



SBK

Sektion Bern
Schweizer Berufsverband
für Pflegefachpersonal

Schrittmacherin

2/2021



SEITE 3
Berufspolitik

SEITE 5
Verband

SEITE 7
Stellenvermittlung

SEITE 8
Weiterbildung

SEITE 10
Sozialpartnerschaft

SEITE 11
Rechtsberatung

SEITE 12
Mitgliedschaft

SEITE 13
Madame Malevezia

SEITE 14
SBK 60plus

Editorial

Die stillen Heldinnen und Helden der Krise

Fast täglich treffe ich Vreni auf meinen morgendlichen Spaziergang mit dem Hund. Seit Beginn der Pandemie ist sie oft sehr traurig. Ihre Mutter ist leicht dement und lebt im Heim. Lange Zeit waren Besuche im Haus verboten, und die Bewohnenden durften nicht ins Freie. Ohne Hilfe kann Vrenis Mutter nicht telefonieren, was den Kontakt zu ihr sehr einschränkte.

Vrenis einzige Möglichkeit, ihre Mutter zu sehen, war die Abteilung anzurufen, einen Termin zu vereinbaren und sich dann in den Hof unter das Fenster zu stellen, zu dem ihre Mutter gebracht wurde. So konnten sie wenigstens ab und zu miteinander sprechen, wenn auch über die Distanz eines Stockwerks hinweg. Es vergingen viele Woche, bis endlich ein Besuchszimmer eingerichtet wurde – eine belastende Zeit für die Mutter wie die Tochter. Eine noch nie dagewesene Situation, die alle Beteiligten extrem gefordert hat und weiterhin fordert.

Das Pflegepersonal in Alters- und Pflegeheimen musste innert kurzer Zeit rigorose Massnahmen umsetzen, um die Bewohnenden und sich selbst zu schützen. Die Bewohnenden darin zu unterstützen, mit der neuen Situation, dem Ausgangsverbot und dem Besuchsverbot umzugehen und dafür zu sorgen, dass die Schutzmassnahmen tatsächlich umgesetzt und eingehalten werden, ist an sich schon eine immense Herausforderung.

Was die Pflegenden tagtäglich leisteten und weiterhin leisten, wird in der Öffentlichkeit viel zu wenig wahrgenommen. Es ärgert mich, wenn in der Tagesschau und den Medien nur von der beanspruchenden Arbeit auf den Intensivstationen gesprochen wird. Selbstverständlich erfordert die Pflege auch dort sehr viel Fachkenntnis und ist belastend. Aber was in den Alters- und Pflegeheimen an qualifizierter und anspruchsvoller Leistung erbracht wird, muss dringend mehr Beachtung und mehr Wertschätzung bekommen. Und zwar nicht nur in Form von Applaus und schönen Worten. Öffentlichkeit, Verwaltung und Politik müssen verstehen, dass die Pflege von Langzeitpatienten ein ebenso hohes Mass an Wissen und Fachkompetenz erfordert, wie diejenige von Patientinnen auf der Intensivstation.



Vor allem aber muss sich unsere Gesellschaft bewusst werden, dass in Zukunft die Versorgung für eine wachsende Zahl von Langzeitpatientinnen und -patienten sicherzustellen sein wird. Dazu brauchen wir das nötige Fachpersonal, und dazu braucht es speziell auch im Langzeitbereich faire Anstellungsbedingungen, Stellenpläne, die den Anforderungen der Langzeitpflege gerecht werden und angemessene Löhne. Die Pflegenden in Langzeiteinrichtungen sind stille Heldinnen und Helden der Krise. Ihnen wollen wir eine Stimme geben und sie sichtbar machen – weil wir alle sie in Zukunft mehr denn je brauchen werden!

WKedentia

Manuela Kocher Hirt
Präsidentin



Covid-19 erfordert eine hochprofessionelle Pflege – gerade auch in Langzeitinstitutionen

Lucia Schenk ist Leiterin Pflege und Therapie im Zentrum Schlossmatt in Burgdorf. Mit ihrem Team hat sie im letzten Jahr Ausserordentliches geleistet. Lesen Sie, was es heisst, Covid-19 in einer Langzeitinstitution zu haben.

Lucia Schenk, wart ihr auf eine solche Krisensituation vorbereitet?

Wir waren auf Krisen so gut vorbereitet wie man nur sein konnte. Wir hatten schon seit einigen Jahren ein Krisen-, Pandemie- und Hygienekonzept. Wir wussten, wer zu unserem Krisenstab gehört, wer die Kommunikation gegen innen und aussen verantwortet und auch praktisch erstellt. Wir hatten Erfahrungen mit kleinen Krisen wie Norovirus-Ausbrüchen und wussten wie wir vorzugehen haben mit Schutzmassnahmen, Isolationen, der Schliessung einer Abteilung und die Versorgung von aussen.

Aber auf Corona waren wir nicht vorbereitet. Das war eine völlig neue und verunsichernde Situation für alle Beteiligten.

Wie habt ihr auf die sich rasch verändernden Bedingungen reagiert?

Wir haben als Krisenstab sozusagen von einer Stunde auf die andere die komplette Führung inklusive aller relevanten Entscheidungen übernommen. Wir hatten täglich Sitzungen, in denen wir gemeinsam die interne Lage und externen Informationen abgeglichen haben und klare Anweisungen ans Personal weitergegeben haben, wie zum Beispiel:

- Die Therapien und alle Gruppenaktivitäten werden gestoppt.
- Alle Therapiemitarbeitenden unterstützen die Pflegeabteilungen.
- Wer trägt wann und wie lange Hygienemasken.

Man muss sich vorstellen, dass wir in der ersten Welle oft entscheiden und handeln mussten, bevor das BAG überhaupt Vorgaben gemacht hat, wenn es dann überhaupt Vorgaben dazu gab.



Lucia Schenk

Welches Fachwissen braucht es?

In aller erster Linie braucht es ein funktionierendes interdisziplinäres Krisenteam bestehend aus Vertretern der folgenden Disziplinen:

- Geschäftsführung
- Pflege/Therapien
- Finanzen/Personalwesen
- Facilitymanager/Sicherheitsverantwortlicher
- Verpflegung/Restauration.

Es braucht an der Spitze Leadership und Kommunikationsfachkompetenz, Fachwissen in Personal- und Sozialversicherungsrecht sowie Personalführung in Ausnahmesituationen. Zwingend sind aber auch Hygiene-Expertenwissen und ein Betriebshygienekonzept, in dem die Standardhygiene unterschiedlichen Hygienevorgaben der verschiedenen Bereiche und Schnittstellenprozesse beschrieben sind.

Im Pflegebereich ist ein konsequentes Symptomanagement zur Früherkennung von Covid-19 unerlässlich wie auch Fähigkeit, an Covid-19 erkrankte Menschen kompetent zu betreuen. Nicht zu vergessen ist auch Fachwissen und Können im seelsorgerischen Bereich, was Bewohnende und Angehörige während einer solchen Ausnahmesituation dringend benötigen. Es braucht genügend gut ausgebildetes Pflegepersonal.

Wie habt ihr eure Mitarbeitenden geschult?

