



SCHWEIZERISCHE HIRNLIGA
LIGUE SUISSE POUR LE CERVEAU
LEGA SVIZZERA PER IL CERVELLO

Rapporto di attività 2020

della Lega svizzera per il cervello

Indice

Editoriale	3
Il comitato	4
Il comitato di patronato	5
Statistiche	6
Il bilancio	7
Il conto economico.....	8
Il rapporto dell'ufficio di revisione.....	9
Il premio per la ricerca della Lega svizzera per il cervello.....	10
La borsa di studio della Lega svizzera per il cervello	11
Pubblicazioni.....	12
Facebook	13
La settimana del cervello.....	14
Relazioni pubbliche	15
Ringraziamenti	16

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

anche all'interno della Lega svizzera per il cervello la pandemia ha scatenato paure, sconvolto la nostra quotidianità e posto quesiti nuovi alla ricerca sul cervello. Tuttavia, oltre alle enormi sfide, in questo difficile 2020 abbiamo registrato anche grandi successi. Per esempio, grazie a un'offerta cospicua di un sostenitore anonimo, i nostri fondi sono aumentati notevolmente rispetto all'anno precedente, il che ci permette di pianificare nuovi progetti per gli anni a venire.

Nel 2020 è finalmente diventato realtà un progetto particolarmente bello, che volevamo realizzare da anni: oltre al nostro premio per la ricerca, abbiamo lanciato il primo concorso per conferire una borsa di studio per la ricerca, che in futuro verrà assegnata ogni quattro anni a un progetto oltremodo promettente condotto da un giovane ricercatore o da una giovane ricercatrice. Nelle prossime pagine troverete ulteriori informazioni su questa borsa di studio e sulle nostre altre attività.

Vi ringrazio di cuore, care sostenitrici e cari sostenitori, per la fiducia che continuate a riporre in noi; senza di voi il nostro lavoro sarebbe impossibile. Vi auguro una buona lettura e auguro a tutti noi un 2021 più sereno!



Prof. dr. Christian W. Hess
Presidente

Berna, giugno 2021

Il comitato

Nel 2020 non c'è stato alcun avvicendamento all'interno del nostro comitato: tutti i membri continuano a impegnarsi a titolo volontario a favore della Lega svizzera per il cervello. La riunione annuale si è tenuta il 25 marzo 2021.

Prof. dr. Christian Hess

Presidente
Ex direttore della Clinica e della policlinica di neurologia, Inselspital, Berna



Prof. dr. dr. Alain Kaelin

Vicepresidente
Direttore del Neurocentro della Svizzera italiana, Lugano



Prof. Jean-Pierre Hornung

Membro di comitato
Facoltà di biologia e medicina, Università di Losanna



Prof. dr. med. Jürg Kesselring

Membro di comitato
Ex primario della Clinica di neurologia, Valens



Dr. Béatrice Roth

Membro di comitato
European Dana Alliance for the Brain EDAB,
Istituto di fisiologia, Università di Losanna



Prof. dr. med. Dominik Straumann

Membro di comitato
Clinica di neurologia, Ospedale universitario di Zurigo



Marco Tackenberg

Membro di comitato
Direttore della Lega svizzera per il cervello



Il comitato di patronato

L'attività della Lega svizzera per il cervello è sostenuta da un comitato di patronato, composto da personalità di spicco, che consolida la fiducia della popolazione nel nostro lavoro.

