



RAPPORT ANNUEL 2021



E-mail : info@suisse-fibromyalgie.ch

Site Web: www.suisse-fibromyalgie.ch

Tél.: +41 24 425 95 75

Avenue des Sports 28

1400 Yverdon-les-Bains

TABLE DES MATIÈRES

1. INTRODUCTION	3
2. L'ASSOCIATION	4
<i>Comité et bureau</i>	4
<i>Pool médico-social</i>	6
<i>Groupes de parole et d'entraide</i>	6
<i>Buts de l'association</i>	8
3. LA FIBROMYALGIE	9
4. L'ENVOL	11
5. L'ASSEMBLEE GENERALE	12
6. RAPPORT DE LA PRESIDENTE	13
7. COMTES 2021	19
8. RAPPORT DE L'ORGANE DE REVISION	23
9. RAPPORT DE LA JURISTE	24
10. COLLABORATION AVEC DIVERSES ASSOCIATIONS	25
11. ACTIVITES DIVERSES EN 2021	26
12. ACITIVITES PREVUS EN 2022	27
13. REMERCIEMENTS	29

1. INTRODUCTION

Fondée en 1997 à l'initiative de personnes atteintes de fibromyalgie et préoccupées par la dégradation de leur santé et la méconnaissance de cette maladie multi systémique, l'Association Suisse des FibroMyalgiques (ASFM) s'est donnée comme but principal de faire connaître et reconnaître à terme la fibromyalgie, de représenter et soutenir ses membres auprès du grand public ainsi que des instances officielles du monde médical, pharmaceutique, social et politique.

A travers différentes activités, conférences et séminaires, l'ASFM souhaite offrir une plateforme d'information, de soutien, d'échanges et de rencontres, afin de concentrer les efforts de chacun dans un combat pour la reconnaissance de cette pathologie moderne, qui a été découverte et diagnostiquée au début du XVIIIe siècle comme étant du rhumatisme musculaire, avant d'être baptisée en 1976 **fibromyalgie**, amalgame du mot latin *fibra* (fibre) et des mots grecs *myo* (muscle) et *algos* (douleur).

Malgré une reconnaissance en 1992 par l'OMS, Organisation Mondiale de la Santé, en tant que maladie rhumatismale, et puis en 2007 comme maladie à part entière sous le terme de fibromyalgia, selon sa liste de classification internationale des maladies, la fibromyalgie reste non reconnue en Suisse et donc mal soutenue par l'Assurance Invalidité (AI), entre autres.

La plupart des personnes atteintes de cette maladie se voit contrainte de devoir adapter voire réduire leur activité professionnelle, entraînant malheureusement une perte d'emploi, sans qu'elles puissent bénéficier d'une quelconque compensation financière, leur permettant de vivre dans des conditions décentes et surtout de poursuivre leur traitement médical de manière optimale. La majorité d'entre elles se trouve tout-à-coup confrontée à une telle situation de détresse et de fragilité, tant sur le plan matériel, physique et psychologique, que cela accroît leur sentiment d'incompréhension, de rejet, de honte et d'isolement. Le nombre de patients atteints de fibromyalgie augmente d'année en année et représente aujourd'hui environ 4% de la population.

Il est donc primordial d'encourager la recherche médicale à développer des traitements thérapeutiques efficaces pour soulager les douleurs occasionnées par cette maladie, tout en faisant reconnaître par les autorités publiques la gravité de ses symptômes. Au vu de ces constatations, l'ASFM s'efforce donc de mener à bien son credo, en faisant connaître et, à terme, reconnaître la fibromyalgie pour permettre d'aider et de soutenir au mieux toutes celles et ceux qui en souffrent.

Les communautés scientifiques et médicales s'investissent actuellement dans des recherches concernant l'origine de la fibromyalgie et d'autres recherches concernant des traitements innovants de la douleur, impliquants la participation active des patients (études au CHUV, UniFR, UniZH).

En 2021, l'Association Suisse des FibroMyalgiques a enregistré des demandes d'informations par téléphone d'environ 290 personnes, et plus que 32'000 pages de notre site internet www.suisse-fibromyalgie.ch ont été consultées. Un peu plus que 10'000 personnes y ont cherchés des renseignements.

2. L'ASSOCIATION

Le Comité et le bureau



Anne Smit
Présidente

*Présidence générale
Trésorerie
Média / PR
Personnel/administration*



Dr Jean-Philippe Richter
Vice-président
Suisse romande



Dr Nicola Keller
Vice presidente
Svizzera italiana



Liliane Ruch
Membre

*Coordination générale
Groupement Romandie
Thérapie/projets*



Marion Burkhardt
Membre

"L'envol"



Hosan Zilan Avdar
Membre

*Coordination Tessin
Responsable multimédia
Divers projets
« L'envol »*



Dr Christophe Perruchoud
Membre

*Médecin antalgique
Conseiller scientifique*



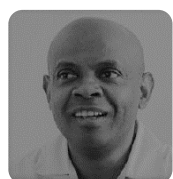
Stéphanie Arrigo
Membre

*Infirmière antalgie
Hypnose*



Maria Piazza
Membre

*Coordination Tessin
Traductions italiennes*



Amad Maholida
Membre

*Coordination avec le
Vice-Président
Suisse romande
Médecine traditionnelle chinoise
Acupuncture*



Louis Derungs
Membre

*Expert douleur (neurosciences)
Formateur et conférencier*

Le bureau (ouvert le lundi, mardi, mercredi et jeudi matin) est géré par deux collaboratrices, Sandrine Frey, secrétariat/comptabilité, et Beatrice Rubeaud, secrétariat/administration, travaillant chacune à 50%.



Sandrine Frey
Secrétaire comptable



Beatrice Rubeaud
Secrétaire administrative

Pool médico-social

Au fil des années, l'association s'est aperçue que les besoins des personnes atteintes de la fibromyalgie étaient très variés.

Ce qui fait du bien à l'un n'étant pas forcément vrai pour l'autre, et il a été décidé de créer un « pool » de spécialistes dans toute la Suisse afin d'avoir des répondants sérieux à des demandes particulières.

Il s'agit d'offrir une vaste palette de diverses spécialités selon la liste ci-dessous.

Nous collaborons avec des personnes répondantes dans les domaines suivants :

Rhumatologie, psychiatrie, anesthésie, thérapie interventionnelle de la douleur, micronutrition, angiologie, rééducation physique, ostéopathie, médecine traditionnelle chinoise, acupuncture, naturopathie, hypnose et autohypnose, technique de pleine conscience (Mindfulness), réflexologie, aromathérapie, etc.

L'association souhaite, à plus ou moins long terme, pouvoir offrir à ses membres des centres médicaux aptes à conseiller des traitements multidisciplinaires similaires comme ceux proposés à l'Hôpital de Morges ou à l'Hôpital de la Tour à Meyrin.

Groupes de parole / d'entraide

Toutes les personnes, qui animent un groupe de parole, sont bénévoles et très actives. Nous les remercions vivement pour le travail qu'elles fournissent. Chaque groupe est animé de façon personnelle et, cependant toujours, avec les mêmes buts communs. Il s'agit de réunions de personnes atteintes ou concernées par la fibromyalgie dans un lieu où l'on peut s'exprimer, être compris, partager, échanger, apprendre, s'ouvrir à la rencontre, avoir des activités récréatives, et plus encore. La participation est gratuite pour les membres de l'ASFM.

