



**Patientenstelle Basel**

## Die JuAr Basel Jugendberatung heute: freiwillige, niederschwellige Beratung

Heute bieten wir Jugendlichen und jungen Erwachsenen psychosoziale Beratung, Hilfe und Unterstützung für die Bewältigung von altersspezifischen Frage- und Problemstellungen auf freiwilliger Basis an. Das Angebot richtet sich in erster Linie an Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 12-25 Jahren des Kantons Basel-Stadt sowie deren Bezugspersonen. Zudem beraten wir Fachpersonen und Fachstellen, die in engerem Kontakt mit der Zielgruppe stehen. Die Themen sind auch heute noch vielfältig und durch den Ratsuchenden selbstbestimmt. Hinzugekommen sind die verschiedenen Themen rund um das liebe Geld.

### Drängende Themen: Schulden und psychische Gesundheit in der Beratung

Mittlerweile ist die Jugendberatung bedarfsbedingt auch die Fachstelle für jugendspezifische Budget- und Schuldenberatung geworden, da dies häufig im Erstkontakt die drängendsten Themen der Ratsuchenden sind. Diese reichen vom gemeinsamen Ausfüllen der Steuererklärung, über Abrechnungsfragen der Krankenkasse, über aufwendige Stiftungsgesuche bei unterfinanzierten Erst- und Zweitausbildungen oder ungedeckten Zahnarztkosten. Viel Hilfe bieten wir den jungen Ratsuchenden insbesondere beim Erklären des Betreuungswesens, Hilfestellungen bei (kleineren) Schuldensanierungen mit Gläubigern sowie Hilfe im Umgang mit einschüchternden Inkassounternehmen. Im Gegensatz zu der häufig medial hervorgehobenen selbstverschuldeten „Konsumschulden“ der jungen Erwachsenen, zeigt sich in unserem Beratungsalltag ein anderes Bild: Schuldenfalle Nummer eins sind Steuerschulden, häufig in Form einer amtlichen Einschätzung da die Steuererklärung nicht abgegeben wurde (meist aus Unwissenheit). An zweiter Stelle - dicht gefolgt - stehen Krankenkassenausstände. Auch hier sind es häufig unbezahlte Krankenkassenprämien vor Volljährigkeit welche die Eltern versäumt haben zu zahlen, die nun ab dem achtzehnten Geburtstag plötzlich beim jungen Erwachsenen betrieben werden können. Auch Doppelversicherungen bei der obligatorischen Krankenversicherung sind im Beratungsalltag leider keine Seltenheit. Erst an dritter Stelle folgen dann die Konsumschulden der Handyabos, des Onlineshoppings etc. Hohe Verschuldungssummen sowie fehlendes und/oder geringes Einkommen schliessen in der Regel eine realistische Schuldensanierung aus. Leitziele sind, die Neuverschuldung zu stoppen, eine Schulden- und Budgetübersicht zu erreichen sowie grundlegenden Finanzkompetenzen zu erlernen. Hiermit ist bereits viel erreicht, da der Unterbruch der Schuldenspirale eine erste erlebbare Selbstbefähigung bedeutet und eine Beendigung des Ohnmachtsgefühls.

Neben den weiterhin drängendsten Themen der Finanzen geht es häufig um die Fragen des selbstständigen Wohnens sowie Fragen rund um die Ausbildung. Seit der Pandemie zeigt sich zudem ein sprunghafter Anstieg beim Thema der psychische Gesundheit: mit 22.5% im Erhebungsjahr 2022 und 22.7% des Vorjahres ist dies ein alarmierendes Signal. Vor der Pandemie 2020 nannten nur 9.8% der Ratsuchenden das Thema psychische Gesundheit im Erstgespräch. Dies ist ein Hinweis auf die weiterhin hohe psychische Belastung der jungen Zielgruppe und deckt sich mit Erkenntnissen diverser aktueller Studien zur jungen Zielgruppe (Vgl. Swiss Corona Stress Study, Universität Basel sowie den Corona Report, Pro Juventute).

