



Rapport d'activités PA-F 2020

Tätigkeitsbericht PA-F 2020



Proch-écoute An-gehör-ige

Là pour vous qui aidez un-e proche
Da für alle, die Angehörige betreuen

058 806 26 26



On peut être enfant et proche aidant-e ?
Proches Aidants Fribourg présente la pièce de théâtre interactive « Chargée à 130% »

Par la troupe Le Caméléon



7 septembre 2020
1^{ère} représentation : 17h00
2^{ème} représentation : 19h30
Haute école de santé
Route des Annonaux 16a
1700 Fribourg

Tout public
Entrée gratuite
Apéritif offert : 18h30





Sandrine Pihet, présidente de PA-F, se prêtant au jeu de l'improvisation à la représentation de la troupe Le Caméléon / Sandrine Pihet, Präsidentin von PA-F, während dem Improvisationsspiel mit der Theatergruppe Le Caméléon

Improviser avec un sourire malgré le masque a été notre mot d'ordre ! En cette année pleine d'incertitudes, nous avons tenté de lâcher prise comme tant de proches aidant-e-s apprennent jour après jour à le faire face à la maladie ou au handicap. Nous avons essayé d'organiser ce qui était possible et de nous réjouir de ce qui a pu advenir malgré un contexte plein de limitations. Et si nous regardons en arrière, quelle richesse : la hotline cantonale Proch-écoute a vu le jour accompagnée d'une série de vidéos de sensibilisation et d'un très bel écho dans la presse locale, la troupe Le Caméléon nous a brillamment rappelé qu'il suffit parfois de faire un pas vers un-e adolescent-e proche aidant-e d'un parent malade pour qu'il ou elle ne porte plus seul cette responsabilité trop lourde pour son âge, et nous avons un magnifique nouveau site internet. De quoi être remplis de gratitude !

Nous remercions chaleureusement :

- Les **personnes proches aidant-e-s** pour tout ce qu'elles font chaque jour pour leurs proches fragilisé-e-s et pour la société
- La **Loterie Romande** qui nous permet d'avoir des activités diversifiées et des actions de sensibilisation au service des proches aidant-e-s ; c'est aussi grâce à son soutien que la hotline Proch-écoute a pu être développée
- La **DSAS** pour son soutien financier et la confiance accordée concernant l'organisation de la journée intercantonale des proches aidant-e-s ainsi que le projet de hotline cantonale
- Tous et toutes les **partenaires** avec qui nous avons pu échanger et collaborer durant cette année 2020, et en particulier celles et ceux qui se sont mobilisé-e-s lors de nos différents événements
- Les généreux **donateurs** et généreuses **donatrices** qui nous aident à faire un peu plus chaque année
- Et bien sûr, toutes et tous nos **membres individuels, partenaires et collectifs**

« Lâcher prise, ce n'est pas adapter les choses à ses propres désirs mais prendre chaque jour comme il vient et l'apprécier. » Rosette Poletti

Improvisieren mit einem Lächeln trotz Maske war unser Motto ! In diesem Jahr voller Ungewissheit haben wir versucht loszulassen, so wie es viele betreuende Angehörige Tag für Tag lernen, wenn sie mit einer Krankheit oder einem Handicap konfrontiert sind. Wir haben versucht das zu organisieren, was möglich war und uns an dem zu freuen, was möglich war in einem Umfeld mit vielen Einschränkungen. Und wenn wir nun zurückblicken, was für eine Vielfalt : die Hotline An-gehör-ige hat das Licht der Welt erblickt, zusammen mit einer Serie von Sensibilisierungsvideos und einem sehr schönen Echo in der lokalen Presse, die Truppe Caméléon hat uns brillant daran erinnert, dass es manchmal reicht einen Schritt auf eine jugendliche betreuende angehörige Person zuzugehen, die einen erkrankten Elternteil betreut, damit diese die Verantwortung, die zu schwer ist für ihr Alter, nicht mehr alleine tragen muss, und wir haben eine wunderbare neue Internetseite. Genug Gründe, um dankbar zu sein !

Wir bedanken uns herzlich bei:

- Den **betreuenden Angehörigen**, für alles was sie jeden Tag für ihre geschwächte angehörige Person und die Gesellschaft leisten
- Der **Loterie Romande**, die uns diverse Aktivitäten und Sensibilisierungstätigkeiten im Dienst von betreuenden Angehörigen ermöglicht; die Hotline An-gehör-ige konnte auch dank ihrer Unterstützung entwickelt werden
- Der **GSD** für ihre finanzielle Unterstützung und das Vertrauen, dass uns ermöglicht, den interkantonalen Tag der betreuenden Angehörigen und das Projekt der kantonalen Hotline zu organisieren
- Allen unseren **Partnerinnen und Partnern**, mit denen wir uns im Laufe des Jahres 2020 austauschen und mit denen wir zusammenarbeiten konnten. Wir bedanken uns insbesondere bei denjenigen, die sich für unsere verschiedenen Veranstaltungen engagiert haben.
- Den grosszügigen **Spenderinnen und Spendern**, die uns helfen jedes Jahr ein bisschen mehr zu machen
- Und natürlich allen unseren **Einzelmitgliedern, Partner- und Kollektivmitgliedern**

