

Rapport annuel 2015



INFOENTRAIDESUISSE

Merci à toutes et tous

L'entraide autogérée prend toujours plus d'importance

Info-Entraide Suisse soutient toutes les formes d'entraide autogérée, indépendamment du thème, de la forme et de l'organisation. Pour faire face à des problèmes de santé, renforcer les ressources de la personne vient utilement compléter les thérapies proposées par le système de santé. Nous nous réjouissons que le Conseil fédéral, dans sa stratégie « Santé2020 », dé-

finisse comme une priorité: « A l'avenir, les soins devront être plus fortement conçus en fonction des patients et se concentrer sur leurs besoins. (...) Le rôle des patients et de la population en tant qu'acteurs du système de santé doit être renforcé, de même que leurs compétences à s'autogérer. »

Dans ce sens, nous avons pu avoir un entretien très fructueux avec des représentants des Offices fédéraux de la santé publique et des assurances sociales, et avec le Bureau fédéral de l'égalité pour les personnes handicapées. Cela montre que notre méthode de développement de la responsabilité personnelle et du soutien réciproque gagne en reconnaissance par la société. L'étude scientifique que nous avons confiée à la Haute école de Lucerne et à l'Université de Lausanne sur

l'efficacité de l'entraide autogérée pourra aussi consolider cette reconnaissance.

Pour les projets et pour le fonctionnement de la Fondation Info-Entraide Suisse, nous avons besoin de moyens financiers accrus. Devenez donc membre du cercle de donateurs de notre fondation!

Nous vous montrons ici un reflet de l'évolution positive et des nouvelles orientations d'Info-Entraide Suisse, pour lesquelles notre directrice Carmen Rahm – qui nous quittera en 2016 – a contribué de manière essentielle. Le Conseil de fondation, récemment élargi, et la future directrice Sarah Wyss s'engagent à renforcer encore le mouvement pour l'entraide autogérée.

Mes remerciements s'adressent – en plus des collaboratrices et collaborateurs du bureau de la fondation, des membres du Conseil de fondation et des collaboratrices et collaborateurs des centres Info-Entraide régionaux et de nos autres partenaires – aussi à toutes les personnes qui prennent leur destin en main et qui donnent du courage à d'autres personnes concernées au sein des groupes d'entraide.

Lukas Schmid, président du Conseil de fondation



Lukas Schmid

L'ENTRAIDE RÉVEILLE ET RENFORCE LES RESSOURCES

Parler ensemble peut aider

Parler, exprimer, échanger, raconter, et écouter ...

Un participant à un groupe d'entraide nous disait: « Lorsque je ne me sens pas bien, je voudrais parler, parler, parler ... Je voudrais être pris en considération. »

Et le philosophe Martin Heidegger affirmait: l'homme parle. « Nous parlons à l'état conscient et aussi en rêve... Nous parlons constamment d'une manière ou d'une autre ... » Pour lui, le discours est de l'expression à haute voix des émotions humaines, et ainsi dépasse la communication pour être un instrument fondateur de notre identité.

Les groupes d'entraide offrent aux personnes qui souhaitent parler et être écoutées un espace approprié de résonance. Elles entrent dans un groupe surtout pour

trouver des personnes avec qui parler et s'écouter mutuellement, obtenir des informations sur une maladie ou sur ce qui lui fait problème, et ainsi continuer à se développer. Ou parfois seulement pour pouvoir parler.

La verbalisation de processus internes complexes devant d'autres personnes peut déjà, à elle seule, apporter un effet d'amélioration: les participants mettent de l'ordre dans leurs pensées, s'entendent les exposer, et pas à pas apprennent à mieux comprendre leur situation. Dans le groupe, chacun peut comprendre de quoi on parle, compléter par d'autres expériences, signifier de la compréhension et de l'em-

pathie. La diversité des réponses, les autres contributions, les encouragements viennent consolider cette confrontation avec soi-même et peuvent faire changer l'image de soi ou de son problème.

