Gemeinden Wasseramt

Entlastung und Unterstützung für pflegende Angehörige im Wasseramt

Informationsbroschüre mit nützlichen Links

Ein Netzwerk für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige leisten in unserer Gesellschaft einen unersetzlichen Beitrag und tragen entscheidend zur Kostenreduktion im Gesundheitswesen bei. Oft fühlen sie sich jedoch mit ihren Fragen, Sorgen und Bedürfnissen alleine gelassen und stossen bei der Arbeit an persönliche Grenzen.

Die Broschüre informiert über konkrete Unterstützungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige im Wasseramt. Das Angebot ist erfreulicherweise sehr gross und viele Organisationen bieten spezifische Hilfeleistungen zur Entlastung und Unterstützung von pflegenden Angehörigen an. Nutzen Sie dieses Netzwerk!

Ihre Wasserämter Gemeinden

Wichtiger Hinweis
Diese Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Eine Liste mit Links und Telefonnummern zu verschiedenen Anbietern und Dienstleistungen finden Sie auf den Seiten 10 – 11.

Entlastung und Pflege im Alltag	**4 – 5**
Notruf, Mahlzeiten, Fahrdienst, Hilfsmittel	**6**
Tagesplatz, Ferienbett	**7**
Austausch, Beratung, Bildung	**8 – 9**
Den Überblick behalten – nützliche Links	**10 – 11**

Entlastung und Pflege im Alltag

Spitex

Die Spitex erbringt verschiedene Dienstleistungen in den Bereichen Pflege, Wundbehandlung, ambulante psychiatrische Pflege und Palliative Care. Die Kosten werden in der Regel von den Krankenkassen übernommen, abzüglich Selbstbehalt. Es gibt verschiedene Anbieter (Non-Profit-Organisationen und privatwirtschaftliche Unternehmen). Mitarbeitende der Spitex verrichten auf Wunsch auch hauswirtschaftliche Arbeiten wie Wohnungsreinigung oder Wäschepflege. Diese Leistungen werden teilweise von der Zusatzversicherung der Krankenkassen mitfinanziert.

Auch bei der Kinderbetreuung bietet die Spitex Entlastungsmöglichkeiten für betreuende Angehörige an (Kinderspitex Nordwestschweiz).

Entlastungsdienste

Verschiedene Dienste entlasten betreuende Angehörige und unterstützen selbstständig Lebende mit Beeinträchtigung oder Krankheit in der Alltagsgestaltung. Kinder, Jugendliche, Erwachsene sowie Seniorinnen und Senioren mit einer Behinderung oder Krankheit werden kompetent und engagiert begleitet. Die Betreuung ist vielfältig: Ausflüge, Begleitung in die Therapie, Gespräche führen, Einkaufen, Essen zubereiten, Spaziergänge, Gedächtnistraining etc. Der Entlastungsdienst arbeitet mit festen Bezugspersonen, Häufigkeit sowie Form der Unterstützung werden individuell festgelegt.

Assistenzberatung

Pro Infirmis berät und unterstützt bei der Organisation für persönliche Assistenz.

Besuchs- und Begleitdienst

Bestimmte Umstände und Situationen können zu Alleinsein bis hin zu Einsamkeit führen. Der Besuchs- und Begleitdienst des SRK Kanton Solothurn ist eine Möglichkeit, vermehrt am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen und mitzumachen. Die freiwilligen Mitarbeitenden können mit ihren Begleittätigkeiten den Alltag punktuell vereinfachen und ermöglichen so Verschnaufpausen für die pflegenden/begleitenden Angehörigen.

Ergotherapie SRK Kanton Solothurn

Nach einem Unfall, einer neurologischen oder einer psychischen Erkrankung unterstützen Ergotherapeutinnen Betroffene und deren Angehörige auf dem Weg, den Alltag wieder möglichst selbstständig bewältigen zu können. Die Ergotherapeutinnen SRK machen auch Hausbesuche und können mit ihrer alltagsbezogenen Therapiearbeit eine grosse Entlastung für pflegende Angehörige darstellen.

Pro Senectute Aktiv Haushilfedienst

In Zusammenarbeit mit den Angehörigen oder Bezugspersonen unterstützen die Haushelferinnen der Pro Senectute die betroffenen Personen bei hauswirtschaftlichen Arbeiten wie Einkaufen, Kochen und Reinigen. Mit ihrem Einsatz vor Ort bieten sie auch verschiedene Alltagsaktivierungen an und entlasten pflegende Angehörige.