Unsere Mitarbeitenden, speziell diejenigen der Pflege, werden laufend geschult z. B. besuchen alle neueintretenden Mitarbeitenden verschiedene allgemein verbindliche Kurse zu Themen wie, «Wie orientiere ich mich im Intranet», in dem unsere Handlungsrichtlinien, Behandlungspfade usw. abgelegt sind. Sie besuchen Hygienekurse, Palliative Care oder Umgang mit Angehörigen usw. Konkret zu Hygiene- und Schutzmassnahmen während Corona haben wir unseren Mitarbeitenden interne Arbeitspapiere mit Fotoanleitungen zur Verfügung

gestellt. Im weiteren Verlauf der Pandemie haben wir im Rahmen des internen Schutzkonzepts einfach lesbare Abläufe erstellt.

Fachfragen vor Ort haben unsere drei Pflegeexpertinnen während der täglichen Pflegevisiten beantwortet. Um unseren Mitarbeitenden aber auch bei Fragen von Angehörigen die Arbeit zu erleichtern, haben wir im Krisenstab ein Q & A (Questions & Answers = Fragen & Antworten) erstellt, das laufend angepasst wurde.

Was braucht es in Langzeitinstitutionen – nicht nur in einer Pandemie-Situation am dringendsten?

Absolut unerlässlich, damit ein Langzeitbetrieb nachhaltig erfolgreich unterwegs ist, sind die Kompetenzen des Geschäftsführers/in, Geschäftsleitung und des strategischen Organs z. B. Stiftungsrat. Sie sind verantwortlich für die entscheidenden Prozesse der strategischen Ausrichtung, Budget und Finanzkontrolle, Personalführung, aber auch entscheidend, was die Betriebskultur und das Betriebsklima betreffen. Das sind wesentliche Bausteine, damit eine Langzeitinstitution sich selbstverantwortlich innovativ und qualitätsbewusst vorwärtsorientiert. Dazu gehört auch eine funktionierende Fehler- und Feedbackkultur.

Was wir aber auch benötigen sind ausreichend und gut ausgebildetes Pflegepersonal. Auch bei bester Führung einer Langzeitinstitution sind die folgenden Entwicklungen längerfristig nicht mehr wettzumachen.

Die Bedürfnisse der heutigen Klientel haben sich in den letzten Jahren grundlegend verändert. Deshalb braucht es vor Ort mehr ausgebildetes Personal, um den wesentlichsten Bedürfnissen gerecht zu werden und unnötiges Leid zu verhindern.

Die meisten Bewohnenden kommen aus einem Akutspital, Reha- oder Psychiatriekliniken nach einem schweren Sturz mit Fraktur, in der Endphase einer palliativen Situation, nach einem schweren Ereignis wie Schlaganfall oder infolge fortgeschrittener Demenzerkrankung und eskalierter Betreuungssituation zu Hause.

Der stetig wachsende finanzielle Druck im Gesundheitswesen, die Einführung der Fallpauschalen und einem Wettbewerb mit immer noch kürzeren Aufenthaltsdauern unter den Kliniken und eine restriktivere Handhabung von Kostengutsprachen bei Rehabilitationen verlagern medizinische und pflegerische Leistungen unweigerlich in den Langzeitbereich.

Während all diesen Veränderungen blieb die Pflegefinanzierung, der Stellenplan qualitativ und quantitativ derselbe. Das führt zunehmend zu einer ungesunden Diskrepanz, zwischen dem, was das Pflegepersonal in Langzeitbetrieben leisten kann und dem, was ihnen die aktuelle Situation abverlangt.

Pflegende brauchen faire Löhne, ja, aber vor allem brauchen sie nachhaltig gute Arbeitsbedingungen und

Wertschätzung nicht nur während Corona. Gute Arbeitsbedingungen bedeutet für uns Pflegende ausreichend personelle und fachkompetente Ressourcen, weil wir Pflegenden nach getaner Arbeit nach Hause gehen möchten mit der Gewissheit eine menschenwürdige Pflege geleistet zu haben. Und nicht mit Unsicherheit und Angst etwas vergessen oder falsch gemacht zu haben.

Zusammengefasst benötigt eine Langzeitinstitution ausreichend Pflegepersonal, das kompetenzgerecht eingesetzt, angemessen entlohnt und individuell gefördert wird.

Was würde euch dabei helfen, dieses Ziel zu erreichen?

Aktuell sind das zwei Dinge:

Die Umsetzung der Pflegeinitiative

Was uns bestimmt helfen würde, ist die Umsetzung der Pflegeinitiative, die unter anderem das politische Ziel verfolgt, in der Bundesverfassung festzuschreiben, dass Bund und Kantone die Pflege als wichtigen Bestandteil der Gesundheitsversorgung anerkennen und für eine allen zugängliche Pflege von hoher Qualität sorgen. Weiter fordert die Initiative, dass genügend diplomierte Pflegefachpersonen für den zunehmenden Bedarf zur Verfügung stehen, und dass in der Pflege tätige Personen kompetenzgerecht eingesetzt werden.

Neue Versorgungsmodelle

Andererseits müssen neue Versorgungsmodelle, wie sie in der Studie Intercare entwickelt wurden, von Bund und Kantonen schweizweit gefördert und umgesetzt werden, um den mangelnden Zugang zu geriatrischer Expertise in Schweizer Langzeitinstitutionen zu entschärfen. Intercare hat ein praxisnahes Konzept entwickelt, wie Institutionen mit entsprechender Förderung und Schulung einzelner erfahrener diplomierter Pflegefachpersonen in der Funktion als Intercare-Pflegende abteilungsübergreifend arbeiten, einerseits in der Befähigung ihrer Kolleginnen an der Basis, und andererseits als Bindeglied zur ärztlichen Versorgung.

Intercare erhöht dadurch nicht nur die Pflegequalität, verhindert Komplikationen und unnötige Spitaleintritte, sondern steigert gleichzeitig die berufliche Attraktivität der Pflegefachpersonen im Langzeitbereich. Intercare kann helfen, dass wieder mehr Pflegefachpersonen am Ende eines Arbeitstages mit einem Gefühl nach Hause gehen, heute habe ich menschenwürdig gepflegt!

Danke, dass du dir für dieses Gespräch Zeit genommen hast!

Das Zentrum Schlossmatt, Burgdorf

Das Zentrum Schlossmatt (damals Alterspflegeheim Burgdorf) wurde 1978 mit 155 Betten eröffnet. Heute bietet es Platz für 170 Bewohnerinnen und Bewohner, die von 260 Mitarbeitenden unterstützt werden.
www.zsburgerdorf.ch

Generalversammlung 2021 SBK Sektion Bern

Aufgrund der gegenwärtigen Situation wurde die für Mittwoch, 17.3.2021 vorgesehene Generalversammlung gestützt auf die Verordnung 3, Kapitel 4, Art. 27, und die Covid-19-Verordnung besondere Lage, Art. 6, schriftlich durchgeführt. Das sind die Resultate.

93 gültige Stimmen sind eingegangen, alle von ordentlichen Mitgliedern. Insgesamt verzeichneten wir 133 Rückmeldungen. Eine Rückmeldung war ungültig, ebenso wie 39 nur teilweise ausgefüllte Stimmvorgänge.