L'étude de Bernhard Borgetto « Selbsthilfe und Gesundheit » (2004), avait montré que, dans un groupe d'entraide, les personnes arrivent à mieux gérer leur maladie, se sentent mieux comprises, moins isolées et plus fortes, et ont plus de joie et de courage. La possibilité de s'exprimer dans un groupe peut aussi rejaillir positivement sur les relations dans la famille, avec les proches ou au travail. Comme le dit une personne qui a des douleurs chroniques: « Savoir que je peux parler ouvertement ici de mes douleurs et être comprise, c'est aussi un grand soulagement pour mon mari. »

Carmen Rahm, directrice

L'entraide: un complément efficace aux soins de santé et aux programmes sociaux

Le Congrès national sur l'entraide du 12 novembre 2015 à Lucerne a permis de faire le point sur la signification, sur le potentiel et sur les domaines d'action de l'entraide autogérée en Suisse.



« Le savoir professionnel ne remplace pas l'entraide, et l'entraide ne remplace pas le savoir professionnel. » C'est ainsi que le conseiller de ville Martin Merki, de la direction des affaires sociales de la ville de Lucerne, a résumé dans ses paroles de bienvenue ce qui ne va étonnamment pas

ont été présentés, particulièrement l'engagement politique clair pour l'entraide autogérée en Allemagne, avec une forte institutionnalisation et un bon soutien financier; et les services psychiatriques d'Interlaken, qui ont intégrée l'entraide dans le concept de prise en charge des patients.

de soi, mais qu'il s'agit encore de réaliser. Car l'entraide autogérée est perçue dans la vie de tous les jours comme quelque chose d'exotique et reste mal intégrée dans la réflexion et dans l'action politique sanitaire et sociale.

Le congrès, par ses exposés, ses dialogues et ses ateliers, a créé une ambiance de confiance et de dynamisme. Des exemples d'avant-garde

La table ronde l'a bien montré: les membres des groupes d'entraide sont des expertes et experts de leur expérience. L'un des ateliers fait la recommandation suivante: ne gardez pas cette expertise seulement entre membres du groupe concernés, mais rendez la aussi accessible aux professionnels soignants.

Toutes les recommandations du congrès seront retravaillées par le groupe de travail « Partenariats au niveau national ». Nous sommes impatients de voir comment la synergie entre l'expertise de l'expérience et les savoirs professionnels pourra davantage être intégrée dans la pratique quotidienne. Le Congrès national sur l'entraide ne devrait pas rester un événement unique, car il a le format et la force de faire avancer les choses.

Maja Schaub, membre du Conseil de fondation



Ouvrir de nouvelles portes à cette idée

La première « Journée nationale de l'entraide » va familiariser beaucoup de monde à cette idée.

Pour beaucoup, il faut oser se jeter à l'eau: car aller à la première réunion d'un groupe de soutien est souvent un saut dans l'inconnu. Très peu ont déjà une connaissance claire de ce qu'est l'entraide.

J'avais déjà une idée de l'entraide lorsque j'ai commencé à travailler pour Info-Entraide Suisse – mais je me suis vite rendue compte que mon image des groupes d'entraide était caricaturale. Je me souvenais de représentations-clichés dans des films, mais pensais seulement qu'elles étaient complètement dépassées et exagérées. J'étais persuadée que si je me trouvais dans cette situation, je trouverais dans un groupe un soutien efficace et que je serais renseignée de façon compétente. Et qu'une doctoresse, en même temps qu'elle énoncerait mon diagnostic, me recommanderait de participer à un tel groupe. Ou au moins que je trouverais une brochure à l'hôpital.

Je me suis vite aperçue combien je me trompais. L'entraide ne devient une réalité concrète que pour ceux qui ont fait le pas, qui sont entrés dans un groupe, qui cherchent à dépasser leurs défis et travaillent à améliorer leur situation. Ce sont des personnes courageuses. Et si j'ai parfois pensé que c'était seulement des « perdants » qui se lamentent entre eux, les rencontres avec ces personnes m'ont montré tout le contraire. Ce sont des personnes fortes, qui se confrontent à leur situation et qui grandissent avec. Et pourtant, c'est souvent par hasard qu'elles ont entendu parler, au bon moment, de l'entraide autogérée.