Begleitetes Wohnen

Pro Infirmis unterstützt und begleitet Menschen mit kognitiver oder psychischer Beeinträchtigung beim selbstständigen Wohnen.

Notruf, Mahlzeiten, Fahrdienst, Hilfsmittel

Notruf-Dienste

Der Notruf bietet Sicherheit zuhause. Per Knopfdruck kann im Notfall Hilfe angefordert werden. Die Notruf-Dienstleistungen von Spitex und dem Roten Kreuz sorgen rund um die Uhr für Sicherheit. Und somit auch für Entlastung der pflegenden Angehörigen.

Mahlzeitendienst

Während 365 Tagen im Jahr bringt der Mahlzeitendienst der Spitex ein abwechslungsreiches Mittagessen frisch zubereitet und warm ins Haus. Das Essen ist auf einem Porzellanteller schön angerichtet. Auch dieses Angebot kann dazu beitragen, pflegende Angehörige zu entlasten.

Fahrdienste

Freiwillige Fahrerinnen und Fahrer begleiten Menschen, welche auf Hilfe angewiesen sind, zum Arzt, ins Spital, zur Therapie oder zum Kuraufenthalt. Es sind auch Fahrten zum Einkaufen, für den Besuch von Freunden und zu Veranstaltungen möglich.

Hilfsmittel

Es gibt zahlreiche Hilfsmittel, welche pflegebedürftigen Menschen und ihren Angehörigen den Alltag erleichtern. Lassen Sie sich von spezialisierten Fachpersonen kompetent beraten und im Umgang mit diesen Hilfsmitteln instruieren.

Tagesplatz, Ferienbett

Tagesplatz

Altersheime sowie verschiedene private Organisationen bieten Tagesaufenthalte an. Pflegenden Angehörigen und Bezugspersonen wird empfohlen, bei der Wahl der Institution darauf zu achten, dass der Tagesgast im Betreuungsdienst aktiv integriert ist und an allen institutionellen Aktivitäten und Angeboten teilnehmen kann.

Ferienbett

Verschiedene Altersheime bieten Ferienbett-Aufenthalte an. Die Betreuung ist dabei auf den Bedarf der jeweiligen Person ausgerichtet; ein Ferienbett-Aufenthalt ist oft auch für schwer pflegebedürftige Personen möglich. Ein solcher Aufenthalt ermöglicht älteren Menschen einen authentischen Einblick in den Heimalltag und vereinfacht vielleicht den späteren Übertritt ins Alters- und Pflegeheim.

Tagesstätte für körperbehinderte Erwachsene

Pro Infirmis bietet Menschen mit schwerer Behinderung eine sinnvolle Tagesstruktur.

Austausch, Beratung, Bildung

Gesprächsgruppen

Verschiedene Organisationen bieten Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige an. Der regelmässige Austausch von Erfahrungen und Gedanken, Wissen über Krankheitsbilder und Krankheitsverläufe sowie Informationen über finanzielle Hilfen und Entlastungsmöglichkeiten tragen dazu bei, die belastende Situation besser zu bewältigen.

Selbsthilfegruppen

Die Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Solothurn bietet eine Selbsthilfegruppe für Betroffene von Alzheimer- oder anderen Demenzkrankheiten sowie deren Angehörige und Bezugspersonen an. Auch hier gilt: Vernetzung, Kontakt, Austausch und das Spüren von Solidarität und Verständnis kann Ihnen als pflegende Angehörige Mut machen. Sie spüren, dass Sie mit Ihrer Situation nicht alleine sind und finden vielleicht Wege, um schwierige Situationen im Pflegealltag besser zu meistern.

Sozialberatung

Pro Infirmis bietet Beratung in allen Lebensbereichen wie Arbeit, Sozialversicherungen, Finanzen, Wohnen, Beziehungs- und Ablösungsfragen, Unterstützung zur Selbstständigkeit.

Bildungsklub

Pro Infirmis bietet Erwachsenenbildung für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung.

Demenzberatung für pflegende Angehörige

Die Pro Senectute-Fachstellen bieten umfassende Beratung zur Betreuung und Pflege von Demenzkranken. Sie unterstützen die Angehörigen und Bezugspersonen bei der Erschliessung notwendiger, beziehungsweise entlastender Ressourcen und bieten im Bedarfsfall finanzielle Hilfe. Die Alzheimervereinigung Kanton Solothurn berät Personen, die an Demenz erkrankt sind, deren Angehörige sowie Bezugspersonen.

