

**30 OCTOBRE  
JOURNÉE  
DES PROCHES  
AIDANTS  
FRIBOURG**

**30. OKTOBER  
TAG DER  
BETREUENDEN  
ANGEHÖRIGEN  
FREIBURG**

# Proches aidants : pouvoir s'accorder du temps

Betreuende  
Angehörige: sich Zeit  
nehmen können

## Proches aidant-e-s : pouvoir s'accorder du temps pour se ressourcer

C'est le souhait que nous formulons à l'occasion de la journée intercantonale du 30 octobre 2016 à laquelle participent nos six cantons.

Comme en 2015, cette journée sera l'occasion de souligner la contribution des proches aidant-e-s en faveur des personnes de leur entourage, atteintes dans leur santé ou leur autonomie, et de saluer leur engagement.

En 2016, notre message s'adresse aux proches: il est indispensable de pouvoir prendre soin de soi pour prévenir l'épuisement. Dans chaque canton, des soutiens peuvent être sollicités afin de s'accorder du temps et de se ressourcer.

### Les conseillères et conseillers d'État

Anne-Claude Demierre (FR), Pierre-Yves Maillard (VD), Mauro Poggia (GE), Jacques Gerber (JU), Laurent Kurth (NE), Esther Waeber-Kalbermatten (VS)

## Betreuende Angehörige: sich Zeit nehmen können, um neue Energie zu tanken

So lautet das Thema des interkantonalen Tages am 30. Oktober 2016, an dem unsere sechs Kantone teilnehmen.

Wie schon 2015 bietet dieser Tag Gelegenheit, den Beitrag und den Einsatz von betreuenden Angehörigen anzuerkennen, die sich um in ihrer Gesundheit oder Autonomie beeinträchtigte Personen kümmern.

2016 richtet sich unsere Botschaft an die Angehörigen: es ist notwendig, dass sie sich auch um sich selbst kümmern, um Erschöpfung zu verhindern. In jedem Kanton gibt es Möglichkeiten zur Unterstützung, damit sich die Angehörigen Zeit nehmen können, um neue Energie zu tanken.

### Die Staatsrätinnen und Staatsräte

Anne-Claude Demierre (FR), Pierre-Yves Maillard (VD), Mauro Poggia (GE), Jacques Gerber (JU), Laurent Kurth (NE), Esther Waeber-Kalbermatten (VS)

Un parent, petit ou grand, une mère, un père ou un enfant. Lorsque la santé d'un être cher s'est trouvée affectée, vous avez répondu présent. Accompagner au quotidien dans les gestes les plus simples et les plus essentiels ou par des soins nécessaires au bien-vivre du proche que l'on soutient. Donner à celui qui en a besoin une présence et un temps inestimables. Merci à vous tous qui avez fait le choix de devenir proches aidants. Vous méritez la reconnaissance de tous.

**Lauriane Sallin, Miss Suisse**

Ein Familienmitglied, klein oder gross, eine Mutter, ein Vater oder ein Kind. Ein geliebter Mensch ist erkrankt, und Sie haben sich für ihn eingesetzt. Sie unterstützen ihn Tag für Tag bei den einfachsten und wichtigsten Verrichtungen oder erteilen ihm die für sein Wohlergehen unentbehrliche Pflege. Sie widmen ihm die unschätzbare Anwesenheit und Zeit, die er braucht. Danke Ihnen allen, die Sie sich entschieden haben, die Aufgabe einer oder eines betreuenden Angehörigen auf sich zu nehmen. Sie verdienen den Dank und die Anerkennung aller.

**Lauriane Sallin, Miss Schweiz**

**Dimanche 30 octobre**  
**Sonntag 30. Oktober**



## **BRUNCHS POUR LES PROCHES AIDANTS ET LEURS FAMILLES**

Venez partager un moment de convivialité avec vos proches et visiter les stands d'information et ateliers pour les proches aidants en Gruyère ou dans le district du Lac.

*Le brunch est offert.*

Inscription jusqu'au 15 octobre à l'aide du formulaire figurant sur le site internet de l'association PA-F [www.pa-f.ch](http://www.pa-f.ch) (par ordre d'arrivée et dans la limite des places disponibles).

### MARSENS

11h-14h RFSM

(Réseau fribourgeois de santé mentale)  
Centre de soins hospitaliers, L'Hôpital 140  
Présence d'Anne-Claude Demierre, conseillère d'État, de Patrice Borcard, préfet de la Gruyère et de Lauriane Sallin, Miss Suisse.