Statutarische Geschäfte

Die statutarischen Geschäfte

- Protokoll der GV 2020
- Genehmigung des Jahresberichtes 2020
- Genehmigung der Jahresrechnung 2020
- Entlastung des Vorstandes und der leitenden Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle
- Genehmigung des Budgets 2021 und des Finanzplans 2022/23

wurden von der Generalversammlung genehmigt.

Wahlen

Vorstand

Wir freuen uns sehr, zwei neue Vorstandsmitglieder in der Sektion Bern zu begrüßen.

Kathrin Liechi (1989), ist in Münsingen wohnhaft.

Nach der Fachmaturität und einem sechsmonatigen Praktikum im Spital Thun absolvierte sie die Ausbildung zur diplomierten Pflegefachfrau an der Berner Fachhochschule. Ihr beruflicher Werdegang führte anschliessend über mehrere Jahre Tätigkeit auf der medizinischen

Abteilung des Spitals Thun in die Alterszentrum Heimberg AG, wo sie zunächst als stellvertretende Leiterin der In-House-Pflege wirkte. Begeistert von der Langzeitpflege blieb sie der Institution treu. Heute leitet sie die Alterszentrum Heimberg AG und ist zugleich Berufsbildungsverantwortliche für HF-Studierende.



Andrea Lienhardt (1987) absolvierte sowohl ein Bachelor- als auch ein Masterstudium in Pflege an der Berner Fachhochschule. Mehrere Jahre arbeitete sie in der Akutpsychiatrie, nach dem Abschluss MSc in Pflege wechselte sie in den Bereich Lehre und Forschung. Bald wandte sie sich aber wieder der Praxis zu, dieses Mal in der Langzeitpflege. Derzeit ist sie als Pflegeexpertin MSc in der Jetzt Frutigland AG (vormals Pro Senectute Frutigland) tätig.



Delegierte

Als neue Delegierte begrüßen wir **Johanna Tanner**. Nach Ihrer Ausbildung zur Krankenschwester AKP im Gemeindespital Riehen (BS) sammelte Johanna Tanner (1963) vielfältige berufliche Erfahrung im Engeriedspital Bern, im Lindenhofspital Bern und im Alters- und Pflegeheim Frienisberg. Zwischen 1996 und 2009 war sie Familienfrau mit diversen gesundheitsbezogenen Aufgaben in ihrer Wohngemeinde.

Als diplomierte Pflegefachfrau HF arbeitet sie für den Pflegepool der Lindenhofgruppe AG Bern an den Standorten Lindenhofspital und Engeriedspital und ist Mitglied der Personalkommission.

Ehrenmitglied

Besonders freut uns die Ernennung von **Lucia Schenk** zum Ehrenmitglied. Sie wirkte während 18 Jahren als äusserst engagiertes Vorstandsmitglied und seit 2010 zusätzlich als Vizepräsidentin im SBK Bern mit.

Verabschiedungen

Vorstand

An der Generalversammlung 2021 verabschiedeten wir **Lucia Schenk**.

Sie war Mitglied des Vorstands seit 2003, und wurde 2010 zur Vizepräsidentin gewählt. Mit grossem Engagement vertrat sie einerseits die Langzeitpflege innerhalb des Vorstands und andererseits den SBK Bern in verschiedensten Gruppierungen und Gremien ausserhalb. Für vier Geschäftsführende Präsidentinnen war sie erste Ansprechperson. Bei zweien war sie massgeblich am Rekrutierungs- und Einführungsprozess beteiligt und trug tatkräftig die Übergangszeiten mit, in de-

nen die Funktion Geschäftsführendes Präsidium vakant war. Ihre tragfähige Präsenz als Stellvertretung des Präsidiums wurde vom Geschäftsstellenteam sehr geschätzt. Lucia Schenk hat den SBK Bern als Ganzes über 18 Jahre hinweg mitgeprägt und hinterlässt die Erinnerung an unermüdliches Engagement, unerschütterlichen Beistand, beeindruckende Kompetenz, persönliche Wärme und eine Reihe von schönen Erfolgen. Für ihr langjähriges Mitwirken danken wir Lucia Schenk von Herzen und geben ihr alle unsere besten Wünsche mit in die Zukunft.

Auch **Andreas Minder** legte sein Vorstandsmandat beim SBK Bern nieder, das er seit März 2014 innehatte. Sein breites Wissensspektrum, seine fundierten betriebswirtschaftlichen Kenntnisse und seine umsichtigen Überlegungen bildeten eine tragfähige Basis für die Entscheide des Vorstands. Ab Dezember 2014 wirkte er in der Finanzkommission mit. Ebenso war er an Arbeitsgruppen zu verschiedensten Themen beteiligt und vertrat den SBK Bern des Öfteren extern. Wir schätzten Andreas Minder sowohl als Person als auch in der Zusammenarbeit ausserordentlich und danken sehr herzlich für seinen unschätzbaren Beitrag an die Arbeit des Vorstands und des Verbands und wünschen ihm alles Gute für seine weitere Zukunft.

Delegierte

Ihr Delegiertenmandat legten an der Generalversammlung 2021 nieder:

- Manuela Michel
- Simone Miescher
- Amanda Schori
- Heidi Vogel

Wir danken ihnen herzlich für ihren Einsatz und wünschen ihnen alles Gute für die berufliche und private Zukunft.

Danke und alles Gute bis zur nächsten GV!

Es ist uns ein Anliegen, allen Mitgliedern der Sektion Bern für ihr Vertrauen, ihre Unterstützung und ihre konstruktiven Rückmeldungen zu danken. Speziell danken möchten wir den Mitgliedern, die sich an der schriftlichen Generalversammlung 2021 beteiligt haben. Wir hoffen sehr, im nächsten Jahr wieder zu einem physischen Treffen einladen zu können.

Karin Petersen



[www.facebook.com / sbkbern](https://www.facebook.com/sbkbern)
[www.twitter.com / sbk_bern](https://www.twitter.com/sbk_bern)
[www.instagram.com / sbk_bern](https://www.instagram.com/sbk_bern)



Teilerfolg für Pflege: Indirekter Gegenvorschlag zur Pflegeinitiative steht

Dreieinhalb Jahre nach der Einreichung der Pflegeinitiative ist der indirekte Gegenvorschlag unter Dach und Fach. Er enthält mit der Ausbildungsoffensive und der Möglichkeit, dass bestimmte Pflegeleistungen ohne ärztliche Anordnung von den Kassen vergütet werden, zwei wichtige Forderungen der Volksinitiative. Ob diese ausreichen, die Initiative zurückzuziehen, ist offen. Denn es fehlen Massnahmen für eine höhere Personaldotation und bessere Arbeitsbedingungen in der Pflege.

Das Parlament hat dem indirekten Gegenvorschlag zur Pflegeinitiative zugestimmt. Er beinhaltet zum einen eine Ausbildungsoffensive, dank der die Zahl der Abschlüsse zur diplomierten Pflegefachperson HF und FH erhöht werden soll. Der indirekte Gegenvorschlag beinhaltet eine entsprechende Verpflichtung. Insgesamt stellen Bund und Kantone während 8 Jahren rund eine Milliarde Franken für die Ausbildungsoffensive zur Verfügung.