Comité / Komitee

En 2020, le comité s'est réuni 5 fois. Il s'est étoffé de deux membres : Christine Meuwly, responsable du centre de coordination du district de la Singine, et Thierry Müller, secrétaire général de l'Association fribourgeoise d'aide et soins à domicile. Il et elle ont rejoint au comité Sabine Corzani (RFSM), Dominique Dreyer (Alzheimer Fribourg), Giovanna Garghentini (Pro Infirmis Fribourg), Marianne Kolly (proche aidante), Solange Risse (La Famille au Jardin), Valérie Ugolini (Croix-Rouge fribourgeoise) et la présidente Sandrine Pihet, soutenue par Sabine Jacot puis par Camille Budon suite au congé maternité de Sabine Jacot. Regula Obrist, responsable du foyer de jour Les Platanes et représentante de l'AFIPA, a quitté le comité en octobre 2020. Nous recherchons donc encore activement un membre germanophone.

Im Jahr 2020 hat sich das Komitee fünf Mal versammelt. Das Komitee wurde durch zwei Mitglieder erweitert: Christine Meuwly, Verantwortliche vom Koordinationszentrum im Sensebezirk und Thierry Müller, Generalsekretär vom Spitexverband Freiburg. Im Komitee sind sie auf folgende Mitglieder getroffen: Sabine Corzani (FNPG/RFSM), Dominique Dreyer (Alzheimer Freiburg), Giovanna Garghentini (Pro Infirmis Freiburg), Marianne Kolly (betreuende Angehörige), Solange Risse (die Familie im Garten), Valérie Ugolini (Freiburgisches Rotes Kreuz) und die Präsidentin Sandrine Pihet, unterstützt von Sabine Jacot und Camille Budon während dem Mutterschaftsurlaub von Sabine Jacot. Regula Obrist, Verantwortliche der Tagesstätte Les Platanes und Vertreterin der VFA (AFIPA), hat das Komitee im Oktober 2020 verlassen. Wir suchen deshalb aktiv noch ein deutschsprachiges Mitglied.



17 membres individuels / 17 Einzelmitglieder

6 membres partenaires / 6 Partnermitglieder

9 membres collectifs / 9 Kollektivmitglieder

8 membres au comité / 8 Mitglieder des Komitees

Organisation / Organisation

Les activités de coordination et de gestion diverses de PA-F ont globalement été gérées dans la continuité des années précédentes, à l'exception des changements suivants. La permanence téléphonique a été assurée jusqu'au 30 octobre par Jean-Louis Verdu pour les appels francophones et par Stephanie Kipfer pour les germanophones. Dès le 30 octobre, elle a été remplacée par la nouvelle hotline cantonale Proch-écoute, portée par Fribourg pour Tous qui répond aux appels en bilingue quatre demi-journées par semaine, et par Valérie Müller, personne-ressource engagée par PA-F pour prendre en charge les situations plus complexes. Le soutien à la présidence a été assuré par Sabine Jacot, secondée par Marie Clément pour la gestion du site et par Camille Budon pour la communication dans le projet de hotline Proch-écoute. En raison de son congé maternité, Sabine Jacot a été soutenue puis remplacée dès décembre 2020 par Camille Budon, avant son retour en 2021. La comptabilité a été gérée par François Mooser. Les comptes de l'association ont été révisés par Armin Biemann, expert-comptable indépendant, et par Jacqueline Gremaud, assistante sociale.

Die verschiedenen Koordinations- und Managementaktivitäten von PA-F konnten im Allgemeinen wie in den vorangegangenen Jahren weitergeführt werden, mit Ausnahme der nachfolgenden Veränderungen. Die telefonische Permanence wurde bis zum 30. Oktober von Jean-Louis Verdu für Anrufe von französischsprachigen und von Stephanie Kipfer für Anrufe von deutschsprachigen Personen gewährleistet. Seit dem 30. Oktober wurde diese durch die neue kantonale Hotline An-gehör-ige ersetzt. Bei der Hotline An-gehör-ige beantwortet «Freiburg für alle» deutsch- und französischsprachige Anrufe an vier Halbtagen pro Woche. Zudem betreut Valérie Müller, von PA-F engagierte Unterstützungsperson, die komplexeren Situationen. Unterstützung für die Präsidentschaft gab es von Sabine Jacot, zudem von Marie Clément für die Internetseite und Camille Budon für die Kommunikation im Projekt der Hotline An-gehör-ige. Camille Budon hat Sabine Jacot unterstützt und vertritt sie während ihres Mutterschaftsurlaub bis zu ihrer Rückkehr im 2021. Die Buchhaltung wurde durch François Mooser geführt. Die Buchführung des Vereins wurde überprüft durch Armin Biemann, selbstständiger Buchhalter, und Jacqueline Gremaud, Sozialarbeiterin.



