

«Ohne schlechtes Gewissen mal durchatmen»

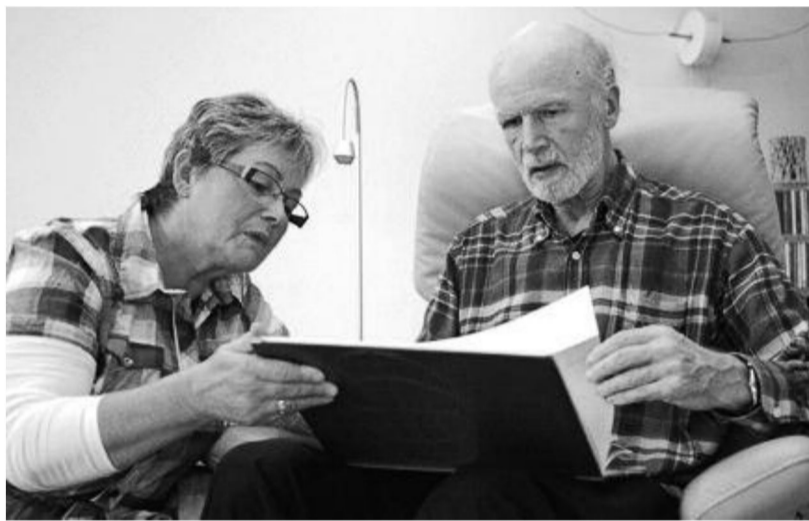
Das Rote Kreuz kennt fast jedes Kind. Aber was das SRK Luzern im Maihofquartier, wo es seinen Geschäftssitz hat, und im ganzen Kanton an verschiedenen Dienstleistungen erbringt, ist nicht vielen Einwohnern bekannt. Dieses Jahr wird beim SRK der Kommunikationsschwerpunkt auf die Entlastungsdienste gelegt – und die Notwendigkeit thematisiert, sich Hilfe zu holen.

Dieses Jahr möchte das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) Luzern eine Personengruppe hervorheben, welche – oft im Verborgenen – viel für unsere Gesellschaft leistet: Die Menschen, welche zu Hause ihre Angehörigen oder Freunde pflegen.

Einen nahestehenden Menschen zu Hause pflegen, kann auf die Dauer sehr anstrengend sein und schnell an die Grenzen der physischen und psychischen Belastbarkeit gehen. Deshalb bietet das SRK Luzern seit vielen Jahren den Entlastungsdienst an, durch welchen Betreuerinnen regelmässig im privaten Umfeld pflegende Angehörige entlasten; damit diese auch mal wieder Zeit für sich selbst finden und sich erholen können.

In Zeiten explodierender Gesundheitskosten leisten solche Modelle für die ganze Gesellschaft einen wichtigen Beitrag, denn oft müssten pflegebedürftige Menschen in eine stationäre Einrichtung ziehen, wenn sie nicht auf ihr persönliches Umfeld zählen könnten. Und ein Tag im Heim kostet deutlich mehr, als wenn diese Personen zu Hause wohnen bleiben. Auch die Lebensqualität der Betroffenen kann dadurch meistens auf einem deutlich besseren Niveau erhalten werden.

«Sich Hilfe zu holen, ist in solchen Situationen wichtig. Es ist niemandem gedient, wenn



Im Kreise seiner Liebsten weiterleben dürfen: auch dank der SRK-Pflegehelferinnen

zwischen den Involvierten ein Vertrauensverhältnis und man freut sich gegenseitig auf die gemeinsamen Stunden.»

Diese Erfahrung machte auch Klara H. aus dem Kanton Luzern, die für ihren parkinsonkranken Mann da ist. Sie ist deshalb froh um den SRK-Entlastungsdienst.