L'association met tout en œuvre pour soutenir ses responsables de groupe et leur met à disposition des formations et de la publicité ciblée. Info-Entraide nous soutient avec des conseils et de l'accompagnement.

Nous tenons à préciser que nos bénévoles ont consacré environ 2650 heures à l'association en 2021. Ce chiffre est basé sur une hypothèse et est très probablement sous-estimé. Et encore une fois, la pandémie a eu un impact sur le nombre de réunions mensuelles de tous les groupes d'entraide !

En 2021 nous avons à nouveau pu organiser notre habituelle formation pour les animatrices des groupes de parole / d'entraide.

Fabienne Hostettler - formatrice d'adultes BF, coache PCC - d'humour, praticienne en langage équitable, accompagnatrice de portfolio-bilan de compétences a animé cette journée.

Sujet de la journée :

« Bonne nouvelle : tout le monde a le sens de l'humour ! Et c'est précisément ce qui nous permet de surmonter les obstacles. Cet entraînement à l'humour et au rire réparti en séquences de rire alternant avec notre entraînement spécial humour. Votre musculature de l'humour est renforcée et vous permet de conserver votre sens de l'humour et votre rire en toutes circonstances ».

*QUAND ON VEUT JOUER AU PLUS FAIM C'EST
TOUJOURS LE CROCODILE QUI GAGNE !*

OSER = ROSE

L'ASFM cherche toujours des personnes bénévoles prêtes à s'investir pour la cause de la fibromyalgie, à œuvrer pour sa reconnaissance et à être actif(ve)s dans le soutien aux membres de l'ASFM au sein d'une équipe. Nous aimerions renforcer des groupes de parole/d'entraide ou en créer de nouveaux dans les régions suivantes :

Des groupes d'entraide sont en cours de création dans l'agglomération de Zurich et dans la région de Bâle.

Nous sommes en contact avec diverses personnes qui aimeraient s'investir pour celles et ceux qui sont touché(e)s par la fibromyalgie.

Buts de l'association

L'Association Suisse des Fibromyalgiques (ASFM) a son siège administratif à Yverdon-les-Bains, et est membre de la Ligue suisse contre le rhumatisme (LSR) depuis 1999.

Grâce à l'engagement du comité, du personnel de bureau, des groupes de parole / d'entraide et au soutien professionnel, l'ASFM peut accomplir les buts qu'elle s'est fixés :

- ∞ *Faire connaître et à terme reconnaître la fibromyalgie (médical, social, pharma, juridique, politique, etc.)*
- ∞ *Être interlocuteur par rapport à la communauté scientifique, aux médias, aux étudiants et toutes personnes cherchant des informations*
- ∞ *Diffuser l'information au sujet de la fibromyalgie et les dernières avancées médicales*
- ∞ *Apporter les connaissances utiles aux différents acteurs impliqués ou non dans la fibromyalgie au travers de conférences, de séminaires et d'autres formations*
- ∞ *Favoriser l'entraide par la coordination des groupes de parole/entraide*
- ∞ *S'investir dans le soutien de la personne souffrant en proposant différents outils thérapeutiques*
- ∞ *Soutenir les personnes souffrant de fibromyalgie, leur famille et leur entourage*
- ∞ *Sensibiliser l'opinion publique à cette maladie*

3. LA FIBROMYALGIE

Extrait de « L'envol » n° 36 – 2022 par Leïla Claro Sequeira

La fibromyalgie et l'efficacité de ses traitements

Depuis plusieurs années maintenant, la fibromyalgie accompagne ma vie au quotidien. Ma mère est fibromyalgique, son combat a été semé d'embûches, mais heureusement la maladie ne l'empêche pas d'être épanouie et heureuse dans sa vie, son travail et sa famille. Comprendre la maladie lorsque j'étais enfant n'était pas simple, tous ses symptômes et les différents traitements que ma mère expérimentait m'étaient totalement inconnus. C'est pourquoi, il y a quelques mois lors du choix de mon thème pour mon travail de maturité au gymnase, j'ai choisi d'approfondir mes connaissances dans ce domaine. Après de nombreuses recherches, j'ai posé ma problématique : « La fibromyalgie et l'efficacité de ses traitements. ». J'étais loin d'imaginer la multitude d'options disponibles. Je voulais faire mes propres recherches en discutant avec des spécialistes et en sollicitant les expériences des fibromyalgiques.

Pour ma partie pratique, j'ai donc créé un questionnaire, répondu par 135 personnes, pour analyser les traitements qui ont le plus de retours positifs, ceux qui sont les plus conseillés. J'ai bien entendu différencié les médicaments et les traitements de médecine parallèle. Mon travail m'a permis de comprendre que, chaque personne est différente. Les traitements qui fonctionnent bien pour quelqu'un peuvent ne pas fonctionner pour une autre personne, car ses symptômes, ses douleurs seront différentes, varieront selon ses efforts physiques de la journée, ou le temps qu'il fait.

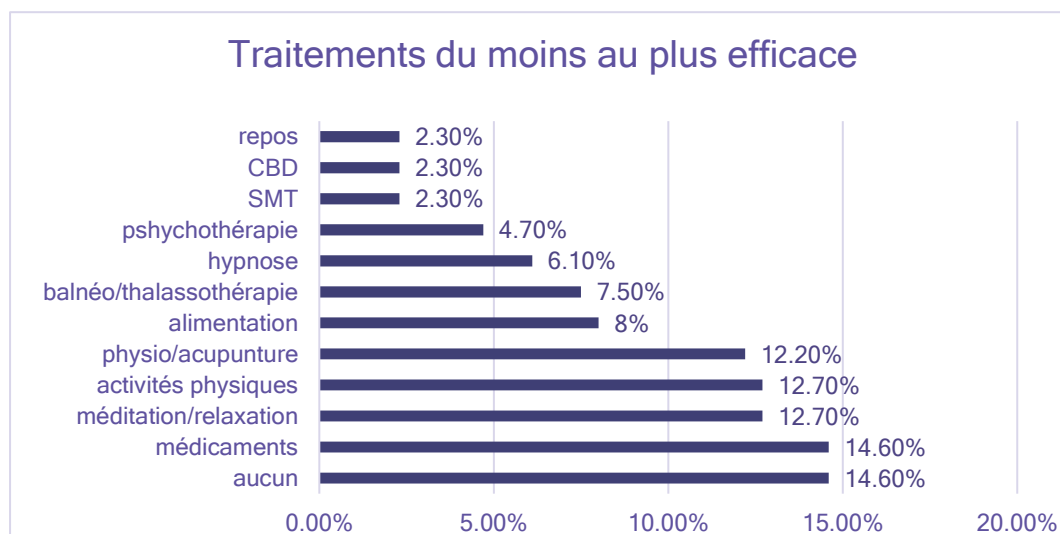
J'ai posé la question : « Quels médicaments vous ont été proposés comme traitement ? ». Cette question rejoint la première hypothèse de mon travail qui est : « La méthode médicamenteuse » est à première vue le premier traitement proposé aux personnes touchées de fibromyalgie. Certains spécialistes la conseillent, d'autres la déconseillent. » Les réponses m'ont permis de voir que les antidépresseurs sont ceux qui ressortent le plus, ce qui est assez cohérent sachant qu'ils permettent la recapture de la sérotonine, une hormone manquante aux fibromyalgiques. Les antalgiques, comme les Dafalgan sont également utilisés pour les faibles douleurs et les anti-inflammatoires comme les Irfen. Ce sont les médicaments qui sont majoritairement utilisés, ils permettent des améliorations, mais ne satisfont pas l'ensemble des douleurs. D'autres médicaments peuvent être utilisés, mais ne conviennent pas à tout le monde comme les dérivés de la morphine, les hypnotiques, les anxiolytiques, comme l'Anxiolit et les antiépileptiques, comme le Lyrica.