*Christoph Walter*  
Leitung Jugendberatung



---

## Sozialberatung direkt in der Arztpraxis (SBDA)

Viele Konsultationen bei Ärztinnen und Ärzten gehen auf Beschwerden zurück, denen keine physischen oder psychischen, sondern soziale Ursachen zugrunde liegen. In solchen Fällen agieren Ärztinnen und Ärzte primär als Vertrauensperson und erste Ansprechpartner. Durch ihre Rolle als Vertrauensperson haben sie die einmalige Chance, für ihre Patientinnen und Patienten die Brücke zu einer professionellen Sozialberatung schlagen zu können.

Um das gesellschaftliche Potenzial von SBDA aufzuzeigen und zu aktivieren, betreibt Caritas beider Basel seit 2021 ein von Stiftungen (u.a. Christoph Merian Stiftung) – und seit 2023 auch von der Gesundheitsförderung Schweiz sowie dem Swisslos-Fonds Basel-Stadt – finanziertes Pilotprojekt,

in dem Sozialarbeitende direkt in Arztpraxen tätig sind.

Wie medizinische Konsultationen werden die Sozialberatungen von der jeweiligen Praxisassistenz administriert und in Besprechungszimmern der Arztpraxis durchgeführt. Diese für Patientinnen und Patienten bekannten Abläufe erleichtern die Nutzung des Angebotes und vermeiden, sich als «Problemfall» exponiert zu fühlen. Die Dokumentation der Beratungen erfolgt in den bestehenden Krankengeschichten. So lassen sich Zusammenhänge zwischen biologischen, psychologischen und sozialen Umständen rasch erkennen, Doppelspurigkeiten werden vermieden und die interprofessionelle Zusammenarbeit wird begünstigt. Das Ziel ist die Reduktion von ärztlichen Konsultationen, bei denen soz.

Gesundheitsrisiken den Genesungsprozess beeinträchtigen. Durch die einfache und rasche Überweisung an die Sozialberatung können psychosoz. Krisen frühzeitig erkannt werden, das med. Personal wird entlastet und man kann frühzeitig auf negative Entwicklungen im sozialen Gefüge reagieren sowie schwerwiegende Konsequenzen verhindern.

*Dunja Vetter*  
Sozialarbeit & Leitung Sozialberatung  
in der Arztpraxis

Interessierte Praxen melden sich gerne bei mir.  
dvetter@caritas-beider-basel.ch  
076 208 05 69

**Siehe beiliegenden Flyer**

## Telefonieren gegen die Einsamkeit

**0800 500 400** das erste Alltagstelefon zum Plaudern für Jung & Alt, kostenlos, anonym & vertraulich

Einsamkeit ist ein gesamtgesellschaftliches Phänomen des 21. Jahrhunderts, welches jede und jeden im Zeitalter der Individualisierung, Digitalisierung und Gentrifizierung treffen kann. Das Gefühl der Einsamkeit ist grundsätzlich keine Frage des Alters, der sozioökonomischen und religiösen Zugehörigkeit, noch des Geschlechts. Bestimmte Faktoren Lebensbedingungen können Einsamkeit verstärken resp. fördern. Einsamkeit ist auch eine Frage des Gefühls einer fehlenden Zugehörigkeit. Gehört werden, zu jemandem gehören, zu einer Gruppe zugehören, sei es Familie, Verein, Freizeitclub etc, ist ein grundlegendes Bedürfnis für fast alle Menschen. Kein Gefühl der Zugehörigkeit zu haben, ist eng verbunden mit dem Gefühl der Einsamkeit. Ein gutes Telefongespräch, einen kurzen Moment der Beziehungspflege und Zugehörigkeit kann dem Gefühl der Einsamkeit entgegenwirken.

