

Journal der pflegenden Angehörigen



EDITORIAL

Liebe Vereinsmitglieder, Freunde und Freundinnen,

Der Verein pflegende Angehörige ist in einer Veränderungsphase. Wir bündeln unsere Kräfte, um uns für die Zukunft solid aufzustellen. Nur so können wir die Unterstützung für pflegende Angehörige, die Wertschätzung für Ihre Schlüsselrolle in der Gesellschaft und die Integration von geschwächten Menschen garantieren. Wir freuen uns, dass Solange Risse das Präsidium des Vereins ad Interim übernimmt und uns die damit verbundenen Herausforderungen in dieser Zeitung beschreibt. Wir danken ihr herzlich für ihr Engagement.

Die Hotline Angehörige ist ein wichtiges Element des Vereinsangebots, das seit 2 Jahren existiert. Wir ziehen Bilanz und Stephanie Kipfer erzählt uns von ihren Erfahrungen als Mitarbeiterin der Hotline.

Die Vereinbarkeit des Berufslebens mit der Aufgabe als pflegende Angehörige ist oft schwierig miteinander zu vereinbaren. Wir informieren Sie zur Möglichkeit eines Kurzurlaubs für Arbeitnehmer auf Grund des Bundesgesetzes das 2019 dazu verabschiedet wurde.

Der traditionelle Tag der pflegenden Angehörigen vom 30. Oktober nähert sich. In Erwartung dieses Tages der Begegnungen, des Austauschs und der nationalen Anerkennung nimmt uns Frau Isabelle Bachmann mit in ihren Alltag. Sie lässt uns teilhaben an ihren Erfahrungen mit pflegenden Angehörigen.

Last but not least finden sie die Agenda, Dienstleistungen und Aktivitäten unserer Partner.

JUNI
2023
#2

INHALTVERZEICHNIS

ZUM TITELBILD – S. 1-2

Leitung PA-F 2023

AKTIVITÄTEN & ANLÄSSE S. 3-5

GV 2022

ITBA 2022

Projekte 2023

Agenda 2023

HOTLINE ANGEHÖRIGE S. 5-6

Bilanz & Statistik

Gesprächspartnerin

AKTIVITÄTENAUSGLEICH S. 7

Kurzurlaub

Kurzurlaub und Entschädigung für die Unterstützung als Eltern

GESPRÄCH S. 8

Isabelle Bachmann

PROGRAM S. 9-12

Aktivitäten PA-F

Angebot von Partnern PA-F

Agenda von Partnern PA-F

INFO & INSERAT S. 12

ABONNEMENTE

www.pa-f.ch/de/newsletter

Leitung PA-F 2023

Präsidium *ad interim*

Seit März 2023 stellt **Solange Risse** dem Verein der pflegenden Angehörigen ihre Zeit und Ihr Fachwissen zur Verfügung.

Bis 2022 war sie die Direktorin der Familie im Garten, eines Tagesheims für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen. Sie arbeitet zudem als Supervisorin im sozialen, pädagogischen und im Gesundheits – Bereich.

Wir dürfen auf ihre Kompetenzen zählen, um die verschiedenen Aufgaben des Vereins zu erfüllen. Dies sowohl für die Unterstützung und Begleitung der pflegenden Angehörigen wie auch für die Anerkennung Ihrer der Arbeit.

Koordination

Anne-Claude Rossier

Hotline Angehörige

Stephanie Kipfer

Valérie Müller

Sekretariat & Webseite

Marie Clément

Redaktion & Übersetzung

Sabine Corzani

Laurence Curty

Christine Meuwly

Mitglieder des Vorstands

Luana Baldi

Präsidentin der Freiburger Sektion von Alzheimer Schweiz

Anne Butty Revaz

Direktorin der Familie im Garten

Sabine Corzani

Verantwortliche des Sozialdienstes und der Plattform für Angehörige des FNPG

Giovanna Garghentini Python

Direktorin von Pro Infirmis Freiburg

Renate Glauser

Spitexleiterin des GN See

Marianne Kolly

Pflegende Angehörige

Christine Meuwly

Geschäftsführerin des GN Sense

Sandrine Pihet

Präsidentin PA-F (krankheitsbedingte Abwesenheit)

Solange Risse

Präsidentin PA-F *ad interim*

Mélissa Schmid

Sozialarbeiterin Projektleiterin bei Pro Senectute Freiburg

Valérie Ugolini

Leiterin Unterstützung für Familien RKF-FR

Leitung

« Seit 2016 bin ich im Verein pflegende Angehörig aktiv. Im März 2023 habe ich auf Anfrage meiner Kollegen das Präsidium ad Interim übernommen. Dieses Amt übernehme ich mit viel Enthusiasmus. Zurzeit bin ich dabei, mich in die verschiedenen Aufgaben einzuarbeiten, dafür zu sorgen, dass die Aktivitäten weiter angeboten werden und mit dem Vorstand die Zukunft des Vereins zu skizzieren Mein Fazit nach 2 Monaten: die Arbeit, die in den vergangenen Jahren geleistet wurde, ist bemerkenswert.