Les traitements de la médecine parallèle permettent de traiter chaque symptôme individuellement et de les améliorer. Leur liste est presque aussi nombreuse que celle des symptômes. C'est la deuxième hypothèse de mon travail : « Les activités physiques permettent de soulager les douleurs, ainsi que la physiothérapie, l'acupuncture, l'hypnose, l'alimentation ou encore la relaxation. ». Les activités physiques stimulent les muscles et sont préconisées pour un renforcement musculaire, afin d'apporter un sommeil plus réparateur, des liens sociaux et une humeur stabilisée. Elles diminuent également la dépression et l'anxiété. L'intensité de la pratique sportive est à adapter individuellement, chaque personne a un seuil de tolérance différent. Pour le choix de l'activité, chacun doit opter pour celle qui le motive le plus (Yoga, Pilates, Qi Gong, Physiothérapie, Course, Natation). C'est le traitement qui apporte le plus d'améliorations d'après les réponses au questionnaire. La kinésithérapie évalue la capacité de la personne et grâce à de petits exercices petit à petit, va augmenter la mobilité, puis diminuer la douleur. Pour l'alimentation quelques molécules ont des effets anti-inflammatoires, il existe plusieurs études sur les aliments conseillés et déconseillés, mais les régimes drastiques sont à éviter. Les thérapies telles que l'acupuncture, la relaxation et la méditation auront un effet sur la détente, ce qui permettra de réguler le stress et l'anxiété. L'hypnose et la stimulation magnétique transcrânienne arrêtent toute communication électrique et les champs magnétiques. En le faisant de manière régulière, il y a une amélioration du sommeil et une diminution de la douleur neurogène. Malheureusement, plusieurs personnes ne sont pas satisfaites des traitements dont elles disposent, car ces derniers ne permettent pas toujours des progrès. Il faut donc, expérimenter toute sorte de traitements pour

trouver ce qui vous conviendra davantage. La maladie et les symptômes péjorent la vie quotidienne des personnes souffrant de fibromyalgie. J'aborde également cet aspect social de la maladie dans mon travail de maturité. Si vous souhaitez le lire, il sera disponible sur le site de l'association.

Je suis reconnaissante d'avoir pu discuter avec des personnes qui connaissent autant sur le sujet. Effectuer des recherches, élaborer mon travail et en discuter avec ma mère ses derniers mois a été une expérience très intéressante à vivre. Mon intérêt n'est que grandissant pour ce syndrome qu'est la fibromyalgie et je souhaite continuer d'accompagner les recherches qui vont suivre sur la maladie.

GRAPHIQUE pour illustrer

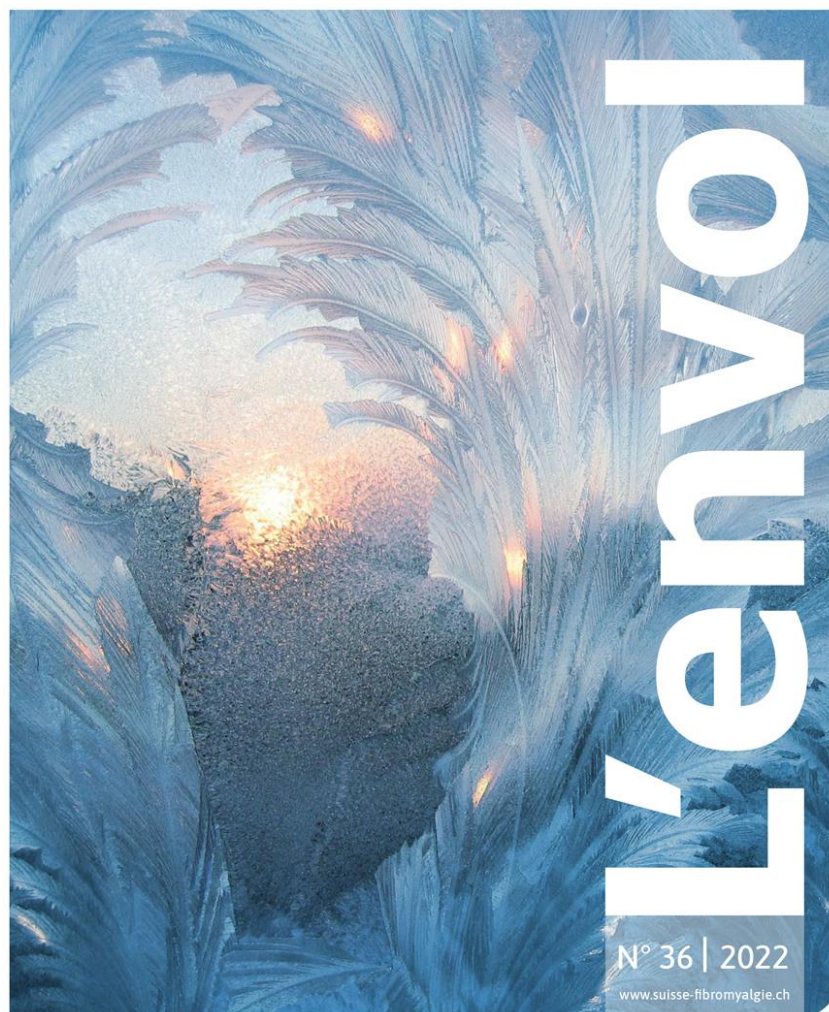


4. L'ENVOL

Cette publication est éditée en langue française, allemande et italienne et paraît en début d'année avec un tirage de 1'500 exemplaires.

« L'envol » est envoyé gratuitement à tous les membres de l'ASFM, distribué auprès des professionnels de la santé, et se veut un miroir des nouveautés concernant la fibromyalgie, ainsi que des activités de l'association. Une équipe dynamique a coordonné cette nouvelle édition de « L'envol » : Anne Smit, Hosan Zilan Avdar, Marion Burkhardt, Sandrine Frey et Beatrice Rubeaud.

Nous tenons à remercier tout particulièrement notre graphiste Daniela Perren pour son professionnalisme et son travail très précieux.



5. L'ASSEMBLEE GENERALE

L'Assemblée générale annuelle a eu lieu samedi 2 avril 2022 à 13h30 à la Salle Léon Michaud au Château d'Yverdon-les-Bains, Place Pestalozzi, 1400 Yverdon-les-Bains.

Le procès-verbal est disponible au bureau de l'ASFM et sur notre site internet. Nous vous l'envoyons volontiers sur demande.

