



**diabète**fribourg  
**diabetes**freiburg

JAHRESBERICHT

**2020**



## Beratungsstellen

Freiburg, Rte St-Nicolas-de-Flüe 2  
Bulle, Rue de la Lécheretta 24  
Düdingen, Bahnhofbuffet, Bahnhofplatz 2  
Murten, Merlachfeld 115

## Mitglied der



les Ligues de santé  
du canton de Fribourg  
die Gesundheitsligen  
des Kantons Freiburg

## Unterstützt durch den



www.entraide.ch



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS  
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

## Impressum

Redaktion: diabetesfreiburg  
Gestaltung: Créambule Sàrl, Givisiez  
Fotos: © Dominique Bersier S. 4-5, Shutterstock S. 1-7-13-14-18, S. 11 Véronique Grady  
Druck: media f sa, Freiburg



# INHALTSVERZEICHNIS

Editorial	4–5
Über uns	6–7
Meilensteine 2020	8–9
Interview «Ich habe meinen Diabetes im Griff!»	10–11
Interview «Zuerst Schuldgefühle auflösen»	12–13
Auch in den Pflegeheimen	14
Messen, scannen	15
Überblick der Jahresrechnung	16–17
Ein Klick und ab in den Warenkorb...	18

Aus Gründen der Lesbarkeit verzichten wir auf eine systematische Verwendung der männlichen und weiblichen Form sowie auf eine geschlechtergerechte Sprache. Die maskuline Form umfasst alle Geschlechter.

## Ohne Ihre Spende können wir unserer Arbeit nicht nachgehen

diabetesfreiburg ist eine gemeinnützige Organisation und auf Ihre Spende angewiesen. Nur so können wir die Qualität unserer Arbeit sicherstellen und zahlreiche Leistungen abdecken, die von den Versicherungen nicht übernommen werden. Jeder Franken trägt dazu bei, langfristig und umfassend Menschen in Not Hilfe anzubieten, 365 Tage im Jahr – denn Diabetes macht keine Ferien! Danke, dass Sie diabetesfreiburg mit einer Spende oder einem Vermächtnis unterstützen: CH89 0900 0000 1700 8998 4.

diabetesfreiburg ist Zewo-zertifiziert. Dies gewährleistet den zweckbestimmten Einsatz der Spenden zugunsten von Menschen mit Diabetes.



# EDITORIAL

Als wir einander am 1. Januar 2020 ein gutes neues Jahr wünschten, konnte sich niemand vorstellen, was auf uns zukommen würde. 2020 hat unsere Lebens- und Denkweise und die Funktionsweise der gesamten Gesellschaft völlig verändert. In meinem ersten Vorwort als Präsidentin unseres Vereins fällt deshalb mein Blick auf ein – gelinde gesagt – aussergewöhnliches Jahr zurück.

Dieses Jahr hat viele von uns dazu veranlasst, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Ungeachtet unserer sozialen Verhältnisse und unseres Privatlebens haben wir Solidarität und gegenseitige Unterstützung als Werte neu entdeckt. Die Arbeit unseres Vereins war wichtiger denn je – insbesondere unser Engagement, um den Mitgliedern weiterhin unsere Leistungen anbieten zu können. Alle haben sich klaglos in die neuen Umstände geschickt. Alle haben sich angepasst und dazu beigetragen, dass unser Auftrag weiterhin im Zentrum unserer Arbeit stand. Ihnen allen gebührt unser Dank für das, was in diesem Jahr mit ihnen und durch sie erreicht wurde.



Niemand weiss, was uns das Jahr 2021 bringen wird, wie lange die Gesundheitskrise dauern wird und welche Lösungen wir finden werden, um besonders den Schwächsten zu helfen. Eines aber ist sicher: Jetzt ist der gute Moment für eine solidarische Unterstützung der Geschäftsführung und der Mitarbeitenden unseres Vereins!