En effet: en dehors des centres Info-Entraide, on parle peu de l'entraide autogérée. Lorsqu'on va bien, on peut l'ignorer. Mais quand ça va mal, lorsqu'on est perdu, sans repères, sans aide, qu'on se sent

21 MAI 2016

SORTIR DE SA BULLE

L'ENTRAIDE AUTOGÉRÉE S'ÉCLATE EN ROMANDIE

JOURNÉE NATIONALE DE L'ENTRAIDE AUTOGÉRÉE

BADEN, BÂLE, BERNE, EINSIEDELN, ENGADINE, LIESTAL, LUCERNE, OLTEN, ST-GALL, USTER, WEINFELDEN, WINTERTHOUR, YVERDON, Zoug, ZÜRICH

www.journee-entraide-autogeree.ch

INFOENTRAIDESUISSE

impuissant, on devrait aller activement chercher cette information. C'est pourquoi il faut informer et informer encore. Et rapprocher l'entraide du public. Le 21 mai 2016, 13 centres Info-Entraide régionaux organiseront ensemble la première Journée nationale de l'entraide. Nous souhaitons ainsi ouvrir des portes, et donner courage à beaucoup de prendre un premier contact.

Katia Schär, chargée de communication

Donner une voix à l'entraide

Témoignages de trois participants à des groupes d'entraide: de vraies histoires de réussite. Info-Entraide Suisse rassemble ces histoires dans une «bibliothèque acoustique».

CHRISTOPH, juriste à la retraite, est membre depuis 2007 d'un groupe d'entraide de la Croix-Bleue. Au début, raconte-t-il, sa motivation était très modérée. «Je ne savais rien de l'entraide». Mais sa curiosité fut la plus forte. Et le résultat n'aurait pas pu être meilleur: sans le groupe d'entraide, sa conscience des risques liés à ses anciens comportements serait bien moindre, et le danger de retomber dans la dépendance plus élevé.

Il a profité de plusieurs manières de ce groupe. D'abord, naturellement, de l'échange avec les autres membres du groupe, concernés comme lui, qui ont vécu des choses pareilles ou différentes. Les réunions sont des moments où il peut lui-même prendre du recul, selon le principe «se prendre du temps, se donner du temps». Et il a pu apprendre ce que veut dire faire confiance, être ouvert et sérieux avec soi et les autres. «Parfois il faut aussi être dur avec soi, et donner un reflet implacable aux autres.» Christoph est resté abstinent jusqu'à ce jour, et il va bien. «L'entraide n'est pas une thérapie, et ne la remplace pas, mais elle la soutient.»

ÇA FAIT DU BIEN DE POUVOIR DONNER DES PISTES AUX AUTRES.

ERICH, autrefois employé de commerce, a pu efficacement masquer sa maladie, la dystrophie myotonique, jusqu'à la dernière hospitalisation, qui fut décisive: «Alors se pose la question: que fais-je encore de ma vie?» Erich a décidé de jouir de la vie, de partager avec d'autres personnes pareillement concernées, et d'apprendre avec elles comment aménager la vie aussi positivement que possible. C'est avec cette idée qu'il a constitué un groupe d'entraide. Le partage d'expériences est l'aspect central. Car la plupart des membres ont de la peine avec la motricité fine. Des gestes quotidiens, comme ouvrir une bouteille, peuvent poser de gros problèmes. «Il y a un nombre incroyable de moyens

d'aide pratique, mais aussi beaucoup de trucs merdiques.» Découvrir comment les autres s'en sortent est très précieux pour chacun. «Ça fait du bien de pouvoir aussi donner des pistes aux autres.» Pour Erich, c'est aussi important d'avoir de bons moments ensemble: «Nous avons tous plus de peine que les personnes qui n'ont pas de handicap. Alors il faut aussi nous récompenser de temps à autre. Le faire avec d'autres qui portent la même hypothèque, ça fait le double de plaisir.»

PAUL, accompagnant dans un EMS, a cherché après une hospitalisation une alternative à une psychothérapie ambulatoire, et a trouvé sur Internet un groupe de personnes concernées par les troubles anxieux et les attaques de panique. Le premier contact téléphonique fut très po-

sitif, mais plus se rapprochait le jour de la première rencontre, plus fortes étaient les hésitations. «Je me demandais si ce serait le bon endroit, alors que je ne connaissais personne. Mais j'ai réussi à aller à la première réunion.» Paul avait de la peine au début à trouver le contact. Découvrir des gens inconnus qui semblaient fortement liés entre eux, ce n'était pas facile. Il resta pourtant. «On peut apprendre les uns des autres. Ce qui aide les autres dans la vie quotidienne, ça peut aussi être bon pour moi.» Il réalisa que lui aussi pouvait être un appui pour d'autres. Une des nombreuses expériences positives: «Je suis perçu comme je suis vraiment, je me sens compris et soutenu. Et ça, c'est vraiment génial.»