Pascal Couchepin
Ex Consigliere federale



Prof. dr. Bruno Gehrig
Manager



Jasmin Nunige
Atleta



Dr. med. Jürg Schlup
Ex presidente della Federazione dei medici svizzeri FMH



Thomy Scherrer
Moderatore della radio SRF



Padre Martin Werlen
Ex Abate di Einsiedeln



Nuovo dal 2021
Christine Beerli
Politica



Nuovo dal 2021
Howard Griffiths
Direttore d'orchestra



Statistiche

Offerte dei nostri sostenitori



Indirizzi di sostenitori



10'000 tedesco
3'000 francese
600 italiano

Pubblicazioni inviate



63'154

Accessi al sito web



10'991

Importo medio per offerta

CHF 52



Il bilancio

Bilancio al allestito secondo FER 21	31.12.20	31.12.19
Attivi		
Postfinance 30-229469-9	1'274'052.74	531'844.70
Postfinance 31-510488-1	50'007.00	50'007.00
UBS 235-90219062.1	87'535.76	87'535.76
<i>Totale mezzi liquidi</i>	<i>1'411'595.50</i>	<i>669'387.46</i>
Credito imposta preventiva	0.00	0.00
Altri crediti	0.00	0.00
<i>Totale crediti</i>	<i>0.00</i>	<i>0.00</i>
Ratei e risconti attivi	0.00	0.00
<i>Totale attivo circolante</i>	<i>1'411'595.50</i>	<i>669'387.46</i>
<i>Totale attivi</i>	<i>1'411'595.50</i>	<i>669'387.46</i>
Passivi		
Debiti a breve termine	62'766.46	41'207.63
Ratei e risconti passivi	2'500.00	3'700.00
<i>Totale capitale di terzi a breve termine, non fruttifero</i>	<i>65'266.46</i>	<i>44'907.63</i>
Capitale del fondo Premio per la ricerca	10'000.00	20'000.00
Capitale del fondo Borsa di studio per la ricerca	60'000.00	40'000.00
<i>Totale capitale del fondo, non fruttifero</i>	<i>70'000.00</i>	<i>60'000.00</i>
Capitale dell'associazione	564'479.83	598'319.00
Risultato annuo	711'849.21	-33'839.17
<i>Totale capitale dell'associazione</i>	<i>1'276'329.04</i>	<i>564'479.83</i>
<i>Totale passivi</i>	<i>1'411'595.50</i>	<i>669'387.46</i>

Il conto economico

Conto economico secondo FER 21	2020	2019
Offerte dei sostenitori	1'120'262.79	443'770.00
Totale offerte	1'120'262.79	443'770.00
Spese pubblicazioni		
Newsletter/rivista «il Cervello»	-92'016.45	-97'402.90
Settimana del cervello	-97.50	-1'553.75
Opuscoli	-6'408.17	-27'241.70
Spese postali, telefono, diversi	-61'314.48	-72'463.55
Materiale d'ufficio/buste	-24'659.05	-28'911.00
Call center/call point	-4'606.05	-8'145.15
Redazione	-72'697.60	-72'727.10
Traduzioni	-19'101.55	-27'276.65
Altre spese per le pubblicazioni	0.00	0.00
	<u>-280'900.85</u>	<u>-335'721.80</u>
Spese informazione		
Spedizioni a VIP	0.00	0.00
Materiale pubblicitario inviato per posta	-36'899.50	-39'435.30
Altre spese informazione/upgrade	-3'798.00	0.00
	<u>-40'697.50</u>	<u>-39'435.30</u>
Spese raccolta fondi		
Gestione banca dati	-24'232.40	-24'232.40
Shop raccolta fondi	-6'855.58	-27'893.80
Raccolta fondi in generale	-10'814.35	-7'966.10
	<u>-41'902.33</u>	<u>-60'092.30</u>
Spese premio per la ricerca		
Premio per la ricerca	-10'000.00	-10'000.00
Borsa di studio per la ricerca	-20'000.00	-15'000.00
	<u>-30'000.00</u>	<u>-25'000.00</u>
Spese amministrazione generale		
Contabilità, consulenza, revisione	-8'608.75	-1'892.55
Presenza online/logo	-999.65	-2'875.55
Spese di deposito materiale	-1'551.35	-2'051.90
Altre spese amministrative	-1'363.50	-8'064.80
	<u>-12'523.25</u>	<u>-14'884.80</u>
Risultato di esercizio	714'238.86	-31'364.20
Ricavi finanziari	0.00	3.65
Costi finanziari	-2'389.65	-2'478.62
Costi straordinari	0.00	0.00
Ricavi straordinari	0.00	0.00
Risultato annuo	711'849.21	-33'839.17

Il rapporto dell'ufficio di revisione

RÖTHLISBERGER



Dr. Röthlisberger AG
Schönburgstrasse 41
Postfach 561
3000 Bern 22
T +41 (0)31 336 14 14
www.roethlisbergerag.ch

Partnergeseellschaft

G+S Treuhand AG 
Bern

 Mitglied von EXPERTSuisse

A member of
 cpaai

Bericht des Wirtschaftsprüfers zur Eingeschränkten Revision
an die Hauptversammlung des Vereins

Schweizerische Hirnliga, Bern

Auftragsgemäss haben wir die nach Swiss GAAP FER 21 erstellte Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung und Anhang mit Kapitalveränderung) des Vereins Schweizerische Hirnliga für das am 31. Dezember 2020 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft.