Corinne Rebetez  
Präsidentin

Schon beim Ausbruch der Coronapandemie galten Menschen mit Diabetes als besonders gefährdet. Diese Einschätzung bestätigte sich, und damit konnten grundlegende Pflegedienstleistungen wie die regelmässige Überwachung des Diabetes durch Pflegefachpersonen und Ernährungsberaterinnen sowie die medizinische Fusspflege nicht weiter garantiert werden. Plötzlich schien es, als wäre Diabetes kein Thema mehr!

Doch dank der maximalen Schutzmassnahmen und des unermüdlischen Einsatzes der Mitarbeitenden, die jede Person einzeln informierten und beruhigten, gelang es nach und nach, die Beratung der Menschen mit Diabetes wieder aufzunehmen. Glücklicherweise wurden bei unseren Patienten keine grössere Komplikationen festgestellt.

Im Jahr 2020 waren wir gezwungen, auf unsere Veranstaltungen zur Thematisierung der Herausforderung Diabetes für die öffentliche Gesundheit zu verzichten: Das Virus hat unserem Angebot an Kursen, Austauschgruppen und Veranstaltungen für ein grösseres Publikum ein Ende gesetzt. Doch auch wenn es 2021 weiterhin unseren Alltag beeinflusst: die Hoffnung bleibt, dass das Leben wieder so wird wie vor der Pandemie – oder zumindest möglichst ähnlich!

Eines ist sicher: Auch die Coronapandemie wird nichts daran ändern, dass wir uns Menschen mit Diabetes verbunden und verpflichtet fühlen, denn dies ist die Grundhaltung unseres Vereins.

Corinne Uginet-Ayer  
Geschäftsführerin

# ÜBER UNS

diabetesfreiburg ist ein Kompetenzzentrum für Menschen, die von Diabetes betroffen sind, und für ihre Angehörigen. Der gemeinnützige Verein wurde 1976 gegründet.

Im Auftrag der Direktion für Gesundheit und Soziales des Kantons Freiburg stellt der Verein in zwei Sprachen und auf dem gesamten Kantonsgebiet die folgenden Leistungen sicher:

- Beratungen für Erwachsene und Kinder durch Pflegefachpersonen für Diabetologie
- Ernährungsberatungen für Erwachsene und Kinder
- Fusspflege
- Psychosoziale Unterstützung mit Blick auf die Alltagsbewältigung
- Moderation von Austauschgruppen, Kurse zum Umgang mit Diabetes
- Materialverkauf, Schulung für die bedarfsgerechte Anwendung des Materials und individuelle Beratung gemäss Behandlung
- Informationsvermittlung und Sensibilisierung zum Thema Diabetes

Seit mehreren Jahren ist diabetesfreiburg zudem in den Schulen aktiv, um von Diabetes betroffenen Schulkindern eine sichere Behandlung zu ermöglichen.

Im Auftrag der Direktion für Erziehung, Kultur und Sport beinhalten die Leistungen von diabetesfreiburg auch Weiterbildungen für Lehrpersonen von Kindern mit besonderen Bedürfnissen aufgrund des Diabetes.

## Vorstand

Corinne Rebetez, Präsidentin •  
Raymonde Achtari, Vizepräsidentin •  
Dr. med. Enzo Fontana •  
Dr. med. Julien Fesselet • Nezy Geraci •  
Stéphanie Gremaud

Mitglieder: 743



2020

Februar  
ERSTER CORONA-FALL  
IN FREIBURG



Februar  
UMZUG DES  
STANDORTS MURTEN



Mai  
VERLEGUNG DER  
BERATUNGSSTELLE  
IM SENSEBEZIRK



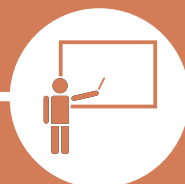
März–April  
AUFBAU DER  
TELEMEDIZINISCHEN  
KONSULTATION