Es ist das Werk eines eingespielten Teams, bei dem ich mich dafür herzlich bedanken möchte. Ich denke dabei vor allem an Sandrine Pihet und Sabine Jacot, die die Anlässe und Aktivitäten bravourös koordiniert haben. Krankheitsbedingt sind sie beide seit Anfang Jahr nicht mehr mit dabei. Mein Dank richtet sich auch an Marie Clément, Valérie Müller, Eugénie Terrapon und Stéphanie Kipfer, sowie zwei neue Mitarbeiterinnen Laurence Curty und Anne-Claude Rossier, die sich den Aufgaben von PA- F annehmen. Ein grosses Dankeschön an Camille Budon für ihr bemerkenswerte Arbeit. Sie hat das Team Anfang Jahr verlassen, wir wünschen ihr alles Gute für die Zukunft.

Bei meiner Arbeit als Direktorin der Familie im Garten bin ich vielen Familien begegnet, die sich um einen kranken Angehörigen kümmern. Dies hat oftmals ihr Leben auf den Kopf gestellt und sie haben in ihrem familiären Umfeld, wie auch bei sozialmedizinischen Angeboten Unterstützung gesucht. Man darf ruhig sagen, dass diese Betreuung ein stetiges auf und ab auf verschiedensten Ebenen ist: familial, emotional und finanziell. Diese Begegnungen waren für mich sehr bereichernd, weil sie genau das aufzeigen, was uns als Mensch ausmacht: Herzlichkeit, Vergänglichkeit, Kraft, Mut und die Liebe.

Jede siebte Person im Kanton ist ein pflegender Angehöriger. Das Thema ist also omnipräsent in unserer Gesellschaft. Ich zitiere gern meine Vorstandskollegin Sabine Corzani, die mich darauf aufmerksam gemacht hat, dass 80% dieser Pflege von Angehörigen erbracht wird (nur 20% von Fachleuten aus der Pflege)¹. Es lastet viel auf den Schultern der pflegenden Angehörigen und es ist eine grosse Herausforderung für uns als Gesellschaft, als Staat und als Organisationen diese Arbeit sichtbar zu machen und umfassende Unterstützung zu bieten. Eines der Ziele von PA-F ist es diese Herausforderung anzunehmen.

Die Zeitschrift ist eines der Hilfsmittel um dieses Ziel zu erreichen. Die steigende Zahl der Abonnenten belegt den Nutzen. Ich bedanke mich beim Redaktionsteam für seine Arbeit und wünsche Ihnen eine spannende Lektüre.»

Solange Risse

¹ Eurocarers. (2018). Annual Report 2017. Retrieved from <https://eurocarers.org/about-carers/>

Aktivitäten und Anlässe

GV 2022

Seit einigen Jahren verbindet PA-F seine Generalversammlung mit einem Anlass für das breite Publikum. Die Aktivitäten drehen sich um aktuelle Themen und fördern den Austausch mit den Interessierten.

Am 17. September im letzten Jahr wurde in diesem Rahmen der Film « kleine Schwester » von Véronique Reymond und Stéphanie Chuat gezeigt. Der Film zeigt auf berührende Art die Beziehung zweier Geschwister, von denen eines an Krebs erkrankt. Er zeigt den Alltag von Angehörigen, die lernen mit einer chronischen Erkrankung und deren vielschichtigen Herausforderungen umzugehen und wie sich dies auf das Familienleben aller auswirkt.

Weiter erlaubte die GV einen Rückblick auf die Aktivitäten 2021 und einen Ausblick auf 2022. Bei einem gemütlichen Umtrunk konnten Kontakte geknüpft und gefestigt werden.

Interkantonaler Tag der pflegenden Angehörigen 2022



Am 30. Oktober 2022 hat PA-F mit der Unterstützung der Gesundheitsdirektion (GSD) den 7. interkantonalen Tag der pflegenden Angehörigen organisiert. Zusammen mit den Kantonen Waadt, Genf, Neuenburg, Wallis, Jura, Bern, Graubünden und dem Tessin wurde die Bevölkerung dazu aufgerufen, sich für die Anliegen der pflegenden Angehörigen einzusetzen. Heute kümmert sich jede 4. Person in der Schweiz mindestens ein Mal in der Woche um einen Angehörigen, der in seiner Gesundheit oder seiner Autonomie eingeschränkt ist. Sie sind damit eine tragende Säule im Gesundheitswesen, um die Betreuung dieser Personen zu gewährleisten.



