

*Selbsthilfe Schweiz:
Das Projekt „Gesundheitskompetenz dank
Selbsthilfefreundlicher Spitäler“ 2021-2025*

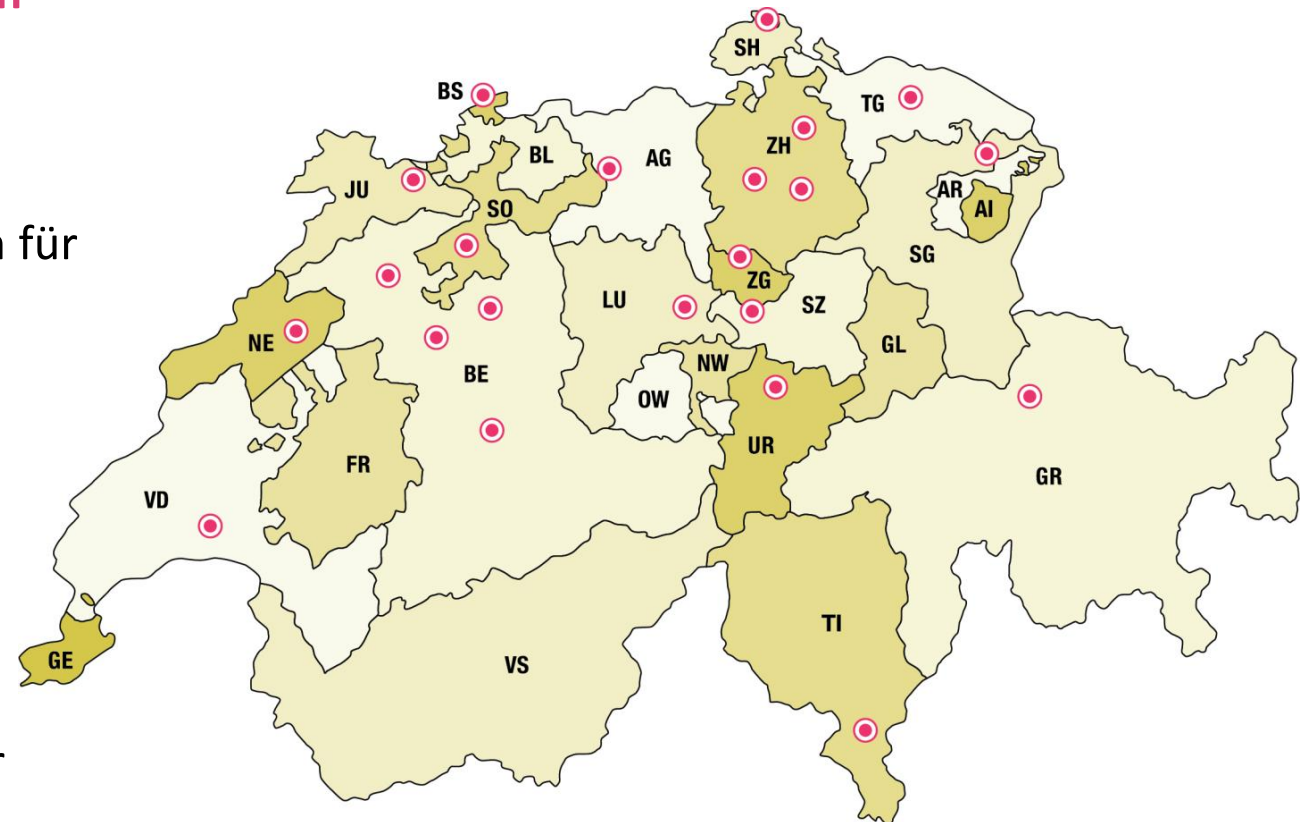
GÖG-Kolloquium 2026, 16.6.2026

Elena Konstantinidis, Stv. Geschäftsführerin Selbsthilfe Schweiz

Selbsthilfeförderung in der Schweiz

22 regionale und kantonale Selbsthilfezentren

- Förderung und Vernetzung von Selbsthilfegruppen ihrer Region, rund 3000 Gruppen
- Anlauf-, Informations- und Beratungsstellen für und über Selbsthilfegruppen
- Unterschiedliche Trägerschaften und Ausstattung
- Rund 200 themenspezifische Selbsthilfe-Organisationen



