

Zeit zum Durchatmen

Unterstützung Ein Arzttermin, ein Treffen mit Freunden oder einfach Ruhe: Was für viele selbstverständlich ist, wird für betreuende Angehörige schnell zum Luxus. Der Entlastungsdienst Rheintal verschafft ihnen genau diesen Freiraum.

Krisztina Scherrer

Ein paar Stunden lang durfte der Dreijährige einfach Kind sein. Er spielte, tobte und lachte. Währenddessen hatte seine Mutter, die psychisch erkrankt war, Zeit, einmal Pause zu machen und durchzuatmen. «Bei uns konnte er unbeschwert sein», erinnert sich Dolores Sonderegger, Vermittlerin beim Entlastungsdienst Rheintal (EDR). Für sie war die Betreuung dieses Jungen eine der ersten Begegnungen mit dem Verein und zugleich eine Erfahrung, die ihr bis heute geblieben ist.

Solche Momente sind der Kern der Arbeit des Entlastungsdienstes. Dem Verein gehören rund 450 Mitglieder an, die Familien und Angehörige in herausfordernden Lebenssituationen stundenweise unterstützen, etwa wenn ein Kind beeinträchtigt ist, ein Elternteil chronisch erkrankt oder jemand an Demenz leidet. Während eine Betreuungsperson Zeit mit dem Klienten verbringt, erhalten die Angehörigen Raum für Dinge, die im belastenden Alltag oft zu kurz kommen: eine Auszeit, die wieder neue Energie gibt.

Vom Baby bis zum 100-Jährigen

Der Verein Entlastungsdienst Rheintal besteht seit bald 40 Jahren und ist von Lienz bis Staad im Einsatz. Das Angebot richtet sich unter anderem an Familien mit beeinträchtigten Kindern und Erwachsenen, Angehörige von Menschen mit Demenz oder chronischen Erkrankungen sowie all jene, die in der Betreuung an ihre Grenzen kommen. Zu den Klienten gehören Personen jeden Alters, vom Baby bis zur hochbetagten Person. Während eine Betreuungsperson des Entlastungsdienstes Zeit mit Klienten verbringt, erhalten die Angehörigen Freiraum. Pflegeleistungen oder Haushaltsarbeiten übernimmt der Verein nicht. Im Zentrum stehen Gespräche, Spaziergänge, Spiele, Ausflüge, Vorlesen oder «manchmal einfach Dasein», sagt Vermittlerin Miriam Tester.

Oft melden sich die Angehörigen erst dann, wenn ihre Situation bereits sehr herausfordernd ist. Das betreffe nicht nur ältere Menschen. «Zwar ist bei der älteren Generation der Gedanke, alles selbst schaffen zu müssen, häufiger verbreitet», sagt Tester. «Doch auch junge Familien haben manchmal das Gefühl, herausfordernde Situationen allein bewältigen zu müssen.»

Die Drehscheibe des Vereins

Miriam Tester und Dolores Sonderegger sind beide ausgebildete medizinische Praxisassistentinnen und arbeiten als Vermittlerinnen beim Entlastungsdienst. Tester kam ursprünglich über ihre eigene Familiensituation mit dem Verein in Berührung: Ihr ältester Sohn ist im Autismus-Spektrum. Sie weiss deshalb aus eigener Erfahrung, wie es sich anfühlt, als Angehörige Unterstützung zu benötigen.



Die Betreuungspersonen entlasten Angehörige Familien in herausfordernden Lebenssituationen.

Bild: Symbolbild / depositphotos

Als Hauptverantwortliche mit einem 80-Prozent-Pensum erledigt Miriam Tester das Tagesgeschäft und übernimmt die Aussenkontakte. Sonderegger ist 20 Prozent angestellt und Testers Stellvertreterin. Sie kümmert sich vor allem um administrative Arbeiten. Die beiden Vermittlerinnen sind die Drehscheibe des Vereins. Bei ihnen gehen Anfragen ein, sie besuchen die Familien für Bedarfsabklärungen und suchen aus den Betreuungspersonen jemanden aus, der zum Klienten passt. Damit ist ihre Arbeit noch nicht beendet: Sie bleiben Ansprechpartnerinnen sowohl für die Angehörigen als auch die Betreuungspersonen.

70 Betreuungspersonen im Einsatz

Bevor die Betreuung beginnt, braucht es viel Abklärung. Meistens melden sich die Angehörigen zunächst telefonisch beim Entlastungsdienst. Danach besuchen Miriam Tester oder Dolores Sonderegger die Familien oder den Klienten zu Hause und klären ab, welche Unterstützung benötigt wird. «Es geht nicht nur darum, wann jemand entlastet werden soll, sondern auch, was der betreuten Person Freude macht und wie die gemeinsame Zeit gestaltet werden könnte», sagt Sonderegger.

Ist die Betreuung einmal angelaufen, hören die Vermittlerinnen immer wieder denselben Satz: «Warum haben wir den

Schritt nicht schon früher gemacht?» «Es gibt aber auch Situationen, in denen die Angehörigen Hilfe suchen, aber der Klient möchte diese nicht», erklärt Sonderegger. «Auch die betreute Person selbst muss die Unterstützung akzeptieren.» Wenn dies nicht der Fall ist, ist das für Angehörige oft schwer auszuhalten, weil sie immer mehr an ihre Grenzen gelangen. Bis es zu einer Entlastung kommt, braucht es manchmal viel Geduld von allen Beteiligten.