De gauche à droite / Von links nach rechts :

Sandrine Pihet ; Sabine Jacot ; Jean-Louis Verdu ; Stephanie Kipfer
Marie Clément ; Valérie Müller ; Camille Budon

Site internet / Internetseite



En 2020 nous avons pu mettre en service le nouveau site internet de PA-F, qui rend les rubriques centrales plus visibles et attrayantes grâce à de nombreuses images, et qui facilite la navigation par une structure « en accordéon » permettant de trouver intuitivement les informations. Ce nouveau site, lancé le 30 octobre en même temps que la hotline Proch-écoute, comprend la page web de cette dernière, sur laquelle sont accessibles toutes les informations pertinentes sur la permanence téléphonique (horaires, contact, services, partenaires, etc.), ainsi que l'important matériel de communication également diffusé sur les réseaux sociaux (affiches et dépliants, spots promotionnels, capsules vidéos de témoignages de proches aidant-e-s). L'inscription à la newsletter de PA-F est également mieux mise en évidence, et la rubrique « Trouver de l'aide » dispose désormais d'une fonction de recherche des prestations par région, par type de difficultés du ou de la proche aidé-e, et par type de prestations.

8'664 visites / 8'664 Besuche

soit 24 visites par jour / d.h. 24 Besuche pro Tag

174 visites supplémentaires par rapport à 2019 /

174 zusätzliche Besuche im Vergleich zu 2019

Im Jahr 2020 konnten wir die neue Internetseite von PA-F aufschalten. Die zentralen Rubriken auf der neuen Internetseite sind dank zahlreichen Bildern ansprechender und besser zu erkennen. Zudem wird die Navigation auf der Internetseite durch eine «Akkordeon»-Struktur vereinfacht und erlaubt es Informationen intuitiv zu finden. Die neue Internetseite wurde am 30. Oktober zusammen mit der Hotline An-gehör-ige lanciert und beinhaltet die Internetseite der Hotline mit allen relevanten Informationen zur telefonischen Bereitschaft der Hotline (Zeiten, Kontakt, Dienste, Partnerinnen und Partner, etc.) und dem wichtigen Kommunikationsmaterial, welches ebenfalls über die sozialen Netzwerke verbreitet wird (Poster, Flyer, Werbespots und Videoclips mit Erfahrungsberichten von betreuenden Angehörigen). Die Anmeldung zum PA-F Newsletter ist ebenfalls besser erkennbar und die Rubrik «Hilfe finden» beinhaltet neu eine Suchfunktion bei der Hilfe per Region, Art der Schwierigkeit der betreuten Person oder Art der Dienstleistung gesucht werden kann.

Répertoire des offres / Verzeichnis der Unterstützungsangebote

Comme chaque année, le répertoire des offres cantonales de soutien pour les proches aidant-e-s, accessible sur le site internet sous « Trouver de l'aide », a été entièrement mis à jour, concernant aussi bien les coordonnées des organisations que les prestations offertes. Grâce au nouveau site internet qui s'appuie sur une base de données regroupant toutes les offres, cette mise à jour sera à l'avenir plus efficiente tout en réduisant le risque d'erreurs.

Wie jedes Jahr wurde das Verzeichnis der kantonalen Unterstützungsangebote für betreuende Angehörige, welches auf der Internetseite unter « Hilfe finden » zugänglich ist, umfänglich aktualisiert bezüglich der Kontaktdaten der Organisationen und den angebotenen Dienstleistungen. Dank der neuen Internetseite, die auf einer Datenbank basiert, welche alle Angebote gruppiert, kann diese Aktualisierung in Zukunft effizienter und mit einem geringeren Fehlerrisiko durchgeführt werden.

Newsletters / Newsletters

En 2020, PA-F a publié quatre newsletters, intégralement bilingues pour être largement accessible au public de proches aidant-e-s fribourgeois-e-s. Chaque newsletter a présenté les manifestations ou formations à venir pour les proches aidant-e-s, ainsi que les nouvelles prestations et les actualités en lien avec la proche aide. Mais surtout, les lectrices et lecteurs retrouvent dans chaque newsletter deux portraits de proches ou d'intervenant-e-s du réseau socio-sanitaire qui permettent de sensibiliser tout un chacun aux enjeux de la proche aide et à la diversité des soutiens disponibles.

Au 31 décembre 2020, soit un peu plus d'un an après le lancement de la première newsletter, la liste de diffusion comptait 56 inscrit-e-s, dont 40% de proches aidant-e-s et 34% de professionnel-le-s, mais aussi quelques proches aidé-e-s ou personnes intéressées à la proche aide. Les newsletters sont également diffusées aux membres individuels et collectifs de PA-F. La newsletter est donc devenue un canal de diffusion important pour les activités de PA-F, des membres de l'association et plus largement du réseau socio-sanitaire dont nous relayons aussi les informations pertinentes.

9 portraits parus / erschienenen Portraits
dont **5** de proches aidant-e-s / davon **5** von
betreuenden Angehörigen
et **4** de professionnel-le-s / und **4** von
Fachpersonen
5 en français et / und **4** auf Deutsch

Im Jahr 2020 hat PA-F vier vollständig zweisprachige Newsletter publiziert, um möglichst viele betreuende Angehörige im Kanton Freiburg zu erreichen. Alle Newsletter haben über die kommenden Veranstaltungen und Kurse für betreuende Angehörige informiert sowie über neue Dienstleistungen und Aktualitäten im Zusammenhang mit betreuenden Angehörigen. Die Leserinnen und Leser finden insbesondere in jedem Newsletter zwei Portraits von Angehörigen oder Personen, die im Gesundheits- und Sozialnetz tätig sind. Diese Portraits sensibilisieren und zeigen mit welchen Problemen betreuende Angehörige konfrontiert sind und wie vielfältig die verfügbare Unterstützung sein kann.