Für die Jahresrechnung erstellt nach Swiss GAAP FER 21 ist der Vorstand des Vereins verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, die Jahresrechnung zu prüfen. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Zulassung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Revision erfolgte nach dem Schweizer Standard zur Eingeschränkten Revision. Danach ist diese Revision so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Eine Eingeschränkte Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der beim geprüften Unternehmen vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstösse nicht Bestandteil dieser Revision.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung nicht mit Swiss GAAP FER 21 übereinstimmt und nicht Gesetz, Statuten und Reglement entspricht.

Bern, 17. März 2021 gr/gb
113820_RB_eR_2020

Dr. Röthlisberger AG

Peter Graf
Dipl. Wirtschaftsprüfer
Revisionsexperte
(Leitender Revisor)

Hanny Meister
Dipl. Wirtschaftsprüferin
Revisionsexpertin

- Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung, und Anhang)
Bilanzsumme CHF 1'411'595.50 / Jahresergebnis CHF 711'849.21

Il premio per la ricerca della Lega svizzera per il cervello

Ogni due anni, la Lega svizzera per il cervello conferisce un premio dell'ammontare di 20'000 franchi a un lavoro scientifico di eccellenza nel campo della ricerca sul cervello. L'ammontare del premio dev'essere nuovamente destinato alla ricerca.

Nel 2020 il premio è stato assegnato al gruppo di ricerca del prof. dr. Jan Gründemann e del prof. dr. Andreas Lüthi dell'Istituto per la ricerca biomedica Friedrich Miescher e dell'Università di Basilea. I ricercatori stanno cercando di capire che cosa succede nel cervello quando il nostro comportamento è influenzato da stati interni quali l'ansia, lo stress o la fame. Finora non era chiaro come questi stati comportamentali fossero rappresentati a livello cerebrale. Il gruppo di ricerca ha identificato per la prima volta il «codice» di questi stati interni nel cervello di topi attivi. A lungo termine i risultati dei loro studi potranno aiutare a trovare una terapia migliore per patologie come il disturbo da stress post-traumatico.

La cerimonia pubblica di consegna del premio per la ricerca, prevista nell'ambito della settimana del cervello, è stata cancellata a causa delle misure per contenere la diffusione del coronavirus.



Il prof. dr. Gründemann (a sin.) e il prof. dr. Lüthi.

Foto: Sara Barth

La borsa di studio della Lega svizzera per il cervello

Oltre al premio per la ricerca, nel 2020 la Lega svizzera per il cervello è riuscita a lanciare per la prima volta il concorso per un nuovo riconoscimento: dal 2021, a cadenza quadriennale, conferiremo una borsa di studio per la ricerca a un progetto oltremodo promettente condotto da un giovane ricercatore o da una giovane ricercatrice, che permetterà al vincitore o alla vincitrice di portare avanti la sua ricerca per un anno. La borsa di studio ammonterà a un massimo di 60'000 franchi.

Il concorso è stato lanciato nel gennaio del 2020 ed è scaduto il 30 settembre 2020. Abbiamo ricevuto molte candidature eccellenti. Per saperne di più sul progetto di Mahshid Gazorpak, dottoranda al politecnico di Zurigo, premiata in occasione della settimana del cervello 2021, vi rinviamo al numero 2/21 della rivista «il Cervello» e alla pagina <https://www.hirnliga.ch/it/swiss-brain-league-research-grant>



Publicazioni

Rivista «il Cervello»