Die Vermittlerinnen suchen aus den 70 Betreuungspersonen die möglichst passende aus. Dabei spielen Erfahrung, Interessen und auch das persönliche Gefühl eine wichtige Rolle. «Fährt ein Klient beispielsweise gerne Velo, wird nach Möglichkeit jemand vermittelt, der dieses Interesse teilt», sagt Tester. Beim ersten Treffen begleitet eine Vermittlerin die Betreuungsperson zum Klienten. Verändert sich die Situation eines Klienten, prüfen sie gemeinsam, ob der Einsatz angepasst werden muss oder weiterhin möglich ist.

Die Betreuungspersonen sind beim Verein angestellt und erhalten für ihre Arbeit einen tiefen Stundenlohn. «Man kann davon unmöglich den Lebensunterhalt bestreiten. Deshalb sprechen wir hier von einer Arbeit, zu der viel Herzblut gehört», sagt Vereinspräsidentin Caren Koller. Von jungen Menschen, die in einer Ausbildung sind, über Mütter bis zu Pensi-

nierten oder ehemaligen Fachfrauen Gesundheit: «Diese Vielfalt hilft uns, für die Klienten die passende Betreuung zu finden», sagt Sonderegger.

Nähe braucht Grenzen

Wer Menschen in schwierigen Lebenssituationen begleitet, erfährt auch viel über ihr Schicksal. «Manchmal sind die Situationen herausfordernd, da ist viel Gespür und Herz gefragt», sagt Tester. Besonders nahe gehen Situationen, in denen Kinder betroffen sind oder ein Elternteil schwer erkrankt ist. «Es ist wichtig, sich abzugrenzen und Belastendes nicht mit nach Hause zu nehmen», sagt Sonderegger.

Das gelingt nicht immer. Deshalb lädt der Entlastungsdienst die Betreuungspersonen dreimal im Jahr zum Austausch ein. «Ausserdem bieten wir jährlich zwei Weiterbildungen zu verschiedenen Themen an», sagt Koller. Dort wird unter anderem besprochen, wie viel Nähe gut ist und wo professionelle Distanz nötig wird. Denn mit der Zeit können Beziehungen entstehen. «Du wirst Teil einer Familie», sagt Sonderegger. Trotzdem bleibt die Betreuung ein Job. «Diese Grenze müssen wir uns immer bewusst machen.»

Es gibt Fälle, die der Entlastungsdienst nicht übernehmen kann. Beispielsweise bei psychischen Situationen mit Eskalations- oder Gewaltpotenzial, wenn Fachpersonal erforderlich ist.

«Wir müssen unsere Leute schützen», sagt Tester. Auch eine langjährige Betreuung kann sich verändern. «Wird ein Klient beispielsweise aggressiv, suchen wir gemeinsam mit den Angehörigen eine Lösung», so Tester. Dann kann es sein, dass sich der Entlastungsdienst zurückziehen muss.

Zehn Franken fehlen pro Stunde

Damit das Angebot für die Familien bezahlbar bleibt, verrechnet der Entlastungsdienst keine kostendeckenden Tarife. «Es ist uns auch ein Anliegen, dass möglichst viele Menschen von unserem Angebot profitieren können», sagt Koller. «Bei Familien in finanziell schwierigen Situationen engagieren wir uns, Lösungen zu finden.» Der Verein ist auf Spenden angewiesen. Rund 100 000 Franken müssen jährlich zusammenkommen, damit der Betrieb finanziert werden kann. «Pro Entlastungsstunde fehlen im Schnitt etwa zehn Franken, die über Spenden gedeckt werden müssen», sagt Koller.

Im vergangenen Jahr leistete der Entlastungsdienst rund 11 600 Betreuungsstunden. Unterstützt wird der Verein unter anderem von Privatpersonen, Gemeinden und Stiftungen. Der Vorstand arbeitet ehrenamtlich, während die Vermittlerinnen und der Kassier im Stundenlohn angestellt sind.

Noch (zu) wenig bekannt

Caren Koller, Miriam Tester und Dolores Sonderegger wünschen sich, dass der Entlastungsdienst Rheintal in der Region noch bekannter wird. «Nicht nur Betroffene selbst, sondern auch Angehörige, Freunde oder Bekannte könnten auf das Angebot aufmerksam machen», sagt Vereinspräsidentin Koller. Der Zugang zum Entlastungsdienst ist bewusst niederschwellig. Mit einem Telefonanruf ist die erste Hürde geschafft.

«Pro Entlastungsstunde fehlen etwa zehn Franken.»



Caren Koller
Präsidentin
Entlastungsdienst
Rheintal

«Auch Junge glauben, alles alleine schaffen zu müssen.»



Miriam Tester
Vermittlerin beim
Entlastungsdienst
Rheintal

«Manchmal wollen die Klienten keine Hilfe.»



Dolores Sonderegger
Vermittlerin beim
Entlastungsdienst
Rheintal