

---

# FAMILIENENTLASTUNG

## Auszeiten im Alltag schenken



Du möchtest Familien schwerstkranker Kinder im Alltag entlasten?  
Dann werde jetzt Freiwillige/r bei der Stiftung Pro Pallium.

### Wer sind wir?

Seit 2009 setzt sich die Stiftung Pro Pallium für Familien schwerstkranker Kinder ein. Ergänzend zu den bestehenden Diensten entlasten wir sie mit unseren kostenlosen Angeboten im Alltag und erhöhen damit deren Lebensqualität. Herzstück unserer Arbeit sind die über 100 Freiwilligen, welche Betroffene direkt im Alltag begleiten und Ihnen damit wertvolle Auszeiten ermöglichen.

## Was sind deine Aufgaben?

Schenke dem erkrankten Kind oder seinen Geschwistern deine Aufmerksamkeit und ermögliche der gesamten Familie unbeschwerte Momente im oft schwierigen Alltag. Unterstütze Eltern bei administrativen Tätigkeiten, erledige Einkäufe oder packe ganz einfach dort an, wo deine Unterstützung gefragt ist. Die konkreten Entlastungsaufgaben werden jeweils gemeinsam mit der Familie definiert. Einige Beispiele:

- Betreuung krankes Kind und oder Geschwisterkinder
- Austausch und Rückenstärkung der Eltern
- Begleitung zu Terminen
- Unterstützung bei administrativen Tätigkeiten
- Freizeitgestaltung
- Hausaufgaben begleiten
- Begleitung in belastenden Lebensphasen
- Zeit zu zweit für das Elternpaar ermöglichen

Unsere Freiwilligen pflegen während ihres Engagements einen engen Austausch mit der zuständigen Regionalleitung.

## Was bringst du mit?

- Zeit und Motivation, regelmässig einen Entlastungseinsatz zu leisten
- du bist offen, zuverlässig und einfühlsam
- du verfügst über eine hohe Sozial- und Kommunikationskompetenz
- du bist motiviert, vor deinem Einsatz eine mehrteilige Basisschulung zu absolvieren

## Für deinen Einsatz gerüstet

Auf diese vielseitige und anspruchsvolle Aufgabe wirst du in einer insgesamt achttägigen, internen Basisschulung professionell vorbereitet. Eine Regionalleiterin von Pro Pallium steht dir zudem während deiner gesamten Einsatzzeit beratend zur Seite. Weiter bieten dir regelmässige Treffen mit anderen Freiwilligen die Möglichkeit zum Wissens- und Erfahrungsaustausch.

Weitere Informationen rund um Pro Pallium, deine Einsatzmöglichkeiten und unsere Basisschulung findest du hier: [www.pro-pallium.ch](http://www.pro-pallium.ch)

**«Die Basisschulung lehrt uns nicht nur das Freiwilligenhandwerk – sie gibt uns auch die Möglichkeit, uns selbst neu zu entdecken.»**

Mathias Oberli, Teilnehmer Basisschulung 2023/2024

<b>Wo:</b>	ganzer Kanton
<b>Wann:</b>	regelmässige Einsätze (in Absprache)
<b>Benefit:</b>	Die insgesamt 8-tägige, interne Basisschulung bietet Einführung in die anspruchsvolle Tätigkeit. Dazu gehören auch eine schriftliche Abschlussarbeit sowie ein Referat. Eine sorgfältige Begleitung der Freiwilligen mittels Austauschtreffen und durch die zuständige Regionalleitung, Versicherung während den Einsätzen, Spesenentschädigung und die jährliche Weiterbildungsveranstaltung sind Grundlagen der Zusammenarbeit.
<b>Kosten:</b>	Eine Basisschulung kostet 1'500 Franken, davon übernimmt Pro Pallium 500 Franken. Nach insgesamt 40 Einsatzstunden in den Familien werden wir die 1'000 Franken zurückerstatten. Sonderlösungen z.B. für Studierende können individuell gefunden werden. Nimm dazu Kontakt mit uns auf.



Videoclip: Familientlastung durch Pro Pallium