Nel 2020, la Lega svizzera per il cervello ha pubblicato quattro numeri della sua rivista «il Cervello». Nel numero «Fiducia a prima vista» ci siamo occupati dei fattori che influenzano la prima impressione che abbiamo di un'altra persona e delle strategie per superare i vari pregiudizi. Il secondo numero intitolato «Cosa succede nel cervello in caso di ansia?» si è invece chinato sul lavoro di ricerca del prof. dr. Jan Gründemann e del prof. dr. Andreas Lüthi dell'Istituto per la ricerca biomedica Friedrich Miescher e dell'Università di Basilea. I ricercatori stanno cercando di capire che cosa succede nel cervello quando il nostro comportamento è influenzato da stati interni quali l'ansia, lo stress o la fame. Nel numero «Per ricordare bisogna prima dimenticare» abbiamo dato la parola, tra gli altri, al prof. Dominik Straumann, neurologo e nuovo membro del nostro comitato, la cui specialità è il sistema oculomotorio e vestibolare. L'ultimo numero del 2020, intitolato «Musica per il cervello», ha indagato sull'effetto che ha la musica sul nostro cervello. La rivista piace molto ai nostri sostenitori, che apprezzano gli articoli e ci inviano molti feedback positivi.

Newsletter online

Nel 2020 abbiamo inviato quattro newsletter elettroniche con articoli sul cervello e informazioni sulla settimana del cervello. Attualmente mandiamo le newsletter a circa 8'700 persone (contro le circa 7'000 del 2019). Il numero dei nostri abbonati sta crescendo rapidamente.

Opuscolo

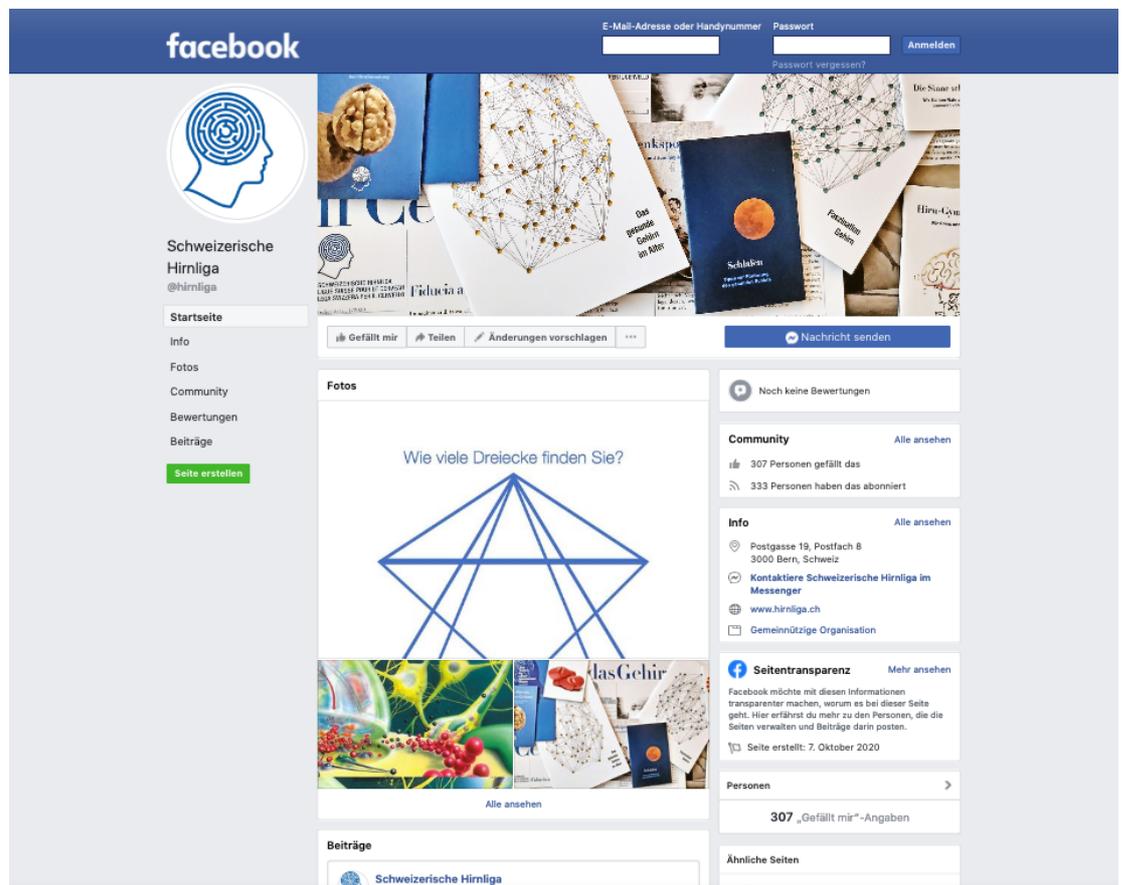
Quale piccolo omaggio per i nostri sostenitori particolarmente generosi abbiamo pubblicato l'opuscolo «Dormire». I nostri opuscoli sono molto apprezzati e spesso ne vengono ordinate altre copie.



