

Wenn der Alltag verrückt

Psychosoziale Spitex – wenn psychische Krise oder Erkrankung
den Alltag zur Herausforderung machen



SPITEX
das Original



Überall für alle

SPITEX
Zürich

Unsere Arbeitsweise

Krisensituationen und psychische Erschütterungen

Stresssituationen, Krankheiten oder herausfordernde Lebenssituationen können zu psychischen Krisen führen. Mit dem Resultat, dass wir unser Leben kurz- oder längerfristig nicht mehr vollumfänglich meistern können. Aufgaben, die vor kurzem noch problemlos gelungen sind, erscheinen auf einmal kaum lösbar.

Aufzustehen und sich selbst zu versorgen kann zum unüberwindbar scheinenden Kraftakt werden. Es gelingt nicht, Sozialkontakte aufzubauen und aufrecht zu erhalten oder eine geeignete Tagesstruktur zu finden.

Psychosoziale Spitex unterstützt Betroffene dabei, wieder Fuss zu fassen und die Kontrolle über ihr Leben zurückzugewinnen.

Wie wir unterstützen

Psychosoziale Spitex stellt die Bedürfnisse der betroffenen Person in den Vordergrund. Eine Begegnung auf Augenhöhe und gegenseitiger Respekt sind Basis der Zusammenarbeit.

Struktur schaffen: Durch gezielte Beratung und professionelle Unterstützung werden Menschen befähigt, ihren Alltag so selbstständig wie möglich zu strukturieren und mit den Auswirkungen ihrer psychischen Situation umzugehen.

Vereinbarungen treffen: Um den individuellen Unterstützungsbedarf festzustellen, findet zunächst ein Gespräch mit einer speziell ausgebildeten und erfahrenen Pflegefachperson statt.

Gemeinsam mit der betroffenen Person, und bei Bedarf mit den Angehörigen, legt sie Ziele, Umfang und Inhalte der Pflege und Betreuung fest. Lern- und Entwicklungsziele werden vereinbart und die Möglichkeiten und Grenzen der psychosozialen Pflege und Betreuung werden aufgezeigt.

Unser Angebot

Dafür setzen wir uns ein

Ziele unserer Unterstützungsarbeit sind, betroffene Menschen in ihrer Selbstbestimmung zu fördern, ihre Lebensqualität zu steigern und ihr Selbstmanagement zu stärken.

Unser Angebot umfasst:

- Spezifische psychiatriepflegerische Bedarfsabklärung
- Ganzheitliche pflegerische Einschätzung mit Einbezug von psychischen, körperlichen und umfeldspezifischen Aspekten
- Förderung des Selbstmanagements im Umgang mit Erkrankung und Therapie
- Unterstützung im Aufbau, in der Reflektion und im Aufrechterhalten von sozialen Beziehungen und der gesellschaftlichen Teilhabe
- Unterstützung bei der Problem- und Krisenbewältigung
- Erarbeiten und Einüben von Bewältigungsstrategien
- Aufbau und Erhaltung einer sinnhaft empfundenen Tagesstruktur
- Befähigung zur Haushaltsführung und Selbstpflege
- Förderung sozialer Kontakte zur Verhinderung von Isolation
- Aktivieren von Ressourcen als Hilfe zur Selbsthilfe
- Ressourcenorientierte Gespräche zur Alltagsbewältigung
- Förderung von Hoffnung und Zuversicht
- Begleitung bei Behördengängen und zu Institutionen
- Beratung und Information von Angehörigen
- Koordination und Zusammenarbeit mit den verschiedenen Hilfsangeboten (Hausärztin und Hausarzt, Psychologin und Psychologe, Psychiaterin und Psychiater, Spital, Sozialamt u.a.)
- Nachbetreuung nach Klinikaufenthalten

Wir beraten Sie

Für betroffene Menschen sind wir genau so da wie für Angehörige, Ärztinnen und Ärzte, Kliniken, Spitäler und weitere Institutionen.

Bei einem Notfall melden Sie sich bei der kostenlosen kantonalen Notfall-Nummer: **0800 33 66 55**

Kosten

Die Leistungen der psychosozialen Pflege sind über die Grundversicherung der Krankenkasse gedeckt. Weitere Informationen dazu finden Sie in der gültigen Tarifordnung von Spitex Zürich.

**Stadtkreise 1, 4, 6, 7, 8, 9 (Altstetten),
10 (Höngg), 11 und 12**

Spitex Zürich, Betrieb Limmat

Fachstelle psychosoziale Pflege
und Betreuung
Rotbuchstrasse 46
8037 Zürich
058 404 36 36

**Stadtkreise 2, 3, 5, 9 (Albisrieden),
10 (Wipkingen)**

Spitex Zürich, Betrieb Sihl

Fachdienst psychosoziale Pflege
und Betreuung
Schweighofstrasse 230
8045 Zürich
044 554 55 60

Spitex Zürich SAW (Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich)

Psychosoziale Pflege und Betreuung / SAW-Wohnassistenten
Postfach, 8036 Zürich, 044 415 73 33

