

Geschäftsbericht 2023

Erleben Sie die Wunderwelt im Zentrum Selbsthilfe!

Wie planen die neue Co-Geschäftsleitung und das hochmotivierte Team die Zukunft der Selbsthilfe in der Region Basel? Interview vom Zentrum Selbsthilfe mit der neuen Co-Geschäftsleitung Katharina Rübsaamen (KR) und Serge Kunz (SK)

Wie gestaltet die neue Co-Leitung ihre Zusammenarbeit?

KR: Seit Juli 2023 zeichnet sich die neue Co-Geschäftsleitung durch eine harmonische Zusammenarbeit aus, in der Serge und ich unsere Stärken optimal ergänzen. Serge ist ein Experte auf seinem Fachgebiet und verfügt über einen umfangreichen Erfahrungsschatz in der Arbeit mit Gruppen sowie im Umgang mit herausfordernden Situationen. Sein Fokus liegt insbesondere auf dem Qualitäts- und operativen Management. Meine Verantwortlichkeiten umfassen v.a. Finanzen, Recht und Kommunikation sowie die Zusammenarbeit mit dem Vorstand und den Geldgebern. Was die strategische Planung, das Personalmanagement sowie Kooperationspartnerschaften angeht, kümmern wir uns beide darum. Durch diese Aufgabenverteilung schaffen wir eine ausgewogene Balance und stellen sicher, dass sämtliche Aspekte der Geschäftsleitung effektiv abgedeckt sind.

SK: Die persönliche Ebene spielt dabei eine zentrale Rolle – wir haben nicht nur eine professionelle, sondern auch eine menschliche Verbindung zueinander. Diese positive Dynamik ermöglicht es uns, uns wunderbar zu ergänzen. Es ist besonders erfreulich zu sehen, wie jeder von uns die Stärken des anderen nutzt und so einen erfolgreichen und effizienten Führungsansatz entwickelt.

Wie sieht eure Vision für das Zentrum aus?

KR: Unsere Vision ist es, Bewusstsein für und die Akzeptanz der Selbsthilfe in der Region zu fördern. Konkret streben wir danach, dass Menschen frühzeitig auf Selbsthilfemöglichkeiten aufmerksam werden. Wir möchten die Bekanntheit von Selbsthilfegruppen sowohl in der Öffentlichkeit als auch bei potenziell zuweisenden Stellen erhöhen, sodass die Frage «Gibt es eine Selbsthilfegruppe?» bei allen gesundheitlichen und sozialen Problemen zeitnah auftaucht.

Wie plant ihr, den Zugang zum Zentrum zu erleichtern?

SK: Um den Zugang zum Zentrum zu erleichtern, schaffen wir klare Kommunikationskanäle, leicht verständliche Informationen über unsere Dienstleistungen und flexible Beratungszeiten. Unser Ziel ist es, dass das Zentrum als offene Anlaufstelle wahrgenommen wird, bei der alle Menschen, die Unterstützung benötigen, spontan vorbeikommen können. Dies fördert eine Kultur der Offenheit und Unterstützung in unserer Gemeinschaft.



Das Team des Zentrums Selbsthilfe, von links nach rechts: Serge Kunz, Nadja Bär, Katharina Rübsaamen, Mirko Mieruch, Alina Spörri, Boris Treyer, Georg Egli. Nicht abgebildet: Cynthia Rutjens und Sandra Studer

Wie gewährleistet ihr die Qualität eurer Dienstleistungen?

SK: Wir setzen auf eine kontinuierliche Qualitätsmessung, um sicherzustellen, dass unsere Dienstleistungen den höchsten Standards entsprechen. Dies umfasst regelmässige Überprüfungen der Effektivität unserer Unterstützungsangebote, Rückmeldungen von Teilnehmenden und Anpassungen entsprechend den Bedürfnissen der Gemeinschaft sowie Austausch mit anderen Zentren. Durch diesen proaktiven Ansatz stellen wir sicher, dass die gebotene Hilfe qualitativ hochwertig und bedarfsorientiert ist.

Wie fördert ihr das Engagement der Mitarbeitenden und wie gestaltet ihr die Unternehmenskultur?