August  
FUSSPFLEGE-  
SCHULUNG  
IN 3 HEIMEN



August  
LEHRERFORTBILDUNG  
(zusammen mit der Pädagogischen  
Hochschule, der Hochschule für Gesundheit  
und der Krebsliga Freiburg)



Oktober  
KURS «BESSER LEBEN  
MIT DIABETES»



----- 2021

# «ICH HABE DIABETES IM GRIFF!»

Philippe Renaud ist Koch und hat seit einigen Jahren Diabetes Typ 2. Welche Konsequenzen diese Krankheit mit sich bringt, wurde ihm nach vier Tagen auf der Intensivstation klar. Und dann hätte er wegen eines Kieselsteins beinahe ein Bein verloren. Kurz vor seinem 60. Geburtstag erzählt uns Philippe Renaud seine ereignisreiche Geschichte und was er daraus lernen kann.

## 10 Wann sind Sie auf die Komplikationen aufmerksam geworden, die Diabetes verursachen kann?

Anfangs musste ich nur Tabletten nehmen, nahm dies ziemlich locker und hielt mich nicht immer an die Dosierung. Aber dann stieg mein Blutzucker auf einmal auf 39. Ich rief meinen Arzt an. Dieser bat mich, den Blutzucker nochmals zu messen. Das Ergebnis war dasselbe, er schickte mich sofort ins Spital, denn mit diesem Blutzuckerwert hätte ich eigentlich schon im Koma liegen müssen. Ich erinnere mich, dass ich vier Tage später auf der Intensivstation aufwachte. Da wurde mir vieles klar...

## 4004 FUSSPFLEGE- BEHANDLUNGEN

### Wie haben Sie seitdem Ihre Lebensweise geändert?

Ich ging in die Ernährungsberatung, um einen Diätplan zusammenzustellen. Auch eine neue Therapie war nötig: Injektionen von schnell wirkendem Insulin, damit der Blutzuckerspiegel so gut wie möglich eingestellt werden kann.

### Doch auch wenn Sie aufpassen, können Sie sich einen Infekt zuziehen...

... vor allem, wenn man nicht die richtigen Schuhe trägt! Eines Tages gelangte ein Steinchen in meinen Schuh. Da ich wegen des Diabetes jegliches Gefühl in den Füßen verloren habe, habe ich mich durch diesen Stein verletzt, ohne es zu merken. Als meine Fieberkurve nur noch stieg, ging ich wieder ins Spital. Die Wunde war mit Bakterien (Staphylococcus aureus) infiziert. Die Infektion wirkte sich auf das Bein aus; ich hatte grosse Angst vor einer Amputation, doch dies konnte verhindert werden. Zweiein-

halb Monate verbrachte ich im Spital. Als ich wieder zu Hause war, warf ich meine Schuhe weg...

### Als Koch sind Sie in einer riskanten Branche. Wie schaffen Sie das?

Ich darf mich einfach nicht schneiden..., und das passiert manchmal eben doch. Die Mitarbeitenden der Erste-Hilfe-Station an meinem Arbeitsort sind über meinen Diabetes informiert, sie können beurteilen, ob eine Verletzung im Spital behandelt werden muss.

### Wie erleben Sie die Coronapandemie als Diabetiker?

Durch die Nachrichten aus der ganzen Welt entschloss ich mich in der Kantine, die ich leite, ab dem 1. Januar besondere Hygienemassnahmen einzuführen: Maskenpflicht, regelmässiges Händewaschen und -desinfizieren und Desinfektion aller Oberflächen. Damals

dachten viele, ich würde übertreiben. Leider hat sich gezeigt, dass ich richtig lag.

### Und Sie haben die Kantine geschlossen...

Ja, wie alle Gastronomen. Und dann erkrankte mein Sohn an Corona. Er blieb in seinem Zimmer mit eigenem Bad in Quarantäne. Ich hatte Angst, mich anzustecken, zumal mehrere Personen in meinem Umfeld an Covid-19 verstorben sind. Wieder einmal habe ich grosses Glück gehabt...