6. RAPPORT DE LA PRESIDENTE

Bien des saisons se sont passées pour tous ,
ainsi que pour l'arbre de l'ASFM

...et pourtant... malgré les temps difficiles

l'arbre de l'ASFM a vu certaines branches pousser...

et des bourgeons éclosent...



LES RACINES DU SAVOIR DE L'ARBRE.....

LA FIBROMALGIE EST UN SYNDROME DOULOUREUX CHRONIQUE QUI ASSOCIE PLUSIEURS SYMPTÔMES

Elle se caractérise par des douleurs diffuses, musculo-squelettiques persistantes ayant un effet sur les capacités fonctionnelles, en les amoindrissant de manière variable selon les personnes et dans le temps»

1992 : RECONNAISSANCE DE LA FIBROMYALGIE PAR L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTE DANS LA CLASSIFICATION INTERNATIONALE DES MALADIES

2006 : CLASSIFICATION DE LA FIBROMYALGIE COMME PATHOLOGIE RHUMATISMALE SOUS LE CODE M79 -7 PAR L'O.M.S

2007: MISE EN EVIDENCE PAR Yunus (1) D'UNE SENSIBILITE CENTRALE, RATTACHANT A UN MECANISME COMMUN TOUS LES SYNDROMES FONCTIONNELS COMME LE SYNDROME DE L'INTESTIN IRRITABLE, LA CYSTITES INTERSTITIELLE, L'HYPERSENSIBILITE CHIMIQUE MULTIPLE,...

2007 RECONNAISSANCE PAR L'ACADEMIE NATIONALE FRANCAISE DE MEDECINE COMME UNE ENTITE CLINIQUE NON PSYCHIQUE

2008 RECONNAISSANCE AU PARLEMENT EUROPEEN PAR L'ADOPTION D'UNE DECLARATION (N°69-2008)

(1) Yunus MB : Fibromyalgia and overlapping disorders: the unifying concept of central sensitivity syndromes. *Semin Arthritis Rheum* 2007;36:339-56

...LE BOURGEON D'UNE AVANCEE MEDICALE MAJEURE

2017 : DEFINITION D'UNE NOUVELLE DOULEUR «**NOCIPLASTIQUE**» AU COTE DOULEUR NOCICEPTIVE, NEUROGENE ET MIXTE IASP (**A**ssociation **I**nternationale de l'**é**tude de la **d**ouleur)

Introduction de la douleur chronique dans la classification internationale des maladies (la **CIM**)

De ce fait, un grand nombre de pathologies douloureuses chroniques dont la fibromyalgie, s'expliquent grâce à un mécanisme physiopathologique précis : la sensibilisation centrale

LA DOULEUR EST UNE MALADIE EN SOI

La sensibilisation centrale est l'un des modèles principaux de compréhension de la fibromyalgie ainsi que d'autres syndromes, tels que la fatigue chronique et le côlon irritable.

Elle est très étroitement liée aux « douleurs nociplastiques », ce nouveau type de douleur défini depuis 2017 par l'Association internationale pour l'étude de la douleur (l'IASP), au côté des douleurs nociceptives, neurogènes et mixtes, comme : « une douleur liée à une altération de la nociception malgré l'absence de preuve d'une lésion tissulaire activant les nocicepteurs ou d'une maladie ou lésion affectant le système somato - sensoriel ».³

PARUTION D'UN ARTICLE CLE DANS LA REVUE MEDICALE SUISSE

De l'activation des nocicepteurs à la douleur centrale : un changement de paradigme

Pre ANNE-FRANÇOISE ALLAZ spécialiste douleur (GENEVE)

et Dr PD MARC SUTER spécialiste douleur (CHUV LAUSANNE)

LA SENSIBILISATION CENTRALE EST LE REFLET GÉNÉRAL D'UN OU PLUSIEURS PROCESSUS SOUS-JACENTS

L'IMPORTANCE DES TRACES LAISSÉES DANS LE SYSTÈME NERVEUX CENTRAL EST RECONNUE

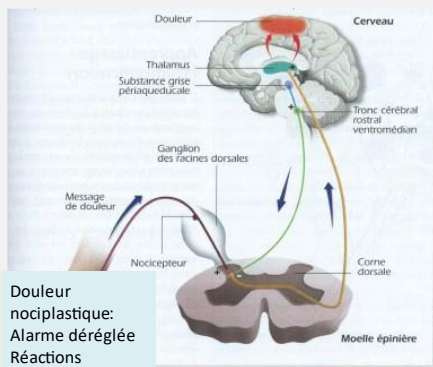
LA DOULEUR DE FIBROMYALGIE...dysfonctionnement central du système de **perception** de la douleur, **réponse anormale au stress**

TROUBLES DE LA PERCEPTION des voies ascendantes de la douleur

+++++

Le message de la douleur est stimulé en quasi permanence

Nociception: Alarme!!!



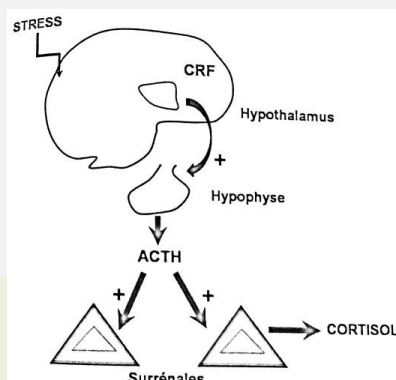
Douleur nociplastique: Alarme déréglée Réactions disproportionnées

TROUBLES DE LA RÉPONSE ANTALGIQUE des voies descendantes



Les voies neuronales inhibitrices fonctionnent mal

LA DOULEUR DE FIBROMYALGIE...dysfonctionnement central du système de perception de la douleur, **réponse anormale au stress**



Lors d'un stress, le cerveau envoie une stimulation aux glandes surrénales qui vont sécréter le cortisol, l'hormone qui permet de résister au stress.

Chez les fibromyalgiques en réponse au stress, on ne retrouve pas d'augmentation importante du cortisol. Il y aurait une **mauvaise réaction physiologique au stress** Due à une perturbation neuro -hormonale

LA DOULEUR DE FIBROMYALGIE... dysfonctionnement central du système de perception de la douleur, réponse anormale au stress, **dysfonctionnement du système neurovégétatif**

Hyperactivité du système sympathique (accélérateur) ou défaillance du système parasympathique (freinateur).

- Colon irritable
- Hypotension orthostatique
- Sensations de vertige
- Sécheresse de la bouche, vessie irritable

LA DOULEUR DE FIBROMYALGIE... dysfonctionnement central du système de perception de la douleur, réponse anormale au stress, **dysfonctionnement du système neurovégétatif**, **dysfonctionnement de certains médiateurs chimiques de la douleur**

- **Déficit** en sérotonine
- **Augmentation** de la substance P (et chez certains patients présence dans le LCR)

Hypersensibilité à la douleur. Seuil bas de douleur

LA DOULEUR DE FIBROMYALGIE... dysfonctionnement central du système de perception de la douleur, réponse anormale au stress, **dysfonctionnement du système neurovégétatif**, **dysfonctionnement de certains médiateurs chimiques de la douleur**, **existence d'un état anxiodépressif CONSECUTIF à la douleur**

LA DOULEUR DE FIBROMYALGIE... dysfonctionnement central du système de perception de la douleur, réponse anormale au stress, **dysfonctionnement du système neurovégétatif**, **dysfonctionnement de certains médiateurs chimiques de la douleur**, **existence d'un état anxiodépressif, déconditionnement musculaire à l'effort, sédentarité...**

COMMENT CELA COMMENCE?

