

Zeitschrift: Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: 9 (2001)
Heft: 2

Artikel: Gespräche bringen Entlastung
Autor: Kloeden, Christiane von
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-818625>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 15.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Gespräche bringen Entlast

Eine befristet aktive Gesprächsgruppe für ältere Menschen, die Zuhause einen Angehörigen betreuen und pflegen, bieten Pro Senectute Kanton Zürich und der Stadtärztliche Dienst Zürich an. Es finden jeweils sechs Treffen dieser Gruppe der Betroffenen, die sich austauschen möchten, statt (April bis September oder Oktober bis März). Die Teilnahme ist kostenlos.

* Christiane von Kloeden

Häufig fühlen sich Menschen durch eine chronische Erkrankung des Partners überfordert und allein gelassen. Nicht nur, dass die gemeinsame Zukunftsplanung plötzlich nicht mehr gilt, auch die Bewältigung des Alltags muss ganz neu geleistet werden. Einen Patienten 24 Stunden betreuen und pflegen, 365 Tage im Jahr, hat meist eine körperliche und seelische Überlastung der pflegenden Person zur Folge, was von der Umgebung gar nicht richtig wahrgenommen wird. Durch den Full-time-job isoliert sich der Angehörige meist mehr und mehr. Dazu kommen häufig Unwissenheit um Entlastungsmöglichkeiten und verdrängte Ängste sowie die Unfähig-

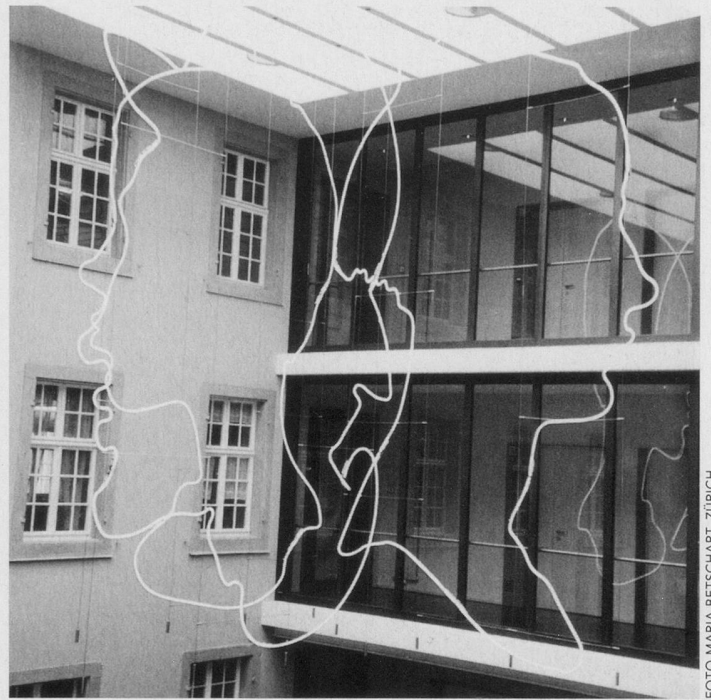


FOTO MARIA BETSCHART, ZÜRICH

keit zur Kommunikation im eigenem sozialen Umfeld. Letztlich eskalieren solche Situationen immer wieder, indem der Pflegende selbst völlig ausgebrannt und erschöpft zusammenbricht.

Um diesen Teufelskreis frühzeitig zu unterbrechen, bieten Pro Senectute und der Stadtärztliche Dienst schon seit Jahren Gesprächsgruppen an, in denen sich Betroffene über ihre Erfahrungen austauschen und

Neuer Leitfaden für Besuchsdienst «Schön, dass Sie kommen»

In unserer Gesellschaft wird auf verschiedenste Arten Freiwilligenarbeit geleistet. Eine davon ist der Besuchsdienst. Freiwillige besuchen Betagte, Alleinstehende, Trauernde, Kranke, Menschen, die Kontakte

wünschen oder über ein ungenügendes Beziehungsnetz verfügen. Dabei geht es um den Aufbau einer regelmässigen Beziehung, das Erleben von Gemeinschaft und die Verbesserung der Lebensqualität.

Ergänzend zum bereits veröffentlichten Leitfaden, ist die vorliegende Broschüre eine praktische Handreichung für Besucherinnen und Besucher. Sie formuliert die unterschiedlichen Erwartungen und Ansprüche die an Besucherinnen und Besucher

gestellt werden. Sie gibt Empfehlungen, was es bei Besuchen zu beachten gilt und enthält Hinweise, wie Engagement und Mitarbeit in den organisierten Besuchsdiensten integriert und gefördert wird.