Um dafür Danke zu sagen haben PA-F und die GSD zur Filmvorführung von « L'échappée belle / The Leisure Seeker » realisiert von Paolo Virzi eingeladen. Der Film zeigt die Liebesgeschichte zwischen Ella und John. Mit einem Camper machen sie sich auf den Weg von Boston nach Key West. Der Film zeigt auf eindrückliche Art die bedingungslose Liebe, die dieses Paar lebt, obwohl einer der Partner unter Gedächtnisverlust leidet.

Im Weiteren wurden verschiedene Themen mit Persönlichkeiten aus der Politik und dem Gesundheitswesen diskutiert. Es waren dies : der Alltag von pflegenden Angehörigen, die Grenzen der eigenen Belastbarkeit, das Risiko der Isolation, die Vereinbarkeit von Beruf

und Familie, Betreuungsstrategien, der Einsatz von neuen Technologien, Eintritt in eine Institution. Diese Diskussionen haben den grossen Wert dieser Betreuungsarbeit, die nur teilweise durch öffentliche Anbieter abgedeckt wird, klar aufgezeigt. Wir möchten uns bei den 200 Teilnehmenden bedanken, die zum guten Gelingen dieses zweisprachigen Anlasses in Fribourg und Murten beigetragen haben.

Projekte 2023

Wie eingangs erwähnt ist PA-F mit der Reorganisation des Vereins in Bezug auf die Führung, mit der Ausrichtung und der Aufteilung der anfallenden Arbeiten ins neue Jahr gestartet. Der Vorstand ist wieder funktionsfähig und wir freuen uns, Ihnen die umgesetzten und die kommenden Projekte im 2023 vorzustellen :

- Der Vorstand trifft sich monatlich. Zudem wurden verschiedene Arbeitsgruppen gebildet um die Aktivitäten in Angriff zu nehmen.
- Die Hotline Angehörige 058 806 26 26 ist erreichbar am Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag jeweils von 14.00 bis 18.00 Uhr. Sie finden dort Unterstützung, Orientierungshilfen zu weiteren Angeboten, sowie die Möglichkeit sich von Spezialisten in ihrer individuellen Situation beraten zu lassen.
- Die Liste der Angebote finden Sie auf unserer Webseite :
<http://www.pa-f.ch/de/dienstleistungen/verzeichnis-der-institutionen-und-dienste>
- Wir sind in Verhandlungen mit der GSD zum Mandat, damit wir die Aktivitäten von PA-F finanzieren und weiterführen können.
- Mit der Alterskommission von Belfaux wurde am 8. Mai – dem Tag der pflegenden Angehörigen eine Veranstaltung für die breite Öffentlichkeit durchgeführt.
- Am 17. Mai war PA-F an einen Anlass des Lions Clubs des Glaneberzirks eingeladen. Dieser Partner ist an den Aktivitäten von PA-F interessiert. Seine Unterstützung wird es uns ermöglichen, mit einem Sensibilisierungsanlass unsere Präsenz im Bezirk zu fördern.

Aktivitäten und Anlässe

Agenda PA-F 2023

- Am 19. Juli organisiert PA-F eine Kaffeepause für pflegende Angehörige. Praktische Infos und Flyer in der Rubrik « Programm ».
- Unsere GV wird am 1. September 2023 stattfinden.
- Ein Team von PA-F wird am 23. September 2023 am Anlass « Bien vieillir dans la Broye » mit dabei sein.
- Wir werden am achten Interkantonalen Tag der pflegenden Angehörigen im Herbst dabei sein. Informationen dazu folgen später.
- Eine neue Ausgabe der Zeitung wird im Herbst 2023 erscheinen.
- PA-F wird präsent sein an der Weiterbildung « sensibilisation à l'approche palliative, die von der Fachhochschule für Gesundheit organisiert wird. PA-F wird dann über die Herausforderungen von pflegenden Angehörigen sprechen und unterstützende Angebote aufzeigen.
- Wir hoffen, dass wir auch dieses Jahr wieder im Winter in Murten einen Raclette – Abend werden anbieten können.

Wir freuen uns über diese Veranstaltungen und werden Sie über die geplanten Aktionen auf dem Laufenden halten. Zögern Sie nicht uns zu kontaktieren, wenn Sie weitere Ideen oder Wünsche für Veranstaltungen haben. Der Vorstand steht Ihnen gern zur Verfügung.

Hotline Angehörige

Statistik

Im 2022 wurden 171 Anfragen beantwortet, was 14 Gesprächen pro Monat entspricht. Daraus erfolgten 28 individuelle Beratungsgespräche.

Bilanz

Seit dem Start im 2020 ist diese Hotline ein wichtiges Angebot. Sie finden dort Unterstützung und Orientierungshilfen zu weiteren Angeboten. Zudem werden dort alle Angebote zusammengetragen, die für pflegende Angehörige wesentlich sind und die Organisationen werden so untereinander vernetzt.

