

## Wann ist der richtige Zeitpunkt Hilfe anzunehmen?

03.09.2024

Welche Entlastungs- und Unterstützungsmöglichkeiten für das Leben Daheim stehen den betreuenden Angehörigen in der Versorgungsregion Allschwil-Binningen-Schönenbuch zur Verfügung? An wen kann sich gewendet werden, wenn einem die Betreuung und Pflege von Angehörigen «über den Kopf wächst» oder wenn einem die Bewältigung des Alltags zuhause zu viel wird? Eine Veranstaltung der Fachstelle Alter und Gesundheit ABS in Zusammenarbeit mit dem Netzwerk Alter ABS

Mit dem öffentlichen Vortrag «Wann ist der richtige Zeitpunkt Hilfe anzunehmen?» will die Fachstelle Alter und Gesundheit ABS in Zusammenarbeit mit dem Netzwerk Alter ABS auf die vielfältigen Angebote zur Entlastung und Unterstützung im Alltag Daheim aufmerksam machen. Es wird aufgezeigt, welche Entlastungsangebote den Alltag erleichtern.

Ältere Menschen haben oft Schwierigkeiten, Hilfe anzunehmen, wenn sie mit der Pflege und Betreuung eines Angehörigen überfordert sind oder der Alltag zu Hause zunehmend zur Herausforderung wird. Häufig fürchten sie, ihre Selbstständigkeit zu verlieren oder der Familie zur Last zu fallen. Die Anerkennung, dass man nicht mehr alles allein bewältigen kann, fällt ihnen oft schwer, und das Bitten um Unterstützung wird als Eingeständnis von Schwäche empfunden. Diese Zurückhaltung kann dazu führen, dass ältere Menschen weiterhin die Pflege ihrer Partner übernehmen, selbst wenn sie ihre eigenen körperlichen und emotionalen Grenzen längst erreicht haben. Die Folge ist, dass sie sich oft erst dann Hilfe suchen, wenn ihre Kräfte völlig erschöpft sind.

Anja Seiwert, SRK Baselland, informiert über Entlastungsangebote in den Bereichen Pflege und Betreuung wie Spitex Grundpflege, Hauswirtschaft, freiwilliger Besuchsdienst, Fahrdienst und Sturzprävention. Bettina Schönberger, Pro Senectute beider Basel, stellt Dienstleistungsangebote wie Hilfestellung bei der Steuererklärung, bei Ergänzungsleistungsanträgen, Hilfsmitteln, Gartenarbeit und Reinigung vor.

Eine betreuende Angehörige erzählt von ihren persönlichen Erfahrungen, den Lebenspartner zu pflegen und betreuen, bis es nicht mehr ging. Im Interview wird einerseits auf die Zusammenarbeit mit der Fachstelle Alter und Gesundheit ABS eingegangen, andererseits auf die gewählten Entlastungs- und Unterstützungsangebote wie Freiwilligendienst, Tagesstätte und Angehörigengruppe.

Im Anschluss an die Veranstaltung stehen die Referentinnen und die Mitarbeiterinnen der Fachstelle Alter und Gesundheit ABS gerne für Fragen zur Verfügung.

**Mittwoch, 11.09.24, 14.00 bis 15.30 Uhr, Kronenmattsaal, Weihermattweg 10, Binningen**  
Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Flyer

<http://www.allschwil.ch/de/aktuelles/meldungen-news/Hilfe-anzunehmen-Alter-und-Gesundheit.php>