Zudem sieht der Gegenvorschlag vor, dass bestimmte Pflegeleistungen direkt, ohne ärztliche Anordnung, von den Krankenkassen bezahlt werden sollen. Voraussetzung dafür ist ein Vertrag zwischen den Verbänden der Leistungserbringern und jenen der Versicherer. Der SBK setzt sich seit über 20 Jahren für den eigenverantwortlichen Bereich ein. Das ist ein wichtiger Erfolg.

Der SBK kritisiert jedoch, dass das Problem der vielen BerufsaussteigerInnen nicht angegangen wird. Die beschlossenen Investitionen sind nur nachhaltig, wenn die Ausgebildeten dank guten Arbeitsbedingungen im Beruf bleiben.

Das Initiativkomitee wird im Juni darüber entscheiden, ob es an der Pflegeinitiative festhält oder sie zurückzieht. Zuvor muss noch der Ständerat in der Sommersession über die Pflegeinitiative selber entscheiden.

Quelle: SBK Schweiz



Bewerbungsatelier

Was gehört in den Lebenslauf? In welcher Form und Grösse schicke ich meine Diplome und Zeugnisse? Werden heute noch Referenzen verlangt?

Diese und viele andere Fragen, beantworten wir Ihnen im Bewerbungsatelier!

Das Bewerbungsatelier steht offen für Fragen rund um die Stellensuche sowie für technische Unterstützung beim elektronischen Bewerben.

Ab April wird das Bewerbungsatelier wieder durchgeführt, es werden monatliche Einzelcoachings angeboten, die Termine sind beschränkt und werden nach telefonischer Anmeldung vereinbart. Die Teilnahme ist kostenlos und nur für Mitglieder des SBK Bern.

Mehr Informationen finden Sie unter www.sbk-be.ch/bewerbungsatelier.

Anmeldung unter Tel. 031 380 54 60

Wir stärken Personalvertreter*innen den Rücken!

Wir unterstützen Sie darin, Ihr Amt noch professioneller auszuüben und beteiligen uns finanziell an einer passenden Weiterbildung – das ist uns Ihr Engagement Wert! Dieses Angebot gilt für alle Mitglieder des SBK Bern, die sich in Personalvertretungen, Personal- oder Betriebskommissionen engagieren.

Für detaillierte Informationen kontaktieren Sie bitte den Bereich Sozialpartnerschaft, Christina Schumacher (031 380 54 69, christina.schumacher@sbk-be.ch) oder Tamara Jacquemai (031 380 54 63, tamara.jacquemai@sbk-be.ch).

Stellenvermittlung

Sie sind Berufseinsteiger*In, Wiedereinsteiger*in, erfahrene Fach- oder Führungsperson im Gesundheitswesen und suchen eine berufliche Veränderung?

Wir bieten eine grosse Auswahl an attraktiven Stellen und beraten und begleiten Sie während des ganzen Bewerbungsprozesses kostenlos – auch wenn Sie nicht Mitglied des SBK sind. Spannende Dauerstellen und Temporäreinsätze erwarten Sie.

Wir freuen uns, auf Ihre Kontaktaufnahme



Tania Mäder



Daniela Aeschbacher

Tania Mäder, Leiterin Stellenvermittlung und Daniela Aeschbacher, Personalberaterin
stellenvermittlung@sbk-be.ch, Tel. 031 380 54 60
www.sbk-be.ch/stellenvermittlung

Coronavirus: Wir sind weiterhin für Sie da

Auch während der verschärften Corona-Massnahmen sind wir unter Einhaltung der Schutzmassnahmen weiterhin wie gewohnt für Sie da.

Kurse 2021



Mehr Informationen zu den einzelnen Kursen und das gesamte Weiterbildungsprogramm finden Sie unter www.sbk-be.ch/kurse.

Melden Sie sich noch heute an – online oder telefonisch: 031 380 54 71 oder 079 192 39 61

Das Weiterbildungsteam berät Sie gerne!



Esther Kauz Krebs



Ruth Lauper



Martina Hirschi

Nr.	Kurstitel	Kursbeginn	Dauer	Dozent
21/451	Medizinische Notfallsituationen für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH	05.05.2021	2	Martinolli Luca
21/660	NEU: Person-zentrierte Pflege von Menschen mit Demenz im Langzeitbereich	11.05.2021	2	Winter André
21/520	Sterbebegleitung: Ethische und rechtliche Aspekte	17.05.2021	1	Schmidhofer Mechthilde
21/843	NEU: Im Berufsalltag den Herausforderungen kompetent begegnen	20.05.2021	1	Aebi Meister Verena
21/100	Diabetes Basiskurs	21.05.2021	1	Hirsbrunner Ruchti Pia
21/132	Depression und Suizidalität für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH	26.05.2021	1	Finklenburg Udo
21/130	Psychiatrisches Wissen Basisseminar	28.05.2021	2	Andersson Sven
21/822	NEU: Leadership Langzeitpflege Basisseminar für Fachpersonen Gesundheit EFZ	01.06.2021	10	Schärer-Santschi Erika
21/154	Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie: Respirationssystem	03.06.2021	1	Reimann Jürgen
21/159	Anatomie, Physiologie und Pathologie: Nervensystem	04.06.2021	2	Klötzli Hulda
21/123	Venöse Blutentnahme	07.06.2021	1	Reimann Jürgen
21/112	Bewegtes Lagern	15.06.2021	1	Klein-Tarolli Esther
21/136	Let's speak Krankenkasse: Psychiatrische Pflegediagnostik und Bedarfserhebung	18.06.2021	1	Finklenburg Udo
21/702	Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg II – Vertiefung	21.06.2021	1	Matt Robert Sibylle
21/452	Pädiatrische Notfallsituationen für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH	23.06.2021	2	Bucher Oliver
21/761	NEU: Medizinisches Rechnen für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH	23.06.2021	½	Schweda Djamilia
21/825	NEU: Fallbesprechung Berufsbildung – voneinander und miteinander lernen	23.06.2021	½	Aebi Meister Verena
21/751	Mit Angehörigen interdisziplinär und erfolgreich zusammenarbeiten	29.06.2021	1	Schärer-Santschi Erika
21/141	Infektionsprävention	02.07.2021	1	Paasch Liane
21/176	Pflegerisches Schmerzmanagement	02.07.2021	1	Stuedter Elke
21/715	NEU: Neue persönliche und berufliche Ziele erreichen	07.07.2021	2	Simmen-Braun Nelly Hiltebrand Evelyne
21/168	Trachealkanülenmanagement	09.07.2021	1	Bähre Nicolin
21/703	NEU: Gewaltprävention für Fachpersonen Gesundheit EFZ und Fachpersonen Betreuung EFZ	28.07.2021	1	Legesse Iris
21/840	Selbstständige Erwerbstätigkeit	30.07.2021	2	Scheidegger Hans Jürg Engel-Müller Elisabeth
21/144	NEU: Angst- und Zwangsstörungen: störungsspezifisches Wissen für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH	04.08.2021	1	Schmid Dorothee
21/824	NEU: Mein Anliegen direkt, klar und wertschätzend formulieren	05.08.2021	1	Willi Cornelia
21/135	Psychiatrisches Wissen Aufbau-seminar	06.08.2021	2	Hadorn René
21/153	Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie: Herzkreislauf	09.08.2021	1	Reimann Jürgen
21/137	Trauma: Wie Erfahrungen von Kontrollverlust das Leben verändern können	10.08.2021	1	Maurer Franziska
21/723	Resilienz – ein menschliches Talent	11.08.2021	2	Schärer-Santschi Erika
21/155	Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie: Renales System	12.08.2021	1	Klötzli Hulda
21/166	Stomapflege	13.08.2021	1	Tschachtli Doris
21/732	NEU: Fit für die Stellenbewerbung	13.08.2021	1	Zehnder Markus
21/832	NEU: Gesund im Pflegealltag – eine Herausforderung für Führungskräfte	16.08.2021	1	Metry-Herzig Beatrice
21/821	NEU: Leadership Basisseminar für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH: AUSGEBUCHT: Nächster Kurs im 2022	17.08.2021	10	Schärer-Santschi Erika