Fibromyalgie primitive

Syndrome isolé
Facteur déclenchant physique : entorse cervicale
Facteur déclenchant psychologique: sévices, viols...
Facteur héréditaire
Coup de tonnerre dans un ciel bleu....
Prédominance de femmes

Fibromyalgie secondaire

Le syndrome survient pendant ou à la suite d'une autre maladie
Rhumatismes inflammatoires chroniques
30% des patients atteints de polyarthrite rhumatoïde ou de lupus
Jusqu'à 40% des patients atteints du syndrome sec de Gougerot Sjögren

«.....troubles de la cognition, perturbations émotionnelles..., fatigue, difficultés dans les activités de la vie quotidienne....»



« ..migraines, céphalées acouphènes, troubles de l'équilibre insomnie... »

« influence du stress et de la météo »

« colon irritable, cystite interstitielle »

« ...Répercussions dans la vie familiale, sociale, monde du travail qui mènent à un isolement... »



Le bourgeon du changement de la prise en charge du patient

Les antalgistes centrent aujourd'hui leur attention sur la douleur chronique elle-même – **une maladie en soi** – et sur ses facteurs de modulation, tout autant que sur la recherche de ses causes, sans oublier l'intérêt central porté à la personne souffrant dans son individualité.

Nouveau concept de la médecine : **la médecine intégrative...**

Alliance médecine traditionnelle et médecines dites complémentaires

2021 à

CHUV Etude randomisée sur l'utilisation de la méditation profonde comme outil de gestion de la douleur de fibromyalgie

Le bourgeon de l'intérêt au niveau des médecins traitants

Octobre 2021 : Organisation par la ligue des rhumatisme formation continue pour les médecins de premier rang, cours conférence sur la fibromyalgie

FIBROMYALGIE
PRISE EN CHARGE EN MEDECINE INTEGRATIVE:
L'HYPNOSE
TRAITEMENT COMPLEMENTAIRE



Lausanne
octobre 2021
Anne Smit

Le bourgeon de l'enseignement...

ARAM BIENNE
MARS 2022

ENSEIGNEMENT aux étudiants de façon
personnalisée
2020 /2021

Formation continue d'assistantes
médicales (36) de consultation
rhumatologie et antalgie.

Travail de maturité gymnasiale, travail de
graduat infirmier, travail de fin étude
d'assistant en soin communautaire.
Coaching par l'équipe de l'ASFM

Cours sur la fibromyalgie
Anne Smit

Le bourgeon de l'intérêt des médias...

La **RTS** crée une série de reportages consacrés aux maladies invisibles..
Dont un reportage consacré à la fibromyalgie.

L'équipe de l'ASFM , et particulièrement le docteur Perruchoud, contribuent à cette émission
par le partage des connaissances actuelles

ET DURANT LE PASSAGE DES SAISONS....



Des séminaires ont pu se réaliser...au gré des possibilités

Les cours d'autohypnose ont commencé à Yverdon et Genève

ET DURANT LE PASSAGE DES SAISONS....



Des racines de l'arbre ont décidé de visiter le vaste monde, après avoir contribué à l'ancrage de l'arbre de l'ASFM....

UN ENORME MERCI!!!!

- Au Docteur Nikola Keller
- A Liliane Ruch
- A Marion Burkhardt
- A Hosan Zilan Avdar.....

Nous vous souhaitons le meilleur!

Et bienvenue à Philippe Schüpbach qui rejoint le comité....

Le cycle d'une nouvelle saison s'installe....



Séminaires, conférences, projets, partenariats en cours de germination...

Nous continuons pour, avec et grâce à vous!

Vous trouverez tout cela sur notre nouveau site

MERCI DE VOTRE ATTENTION !!!

7. COMPTES 2021

La situation financière de l'ASFM reste saine et stable encore en 2021.

Néanmoins, l'association a enregistré une perte, d'un montant d'un peu moins de Fr. 2'500.-, qui est toutefois une perte inférieure à celle des années précédentes.

Le résultat de l'exercice comptable 2021 a donc été tenu par rapport à ce que nous avons pensé et budgété l'année précédente.

ACTIF

Globalement en très légère augmentation, notamment au niveau des liquidités.

- Actifs de régularisation (ou actifs transitoires) : ils concernent la facture du loyer du bureau du mois de janvier 2022 payée en décembre 2021, et la part de la « Collecte Nationale 2021 » reçue fin janvier 2022. Comparativement à l'année précédente, le total des actifs de régularisation est bien moins élevé car la subvention 2020 de l'OFSP nous avait été versée les premiers jours de janvier 2021.

PASSIF

- Provision pour conseils juridiques : elle sert à payer les prestations de notre juriste pour défendre et conseiller nos membres. En 2021, nous n'avons eu qu'une seule demande pour bénéficier de cette provision.
- Passifs de régularisation (transitoires) : ils représentent les diverses factures concernant l'année 2021 mais payées dans le 1er trimestre 2022.
- Réserves et Réserve de recherche : sans changement, ni utilisation pour ces deux comptes en 2021.
- Résultat de l'exercice 2021 : il montre une perte de Fr. 2'485.18.

PRODUITS

Comparativement à l'année 2020, et ce malgré les complications de vie dues au « Covid », nous constatons une stabilisation du total des Produits :

- Cotisations des membres : malheureusement, comme chaque année, le total des cotisations reçues est en diminution, d'un peu plus de 10%, par rapport à l'année précédente.
En effet, nous constatons depuis quelques années déjà que nous recevons plus de démissions que de demandes d'affiliations.
De plus, environ 10% de nos membres ne payent pas leur cotisation annuelle malgré les rappels.
Cette situation reste pour nous toujours autant préoccupante...
- Dons individuels : une augmentation des dons par rapport à 2020, quelques jolis dons de personnes diverses et anonymes.
- Don de la Loterie Romande, Don de la « Collecte Nationale », Subvention OFAS, Subvention OFSP : encore en 2021, nous avons eu la chance de pouvoir compter sur le généreux soutien de la LORO, sur la part des dons pour la Collecte Nationale et les subventions, si nécessaires et importantes à notre survie.
Nous leur en sommes tous extrêmement reconnaissants, ainsi qu'à nos divers donateurs connus ou anonymes.
- Recettes diverses : avec une belle augmentation qui représente majoritairement la contribution des participant(e)s pour les formations « d'autohypnose », données tout le long de l'année 2021, et qui ont rencontré un vif succès.

CHARGES

Le total des charges montre globalement une légère diminution :

- Charges de prestations : comme pour 2020, une grosse diminution au niveau des frais liés à l'événementiel ; conférences, séminaires et cours, ou toutes autres manifestations ayant dû être majoritairement annulés à cause des restrictions dues au Covid.
- Diminution constatée également pour les frais du Journal « forumR » de la LSR, que nous offrons à nos membres, liés au nombre de nos membres en diminution.