Katia Schär, chargée de communication



Ces témoignages (en allemand) proviennent d'entretiens qui seront accessibles à partir de fin mai 2016 sur www.selbsthilfeschweiz.ch/akustische-bibliothek.

L'ENTRAIDE NE REMPLACE PAS UNE THÉRAPIE, MAIS ELLE LA SOUTIENT.

JE SUIS PERÇU COMME JE SUIS VRAIMENT.

Partenariati locali in Ticino per l'auto-aiuto

Tavola rotonda per la promozione dell'auto-aiuto: Incontrarsi, conoscersi, scambiarsi esperienze.

Il 9 giugno si è tenuta a Lugano la Tavola Rotonda delle organizzazioni interessate a promuovere l'auto-aiuto nella Svizzera italiana con la partecipazione di 35 persone in rappresentanza di 15 diverse organizzazioni. Presenti anche rappresentanti di Auto-aiuto Svizzera e del Dipartimento Sanità e Socialità del Canton Ticino. La Tavola Rotonda ticinese ha fatto seguito ad analoghi eventi svoltisi in Svizzera tedesca e francese ed è stata preceduta da un'inchiesta online che ha rilevato il posizionamento delle organizzazioni e Leghe salute nei confronti di questo approccio (con un tasso di risposta del 48% su 90 organizzazioni interpellate). Dopo la presentazione di Auto-aiuto Svizzera e del progetto di partenariati nazionali, sono stati illustrati i principali risultati dell'inchiesta con una

panoramica sulle diverse tipologie di gruppi presenti in Ticino. Si è quindi dato spazio ad esempi e testimonianze di gruppi attivi in Ticino, i quali hanno evidenziato i benefici che i gruppi portano a chi vi partecipa perché favoriscono la fiducia e l'auto-terminazione delle persone e contrastano

Fazit

Une table ronde a eu lieu au Tessin le 9 juin 2015. A cette occasion, 35 participants issus de 15 organisations ont appris à se connaître et partagé leurs expériences sur les groupes d'entraide autogérée. Le résultat est clair: il faut mieux connaître et mieux comprendre l'entraide autogérée, il faut travailler pour qu'elle soit reconnue par les autres acteurs, et la population doit être sensibilisée à ce potentiel.

la tendenza all'isolamento. Ricchi e stimolanti anche gli apporti emersi nella discussione: importanza della metodologia e delle linee guida per il funzionamento dei gruppi; difficoltà legate all'assunzione di responsabilità da parte dei membri del gruppo e quindi fatica nel far durare nel tempo il gruppo, se non c'è un rinnovo di motivazione e di partecipazione; complementarità rispetto ad altre forme di aiuto e sostegno. In conclusione è stata sottolineata la necessità di migliori comprensione e riconoscimento da parte dei diversi attori delle strutture presenti sul territorio (medici, ospedali, servizi professionali) per favorire il lavoro di rete, sensibilizzando la popolazione e gli operatori affinché si facciano promotori di questa risorsa.

Marilù Zanella, Auto Aiuto Ticino

L'entraide autogérée a le vent en poupe!

Le travail d'Info-Entraide VD rayonne bien au-delà des frontières cantonales: Les experts en entraide autogérée soutiennent l'engagement pour l'entraide autogérée dans cinq cantons de la Romandie.

Dans le canton de Vaud, les demandes de création de groupes ou d'orientation vers un groupe existant ne cessent de croître, tout comme l'intérêt du public et des professionnel-le-s. En 2016, nous allons pouvoir engager une personne supplémentaire à 20% pour faire face à la demande.

Dans le cadre du mandat romand qui nous est confié, nous continuons de soutenir, sur demande, le nouveau centre Info-Entraide JU.

