



SELBSTHILFEZENTRUM

ZÜRCHER OBERLAND & PFANNENSTIEL



Medienmitteilung 3. Februar 2026

Selbsthilfe gezielt einbinden

Spital Uster und Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland und Pfannenstiel unterzeichnen Kooperation für mehr Patientenzentriertheit.

Das Spital Uster und das Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel haben eine Kooperationsvereinbarung unterzeichnet. Mit der Zusammenarbeit stärken die beiden Partner die systematische Einbindung von Selbsthilfeangeboten in die Gesundheitsversorgung und fördern eine patientenzentrierte Betreuung.

Im Rahmen der Kooperation setzt das Spital Uster das Modell der «Selbsthilfefreundlichkeit» um. Ziel ist, Patientinnen und Patienten sowie Angehörige gezielt über passende Selbsthilfeangebote zu informieren und den Zugang zu Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen zu erleichtern. Selbsthilfe unterstützt Betroffene dabei, ihre Gesundheitskompetenz zu stärken, den Umgang mit ihrer Erkrankung zu verbessern und sich mit Menschen in ähnlichen Situationen auszutauschen.

So funktioniert die Zusammenarbeit

Kern ist das Kooperationsdreieck zwischen dem Spital Uster, dem Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel und Vertretungen von Selbsthilfegruppen. Gemeinsam definieren und realisieren die Partner konkrete Massnahmen. Diese werden jährlich in Selbstevaluationsgesprächen überprüft. Das Erfahrungswissen der Betroffenen fliesst dabei direkt in die Weiterentwicklung der Selbsthilfefreundlichkeit im Spital ein. Das Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel unterstützt das Spital Uster als Umsetzungspartner unter anderem bei der Vermittlung von Selbsthilfeangeboten, der Beratung von Selbsthilfesuchenden und Fachpersonen sowie in der Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen. Das Spital Uster hat dafür eine selbsthilfebeauftragte Person ernannt, welche die Kooperation intern koordiniert.

Langfristig im Qualitätsmanagement verankert

Die Zusammenarbeit ist langfristig angelegt und wird in das Qualitätsmanagement des Spitals integriert. Perspektivisch strebt das Spital Uster an, die Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsverbesserungsmassnahme auszuweisen und sich als «selbsthilfefreundliches Spital» durch Selbsthilfe Schweiz auszeichnen zu lassen.



PARTNER

Das Spital Uster ist neu Partner des Netzwerks Selbsthilfefreundlichkeit.

Über das Spital Uster

Spital Uster: Persönlich – kompetent – nah.

Das Spital Uster ist das vernetzte, leistungsfähige Schwerpunktspital des Zürcher Oberlandes und des Oberen Glattales, auf das jährlich gegen 75'000 Patientinnen und Patienten vertrauen. Mit einem gut ausgebildeten und Hand in Hand arbeitenden Team aus Ärztinnen und Ärzten, Therapeutinnen und Therapeuten sowie Pflegefachpersonen stellt das Spital Uster die medizinische Versorgung der Region rund um die Uhr sicher. Das Spital Uster steht für die integrierte Versorgung und ist gut vernetzt, sodass Patientinnen und Patienten die notwendige Notfall- und Grundversorgung wohnortnah, persönlich und kompetent aus einer Hand erhalten. Für den stationären Aufenthalt stehen um die 150 Betten zur Verfügung. Jedes Jahr erblicken rund 700 Babys das Licht der Welt. Mit 1'250 Mitarbeitenden ist das Spital der grösste Arbeitgeber der Stadt Uster, der drittgrössten Stadt des Kantons Zürich. Das Spital wurde 1883 gegründet und ist seit dem 1. Januar 2023 eine gemeinnützige Aktiengesellschaft.

Für Rückfragen:

Marketing & Kommunikation, Tel. 044 911 22 65, kommunikation@spitaluster.ch

Über das Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel

Das Selbsthilfenzentrum fördert und stärkt die gemeinschaftliche Selbsthilfe. Es berät Menschen, die sich für Selbsthilfegruppen interessieren, und vermittelt den Zugang zu bestehenden Selbsthilfegruppen sowie zu geeigneten Fachstellen. Es unterstützt den Aufbau neuer Selbsthilfegruppen und begleitet bestehende Gruppen durch fachliche Beratung, Standortbestimmungen und methodische Impulse.

Darüber hinaus berät das Selbsthilfenzentrum Fachpersonen zum Thema Selbsthilfe und engagiert sich in der Öffentlichkeit für die nachhaltige Etablierung der Selbsthilfe. In Zusammenarbeit mit Gesundheitsinstitutionen unterstützt das Selbsthilfenzentrum diese als Umsetzungspartner auf ihrem Weg zu einer selbsthilfefreundlichen Institution.

Für Rückfragen:

Danijela Erden, 044 941 71 00, danijela.erden@selbsthilfenzentrum-zo.ch