Am 31. Dezember 2020, etwas mehr als einem Jahr nach dem ersten Newsletter, beinhaltet der Verteiler 56 eingeschriebene Personen. Davon sind 40% betreuende Angehörige und 34% Fachpersonen. Einige betreute Personen und Personen, die sich für Angehörigenbetreuung interessieren sind auch eingeschrieben. Die Newsletter werden ebenfalls an die Einzel- und Kollektivmitglieder von PA-F versendet. Der Newsletter ist zu einem wichtigen Kommunikationskanal geworden für die Aktivitäten von PA-F, der Mitglieder des Vereins und darüber hinaus für das Gesundheits- und Sozialnetz aus dem wir ebenfalls relevante Informationen weiterleiten.

Brochures / Broschüre

Parues en 2019, les brochures PA-F très appréciées du public sont actuellement toujours épuisées dans leur version papier. La DSAS prévoit d'intégrer leur contenu dans les brochures Senior+, le délai de publication n'étant pas encore connu. La brochure de PA-F reste toutefois accessible à toute personne intéressée en format électronique sur le [site web de l'association](#).

Die 2019 erschienenen und sehr beliebten Broschüren von PA-F sind aktuell nicht in gedruckter Version erhältlich. Die GSD hat vorgesehen den Inhalt der Broschüre in den Senior+ Broschüren zu integrieren. Der Zeitraum für die Veröffentlichung ist noch nicht bekannt. Die Broschüre von PA-F bleibt allerdings für alle interessierten Personen auf der [Internetseite des Vereins](#) in einer digitalen Form erhältlich.

Les questions abordées sont les suivantes:	
1 A quoi faut-il penser avant de prendre en charge un proche à domicile ?	Page 7
2 Comment se préserver et rester en bonne santé ?	Page 11
3 Comment concilier son rôle de proche aidant avec son activité professionnelle ? A quoi faut-il penser si j'arrête de travailler ou si je réduis mon pourcentage ?	Page 15
4 Quelles sont les aides financières existantes pour les proches aidants ?	Page 19
5 A qui s'adresser pour les soins à domicile ?	Page 23
6 Où puis-je trouver de l'aide pour le ménage et les tâches quotidiennes ? Qui peut me soulager durant la journée ou la nuit ?	Page 27
suite →	
7 Wie kann die Wohnung zweckmässig gestaltet werden und welche Hilfsmittel erleichtern die Pflege zu Hause?	Seite 31
8 Wie und wo lerne ich, richtig zu pflegen und an wen wende ich mich bei Fragen?	Seite 35
9 Wer kümmert sich um meine pflegebedürftige Mutter, wenn ich selber krank werde oder dringend Urlaub brauche?	Seite 39
10 Wer kann mich bei meinen vielen offenen Fragen beraten?	Seite 43
11 Wie gehe ich um mit den negativen Emotionen, die ich manchmal empfinde?	Seite 47
12 Der Umgang und die Kommunikation mit der pflegebedürftigen Person sind schwierig. Was kann ich tun?	Seite 51
13 Wie kann ich dazu beitragen, dass die Zusammenarbeit und die Kommunikation mit den beteiligten Fachpersonen gut funktioniert?	Seite 55
14 Wenn jemand stirbt... Wie gehe ich mit meiner Trauer um?	Seite 58
15 Was ist zu tun, wenn jemand stirbt?	Seite 62

Hotline Proch·écoute / Hotline An·gehör·ige

Pour rappel, en octobre 2018, La DSAS a mandaté PA-F pour coordonner le projet Hotline Proches visant à développer une permanence téléphonique cantonale dédiée aux proches aidant-e-s fribourgeois, avec le soutien financier de la Loterie Romande.

Conformément au mandat, la hotline a été développée de manière participative en étroite collaboration avec 11 organisations fribourgeoises impliquées auprès des proches aidant-e-s. La première phase du projet a permis de mettre en place le groupe de travail, de dresser le bilan des ressources et défis des permanences téléphoniques accessibles aux proches aidant-e-s dans le canton, ainsi que d'étudier le fonctionnement des permanences téléphoniques cantonales genevoise et vaudoise. Dans une seconde phase, le groupe de travail a mené un sondage auprès des proches aidant-e-s bénéficiaires des indemnités forfaitaires pour identifier leurs préférences et a développé plusieurs variantes de fonctionnement de la hotline, qui ont été soumises à la DSAS pour décision. La troisième phase a permis d'établir le concept de communication, la stratégie et le matériel de promotion, ainsi que de lancer la ligne téléphonique Proch·écoute le 30 octobre 2020 à l'occasion de la Journée intercantonale des proches aidant-e-s. A cette occasion et dans les mois qui ont suivi ont été diffusés un premier spot promotionnel puis deux capsules vidéos de témoignages de proches aidant-e-s (un autre spot promotionnel et deux autres capsules vidéos seront diffusés en 2021). Le projet se poursuit jusqu'à mi-2023, avec l'objectif à la fois d'améliorer et de pérenniser la hotline.