En 2015, nous avons mené un projet en 3 étapes dans le canton de Fribourg: une soirée d'information; un atelier de formation et d'échanges; un salon «Lumière sur l'entraide autogérée». Ce projet a permis de mobiliser les groupes fribourgeois et

d'instaurer une dynamique qui, nous l'espérons, permettra un jour d'aboutir à un centre Info-Entraide FR... à suivre!

A Genève, nous avons entrepris de nouvelles tentatives en vue de créer un centre Info-Entraide GE, pour l'instant sans succès. Nous espérons qu'en 2016, le projet en 3 étapes (le même qu'à Fribourg en 2015) puisse donner un nouvel élan!

Dans le Valais, de nouveaux groupes se créent et nous continuons de répondre à toutes les demandes que nous recevons.

Les 5 centres Info-Entraide de la Suisse latine (Bienne, Jura, Neuchâtel, Tessin et Vaud) travaillent main dans la main à la promotion de l'entraide autogérée. En 2015, nous avons lancé une newsletter



commune et écrit un article qui paraîtra dans le magazine Planète Santé en mars 2016. Nous préparons également la Journée nationale de l'entraide autogérée. Sous le slogan «l'entraide autogérée s'éclate en Romandie!», nous organisons une action de type «flash mob» à Yverdon-les-Bains. Le 21 mai, nous invitons toute personne à sortir de sa bulle et à aller à la rencontre de tous les possibles! En ferez-vous partie?

*Véronique Eggimann,
Bénévolat Vaud - Info-Entraide VD*



Αυτοβοήθειας, Entraide Self-help, Selvhjælp, Autoaiuto, Selbsthilfe

La 13e rencontre internationale, en Crête, a montré la diversité des cultures de soutien à l'entraide autogérée.

Les échanges entre les partenaires actifs pour la promotion de l'entraide dans dix pays, surtout d'Europe ainsi que les Etats-Unis et Israël, ont montré une nouvelle fois combien la promotion de l'entraide est di-

versifiée et vécue de manière différente. Ainsi par exemple en Norvège, en Allemagne et en Angleterre, la promotion de l'entraide est soutenue et financée par les Ministères de santé. En Finlande et en Israël

on ne reçoit rien de l'Etat, mais les acteurs peuvent compter sur un fort engagement du bénévolat.

Dans plusieurs pays, on observe une collaboration engagée et bienveillante avec les professionnels de la santé et du domaine social. Ainsi, en Israël, la promotion de l'entraide fait systématiquement partie de la formation des médecins et professionnels des soins. En Angleterre, au Danemark et en Israël, les acteurs développent des projets ciblés de soutien par les pairs, par exemple pour des habitants originaires des Caraïbes vivant à Londres, pour des hommes au Danemark, pour des juifs orthodoxes en Israël.

Même si la terminologie du domaine de l'entraide est très diverse - self-help, mutual help, self-help group, support group, peer group, peer support, facilitators - les valeurs sous-jacentes sont tout à fait les mêmes et donc le message fondamental est celui-ci, chez nous comme ailleurs: le partage informel entre des personnes pareillement concernées soutient les efforts pour faire face aux difficultés et aide à vivre mieux avec des problèmes sociaux, des maladies ou des troubles psychiques. On peut le dire en hébreu, en italien, en danois, en allemand, en français ou en grec.

Carmen Rahm, directrice

Et ça continue, encore et encore ...!

Passage de témoin après 15 ans à la direction de la fondation Info-Entraide Suisse

2010 – une 10e année vacillante pour notre fondation, alors appelée KOSCH. Difficile de fêter cet anniversaire: la fondation menaçait de disparaître à cause de finances très insuffisantes et aussi de la fragilité sur le plan du personnel. Cinq années plus tard la fondation – maintenant appelée Info-Entraide Suisse – peut marquer ses 15 ans dans une bien meilleure situation. Nous avons réussi un revirement et pouvons maintenant jeter un regard positif sur une période riche en défis et en succès. Quelques jalons à souligner: le Congrès national sur l'entraide en 2015 (page 4), la mise en route de la recherche scientifique «Effets et efficacité de l'entraide», la création de notre site Web, les tables rondes avec les Ligues de santé et les organisations d'entraide (page 8), le début de la coopération avec l'Office fédéral de la santé publique, l'ouverture d'un centre Info-Entraide au Jura, le réseau d'échanges avec les partenaires internationaux (page 10), ou le lancement de la Journée nationale de l'entraide en 2016 (page 5).