### Wie sind Sie zu diabetesfreiburg gekommen?

Mein Diabetologe hatte mir von der Organisation und ihrem Angebot erzählt, insbesondere von der Fusspflege. Für mich ist diabetesfreiburg im «Quadrant» besser erreichbar als das HFR oder die Praxis meines Arztes in der Innenstadt. Ausserdem ist das Team sehr nett!

«Jetzt verstehe ich, was Diabetes für mich bedeutet und passe auf mich auf. Was ich erlebt habe, möchte ich nie wieder durchmachen!»



# ZUERST DIE SCHULDGEFÜHLE AUFLÖSEN

Durch die Coronapandemie wurde der Alltag von diabetesfrei.org komplett auf den Kopf gestellt. Ein Gespräch mit Virginie Soldati, Diabetesfachberaterin und Leiterin von diabetesfrei.org.

## Wie sind Sie mit dem Ausbruch der Pandemie umgegangen?

Nach dem Entscheid des Bundesrates wurden vom 12. März bis zum 27. April alle nicht notfallmässigen Massnahmen unterbrochen: Fusspflege, Ernährungs- und Diabetesberatung sowie Schulungen. Die Überwachung und Einstellung des Blutzuckerspiegels bei unseren Patienten lag uns aber sehr am Herzen, und wir konnten diese Dienstleistung den meisten Betroffenen per Videokonferenz anbieten. Für Risikopatienten haben wir eine Lösung gefunden, um die Fusspflege durch Dritte zu gewährleisten. Eine sorgfältige Überwachung ist unverzichtbar: Werden Wunden erkannt, bevor sie sich infizieren, können Amputationen verhindert werden.

# 628

## DIABETESBERATUNGEN

### War die technische Seite dabei ein Problem?

Es war wirklich nicht so einfach, da nicht alle mit geeigneten Geräten mit Mikrofon und Kamera ausgestattet waren. Am 28. April konnten wir die Beratungen, vor allem für die Verabreichung von Insulin wieder aufnehmen, natürlich mit allen erforderlichen Hygienemassnahmen.

### Wie reagieren Menschen im Allgemeinen, wenn sie erfahren, dass sie Diabetes haben?

Sie geben sich die Schuld – wegen schlechter Ernährung oder zu wenig Bewegung –, auch wenn eine genetische Veranlagung für Diabetes vorliegt. Wir helfen ihnen, die Schuldgefühle zu überwinden, und zeigen, wie sie durch die Anpassung ihres Alltags mit Diabetes leben können. Von Beginn an muss der

# 4417

## PSYCHOSOZIALE UNTERSTÜTZUNGEN

Blutzuckerspiegel reguliert werden, um mögliche Komplikationen zu vermeiden. Denn ein hoher Blutzuckerspiegel kann zu Herz-Kreislauf-Problemen, einer Schädigung des Nervensystems (Neuropathie) und der Augen (Retinopathie) sowie zu Nierenversagen führen.

### Welche Fragen werden Ihnen am häufigsten gestellt?

Menschen mit Diabetes wollen meistens wissen, welche Auswirkungen die verschriebenen Medikamente auf ihren Alltag haben und wie dieser wiederum den Blutzuckerspiegel beeinflusst. Ausserdem fragen sie häufig, weshalb sie mehrere Medikamente nehmen müssen.

«Wir müssen Menschen mit Diabetes oft erklären, dass die Erkrankung nicht ihre Schuld ist.»



### Und warum brauchen sie mehr als ein Medikament?

Jedes Arzneimittel hat eine ganz bestimmte Funktion und wirkt im Organismus auf verschiedenen Ebenen. Es ist uns sehr wichtig, dies gut zu erklären, um dadurch eine sichere Therapie zu ermöglichen und die Nebenwirkungen und Komplikationen des Diabetes zu begrenzen.

