



**SBK**

Sektion Bern  
Schweizer Berufsverband  
für Pflegefachpersonal

# Schrittmacher:in

1/2023



**SEITE 2-4**  
Verband

**SEITE 5**  
Berufspolitik

**SEITE 6-7**  
Weiterbildung

**SEITE 8**  
Rechtsberatung

**SEITE 9**  
Kolumne

**SEITE 10**  
Mitgliederporträt

**SEITE 11**  
SBK 60plus

**SEITE 12**  
Inserate

## Editorial

An den Lohnverhandlungen mit den Berner Spitälern und Kliniken wurden wir über die finanzielle Notlage der Betriebe informiert. Die Gründe sind uns allen bekannt: Fachkräftemangel, Bettenschliessungen, nicht kostendeckende Tarife und hohe Energiepreise.

Liebe Lesende – geht es Ihnen wie mir? Zur «finanziellen Notlage», so scheint mir, wurde ausreichend informiert. Die Information, dass die Budgetierung der Mittel alleine in der Verantwortung der Betriebe liegt, wurde nicht ganz so oft publiziert. Klar ist: Ihre Geschäftsleitung entscheidet, wie viele Mittel für das Personal gesprochen und wie viel für Sachkosten und Investitionen budgetiert wird.

Aber braucht es für die Verbesserung der Arbeitsbedingungen tatsächlich und vor allem (mehr) Geld? Würden Sie, liebe Lesende, Ihre Arbeitsstelle wegen ein paar Franken mehr wechseln? Unsere Erfahrung aus den Beratungen ist anders. Wir hören, dass viele die Stelle wechseln oder aus dem Beruf aussteigen, weil Sie nicht mehr bereit sind, ständig am Limit zu arbeiten. Sie wollen den Beruf so ausüben können, wie Sie ihn gelernt haben. Sie brauchen Dienstplansicherheit, damit Sie Ihre Berufstätigkeit mit ihrem Leben vereinbaren können. Sie wollen ein gutes Betriebsklima und eine wertschätzende Führungskultur. Sie wollen ein normales Leben führen: sich am Feierabend verabreden, mit gutem Gewissen ein freies Wochenende geniessen und ohne die Angst, um einen Einspringdienst gefragt zu werden, Ihr iPhone anschalten.

Auch der Wechsel von einer festen Anstellung zu einem Stellenvermittlungsbüro ist in den wenigsten Fällen finanzieller Natur. Weit häufiger wechseln Pflegende, weil nur die Anstellung über das Stellenvermittlungsbüro garantiert, dass ihr Pensum eingehalten wird. Lassen sie sich hingegen fest anstellen, so müssen sie zum Teil Überzeit leisten und auch dann Schichten übernehmen, wenn sie nicht können. Einzelne, auch grosse Kliniken, haben das erkannt und richten eigene Pools mit garantierten Pensen ein. Empfehlenswert! Fordern Sie die Verantwortlichen Ihres Betriebs auf, entsprechende Angebote zu schaffen! Und wenn Sie andere gute Ideen haben, wie die Arbeitsbedingungen verbessert werden könnten, dann bringen Sie auch diese ein. Warten Sie nicht darauf, dass jemand auf Sie zukommt. Machen Sie den ersten Schritt. Wir unterstützen Sie dabei.

Sehr gerne unterstützen wir auch die Verantwortlichen in den Kliniken und Spitälern. Die Krise im Gesundheitswesen ist so umfassend, dass wir sie nur gemeinsam mit allen Akteuren anpacken können. Darum haben wir den Regierungsrat aufgefordert eine Task-Force Pflege einzusetzen. Sie soll insbesondere eine kantonale Strategie zur Verlängerung der Berufsverweildauer von Pflegenden entwickeln und Massnahmen erarbeiten, die zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen führen.