* **Kursort:** Bis sicher Ende Mai finden sämtliche Kurse online via Zoom statt.
Aktuelle Kursorte finden Sie auf unserer Homepage www.sbk-be.ch/kurse

ACHTUNG
Neues Datum
Neuer Ort



Fachtagung: Aggression und Gewalt in Gesundheitsinstitutionen – Inputs für den Berufsalltag

Donnerstag, 23. Juni 2022
Bierhübeli Bern

Informationen und Anmeldung:
Telefon 03 380 54 71 oder www.sbk-be.ch. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

21/146	NEU: Pflege von Menschen mit Atemwegsproblemen und -infektionen inkl. Influenza & COVID-19	19.08.2021	1	Burkhard Adrian
21/143	NEU: Angst- und Zwangsstörungen: störungsspezifisches Wissen für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH	25.08.2021	1	Schmid Dorothee
21/173	NEU: Workshop: Trachealkanüle	26.08.2021	½	Egli-Ryser Agnes
21/160	Wundversorgung im Wochenbett	27.08.2021	1	SBK Bern

Palliative Care B1 – Auch online erfolgreich!

Da unser aktueller Kurs, den wir Corona bedingt auf eine Onlineversion umgestellt haben, so erfolgreich läuft, bieten wir im Jahr 2021 einen **zusätzlichen Palliative Care B1-Onlinekurs an**. Der komplette Kurs inkl. Kompetenznachweis wird online via Zoom durchgeführt. Melden Sie sich noch heute an und geniessen Sie kompetenten und praxisnahen Unterricht direkt bei Ihnen zu Hause.

Kursdaten: 14.09., 23.09., 28.09., 15.10., 25.10., 01.11., 09.11. nur Nachmittag, 11.11. nur Vormittag, 26.11., 06.12., 16.12.2021

Dozent*in:
Nelly Simmen-Braun, Christiane Chabloz-Süssenbach, Pascal Mösli, Mechthilde Schmidhofer, Andreas Gerber
Mehr Informationen und das Anmeldeformular finden Sie auf unserer Homepage www.sbk-be.ch/kurse

Drei Fragen an Nelly Simmen

Kursleiterin Palliative Care B1 Online



Ist der Onlinekursbesuch auch für unerfahrene und technisch weniger versierte Personen möglich?

Ja klar. Ich bin immer wieder überrascht, wie schnell die Teilnehmenden lernen und das Neue schätzen. Voraussetzungen zur Teilnahme am B1-Onlinekurs sind Internet, Kamera und Mikrofon. Vor dem Kurs erhalten die Teilnehmenden eine schriftliche Anleitung. Mitarbeitende des SBK führen Test-Meetings durch und geben bei Bedarf Unterstützung. Als Kursleiterin öffne ich den virtuellen Kursraum 20 Minuten vor Kursbeginn. Dann können die Teilnehmenden eintrudeln und testen, ob alles funktioniert. Bisher konnten wir jedes Problem in nützlicher Frist lösen.

Sind die Kursinhalte und der Austausch identisch wie im Präsenzunterricht?

Die Inhalte des Kurses sind dieselben. Zur Erarbeitung und Vermittlung werden die modernen Mittel stärker eingesetzt (Videos, Informationsquellen im Internet). Die Kursteilnehmenden bereiten sich mittels Anregungen und Aufträgen vor. Beim virtuellen Treffen am Kurstag liegt der Schwerpunkt auf dem Austausch und dem Voneinander-Lernen. Das ist im Plenum und in Gruppen möglich. Die non-verbale Kommunikation ist technisch bedingt eingeschränkter. Deshalb braucht es entsprechende Erklärungen und Abmachungen, sowie häufigere Pausen.

Wie wird der Kompetenznachweis online stattfinden?

Die Teilnehmenden lernen im Kurs die virtuelle Zusammenarbeit und das Präsentieren. Das wenden sie bei der Erarbeitung eines von ihnen gewählten Themas in der Gruppe und beim Präsentieren der Resultate dann an.

Retter in Gefahr



Eine neue Studie der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Bern hat zum ersten Mal Unterschiede in der Prävalenz von posttraumatischen Belastungssymptomen (PTBS) in verschiedenen Gruppen von Rettungs- und Notfallpersonal, einschliesslich Feuerwehrleuten, Polizisten und psychiatrische Pflegefachpersonen, nachgewiesen.

Die anonyme Online-Umfrage unter 1002 Rettungskräften fand 2015 statt. Die Forscher zeigten, dass die unterschiedlichen Erfahrungen und Umstände, mit denen diese Mitarbeitenden konfrontiert sind, wie z. B. der Umgang mit aggressiven Personen, die Arbeit mit Familien oder der Umgang mit Todesfällen und Suizid, mit unterschiedlichen Niveaus von posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) und Suizidgedanken verbunden sind, wobei Mitarbeiter der Notaufnahme und psychiatrisches Pflegefachpersonal die höchsten Niveaus von PTBS und Suizidgedanken unter den untersuchten Notfallberufen aufweisen.

Dringender Bedarf an massgeschneiderten Angeboten

Die Ergebnisse unterstreichen den dringenden Bedarf an massgeschneiderten Schulungs- und Beratungsangeboten in der gesamten Rettungs- und Notfallbranche, die den Mitarbeitern helfen, mit dem erlebten Trauma umzugehen und ihre Lebensqualität und ihr psychisches Wohlbefinden in solchen Hochrisikoberufen zu verbessern. Die Studie wurde von Dr. Leila Soravia und Dr. Thomas Müller an der Klinik für Psychiatrie der Universität Bern in der Schweiz geleitet.

Rettungskräfte und Notfallpersonal sind im Rahmen ihrer Tätigkeit häufig mit traumatischen Ereignissen konfrontiert und haben daher ein höheres Risiko, PTBS und suizidale Gedankenmuster zu entwickeln als die Allgemeinheit. Dr. Soravia erklärt:

«Obwohl Rettungskräfte verschiedener Berufsgruppen oft bei demselben Ereignis oder Notfall eingesetzt werden, haben sie sehr unterschiedliche Rollen und Verantwortlichkeiten am Einsatzort: Das kann bedeuten, dass der Stress, den die verschiedenen Mitarbeitenden erleben, sehr subjektiv ist – sei es durch den Umgang mit Todesfällen, die Arbeit mit Familien von Opfern oder durch das Erleben von Gewalt. Auch das Training für das psychische Wohlbefinden, das den Mitarbeitern angeboten wird, um ihnen beizubringen, wie sie mit diesem Stress und Trauma umgehen können, variiert oft zwischen diesen verschiedenen Berufen. Wir spekulierten daher, dass die Ausprägung von PTBS und anderen damit zusammenhängenden Faktoren zwischen den verschiedenen Rettungskräften variieren würde, was bisher nicht untersucht wurde.»