## **BRUNCHS FÜR BETREUENDE ANGEHÖRIGE UND IHRE FAMILIEN**

Verbringen Sie einen unbeschwertten Moment mit Ihren Angehörigen und besuchen Sie die Informationsstände und Workshops für betreuende Angehörige im Greyerz- oder Seebezirk.

*Der Brunch wird Ihnen offeriert.*

Online-Anmeldung bis zum 15. Oktober 2016 unter: [www.pa-f.ch/de](http://www.pa-f.ch/de)

(Berücksichtigung der Anmeldungen entsprechend der Reihenfolge ihres Eingangs und im Rahmen der verfügbaren Plätze).

### JEUSS

10 bis 13 Uhr, Pflegeheim Jeuss, Galmguetweg 1

*In Anwesenheit von*

Anne-Claude Demierre, Staatsrätin, Daniel Lehmann, Oberamtmann Seebezirk, und Lauriane Sallin, Miss Schweiz.

## POUR AIDER SANS S'ÉPUISER!

On estime que c'est une personne sur sept (14% de la population) qui reçoit une aide informelle de la part de proches, souvent des conjoints et des enfants, parmi eux principalement des femmes, parfois des voisins ou amis. Pour accompagner dans de bonnes conditions une personne atteinte dans sa santé ou son autonomie, il est important de s'entourer et de s'informer. Dans le canton de Fribourg, des soutiens existent, parmi eux: des aides, soins et relèves à domicile, des accueils temporaires, des rencontres pour proches aidants, des formations ainsi qu'une aide financière.

Pour consulter les informations sur les soutiens existants et découvrir le programme détaillé de la Journée des proches aidants 2016 [www.fr.ch/proches-aidants](http://www.fr.ch/proches-aidants)

## SICH ZEIT NEHMEN KÖNNEN, UM NEUE ENERGIE ZU TANKEN

Schätzungen zufolge kann eine von sieben Personen (14% der Bevölkerung) auf informelle Hilfe aus dem Umfeld zurückgreifen, wobei es sich bei den Betreuenden oft um Ehepartner und Kinder (hauptsächlich weiblichen Geschlechts), manchmal auch um Nachbarn oder Freunde handelt.

Um eine in ihrer Gesundheit oder Autonomie beeinträchtigte Person aus seinem Umfeld unter guten Bedingungen betreuen zu können, ist es wichtig, sich Unterstützung zu holen und sich zu informieren. Im Kanton Freiburg gibt es verschiedene Möglichkeiten zur Unterstützung, z. B.: Hilfe, Pflege und Ablösung zu Hause, Einrichtungen zur vorübergehenden Aufnahme, Treffen für betreuende Angehörige, Schulungen und eine Finanzhilfe. Informationen zum bestehenden Unterstützungsangebot und das genaue Programm des Tags der betreuenden Angehörigen 2016 finden Sie unter [www.fr.ch/betreuende-angehoerige](http://www.fr.ch/betreuende-angehoerige)



RETROUVEZ LE PROGRAMME

[www.journee-proches-aidants.ch](http://www.journee-proches-aidants.ch)

SUIVEZ-NOUS!

[facebook.com/journeeprochesaidants](https://facebook.com/journeeprochesaidants)

FINDEN SIE DAS PROGRAMM

[www.betreuende-angehoerige-tag.ch](http://www.betreuende-angehoerige-tag.ch)

FOLGEN SIE UNS!

[facebook.com](https://facebook.com/Tag%20der%20betreuenden%20Angeh%C3%B6rigen)>Tag der betreuenden Angehörigen

## ORGANISATION DE LA JOURNÉE DES PROCHES AIDANTS 2016

### ORGANISATION TAG DER BETREUENDEN ANGEHÖRIGEN 2016

Direction de la santé et des affaires  
sociales (DSAS)

Direktion für Gesundheit und Soziales (GSD)

Association Alzheimer Suisse  
Section Fribourg

Schweizerische Alzheimervereinigung  
Freiburg

Association fribourgeoise d'aide  
et de soins à domicile

Spitex-Verband Freiburg

Association fribourgeoise  
des institutions pour personnes âgées  
Vereinigung freiburgischer  
Alterseinrichtungen

Association Proches aidants Fribourg  
(PA-F)

Verein Pflegende Angehörige Freiburg  
(PA-F)

Croix-Rouge fribourgeoise  
Freiburgisches Rotes Kreuz

La Famille au Jardin  
Die Familie im Garten

Les Ligues de santé  
Gesundheitsligen

Pro Infirmis Fribourg **Freiburg**

Pro Senectute Fribourg **Freiburg**

Réseau fribourgeois de santé mentale  
Freiburger Netzwerk für psychische  
Gesundheit