Et comme toujours, c'est la coopération intensive, fortifiante, durable, avec les centres Info-Entraide régionaux qui conduit pour l'essentiel au succès de la promotion de l'entraide, à un point tel qu'on ne peut plus la voir disparaître. Plus de 2100 groupes d'entraide sont actuellement en lien avec les centres Info-Entraide, et chaque année quelque 10 000 personnes demandent des informations et des conseils à ces centres.

Maintenant, au milieu de 2016, après presque six années d'engagement passionné, je vais passer le témoin de la direction du bureau d'Info-Entraide Suisse à Sarah Wyss, une femme dynamique, compétente et politiquement engagée.

Dans la certitude que l'entraide autogérée trouve une reconnaissance toujours meil-



leure dans les systèmes de la santé et de l'action sociale, le départ me paraît plus léger. Je tiens à remercier vivement tous les anciens et actuels collaborateurs et collaborateurs de l'équipe et les membres du Conseil de fondation, tous les professionnels des Centres Info-Entraide et les autres acteurs qui reconnaissent

et soutiennent le mouvement pour l'entraide en Suisse.

Je suis persuadée que, avec l'engagement infatigable et la volonté, la passion même, de tous – participants à des groupes d'entraide, engagés bénévoles et professionnels – l'entraide jouera un rôle essentiel pour la promotion de la santé et pour la qualité de la vie en société!

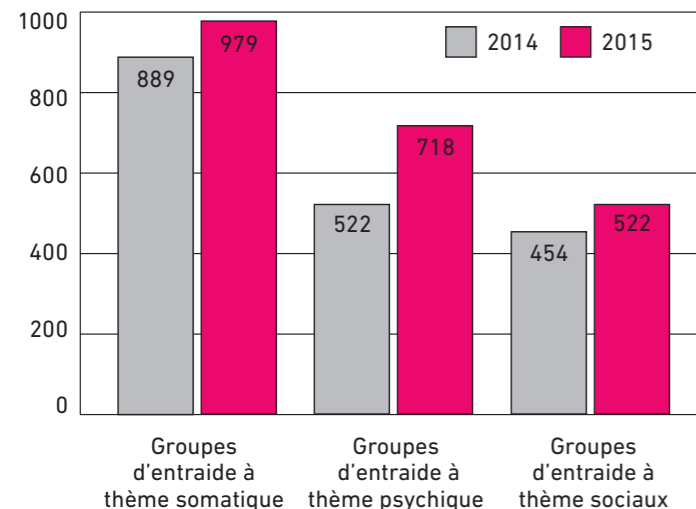
Carmen Rahm, directrice jusqu'en juin 2016

Le nombre de groupes d'entraide en Suisse est en croissance

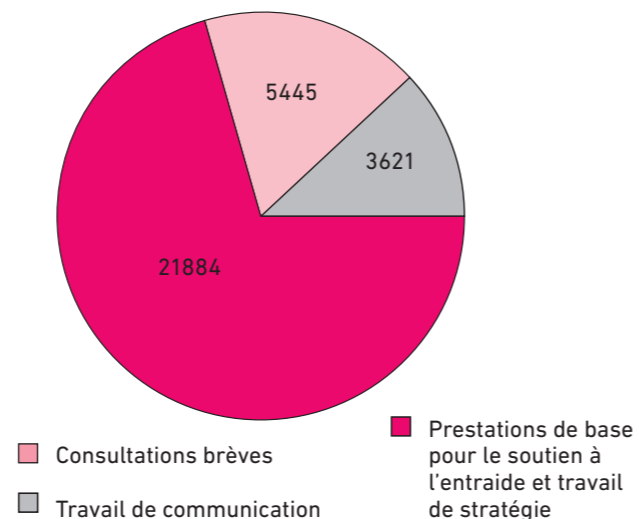
Au cours de l'année 2015, 169 nouveaux groupes d'entraide ont été créés avec le soutien professionnel des Centres Info-Entraide, et 185 groupes existants se sont fait connaître aux Centres Info-Entraide. Il existe ainsi plus de 2200 groupes d'entraide au sein desquels des personnes concernées ou des proches se soutiennent mutuellement.

