



Liestal, den 30.10.24/SR

**30. Oktober 2024**

## **Unterstützung lohnt sich immer!**

**Gemäss einer kürzlich veröffentlichten Studie haben Entlastungsdienste für betreuende Angehörige einen grossen Mehrwert. Bereits wenige Entlastungsstunden wirken sich positiv auf die mentale Gesundheit und die Vereinbarkeit von Familie und Beruf aus. Die Entlastung reduziert auch Heimeintritte, die hohe Kosten für die Allgemeinheit mit sich bringen. Das Rote Kreuz Baselland erinnert am 30. Oktober zum «Tag der betreuenden Angehörigen» daran, wie wichtig es ist, für die Angehörigen da zu sein und sie zu entlasten.**

Eine aktuelle Studie von Sotomo im Auftrag der Paul Schiller Stiftung und des Vereins Entlastungsdienst Schweiz\* zeigt, dass Entlastungsdienste für betreuende Angehörige bereits bei einer bis zwei Ablösungsstunden pro Woche einen beachtlichen Mehrwert generieren. Entlastungsdienstleistungen tragen zu einer deutlichen Verbesserung des psychischen Wohlbefindens sowohl der unterstützten sowie der unterstützenden Person bei, verschaffen dem betreuenden Angehörigen eine Atempause und können die Vereinbarkeit von Betreuungsaufgaben und Beruf fördern. Viele Angehörige würden sich mehr Entlastung wünschen, werden aber aus finanziellen Gründen davon abgehalten.

### **Betreuende Angehörige leisten Enormes**

Angehörige zu betreuen, besonders wenn sie betagt sind oder an einer fortschreitenden Erkrankung leiden, kann belastend sein und mit der Zeit das eigene Wohlbefinden beeinträchtigen. Es drohen körperliche und seelische Erschöpfung sowie soziale Isolation. Pflegehelfende des Roten Kreuz Baselland lösen Angehörige in der Betreuung ab und verschaffen ihnen damit eine Atempause. 2023 wurden 30'899 Entlastungsstunden erbracht. Zusätzlich bietet das Rote Kreuz Baselland den betreuenden Angehörigen auch kostenlose Beratung und unterstützt sie indirekt über Leistungen wie den Fahrdienst oder den Besuchsdienst und Begleitdienst.

### **Bildung für alle - mit Wissen die eigenen Ressourcen stärken!**

Das Rote Kreuz Baselland setzt sich für alle Bevölkerungsgruppen ein, unter anderem auch für Angehörige, die beispielsweise eine an Demenz erkrankte Person pflegen und betreuen. Diese leisten wertvolle aber auch anspruchsvolle Arbeit! Es bleibt kaum noch Raum für die wichtige Selbstpflege zur eigenen Entlastung. Mit unseren für pflegende Angehörige entwickelten Kursen an den Standorten Sissach, Reinach und Liestal, möchten wir einen Austausch unter betroffenen Menschen mit ähnlichen Herausforderungen ermöglichen. Ein Fachinput rundet jede Veranstaltung ab. Kehren Sie gestärkt und mit neuer Energie in den Alltag zurück.

\*Entlastungsdienst Schweiz & Paul Schiller Stiftung (Hrsg.) (2024). [Wie Entlastung wirkt. Eine empirische Analyse der Wirksamkeit des Entlastungsdienstes.](#) Zürich.

Mehr Infos zu allen Angeboten [www.srk-baselland.ch/entlastung](http://www.srk-baselland.ch/entlastung)

Rotes Kreuz Baselland, Fichtenstrasse 17, 4410 Liestal  
Telefon 061 905 82 00, [entlastung@srk-baselland.ch](mailto:entlastung@srk-baselland.ch)



*Bildlegende:* Eine Pause hilft pflegenden Angehörigen, ihre eigene Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu erhalten.

### **Kontakt Medienmitteilung**

Rotes Kreuz Baselland  
Sonja Reihs, Leiterin Marketing & Fundraising  
Fichtenstrasse 17, 4410 Liestal

Tel. 061 905 82 17  
[s.reihs@srk-baselland.ch](mailto:s.reihs@srk-baselland.ch)  
[www.srk-baselland.ch](http://www.srk-baselland.ch)

*Anzahl Zeichen mit Leerschlägen (ohne Bildlegende und Infobox): 2'620*