La permanence téléphonique, joignable les lundis, mardis, jeudis et vendredis de 14h à 18h, est assurée par le guichet social « Fribourg pour tous ». L'association PA-F offre en complément la possibilité d'un entretien en face à face et/ou d'un suivi pour les situations complexes. Pour permettre cette prestation, l'association a engagé Valérie Müller, infirmière diplômée, en tant que personne-ressource de la hotline. Entre novembre et décembre 2020, 33 personnes avaient déjà fait appel à Proch·écoute, majoritairement pour des appels courts (entre 0 et 15 minutes) et dans certains cas pour des échanges allant entre 30 et 60 minutes.



Logo de Proch·écoute / Logo von An·gehör·ige

Zur Erinnerung, im Oktober 2018 hat die GSD PA-F beauftragt, das Projekt Hotline Angehörige zu koordinieren, mit dem Ziel eine kantonale Telefonhotline für betreuende Angehörige im Kanton Freiburg zu entwickeln, mit finanzieller Unterstützung der Loterie Romande.

Dem Auftrag entsprechend wurde die Hotline mit einem partizipativen Ansatz entwickelt, in enger Zusammenarbeit mit 11 Freiburger Organisationen, die in der Angehörigenbetreuung tätig sind. In der ersten Projektphase wurde die Arbeitsgruppe zusammengestellt und eine Bestandsaufnahme gemacht der Ressourcen und Herausforderungen einer telefonischen Bereitschaft für betreuende Angehörige im Kanton. Zudem wurden die Funktionsweisen der kantonalen Telefonhotlines in den Kantonen Genf und Waadt studiert. In einer zweiten Phase hat die Arbeitsgruppe eine Umfrage gemacht mit betreuenden Angehörigen, die eine Pauschalvergütung erhalten, um deren Präferenzen zu ermitteln. Zudem hat die Arbeitsgruppe mehrere mögliche Funktionsweisen für die Hotline entwickelt, welche der GSD zur Entscheidung vorgelegt wurden. In der dritten Phase wurden das Kommunikationskonzept, die Strategie und das Werbematerial etabliert sowie die Telefonhotline An·gehör·ige lanciert im Rahmen des interkantonalen Tags der betreuenden Angehörigen am 30. Oktober 2020. Bei dieser Gelegenheit und in den nachfolgenden Monaten wurden ein erster Werbespot und zwei Videoclips mit Erfahrungsberichten von betreuenden Angehörigen veröffentlicht (ein weiterer Werbespot und zwei andere Videoclips werden 2021 veröffentlicht). Das Projekt wird bis Mitte 2023 fortgesetzt mit dem Ziel, die Hotline zu verbessern und aufrechtzuerhalten.

Die Telefonhotline ist am Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 14:00 bis 18:00 erreichbar und wird von «Freiburg für alle» betreut. Der Verein PA-F bietet ergänzend die Möglichkeit eines persönlichen Gesprächs und/oder eine Nachbetreuung für komplexe Situationen. Um diesen Dienst anbieten zu können hat der Verein Valérie Müller engagiert. Sie ist diplomierte Pflegefachfrau und Unterstützungsperson bei der Hotline. Zwischen November und Dezember 2020 haben bereits 33 Personen bei der Hotline An·gehör·ige angerufen. Dies waren mehrheitlich kurze Anrufe (zwischen 0 und 15 Minuten) und in einigen Fällen längere Austausche zwischen 30 und 60 Minuten.



Flyers promotionnels de la hotline fribourgeoise Proch·écoute / Werbeflyer der Freiburger Hotline An·gehör·ige

Manifestations / Veranstaltungen

Impactée par une année particulièrement difficile pour rassembler du monde, PA-F a tout de même saisi plusieurs occasions pour maintenir les liens (que ce soit en présence ou virtuellement) et sensibiliser à la cause des proches aidant-e-s, ces dernier-ère-s ayant été lourdement sollicité-e-s durant la crise pandémique de COVID-19. Ainsi, l'Assemblée Générale de l'association, organisée le 7 septembre, s'est poursuivie par le spectacle « Chargée à 130% » donné par la troupe de théâtre *Le Caméléon*. Cette pièce a été développée avec des adolescents dans le but de sensibiliser au vécu de ceux qui sont proches aidant-e-s d'un de leur parent malade. L'événement, organisé dans un format participatif, a réuni une trentaine de personnes autour de deux représentations, dans le but de respecter les mesures sanitaires encore en vigueur entre les deux vagues pandémiques. Ce contexte particulier a toutefois dissuadé de nombreux-ses autres proches aidant-e-s ou professionnel-le-s d'y participer. La rencontre s'est clôturée autour d'un apéritif convivial, dans le respect des différentes mesures de protection.