Kommunikations - Kampagne

Die Informationen zu PA-F wurden im 2022 in den Grossauflagen der Zeitungen (FN, Liberté, la Gruyère) im Kanton publiziert. Dies um die Hotline Angehörige unter den 150'000 möglichen Lesern bekannt zu machen

Weiter wurden die Gemeinden angefragt, damit sie die Informationen in ihren Mitteilungsblättern publizieren.

Ein Instagram – Kanal wurde für PA-F eingerichtet. Wir werden in den kommenden Monaten den Fokus vermehrt auf die sozialen Medien legen.

Hotline Angehörige

Gesprächspartnerin

Die Hotline führt Menschen zusammen. Auf der einen Seite sind dies Menschen die Informationen, Unterstützung oder einfach ein offenes Ohr suchen. Am anderen Ende geben Fachpersonen ihr Wissen und ihre Erfahrung weiter. Sie bieten ein aktives Zuhören an.

So bekommen die Erfahrungen im Alltag als pflegende Angehörige eine Stimme. In dieser Ausgabe lässt uns eine Fachperson an ihren Erfahrungen teilhaben.

« Meine Tätigkeit bei PA-F ist für mich persönlich eine sehr bereichernde Aufgabe. Ich bin immer wieder beeindruckt, wieviel betreuende Angehörige leisten und wie sie sich immer wieder an neue Bedürfnisse und Herausforderungen anpassen. Manchmal gibt es aber auch Zeiten, in denen es einfach zu viel wird.

In diesen Zeiten ist es besonders wichtig, dass Angehörige eine Ansprechperson haben, die ihnen zuhört und mit ihnen evaluiert, was es für Unterstützungsmöglichkeiten gibt. Hierbei leistet die Hotline einen wichtigen Beitrag. Als Ansprechperson der Hotline kann ich mir Zeit nehmen für die Sorgen der betreuenden Angehörigen. Für betreuende Angehörige ist es wichtig, dass sie sich jemanden mitteilen können, der ihre Situationen nachvollziehen kann, respektive Einblick hat in die Situationen von betreuenden Angehörigen. Gleichzeitig kann ich die Angehörigen beraten, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt und mit ihnen gemeinsam mögliche Schritte besprechen, die sie unternehmen könnten.

Angehörige sind manchmal verunsichert, wie sie in gewissen Situationen vorgehen sollen. Dies ist nachvollziehbar, da sie häufig mit herausfordernden Themen konfrontiert werden, die neu für sie sind. Hierbei ist es wichtig, sie in ihren Bemühungen zu stärken und sie mit den notwendigen Informationen zu versorgen. Mir ist wichtig, dass die Angehörigen wissen, was sie für Handlungsmöglichkeiten haben, damit sie handlungsfähig sind und ihre Situation angepasst bewältigen können. Das Ziel ist, dass betreuende Angehörige rechtzeitig Unterstützung und Beratung erhalten, damit sie nicht erschöpfen und ihre Betreuungsaufgaben weiterführen können, so lange sie dies möchten. Zudem ist mir wichtig, dass der grosse Beitrag der betreuenden Angehörigen geschätzt und anerkannt wird. Es ist mir ein Anliegen, dies am Telefon vermitteln zu können.

Durch den Austausch mit verschiedenen betreuenden Angehörigen lerne ich stetig dazu und kann dieses Wissen wiederum mit anderen betreuenden Angehörigen und Fachpersonen teilen. Es macht mir Freude, betreuende Angehörige bei ihrer bedeutenden Aufgabe unterstützen und begleiten zu können. Denn sie leisten einen wichtigen Beitrag für die Person, die sie unterstützen und für die ganze Gesellschaft. »



Wissenschaftliche Mitarbeiterin FH
– Doktorandin
Kontaktperson Angehörige,
reagiert auf die komplexesten
Situationen, die eine gründliche
Betreuung erfordern (Hausbesuch,
Familiengespräche)

Stephanie Kipfer

Aktivitätenausgleich

Kurzurlaub

Für viele pflegende Angehörige ist es schwierig, ihre Arbeit mit der Unterstützung unter einen Hut zu bringen. Die neue Gesetzgebung, die eine bessere Vereinbarkeit ermöglichen soll, wurde 2019 verabschiedet. Die Änderungen im Obligationenrecht (OR) und im Arbeitsgesetz (ArG) in Bezug auf Kurzurlaub für pflegende Angehörige ist im Januar 2021 in Kraft getreten.

Arbeitnehmende, die pflegende Angehörige für Familienangehörige sind, haben ein Recht auf bezahlten Kurzurlaub. Als Familienangehörige gelten: Eltern (Grosseltern, Eltern, Kinder), Geschwister, Ehepartner oder eingetragene Partner.

Der Urlaub wird vom Arbeitgeber bezahlt, gilt als Abwesenheit und muss so rasch als möglich angekündigt werden. Der Kurzurlaub darf nicht länger als 3 Tage am Stück sein und im gesamten 10 Tage pro Jahr nicht übersteigen.

