



Per E-Mail

An die
akkreditierten Medien

Steinhausen, 31.10.22

MEDIENMITTEILUNG

Frühstückszopf für betreuende Angehörige

Der 30. Oktober 2022 war der Tag der pflegenden und betreuenden Angehörigen. Über hundert Zugerinnen und Zuger erhielten als Zeichen des Dankes für ihre wertvolle Leistung einen Frühstückszopf geliefert.

Am Tag der pflegenden und betreuenden Angehörigen wurde schweizweit auf die Leistung von Personen aufmerksam gemacht, die sich regelmässig um jemand Nahestehendes kümmern. Im Kanton Zug wurde daher eine «Dankes-Aktion» organisiert. Insgesamt 114 Haushalte erhielten am Sonntagmorgen einen Zopf nach Hause geliefert. Ohne den Weg zum Bäcker genossen die Angehörigen so ein frisches Frühstück.

Für einen Zopf anmelden konnten sich all jene, die eine angehörige Person pflegen oder betreuen. Schweizweit sind dies rund 10% der Bevölkerung. Sie übernehmen für Partnerinnen und Partner, Eltern oder für andere nahestehende Personen Betreuungs- und Pflegeaufgaben. Diese Betreuung ist sowohl körperlich und zeitlich als auch emotional meist von hoher Intensität, geschieht jedoch oft im Stillen und ist für die Betreuenden «selbstverständlich». Die Dankes-Aktion diene als Zeichen der Wertschätzung für dieses Engagement.

Organisiert wurde die Aktion von Pro Infirmis, Spitex Kanton Zug, Pro Senectute Kanton Zug, Alzheimer Zug, SRK Kanton Zug, Familienhilfe Kanton Zug und dem Amt für Sport und Gesundheitsförderung des Kantons. Beim Verteilen der Zöpfe unterstützten zudem die Pfadi, die Jungwacht und die Nachbarschaftshilfe.

Mir selber etwas Gutes Tun

Für Personen, die sich um jemanden kümmern, sind Pausen und Ausgleich besonders wichtig um gesund zu bleiben. Daher wurden Betreuende nebst der Danksagung darauf hingewiesen, auch auf sich selber zu achten und ab und an eine Pause einzulegen. Wie die persönlichen Ressourcen gestärkt werden können, ist sehr individuell. Während es für die einen bewusst eingeplante Zeit für sich ist, kann es für andere ein Abend mit Freunden oder z. B. der Austausch mit Menschen in einer ähnlichen Situation sein. Auch Unterstützungsangebote in der Betreuung können eine wichtige Entlastung darstellen. Verschiedene Organisationen bieten in dieser Form Unterstützung für Angehörige an. Eine Zusammenfassung der Angebote im

Seite 2/2

Kanton Zug ist auf der Seite der Einwohnergemeinden und des Kantons zu finden: www.pflege-zug.ch.

Kontakt

Dr. Xenia Fischer, Wissensch. Mitarbeiter/in
Tel. +41 41 728 35 34, xenia.fischer@zg.ch

Beilagen

- Bild

Weitere Informationen

<https://www.pflege-zug.ch>