Die Studie (in englischer Sprache) ist online verfügbar unter: <https://blog.frontiersin.org/2021/01/19/frontiers-psychiatry-rescue-emergency-personnel-police-firefighters-ambulance-mental-health-ptss-suicide/>



Christina Schumacher

Rettungskräfte und Notfallpersonal sind im Rahmen ihrer Tätigkeit häufig mit traumatischen Ereignissen konfrontiert und haben daher ein höheres Risiko, PTBS und suizidale Gedankenmuster zu entwickeln als die Allgemeinheit.



Alles was Recht ist ...

Aus der Praxis unserer Rechtsberaterin
Andrea Frost-Hirschi

Covid-19-Erkrankungen von Pflegepersonal sind meist Berufskrankheiten!

Auch in der Schweiz haben sich Pflegende bei ihrer Arbeit mit Patientinnen und Patienten mit dem Corona-Virus angesteckt. Bei einigen zeigen sich kaum Krankheitssymptome, andere leiden über längere Zeit an den Folgen der Viruserkrankung. Was müssen Sie aus rechtlicher Sicht dazu wissen?

Wichtig ist, dass für das Pflegepersonal Covid-19- und weitere berufsbedingte Infektionskrankheiten als Berufskrankheiten gelten, die über die Berufsunfallversicherung versichert sind. Wir haben in den letzten Monaten beobachtet, dass viele Betroffene (Mitarbeitende und Arbeitgeber) ungenügend informiert sind und die Meldungen deshalb den falschen Weg gehen, nämlich denjenigen über die private Krankenversicherung der Mitarbeitenden.

Es gilt: Eine Covid-19-Erkrankung von Pflegepersonal, das mit an Covid-19 erkrankten Patientinnen, Patienten oder Bewohnenden arbeitet, ist zwingend an die Berufsunfallversicherung des Arbeitgebers zu melden!

Welche Leistungen erbringt die Unfallversicherung bei einer Covid 19-Erkrankung?

Sie kommt für alle Kosten der medizinisch notwendigen Abklärungen auf, auch wenn sich der Krankheitsverdacht in der Folge nicht bestätigt. Ist eine Quarantäne medizinisch indiziert, zahlt die Unfallversicherung für die dadurch bedingte Arbeitsverhinderung Taggelder.

Kosten für reine Reihenuntersuchungen oder andere Prophylaxe-Massnahmen ohne konkrete Verdachtsmomente werden nicht übernommen. Diese laufen entweder über die öffentliche Hand (z. B. kostenlose Selbsttests in Apotheken), die Arbeitgeberin, die diese anordnet oder über die private Krankenkasse.

Wenn Sie unsicher sind, rufen Sie uns an. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Die Rechtsberatung steht unseren Mitgliedern am Montag und Dienstag von 8.30 bis 12.00 und von 13.00 bis 17.00 und am Mittwoch von 8.30 bis 12.00 unter der Nummer 031 380 54 61 telefonisch zur Verfügung. Bei Bedarf vereinbaren wir andere Termine.

Nichtmitglieder beraten wir zu denselben Zeiten unter der kostenpflichtigen Nummer 0900 31 61 61 (1. Minute gratis, danach 3.90 pro Minute)

12. Mai Tag der Pflege

Am 12. Mai ist Tag der Pflege. Wir nutzen diesen, um auf die Anliegen der Pflege aufmerksam zu machen. Unsere Mitglieder haben sich in den letzten Monaten enorm für unsere Gesundheit engagiert. Es ist an der Zeit «Danke» zu sagen. Momentan sind wir in den Vorbereitungen. Lassen Sie sich überraschen!

www.sbk-be.ch/tagderpflege

Wer sind unsere Mitglieder?

Lerne Corinne Wyss kennen!



Corinne ist 1978 geboren und hat 2001 ihre Ausbildung zur diplomierten Pflegefachfrau HF (damals noch DN II) abgeschlossen. Nach einigen Jahren Berufstätigkeit in einem Akutspital absolvierte sie von 2005 bis 2007 die Weiterbildung zur Expertin Intensivpflege am Inselspital. Später wechselte sie auf die Intensivstation in der Klinik Sonnenhof, die heute als zertifizierte IMC geführt wird. Corinne wurde vorerst stellvertretende Stationsleitung, seit 2016 ist sie als Stationsleitung für 27 Mitarbeitende und sechs Bettenplätze zuständig.

Corinnes wahrscheinlich grösstes und liebstes Hobby ist das Segeln. 2018 machte sie den Hochseeschein. Corona bedingt sind Segeltörns auf den sieben Weltmeeren gerade schwer möglich, aber zum Glück kann man auch auf unseren heimischen Seen segeln. Ganz grundsätzlich ist Corinne gerne draussen. Sie treibt viel Sport und geniesst gerne Zeit mit Freund*innen. Im Sommer trifft man Corinne fast täglich an und in der Aare an.

Was macht dir am meisten Freude an deinem Job?

Ich mag den Wechsel zwischen der Arbeit direkt mit den Patient*innen am Bett und meinen Führungsaufgaben als Stationsleitung. Es ist eine schöne und sinnstiftende Aufgabe. Ich liebe es, mein Fachwissen und -können anzuwenden und umzusetzen zum Wohle der Patient*innen.

Was nervt dich?

Wenn der Wind aus der falschen Richtung bläst. Und das tut er für uns Pflegende ja leider oft. Der Personalmangel macht mir grossen Kummer. Die vergleichsweise tiefen Löhne in der Pflege stellen ein weitreichendes Problem dar, das so leider nicht erkannt wird. Auch, dass wir mit unseren Anliegen kaum ernst genommen werden und immer noch und immer wieder gegen das Klischee kämpfen müssen, dass «das bisschen pflegen ja wohl jede*r kann».

Weshalb bist du Mitglied des SBK Bern?

Ich bin bereits seit der Grundausbildung dabei, weil ich weiss, dass der SBK die Pflege vertritt und für unsere Anliegen einsteht. Es ist gut zu wissen, dass man gegebenenfalls die Rechtsberatung in Anspruch nehmen kann. Auch schätze ich das Weiterbildungsangebot des SBK Bern.

Was wünschst du dir von deinem Berufsverband?

Ich wünsche mir, dass der SBK für unsere Anliegen einsteht und eine starke Stimme ist für die Pflege. In der Öffentlichkeit und speziell auch in der Politik. Dass er auf die Missstände aufmerksam macht. Und sich nicht mit netten Worten abspesen lässt. Uns Pflegenden fehlt oft die Energie, uns neben der Arbeit noch für berufspolitische Anliegen einzusetzen. Da ist es gut zu wissen, dass es den SBK gibt.

Ein Wort zur Pflegeinitiative?

