



Medienmitteilung: «Das Kleine Glück schätzen» – Podcast zum Tag für pflegende und betreuende Angehörige

## «Das Kleine Glück schätzen» – Neuer Podcast zum Tag für pflegende und betreuende Angehörige

Zürich, Oktober 2022 – Einen geliebten Menschen ins Pflegeheim ziehen lassen – ein unerträglicher Gedanke für viele betreuende Angehörige. So auch für Ernst Zankl, der seine an Alzheimer erkrankte Frau so lange wie möglich zu Hause betreuen will. Jährlich leisten pflegende Angehörige wie Zankl in der Schweiz rund 80 Millionen Stunden unbezahlte Arbeit. Anlässlich des Tags für pflegende und betreuende Angehörige vom 30. Oktober stellt der Podcast «Das kleine Glück schätzen» diese Menschen ins Zentrum.

In den Augen von Bettina Ugolini, Leiterin Beratungsstelle «Leben im Alter» der Universität Zürich, sind betreuende und pflegende Angehörige «eine grosse Gruppe unserer Gesellschaft, die ich immer noch als sehr ungesehen empfinde». Mit dem Tag der pflegenden und betreuenden Angehörigen am 30. Oktober soll genau diese Gruppe ins Zentrum der Aufmerksamkeit gerückt werden. Zu diesem Anlass produzierten Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich und die Zürcher Kantonalverbände der Non-Profit-Organisationen Entlastungsdienst Schweiz, Pro Senectute, Alzheimer Zürich, Schweizerisches Rotes Kreuz, Spitex Verband und Pro Infirmis die zweite Folge des Podcast «Das kleine Glück schätzen». Bettina Ugolini, Ernst Zankl, betreuender Angehöriger, und Moderatorin Daniela Lager tauschen sich über die belastende Situation betreuender Angehöriger, Visionen für deren Entlastung und kleine Glücksmomente im Alltag aus.

### «Im Moment habe ich noch die Kraft für zwei»

Seit 36 Jahren sind Ernst und Rosmarie Zankl verheiratet und wohnen zusammen. Beim Gedanken daran, dass seine an Alzheimer erkrankte Frau in ein Pflegeheim umziehen könnte, kommen dem 78-Jährigen die Tränen. Seit der Diagnose vor drei Jahren betreut er sie zu Hause. «Solange ich es bewältigen kann, will ich das machen», sagt Zankl. Das Ehepaar Zankl ist damit nicht allein. Gemäss der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2017 nehmen mit 13% der Bevölkerung mehr Menschen informelle Hilfe aus dem sozialen Umfeld in Form von Pflege oder Unterstützung bei der Verrichtung alltäglicher Tätigkeiten in Anspruch als Spitex-Leistungen. 59% der Personen, die von einem Spitex-Dienstleister unterstützt werden, erhalten auch Hilfe von Angehörigen oder Bekannten. Insgesamt werden so jährlich rund 80 Millionen Stunden unbezahlte Arbeit für die Betreuung und Pflege nahestehender Personen geleistet.

Im neuen Podcast sind auch die besonderen Herausforderungen im Umgang mit einer an Alzheimer erkrankten, nahestehenden Person ein Thema. «Man muss sich emotional von dieser Person verabschieden», sagt Zankl. Es sei ein langwieriger Trauerprozess, auf den niemand vorbereitet ist, so Ugolini: «Wir sind geübt darin, um jemanden zu trauern, der verstorben ist, aber nicht um jemanden, der uns gleichzeitig noch gegenüber sitzt.»

### Jetzt anhören!

Podcast «Das kleine Glück schätzen – Folge 2» Ein Gespräch mit Bettina Ugolini, Ernst Zankl und Daniela Lager. [www.angehoerige-pflegen.ch](http://www.angehoerige-pflegen.ch)

Der Podcast «Das kleine Glück schätzen» ist eine gemeinsame Produktion von [Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich](#) und den sechs kantonalen Non-Profit-Organisationen [Entlastungsdienst Schweiz – Kanton Zürich](#), [Pro Senectute Kanton Zürich](#), [Alzheimer Zürich](#), [Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich](#), [Spitex Verband Kanton Zürich](#) und [Pro Infirmis Kanton Zürich](#).






Weitere Informationen zum Tag der pflegenden und betreuenden Angehörigen sowie die erste Folge des Podcasts finden Sie unter [www.angehoerige-pflegen.ch](http://www.angehoerige-pflegen.ch)

Zeichen: 3'548

**Kontakt:**

Barbara Turina  
Geschäftsführerin Entlastungsdienst Schweiz – Kanton Zürich  
044 741 13 37  
barbara.turina@entlastungsdienst.ch

 <p>Entlastungsdienst Schweiz Kanton Zürich</p>	<p>www.entlastungsdienst.ch zh@entlastungsdienst.ch Telefon 044 741 13 30</p>	 <p>PRO SENECTUTE   Kanton Zürich</p>	<p>www.pszh.ch info@pszh.ch Telefon 058 451 51 00</p>
 <p>alzheimer zürich</p>	<p>www.alz-zuerich.ch info@alz-zuerich.ch Telefon 043 499 88 63</p>	 <p>Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich</p>	<p>www.srk-zuerich.ch info@srk-zuerich.ch Telefon 044 388 25 25</p>
 <p>Überall für alle SPITEX Verband Kanton Zürich</p>	<p>www.spitexzh.ch info@spitexzh.ch Telefon 0842 40 20 (Nationale Spitex-Nummer)</p>	 <p>pro infirmis</p>	<p>www.proinfirmis.ch zuerich@proinfirmis.ch Telefon 058 775 25 25</p>

Wir danken für die Unterstützung durch:

 <p>Gesundheitsförderung Schweiz Promotion Santé Suisse Promozione Salute Svizzera</p>	 <p>Kanton Zürich Gesundheitsdirektion Prävention und Gesundheitsförderung</p>
<p>www.gesundheitsfoerderung.ch</p>	<p>www.gesundheitsfoerderung-zh.ch</p>