# 792

## ERNÄHRUNGS- BERATUNGEN

## AUCH IN DEN PFLEGEHEIMEN

Zu den Aufgaben der Pflegefachpersonen in Alters- und Pflegeheimen gehört auch die Fusspflege für Bewohner mit Diabetes. diabetesfreiburg organisiert gemeinsam mit der Vereinigung freiburgischer Alterseinrichtungen (VFA) Fortbildungskurse in den verschiedenen Heimen des Kantons Freiburg.

Eine Diabetespflegefachperson führt die Mitarbeitenden der Pflege in den Alterseinrichtungen in Theorie und Praxis der Diabetologie ein. Die Teilnehmenden lernen, woran sie einen Risikofuss erkennen, mit welchen Massnahmen Komplikationen verhindert werden und

wie sie Diabetespatienten sicher pflegen können. Dabei geht es auch um das medizinische Material: wie es angewendet wird und welche Hilfsmittel empfohlen werden.

2020 konnte aufgrund der Coronapandemie nur eine Schulung durchgeführt werden. Im Broyebezirk waren drei Pflegeeinrichtungen durch je eine Pflegefachperson vertreten.



## MESSEN, SCANNEN

Durch den technischen Fortschritt wird die Blutzuckermessung immer besser und lässt sich leicht in den Alltag von Menschen mit Diabetes integrieren. Bei der Blutzuckerselbstkontrolle wird ein Tropfen Kapillarblut aus der Fingerspitze auf einem Teststreifen ausgewertet. Seit einigen Jahren kann diese Methode durch die Messung im Gewebe ersetzt werden. Sie eignet sich für Patienten, die unter ärztlicher Betreuung schnell wirkendes Insulin verwenden und den Blutzuckerspiegel mindestens vier Mal am Tag messen müssen. Auf Empfehlung eines Spezialisten kann sie auch bei Schwangerschaftsdiabetes eingesetzt werden.

### Mit Alarm und Datenfreigabe

Der wasserfeste Glukosesensor wird meist auf der Rückseite des Oberarms oder am Bauch angelegt. Zur Bestimmung des Gewebezuckerspiegels pumpt eine Elektrode (ein winziger Draht) Gewebeflüssigkeit zwischen die Zellen und Blutgefässe. Der Sensor erfasst automatisch die Glukosekonzentration und speichert die Daten sicher während eines vom Hersteller festgelegten Zeitraums. Sie kann jederzeit abgefragt werden, indem der Sensor (auch durch Kleiderstoff hindurch) entweder mit einem Smartphone gescannt wird, oder die Werte über einen speziellen Empfänger oder mit einer Smartwatch

angezeigt werden. Wenn eine Über- oder Unterzuckerung droht, bieten die neuesten Modelle einen Alarm. Die gemessenen Werte können mit «Followern» geteilt werden. Diese Funktion kann zur Überwachung der Werte aus der Ferne sehr nützlich sein – insbesondere für Pflegefachpersonen und Angehörige eines Kindes mit Diabetes. Sensoren müssen nach 10 bis 14 Tagen ausgetauscht werden.

### Mehr Lebensqualität

Im Alltag bieten Glukosemesssysteme zahlreiche Vorteile: Sie sind zuverlässig, praktisch, unauffällig, ermöglichen schmerzfreie Echtzeitdatenabfragen, werden vom Hersteller kalibriert und lassen sich konfigurieren. Sie geben den Betroffenen Sicherheit im Management des Blutzuckers und der Insulindosierung – insbesondere bei den Mahlzeiten. Die meisten Patienten, die auf ein Glukosemesssystem setzen, haben weniger Probleme mit Über- oder Unterzuckerung. Damit ist mit der kontinuierlichen Blutzuckermessung ein Gewinn an Lebensqualität verbunden. diabetesfreiburg bietet Glukosemesssysteme an und unterstützt die Patienten sowohl bei der Anwendung der Geräte als auch bei der Interpretation der Daten.