Diese Einschränkung gilt nicht für Kinder, Ehe – und eingetragene Partner, die in Ihrer Gesundheit eingeschränkt sind. Hier gilt eine Unterstützungspflicht und die Abwesenheit wird so gewertet, als wäre der Hilfeleistende selbst krank. Im ersten Jahr einer Anstellung limitiert sich diese Form einer Auszeit auf 3 Wochen.

Ab dem zweiten Jahr der Anstellung gilt eine gerechtfertigte Verlängerung, diese Bezeichnung wird in Bezug auf die Arbeitsbeziehung und die individuelle Situation angeschaut.

Rechtliche Grundlagen

- Kurzurlaub für Arbeitnehmende: Art 329h OR, Art. 36 al 3-4 ArG
- Verlängerung der Gehaltszahlung bei Abwesenheit um eine Rechtspflicht zu erfüllen: Art. 324 OR

Kurzurlaub und Entschädigung für die Unterstützung als Eltern

Die Situation ist nochmals anders, wenn sich Eltern um ein schwer krankes Kind kümmern und dafür ihre Berufstätigkeit aussetzen müssen. Eine solche längere Abwesenheit wird über das Gesetz der Erwerbsausfallsentschädigung geregelt (EOV).

Eltern haben das Recht auf 14 Wochen bezahlten Urlaub und auf 98 Tage Taggeld. Das Taggeld entspricht 80% des durchschnittlichen Einkommens, maximal CHF 196 pro Tag.

Ein Arbeitnehmer, der diese Unterstützung in Anspruch nimmt, hat einen Kündigungsschutz von 6 Monaten und der Ferienanspruch darf nicht gekürzt werden.

Rechtliche Grundlagen

- Gesetzesgrundlage Betreuungsurlaub Art. 329i OR
- Entschädigung für Eltern Art 16 und folgende EOV

Gespräch

Isabelle Bachmann teilt mit uns ihre Erfahrungen

Sie leitet den Standort Humilimont der Familie im Garten – Tagesheim für Personen mit Gedächtnisstörungen. Sie teilt ihre beruflichen und persönlichen Erfahrungen als Kontaktperson für pflegende Angehörige mit uns.

« Seit 15 Jahren arbeite ich für die Familie im Garten, seit 3 Jahren bin ich für den Standort Humilimont verantwortlich. Im Laufe der Jahre waren meine Aufgaben sehr vielfältig : Betreuung der Gäste während ihres Aufenthalts, Ausbildung der Lernenden, Repräsentation der Institution gegen aussen, Unterstützung der Mitarbeitenden, Bezugsperson für pflegende Angehörige.

Meine Rolle bei den pflegenden Angehörigen ist sehr vielseitig. Ein wesentlicher Punkt ist die Begleitung, die Wertschätzung und der Umgang mit Schuldgefühlen. Oft ist es für die Angehörigen ein einschneidender Moment, wenn Sie Hilfe annehmen müssen.

Der erste Kontakt erfolgt per Telefon, um die nötigen Informationen weiterzugeben und einen Termin für einen Besuch der Institution zu vereinbaren. Beim Besuch geht es darum, die Institution und die Betreuungspersonen kennen zu lernen. Dies ist oft ein emotionaler Moment, da der zukünftige Gast und der pflegende Angehörige sich frei äussern können. Es ist eine gute Gelegenheit, Ängste und Schuldgefühle abzubauen. Wir haben das grosse Glück über gut ausgebildete Fachpersonen und Freiwillige zu verfügen, die eine individuelle Betreuung, Mahlzeiten in einem angenehmen Umfeld und Transportdienste gewährleisten.

Die Entlastung, die dieses Angebot für Gäste und Betreuende bietet, auch wenn es nur ein Tag pro Woche ist, ist beeindruckend. Ihre Beziehung kann sich entspannen, weil sich der pflegende Angehörige erholen kann, der Gast kann von individuellen Angeboten profitieren, die ihm Freude bereiten, sei dies Vorlesen, ein Spaziergang, Gemüse rüsten....

Meine persönlichen Erfahrungen in dieser Betreuung haben mich als Person verändert, ich habe meine Grenzen kennen gelernt. Unsere Gäste sind die besten Lehrmeister, weil sie sich nicht verstellen und uns so viel über uns selbst lehren. Diese Arbeit hat mir die Herausforderungen, denen pflegende Angehörige ausgesetzt sind, aufgezeigt, dies vor allem in der Zeit, als ich im Spital gearbeitet habe und wusste, dass gebrechliche Personen, die austreten, zuhause auf die Unterstützung Ihrer Angehörigen werden angewiesen sein, um gesund zu werden.

Zum Schluss eine Anekdote : eines Tages sagte, die Ehefrau eines Gastes zu mir : «Als wir geheiratet haben, habe ich geschworen in guten wie in schlechten Zeiten, also kann ich nicht aufgeben.» Ich habe ihr geantwortet, dass dies nicht heisst, dass sie keine Hilfe annehmen darf.