Der Verein «Mein Ohr für Dich – einfach mal reden!» hat sich zum Ziel gesetzt, mit dem Non-Profit Angebot an 7 Tagen in der Woche Alltagsgespräche für Anruferinnen und Anrufer, die Lust zum Plaudern haben, anzubieten, anonym, vertraulich und kostenlos. Das

Alltagstelefon, in klarer Abgrenzung zum Sorgentelefon, bietet eine telefonische Kontaktmöglichkeit für Menschen, Jung & Alt, die gerade niemanden zum Reden oder Plaudern haben. Die Initiative möchte einen Beitrag gegen die Einsamkeit leisten, die alle treffen kann. Wir alle wissen, was ein gutes Gespräch bewirken kann: Es geht uns danach einfach besser, dies möchten wir mit diesem Angebot den anrufenden Menschen ermöglichen. Die Idee ist bestechend einfach: «Fühlst du Dich gerade mal einsam, hast du das Gefühl, die Decke fällt dir auf den Kopf, dann greife zum Telefonhörer und wähle die Nr. 0800 500 400. Am anderen Ende wartet ein «geschultes» Ohr auf Dich, welches Dir zuhört, eine Stimme, welche mit Dir plaudert, daraus entwickelt sich ein anregendes Alltagsgespräch über Gott und die Welt und am Schluss des Telefongesprächs fühlst Du Dich besser.» Neben dem Alltagstelefon vermittelt «Mein Ohr für Dich – einfach mal reden!» auch regelmässige Telefonkontakte mit einer festen Telefonfreundin oder einem festen Telefonfreund. So können wöchentliche Telefonate mit der gleichen Kontaktperson durchgeführt werden. Das Projekt wurde im März 2021 gestartet, inzwischen engagieren sich 40 freiwillige Mitarbeitende mit grosser Ernsthaftigkeit und Herzblut. Mit dem Projekt «Mein Ohr für Dich – einfach



mal reden!» bietet der Verein eine telefonische Begegnungszone an und ermöglicht den Anrufenden mit dem Gratistelefon 0800 500 400 ein offenes Ohr, Anteilnahme und Ermutigung im Alltag zu erfahren. Das Ziel dieses Projektes ist es, allen Anruferinnen und Anrufern die Teilhabe an der Gesellschaft umgehend und unkompliziert möglich zu machen. Die Zahlen belegen klar: Ein Bedarf an einer kostenlosen Hotline für einsame Menschen allen Alters, Jung & Alt, ist gegeben. Anrufe März 2021 – März 2022: 1734 Anrufe Jan. 2022 – Dez. 2022: 2563 «Mein Ohr für Dich-einfach mal reden!» ist ein Verein, der grösstenteils spendenfinanziert und von Stiftungen unterstützt wird. Die gesamte professionelle Arbeit der Projektleitung und «der geschulten Ohren» wird im Rahmen der Freiwilligenarbeit geleistet. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite. [www.meinohrfuerdich.ch](http://www.meinohrfuerdich.ch)

*Philippe Goetschel  
Co-Präsident*



**Mein Ohr für Dich  
- einfach mal reden!**

## Krankenkassenberatung

Wir auf der Patientenstelle Basel erhalten viele Anfragen betreffend dem Thema Krankenkasse. Viele Menschen sind überfordert, welche Lösung für sie die Beste ist. Die Prämien werden auch im nächsten Jahr leider wieder massiv ansteigen. Da stellt sich die Frage, wie die Prämie optimiert werden kann, damit für das Familienbudget auch noch etwas übrig bleibt. Ein Wechsel der Grundversicherung kann sich lohnen, ebenso eine Anpassung der Franchise oder der Wechsel in ein alternatives Modell. Wenn Sie unabhängig und neutral beraten werden wollen, können Sie sich an die Patientenstelle Basel wenden. Gerne unterstützen wir Sie bei der Suche nach der für Sie besten Krankenkasse. Melden Sie sich unverbindlich.

- Welche Franchise ist die Richtige für mich?
- Brauche ich eine Zusatzversicherung?
- Benötigen meine Kinder eine Zahnversicherung?
- Bin ich im Ausland ausreichend versichert?
- Muss ich mich privat gegen Unfall versichern?
- Bis wann kann ich die obligatorische Krankenkasse kündigen? (bis zum 30. November 2023)
- Bis wann ist die Zusatzversicherung kündbar? (bis zum 30. September 2023)

Diese und noch weitere Fragen beantworten wir Ihnen in einem persönlichen Gespräch. Unsere Mitarbeiterinnen beraten Sie kompetent, neutral und unabhängig. Rufen Sie an. Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie.