Spectacle « Chargée à 130% » par Le Caméléon, le 7 septembre 2020 /
Spektakel «Chargée à 130%» von Le Caméléon am 7. September 2020

Le 30 octobre, la Journée intercantonale des proches aidant-e-s s'est tenue entièrement en ligne et a été dédié au lancement de la nouvelle ligne téléphonique bilingue Proch-écoute, destinée aux proches aidant-e-s du canton de Fribourg. Pour l'occasion, un premier spot promotionnel a été diffusé sur les réseaux sociaux de la hotline, alimentés dès lors régulièrement pour faire connaître plus largement l'existence de Proch-écoute et sensibiliser sur la proche aide. Des capsules vidéos ont été créées en collaboration avec le réalisateur indépendant Miguel Béchet sur la base d'une rencontre entre la troupe de théâtre d'improvisation *Playback Roman...d* et un nombre restreints de proches aidant-e-s organisée en juillet 2020 au Théâtre de la Cité.



Spectacle de la troupe de théâtre d'improvisation *Playback Roman...d* /
Spektakel der Improvisationstheatertruppe *Playback Roman...d*

En octobre 2020, une conférence de presse a été organisée en partenariat avec la DSAS, suite à laquelle différents membres du comité de PA-F ont eu l'occasion de présenter l'association et la hotline Proch-écoute en intervenant dans des émissions de radio locales germanophones, notamment Christine Meuwly pour Radio Freiburg et Sandrine Pihet pour la SRF. Plusieurs articles sont également parus dans la presse locale, mettant l'accent sur le rôle de PA-F dans le développement du projet ainsi que sur les enjeux de la proche aide.

Comme tant d'autres, la crise pandémique nous a fait renoncer à organiser d'autres événements prévus par PA-F pour 2020, tels qu'une soirée raclette rassemblant des proches aidant-e-s, ou encore une « bourse aux visites » où des étudiant-e-s du conservatoire, de futures infirmier-ère-s ou travailleurs sociaux et des retraité-e-s se seraient déplacé-e-s au domicile de proches aidant-e-s pour leur proposer des activités et ainsi rompre avec l'isolement le temps d'une après-midi. Nous espérons vivement que ces événements pourront être reconduits par la suite, selon l'évolution de la situation sanitaire.

Beeinflusst durch ein Jahr, in dem es besonders schwierig war, Leute zusammenzubringen, hat PA-F dennoch mehrere Gelegenheiten ergriffen, um Verbindungen aufrechtzuerhalten (sei es in Präsenz oder virtuell) und für die Situation der betreuenden Angehörigen zu sensibilisieren, die während der Krise der COVID-19 Pandemie stark gefordert sind. So fand anschliessend an die Generalversammlung des Vereins am 7. September 2020, das Spektakel «Chargée à 130%» der Theatergruppe *Le Caméléon* statt. Dieses Stück wurde zusammen mit Jugendlichen entwickelt, mit dem Ziel für das Erleben von betreuenden Angehörigen, die einen erkrankten Elternteil betreuen, zu sensibilisieren.

Die Veranstaltung fand in einem partizipativen Format statt und versammelte etwa dreissig Personen, verteilt auf zwei Aufführungen, um die Gesundheitsmassnahmen zu respektieren, die während den zwei Pandemiewellen in Kraft waren. Aufgrund dieser besonderen Umstände konnten viele betreuende Angehörige und Fachpersonen daran nicht teilnehmen. Das Treffen endete mit einem gemeinsamen Apéro unter Berücksichtigung der verschiedenen Schutzmassnahmen.



Spectacle « Chargée à 130% » par Le Caméléon, le 7 septembre 2020 /
Spektakel «Chargée à 130%» von Le Caméléon am 7. September 2020

Am 30. Oktober fand der interkantonale Tag der betreuenden Angehörigen vollumfänglich online statt und wurde der Einführung der neuen zweisprachigen Telefonhotline An-gehör-ige für betreuende Angehörige im Kanton Freiburg gewidmet.

Zu diesem Zweck wurde ein erster Werbespot auf den sozialen Netzwerken der Hotline An-gehör-ige veröffentlicht. Diese werden nun regelmässig aktualisiert, um die Hotline bekannter zu machen und für Angehörigenbetreuung zu sensibilisieren. In Zusammenarbeit mit dem selbstständigen Produzenten Miguel Béchet wurden Videoclips kreiert. Diese basieren auf einem Treffen des Improvisationstheaters Playback Roman...d und einer begrenzten Anzahl betreuenden Angehörigen im Juli 2020 im Theater de la Cité.



*Un proche aidant interagit avec la troupe de théâtre d'improvisation Playback Roman...d /
Eine betreuende Angehörige interagiert mit der Truppe des Improvisationstheater Playback Roman...d*

Im Oktober 2020 wurde zusammen mit der GSD eine Pressekonferenz organisiert. Im Anschluss daran hatten verschiedene Mitglieder des PA-F Komitees die Möglichkeit den Verein und die Hotline An-gehör-ige in Sendungen des lokalen deutschsprachigen Radios vorzustellen, namentlich Christine Meuwly bei Radio Freiburg und Sandrine Pihet beim SRF. Zudem sind mehrere Artikel in der lokalen Presse erschienen, die die Rolle von PA-F bei der Entwicklung des Projekts und die Probleme der Angehörigenbetreuung hervorgehoben haben.

