

Presseinformation 17.12.2015

Starke Patientinnen und Patienten leben besser

Kantonsspital Nidwalden und Spitex Nidwalden bieten als erste Gesundheitsorganisationen in der Zentralschweiz das Selbstmanagementprogramm Evivo für chronisch kranke Menschen an

Viele von uns leben mit chronischen Beschwerden. Nur der Grad der Beschwerden ist unterschiedlich und reicht vom Heuschnupfen bis zur lebensbedrohlichen Erkrankung. So verschieden die Beschwerden und Krankheitsbilder, so ähnlich sind die Probleme, die einem das Leben schwer machen.

Hier setzt das Kursprogramm «Gesund und aktiv leben» an. Es will Betroffene und ihre Angehörigen dabei unterstützen, mit typischen Herausforderungen einfacher und selbstbestimmt zurecht zu kommen. Der Kurs «Gesund und aktiv leben» – auch als «Evivo Kurs» bekannt – ist ein evidenzbasiertes, an der Universität Stanford entwickeltes Selbstmanagement-Programm. Es verbessert die Lebensqualität und fördert die Gesundheitskompetenz bei chronischer Krankheit und Behinderung. Darüber hinaus steht das Programm für die Stärkung einer neuen, selbstbestimmten Rolle von Patientinnen, Patienten und Angehörigen.

In der Schweiz ist das Kursprogramm auch als Evivo bekannt: E steht für Empowerment, was so viel heisst wie Stärkung, Befähigung. Vivo steht für «ich lebe». Der Kurs will Menschen darin stärken, sie befähigen, mit ihren Beschwerden leichter umzugehen. Er trägt dazu bei, gesund und aktiv mit Krankheit oder Behinderung zu leben.

Verschiedene Organisationen im Gesundheits- und Sozialwesen setzen das Kursprogramm um. Dazu haben sie den Verein Evivo Netzwerk gegründet.

Das Kantonsspital Nidwalden und Spitex Nidwalden sind neu Mitglieder im Verein Evivo Netzwerk und bieten ab Frühjahr 2016 als erste Gesundheitsorganisationen in der Zentralschweiz die Kurse «Gesund und aktiv leben» an.

Menschen mit körperlichen wie psychischen Erkrankungen lernen im Kurs «Gesund und aktiv leben» beispielsweise mit Schmerzen umzugehen, sich selbst zu motivieren oder Selbstvertrauen im Umgang mit der Krankheit zu entwickeln. Wichtiges Prinzip ist, dass die Kurse nicht nur von Fachpersonen, sondern auch von ausgebildeten Betroffenen geleitet werden. Die Kurse dauern sechs Wochen, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer treffen sich wöchentlich für 2,5 Stunden. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Internationale und nationale Studien zeigen, dass mithilfe des Stanford-Programms die Lebensqualität von Menschen mit chronischer Krankheit und ihr Wohlbefinden verbessert werden kann. Ausserdem beeinflusst es positiv, wie Menschen mit chronischer Krankheit Versorgungsleistungen im Gesundheits- und Sozialwesen nutzen. Studienergebnisse aus der Schweiz zeigen bei den Teilnehmenden nach der Teilnahme am Programm eine deutlich verbesserte Lebensqualität, mehr psychisches Wohlbefinden, dafür weniger Erschöpfung und soziale Isolation. Nicht zuletzt verbesserte sich die Zusammenarbeit mit dem Fachpersonal im Gesundheits- und Sozialwesen.

Der Verein Evivo Netzwerk will die Stellung von Patientinnen, Patienten und Angehörigen verbessern und setzt dafür das Kursprogramm «Gesund und aktiv leben» und weitere Aktivitäten um. Die Organisationsform des Vereins ermöglicht allen Beteiligten, sich aktiv bei der Gestaltung des Programms einzubringen und an der Weiterentwicklung mitzuwirken. Der Verein ist gemeinnützig, verfolgt keine kommerziellen Zwecke und ist nicht auf Gewinn ausgerichtet. Er ist parteipolitisch sowie konfessionell neutral.

Der Verein Evivo Netzwerk bietet aktive und passive Mitgliedschaften: Aktivmitglieder bieten den Kurs «Gesund und aktiv leben» an, Passivmitglieder (Gönnerschaft) fördern den Vereinszweck ideell und finanziell.

Bruno Umiker, Leiter Netzwerkstelle vom Verein Evivo Netzwerk, betont, dass die Qualität der Kurse zum einen auf der Ausbildung der Kursleitungen und der Evaluation basiert, zum anderen werden die Kursleitungen von Trainerinnen und Trainer des Vereins Evivo Netzwerk jährlich rezertifiziert. Dies würden die positiven Erfahrungen und Ergebnisse aus den bereits umgesetzten Selbstmanagementkursen in der Schweiz untermauern.

Am **21.1.2016**, 16.00-18.00 Uhr, führen das Kantonsspital Nidwalden, Spitex Nidwalden und der Verein Evivo Netzwerk in Stans eine **Fachveranstaltung** durch zum Thema "**Empowerment zum Selbstmanagement chronischer Krankheit**" für Fach- und Führungsverantwortliche aus dem Gesundheitswesen und aus dem Sozialbereich aus der Zentralschweiz. Im Gespräch zwischen Publikum und Referierenden bietet sich Gelegenheit, Fragen aufzugreifen, zu diskutieren und Erfahrungen auszutauschen. die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung: www.evivo.ch

Ansprechpartner für Medienanfragen:

- **EVIVO**
Weiterführende Hinweise zum Selbstmanagementprogramm für chronisch kranke Menschen und zum Verein Evivo Netzwerk erhalten Sie unter www.evivo.ch.
Auskünfte: Bruno Umiker, Telefon: 062 837 58 58
- **Kantonsspital Nidwalden (KSNW)**
Informationen zu Motivation und Integrierten Versorgung am KSNW erhalten Sie von:
Urs Baumberger, Spitaldirektor, Telefon direkt: 041 618 10 00 oder Sekretariat,
Telefon 041 618 10 06
- **Spitex Nidwalden**
Informationen zur Motivation der Spitex Nidwalden erhalten Sie von:
Walter Wyrsh, Geschäftsleiter Spitex Nidwalden, Telefon 041 618 20 50

Programmhinweis



1. Durchführung Selbstmanagementprogramm

Kurs "Gesund und aktiv leben" für Menschen mit chronischen Krankheiten in Nidwalden

30. April - 11. Juni 2016 / 6x samstags 09:00 - 11:30 Uhr in CH-Stans, Kantonsspital Nidwalden, Ennetmooserstrasse 19, 6370 Stans, 5. Stock

Informationsveranstaltung: Samstag, 23. April 2016, 09.00 - 10.00 Uhr

Auskünfte und Anmeldung:

Spitex Nidwalden

Ennetmooserstrasse 19

6370 Stans

Frau Elsbeth Weissmüller

Tel.: 041 618 20 50

E-Mail: elsbeth.weissmueller@spitexnw.ch

www.spitexnw.ch