

Solothurner Woche

Nr. 10 / 9. März 2023

zt

Anzeiger in den Amtsbezirken Solothurn-Lebern, Bucheggberg, Wasseramt und dem angrenzenden Bernbiet **Erscheint** donnerstags

Genussvoll
abnehmen!

mit ParaMediForm Solothurn!

032 623 07 70



29, 4500 Solothurn, **Inserateschluss** Dienstag, 14 Uhr
80, kontakt@solothurnerwoche.ch

Auflage: 81 095 Exemplare (WEMF)
GZA/P.P.A., 4800 Zofingen, Post CH AG

Selbsthilfe

(Langer) Kampf um eine nationale Verankerung der Selbsthilfe

Die Stiftung Selbsthilfe Schweiz zählt immer mehr Selbsthilfegruppen, insbesondere von Menschen mit gesundheitlichen und psychischen Problemen.

Seit 2014 ist die Anzahl von Selbsthilfegruppen zu sozialen, somatischen und psychischen Themen gemäss der Stiftung Selbsthilfe Schweiz um 14 Prozent angestiegen. Die Anzahl der Beratungen in den regionalen Selbsthilfzentren habe sich in den letzten zwei Jahren um 51 Prozent erhöht, teilte die Organisation in einer Medienmitteilung Mitte Januar mit. Allein im Jahr 2020 entstanden in der Schweiz 133 neue Selbsthilfegruppen.

Bei drei Vierteln dieser Gruppen geht es um gesundheitliche und psychische Probleme: Die Mitglieder unterstützen sich gegenseitig bei der Bewältigung ihres Alltags und im Umgang mit oft anspruchsvollen Behandlungen und Rahmenbedingungen. Dadurch steige nicht nur die Lebensqualität, sondern die Betroffenen könnten die verfügbaren Hilfestellungen durch Medizin und Sozialwesen besser nutzen. «Zusätzlich bieten Selbsthilfegruppen mögliche Antworten auf schwierige gesellschaftliche und soziale Herausforderungen und Fragen der heutigen Zeit.»

Nachgewiesene Wirkung

Eine Studie der Hochschule Luzern und der Universität Lausanne aus dem Jahr 2017 mache deutlich, dass sich Selbsthilfe sowohl auf der individuellen als auch auf der gesellschaftlichen Ebene positiv auswirke. Die Selbsthilfe ergänze die Gesundheitsversorgung und den Sozialbereich und leiste einen Beitrag zur Prävention. Zudem könne sie für neue, gesellschaftlich relevante Themen sensibilisieren. «Selbsthilfegruppen tragen insbesondere dazu bei, dass die Interessen der Betroffenen besser wahrgenommen werden.»

Eine im Herbst 2022 durch das Bundesamt für Gesundheit BAG durchgeführte



Immer mehr Menschen suchen den Austausch in Selbsthilfegruppen.

(FOTO: SELBSTHILFE SCHWEIZ)

Literaturstudie zeigt zudem auf, «dass eine Förderung der Selbstmanagementkompetenz und damit auch der Selbsthilfe zu einer möglichen Entlastung des Sozial- und Gesundheitswesens und zu möglichen Kosteneinsparungen führen kann.» Dies gelte auch im Rahmen des Projekts «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlichen Spitälern» von Selbsthilfe Schweiz in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz, insbesondere an der Schnittstelle vom stationären zum ambulanten Bereich. Zur Sensibilisierung der Öffentlichkeit ist mit dem «Tag der Selbsthilfe» am 21. Mai 2023 der Start in eine nationale Aktionswoche bis 27. Mai 2023 geplant, unter dem Motto «Selbsthilfe im Kontext des Gesundheitswesens». Unter-

stützt und begleitet wird sie von regionalen und lokalen Aktivitäten der regionalen Selbsthilfzentren. Zusätzliche Informationen über die Aktionswoche werden ab April 2023 laufend auf der Website von Selbsthilfe Schweiz (www.selbsthilfeschweiz.ch) kommuniziert.

