

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 94 (2016)  
**Heft:** 1-2

**Rubrik:** Pro Senectute : "Der Entlastungsdienst ist ein Puzzleteil"

### **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:** 20.01.2026

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

## «Der Entlastungsdienst ist ein Puzzleteil»

Der Entlastungsdienst von Pro Senectute Appenzell Innerrhoden ermöglicht pflegenden Angehörigen einen Nachmittag pro Woche Zeit für sich selber. Sozialarbeiterin

Ingrid Albisser erzählt Zeitlupe-Redaktorin Usch Vollenwyder von diesem Angebot.

Pflegende Angehörige, die Betreuung manchmal rund um die Uhr leisten, kommen auch mit Spitex und anderen Unterstützungsdiensten oft an ihre Grenzen. Sie haben keine Zeit mehr für sich selber und für ihre eigenen Bedürfnisse. Hier füllt unser Entlastungsdienst eine Lücke: Er ermöglicht pflegenden Angehörigen einen freien halben Tag in der Woche – für einen Coiffeurbesuch, ein Treffen mit Freundinnen oder einen unbeschwerten Spaziergang. Manchmal sind es die betroffenen Angehörigen selber, oft aber auch ihre erwachsenen Kinder, die mit mir als Ansprechperson und Koordinatorin des Entlastungsdiensts Kontakt aufnehmen.

In einem ersten Schritt lasse ich mir die Situation schildern und mache Vorschläge: Vielleicht ist ja unser Tageszentrum eine Entlastungsmöglichkeit? Wo punktuelle Hilfe und Unterstützung nötig sind, verweise ich an die Spitex. Wenn hingegen ein krankes Familienmitglied nur zu Hause in den eigenen vier Wänden betreut werden kann, ist unser Entlastungsdienst eine gute Lösung. Dabei achten wir auf Regelmässigkeit, Verbindlichkeit und Kontinuität bei den Betreuenden, damit sich Betroffene nicht immer wieder auf neue Bezugspersonen einstellen müssen.

Für diesen Entlastungsdienst stehen uns zurzeit acht Frauen und ein Mann zur Verfügung. Sie bilden zusammen keine fixe Gruppe, die sich zum Beispiel regelmässig trifft. Vielmehr frage ich gezielt diejenige Person aus der Gruppe an, die mir für diesen oder jenen Einsatz am ge-

eignetsten scheint. Eine pflegerische Ausbildung ist nicht Voraussetzung, aber alle bringen berufliche oder private Betreuungserfahrung mit. Dann arrangiere ich ein erstes Treffen mit allen Beteiligten; die Chemie zwischen ihnen muss ja auch stimmen. Nach diesen Vorabklärungen wird ein Vertrag abgeschlossen. Der Einsatz kostet für die Betroffenen zehn Franken pro Stunde, die Betreuungspersonen werden für ihren Einsatz entschädigt.

«Im Zentrum des Angebots stehen Betreuung und Begleitung: spielen, vorlesen, spazieren oder einfach da sein.»

Das Angebot ist vertraglich geregelt und beinhaltet keine Grundpflege, keine Behandlungspflege und keine hauswirtschaftlichen Leistungen. Im Zentrum stehen Betreuung und Begleitung in der individuellen Alltagsgestaltung: spielen, vorlesen, spazieren oder auch einfach nur da sein.

Sobald ein Team eingespielt ist, kann man die Einsätze flexibler gestalten. So wurde der Entlastungsdienst auch schon für zwei halbe Tage pro Woche, ausnahmsweise für einen Samstagabend oder einmal intensiv während der letzten Lebensphase in Anspruch genommen. Er ist ein niederschwelliges Angebot: Wir reagieren schnell auf eine Anfrage, in nur

wenigen Tagen ist der Entlastungsdienst organisiert und kann beginnen.

Der Entlastungsdienst ist ein Puzzleteil in unserem Versorgungsnetz für ältere Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen. Bevor wir ihn vor neun Jahren ins Leben gerufen haben, wurde mit sämtlichen Anbietern von Unterstützungsangeboten auf dem Platz Appenzell Innerrhoden die bestehende Situation analysiert. Der von allen Organisationen gewünschte Entlastungsdienst ist eine Ergänzung zu den bereits vorhandenen Angeboten.