**Marion Ebinger**

Leiterin Berufspolitik & Kommunikation

## «Gute» Palliative

**Die Wichtigkeit von einer qualitativ hochwertigen Palliative Care nimmt zu. Ein Grund ist die Demographie mit einer zunehmenden alternden Gesellschaft. Auch aufgrund der wachsenden Anzahl von Menschen, welche an einer unheilbaren und fortschreitenden Krankheit leiden. Um diese Menschen adäquat zu begleiten, ist eine Ausbildung im Bereich Palliative Care für das Pflegepersonal sinnvoll. Nelly Simmen, eine Expertin in Fachbereich Palliative Care, erzählt im nachfolgenden Interview über das Thema Palliative Care und ihre Eindrücke vom letzten Onlinekurs. Der SBK Bern bietet eine grosse Auswahl an Kursen im Bereich Palliative Care an. Eine Auswahl finden Sie auf den Seiten 6 und 7 dieser Schrittmacher:in.**

Annina Meerstetter, SBK Bern, im Gespräch mit Nelly Simmen:

### **Was macht «gute» Palliative Care aus?**

Die Palliative Care ist personenzentriert und auf die Bedürfnisse des jeweiligen Menschen ausgerichtet. Mit diesem Ansatz sollen Leiden gelindert und die Lebensqualität gefördert werden. Ziel ist es, das Wohlbefinden des Menschen bis zuletzt sicherzustellen.

Eine wichtige Komponente der Palliative Care sind die Angehörigen. Sie werden frühzeitig mit einbezogen, sollen nahe bei der zu pflegenden Person sein und sie eng begleiten dürfen. Dabei erhalten sie Unterstützung von den ausgebildeten Fachpersonen.

Die Palliative Care will auf die Selbstbestimmung achten und bietet Unterstützung in den frühzeitig angestossenen Entscheidungsprozessen. Fachpersonen denken immer ein paar Schritte voraus und unterstützen die

# Care im Alltag

Person bei ihrem weiteren Weg. Durch die gute und solide Vorbereitung werden Stresssituationen vermieden und die Entscheidungen des einzelnen Menschen respektiert und eingehalten.

Die Palliative Care soll durch ein gutes Netz von Angehörigen und Professionellen Sicherheit geben. Durch ihre Kompetenz und Vertrauenswürdigkeit bauen die ausgebildeten Pflegefachpersonen wertschätzende Beziehungen zu den zu pflegenden Personen und den Angehörigen auf. Sie fördern dabei die interprofessionelle Zusammenarbeit.

## **Für wen sind die Palliative Care B1 Kurse gedacht?**

Die Palliative Care B1 Kurse sind ausgerichtet auf Pflegefachpersonen, die in der Grundversorgung Menschen pflegen, die an einer unheilbaren und fortschreitenden Erkrankung leiden. Diese sind nicht ausschliesslich Krebs-Patient:innen, sondern auch solche mit Organinsuffizienzen (z.B. COPD, Herzinsuffizienz, Niereninsuffizienz) oder mit neurodegenerativen Erkrankungen (z.B. ALS, MS, Demenz). Auch hochbetagte Menschen mit Gebrechlichkeit (Frailty) benötigen Palliative Care.

Palliative Care ist nicht nur auf die Sterbebegleitung beschränkt, sondern soll den betroffenen Menschen ab Diagnosestellung zur Verfügung stehen. Während ihrem oft jahrelangem Krankheitsprozess benötigen sie unterschiedliche Arten und Intensitäten an Palliative Care, um ihrem wechselnden Bedarf gerecht zu werden. Im Palliative Care B1 Kurs lernen die Kursteilnehmenden den Palliative Care Bedarf umfassend zu erkennen und in interprofessioneller Zusammenarbeit Lösungen zu finden. Schwerpunkte liegen bei der Symptomlinderung, bei der Gestaltung von Entscheidungsprozessen, bei der Kommunikation und Zusammenarbeit mit allen Beteiligten. Für viele Pflegefachpersonen ist ein Kurs im Bereich der Palliative Care sinnvoll, weil sie in der Praxis konfrontiert sind mit Herausforderungen, bei denen Palliative Care hilfreich ist. Sie lernen, mit schwierigen Situationen professionell umzugehen. Der Kurs ermächtigt sie zu einem wertneutralen, emphatischen Umgang mit Betroffenen und Angehörigen. Dies dient als Basis, um Palliative Care adäquat umzusetzen.

Viele Pflegenden, die diese Kurse besuchen, arbeiten in Heimen und der Spitex. Sie profitieren vom vermittelten Wissen, der Reflexion und dem intensiven Austausch untereinander. Wir legen grossen Wert auf den Praxis-transfer. Während dem mehrtätigen Kurs erhalten die



## **Nelly Simmen**

Nelly Simmen arbeitet seit 2016 als freiberufliche Palliative Care Expertin. Vorher leitete sie über 20 Jahre eine Palliativstation. Sie hat Palliative Bern aufgebaut und war anschliessend 13 Jahre Geschäftsführerin. Nelly Simmen schloss im Jahr 2005 erfolgreich ihren Master in Advanced Clinical Practice in Palliative Care Nursing ab. In den letzten zehn Jahren hat sie zahlreiche Weiterbildungen besucht und zwei CAS im Bereich Change-Management und in der Ausbildung von Führungskräften abgeschlossen.