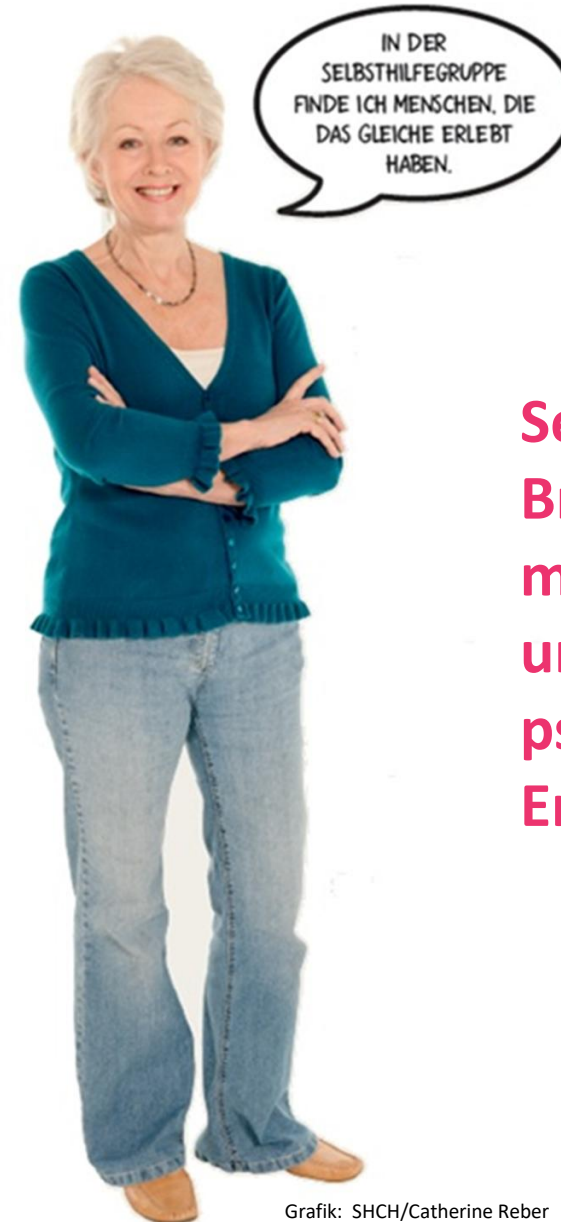
Stiftung Selbsthilfe Schweiz

- Koordinations- und Dienstleistungsstelle für die SHZ, nationale Datenbank
- Förderung der Selbsthilfe auf nationaler Ebene
- Geschäftsstelle in Olten: 4 Personen (2,4 VZÄ)

75 % der Gruppen haben ein Gesundheitsthema.

- 35% somatische Krankheit
- 12% psychische Krankheit
- 15% Süchte
- 5% physische Beeinträchtigung
- 7% mentale Beeinträchtigung
- 1% weitere

**Selbsthilfe schlägt die
Brücke zwischen
medizinischer Versorgung
und den sozialen und
psychischen Aspekten einer
Erkrankung.**



Grafik: SHCH/Catherine Reber

Wirkung der Selbsthilfe aus der Sicht des Gesundheitswesens

- **Patientenzentriertheit und Partizipation:**

SHG und SHO sind Ansprechpartner für Fachpersonen im Gesundheitswesen und können ihre Perspektive als Patient:innen vermitteln

- **Prävention in der Gesundheitsversorgung:**

Unterstützung durch SHG verringert oder verhindert zusätzliche Krankheitsbelastung (vgl. SHILD-Studien)

- **Gesundheitskompetenz und Selbstmanagement:**

Betroffene können die Qualität von Gesundheitsinformationen besser beurteilen, übernehmen mehr Verantwortung für die eigene Gesundheit. (vgl. SHILD-Studien)

- **Erhöhen der Compliance:**

Betroffene nutzen das professionelle Angebot des Gesundheitswesens gezielter und halten sich eher an Anweisungen der Fachpersonen. (vgl. SHILD-Studien)

- **Unterstützung für pflegende und betreuende Angehörige**

Gegenseitige Unterstützung für die Angehörigen und verbesserte Zusammenarbeit mit dem professionellen Behandlungs-/Betreuungssystem

«Selbsthilfefreundlichkeit» in der Schweiz

- Studie «gemeinschaftliche Selbsthilfe in der Schweiz» empfahl engere Zusammenarbeit mit dem Gesundheitswesen
- Modell aus DE übernommen (www.selbsthilfefreundlichkeit.de)
- Pilotprojekte in 6, später 9 Spitälern ab 2017
- Anpassung des Modells in enger Zusammenarbeit mit den SHZ für unsere Bedürfnisse