Zwei Worte: Vors Volk! Der indirekte Gegenvorschlag – so gut er mittlerweile sein mag – geht einfach zu wenig weit und berücksichtigt vor allem das wichtigste unserer Themen nicht: die Arbeitsbedingungen. Nachwuchsförderung ist gut und recht, aber bringt nichts, wenn nicht gleichzeitig dafür gesorgt wird, dass die Pflegenden auch im Beruf bleiben.



Kennen Sie die vielen Vorteile Ihrer SBK-Mitgliedschaft?

www.sbk-be.ch/vorteile



... auf ein Wort

Hingebungsvoll und gehorsam, oder qualifiziert und selbstbewusst?

Florence Nightingale soll einmal gesagt haben, kein Mann würde je eine andere Definition geben, was eine gute Pflegefachfrau ausmache als diese: hingebungsvoll und gehorsam. «Diese Definition würde auch für ein Pferd reichen», fügte Nightingale hinzu.

An dieser historischen Hypothek haben wir bis heute zu tragen. Pflegenden sind lieb, angepasst, genügsam. Sie erdulden alles, und der Lohn ist ihnen auch nicht so wichtig. Man – oder vor allem Frau – macht diesen Beruf doch nicht wegen des Geldes! Und das bringt mich auf das hochaktuelle Thema Pflegeinitiative.

Die Pflegeinitiative, die der SBK Schweiz im Jahr 2017 lancierte, enthält vier Kernanliegen:

- Bessere Arbeitsbedingungen
- Mehr Personal
- Mehr Kompetenzen für Pflegefachpersonen
- Die Förderung des dringend benötigten Nachwuchses

An der Frühlingssession 2021 hat das Parlament den indirekten Gegenvorschlag zur Pflegeinitiative verabschiedet. Der Gegenvorschlag enthält nichts mehr zum Thema bessere Arbeitsbedingungen und mehr Personal. Müssen sich die hingebungsvollen und gehorsamen Pflegenden damit zufriedengeben? Lieber der Spatz in der Hand, als die Taube auf dem Dach?

Das Problem ist, mit dem Spatz bekommen wir die Sache nicht in den Griff. Wir benötigen die Taube. Auch wenn sie oben auf dem Dach hockt. Wir müssen mehr Pflegefachpersonen ausbilden, das ist richtig. Aber wir müssen diesen Menschen auch eine Perspektive geben. Ohne Verbesserungen der Arbeitsbedingungen, und wenn wir immer mehr Arbeit mit immer weniger Personal schaffen sollen, ist diese Perspektive nicht gegeben.

Was Pflegenden definitiv sind: wir sind realistisch. Wie Madame Malevizia einmal geschrieben hat, fordern wir mit der Pflegeinitiative nicht, dass man den roten Teppich ausrollt und uns auf Händen trägt. Wir fordern



das, was wir dringend benötigen. Und das enthält die Pflegeinitiative. Der indirekte Gegenvorschlag hingegen nicht. Es bleibt der Entscheidung des Initiativkomitees, wie es mit der Pflegeinitiative weitergeht. Der Entscheid im Juni wird niemandem leichtfallen. Wir sind gespannt!

Madame Malevizia ist zur Zeit aus persönlichen Gründen abwesend. Weshalb ihre Blog-Partnerin mit einem Gastbeitrag einspringt. Madame Malevizia und Christina Schumacher betreiben gemeinsam den Pflegeblog «Nachrichten von der Pflegebasis».

SBK 60plus

Neues Kerngruppen- mitglied gesucht

Wir sind in der Kerngruppe SBK 60plus des SBK Sektion Bern zu Viert. Gerne würden wir diese Gruppe mit einem weiteren Mitglied ergänzen:

Wir wünschen uns ein aktives, interessiertes SBK-Mitglied 50 bis 60plus.

Ziel der Kerngruppe SBK 60plus ist es, den Zusammenhalt unter den älteren Mitgliedern durch Eingehen auf ihre Anliegen/Bedürfnisse und gemeinsame Aktivitäten zu fördern. Dazu zählen monatliche Kaffeetreffs, Ausflüge und eine jährliche Tagung zu einem aktuellen Thema. Die nächste Tagung ist für

Montag, 8. November 2021, 14.00–18.00 Uhr am Inselhospital Bern zum Thema

Generationen übergreifende Zusammenarbeit

geplant. Auf der Homepage des SBK Sektion Bern finden Sie unter Schnellzugriff – SBK 60plus – weitere Informationen mit Bildern zu verschiedenen stattgefundenen Anlässen.

Die Mitarbeit in der Kerngruppe SBK 60plus bedingt die Teilnahme an 5–6 Sitzungen à 1½ Stunden pro Jahr. Zusätzliche zeitliche Aufwendungen entstehen durch die Organisation und Teilnahme an Anlässen.

Bitte melden Sie sich bei Interesse an der Mitarbeit bei elisabethvogt.fl@gmail.com

Generationen übergreifende Zusammenarbeit

Alle Mitwirkenden sind nach wie vor für die Durchführung der verschobenen Tagung zu obgenanntem Thema bereit. Deshalb reservieren Sie sich bereits heute das neue Datum von

**Montag, 8. November 2021,
14.00–18.00 Uhr
am Inselhospital Bern.**

Eingeladen sind alle, die mithelfen wollen, der Pflege die jungen und älteren Pflegefachpersonen zu erhalten. Die Tagung wird von der Kerngruppe 60plus gemeinsam mit der Gruppe junger SBK des SBK Sektion Bern durchgeführt.



Café SBK 60plus

Zeit

Ab Mai bis Oktober jeden 1. Dienstag, 10.00 Uhr, im Innenhof des Berner Generationenhauses mit dem Wetter angepasster Kleidung. Dort gibt es einen Getränkeverkauf und auch einen gedeckten Sitzplatz bei nassem Wetter.

Daten

- 4. Mai, 10.00 Uhr
- 1. Juni, 10.00 Uhr
- 6. Juli, 10.00 Uhr
- 3. August, 10.00 Uhr
- 7. September, Ausflug auf dem Thunersee mit Dampfschiff und ev. Werftbesichtigung, das Programm wird Interessenten bekannt gegeben
- 5. Oktober, 10.00 Uhr

Ort

Innenhof des Berner Generationenhauses
Bahnhofplatz 2, 3011 Bern

Weitere Auskünfte erteilt Marianna Iff per Mail oder Whatsapp. m.iff@gmx.ch oder 079 583 51 19.

Wohin mit dem Vermögen?

GLAUSER+PARTNER

VORSORGE | STEUERN | VERMÖGEN

Konnten Sie in den letzten Jahren viel Geld zur Seite legen? Haben Sie eine Erbschaft gemacht oder im Lotto gewonnen? Und nun stellen Sie sich die Frage: Wo ist das Vermögen am besten aufgehoben?

Im anhaltend tiefen Zinsumfeld ist diese Frage nicht einfach zu beantworten. Die Fülle der Angebote und das grosse Interesse von Banken und Versicherungen, mit Ihrem Geld zu arbeiten, macht es nicht einfacher. Machen Sie sich zuerst einmal Gedanken darüber, wann Sie das Geld benötigen werden, um den Lebensstandard zu erhalten oder grössere Investitionen zu tätigen. Der Anlagehorizont ist massgebend für eine erfolgreiche Geldanlage. Je nach Risikofähigkeit und Risikobereitschaft eröffnen sich verschiedene Möglichkeiten.