Facebook

Nel 2020, abbiamo lanciato su Facebook una campagna per il nostro memory Triplico, che ha avuto molto successo: abbiamo ricevuto parecchie ordinazioni e il nostro post è stato commentato e condiviso.

La Lega svizzera per il cervello ha approfittato di questo successo per migliorare sistematicamente la propria presenza su Facebook. In questo modo possiamo raggiungere nuovi gruppi di sostenitori e, nel contempo, informare meglio la popolazione su come mantenere sano il cervello.



The image shows a screenshot of the Facebook page for the 'Schweizerische Hirnliga' (Swiss Brain League). The page features a blue header with the Facebook logo and login options. The profile picture is a stylized head with a brain inside. The cover photo is a collage of brain-related images, including a brain, a network diagram, and a book titled 'Das Gehirn'. The main content area displays a post with the text 'Wie viele Dreiecke finden Sie?' (How many triangles do you find?) and a geometric diagram of a complex shape. The post has 307 likes and 333 subscribers. The right sidebar contains information about the page, including the address (Postgasse 19, Postfach 8, 3000 Bern, Schweiz), contact details, and a 'Seitentransparenz' (Page Transparency) section.

La settimana del cervello

La settimana del cervello sta diventando un appuntamento fisso nel calendario degli eventi di molte città svizzere. Nel 2020, purtroppo, ha dovuto essere annullata a causa della pandemia di coronavirus.

Abbiamo approfittato di questa pausa per rielaborare il programma della settimana del cervello, che pubblichiamo ogni anno sul nostro sito web. Nel 2021 lo abbiamo inviato per la prima volta sotto forma di pieghevole. Quando la settimana del cervello potrà di nuovo aver luogo in presenza, il programma potrà essere tenuto comodamente in tasca.

I servizi che offriamo in occasione della settimana del cervello sono molto apprezzati. Riceviamo molte telefonate da persone che desiderano informazioni su questo evento, e la pagina del nostro sito web con le informazioni e i programmi di tutte le università svizzere viene consultata da molte persone.

Genève

www.semaineducerveau.ch

En raison des mesures sanitaires, la semaine du cerveau 2021 n'aura pas lieu. Nous espérons vous retrouver nombreux en 2022!

Lausanne

(Visio)Conférences publiques & plus
Pour plus d'informations et pour se connecter aux événements

www.lasemaineducerveau.ch
Facebook: [Semaine du cerveau Lausanne](#)

Les activités de la Semaine du cerveau (SDC) se dérouleront à Lausanne entre le **11 et le 20 mars**. En fonction de la situation pandémique, nous vous proposerons des conférences publiques au CHUV et/ou par visioconférence.

Suivez des informations actuelles sur www.lasemaineducerveau.ch. Le programme de la SDC va commencer le jeudi 11 mars, 17h15, avec la conférence publique « Intégrer les médecines complémentaires dans un hôpital universitaire: défis et opportunités » de la Professeure Chantal Berna Renella (Responsable du Centre de médecine intégrative et complémentaire CEMIC du CHUV et Professeure associée à la FBM-UNIL). Plus d'événements sont déjà à découvrir sur notre site www.lasemaineducerveau.ch

Lugano

www.settimanacervello.ch

Incontri pubblici e un simposio scientifico si terranno in ottobre 2021.

Informazioni: www.settimanacervello.ch

2021

Woche des Gehirns

Vorschau | Auszug aus dem Programm
Detailprogramm auf www.hirnliga.ch

La semaine du cerveau

c'est bientôt | Extrait du programme
Programme détaillé sur www.cerveau.ch

Settimana del cervello

anteprima | Estratto del programma
Programma dettagliato su www.legacervello.ch



Sion

Plus d'information sur:
www.hopitalvs.ch

LU
15 mars Art et cerveau: quand des maladies neurologiques influencent l'oeuvre de grands artistes

18h30 Dans la peinture: Martha Degiacomi, historienne de l'art; Vincent Alvarez, neurologue
Dans la musique: Christophe Bonvin, neurologue

MA
16 mars Le Sommeil: quand le cerveau doit se reposer ...

