorstellung des Vereins « *7ESSENTIEL* »

Frühjahrsseminar « Besser leben mit Fibromyalgie »

Am 6. Mai 2023, in Centre Pro Natura in Champ-Pittet

« Körperhören, Atmung und Stimmvibration » von Frau Sabine Schwengel

Herbstseminar « Besser leben mit Fibromyalgie »

Datum und Thema werden folgen, in Centre Pro Natura in Champ-Pittet von Frau Sabine Schwengel

Datum und Thema zu planen.

Tag der Leiter von Gesprächs-/Selbsthilfegruppen

Am 4. November 2023 Thema wird folgen, in der Hochschule ARPIH in Yverdon-les-Bains

Konferenz vom Herr Amad Maholida « Chronischer Schmerz und traditionelle Chinesische Medizin »

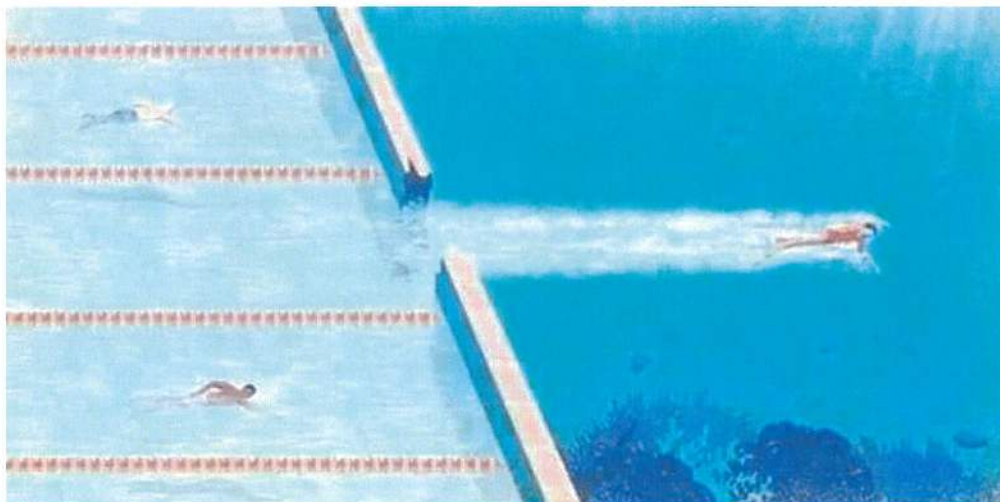
Ort und Datum zu planen.

Konferenz von Dr. Jean-Philippe Richter

Datum, Thema und Ort zu planen.

Schulung mit Frau Anne Smit « Autohypnose zur Bewältigung von chronischen Schmerzen und deren Komponenten »

Verschiedene Schulungstermine werden folgen, in Yverdon-les-Bains und in Morges.



13. DANK

Wir bedanken uns herzlich bei:

unseren Mitgliedern, unseren Spendern, BSV, BAG, unseren Mitgliedern des Vorstandes, unseren Gruppenverantwortlichen, unserer Juristin, unseren Übersetzerinnen, dem Revisor, unserem Büropersonal, der Stadt Yverdon-les-Bains, dem Pro Natura Zentrum Champ-Pittet, der Hochschule ARPIH, CHUV, HUG, und allen, die fürs Wohl der SFMV tätig sind.

Unser besonderer Dank geht an:



Rheumaliga Schweiz
Bewusst bewegt



www.entraide.ch



**Ihre Spende
in guten Händen.**

Anne Smit

Präsidentin der SFMV

Céline Lefèbvre

Sekretärin Administration