

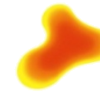


VBGF/ARPS-Herbsttagung

26. Oktober 2017

Betreuende und pflegende Angehörige im Rahmen der Kantonalen Aktionsprogramme (KAP)

Veronika Boss, Projektleiterin Kantonale Aktionsprogramme
Gesundheitsförderung Schweiz



KAP - Förderung der psychischen Gesundheit von betreuenden und pflegenden Angehörigen (BPA) und älteren Menschen

- Definition BPA in den KAP
- Gesundheitsförderung für BPA
- KAP-Module und BPA
- KAP-Ziele und BPA
- KAP-Massnahmen und BPA
- Dienstleistungen GFCH





Betreuende und pflegende Angehörige (BPA) in den kantonalen Aktionsprogrammen (KAP)

- Als Bezugspersonen bieten sie älteren Menschen Unterstützung, Betreuung und Pflege. Dies ermöglicht es älteren Menschen, trotz Beeinträchtigungen, möglichst lange und gut zuhause leben zu können.
- Viele BPA sind selber bereits im Pensionsalter
 - 2/3 sind Frauen, 1/2 Partnerinnen
 - Die pflegenden Partnerinnen sind im Durchschnitt 75, die Partner 78 Jahre alt (Perrig-Chiello & Höpflinger, 2012)



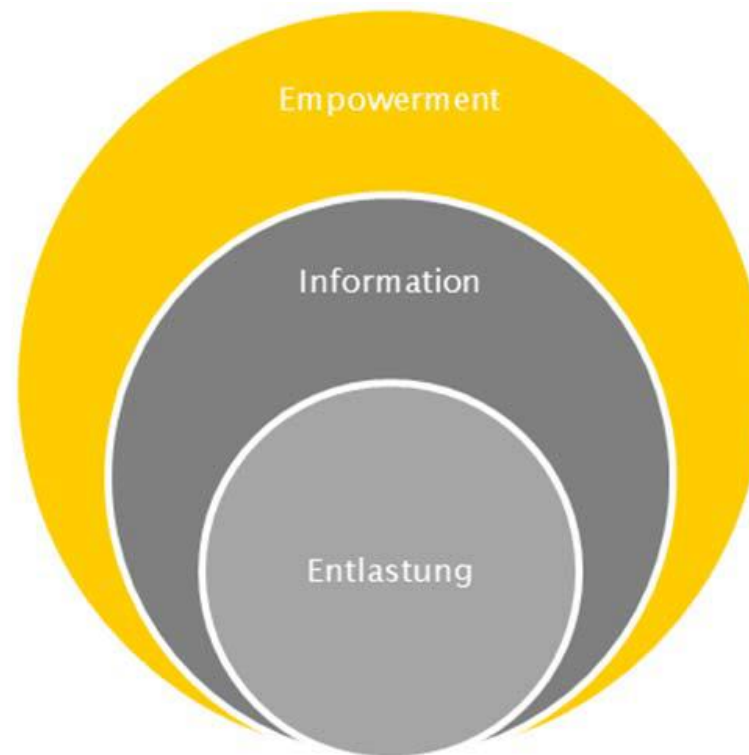
Gesundheitsförderung für BPA

- Was sie tun und wie es ihnen geht, beeinflusst Wohlergehen und Gesundheit der älteren Menschen und ihre eigene.
- Betreuungs- und Pflegeaufgaben können erfüllend sein, aber auch überfordern.
- Quellen für psychischen Stress sind z.B. Veränderungen, Verantwortung, Übernahme neuer Rollen, Besorgnis, soziale Isolation, Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit.
- Bei älteren BPA zusätzlich: Veränderung der Paarbeziehung, Schwinden der eigenen Kräfte



Förderung der psychischen Gesundheit bei BPA

Neben Entlastung und Information ist auch Empowerment wichtig, d.h. Förderung der Ressourcen und Kompetenzen.