Les Centres Info-Entraide et Info-Entraide Suisse ont consacré ensemble 21 890 heures au travail de soutien et développement des groupes d'entraide (sans les prestations à caractère général).

Effectif des groupes d'entraide annoncés, en 2014 et 2015



Heures de travail consacrées au soutien et au développement de l'entraide autogérée en 2015



Centres Info-Entraide, partenaires contractuels

Les plaques tournantes régionales pour toutes les questions et actions autour de la promotion de l'entraide autogérée.

SelbsthilfeZentrum Aargau* Aarau, tél. 056 203 00 20, info@selbsthilfezentrum-ag.ch, www.selbsthilfezentrum-ag.ch

Zentrum Selbsthilfe Basel* Bâle, tél. 061 689 90 90, mail@zentrumselbsthilfe.ch, www.zentrumselbsthilfe.ch

Selbsthilfe BE* Berne, Thoune, Berthoud, Bienne, tél. 0848 33 99 00, info@infoentraide-be.ch, www.infoentraide-be.ch

Selbsthilfe Graubünden* Coire, tél. 081 353 65 15, kontakt@selbsthilfegraubuenden.ch, www.selbsthilfegraubuenden.ch

Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden* Lucerne, tél. 041 210 34 44, mail@selbsthilfeluzern.ch, www.selbsthilfeluzern.ch

Info-Entraide Jura, Caritas Jura* Delémont, tél. 032 421 35 60, caritas.jura@caritas-jura.ch, www.caritas-jura.ch

Info-Entraide Neuchâtel / Neuenburg* Neuchâtel, tél. 032 724 06 41, info@infoentraideneuchatel.ch, www.infoentraideneuchatel.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe, Schwyz* Lachen, tél. 055 451 27 17, selbsthilfe@spd.ch, www.selbsthilfeschwyz.ch

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, Solothurn* Soleure, tél. 062 296 93 91, info@selbsthilfesolothurn.ch, www.selbsthilfesolothurn.ch

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, St. Gallen und Appenzell* Saint-Gall, tél. 071 222 22 63, selbsthilfe@fzsg.ch, www.selbsthilfe-gruppen.ch

Selbsthilfe Thurgau* Weinfelden, tél. 071 620 10 00, info@selbsthilfe-tg.ch, www.selbsthilfe-tg.ch

Auto-Aiuto Ticino* Lugano, tél. 091 970 20 11, info@autoaiuto.ch, www.auto-aiuto.ch

Info-Entraide Vaud – Bénévolat-Vaud* Lausanne, tél. 021 313 24 00, info@benevolat-vaud.ch, www.benevolat-vaud.ch/info-entraide-vaud

SelbsthilfeZentrum Region Winterthur* Winterthur, tél. 052 213 80 60, info@selbsthilfe-winterthur.ch, www.selbsthilfe-winterthur.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe, Zug* Zoug, tél. 041 725 26 15, selbsthilfe@eff-zett.ch, www.eff-zett.ch/fachstellen/kontaktstelle-selbsthilfe

Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland* Uster, tél. 044 941 71 00, info@selbsthilfezentrum-zo.ch, www.selbsthilfezentrum-zo.ch

selbsthilfecenter.ch* Zurich, tél. 043 288 88 88, selbsthilfe@selbsthilfecenter.ch, www.selbsthilfecenter.ch

Les principales données financières pour 2015

COMPTE D'EXPLOITATION 2015

RECETTES	CHF
Dons	50 906
OFAS	222 558
Cantons	76 425
Prestations de services contractuelles	25 128
Recettes diverses	16 301
	391 318
CHARGES	CHF
Charges de personnel	237 877
Projets, événements	73 501
Loyer	22 860
Frais d'entretien, assurances	2 451
Charges administratives	37 617
	374 306

BILAN 2015

ACTIFS	CHF
Actif disponible	388 793
Actif immobilisé	1 100
	389 893
PASSIF	CHF
Capital d'emprunt	51 788
Provisions	260 420
Capital de la fondations	75 000
Résultat reporté	-14 327
Bénéfice d'exploitation	17 012
	389 893

Les chiffres financiers exacts sont publiés sur notre site Internet.