Wie bei vielen anderen, war es aufgrund der Krise der COVID-19 Pandemie nicht möglich alle für 2020 geplanten PA-F Veranstaltungen durchzuführen. Dazu gehören ein Raclette- Abend für betreuende Angehörige oder auch die «Besuchsstipendien», bei denen Studierende der Musikhochschule, zukünftige Pflegefachpersonen oder Sozialarbeitende und pensionierte Personen zu betreuenden Angehörigen nach Hause gehen, um ihnen Aktivitäten anzubieten und die Isolation für einen Nachmittag zu durchbrechen. Wir hoffen sehr, dass diese Veranstaltungen in der Folge weitergeführt werden können, abhängig von der Entwicklung der gesundheitlichen Situation.

Comptes et bilan au 31 décembre 2020 / Konto und Bilanz per 31. Dezember 2020

Les charges pour l'année 2020 s'élèvent à CHF 116'651,63.- et les produits sont de CHF 119'457,70.-. Le résultat de l'année 2020 est donc un bénéfice de CHF 2'806,07.-.

Die Ausgaben für das Jahr 2020 belaufen sich auf CHF 116'651,63.- und die Einnahmen auf CHF 119'457,70.-. Das Ergebnis für das Jahr 2020 ist daher ein Gewinn von CHF 2'806,07.-.

	31.12.2019	31.12.2020
Actifs / Aktiven		
Caisse / Kasse	0.00	0.00
Compte postfinance	18 858.94	2 825.99
Actifs / Aktiven	976.00	2 400.00
Inventaire / Inventar	976.00	0.00
Stock / Bestand Brochures : Inventaire / Inventar	976.00	
Débiteurs / Debitoren	0.00	2 400.00
Facture DSAS journée intercantonale 2019 / Rechnung GSD Interkantonaler Tag 2019	16 954.40	0.00
Factures pour cotisations 2020 / Rechnungen für Mitgleidbeiträge 2020	0.00	2 400.00
Total des Débiteurs / Total Debitoren	19 834.94	5 225.99
Passifs (charges) / Passiven (Aufwand)		
Autres créanciers / Andere Kreditoren	0.00	0.00
Crédit pour / Gutschrift für HEdS journée intercantonale 2019	9 550.45	0.00
Crédit pour / Gutschrift für HEdS gestion et coordination PA-F 2019	163.17	0.00
Passifs transitoires (produits) / Transitorischen Passiven (Ertrag)		
Financement LoRo-Hotline reçu en 2019 pour activités 2020 / Finanzierung 2019 für 2020	21 000.00	
Financement LoRo-Hotline reçu en 2020 pour activités 2021 / Finanzierung 2020 für 2021	0.00	1 000.00
Financement LoRo-PAF reçu en 2020 pour activités 2021 / Finanzierung 2020 für 2021	0.00	919.62
Capital / Eigencapital	500.30	500.30
Résultat de l'exercice / Geschäftsergebnis	5 575.42	2 806.07
Total Passifs / Total Passiven	36 789.34	5 225.99
	Différence	0.00