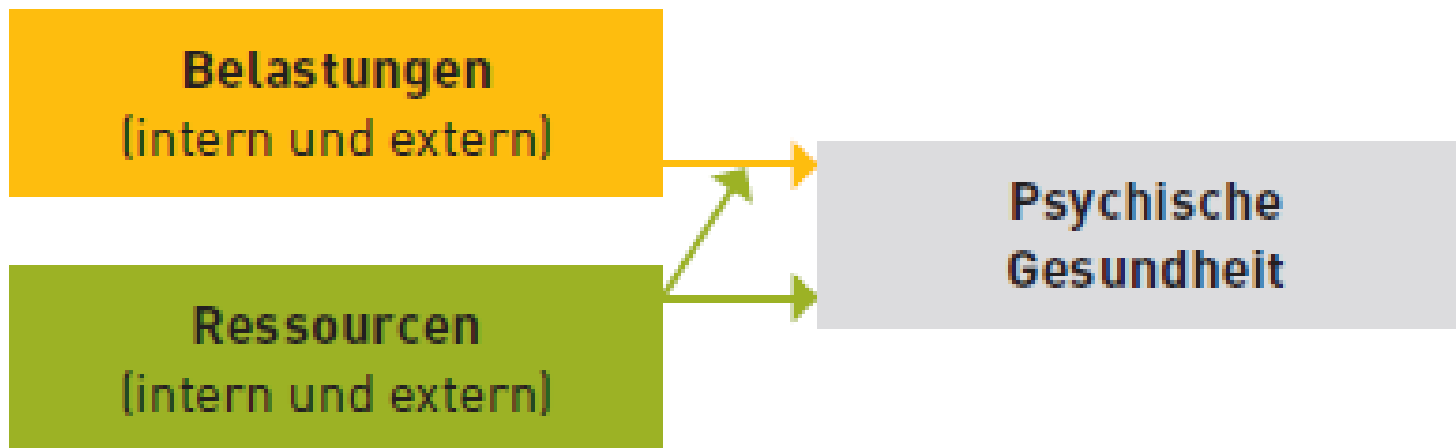


Quelle: Stricker, Métrailler und Neuenschwander (2016) Supportbedarf pflegender Angehöriger im Wasseramt. Berner Fachhochschule, Institut Alter



Zusammenspiel von Ressourcen und Belastungen

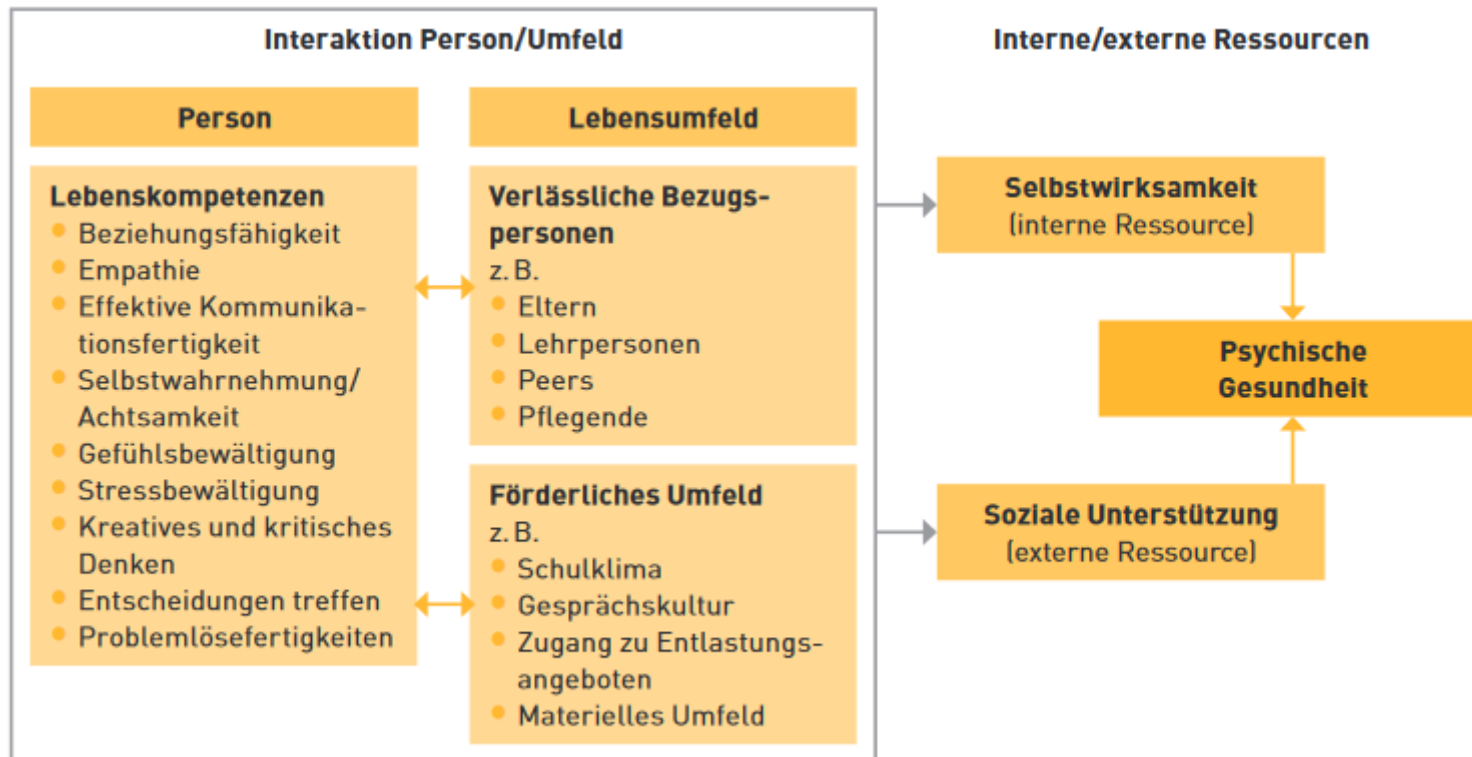
Ressourcen können Belastungen «abfedern» und psychische Gesundheit stärken.