18h30 Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le sommeil (sans jamais oser le demander)
José Haba Rubio, neurologue
Quand le sommeil pose problème ...
Grégoire Gex, pneumologue

JE
18 mars Cerveau blessé (AVC, TCC): Survivre puis Vivre ...

18h30 Accueillir mon enfant après un accident: devenir parent et coach
Mr. Chablot et son fils Dimitri

Zürich

Alle Kurzvorträge sind öffentlich und werden online per Zoom stattfinden. Bitte melden Sie sich ab dem 1. März 2021 auf der Website www.brainfair-zurich.ch an und Sie bekommen den Zoom-Link per Email zugesandt.

MO
15. März Einfluss der beschleunigten Digitalisierung auf das Gehirn

18.00 Uhr Verleihung des ersten Stipendiums der Schweizerischen Hirnliga. Laudatio Prof. Christian W. Hess, Präsident Hirnliga

18.30 Uhr Ersetzt das Navi unser Gehirn?
Sara Fabrikant, Geographisches Institut und Digital Society Initiative, UZH

Digitalisierung und das Gehirn
Lutz Jäncke, Psychologisches Institut, UZH

DI
16. März Covid-19 und das Gehirn, Teil 1

18.30 Uhr Pathologische Veränderungen der Hirngefässe und -nerven bei Covid-19-Patienten
Karl Frotztek, Institut für Neuropathologie, USZ

Der Einfluss von Covid-19 auf die zerebralen Blutgefässe
Emanuela Keller, Klinik für Neurologie, USZ

MI
17. März Covid-19 und das Gehirn, Teil 2

18.30 Uhr Wie SARS-CoV-2 in das Gehirn gelangt und was es dort anrichtet
Frank Heppner, Institut für Neuropathologie, Charité-Universitätsmedizin Berlin

Schlaganfall und Covid-19
Andreas Luft, Schlaganfallzentrum, USZ

DO
18. März Psychologische Folgen der Pandemie

18.30 Uhr Soziale Kognition mit Maske, Zoom und schlechtem Ton
Henric Jøken, Schweizerische Epilepsie-Klinik
Gehirnfunktion und psychosoziales Wohlbefinden von Kindern und Familien
Nora Raschle, Jacobs Center for Productive Youth Development, UZH

Geschlechtsunterschiede bei den Auswirkungen auf das psychische Wohlbefinden
Annemarie Schumacher Dimech, Uni Luzern



SCHWEIZERISCHE HIRNLIGA
LIGUE SUISSE POUR LE CERVEAU
LEGA SVIZZERA PER IL CERVELLO

Relazioni pubbliche

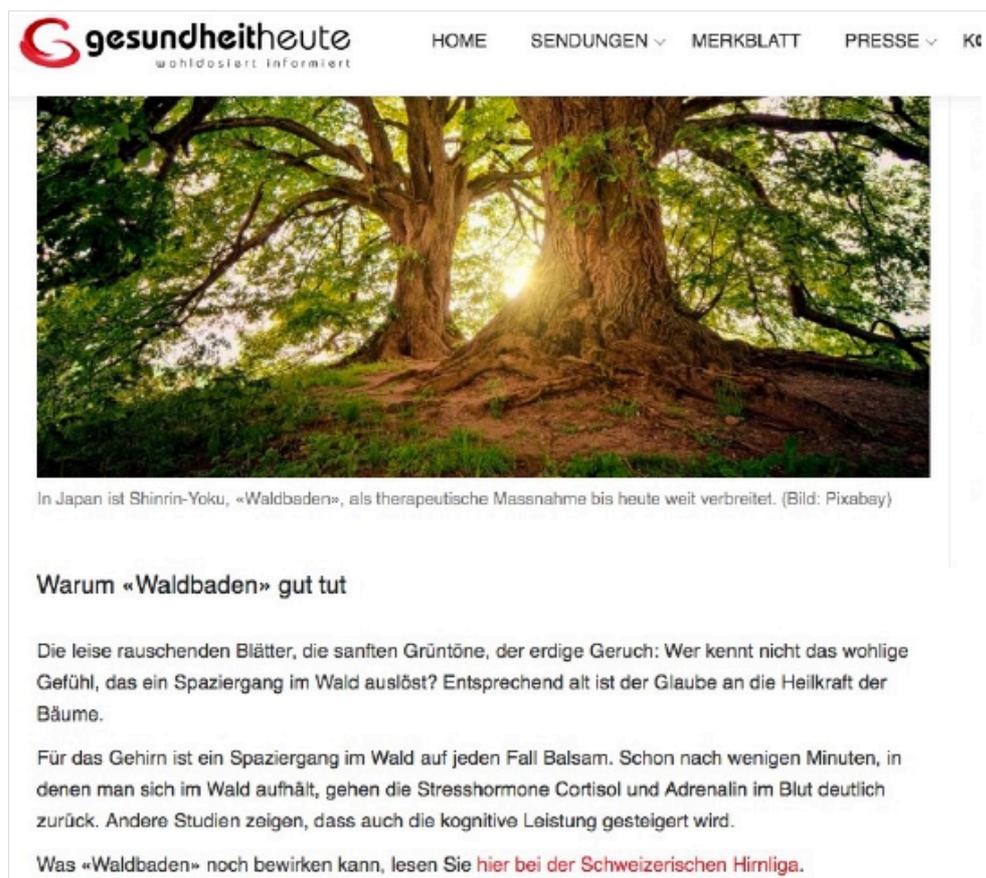
Anche nel 2020 il nostro comitato si è messo a disposizione dei vari media per fornire informazioni. Inoltre abbiamo continuato a collaborare con diversi media e avviato nuove collaborazioni.