Familienkonferenz

Die Pro Senectute-Fachstellen bieten Familienkonferenzen an. Die professionell moderierten Gespräche mit Eltern und erwachsenen Kindern fördern den Dialog und zielen darauf, die anfallenden Pflege- und Betreuungsarbeiten zu koordinieren sowie die entsprechende Finanzierung innerhalb der Familie zu klären und zu sichern. Pflege und Betreuung zuhause werden langfristig geplant, die damit verbundenen Aufgaben unter den Familienmitgliedern aufgeteilt und der dabei entstehende Entschädigungsanspruch geklärt.

Bildung und Kurse

Bei der Betreuung und Pflege von Angehörigen braucht man, nebst Klärung der eigenen Rolle, vor allem auch das Wissen über die verschiedenen Angebote zur Entlastung und Unterstützung. Der Zyklus «Angehörige betreuen und pflegen» des SRK Kanton Solothurn vermittelt die wichtigsten Kompetenzen, um diese herausfordernde Tätigkeit positiv zu bewältigen. Auch die Solothurner Spitäler AG bietet entsprechende Weiterbildungsmöglichkeiten an.

Den Überblick behalten …

Welches Angebot ist jetzt wirklich für meine Situation geeignet? Wohin muss ich mich konkret wenden? Und wer bezahlt wieviel? Im Schweizer Gesundheitswesen gibt es viele Akteure und es ist nicht immer einfach, den Überblick zu behalten. Nachfolgend eine Übersicht mit nützlichen Links für pflegende Angehörige.

Spitex (inkl. Mahlzeitendienst)
www.spitex-wasseramt.ch, Telefon 032 675 60 30
www.laebesgarte.ch, Telefon 032 672 47 94 (Spitex Biberist)
www.spitex-derendingen-deitingen.ch, Telefon 032 682 22 44
www.spitex-luterbach.ch, Telefon 032 682 04 74
Spitex-Dienste Zuchwil, Telefon 032 686 52 82
Spitex Lohn-Ammannsegg, www.spitex-bucheggberg.ch, Telefon 032 351 61 16
www.spitexkinder.ch, Telefon 0848 232 232

Entlastungsdienste
www.entlastungsdienst.ch/aargau-solothurn, Telefon 058 680 21 50
www.srk-solothurn.ch, Telefon 032 622 37 20

Besuchs- und Begleitdienst
www.srk-solothurn.ch, Telefon 032 622 37 20

Ergotherapie
www.srk-solothurn.ch, Telefon 032 622 38 27

Pro Senectute Aktiv Haushilfedienst
www.so.prosenectute.ch, Telefon 032 626 59 59

Notruf-Dienste
www.spitexso.ch, Telefon 032 623 00 33
www.srk-solothurn.ch, Telefon 032 622 37 20

Hilfsmittel
www.bb.pro-senectute.ch/hilfsmittel/hilfsmittel, Telefon 061 206 44 33
www.sahb.ch, Telefon 062 388 20 20

Fahrdienste
www.srk-solothurn.ch, Telefon 0848 0848 99 (08.30 – 11.00 Uhr)
www.entlastungsdienst.ch/aargau-solothurn, Telefon 058 680 21 50
www.invamobil.ch, Telefon 032 622 88 50

Tagesplatz
www.wengistein.ch, Telefon 032 624 51 81
www.blumenfeld-zuchwil.ch, Telefon 032 686 62 11

Ferienbett
www.altersheime-gsa.ch, Telefon 032 685 43 01

Gesprächsgruppen
www.alz.ch/so/, Telefon 062 212 00 80
www.so.prosenectute.ch, Telefon 032 626 59 59

Selbsthilfegruppen
www.selbsthilfesolothurn.ch, Telefon 062 296 93 91

Demenzberatung
www.so.prosenectute.ch, Telefon 032 626 59 59
www.alz.ch/so/, Telefon 062 212 00 80

Familienkonferenz
www.so.prosenectute.ch, Telefon 032 626 59 59

Bildung und Kurse
www.srk-solothurn.ch, Telefon 032 622 38 29
www.so-h.ch, Telefon 032 627 35 58

Alles zum Thema Behinderung
www.proinfirmis.ch/angebot/solothurn, Telefon 058 775 21 20
(Beratungsstelle Solothurn)

Diese Broschüre wurde mit Unterstützung der Jakob Urben Stiftung Kriegstetten realisiert
Copyright © Herausgeberin: Gemeinden Wasseramt Solothurn | Stand September 2018