KR: Wir legen grossen Wert darauf, dass sich unsere Mitarbeitenden gehört und verstanden fühlen. Das bedeutet eine transparente Kommunikation, in der Informationen frei fliessen und Entscheidungsprozesse nachvollziehbar sind. Wir schätzen die Vielfalt und Ideen unserer Mitarbeitenden und unterstützen ihre

Weiterbildungen. Durch regelmässiges Feedback fördern wir persönliches Wachstum und kontinuierliche Verbesserung. Unsere Mitarbeitenden sind das Herzstück unserer Organisation, und wir streben danach, eine Arbeitsumgebung zu schaffen, in der sie sich wohl fühlen und stolz darauf sind, Teil unseres Teams zu sein. Damit fördern wir eine Unternehmenskultur, die von Transparenz, Gleichberechtigung und Wertschätzung geprägt und auf kontinuierliches Lernen ausgerichtet ist.

Wie seht ihr den Trend zu Online-Selbsthilfegruppen und Digitalisierung im Allgemeinen?

SK: Obwohl sich immer mehr Menschen in virtuellen Räumen zusammenschliessen, beobachten wir weiterhin einen Bedarf nach persönlichen Treffen und dem Erleben von zwischenmenschlichem Kontakt. Der persönliche Austausch bleibt ein wesentlicher Pfeiler in der Selbsthilfe und wir schätzen die Bedeutung von physischen Begegnungen. Die Digitalisierung hat aber auch in der Selbsthilfe einen wichtigen Stellenwert eingenommen. Die Website dient als zentraler Anlaufpunkt und wird von den meisten Personen genutzt, um auf uns aufmerksam zu werden. Die Präsenz in sozialen Medien wie auf LinkedIn und Facebook ermöglicht es, unsere Reichweite zu erweitern und mit der Community in Kontakt zu treten. Auch dem Thema Datenschutz muss Sorge getragen werden.

Welche Rolle spielt Selbsthilfe eurer Meinung nach in der Gesellschaft?

KR: Selbsthilfe nimmt einen zentralen Platz in der sozialen Landschaft ein, insbesondere nach akuten Krankheitsverläufen. Selbsthilfegruppen sind wichtige Ankerpunkte für Betroffene und ihre Angehörigen, um Stabilität zu finden. Diese Unterstützung trägt nicht nur zum individuellen Wohlbefinden bei, sondern entlastet auch das Gesundheitssystem, indem sie Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung in den Mittelpunkt stellt.

Welche Herausforderungen stehen euch bevor?

KR: Eine bedeutende Herausforderung, der wir gegenüberstehen, betrifft die bevorstehenden Umbaumaassnahmen unseres Zentrums. Das Zentrum hat seinen Ursprung 1981 in Basel im Hinterhaus der Liegenschaft in der Feldbergstrasse 55. Das Gebäude ist älterer Natur und muss zudem bald an die Fernwärme angeschlossen werden. In diesem Zusammenhang werden auch einige andere Umbaumaassnahmen stattfinden, vor allem mit dem Ziel, das Zentrum auch behindertengerechter zu gestalten. Diese Massnahmen werden Unruhe in den laufenden Betrieb bringen und dazu führen, dass Räumlichkeiten eine Zeitlang nicht zur Verfügung stehen. Das Ganze ist finanziell als auch organisatorisch eine grosse Herausforderung, die in den kommenden Jahren ansteht.

Könnt ihr uns etwas Persönliches über euch verraten?

KR: Ich habe eine 10-jährige Tochter und tanze in meiner Freizeit Ballett. Neuerdings lerne ich auch Harfe.

SK: Ich habe zwei erwachsene Kinder und bin ein leidenschaftlicher Koch und Musiker.

Beratungsstelle Help Point

	2023	2022	2021
Kanton BS	1108	1168	1486
Kanton BL	376	432	512
Andere Regionen	123	127	122
Total Beratungen	1607	1727	2120
Vermittlungen in Selbsthilfegruppen	1298	1347	1695
Triage in andere Institutionen	180	268	399

Die Anzahl der Kurzberatungen ging 2023 leicht zurück. Fast 80% der angefragten Themen sind psychosozialer oder psychischer Natur. Mehr als 60% der Anfragen erreichen das ZSH per Mail. Trotzdem präferieren die meisten Betroffenen und Angehörigen einen direkten Kontakt zu Teilnehmenden einer Gruppe vor Ort statt dem Angebot einer Vermittlung in eine der 51 schweizweiten Videogruppen.