Christian H. leidet seit acht Jahren an Parkinson. Nach der Diagnose ging es rasch abwärts, die Kräfte liessen nach. «Es war ein grosser Kontrast zu vorher», erinnert sich der Ingenieur, der in der Digitalisierungsphase bei den SBB eine intensive Zeit erlebt hatte. So musste er sein Arbeitspensum bald auf 50 Prozent, später auf 20 Prozent reduzieren. Seine Frau Klara betreute ihn von Anfang an und beschäftigt sich seither eingehend mit der Krankheit. Ihre eigene berufliche Tätigkeit reduzierte sie sukzessive und war nach und nach rund um die Uhr für ihren Mann da. «Mit der Zeit wurde es immer strenger», stellte sie fest, er brauchte sie immer mehr, auch nachts. Und seine Krankheitsattacken mit Starren, Schweissausbrüchen und übermässigem Speichelfluss kamen häufiger. Wie viele andere pflegende Angehörige merkte sie eines Tages, dass die Dauerpräsenz ihr zusetzte und sie deshalb eine Verschnaufpause benötigte: «Ich hatte seit acht Jahren nie mehr Ferien und spürte, dass es langsam nicht mehr geht.»

SRK-Entlastungsdienst als Glücksfall

Durch die Mitgliederzeitung des SRK Luzern wurde Klara H. auf den Entlastungsdienst aufmerksam und seither kriegen die beiden zweimal wöchentlich Besuch einer SRK-Mitarbeiterin, die mit Christian H. den Tag verbringt. «Diese Stunden geben mir einen Freiraum, den ich dringend brauche», sagt eine erleichterte Klara H. So kann sie zweimal pro Woche für sich etwas unternehmen, sich zurückziehen, Dinge erledigen, die mehr Zeit beanspruchen, oder muss einfach für die alltäglichen Verrichtungen ausser Haus nicht mehr jede Minute auf die Uhr schauen.

Nicht nur sie ist mit der Lösung glücklich, auch ihr Mann geniesst die Stunden mit der SRK-Mitarbeiterin. Sie kochen zusammen, machen Brettspiele, unternehmen kurze Spaziergänge im Quartier oder philosophieren gerne über die verschiedensten Themen.

Weitere Dienstleistungen des SRK Luzern:

Besuchs- und Begleitsdienst, Kinderbetreuung zu Hause, Fahrdienste, Notruf-System, Krankenmobilität, Bildung/Beschäftigungsprogramm Prospectiva, Patientenverfügung, «chili»-Konflikttraining, Jugendrotkreuz, 2x Weihnachten.

041 418 70 10 / www.srk-luzern.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz
Luzern

Nic Bolli



Franz G. (73), Klient vom Rotkreuz-Entlastungsdienst

Pflegen Sie Angehörige? Wir entlasten Sie.

0842 48 48 48

www.srk-luzern.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz
Luzern

Schenken Sie mir Ihr Vertrauen.



Mein Name ist Andreas Leu, und ich bin als Standortleiter bei Walde & Partner in Luzern tätig. Wenn Sie sich mit dem Thema Verkauf befassen, sind Sie bei mir richtig. Ich nehme mir gerne die Zeit, Ihre Immobilie kennenzulernen und Sie umfassend zu beraten. Ich freue mich auf Sie.

WALDE & PARTNER

+41 41 227 30 32
andreas.leu@walde.ch
www.walde.ch

LOMBAGINE weil Hautfürsorge wichtig ist

Lernen Sie mein Angebot für eine gesunde, vitale und attraktive Haut kennen – in einem kostenlosen 45-minütigen

Schnuppertermin

Sie erfahren, wie einfach und wirkungsvoll eine gezielte «active anti-aging» sein kann. Auf die Haut zu achten ist wichtiger denn je, denn man kann sie nicht tauschen, wenn sie nicht mehr funktioniert.

IHRE HAUT IN BESTEN HÄNDEN....
Claudine Meylan, Weggismattstr. 8, 6004 Luzern
041 420 88 66



conversation française
groupes de max 5 pers.
le mercredi soir – 50 min. / 25.– frs

Weggismattstrasse 8 Tel. +041/(0)41/420 88 66
6004 Luzern Mobil: +/(0)79/357 38 13
cl.meylan@bluewin.ch

Podologie-Praxis Maihof
Edith Dürrenberger-Marty
Dipl. Podologin HF
Maihofstrasse 1
6004 Luzern
Tel. 041 420 85 20



Schweizerischer
Podologen-Verband

www.podologie-duerrenberger.ch

Für Lernende suchen wir immer wieder Modelle, welchen wir zu günstigeren Preisen podologische Behandlungen anbieten. Gerne nimmt das Team der Podologie-Praxis Maihof Ihre telefonische Anmeldung entgegen.