Teilnehmenden Aufträge und es werden unterschiedliche Fälle aus der Praxis besprochen.

## **Wieso sollten sich die Pflegenden in diesem Bereich weiterbilden?**

Es gibt eine wachsende Anzahl von Menschen, die an unheilbaren und fortschreitenden Krankheiten leiden. Aufgrund der demografischen Verschiebungen gibt es immer mehr alte und hochbetagte Menschen, die an Gebrechlichkeit (Frailty) leiden. Die Lebensqualität dieser Menschen soll durch die Palliative Care erhalten bleiben und ihr Leiden gemildert werden. Somit nimmt die Wichtigkeit einer qualitativ hochwertigen Palliative Care zu.

## **Wie waren Ihre Erfahrungen, das Thema Palliative Care im Onlinekurs zu unterrichten?**

Meine Erfahrungen in den letzten Jahren waren überraschend gut. Die Inhalte können ohne Probleme online vermittelt werden. Die Lernmethoden habe ich auf das Zoomsetting angepasst und bin neue Wege des Unterrichtens gegangen. Ich konnte den Teilnehmenden Links zu Dokumenten und Videos zur Vor- und Nachbereitung übermitteln, die sie immer wieder anschauen und als bleibendes Hilfsmittel verwenden konnten. Ich mache stündlich Pausen und Lockerungsübungen, um bei der anstrengenden Bildschirmarbeit für Entspannung zu sorgen.

## **Wie war der Zusammenhalt unter den Teilnehmenden?**

Die verschiedenen Gruppenarbeiten und der Kompetenznachweis in einer Gruppenarbeit führten zu einem guten Zusammengehörigkeitsgefühl unter den Teilnehmenden. Einige bedauerten einzig den fehlenden informellen Austausch in den Pausen und Randzeiten. Das Wegfallen der Hin- und Rückreise wurde hingegen von vielen geschätzt und war ein Grund dafür, dass wir Teilnehmende aus der ganzen Schweiz hatten, was den Austausch untereinander sehr bereichert hat.

Ich habe mitbekommen, dass sie sich neben dem Kurs kontaktierten und austauschten das braucht etwas mehr Eigeninitiative. Die Kompetenznachweise in Gruppen haben die Teilnehmenden online und teilweise vor Ort zusammen erarbeitet.

Ein Highlight für mich war der Lernprozess zwischen den Generationen. Die Jungen haben die Älteren bei Computerfragen unterstützt und konnten gleichzeitig von der Praxiserfahrung der älteren Teilnehmenden profitieren.

***Gibt es Momente aus dem Onlinekurs, die Ihnen besonders in Erinnerung geblieben sind?***

Mir haben das grosse Interesse und die aktive Teilnahme der Teilnehmenden sehr gefallen. Die Präsentationen für die Kompetenznachweise fand ich sehr beeindruckend. Dabei wurde ersichtlich, wie viel die Teilnehmenden vom mehrtätigen Kurs gelernt und mitgenommen hatten. Die grossen Fortschritte freuen mich jedes Mal und erfüllen mich mit Stolz.

***Freuen Sie sich auf den nächsten Kurs?***

Sehr!!! Ich freue mich auf neue Teilnehmende und ihr Interesse am Thema. Ich bin motiviert, mein Wissen, meine Erfahrung und die Freude an Palliative Care weiterzugeben.

***Was möchten Sie den Pflegenden noch auf den Weg mitgeben?***

Ich bewunderte Pflegefachpersonen, welche im Online-Unterricht kaum Erfahrung haben und doch den Mut hatten, sich anzumelden. Während dem Kurs haben sie dann grosse Fortschritte gemacht. Sie haben sich nicht nur mit Palliative Care beschäftigt, sondern ihre Kompetenzen im digitalen Bereich vergrössert. Das lebenslange Lernen und die Offenheit für neue Situationen finde ich sehr wichtig und inspirierenden.

## Aufruf Nationalrats-Wahlen

Am 22. Oktober werden die Mitglieder des Nationalrates für die nächste Legislatur gewählt. Der SBK Bern unterstützt ausgewählte SBK-Mitglieder.