Meine Botschaft an pflegende Angehörige lässt sich deshalb so zusammenfassen :

« Nehmen Sie Hilfe an und DANKE für alles, was Sie leisten! »

Programm

Aktivität PA-F 2023

Zweisprachiger Kaffeepausch für Angehörige

PA-F lädt Sie am 19. Juli zu einem Kaffeepausch nach Murten ein. Wir treffen uns von 14.00 bis 16.30 Uhr im Begegnungszentrum Meylandstrasse 8 in Murten. Sie können sich anmelden unter: info@regenbogenkristallbruecke.ch oder per Telefon 079 730 56 21 oder auch spontan vorbeischauen.

Möchten Sie am «Kaffeepausch für Angehörige» teilnehmen? Der **Entlastungsdienst des Freiburgischen Roten Kreuzes** kann Sie während Ihrer Abwesenheit kostenlos bei Ihrem Angehörigen vertreten.

Anmeldung mindestens 1 Woche im Voraus, Telefon 026 347 39 79.



Angebote von Partnern



PLATE-FORME PROCHES
ANGEHÖRIGENHILFE



RÉSEAU FRIBOURGEOIS
DE SANTÉ MENTALE
FREIBURGER NETZWERK
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Unterstützungsplattform für Angehörige beim FNPG

Das Zusammenleben mit einer Person, die unter psychischen Schwierigkeiten, leidet, ist sehr anspruchsvoll für Angehörige. Deshalb bietet das FNPG über seine Plattform verschiedene Unterstützungsangebote an:

Babobab ist ein Programm für Kinder ab 5 Jahren, die mit einem Elternteil mit psychischen Problemen oder einer Suchtproblematik aufwachsen. Verschiedene Begegnungen mit der Familie werden organisiert, um ein dem Kind entsprechendes Unterstützungsangebot auszuarbeiten. Das Programm Babobab geht von den Erlebnissen und Erfahrungen des Kindes aus und informiert altersgerecht zur Krankheit und Therapiemöglichkeiten. Es zeigt Strategien für den Umgang auf und thematisiert die emotionalen Aspekte.

Wenn Sie weitere Informationen dazu oder einen Termin für ein Gespräch vereinbaren möchten, zögern Sie nicht, sich bei Thierry Gutknecht (026 308 02 44) oder Jicky Mabillard (026 308 11 32) zu melden.

Weitere Informationen finden sie auf der Webseite des FNPG

<https://www.rfsm.ch/de/patienten-und-angehoerige-angehoerigenhilfe/babobab>

ConnexionFamiliale© est destiné aux familles ou proches de personnes atteintes de troubles de la personnalité de type borderline. Une nouvelle session du programme débutera en septembre 2023. Organisé sur 12 rencontres, les mardis de 17h30 à 19h30 sur le site RFSM | Fribourg à Villars-sur-Glâne, il sera animé par 2 professionnel-le-s du RFSM (participation gratuite).

Intéressé.e.s à y prendre part ?

Mme Virginie Salamin (026/308 17 72) et Mme Micheline Geiser (026/308 08 62) se tiennent à votre disposition pour vous rencontrer dans le cadre d'un entretien préalable.

Plus d'informations : <https://www.rfsm.ch/vous-etes-patient-e-ou-un-proche-notre-soutien-aux-proches/connexion-familialec>

Programm

Angebote von Partnern

Freiburgisches Rotes Kreuz



Betreute Mahlzeit: Geniessen in Gesellschaft!

Die betreute Mahlzeit ist ein Moment des Austauschs zwischen der älteren und/oder kranken Person und der SRK-Pflegehelferin. Die vom Freiburgischen Roten Kreuz ausgebildete und eingestellte Pflegehelferin unterstützt und entlastet die betreute Person daheim bei allen Aufgaben rund um die Essenzubereitung.

Je nach Wunsch und Möglichkeiten der betreuten Person oder der Angehörigen bedeutet das:

- ✓ Ein gesundes und schmackhaftes Menü nach Wunsch
- ✓ Die Begleitung beim Einkaufen und beim Auswählen der Produkte
- ✓ Die gemeinsame Zubereitung der Mahlzeit zu Hause
- ✓ Ein hübsch gedeckter Tisch und der feine Geruch von köstlichem Essen
- ✓ Eine gute Mahlzeit in netter Gesellschaft
- ✓ Geschirr spülen und räumen
- ✓ Tipps und Ratschläge für mehr Appetit und Lust auf Essen
- ✓ Methoden für eine einfachere Essensaufnahme
- ✓ Alles gemäss den Wünschen, Bedürfnissen und Fähigkeiten der Person

Die betreute Mahlzeit kann ein- oder mehrmals wöchentlich stattfinden. Die Mindestdauer des Einsatzes ist 3 Std. Die Tarife werden anhand der finanziellen Situation der Person angesetzt.

Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren:

Von Montag bis Freitag von 7.30 bis 11.30
026 347 39 79

Freiburgisches Rotes Kreuz
G.-Techtermannstr. 2
Postfach
1701 Freiburg
entlastungsdienst@croix-rouge-fr.ch



Entlastungsdienst für Angehörige

Sie pflegen Ihren älteren, kranken oder sterbenden Ehepartner oder Elternteil regelmäßig zu Hause? Unser qualifiziertes und erfahrenes Personal kümmert sich punktuell oder regelmäßig um Ihren Angehörigen, wenn Sie nicht zu Hause sind. Egal, ob Sie verschlafen möchten, eine Notwendigkeit haben, in den Urlaub fahren, einen Arzttermin oder einen Freizeittermin wahrnehmen oder einen anderen Grund haben, Sie haben die Möglichkeit, unseren Entlastungsdienst in Anspruch zu nehmen.

SONDERAKTION Hilfe erhalten, wenn man hilft: Gutscheine für 3 Stunden gratis durch unseren Entlastungsdienst!

Rufen Sie uns an, um einen Gutschein zu erhalten, oder füllen Sie das Formular aus und senden Sie es an uns zurück.

[Gutschein 3 Stunden gratis](#)

Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren:

Von Montag bis Freitag von 7.30 bis 11.30
026 347 39 79

Freiburgisches Rotes Kreuz
G.-Techtermannstr. 2
Postfach
1701 Freiburg
entlastungsdienst@croix-rouge-fr.ch

Pro Senectute



Sozialberatung

Das Ziel der Sozialberatung ist die Unterstützung bei administrativen und finanziellen Fragen für Menschen im AHV - Alter und deren Angehörigen.

Die Beratungen sind kostenlos und können bei uns oder bei ihnen zuhause stattfinden

Pro Senectute Freiburg - 026 347 12 40
Passage du Cardinal 18
Kostenlos

Programm

Agenda von Partnern

Pro Senectute

Atelier Eintritt und Finanzierung Pflegeheim

Sie möchten verstehen, welche Schritte Sie unternehmen müssen, um in ein Pflegeheim einzutreten? Sie haben Fragen zur Finanzierung eines Aufenthalts in einem Pflegeheim?
Eine Sozialarbeiterin wird diese Themen ansprechen und Ihre Fragen beantworten.

Diese Veranstaltung richtet sich auch an die Angehörigen der betroffenen Personen.

Amtshaus Tafers Schwarzseestrasse
Atelier nr : 519146 (deutsch)
Dienstag, 14.11.2023 14.00 – 15.30

Gratis

Docupass - Mes volontés pour ma fin de vie

La prévoyance et l'autodétermination gagnent en importance lorsque l'on avance en âge.
Le remplir est l'occasion de consigner ses souhaits. Lors de l'atelier, nous vous présenterons le Docupass avec : les directives anticipées, le mandat pour cause d'incapacité, les dispositions de fin de vie ainsi que des informations sur le testament.

Activité n°19151 (français)
Pro Senectute Fribourg Passage du Cardinal 18
Jeudi 19 octobre 2023 14h00 – 16h00
Gratuit (10 ans du Docupass)

Activité n°19152 (français)
Bulle Réseau Santé de la Gruyère, salle La Liberté
Mercredi 6 décembre 2023 - A. Dessous l'Eglise
Gratuit (10 ans du Docupass)

Die Familie im Garten



SENSIBILISATION À LA MÉTHODE VALIDATION© pour un accompagnement des personnes atteintes de troubles de la mémoire

OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- ❖ Comprendre le comportement des personnes fragilisées par des troubles de la mémoire
- ❖ Développer une communication verbale et non verbale avec les personnes désorientées
- ❖ Accompagner la personne touchée et ses proches

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

Etape théorique :

- ❖ Fonctionnement des mémoires.
- ❖ Troubles du comportement
- ❖ Quelle attitude à adopter dans les situations
- ❖ Les outils pour sauvegarder la communication verbale et non verbale à long terme

Etape pratique : Mises en situation

- ❖ Echanges ouverts, réflexions, vécus et questions

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Proches aidant-e-s – professionnel le-s de la santé – bénévoles

Intervenantes : Marie-Anne Sarrasin – formatrice à l'approche de la Validation & Muriel Bielmann – praticienne en Validation

Dates : samedis 30 septembre et 7 octobre 2023 (session d'automne)

Participation :

Fr. 160.- pour les bénévoles et professionnel le-s

Fr. 100.- pour les proches aidant-e-s

Horaires : 9h00 à 16h00

Lieu : Foyer de jour LA FAMILLE AU JARDIN – Römerswil 4 – 1717 St-Ursen

Inscriptions : 026 321 20 13 – info@la-famille-au-jardin.ch

Programm

Agenda von Partnern

Freiburgisches Rotes Kreuz



Nehmen Sie an unsere Feste für Senioren, welche an verschiedenen Orten des Kantons stattfinden, teil.