Quelle: Grundlagenbericht psychische Gesundheit, GFCH (2016)





Ansatzpunkte für die Stärkung der Ressourcen: Lebenskompetenzen, Bezugspersonen und Umfeld



Quelle: Grundlagenbericht psychische Gesundheit, GFCH (2016)



KAP und ihre Module

	Ernährung und Bewegung	Psychische Gesundheit
	Modul A	Modul C (BPA möglich)
	Modul B (BPA sinnvoll)	Modul D: Pflegende Angehörige als Bezugspersonen älterer Menschen



Ziele für BPA in den KAP (1)

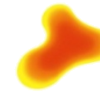
Modul D “Psychische Gesundheit älterer Menschen”

Ziel D2:

Niederschweligen Zugang zu Beratungs-/
Unterstützungsangeboten (materielles Umfeld)

Mögliche Detailziele:

- Informationen zum Thema psychische Gesundheit und zu Angeboten zur Verfügung stellen
- Zugang zu diesen Informationen und Angeboten aktiv verbessern



Ziele für BPA in den KAP (2)

Ziel D3:

Unterstützende soziale und strukturelle Rahmenbedingungen in Kanton, Gemeinden und Einrichtungen/ Angeboten (soziales Umfeld)

Mögliche Detailziele:

- Angebote und Dienstleistungen vernetzen, koordinieren und schaffen (!)
- Fachpersonen sensibilisieren, vernetzen und schulen
- Unterstützung und Wertschätzung im sozialen und strukturellen Umfeld verbessern



Ziele für BPA in den KAP (3)

Ziel D4:

Bezugspersonen mit ressourcenstärkenden, wirksamen Massnahmen erreichen (soziales Umfeld)

Mögliche Detailziele:

- Soziale Teilhabe und Interaktion fördern
- Selbstwirksamkeit fördern



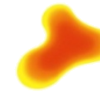
Ziele für BPA in den KAP (4)

■ **Modul B: «Ernährung und Bewegung ältere Menschen»**

- Bezugspersonen mit ernährungs- und bewegungsfördernden Massnahmen erreichen

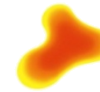
■ **Modul C «Psychische Gesundheit von Kindern & Jugendlichen»:**

- «Young carer» direkt erreichen
- Personen im sozialen Umfeld sensibilisieren und schulen
- Bezugspersonen/Eltern erreichen



Interventionen für BPA

- Einbezug des Themas «psychische Gesundheit» in bestehende Kurse, Schulungen, Dienstleistungen
- Schulungen zu psychischer Gesundheit für Fachpersonen und Freiwillige
- Niederschwellige, soziale Treffpunkte anbieten
- Angehörigengruppen
- Austausch via neue Medien
- Peer-Begleitung durch ehemalige, erfahrene BPA
- «Küchentisch»-Gespräche mit Professionellen
- Case-Management



Polycymassnahmen für BPA

- Verantwortlichkeit definieren für den Lead im Thema PBA, trotzdem interdepartementale Zusammenarbeit fördern
- Thema psychische Gesundheit in relevante Strategien und Leitbilder einbeziehen, wo BPA vorkommen
- Einbezug von Massnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit von BPA in Leistungsvereinbarungen mit Organisationen/ Gemeinden



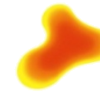
Vernetzungsmassnahmen für BPA

- Regelmässige Vernetzungstreffen für Anbieter von Angeboten und Dienstleistungen für BPA: Wissen teilen, koordinieren
- Mit Nachbarkantonen zusammen arbeiten, um Synergien zu nutzen und Randregionen besser zu versorgen



Öffentlichkeitsmassnahmen für BPA

- Zusammenstellung der bestehenden Angebote zur psychischen Gesundheit pro Gemeinde/ Region/ Kantone
- Proaktive und individuelle Informationsübermittlung via Druckmaterial, Webseite, App, Personen
- Betreuung und Pflege von Angehörigen öffentlich wertschätzen, z.B. an Jahrestagen, als regelmässige Kolumne im Lokalblatt, etc.



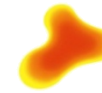
Strategien für den Aufbau von Massnahmen für BPA

- Partnerschaftliche, partizipative Angebote «auf Augenhöhe»
- Individualisierte, kurzfristig buchbare, flexible, gut zugängliche und zahlbare Angebote
- Ganzheitliche Angebotspalette pro Region aufbauen mit Entlastung, Information und Gesundheitsförderung
- Sich erweiternde «Zielgruppe Betreuende und Pflegende» beachten
- Übergeordnete Innovations-Projekte lancieren
- Angebote und Massnahmen auf Wirkung hin überprüfen



Dienstleistungen von GFCH

- Kontaktperson – Unterstützung, Beratung
- Wirkungsmanagement
- Wissensmanagement
- Projektförderung
<https://gesundheitsfoerderung.ch/projektfoerderung/unterstuetzung-beantragen.html>
- Vernetzung
- Zusammenarbeit auf nationaler Ebene
- Kommunikation



KAP - Förderung der psychischen Gesundheit von betreuenden und pflegenden Angehörigen und älteren Menschen