Politische Rahmenbedingungen 2020-2025

- **Stiftung «Gesundheitsförderung Schweiz»:** Verwaltet auf gesetzl. Grundlage den auf den individuellen KK-Prämien erhobenen «Präventionsbeitrag» → setzt Projekte und Programme zur Gesundheitsförderung um → Programm «Prävention in der Gesundheitsversorgung»
- **Bundesamt für Gesundheit:** Förderung des Selbstmanagements via Plattform SELF
- **Mehrjährige Qualitätsstrategie des Bundes für die OKP:** «Qualitätsvertrag» zwischen Bund, Versicherern und Leistungserbringern im Spitalbereich tritt ab 2024 in Kraft

3. Selbsthilfefreundliche Spitäler

Vision:

Alle Patientinnen und Patienten, deren Angehörige sowie die beteiligten Gesundheitsfachpersonen kennen den Nutzen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe.

Die Patientinnen und Patienten und ihre Angehörigen sind bestärkt, durch die Teilnahme an Selbsthilfegruppen die eigene Gesundheitskompetenz zu fördern.

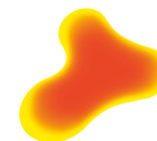
Projektziel national:

Bis 2025 sind rund 80 Spitäler in der Schweiz als «selbsthilfefreundlich» ausgezeichnet oder auf dem Weg dazu.

Projektfinanzierung durch GF CH 2021-2024/5, später auch durch Eidg.

Qualitätskommission und Stiftungen.

→ Ca. 2/3 der Gelder wurden weitergegeben an die SHZ für den lokalen Aufbau von Kooperationen.



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Die sechs Qualitätskriterien (Version 2020-2025)

1.

Selbstdarstellung der Selbsthilfe ermöglichen

Die Selbstdarstellung der Selbsthilfe wird ermöglicht, z.B. mit Hinweisen im Eingangsbereich.

4.

Ansprechperson für Selbsthilfe

Es existiert eine Ansprechperson für die Selbsthilfe. Ihre Kontaktdaten sind dem Personal sowie den Patientinnen und Patienten zugänglich und die Stellvertretung ist geregelt.

2.

Information der Patienten und Angehörigen

Die Patientinnen und Patienten sowie die Angehörigen werden zu einem geeigneten Zeitpunkt über die mögliche Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe informiert, z.B. beim Austritt.

5.

Informations- und Erfahrungsaustausch

Ein regelmässiger Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen den Selbsthilfegruppen, dem Selbsthilfezentrum und dem Spital ist gewährleistet.

3.

Intern und extern informieren

Das Spital informiert intern und extern über die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe, z.B. auf seiner Website und in der Mitarbeitendenzeitung.

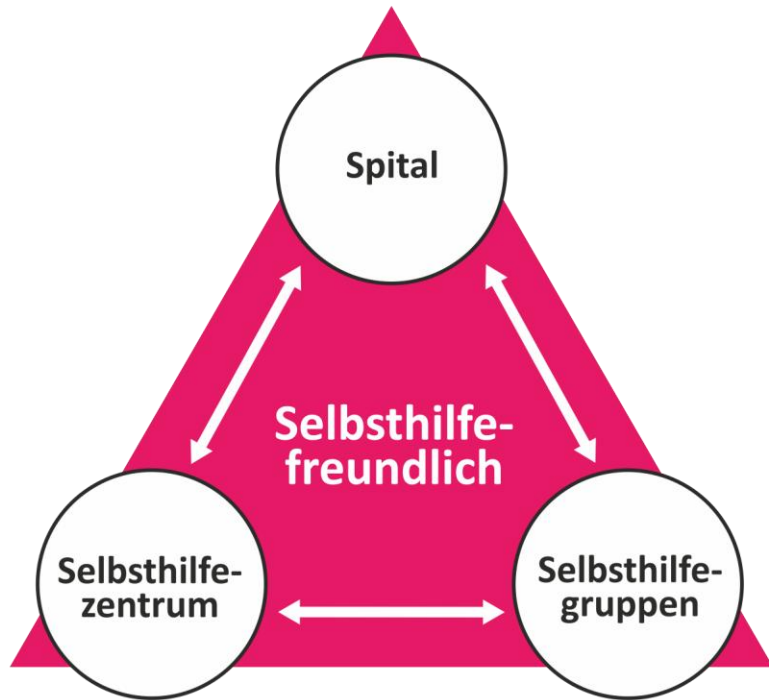
6.