In einer warmherzigen und gemütlichen Atmosphäre stehen musikalische Animation ebenso auf dem Programm wie kleine Köstlichkeiten.

Alle Senioren, die gerne einen netten Nachmittag in Gesellschaft unserer Freiwilligen verbringen möchten, sind herzlich eingeladen.

- ❖ Fest der Freundschaft in Estavayer-le-Lac : 12. September 2023
- ❖ Kilbi-Zvieri in Bulle : 18. Oktober 2023
- ❖ Weihnachtsfest in Freiburg : 13. Dezember 2023

Kontakt Tel. : 026 347 39 63
oder : freiwillige@croix-rouge-fr.ch

Alzheimer Freiburg

Alzheimer Kaffe

Das Treffen richtet sich an Menschen mit einer Demenzerkrankung und ihre Angehörigen.

Sie sind herzlich eingeladen bei einer gemütlichen Kaffeerunde sich auszutauschen, sich zu informieren, sich beraten zu lassen. Wir sind für Sie da.

Falls erwünscht, kümmern wir uns um Ihr erkranktes Familienmitglied während des Austausches indem wir mit ihm/ihr einen Kaffee trinken, ein Gesellschaftsspiel spielen oder spazieren gehen.



Restaurant Maggenberg Schwarzseestrasse 8, Tafers

Treffen 2023 : 12. Juli, 6. September, 11. Oktober, 22. November, 13. Dezember.

von 14 bis 17 Uhr

Alzheimer Freiburg
026 402 42 42
www.alz.ch/fr

Vereinigung Wachen und Begleiten

Trauercafé WABE Deutschfreiburg

Jeden 2. Sonntagnachmittag im Monat

14.30 – 16.30 Uhr im Café Bijou (Stiftung ssb Tafers)

Das Trauercafé wird von Trauerbegleitenden moderiert.

Der Eintritt ist frei und erfolgt ohne Voranmeldung.

WABE Deutschfreiburg

- ❖ 09.07.2023
- ❖ 13.08.2023
- ❖ 10.09.2023
- ❖ 08.10.2023
- ❖ 12.11.2023
- ❖ 10.12.2023



Vereinigung Wachen und Begleiten

WABE
Deutschfreiburg

Info & Inserat

Solicare



Eine Spitexorganisation für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige, die täglich Einsatz leisten, können sich bei Solicare melden, um ihre Situation kostenlos analysieren zu lassen. Bei einer Anstellung durch die Organisation werden Sie von Pflegefachpersonen angeleitet und erhalten CHF 34.30 pro Stunde für Ihre Arbeit.

Antenne Romande solicare : info-romandie@solicare.ch
www.solicare.ch

Pflegende Angehörige Freiburg

sucht einen

freiwilligen Übersetzer

fr/de

Kontakt :

Pflegende Angehörige Freiburg
1700 Freiburg
info@pa-f.ch

FÜR SIE DA

Wir arbeiten derzeit daran, die Informationen auf unserer Website zu aktualisieren, um Ihnen den bestmöglichen Service zu bieten.

Website: www.pa-fr.ch
Kontakt : info@pa-f.ch
Unterstützungsmöglichkeit : www.pa-fr.ch/de/nous-soutenir
Hotline Angehörige : 058 806 26 26



UNTERSTÜTZUNGEN PA-F

Partnermitglieder PA-F :

AFISA-VFAS



ALZHEIMER FREIBURG



FREIBURGISCHES ROTES KREUZ



DIE FAMILIE IM GARTEN



DIE GESUNDHEITSLIGEN



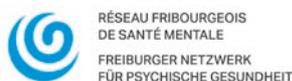
PRO INFIRMIS



PRO SENECTUTE



FNPG



PA-F dankt seinen
Spenderinnen & Spendern
Sowie seinen Mitgliedern
herzlich



Mitglied werden :

PA-F richtet sich an alle Menschen, die sich für das Thema "pflegende Angehörige" interessieren. Sie können PA-F beitreten, in dem Sie das untenstehende Formular ausfüllen und den Mitgliedsbeitrag einzahlen

Als Mitglied :

- können Sie andere pflegende Angehörige kennenlernen und sich vernetzen;
- leisten Sie einen wichtigen Beitrag zur besseren Unterstützung und Anerkennung pflegender Angehöriger;
- erhalten sie den Zeitschrift, der Sie über wichtige Neuigkeiten zum Thema "pflegende Angehörige" informiert;
- werden Sie regelmässig über die Aktivitäten und Dienstleistungen von PA-F informiert.

Mitgliedsbeiträge :

- Einzelmitglied 25.-
- Kollektivmitglied 250.-
- Partnermitglied 1000.-

IBAN : CH65 0900 0000 8975 7596 3