

# MS-Info

Fachinformation der Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft



## Entlastungsangebote bei Multipler Sklerose

Angehörige und MS-Betroffene leisten sehr viel im Alltag. Wenn es darum geht, zusätzliche Unterstützung oder Entlastung zu suchen, merken Angehörige und Betroffene oft, wie vielseitig und komplex dieses Thema ist.

Manchmal weiss man als Betroffene oder als Angehöriger in einer herausfordernden Situation noch nicht, wo man Unterstützung braucht, welche Lösung gut wäre und welche Angebote es überhaupt gibt. Hat man sich für eine Form von Entlastung entschieden, kann die Recherche nach passenden Angeboten zeit- und energieraubend sein. In solchen Situationen empfehlen wir Ihnen, mit dem Beratungsteam der Schweiz. MS-Gesellschaft Kontakt aufzunehmen.

### Was bietet Ihnen die MS-Gesellschaft zur Entlastung an?

Die Beratungsperson kann mit Ihnen zusammen die Situation klären und die nächsten Schritte planen. Gemeinsam finden Sie heraus, welche spezifischen Angebote in Ihrer Region für Sie geeignet sind. Ausserdem können finanzielle Ansprüche geklärt und eine mögliche finanzielle Unterstützung geprüft werden.

damit es besser wird



Schweizerische  
Multiple Sklerose  
Gesellschaft

Je nach Ausgangslage bieten wir:

- Persönliche Beratung für MS-Betroffene und Angehörige
- Individuelle Klärung Ihres Anliegen und die Erarbeitung von Lösungsvorschlägen
- Freizeitangebote wie: Gruppenaufenthalte, Ferienwochen, MS-Kindercamp, Regionalgruppen
- Selbsthilfegruppen für MS-Betroffene und Angehörige
- Verschiedene Veranstaltungen, die zur Wissensvermittlung und Erkenntnisweiterung beitragen
- Informationsmaterial, das Fragen rund um MS beantwortet

## Welche Institutionen bieten Entlastung und Betreuung an?

Zur Unterstützung bieten verschiedene öffentliche und private Institutionen regional unterschiedliche Angebote an. Diese umfassen zum Beispiel Pflege, Haushalthilfe, Freizeitgestaltung und Besuchs- und Begleitdienste. Untenstehend finden Sie eine nicht abschliessende Auflistung von wichtigen Anlaufstellen.

## Schweizweite Entlastungsangebote

- Spitex Schweiz: Kommunale öffentlich-rechtliche Spitex-Organisationen, [www.spitex-schweiz.ch](http://www.spitex-schweiz.ch)
- Private Spitex-Organisationen, [www.spitexprivee.ch](http://www.spitexprivee.ch)
- Entlastungsdienst Schweiz, [www.entlastungsdienst.ch](http://www.entlastungsdienst.ch)
- Schweizerisches Rotes Kreuz: [www.redcross.ch](http://www.redcross.ch)
- Kantonale Angebote der Pro Infirmis, [www.proinfirmis.ch](http://www.proinfirmis.ch)
- Kantonale Angebote der Pro Senectute, [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch)

## Regionale Entlastungsangebote

- Betreuung Home Instead (Deutschschweiz & VD und FR), [www.homeinstead.ch](http://www.homeinstead.ch)
- Nachbarschaftshilfe, bei der Gemeinde anfragen

## Selbsthilfegruppen

- Stiftung Selbsthilfe Schweiz, Dachverband der Selbsthilfegruppen (ganze Schweiz), [www.selbsthilfeschweiz.ch](http://www.selbsthilfeschweiz.ch)
- Gesprächsgruppen für betreuende und pflegende Angehörige Pro Senectute (Kantonal verschieden), [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch)
- Selbsthilfegruppen der Schweiz. MS-Gesellschaft, [www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch)

## Einrichtungen für ambulante oder stationäre Aufenthalte

- Betreuung in Tageskliniken
- Ferienzimmer
- Zimmer in Institutionen zur Überbrückung

## Kinderbetreuung

Kinder haben spezifische Bedürfnisse. In bestimmten Situationen kann eine externe Kinderbetreuung deshalb für Entlastung sorgen. Die Angebote der externen Kinderbetreuung sind regional sehr unterschiedlich. Um das passende Angebot zu finden, empfehlen wir Ihnen, sich direkt an das Beratungsteam der Schweiz. MS-Gesellschaft zu wenden.

## Lieferdienste und Einkaufsmöglichkeiten

Dinge des alltäglichen Gebrauchs wie z.B. Lebensmittel oder Hygieneartikel können zunehmend online bestellt und nach Hause geliefert werden. Ihr Essen können Sie auch über Lieferdienste bestellen. Tägliche Menüs können Sie über die Mahlzeitendienste bestellen, diese werden oft von der Spitex oder der Pro Senectute ausgeliefert.

## Notrufsysteme

Das Notrufsystem gibt Ihnen und Ihren Angehörigen Sicherheit, sollte einmal etwas Unvorhergesehenes passieren – beispielsweise ein Sturz.

- Notrufsystem des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK), [www.redcross.ch](http://www.redcross.ch)
- Telealarm Swisscom, [www.swisscom.ch](http://www.swisscom.ch)
- Vitatel (Deutsch), [www.vitatel.ch](http://www.vitatel.ch)

## Weitere Entlastungsmöglichkeiten

Als ergänzende Entlastungsmöglichkeiten sind Fahrdienste oder Hilfsmittel zu erwähnen. Die Angebote sind vielfältig und unterschiedlich. Gerne können Sie die Schweiz. MS-Gesellschaft kontaktieren, um die Möglichkeiten zu besprechen. Die Beraterinnen und Berater kennen die Dienstleister in den Regionen.

### MS Register

Das MS Register ist eine Datensammlung. Sie trägt zum besseren Verständnis der MS und ihrer Behandlung bei und erfasst die Belastung für die Betroffenen und deren Familien mit dem Ziel, die Lebensqualität zu verbessern. Weitere Informationen und Anmeldung [www.ms-register.ch](http://www.ms-register.ch)

Für weitere Informationen und Beratungen steht Ihnen die MS-Gesellschaft gerne zur Verfügung:

MS-Infoline 0844 674 636  
(Mo-Fr von 9.00 bis 13.00 Uhr)

## Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

Josefstrasse 129 / 8031 Zürich

Informationen: [www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch) / 043 444 43 43

[info@multiplesklerose.ch](mailto:info@multiplesklerose.ch)