Durante la trasmissione della televisione della Svizzera tedesca SRF «Gesundheit heute» è stato citato l'articolo «La natura fa bene al cervello» apparso nella nostra rivista e ai telespettatori è stato segnalato il nostro sito web (<https://gesundheit-heute.ch/2020/04/18/gruen-fuers-gehirn/>).

Da alcuni anni, il periodico «Anzeiger Region Bern» stampa i nostri rompicapi e in un riquadro attira l'attenzione dei lettori sulla nostra associazione.

Dal 2019, sei volte all'anno mettiamo a disposizione i nostri rompicapi anche della rivista «Horizont», disponibile nelle drogherie della Svizzera tedesca, che li pubblica con il nostro logo indicando il nostro conto per eventuali offerte.

Abbiamo inoltre continuato la nostra collaborazione con l'associazione vitaswiss, alla quale inviamo a scadenze regolari (da quattro a sei volte all'anno) un testo e alcuni rompicapi da pubblicare nella loro rivista. In cambio, vitaswiss segnala le nostre attività ai suoi lettori.



gesundheit heute
wohl dosiert informiert

HOME SENDUNGEN MERKBLATT PRESSE K

In Japan ist Shinrin-Yoku, «Waldbaden», als therapeutische Massnahme bis heute weit verbreitet. (Bild: Pixabay)

Warum «Waldbaden» gut tut

Die leise rauschenden Blätter, die sanften Grüntöne, der erdige Geruch: Wer kennt nicht das wohlige Gefühl, das ein Spaziergang im Wald auslöst? Entsprechend alt ist der Glaube an die Heilkraft der Bäume.

Für das Gehirn ist ein Spaziergang im Wald auf jeden Fall Balsam. Schon nach wenigen Minuten, in denen man sich im Wald aufhält, gehen die Stresshormone Cortisol und Adrenalin im Blut deutlich zurück. Andere Studien zeigen, dass auch die kognitive Leistung gesteigert wird.

Was «Waldbaden» noch bewirken kann, lesen Sie [hier bei der Schweizerischen Hirnliga](#).

Ringraziamenti

La Lega svizzera per il cervello si impegna a favore della ricerca sul cervello nel nostro paese. Tutto ciò è possibile solo grazie alle nostre sostenitrici e ai nostri sostenitori. Il nostro comitato vuole quindi ringraziarvi sentitamente per il vostro costante sostegno finanziario. Per noi ogni vostra offerta è preziosa. Il fatto che in Svizzera vi siano persone disposte a sostenere la ricerca sul cervello e coloro che hanno subito lesioni cerebrali ci fa sempre un immenso piacere.

Grazie di cuore per il vostro sostegno. Vi promettiamo di continuare a impegnarci a fondo anche in futuro per il nostro obiettivo comune!