- Concernant l'aide directe aux groupes d'entraide/parole, et concernant plus spécifiquement le groupe de Fribourg, pour information, voici le solde à leur disposition au 31.12.2021, des dons reçus ces dernières années, exclusivement réservés pour ses propres activités : CHF 373.20.
- Charges du personnel : ce sont les salaires et les frais en découlant.
Pas de modification de salaires et la diminution des charges s'explique par le fait que nous avons pu bénéficier de RHT (réductions des horaires de travail) en 2021, grâce aux mesures d'indemnisation à la suite du Covid.
- Charges d'exploitation : elles sont en diminution par rapport à 2020, et par rapport aux années précédentes également.

PROPOSITION

Nous proposons de dissoudre le compte « Réserves Recherche », créé il y a de nombreuses années pour répondre à certain critère de l'époque, jamais utilisé et plus d'actualité.

Il restera toujours au Passif le compte « Réserve » avec un montant s'élevant à Fr. 36'500.-.



Bilans de clôture comparés 2020 - 2021

ACTIF	2020	2021
Banque Raiffeisen, compte courant	58 520.85	70 561.26
Postfinance, compte courant	373.19	598.84
Actifs de régularisation (transitoires)	15 053.40	4 134.00
Banque Raiffeisen, garantie de loyer	2 114.72	2 114.93
Mobilier	1.00	1.00
Matériel autre	360.00	216.00
Logiciel	1.00	1.00
TOTAL ACTIF	76 424.16	77 627.03

PASSIF	2020	2021
Capital au 01.01.	12 410.80	3 658.96
Provision pour conseils juridiques	7 922.00	7 422.00
Passifs de régularisation (transitoires)	3 343.20	7 531.25
Réserves	36 500.00	36 500.00
Réserve de recherche	25 000.00	25 000.00
Résultat de l'exercice : perte	-8 751.84	-2 485.18
TOTAL PASSIF	76 424.16	77 627.03

Comptes de résultat et budget 2022

PRODUITS	2021	Budget 2022
Cotisations des membres	35 990.00	31 500.00
Dons individuels	12 470.00	3 500.00
Don de la Loterie Romande	25 000.00	25 000.00
Don, part de la Collecte Nationale	3 247.00	2 500.00
Subvention OFAS	23 674.21	28 446.00
Subvention OFSP	8 370.00	8 000.00
Vente de livres	2 797.00	1 800.00
Intérêts bancaires créanciers	0.21	0.21
TOTAL PRODUITS	111 548.42	100 746.21
Résultat : perte	-2 485.18	-37 951.99

CHARGES	2021	Budget 2022
Charges de prestations :		
Journal "L'envol"; traduction, impression, expédition, et autres	4 404.05	4 500.00
Journal "forumR"	4 786.75	4 500.00
Conférences, manifestations et cours	2 964.55	10 000.00
Aide directe aux groupes d'entraide/parole	3 632.10	5 173.20
Charges du personnel : salaires, charges sociales, et autres ./. RHT	75 834.05	83 655.00
Charges d'exploitation :		
Location du bureau et des places de parc, électricité, eau, chauffage	10 915.30	10 920.00
Assurances et RC	384.80	390.00
Charges d'administration; fournitures, entretien matériel bureau, leasing photocopieuse, téléphone, frais de port,...	5 539.70	5 530.00
Informatique	500.00	4 750.00
Annonces, publicité	0.00	500.00
Honoraires fiduciaire et juriste	2 746.35	2 950.00
Frais Assemblée Générale	332.25	1 500.00
Frais Comité et groupe socio-médical, juridique	1 422.20	3 000.00
Amortissements ; matériel et logiciels	144.00	900.00
Frais bancaires et postaux	427.50	430.00
TOTAL CHARGES	114 033.60	138 698.20

ASSOCIATION SUISSE DES FIBROMYALGIQUES - Yverdon-les-Bains

ANNEXE AUX COMPTES**1. But et activité**

L'Association Suisse des FibroMyalgiques (ASFM) a pour but :

- a) l'entraide et le soutien aux malades de la fibromyalgie et à leurs proches,
- b) la diffusion des informations pour une meilleure compréhension de cette maladie et de ses conséquences pour les personnes concernées,
- c) l'incitation à la recherche médicale et pharmaceutique, en vue d'une meilleure prise en charge thérapeutique des malades.

2. Principes comptables utilisés

Les présents comptes annuels ont été établis conformément aux dispositions du droit comptable suisse (titre trente-deuxième du Code des obligations) et aux recommandations relatives à la présentation des comptes (Swiss GAAP RPC).

3. Informations sur les postes du bilan et du compte de résultat**4. Informations complémentaires***Emploi à plein temps*

Comme l'exercice précédent, le nombre d'emplois à plein temps en moyenne annuelle se situait entre 1 et 9 au cours de l'exercice sous revue.

	<u>31.12.2021</u>	CHFr.	<u>31.12.2020</u>
<i>Engagements contractuels</i>	5'898.60		1'247.00

4.1. Dépenses de fonctionnement

En tant que titulaire du label d'approbation Zewo, l'ASFM divise sa structure de coûts en fonction de la méthode Zewo selon les catégories définies suivantes.

"Coûts de projet ou de service" : Ce sont les dépenses qui contribuent directement à la réalisation des objectifs statutaires de l'ASFM.

"Dépenses de financement" : Ce sont les coûts que l'ASFM engage à travers des activités qui servent ou accompagnent directement la collecte de fonds.

"Dépenses administratives" : Ce sont les dépenses qui assurent les fonctions de base et le fonctionnement de l'ASFM, mais sans pouvoir être directement affectées aux deux autres domaines. L'ASFM fait un maximum pour maintenir au plus bas ces coûts à la fois par l'amélioration continue des processus et par un travail efficace.

Contrairement aux normes ZEW (Norme 9 - Efficience) la part consacrée aux charges de personnel et à l'obtention de financement est supérieure aux standards.

L'association entreprend toutes les mesures nécessaires afin de se conformer à ces directives.

	<u>31.12.2021</u>	CHFr.	<u>31.12.2020</u>
<u>Coûts de projet ou de service</u>			
Matériel	26'606		21'766
Personnel	43'553		34'821
Amortissement	0		0
Total		70'159	56'587
<u>Dépenses de financement</u>			
Matériel	1'513		1'075
Personnel	6'091		6'008
Amortissement	0		0
Total		7'604	7'083
<u>Dépenses administratives</u>			
Matériel	7'190		11'974
Personnel	28'936		44'391
Amortissement	144		240
Total		36'270	56'605
Total des dépenses		<u>114'033</u>	<u>120'275</u>

5. Engagements non-inscrits au bilan

La subvention de l'AI pour les prestations visées à l'art. 74 LAI est liée. Au moment de la clôture des comptes, il n'était pas encore certain si et dans quelle proportion les excédents des aides financières affectés à un but précis sont disponibles.

8. RAPPORT DE L'ORGANE DE REVISION



RAPPORT

DE « CONTRÔLE ZEWO » POUR LES COMPTES ANNUELS 2021 DE L'ASSOCIATION SUISSE DES FIBROMYALGIQUES, A YVERDON-LES-BAINS.