Die Vernetzung in Appenzell Innerrhoden von Spitex, Hospiz-Dienst und Kirche, der Alzheimervereinigung und Pro Senectute funktioniert sehr gut. Pflegende Angehörige können hier auf eine breite Palette von Unterstützungsangeboten zugreifen.

Das Tageszentrum von Pro Senectute im Altersheim Gontenbad zum Beispiel bietet eine Tagesstruktur für verschiedenste Menschen an: für an Parkinson oder Demenz Erkrankte, für Alleinstehende, Einsame oder in ihrer Mobilität eingeschränkte Seniorinnen und Senioren. In diesem Tageszentrum können sie ihre verbleibenden Fertigkeiten nutzen und ihre Ressourcen einbringen.

Zudem gibt es einen Mahlzeiten- und einen Besuchsdienst sowie den Fahrdienst vom Roten Kreuz. Alle diese Fäden laufen bei uns zusammen; wir schauen, welche Stellen bereits wo involviert sind und welche Angebote sich noch optimieren lassen. Für dieses sogenannte Case Management trage ich die



«Ich schätze das Appenzeller Brauchtum. Wenn ich das Glockengeläut eines Alpaufzugs höre, hält mich nichts mehr zurück»: Ingrid Albisser.

## Weitere Informationen

Pro Senectute Appenzell Innerrhoden, Geschäftsstelle, Marktgasse 10 c, 9050 Appenzell, Telefon 071 788 10 21, Mail [info@ai.prosenectute.ch](mailto:info@ai.prosenectute.ch), Internet [www.ai.prosenectute.ch](http://www.ai.prosenectute.ch)

Hauptverantwortung. Ich realisiere dabei immer wieder, wie viel Vertrauen uns die Bevölkerung entgegenbringt: Wir sind die wichtigste Anlaufstelle für Fragen und Informationen in Bezug auf ältere Menschen.

Auf unserer Geschäftsstelle teilen wir uns zu dritt zweihundert Stellenprozente. Damit können wir relativ viel leisten – dank unserem grossen Netz von ehrenamtlich mitarbeitenden Frauen und Männern. Wir pflegen den Kontakt zu unseren Freiwilligen. Ihnen unsere Wertschätzung zu zeigen, ist uns wichtig.

Zudem trägt eine engagierte Bevölkerung unsere Angebote und Aktivitäten mit. Die Kleinheit unseres Kantons ist ein weiterer Vorteil: Man kennt einander und weiss, wen und welche Kanäle man für welche Anliegen beiziehen und nutzen kann.

Als Sozialarbeiterin bin ich vor allem für Beratungen und die Organisation von Kursen zuständig. Beliebte Angebote sind auch gesellschaftliche Anlässe. Dazu gehört die regelmässige «Stobete». Dabei wird getanzt, und unser Seniorenchor tritt auf.

Daneben bin ich in verschiedenen Arbeitsgruppen tätig, begleite unsere Besuchsgruppe und leite das lokale interdisziplinäre Palliative-Care-Forum, das Schwerkranken in ihrer letzten Lebensphase begleitet. Meine Tätigkeit ist interessant und abwechslungsreich, aber gerade deswegen auch anspruchsvoll.

Ich kam vor fünf Jahren nach Appenzell zu Pro Senectute. Ich mag das Alpsteingebiet, wandere und reise gern, und ich schätze das Appenzeller Brauchtum! Wenn ich das Glockengeläut eines Alpaufzugs höre, hält mich nichts mehr zurück. Auch wenn ich regelmässig nach St. Gallen oder in meine alte Heimat Sursee fahre, hat Appenzell für mich viel Lebensqualität.

Noch vor zehn Jahren, mit vierzig, hätte ich mir nicht vorstellen können, dereinst in einer Altersorganisation tätig zu sein. Doch heute ist es ganz anders: Ich mag ältere Menschen und schätze die Arbeit mit ihnen! Sie bringen mir so viel Dankbarkeit entgegen, wie ich sie an meinen früheren Stellen nie erlebt habe.