«Politik ist gefordert»

Im Gegensatz zu Deutschland und Österreich fehlt in der Schweiz eine gesetzliche Verankerung der Selbsthilfe auf oberster Ebene. Dafür setzt sich die Motion «Selbsthilfe» der Basler SP-Nationalrätin Sarah Wyss vom Dezember 2021 ein. Diese wurde im März 2022 vom Bundesrat aus verschiedenen Gründen abgelehnt. Dennoch glaubt Lukas Zemp, Direktor von Selbsthilfe Schweiz, an das Potenzial der Motion:

«Wir verfügen über Studien aus den Jahren 2017 und 2022 zur Effektivität und Effizienz des Selbsthilfeangebots. Selbsthilfe ist nicht nur wichtig für das Schweizer Gesundheitswesen, sondern auch für das Patientenwohl, sie leistet einen zentralen und wichtigen gesellschaftlichen und sozialen Mehrwert. Die Politik ist gefordert.» Die Motion wird im Verlauf dieses Jahres wahrscheinlich im Nationalrat, in der Frühlingssession 2023 oder in der Sondersession im Mai 2023, behandelt und anschliessend in der Kommission für Soziales und Gesundheit im Nationalrat.

PD/ELB

Mehr zur Situation im Kanton Solothurn: Interview mit Regina Schmid auf Seite 9



erlacher · polster
Ein Garant für solide Polsterarbeit

Produkte **stega**®

Facelifting gefällig?

Zum Beispiel mit dem Neubeziehen von Polstermöbeln aller Art...

QR code

Erlacher Polster GmbH | 4900 Langenthal
Chasseralstrasse 18 | Telefon 062 965 05 55
info@erlacher-polster.ch | erlacher-polster.ch

Achtung Bargeld

Firma Klein kauft
seit 1974

Pelzmäntel und Jacken,
Designer Brillen und Taschen,
Antike Möbel, Tafel- und
Formsilber, Porzellan- und
Bronzefiguren, Schreib- und
Nähmaschinen, Taschen-
und Armbanduhren, Gold-
schmuck und Edelsteine,
Münzen und Barren, Zahn-
und Altgold.

Kostenlose Wertermittlung vor Ort.
Garantiert, seriös und diskret.
Info: 076 718 14 08

STADTORCHESTER SOLOTHURN

Leitung: Harald Siegel

Freitag, 17. März 2023, 19.30 Uhr, Konzertsaal Solothurn

Samuel Hirsch, Violine



Peter und der Wolf
Kinderkonzert

Samstag,
18. März 2023,
11.00 Uhr und 14.00 Uhr
Grosser Konzertsaal

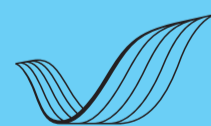


mit Werken von

Felix Mendelssohn, Robert Schumann, Antonín Dvořák

Vorverkauf bei Quickmedia, Gurzelngasse 11, 4500 Solothurn,
032 621 80 80, oder über www.sos-tickets.ch

STADT SOLOTHURN



singknaben
der st. ursenkathedrale
solothurn

SING MIT!

INFOABEND FÜR KNABEN
FREITAG, 24. MÄRZ, 17.45–19.30 UHR
NICTUMGÄSSLEIN 8

Wir laden Dich an unseren Infoabend ein, wo Du zusammen mit Deinen Eltern viel über die Singknaben erfahren wirst. Wir singen zusammen, machen Spiele und schauen uns das Chorleben der Singknaben näher an. Neugierig geworden? Dann nimm Deine Eltern mit und wir sehen uns am Freitag, 24. März 2023.

Mehr Informationen: Shona Vischer, 079 537 59 64

→ singknaben.ch

WOKULTUR
SWISSLOS
Fonds des
Kantons Solothurn