En notre qualité d'organe de révision, nous avons contrôlé les comptes annuels (bilan, compte d'exploitation, tableau de variation du capital et annexe) de l'Association suisse des fibromyalgiques pour l'exercice arrêté au 31 décembre 2021. Selon la Swiss GAAP RPC 21, les indications du rapport de performance ne sont pas soumises à l'obligation de contrôle ordinaire de l'organe de révision. L'Association suisse des fibromyalgiques nous a chargés d'effectuer un audit tel que le prévoient ses statuts. La vérification de l'existence d'un système de contrôle interne ainsi que le rapport supplémentaire destinés à l'assemblée des membres n'incombent pas à ce mandat.

La responsabilité de l'établissement des comptes annuels incombe au comité alors que notre mission consiste à vérifier ces comptes et à émettre une appréciation les concernant. Nous confirmons que nous satisfaisons aux exigences de la Fondation ZEWO en matière d'aptitude et d'indépendance. Notre audit s'est effectué conformément aux exigences à la révision, pour des organisations titulaires du label de qualité ZEWO qui ne sont pas tenues légalement de faire une révision. Elles prévoient qu'un contrôle doit être planifié et effectué de telle sorte que les principales inexactitudes soient détectées dans les comptes annuels. Le contrôle englobe principalement des auditions, des opérations de contrôle analytiques ainsi que des vérifications détaillées appropriées des documents disponibles dans l'organisation contrôlée. En revanche, des vérifications des flux d'exploitation et du système de contrôle interne ainsi que des auditions et d'autres opérations de contrôle destinées à détecter des fraudes ne font pas partie de ce contrôle. Nous avons par ailleurs jugé dans son ensemble l'utilisation des principes essentiels de présentation des comptes, les décisions fondamentales d'évaluation ainsi que la représentation des comptes annuels. Nous sommes d'avis que notre contrôle constitue une base suffisante à l'émission de notre jugement.

Lors de notre contrôle, nous n'avons pas rencontré d'élément nous permettant de conclure que les comptes annuels

- ne donnent pas une image fidèle du patrimoine, de la situation financière et des résultats en conformité avec la Swiss GAAP RPC ;
- ne sont pas en conformité avec la loi et les statuts.

Nous recommandons d'approuver les comptes annuels présentés. Par ailleurs, nous confirmons que les dispositions de la fondation ZEWO sont remplies à l'exception de la NORME 9/EFFICIENCE comme spécifié dans l'Annexe aux comptes sous ch. 4.1. L'Association entreprend des mesures pour remédier à cette situation.

FIDUCIAIRE LONGCHAMP Sàrl

 Jean-Paul Longchamp Spécialiste en finance et comptabilité avec brevet fédéral	 Albert Wagner Spécialiste en finance et comptabilité avec brevet fédéral
--	---

Annexe : comptes annuels
Montagny-près-Yverdon, le 18 mars 2022

9. RAPPORT DE LA JURISTE

Nous n'avons pas eu de dossiers qui nous permettent d'aller de l'avant et les tribunaux n'ont pas non plus rendu des décisions qui modifiaient la manière de traiter vos dossiers. Ça veut dire que pour le moment, l'AI n'est pas plus en accord avec nous, les gestionnaires de l'AI sont les mêmes et les critères n'ont pas changé non plus. Mais ça ne veut pas dire que nous n'allons pas continuer à nous battre et que nous n'allons pas essayer de faire évoluer la perception qu'a l'AI de la fibromyalgie. Je continuerai à mettre tous les éléments de notre côté et d'avancer tous les arguments dont nous disposons. Nous travaillons toujours avec les médecins, que ce soit ceux du comité ou vos médecins traitants. Un grand nombre de vos médecins traitants ont de bonnes idées et fournissent des rapports excellents. Comme déjà mentionné, nous allons continuer à essayer de changer la vision de l'AI et de mettre tous les éléments de notre côté, de donner tous les arguments pour y arriver. Et puis, je suis toujours là pour argumenter donc si vous avez des dossiers, si vous avez des arguments, nous allons continuer à les faire valoir.

Nous allons continuer à nous battre. Je suis là pour vous soutenir.

« Présidente : Il y a un changement au niveau du paradigme de la fibromyalgie depuis 2017 au niveau médical par rapport à la reconnaissance de la douleur. La douleur est vue comme une maladie à part entière. Elle est reconnue comme maladie et non plus comme un syndrome. »

Ecrivez un courrier ouvert au Conseil fédéral. Une lettre qui dit que vous souffrez, parler de la douleur, décrire les symptômes, expliquer que les personnes souffrant de fibromyalgie ne sont toujours pas reconnues, et que la personne fibromyalgique est souvent dans l'incapacité de travailler. Parler non seulement des douleurs mais de tous les symptômes...

Je suggère que chaque personne fibromyalgique envoie un courrier. Une pile de lettres serait plus convainquante qu'une très bonne lettre avec toutes vos signatures. Il faut tout essayer. Dites ce que vous avez à dire. Faites chacun une lettre, j'aurais presque tendance à dire, plus la pile est grande, plus il y a d'impact... Ce qui serait également une idée, c'est de transiter par l'association, travailler avec le comité, faire une missive en commun.

J'essaie toujours de vous mettre en avant, vous en tant que personne quand j'écris à l'AI. Mais l'AI a des directives très strictes.

10. COLLABORATION AVEC D'AUTRES ASSOCIATIONS

La collaboration et l'association avec diverses organisations de patients suivent leur cours. Toujours sous la devise « l'union fait la force ».

Etant donné que plusieurs associations œuvrent dans un intérêt commun et similaire, tels qu'informer ses membres respectifs dans différents domaines (la douleur, le sommeil, l'alimentation, la gestion des émotions, etc.), et intervenir au niveau politique pour la reconnaissance de la maladie et du droit des patients. Nous avons choisi de nous donner la main pour certaines activités communes, et rassembler nos compétences.

C'est ainsi que sont nés les partenariats avec :

- ∞ *Association Suisse du Lupus*
- ∞ *Association Suisse des Polyarthritiques*
- ∞ *Association Suisse des Sclérodermiques*
- ∞ *Bénévolat-Vaud*
- ∞ *Crohn Colite Suisse*
- ∞ *Info-Entraide BE*
- ∞ *Info-Entraide Suisse - Antenne Jura*
- ∞ *Info-Entraide Suisse – Antenne Neuchâtel*
- ∞ *RéséauBénévolatNetzwerk*
- ∞ *Société suisse de la spondylarthrite ankylosante*
- ∞ *touché.ch*

Bien entendu, nous sommes soutenus par la Ligue Suisse contre le Rhumatisme et collaborons activement avec différentes ligues cantonales, comme celles des cantons de Genève, Vaud, Fribourg, Neuchâtel, Jura, Valais, Bâle et de Berne, qui, entre autres, nous soutiennent aussi très généreusement en termes de temps et d'énergie.

11. ACTIVITES DIVERSES EN 2021

Journée mondiale de la Fibromyalgie

Le 8 mai 2021 à 10h00 à la Salle Léon Michaud au Château d'Yverdon-les-Bains, entrée gratuite.
Diverses conférences ainsi que quelques stands.