Partizipation auf Augenhöhe

Die Partizipation der Selbsthilfegruppen wird ermöglicht, z.B. durch aktive Beiträge zu internen Weiterbildungen oder Informationsveranstaltungen

Vorgehen lokale Kooperation

1. **Kooperationsvereinbarung** abschliessen
2. **Massnahmenkatalog** entwickeln (obligatorische und massgeschneiderte Massnahmen)
3. **Regelmässige Besprechungen** und gemeinsame Auswertung
4. **Umsetzung** während min. 1 Jahr
5. **Auszeichnung** durch Selbsthilfe Schweiz (Basis: Selbstevaluation durch «Strukturierte Besprechung»)
6. **Überführung** in den **Regelbetrieb**, Wiederauszeichnung nach 2 Jahren



Grafik: Catherine Reber/SHCH

Einspieler: Film radiothérapie RHNe



https://youtu.be/GvAjxuRcvRY?si=Rpv_GxM99V3AmuW3

Vorgehen für den nationalen Roll-out

- Selbsthilfezentren akquirieren die Kooperationen und bauen sie vor Ort auf.
- Umsetzung erfolgt in grösseren Spitälern/Kliniken z.T. in einzelnen Organisationseinheiten.
- Selbsthilfe Schweiz vereinbart mit ihnen Projektbeiträge, berät, stellt Vorlagen und Arbeitshilfen zur Verfügung.
- 1-2x Jahr Erfa-Treffen für alle Interessierten aus Kooperationen; monatlich für die involvierten SHZ (online).
- Prüft Anträge auf Auszeichnung und vergibt diese.
- Selbsthilfe Schweiz produziert Informationsmaterial, pflegt die Website, publiziert Newsletter, Fachartikel und hält Präsentationen.

Stand der Umsetzung schweizweit heute

Regionale Kooperationen von Spital, Selbsthilfegruppen und Selbsthilfezentren

- 74 Organisationseinheiten von
- 55 Spitälern und
- 4 ambulanten Gesundheitsinstitutionen in
- 19 Kantonen
- in allen 3 Sprachregionen
- davon 48 ausgezeichnet als «Selbsthilfefreundliches Spital»

Fachbereiche:

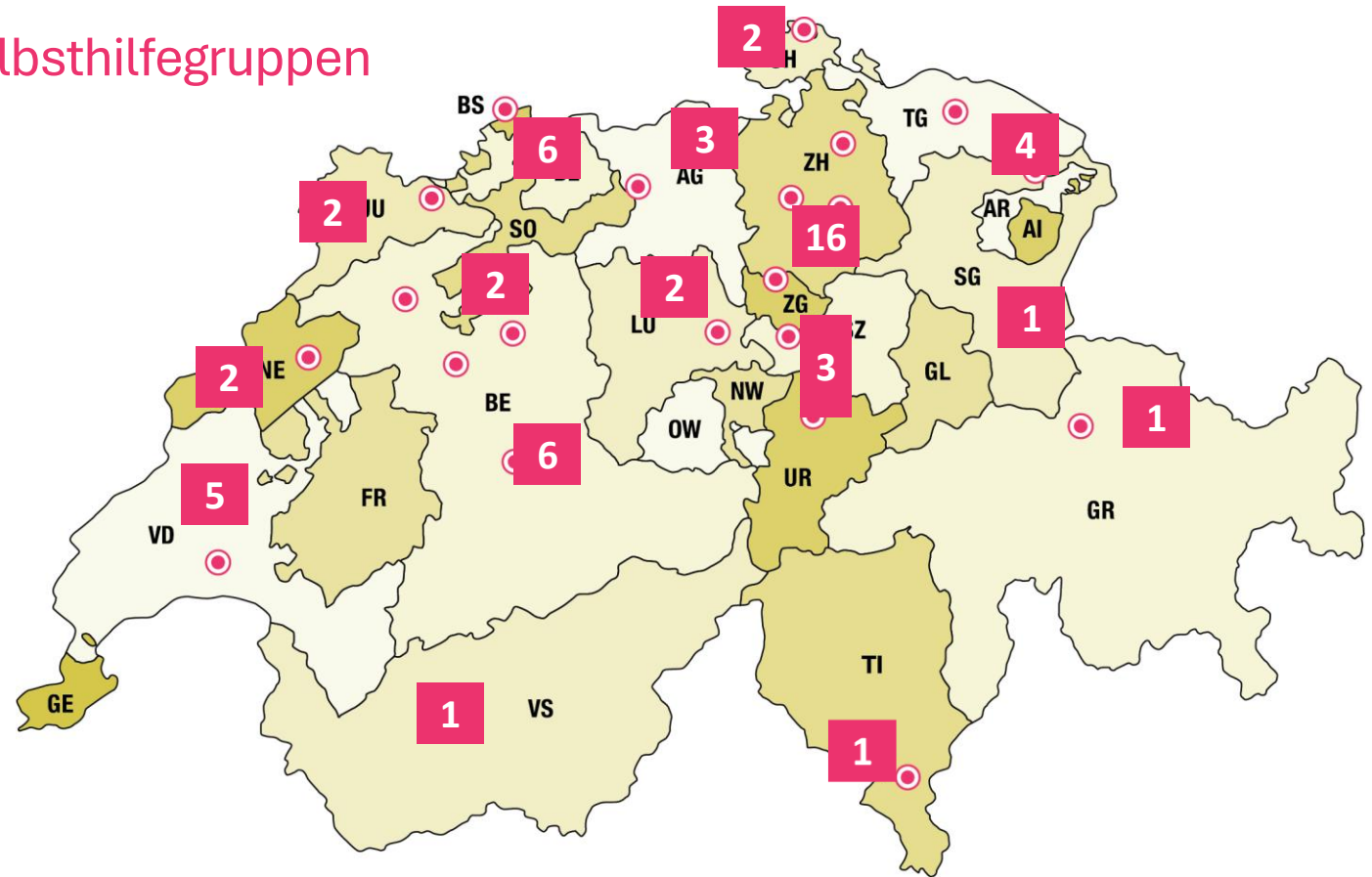
25x Psychiatrie

10x Onkologie

11x Akutsomatik

5x Gynäkologie, 5x Reha (Neurologie, psychosomatik)

2x innere Medizin, 2x Pädiatrie, 1x Dermatologie, 1x Rheumatologie, 1x Urologie, 1x Sozialmedizin



Evaluationsergebnisse national

Der Evaluationsbericht der Hochschule Luzern vom August 2025 attestiert dem Modell «Selbsthilfefreundlichkeit» gute Wirkungen :

- ✓ Selbsthilfefreundliche Strukturen in Spitälern stärken die patientenzentrierte, ressourcenorientierte Versorgung.
- ✓ Es entsteht ein gegenseitiger Wissensaustausch.
- ✓ Selbsthilfe wird von den Fachpersonen als wertvolles ergänzendes Angebot wahrgenommen. Sie informieren die Patient:innen und Angehörigen systematisch über die Selbsthilfe.
- ✓ Fortbildung und Information der Fachpersonen stärken die Verankerung von Selbsthilfe in der Praxis.

Die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe hat sich als ergänzende und qualitätssteigernde Massnahme im Gesundheitswesen bewährt. Dies bestätigt auch die Anerkennung von «Selbsthilfefreundlichkeit» als Qualitätsverbesserungsmassnahme durch den Spitalverband H+.

Evaluationsergebnisse national

Der Evaluationsbericht zeigt auch folgende Verbesserungsmöglichkeiten auf:

- ✓ Die Partizipation und der Einbezug der Selbsthilfegruppen könnte noch verbessert werden. Insbesondere ihr Einbezug in spitalinterne Gremien (z.B. Qualitätszirkel). Auch die Entschädigungsthematik für die Freiwilligen ist noch nicht gelöst.
- ✓ Die Patienteninformation kann noch intensiviert werden.
- ✓ Das nicht direkt involvierte Personal ist nur zum Teil über die Ansprechpersonen für Selbsthilfe oder die Umsetzungsmassnahmen im Bild.
- ✓ Die durch Selbsthilfeschweiz oder intern durch die SHZ durchgeführten Fortbildungsangebote sollten akkreditiert sein.
- ✓ Die Finanzierungsmodelle sollten dokumentiert und evaluiert werden

Zukunftsperspektive

Neuerungen (Übergangsphase seit 2025) und Chancen

- Übergangsförderung 2024-2026 durch EQK, ebenso 2024-2027 Beisheim-Stiftung
- Neukonzept ab 2026
 - «Netzwerkpartnerschaft» und Jahresbeiträge
 - Q-Kriterien weiterentwickelt: Mehr Klarheit, offen für ambulante Angebote
 - jährliche Selbstevaluationsgespräche obligatorisch, Überprüfung alle 4 Jahre; Auszeichnung freiwillig
- H+-Anerkennung: Obligatorische Qualitätsverbesserungsmaßnahme für Spitäler im Bereich «Patientenzentriertheit» ab Mai 26

Herausforderungen

- Finanzierung der Koordinationsstelle national
- Finanzierung des Aufwands in den SHZ regional, vor allem für den Aufbau neuer Kooperationen
- SHF als QVM: attraktiv oder zu aufwändig?
- Sparmassnahmen im Gesundheitswesen und beim Bund