Ainsi, vous aidez à ce que des personnes avec des problèmes les plus divers trouvent le chemin vers un groupe d'entraide.

Grâce aux subventions versées par l'Office fédéral des assurances sociales, aux contributions additionnelles des autorités cantonales, de diverses fondations et de personnes particuliers, la Fondation Info-Entraide Suisse peut poursuivre son action en tant que promotrice de l'entraide autogérée. Nous vous remercions sincèrement toutes et tous pour votre engagement.



En 2015, les institutions, cantons et particuliers suivants ont généreusement soutenu la Fondation Info-Entraide Suisse, en même temps que la Confédération :

- Office fédéral de la santé publique
- Fondation Carl et Elise Elsener-Gut
- Reformierte Kirchgemeinde Zollikofen
- Fondation Helfer et Schlüter
- Pro Mente Sana
- Kath. Pfarramt St. Felix und Regula
- Kirchgemeinde Lyss
- Ligue pulmonaire suisse
- MBF Foundation
- Pflegezentrum Rotacher
- Fondation Promotion santé suisse
- Fonds de loterie du canton d'Argovie
- Fonds de loterie du canton d'Appenzell Rh. Ext.
- Fonds de loterie du canton de Bâle-Campagne
- Fonds de loterie du canton de Bâle-Ville
- Fonds de loterie du canton de Lucerne
- Fonds de loterie du canton de Saint-Gall
- Divers particuliers

Cantons: Argovie, Appenzell Rh.Ext., Bâle-Campagne, Bâle-Ville, Berne, Fribourg, Genève Glaris, Grisons, Jura, Lucerne, Nidwald, Obwald, Schaffhouse, Schwyz, Soleure, Tessin, Thurgovie, Uri, Zoug

Nous comptons sur votre soutien financier !

Les diverses activités de promotion de l'entraide ne peuvent être poursuivies et intensifiées que si Info-Entraide Suisse peut disposer des moyens financiers nécessaires. Malgré des efforts intenses, les recherches de soutien et de fonds n'ont pas obtenu de grands succès ces dernières années. On n'a trouvé un support de fondations suisses que pour certains projets limités dans le temps. Les travaux de coordination et les actions de soutien et de promotion demandent un financement continu. C'est pourquoi le financement d'Info-Entraide par des donateurs privés reste indispensable.

Nous nous réjouissons si, vous aussi, vous devenez un donateur et ainsi un membre du cercle des amis d'Info-Entraide Suisse

PC 40-380894-0

IBAN: CH04 0900 0000 4038 0894 0

TEAM INFO-ENTRAIDE SUISSE



CONSEIL DE LA FONDATION INFO-ENTRAIDE SUISSE



Team: de g. à dr.: Luca Rykart (communication à partir de décembre 2015 jusqu'en mai 2016), Katia Schär (responsable de la communication à partir d'avril 2015 jusqu'en mai 2016), Sarah Wyss (directrice désignée à partir de janvier 2016), Bettina Häfeli (responsable de projet), Sonja Rahm-Schlotterbeck (secrétariat, comptabilité à partir d'août 2016), Carmen Rahm (directrice jusqu'en juin 2016)

Conseil: de g. à dr. : Philippe Lehmann, Franz Wyss, Maja Ingold (à partir de janvier 2016), Peter Trauffer (à partir de janvier 2016), Maja Schaub, Tom Burri, Lukas Schmid, Ursula Frei-Kocher (à partir de janvier 2016), Petra Wittwer (à partir de janvier 2016)

Absents: Janitha Reetz (comptabilité jusqu'en juin 2015), Roland Obrifer (informatique), Pia Ortain (secrétariat jusqu'en avril 2015)
Lena Rérat (membre de conseil jusqu'en décembre 2015), Anna Sax (membre de conseil jusqu'en décembre 2015)



**SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAUTOSVIZZERA**

Impressum:

Editeur: Info-entraide Suisse
Conception: Q Kommunikation & Grafik
Texte/Rédaction: Info-entraide Suisse
Photo: Pino Covino
Traduction: Philippe Lehmann
Impression: Druckerei Dietrich AG
Tirage: 650 ex. allemand, 150 ex. français