Selbsthilfegruppen

	2023	2022	2021
Kanton BS	140	132	132
Kanton BL	48	49	43
Total Selbsthilfegruppen	188	181	175
Neu gegründete oder neu entdeckte Selbsthilfegruppen	43	18	13
Aufgelöste Selbsthilfegruppen	44	12	8
Beratungen bestehender Selbsthilfegruppen	10	8	13

Das Zentrum Selbsthilfe hat die Kriterien für Selbsthilfegruppen konkretisiert und unterscheidet zukünftig auch zwischen fachgeleiteten und nicht-fachgeleiteten Gruppen. Beispiele von Neugründungen sind Gruppen zu Demenzerkrankungen, Angst und Depression, posttraumatischer Belastungsstörung sowie Angehörigen-Gruppen zu Eltern mit pflegebedürftigen Kindern bzw. Autismus.

Selbsthilfegruppen plus (vom ZSH geleitete Gruppen)

	2023	2022	2021
Kanton BS	114	90	83
Kanton BL	54	24	22
Region NW-CH (SO und AG)	12	12	24
Total Teilnehmende	180	126	129

Die Zahlen in den geleiteten Gruppen stiegen 2023 deutlich an, insbesondere bei neuen Angeboten wie der Schreibwerkstatt und Starthilfe+ zu psychischen und geistigen Erkrankungen. Das Zentrum Selbsthilfe entwickelt kontinuierlich neue Formate, um den Bedürfnissen gerecht zu werden. Zudem werden Selbsthilfegruppen im Begegnungszentrum CURA angeboten, um die Selbsthilfe auch ausserhalb des Zentrums zu fördern.

Jahresrechnung 2023

Bilanz 2023	31.12.2023		31.12.2022	
	Aktiven	Passiven	Aktiven	Passiven
Flüssige Mittel	424'338		444'471	
Debitoren	0		1'106	
Kurzfristige Forderungen	0		8'469	
Aktive Rechnungsabgrenzungen	16'339		4'779	
Total Umlaufvermögen	440'677		458'825	
Genossenschaftsanteil Let Pack	100		100	
BKB-Mietspardepot	26'420		26'289	
Darlehen Stiftung Hinterhuus	170'000		170'000	
Mobilien und Einrichtungen	1		1	
Total Anlagevermögen	196'521		196'390	
Total Aktiven	637'198		655'215	
Kreditoren		5'362		8'088
Kurzfristige Verbindlichkeiten		11'723		1'213
Fondskapital		248'173		254'301
Passive Rechnungsabgrenzungen		42'152		41'700
Schlüsseldepot		690		720
Rückstellung Mitarbeiterlöhne		12'000		12'000
Total Fremdkapital		320'101		318'022
Eigenkapital		67'193		31'150
Reserve Löhne / Mieten		150'000		150'000
Reserve Leistungen		120'000		120'000
Vereinsergebnis		-20'096		36'043
Total Eigenkapital		317'097		337'193
Total Passiven		637'198		655'215

Erfolgsrechnung 2023	2023		2022	
	Aufwand	Ertrag	Aufwand	Ertrag
Mitgliederbeiträge		2'950		4'000
Spenden		28'507		33'494
Beitrag GGG		0		0
Subvention Basel-Stadt		328'195		321'400
Subvention Basel-Landschaft		150'000		150'000
Gemeinden		0		100
Dachorganisation Pro Infirmis		216'880		218'000
Dachorganisation Selbsthilfe Schweiz		41'582		41'582
Projektgelder Selbsthilfe Schweiz		15'260		10'300
Einnahmen Dienstleistungen Gruppen		23'426		21'736
Übrige Einnahmen		9'561		9'768
Periodenfremder Ertrag		0		0
Finanzerfolg		4'109		3'882
Total Ertrag		820'470		814'261
Dienstleistungsaufwand	25'685		25'832	
Personalaufwand	667'039		572'904	
Raumaufwand	98'150		118'658	
Verwaltungsaufwand	238		342	
Mittelbeschaffung	38'107		28'342	
Übriger Vereinsaufwand	17'476		17'141	
Veränderung Fonds Härtefall	-5'180		5'000	
Veränderung Fonds Art. 74 IVG	-948		10'000	
Total Aufwand	840'566		778'219	
Vereinsergebnis	-20'096		36'043	

Nicht bilanzierte Verbindlichkeiten

Der IV-Beitrag für Leistungen nach Art. 74 IVG ist zweckgebunden. Zum Zeitpunkt des Jahresabschlusses war noch nicht ersichtlich, ob und in welchem Umfang Mittel in einen Fonds Art. 74 IVG eingelegt werden müssen.

Spenden 2023

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Spenderinnen und Spendern für ihre wertvolle Unterstützung.