Formation par Anne Smit « Autohypnose sur la gestion de la douleur chronique et ses composantes »

Formation 1 : 28 mai, 4 juin et 11 juin 2021, les après-midis de 13h30 à 17h00

Formation 2 : 25 juin, 2 juillet et 9 juillet 2021, les après-midis de 13h30 à 17h00

Formation 3 : 16 juillet, 23 juillet et 30 juillet 2021, les après-midis de 13h30 à 17h00

Formation 4 : 4 septembre, 11 septembre et 18 septembre 2021, les après-midis de 13h30 à 17h00

Formation 5 : 23 octobre, 30 octobre, 13 novembre, 20 novembre, les matins de 10h00 à 12h30

Au bureau de l'ASFM, Avenue des Sports 28, 1400 Yverdon-les-Bains

D'autres dates de formation seront proposées.

Atelier / Séminaire « Mieux vivre avec la fibromyalgie »

« Le geste créateur » par Maura Merlini Rogg, praticienne d'éducation créatrice

Atelier de peinture - le jeu de peindre selon la méthode Arno Stern,

Le 5 juin 2021 : Ancienne usine Leclanché, Avenue de Grandson 48, aile 4-0-3, 1400 Yverdon

Atelier / Séminaire « Mieux vivre avec la fibromyalgie »

« Le geste créateur » par Maura Merlini Rogg, praticienne d'éducation créatrice

Atelier de peinture - le jeu de peindre selon la méthode Arno Stern,

Le 12 juin 2021 : Avenue des Tilleuls 21, 1203 Genève

Séminaire « Mieux vivre avec la fibromyalgie »

« Automassage du ventre, respiration et relaxation » par Sylvianne Decollogny

Journée d'initiation à l'automassage du ventre et à diverses techniques de respiration et de relaxation

Douleurs digestives, barre dans le dos, les lombaires qui sifflent...

Cette journée vous permettra de prendre soin de vous et de votre ventre.

Le 22 octobre 2021 au Centre Pro Natura, Yverdon-Champ-Pittet

Journée des responsables de groupes d'entraide.

Le 6 novembre 2021 à l'ARPIH à Yverdon-les-Bains.

Intervention de notre Présidente, Madame Anne Smit :

« Fibromyalgie et Rhumatismes des tissus mous » - Défis pour le médecin de famille

Le 7 octobre 2021 à Lausanne. Formation continue organisée par la LSR pour les médecins de premier recours

12. ACTIVITES PREVUES EN 2022

Assemblée Générale de l'ASFM

Le 2 avril 2022 à 13h30

Conférence par Amad Maholida « La douleur chronique et la médecine traditionnelle chinoise »

Date et lieu à prévoir.

Conférence par Anne Smit « Lorsque la douleur devient chronique »

Date et lieu à prévoir.

Conférences par Dr Jean-Philippe Richter « Le CBD, drogue ou traitement ? »

Date et lieu à prévoir.

Journée mondiale de la Fibromyalgie

Le 14 mai 2022 à 10h00 au CHUV, auditoire Mathias Mayor, entrée gratuite

Conférences : « Présentation de l'étude de la douleur chronique dans le contexte de la fibromyalgie » par la Dre Joelle Chabwine, « Hypnose, auto-hypnose et la douleur fibromyalgique » par Anne Smit, « Stimulation magnétique transcrânienne : traitement de la douleur neuropathique » par Maria-Luisa Rosato, ainsi que divers stands.



La journée mondiale de la Fibromyalgie

14 mai 2022 à 10h00 au CHUV

dans l'auditoire Mathias Mayor (BH08 Bâtiment hospitalier)



Comment s'y rendre:

P&R de Vennes et prendre le métro M2 direction Ouchy jusqu'à l'arrêt CHUV.

P&R d'Ouchy et prendre le métro M2 direction Croisettes jusqu'à l'arrêt CHUV.

En transport public:

Métro M2 direction Croisettes (depuis le bas de la ville) ou direction Ouchy (depuis le haut de la ville) jusqu'à l'arrêt CHUV.



Votre don en
bonnes mains.

Tous nos remerciements pour l'accueil au



Centre hospitalier
universitaire vaudois

Formation par Anne Smit « Autohypnose sur la gestion de la douleur chronique et ses composantes »

Au bureau de l'ASFM, Avenue des Sports 28, 1400 Yverdon-les-Bains

Diverses dates de formation seront proposées.



Formation

« Autohypnose sur la gestion de la douleur chronique et ses composantes »

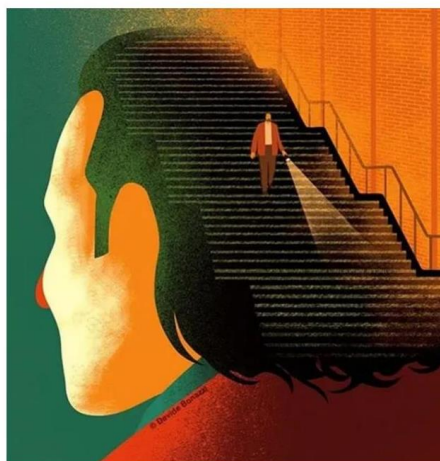


Image : Davide Bonazzi

Public concerné : Personnes atteintes de fibromyalgie ou de douleurs chroniques
(4 participant(e)s maximum par formation)

Durée : 4 demi-journées

Lieu : Bureau de l'ASFM, Avenue des Sports 28, 1400 Yverdon-les-Bains

Avenue des Sports 28 • 1400 Yverdon-les-Bains • TEL +41 24 425 95 75 • www.suisse-fibromyalgie.ch • info@suisse-fibromyalgie.ch
Membre de la Ligue suisse contre le rhumatisme / Mitglied der Rheumaliga Schweiz / Membro della Lega svizzera contro il reumatismo

Séminaire « Mieux vivre avec la fibromyalgie »

Le 11 juin 2022 « L'Ayurveda » par Vinolia Rutschmann

Cette journée est une porte d'entrée pour apprendre à connaître l'Ayurveda. En quoi cette médecine millénaire peut-être une aide dans votre quotidien avec des conseils simples, faciles, pratiques et efficaces !

Centre Pro Natura, Yverdon-Champ-Pittet

Journée des responsables de groupes d'entraide.

5 novembre 2022 à l'école supérieure ARPIH, Avenue des Sports 26, 1400 Yverdon-les-Bains

Intervention de notre Présidente, Madame Anne Smit :

« Fibromyalgie »

Le 26 mars 2022 à Bienne. Formation continue pour l'ARAM et organisée par la LSR

13. REMERCIEMENTS

Nous adressons nos chaleureux remerciements :

Aux membres, aux donateurs, à l'OFAS, à l'OFSP, aux membres du comité, aux responsables des groupes de parole/d'entraide, aux médecins-conseils, à la juriste, aux traductrices, au fiduciaire, au personnel de bureau, à la ville d'Yverdon-les-Bains, au centre Pro Natura Champ-Pittet, à l'ARPIH, et à toutes celles et ceux qui œuvrent pour le bien de l'ASFM, sans qui notre activité ne pourrait être possible.

Nos remerciements particuliers vont à :



**Ligue suisse
contre le rhumatisme**
Notre action – votre mobilité



**Votre don en
bonnes mains.**

Anne Smit

Présidente

Beatrice Rubeaud

Secrétaire administrative