

Rotkreuz-Entlastungsdienst

Wann ist Zeit für Entlastung? Diese Ampeldarstellung hilft bei der Entscheidung.

GRÜN

Es geht Ihnen trotz Zusatzbelastung gut. Das soziale Umfeld (Partner:in, Kinder, Nachbar:in, Freund:in) hilft bei der Betreuung. Sie gehen einkaufen, zum Sport, ins Café usw. Sie haben noch Kraft und Energie.

GELB

Die Belastung wird grösser. Sie ärgern sich öfters, haben immer weniger Zeit für sich. Der Veränderungsprozess und die zunehmende Belastung werden in der Familie, beim Arzt oder bei der Ärztin thematisiert. Jetzt ist der Zeitpunkt gekommen, um eine Entlastung abzuklären.

ROT

Ihr ganzes Leben ist auf die angehörige Person fixiert. Ihre soziale Isolation ist spürbar. Sie überwachen die unterstützungsbedürftige Person rund um die Uhr. Sie werden rasch müde, schlafen wenig, fühlen sich belastet und unausgeglichen. Jetzt brauchen Sie dringend Unterstützung.

DUNKEL
ROT

Ihre Gedanken drehen sich im Kreis. Sie schlafen kaum. Sie haben Gedanken und Gefühle, über die Sie selbst erschrecken, spüren Wut, Ohnmacht, Trauer. Sie vernachlässigen alles. Rufen Sie uns an – diese Phase ist bedrohlich für Sie und für die angehörige Person!

srk-luzern.ch

weitere Infos
www.srk-luzern.ch
041 418 74 50

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Luzern

