



## Ein aktiver Ehemann

Daniel Favre, 59 Jahre alt,  
betreuender Angehöriger und  
Vollzeitangestellter

“ Seit dem Unfall meiner Frau renne ich den ganzen Tag herum und meine Arbeit belastet mich. Ich fühle mich stark, weiss aber, dass ich fragil bin. ”

### Ein aktiver Ehemann in der Rolle des betreuenden Angehörigen

*Sie sind beruflich aktiv und meistens bei guter Gesundheit. Sie müssen manchmal von einem Tag auf den anderen die Rolle als betreuende Angehörige übernehmen, zum Beispiel wenn ihre Ehepartner-in einen Unfall erlitten hat. Diese Angehörigen müssen oft ihre Arbeitszeit reduzieren, um sich der Pflege und den Bedürfnissen ihres Partners oder ihrer Partnerin widmen zu können.*

*Die Betreuung findet in der Regel in der gemeinsamen Wohnung statt. Sie kann zu Erschöpfung oder Niedergeschlagenheit bei den Betreuenden führen, insbesondere wenn die betreute Person eine ständige Überwachung benötigt.*

*Die betreuenden Angehörigen werden häufig von ihrem familiären Umfeld unterstützt und nehmen je nach finanziellen Möglichkeiten Dienstleistungen in Anspruch, um ihr Berufsleben und ihr Privatleben unter einen Hut zu bringen.*

### Herr Favre, Sie betreuen Ihre Frau seit mehreren Jahren. Erzählen Sie uns von Ihrem Alltag mit ihr bei Ihnen zu Hause.

Vor vier Jahren hatte meine Frau einen Unfall, der unser Leben völlig veränderte. Seit diesem Tag kümmere ich mich im Alltag um sie, da sie nur mit Mühe gehen und sprechen kann. Ihr Gesundheitszustand verschlechterte sich im Laufe der Jahre zunehmend, und ich musste immer mehr Pflege- und Betreuungsaufgaben übernehmen. Meine Frau braucht zum Beispiel Hilfe, um aufzustehen, sich anzuziehen und sich zu waschen. Ich muss auch viel Eigeninitiative an den Tag legen, um Gelder oder zusätzliche Unterstützungsleistungen zu beantragen, auf die wir Anspruch haben.

Am Anfang war es sehr schwierig, meinen Beruf, mein Privatleben und meine Rolle als betreuender Angehöriger miteinander zu vereinen. Meine Tage sind auf die Sekunde genau organisiert. Bevor ich am Morgen zur Arbeit gehe, bereite ich das Frühstück zu. Dann wecke ich meine Frau und wir essen gemeinsam. Tagsüber wird sie von Spitexmitarbeitenden betreut, die auch das Mittagessen zubereiten. Zum Glück habe ich einen verständnisvollen Arbeitgeber und einen kurzen Arbeitsweg. Ich bin immer erreichbar und kann schnell zu Hause sein, wenn es ein Problem gibt. Am Abend koche ich und helfe ihr beim Essen. Dann bringe ich sie ins Bett.

An den Wochenenden kann ich mich selten etwas ausruhen, weil ich mich um alles kümmern muss. Meine Frau kann nicht alleine gelassen werden. Wenn ich einmal weggehe, muss ich das planen. Die Situation ist belastend und beschäftigt mich konstant.

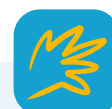
Sollte sich der Gesundheitszustand meiner Frau verschlechtern, würde ich irgendwann nicht mehr genug Kraft aufbringen können. Ich bereite mich deshalb auf mögliche weitere Rückschläge vor, damit mein familiäres und organisatorisches Gefüge stark genug ist, um diese aufzufangen. Es ist manchmal schwierig, aber ich muss auch an meine eigene Gesundheit denken und mir Zeit zum Erholen gönnen. Ich habe mir diese Rolle nicht ausgesucht, aber sie hat mich gelehrt, jeden Moment des Lebens in vollen Zügen zu geniessen.

Zum Glück kann ich auf die Unterstützung von ein paar engen Freundinnen und Freunden zählen, die uns gerne helfen und mit denen ich über bestimmte Situationen sprechen kann. Meine Schwester ist uns ebenfalls eine wertvolle Hilfe, vor allem, wenn ich am Wochenende etwas Zeit für mich brauche. Ich habe auch ein gutes Verhältnis zu den Fachleuten, die uns unterstützen.

**Auf welche Art von Unterstützung können Sie derzeit bei der Betreuung Ihrer Frau zählen?**

AROSS hat mir mit vielen Informationen und bei der Suche nach geeigneten Dienstleistern geholfen. Spitexmitarbeitende sowie motivierte Studierende in Gesundheitsberufen kümmern sich um meine Frau, während ich arbeite. Zudem kann ich

auf die Unterstützung unseres Freundeskreises, meiner Schwester und meines Arbeitgebers zählen.

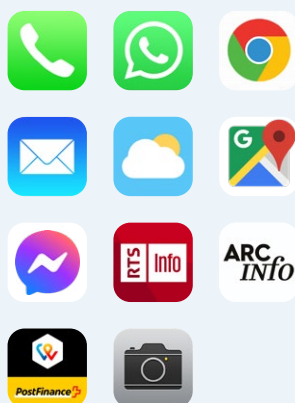


**Persönliche Bedürfnisse**

- Ausführlichere Informationen über das Sozialsystem und die finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten (z. B. IV)
- Weniger administrative Hürden bei der Beantragung von Leistungen (z. B. Ergänzungsleistungen)
- Finanzielle Unterstützung sowie Vergütung der Arbeit als betreuender Angehöriger
- Ein stabiles soziales Netz (Familie, Freunde, Bekannte)
- Soziale und gesellschaftliche Anerkennung des Stellenwerts von betreuenden Angehörigen
- Notfallstrukturen für Ausnahmesituationen
- Psychologische Unterstützung für betreuende Angehörige

tionen zu kommen, insbesondere wenn er unterwegs ist. Für das Schreiben von E-Mails, das Ausfüllen von Formularen oder komplexere Recherchen benutzt er jedoch lieber seinen Computer.

**Verwendete Apps**



**Für Daniel Favre sollte die App:**

- Auf verschiedene lokale Unterstützungsangebote verweisen
- Über die Rechte informieren, die betreuende Angehörigen in Anspruch nehmen können (z. B. IV)
- Die Nutzerinnen und Nutzer an die entsprechenden Einrichtungen verweisen
- Einen Entlastungsdienst im Falle von Krankheit und Abwesenheit der betreuenden Angehörigen oder der Pflegefachpersonen anbieten

Daniel Favre wünscht sich eine App, die alle wichtigen Informationen in Zusammenhang mit der Arbeit von betreuenden Angehörigen bereitstellt. Diese Informationen sollten regelmässig aktualisiert werden und an die unterschiedlichen regionalen Gegebenheiten angepasst sein. Die App könnte für betreuende Angehörige als erste Anlaufstelle dienen, insbesondere für Menschen, die diese Rolle von einem Tag auf den anderen übernehmen müssen.

“ Ich hätte als betreuender Angehöriger am Anfang viel Zeit sparen können, wenn alle wichtigen Informationen an einem Ort zu finden gewesen wären. ”