## ÜBERBLICK DER JAHRESRECHNUNG

	2020
<b>Ertrag</b>	
Subventionen BSV	83 935
Subventionen Staat Freiburg	333 895
Beiträge der Krankenversicherer	476 780
Spende der Loterie Romande	210 000
Spenden/Mitgliederbeiträge	55 100
Vermächtnisse und Spenden	10 000
Sponsoring	5 525
Andere Erträge	3 400
Materialverkauf	837 444
<b>Total Ertrag</b>	<b>2 016 077</b>
<b>Aufwand nach Kostenstellen</b>	
Beratungen und Pflege bezüglich Diabetes und Ernährung	839 116
Gruppenberatungen	6 618
Psychosoziale Unterstützung für Kranke und Angehörige	191 110
Kurse und Vorträge	29 116
Information und Dienstleistungen für die Mitglieder	132 064
Materialdienst	809 259
Übriger Aufwand, Amortisation und Finanzertrag	12 669
<b>Total Aufwand</b>	<b>2 019 951</b>
<b>Jahresergebnis vor Bewegung der Fonds</b>	<b>-3 874</b>
Entnahme aus Fonds	12 500
Fondseinlagen	-
<b>Jahresergebnis nach Bewegung der Fonds</b>	<b>8 626</b>

## BILANZ

### Aktiven

	2020	2019
Liquide Mittel	132 983	59 724
Debitoren	239 836	227 425
Materialbestand	11 621	16 365
Einrichtung der Räumlichkeiten	25 000	37 500
Aktive Rechnungsabgrenzung	148 766	89 792
	<b>558 206</b>	<b>430 806</b>

### Passiven

Kreditoren	153 311	109 223
Passive Rechnungsabgrenzung	139 902	52 715
Kapital	47 368	39 383
Fonds «Entwicklung»	55 000	55 000
Fonds «Weiterbildung»	10 000	10 000
Fonds «Prävention»	119 000	119 000
Fonds «Räumlichkeiten und Ausrüstung»	25 000	37 500
<b>Jahresergebnis</b>	<b>8 626</b>	<b>7 985</b>
	<b>558 206</b>	<b>430 806</b>

Die Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung, Veränderung des Kapitals, Beilagen) wurde von der Multifiduciaire Fribourg AG am 17. Februar 2021 geprüft und als konform mit dem schweizerischen Gesetz und den Statuten erklärt. Sie vermittelt in Übereinstimmung mit den Richtlinien der Swiss GAAP FER und der Stiftung ZEWO ein genaues Bild des Vermögens, der Finanzsituation und des Jahresergebnisses. Die vollständige Jahresrechnung kann vor der Generalversammlung bei diabetesfreiburg eingesehen oder kostenlos angefordert werden.

# EIN KLICK UND AB IN DEN WARENKORB...

Seit dem 14. Dezember gibt es bei diabetesfreiburg einen neuen Online-Shop. Bei dessen Gestaltung wurde besonderes Augenmerk auf die Bedürfnisse der Kunden und auf eine anwenderfreundliche Bedienung geachtet. Die Navigation ist besonders intuitiv, sodass man schnell zu den gewünschten Produkten kommt. Mit nur einem Klick werden nun auch die meistverkauften Artikel und die Sonderangebote angezeigt. Die Bestellung von Therapiematerial wurde ebenfalls vereinfacht, wobei für jede Region ein eigener Bestellvorgang definiert wurde. Im Nutzerkonto finden die Kunden persönliche Informationen sowie einen Überblick über aktuelle Bestellungen und Gutschriften.

Möchten Sie die neueste Version ausprobieren? Ein Klick auf das «Shop»-Symbol ganz rechts auf der Website von diabetesfreiburg reicht.

## Website diabetesfreiburg:

[www.diabetesfreiburg.ch/startseite](http://www.diabetesfreiburg.ch/startseite)

