

## Pflege

## Umfangreiches Hilfsangebot in Muttenz

**Am Dienstag der Vorwoche fand der zweite Teil der Infoveranstaltung statt.**

Rund 20 Personen hatten sich zwei Wochen nach dem ersten Info-Anlass (Muttenzer Anzeiger Nr. 22) wieder im Alters- und Pflegeheim «Zum Park» eingefunden, um weitere Hilfestellungen für ihren Alltag zu erhalten. Das Thema diesmal lautete «Welche Entlastungsangebote können für pflegende Angehörige hilfreich sein?» und der Anlass gliederte sich in drei Teile. Zuerst widmete sich Mireille Beuchat von der Fachstelle für Altersfragen dem Thema, dann stellte die Muttenzer Geschäftsleiterin Gabriela Keller die private Spitex «Cura Domizil» vor und schliesslich präsentierte Mentalcoach Mirjam Link Tipps und Tricks zur Selbstfürsorge.

### Qual der Wahl

Schon bald nach dem Start war klar, dass der ambitionierte Zeitplan nicht eingehalten werden konnte. Zu umfangreich waren die Informationen, die Mireille Beuchat den Anwesenden auf 13 Folien vorstellte. Dabei war schön zu sehen, dass es trotz allfälliger Gefühle der Überforderung in Muttenz ein umfangreiches Hilfsangebot gibt. Zugegeben, die



*Pflegende Angehörige sind oft sehr gefordert und brauchen Hilfe, etwa von der öffentlichen und privaten Spitex.*

Foto Adobe Stock

Hilfe ist nicht immer üppig und auch teilweise etwas aufwendig zu erhalten, aber es gibt sie.

Etwa so wie auch die private Spitex «Cura Domizil». «Warum sollen wir eine private Spitex nehmen, wenn es doch die öffentliche gibt?», fragte ein älterer Mann aus dem Publikum keck. «Weil die öffentliche den Bedarf nicht mehr abdecken kann», antwortete Keller. «Aber die Preise ...» Keller lachte: «Ja, die Preise sind höher, da wir keine Subventionen bekommen.» Danach wurde abgemacht, weitere Fragen auf das Ende der Veranstaltung zu schieben. Das

Publikum freute sich über die Auflockerung, weitere davon bot Mirjam Link in ihrem Beitrag an, etwa Konzentrations- und Atemübungen. «Es war eindrücklich zu erleben, wie schon sehr einfache Übungen einen Effekt von Ruhe und Distanz geben können und einem selber guttun», sagte hinterher Mireille Beuchat. Sie freute sich auch über das positive Feedback: «Es war gut für die Angehörigen zu sehen, dass das Unterstützungsnetz in Muttenz sehr gross ist, man in einigen Bereichen sogar die Qual der Wahl hat, handkehrum kann man sehr individuell

schauen, was in der jeweiligen Situation passt.»

Annegret Blair von der Spitex Muttenz, vor zwei Wochen in der Rolle der Leiterin, war diesmal mit ihrer Mutter als Betroffene dabei: «Als quasi Insiderin bin ich mit vielem vertraut. Von Mireille Beuchat das ganze Repertoire von Angeboten zu hören, war trotzdem interessant und ich habe auch Neues erfahren. Die Infos von Gabriela Keller waren kurz und bündig, sie hat es auf den Punkt gebracht, was Cura anbietet und den Unterschied zur öffentlichen Spitex erklärt.»

### Niederschwellig

«Auch von Mirjam Link habe ich neue Techniken und Übungen kennengelernt, die ich sicher im Alltag einbauen kann.» Ihre 87 Jahre alte Mutter sei sehr beeindruckt gewesen, was es alles gibt und wie toll es sei, so einfach respektive niederschwellig an Unterstützung und Infos zu gelangen.

Als grosse Hilfe lag das Script des Abends in gedruckter Form aus, so können die Teilnehmenden zu Hause und ganz in Ruhe die Flut der Infos verarbeiten und für sich nutzen. Alles in allem zwei sehr hilfreiche und wichtige Abende, vor allem vor dem Hintergrund, dass die Gesellschaft immer älter wird. Axel Mannigel