- Für Mitglieder erste Stunde gratis, danach 30.– Franken pro Stunde
- Für Nichtmitglieder 60.– Franken pro Stunde.

# Einladung zur Generalversammlung

Am Mittwoch, 28. Juni 2023, 19:30 Uhr

An der Patientenstelle Basel, Dornacherstrasse 404, 4053 Basel

Haltestelle «Dreispietz»  
Tram 10 und 11; Bus 36, 37 und 47; Zug S-Bahn S3

## Traktanden

- Begrüssung
- Abnahme des Protokolls der Ordentlichen Generalversammlung vom 6. Juni 2022
- Jahresbericht 2022
- Jahresrechnung 2022
- Bericht der Revisoren
- Budget 2023
- Wahl der Revisoren und des Vorstands \*
- Varia

\* Die bisherigen Vorstandsmitglieder Simone Abt, Heinz Volken, Martin Lutz, Christine Odermatt, Dragana Weyermann und Melanie Eberhard stellen sich für ein weiteres Jahr zur Verfügung. Neu kandidiert Lucio Sansano für den Vorstand.

Beim anschliessenden Apéro stehen wir Ihnen für Informationen oder Fragen gerne zur Verfügung. Wir hoffen auf interessante Gespräche und Begegnungen. Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

## Aus dem Vorstand

Wie Sie aus der Einladung zur Generalversammlung entnehmen können, stellt sich Lucio Sansano als neues Vorstandsmitglied zur Wahl. Er interessiert sich sehr für die Anliegen der Patientenstelle. Nachfolgend stellt er sich Ihnen kurz vor:

«Mein Name ist Lucio Sansano, ich wohne in Reinach und bin derzeit Student der Wirtschaftswissenschaften an der Universität Basel. Neben Engagements in diversen Vereinen engagiere ich mich auch politisch – unter anderem als Einwohnerrat in Reinach oder als Präsident der Jungfreisinnigen Baselland, wo mir insbesondere auf kantonaler Ebene die Verbesserung unseres Gesundheitssystems am Herzen liegt. Ich bin motiviert die Anliegen der Patientinnen und Patienten in die Politik zu tragen und die Patientenstelle durch mein privates und politisches Netzwerk bei der Bevölkerung bekannter zu machen. Deshalb würde es mich freuen, im Vorstand der Patientenstelle Basel mitwirken zu dürfen.»



Der Vorstand unterstützt die Kandidatur von Lucio Sansano und empfiehlt ihn zur Wahl.

## Die wichtigsten Zahlen

	2022	2021	2020
Telefongespräche	1538	1543	1456
davon telefonische Kurzberatungen	285	316	268
Persönliche Beratungen	42	44	36
Neue Dossiers	88	63	77
Total Dossiers in Bearbeitung	133	115	137
Abgeschlossene Dossiers	87	70	86
- mit positivem Ergebnis	26	10	19
- mit negativem Ergebnis	21	19	17
- Beratung	8	21	15
- Kurzberatung	30	16	30
- an Anwalt weitergeleitet	2	4	5
Mitglieder	275	277	270

## Impressum

Patientenstelle Basel  
Dornacherstrasse 404  
Postfach  
4002 Basel  
Tel. 061 261 42 41  
<https://basel.patientenstelle.ch>

E-Mail:  
[patientenstelle.basel@bluewin.ch](mailto:patientenstelle.basel@bluewin.ch)  
[patientenstelle.basel@hin.ch](mailto:patientenstelle.basel@hin.ch)

PC 40-8206-5

Öffnungszeiten: Termine nur nach telefonischer Vereinbarung

Redaktion: Isabelle Viva-Haller  
Gestaltung: Dario Viva  
Druck: Art Print AG, Münchenstein