Die Broschüre wird herausgegeben von Caritas Zürich, der Evangelisch-reformierten Landeskirche des Kantons Zürich, der Pro Senectute Kanton Zürich und dem Schweizerischen Roten Kreuz. **Ein Einzelexemplar kostet Fr. 5.-, ab 10 Stück: Fr. 4.-/Ex.** (inkl. MwSt und Porto).



Bitte senden Sie mir gegen Rechnung

Ex. Broschüre(n) «Schön, dass Sie kommen»

Name

Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Pro Senectute Kanton Zürich, Postfach, 8032 Zürich
Telefon 01/421 51 51, E-Mail: info@zh.pro-senectute.ch



ung

Telefonische Auskünfte und Anmeldungen

Pro Senectute Kanton Zürich
Sozialberatung Zürich-Stadt
Zweigstelle Forchstrasse
Christiane von Kloeden
Forchstrasse 145, 8032 Zürich
Telefon 01/421 51 91
Fax 01/421 51 21
info@zh.pro-senectute.ch

Im ganzen Kanton Zürich gibt es zusätzliche Gesprächsgruppen. Pro Senectute Kanton Zürich informiert Sie gerne:
Telefon 01/421 51 51

Stadtärztlicher Dienst Zürich
Irene Hilfiker
Walchstrasse 33, Postfach
8035 Zürich, Telefon 01/261 43 83

gegenseitig unterstützen können. Hier können nicht nur praktische Tipps und fachlicher Rat geholt werden, sondern hier kann man auch emotional auftanken. Neu lancieren die beiden Institutionen jetzt eine auf sechs Treffen befristete Abendgruppe. Damit reagieren sie auf die Erfahrungen mit bestehenden Gruppen, welche aufzeigen, dass in der akuten Pflegesituation oft schon durch wenige Treffen massive Entlastungen spürbar empfunden werden, weil ein gewisses Informationsdefizit behoben und eine Vernetzung mit Hilfsdiensten und anderen Betroffenen zum Tragen kommt.

* Christiane von Kloeden ist Sozialarbeiterin bei Pro Senectute Kanton Zürich, Zweigstelle Forchstrasse.

Krankenkassen-Prämienverbilligung

Die Ansätze für die Prämienverbilligung der Krankenkasse für das Jahr 2002 sind vom Regierungsrat des Kantons Zürich bekanntgegeben worden. Bis jetzt wurden die Anspruchsberechtigten direkt von der Sozialversicherungsanstalt über die Unterstützung informiert, das Geld gelangte danach automatisch zur Auszahlung.

NEU werden alle zur Prämienverbilligung Berechtigten im Mai 2001 ein Schreiben erhalten, auf das sie innerhalb von zwei Monaten antworten müssen. Erhält die Sozialversicherungsanstalt des Kantons Zürich keine Antwort, so leistet sie keine Unterstützung.

Falls Sie **Rat und Hilfe** für ihre Antwort benötigen, sind wir Ihnen gerne behilflich. Rufen Sie uns an, unsere Telefonnummer lautet **01/421 51 51**. Sie können sich selbstverständlich auch an die Pro Senectute Zweigstelle in Ihrer Nähe wenden.

Begegnen.



In anregender Atmosphäre
andern Menschen begegnen.
Unsere Seminar-
und Tagungsräume
sind ein guter Ort dafür.

Ob für Ferien,
Wellness oder Seminare,
das Hotel Artos erwartet Sie
inmitten
einer faszinierenden Bergwelt
mit einer vielfältigen Infrastruktur
und feiner Küche.

Hotel Artos Interlaken
Alpenstrasse 45, 3800 Interlaken
Telefon 033 828 88 44
artos@vch.ch

ZAHLUNGEN TERMINGERECHT ERLEDIGT?

Fachkundige Berater nehmen sich Zeit für Sie und erledigen Ihre administrativen Arbeiten wie Zahlungsverkehr mit Post und Bank, Rückerstattungsansprüche an Krankenkassen, Briefe an AHV und Pensionskassen etc.

Der Treuhanddienst für Betagte ist eine Dienstleistung von Pro Senectute Kanton Zürich für Menschen im AHV-Alter.

Wir informieren Sie unverbindlich und persönlich unter
Telefon 01/421 51 51

 **PRO
SENECTUTE**
KANTON ZÜRICH