Comptes / Erfolgsrechnung 31.12.2020		Comptes / Jahresrechnung 2019	Budget 2020 avec financement LoRo 2020	Comptes / Jahresrechnung 2020
Charges/Aufwand				
5000	Geschäftsstelle / Gestion / Coordination	CHF 48 200.00	CHF 27 500.00	CHF 29 100.00
	1) Fonctionnement/Betriebsausgaben	CHF 8 000.00	CHF 6 000.00	CHF 9 100.00
	5010 AG, comité / GV, Vorstand	CHF 3 200.00	CHF 2 500.00	CHF 3 700.00
	5011 Secrétariat, comptabilité / Sekretariat, Buchhaltung	CHF 1 800.00	CHF 1 000.00	CHF 1 900.00
	5012 Communication, site internet / Kommunikation, Website	CHF 2 100.00	CHF 2 000.00	CHF 2 800.00
	5013 Sensibilisation, défense intérêts PA / Sensibilisierung, Interessenvertretung	CHF -	CHF -	CHF -
	5014 Traductions / Übersetzungen	CHF 900.00	CHF 500.00	CHF 700.00
	2) Activités spécifiques/Spezifischen Tätigkeiten	CHF 40 200.00	CHF 21 500.00	CHF 20 000.00
	5020 Permanence téléphonique/Telefonische Sprechstunde	CHF 6 500.00	CHF -	CHF -
	5021 Mise à jour répertoire offres, améliorer site internet	CHF 18 500.00	CHF -	CHF -
	5022 Organisation événements / Organisation von Veranstaltungen	CHF 3 700.00	CHF 9 500.00	CHF 8 000.00
	5023 Newsletter	CHF 11 500.00	CHF 12 000.00	CHF 12 000.00
5100	Matériel Bureau / Büromaterial	CHF -	CHF 100.00	CHF -
5110	Téléphone et Envois / Telecom + Versände	CHF 189.20	CHF 200.00	CHF 44.40
5120	Banque et Frais Poste / Bank & Postspesen	CHF 150.90	CHF 200.00	CHF 140.00
5130	Site web & hébergement / Website & IT services	CHF 389.88	CHF 400.00	CHF 352.93
5200	RP et publicité / PR & Werbung	CHF 92.50	CHF 850.00	CHF -
5300	Conférences membres / Mitgliederanlässe (fonctionnement)	CHF 1 340.55	CHF 5 575.42	CHF 3 088.30
5400	Conférences publiques / öffentl. Tagungen (LoRo)			
5410	Questionnaires / Fragebogen	CHF -	CHF -	CHF -
5600	PA-F Livret 15 Questions / PA-F 15 Fragen	CHF 1 000.00	CHF 1 000.00	CHF 976.00
5700	Divers / sonstige Aufwände	CHF 20.00	CHF 500.00	CHF -
5800	Loyer et infrastructure / Miete & Infrastruktur	CHF -	CHF -	CHF -
5500	Projet 1 : Journée intercantonale des PA / Interkantonaler Tag der PA	CHF 7 403.95	CHF 18 950.00	CHF 18 950.00
5550	Projet 2 : Hotline-Proches / Hotline-Angehörige	CHF 55 120.00	CHF 66 000.00	CHF 64 000.00
	Total Charges/Aufwand	CHF 113 906.98	CHF 121 275.42	CHF 116 651.63
Produits/Ertrag				
3400	Cotisations / Mitgliedsbeiträge			
	3401 Membres individuels / Einzel Mitglieder	CHF 490.00	CHF 500.00	CHF 275.00
	3402 Membres collectifs / Kollektive Mitglieder	CHF 750.00	CHF 750.00	CHF 750.00
	3403 Membres collectifs "soutien" / Kollektive Mitglieder "Stütze"	CHF 9 000.00	CHF 9 000.00	CHF 9 000.00
3500	Spendes / Donations	CHF 468.00	CHF 500.00	CHF 4 482.70
3600	Sponsoring / Subventionen DSAS			
3601	Loterie Romande PA-F	CHF 36 700.00	CHF 20 000.00	CHF 20 000.00
3605	Loterie Romande projet Hotline-Proches	CHF 55 120.00	CHF 66 000.00	CHF 66 000.00
3202	DSAS Journée intercantonale des PA / GSD Interkantonaler Tag der PA	CHF 16 954.40	CHF 18 950.00	CHF 18 950.00
3700	Zinsen / Intérêts			
3800	Divers / Sonstige Erträge		CHF 5 575.42	
	Total Produits/Ertrag	CHF 119 482.40	CHF 121 275.42	CHF 119 457.70
	Bilan (produits - charges) / Bilanz (Ertrag - Aufwand)	CHF 5 575.42	CHF -	CHF 2 806.07



Bericht der Rechnungsrevisoren / Rapport des réviseurs des comptes

Wir haben die abgeschlossene Erfolgrechnung und Bilanz per 31. Dezember 2020 geprüft und stellen wie folgt fest:

- Die Buchungen und Belege wurden stichprobenartig geprüft.
- Die Aktiven und Passiven sind richtig bewertet und ausgewiesen.
- Die Rechnungsführung entspricht den Statuten, die Buchhaltung wird ordnungsgemäss und übersichtlich geführt.
- Das Resultat beträgt 2'806.07 CHF.

Aufgrund der Ergebnisse unserer Prüfung beantragen wir der Mitgliederversammlung, die Jahresrechnung 2020 des Vereins PA-F zu genehmigen und die verantwortlichen Organe zu entlasten.

Nous avons vérifié les comptes et le bilan d'exploitation clôturés au 31 décembre 2020 et nous déclarons que :

- La comptabilité et les pièces comptables ont été examinés par pointages.
- Les actifs et passifs sont correctement estimés et reportés.
- La gestion de la comptabilité a été effectuée de manière conforme aux statuts, et la comptabilité a été tenue en bonne et due forme, et elle est clairement organisée.
- Le résultat de l'exercice est de 2'806.07 CHF.

Sur la base des résultats de notre révision, nous proposons à l'Assemblée générale d'approuver les comptes 2020 de l'Association PA-F et de donner décharge aux organes responsables.

Freiburg / Fribourg, 22.01.2021

Die Revisoren / Les réviseurs

Armin Bielmann

Jacqueline Gremaud Neri

Membres partenaires / Partnermitglieder



RÉSEAU FRIBOURGEOIS
DE SANTÉ MENTALE
FREIBURGER NETZWERK
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Croix-Rouge fribourgeoise
Freiburgisches Rotes Kreuz 
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse

 **alzheimer**
fribourg freiburg



AFIPA - VFA

Association Fribourgeoise
des Institutions pour Personnes Agées
Vereinigung freiburgischer Alterseinrichtungen

**PRO
SENECTUTE**



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



Association Fribourgeoise
Aide et soins à domicile
Spitex Verband Freiburg



LA FAMILLE AU JARDIN

pro infirmis

Membres collectifs / Kollektivmitglieder



Vereinigung Wachen und Begleiten

WABE
Deutschfreiburg



VALM

Veiller, Accompagner Là et Maintenant



Association Profamille Fribourg



Votre assistance à domicile



Association fribourgeoise action et accompagnement psychiatrique
Freiburgische Interessengemeinschaft für Sozialpsychiatrie