

Editorial



Liebe Steinhauserinnen
Liebe Steinhauser

Jemanden betreuen und pflegen erfordert viel Geduld, Zeit, Einfühlungsvermögen und Empathie. Nebst positiven Erfahrungen und Befriedigung stossen die Betreuenden selbst aber oftmals an ihre Grenzen oder vergessen sich selber. Eigene Bedürfnisse rücken in den Hintergrund und die Dauerbelastung birgt gesundheitliche Risiken.

Es ist eine immense Herausforderung, diesen Spagat zu meistern.

Dieses Thema beschäftigt auch die Politikerinnen und Politiker im Kanton Zug. So ist das Thema "Die Entlastung der pflegenden Angehörigen" ein Legislaturziel der Zuger Regierung. Zusammen mit anderen Gemeinden und dem Kanton setzen wir uns damit intensiv auseinander. Es ist eine Herausforderung – für alle.

Informieren Sie sich an der Veranstaltung "dich betreuen und pflegen – mich selbst beachten" vom 27. November 2017 im neuen Gemeindesaal, 14.00 – 16.30 Uhr.

Ich wünsche Ihnen einen interessanten Nachmittag und passen Sie auch gut auf sich auf.

Herzliche Grüsse

Esther Rüttimann
Gemeinderätin
Soziales und Gesundheit
Gemeinde Steinhausen

Unterstützung in Belastungssituationen – Betreuung und Pflege durch Angehörige

Die meisten Menschen möchten bis zu ihrem Tod in der gewohnten Umgebung und in ihrer Wohnung bleiben. Um diesem Wunsch entgegen zu kommen betreuen und pflegen Angehörige von erkrankten und betagten Menschen diese oft bis ans Lebensende. Für die betreuenden und pflegenden Angehörigen stellt diese Aufgabe einen grossen zeitlichen und persönlichen Einsatz dar, der sie mitunter auch einmal an Grenzen bringen kann. Nichtsdestotrotz kann diese Aufgabe aber auch sehr befriedigend und sinnvoll sein, wenn genügend Unterstützung vorhanden ist und die eigene Gesundheit nicht gefährdet wird.

Dich betreuen – mich beachten

Die Gesundheit sowohl der Betreuungspersonen, wie des zu Betreuenden soll dabei soweit als möglich erhalten werden. Das Sorge tragen zur eigenen Gesundheit, eigene Bedürfnisse wahrnehmen und zudem gut informiert sein über passgenaue und bezahlbare Angebote zur Entlastung ist nicht immer einfach. Oftmals ist man so stark mit der Aufgabe beschäftigt alles unter einen Hut zu bringen, dass die Zeit und Energie fehlt sich darum zu kümmern. Dabei ist es enorm wichtig, dass betreuende und pflegende Angehörige gesund bleiben, damit sie nicht selbst zum Pflegefall werden.

An der Veranstaltung vom 27. November im Gemeindesaal Steinhausen erfahren Sie alles Wissenswerte zur Betreuung und Pflege von Angehörigen. Sie erhalten die Gelegenheit, sich bereits frühzeitig mit der möglichen Auf-

gabe der Betreuung und Pflege eines Angehörigen zuhause auseinander zu setzen. Auch wenn Sie bereits in der Rolle der Betreuenden und Pflegenden sind, erhalten Sie wichtige Informationen und Anregungen.



Die Veranstaltung geht den Fragen nach:

- Wo finden pflegende Angehörige Beratung und zu welchen Fragen? Wo holen sich Angehörige Kompetenzen und Wissen für die Pflege von Angehörigen? Durch wen und durch welche Angebote wird das Selbstmanagement bei einer Erkrankung gefördert? Wie werden Erkrankte und pflegende Angehörige erreicht? Welche internetbasierten Plattformen zur Informationsbeschaffung existieren?
- Welche Angebote für den Austausch und Gespräche gibt es für pflegende Angehörige und Erkrankte? Wohin sollen sich pflegende Angehörige in Krisensituationen wenden? Wo bekommen pflegende Angehörige Soforthilfe?
- Wo erhalten pflegende Angehörige Unterstützung bei der Organisation ihres Alltags? Welche finanzielle Unterstützung

gibt es? Wie ist Beruf und Angehörigenpflege zu vereinbaren? Wer koordiniert die Unterstützungsangebote? Wie ist die Finanzierung geregelt?

- Wie können sich pflegende Angehörige vor Überlastung schützen? Wie können sowohl pflegende Angehörige, wie auch Erkrankte ihre Ressourcen stärken? Wo gibt es welche Entlastungsangebote? Welches sind Anzeichen von Erschöpfung?
- Wo und wann können Überforderung und Konflikte in der Beziehung thematisiert und damit Gewalt vorgebeugt werden? Welche Warnzeichen müssen ernst genommen und kommuniziert werden? Was brauchen Familien um sich zu öffnen und Hilfe anzufordern?

Viele wertvolle Anlaufstellen und Adressen finden Sie in der Broschüre der Gesundheitsdirektion des Kantons Zug „Gut betreut und gepflegt - Informationen zu Hilfe und Pflege in jedem Alter“ und unter www.infosenior.ch.

Bei Pro Senectute Kanton Zug erhalten Sie kostenlos Informationen zu Entlastungsangeboten und finanziellen Fragen, sowie Hilfe bei der Koordination der Angebote. Nutzen Sie ausserdem das Angebot einer kostenlosen Gesundheitsberatung unter Tel. 041 727 50 69.

Agenda:

24. Januar 2018, 14.00 - 16.30 Uhr im Gemeindesaal:
«Marktplatz – Angebote im Alter»