Firmen und Stiftungen

- Bretscher Söhne
- Steudler Press AG
- Aargauische Stiftung
- Vrenjo-Stiftung
- Multiplikator AG
- Stiftung Andrea Silvana Witzinger

Gemeinden und Kirchgemeinden

- Christkatholische Predigerkirche
- Gemeinde Arlesheim
- Ref. Kirchengem. Oberwil

Privatpersonen (ab CHF 100)

- Natalie Rutschmann
- Anna Diem Ulrich
- Peter Schindler
- Fam. Brändle-Haupt
- Remo Gysin
- Hanspeter Baumann
- Peter Flubacher
- Anna Vogel
- Simon Bieri-Zemp

- Jacqueline Ulrich
 - Jacqueline Preiswerk
 - Dr. Theodor Cahn
 - Susann Ziegler Annen
- Und alle hier namentlich nicht genannten Spenderinnen und Spender

Sponsoren Selbsthilfe Magazin Nr. 17

- Bethesda Spital
- Basler Kantonalbank
- Begegnungszentrum Cura
- Industrielle Werke Basel (IWB)
- Klinik Schützen Rheinfelden AG
- Klinik Sonnenhalde
- Psychiatrie Baselland
- Spitex Basel
- Steudler Press AG
- Tumorzentrum Universitäts-spital Basel
- Universitäre Psychiatrische Kliniken (UPK) Basel

Wir freuen uns über jede Spende. IBAN CH23 0900 0000 4002 5073 5

IBAN:



Twint:



Team

Katharina Rübsaamen,
Co-Geschäftsleitung,
Eintritt am 01. 06. 2023
Serge Kunz,
Co-Geschäftsleitung
Francisca Schiess,
Geschäftsleitung,
Austritt am 01. 07. 2023

Nadja Bär, Sekretariat
Mirko Mieruch, Beratung
Alina Spörri, Beratung
Sandra Studer, Beratung
Cynthia Rutjens, Beratung,
Eintritt am 01. 09. 2023
Boris Treyer, Beratung
Georg Egli, in Ausbildung

 **Zentrum Selbsthilfe**
Finde andere. Finde dich.

Aadie Francisca – willkommen Katharina

Ich schaue zurück auf 6 lebendige, reiche und inspirative Jahre, in denen ich wunderbaren Menschen in ganz unterschiedlichen Kontexten habe begegnen dürfen. Menschen mit zum Teil schweren Biografien, die sich, ganz im Sinne des Gedankens der Selbsthilfe, gegenseitig austauschen, stützen, sich ermächtigen, sich gemeinsam in Bewegung setzen, um sich in ihrer anspruchsvollen Lebensphase besser zurechtzufinden. Und Menschen, die sich gesellschaftlich, politisch oder institutionell für die Selbsthilfe engagieren und diese als komplexeren Teil unserer Gesundheitsversorgung weiter kräftigen.



Selbsthilfe wirkt! Dieser Claim hat sich so für mich von einem gedanklichen Leitsatz in eine griffige, lebendige und lebensbejahende Realität verwandelt. Ich bin während meiner Zeit im Zentrum täglich bestärkt und motiviert worden, mich tatkräftig einzubringen, die Selbsthilfe weiter zu entwickeln und ihr eine tragfähige Zukunft zu ermöglichen. Ich denke hier besonders an die erfolgreiche Lancierung der «Jungen Selbsthilfe» oder die schöne Entwicklung des Projekts «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen».

Ein herzliches Dankeschön allen Menschen, die mich während dieser Zeit begleitet haben und ohne die solche Blüten nicht möglich geworden wären: meinem wunderbaren, kompetenten und initiativen Team, den Menschen in benachbarten, Selbsthilfe verwandten Institutionen – und dem ZSH Vorstand, der mir auch in anspruchsvollen Phasen den Rücken gestärkt und freigehalten hat. Meinen Nachfolgern Katharina Rübsaamen und Serge Kunz wünsche ich in diesem Sinne nur das Allerschönste und -beste!

Herzlich, Francisca Schiess

Vorstand

Susann Ziegler, Präsidentin
Sabine Bichsel
Rosmarie Lötscher
Christine Pasquier
Pascal Pfister
Sabina Tirendi

Jahresbericht 2023

Verein Selbsthilfe
Zentrum Selbsthilfe
Feldbergstrasse 55
4057 Basel
Telefon 061 689 90 90
mail@zentrumselbsthilfe.ch
www.zentrumselbsthilfe.ch

Redaktion Zentrum Selbsthilfe
Satz Multiplikator AG
Druck Steudler Press AG

Partner



pro infirmis