Altersvorsorge

Wenn Sie etwas für Ihre Altersvorsorge tun wollen, bieten die Pensionskasse und die Säule 3a grosses Sparpotenzial. Die Einzahlungen können vom steuerbaren Einkommen abgezogen werden. Der Maximalbetrag für die Einzahlung in die Säule 3a beträgt für Angestellte im Jahr 2021 rund CHF 6'883 (beziehungsweise CHF 34'416 für Selbstständige). Die maximale Einkaufssumme bei der Pensionskasse ist abhängig vom versicherten Verdienst, dem Vorsorgeplan sowie Ihrem vorhandenen Altersgut haben. Mit gestaffelten Einkäufen kann die Steuerprogression über mehrere Jahre gebrochen werden.

Amortisation Hypothek

Ob die Hypothek mit den langfristig nicht benötigten Vermögenswerten amortisiert werden soll oder nicht, ist abhängig von den zu erwartenden Vermögenserträgen dieses Kapitals (z.B. Zins auf dem Sparkonto). Sofern diese tiefer sind als die zu bezahlenden Hypothekarzinsen, sollte die Hypothek amortisiert werden. Somit ist die Amortisation der Hypothek vor allem für Personen mit einer tiefen Risikobereitschaft eine gute Investitionsmöglichkeit.

Wertschriftenanlagen

Wer seine Vermögenswerte langfristig gewinnbringend anlegen möchte, muss im aktuellen Tiefzinsumfeld Risiken eingehen. Für Personen, die keine Risikobereitschaft mitbringen und als Ziel Kapitalerhalt definiert haben, empfehlen wir, die Gelder auf verschiedenen Bankkonten zu parkieren oder in sichere Staatsanleihen zu investieren.

Für alle anderen kann sich die langfristige Investition in Aktien lohnen. Da Finanzprodukte meist kompliziert und teuer sind, empfehlen wir – wo immer möglich und sinnvoll – direkt und kostengünstig mit Einzeltiteln zu arbeiten. Dabei sollten Sie den Fokus auf langfristig solide Unternehmungen setzen und nicht auf kurzfristige Kursbewegungen spekulieren. Vermeiden Sie Klumpenrisiken und investieren Sie nur in zukunftsfähige Firmen. Seien Sie auch kritisch gegenüber Empfehlungen und prüfen Sie Anlagevorschläge von Banken sorgfältig.

Fazit

Ein fundierter Finanzplan und ein Gespräch mit einem Experten liefern Antworten und zeigen die Vor- und Nachteile der verschiedenen Möglichkeiten auf. Eine sinnvolle Vermögenseinteilung oder der Entscheid für eine Neuausrichtung Ihrer Vermögenswerte will gut überlegt sein. Nehmen Sie sich Zeit dafür.

Armando Mathis, Finanzanalytiker und Vermögensverwalter CIIA, ist Partner bei der Gläser+Partner Vorsorge AG in Bern. GLAUSER+PARTNER ist offizieller Finanzratgeber vom SBK und berät deren Mitglieder in Vorsorge-, Steuer- und Vermögensfragen.

Mehr: www.glauserpartner.ch



Publikationen GLAUSER+PARTNER

Unter www.glauserpartner.ch/publikationen finden Sie viel kompaktes Wissen zu den Themen Pensionsplanung und Vermögensverwaltung:

Unsere Broschüre
«Die 13 Prinzipien des weisen Investierens»

Sowie **sechs kompakte Ratgeber** zu unterschiedlichen Finanzthemen

Übrigens: Als Mitglied erhalten Sie **10% Rabatt** auf die Beratungskosten bei GLAUSER+PARTNER. Das Erstgespräch ist kostenlos und unverbindlich.

cornelia willi

bildung und beratung gmbh

blockiert
Abschlussarbeit schreiben
wie weiter kommen
ich gönne mir Beratung
clever

Für Unterstützung beim Schreiben und Weiterkommen:
ungeniert 032 623 55 18 anrufen
co@cornelia-willi.ch • www.cornelia-willi.ch

   gemeinsam + kompetent
ensemble + compétent

Fachsymposium Palliative Care

«Schmerz lass nach...»
Schmerzen in der Palliative Care –
Interdisziplinär und interprofessionell betrachtet

19. August 2021, 09.00 – 17.00 Uhr,
Auditorium Maurice E. Müller, Operationstrakt Ost (OpO) F,
Eingang 42, Inselspital Bern, Murtenstrasse 35, 3010 Bern



SAVE THE DATE!
19. August 2021

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.palliativzentrum.insel.ch www.palliativebern.ch

«Ihr Aus- und Weiterbildungs-
institut IKP: wissenschaftlich –
praxisbezogen – anerkannt.»

Mit Option zum eidg. Diplom
Neu: Finanzierung Ihrer Aus-
bildung durch Bundesbeiträge


**Dipl. Körper-
zentrierte/r Psychologische/r Berater/in IKP**
Info-Abend: 14.06.21
Psychosoziale Beratungskompetenz kombiniert
mit Körperarbeit (Erleben und Erfahren über den
Körper), Entspannungsübungen, Sinnfindung,
Ressourcenstärkung (3 Jahre, SGfB anerkannt).


Dipl. Ernährungs-Psychologische/r Berater/in IKP
Info-Abend: 24.08.21
Angewandte Psychologie: Sie erwerben praxisnahe
Kompetenzen in Ernährung und Psychologie, mit
welchen Sie Menschen mit Ernährungsproblemen
ganzheitlich beraten. (4 Jahre, ASCA und SGfB anerkannt).


Dipl. Paar- und Familienberater/in IKP
Info-Abend: 29.06.21
Ganzheitliche systemische Psychologie: Lösungs- und
ressourcenorientierte psychosoziale Beratung in
Beziehungen. (3 Jahre, SGfB anerkannt).


**Dipl. Ganzheitlich-Integrative/r
Atemtherapeut/in IKP**
Info v. Zoom: 31.05.21
Ressourcenorientierte Prozessbegleitung; Atem- und
Körpertherapie. (3 Jahre, ASCA und EMR anerkannt).

Alle vier **Weiterbildungen** können mit einem
eidg. Diplom abgeschlossen werden.

IKP Institut für Körperzentrierte Psychotherapie

Mehr Infos?
 **ikp-therapien.com**
Tel. 031 305 62 66

 

Seit 30 Jahren anerkannt

Jedes Mitglied zählt

Ob jung oder älter, Frau oder Mann, erfahrene Pflege-
fachfrau oder Studierender – jedes Mitglied zählt. Wenn
Sie Ihren Beitrag monatlich begleichen möchten, so kos-
tet Sie das je nach Anstellungsgrad zwischen weniger
als zwei und maximal sechs Tassen Kaffee!

Mit Ihrem Mitgliederbeitrag unterstützen Sie das En-
gagement des SBK. Wir danken Ihnen und sind für Ihre
Fragen da: verband@sbk-be.ch, Telefon 031 380 54 64.

Informieren Sie sich über die vielen Vorteile einer SBK-Mitgliedschaft!

Besuchen Sie unsere Webseite unter:
www.sbk-be.ch/vorteile

Impressum