Sind Sie Mitglied des SBK Bern? Kandidieren Sie für den Nationalrat und wollen die Pflege auf politischer Ebene vertreten? Melden Sie sich bis am 1. Mai 2023 bei Marion Ebinger unter 031 380 54 69 oder [marion.ebinger@sbk-be.ch](mailto:marion.ebinger@sbk-be.ch).

## Einladung GV

### Generalversammlung des SBK Bern

**Dienstag, 21. März 2023**

**Beginn: 17.30 Uhr**

Kongresszentrum Hotel Kreuz  
Zeughausgasse 41, 3011 Bern

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.  
Die Einladung liegt der Schrittmacherin bei.

## Mitmachen – bewegen – erzählen – dabei sein!

Die Schrittmacher:in verändert sich und will vermehrt persönliche Inputs aus den Betrieben publizieren:

Sie möchten aktiv mitmachen bei der Schrittmacher:in?

Sie haben eine spannende Geschichte aus Ihrem Alltag, die Sie uns erzählen möchten? Sie haben ein Gedicht verfasst, ein Comic gezeichnet oder ein Bild gemalt?

Nehmen Sie Kontakt mit mir auf, und wenn das Thema passt, sehen wir Ihren Beitrag bald in der Schrittmacher:in!

Sie haben ein wichtiges Projekt, welches Sie mit uns realisieren möchten? Sie wollen für unsere Mitglieder einen Event organisieren? Sie haben eine Idee für das Gesundheitswesen und möchten unsere Unterstützung?

Zögern Sie nicht und stellen Sie uns Ihr Projekt, Ihre Idee oder Ihren Event vor!

Ich freue mich auf Ihre E-Mails. Zusammen bringen wir den SBK Bern weiter!



**Annina Meerstetter**

Verantwortliche  
Marketing & Kommunikation:  
[annina.meerstetter@sbk-be.ch](mailto:annina.meerstetter@sbk-be.ch)

# Sozialpolitisches Engagement



**Marion Ebinger**

Leiterin Berufspolitik &  
Kommunikation:  
marion.ebinger@sbk-be.ch

Unser Engagement in berufspolitischen Fragen ist wichtiger denn je! Zusammen mit unseren Mitgliedern vertreten wir die Interessen der Pflege in Politik und Gesellschaft. Wichtigstes Instrument unseres Wirkens sind die Gesamtarbeitsverträge (GAV) mit den Berner Spitälern und Kliniken und den bernischen Langzeitpflegeinstitutionen. Den GAV's sind rund 22'000 Angestellte im Kanton Bern unterstellt.

Damit wir wissen, was unsere Mitglieder beschäftigt, führen wir regelmässige Gespräche mit den Betriebskommissionen der GAV-Betriebe, mit einzelnen Mitgliedern in den Betrieben oder bei telefonischen Beratungen und suchen an Veranstaltungen und Schulungen den Dialog. So können wir rasch und kompetent reagieren und die Interessen unserer Mitglieder in den Institutionen vertreten.

Auch deshalb freuen wir uns sehr, dass wir bei den Lohnverhandlungen 2022 im Dezember einen Teilerfolg erreicht haben: die GAV-Spitäler und Kliniken bezahlen einen Teuerungsausgleich von 1,5% und mindestens 7.00 Franken Zulagen pro Stunde für Nacht- und Wochenenddienste. Zusätzlich verpflichten sie sich, über die nächsten Jahre die Zulagen schrittweise zu erhöhen, bis 10.00 Zulagen pro Stunde bezahlt werden. Alle Spitäler wollen zudem die Löhne einzelner Berufsgruppen anheben. Dafür werden mindestens 0,2% der Lohnsumme investiert, im Spitalzentrum Biel 0.4% und in der Inselgruppe sogar 0,5%. Zudem werden die Lohnstabellen in allen Betrieben um die gewährte Teuerung angehoben. Klar ist, dass dieses Ergebnis ein wichtiges Zeichen der Anerkennung für die Pflege ist – auch wenn die Teuerung bei 3% liegt und somit ein Reallohnverlust damit einhergeht.

Einige Akteure des Gesundheitswesens – Politiker:innen, Spitaldirektor:innen und Verwaltungsräte – kritisieren, dass wir dieses Ergebnis nur als Teilerfolg beschreiben. Sie sind überzeugt davon, dass wir damit «Schwarzmalen» und dem Pflegeberuf schaden würden. Mit der steten Berichterstattung darüber, was in unserem Gesundheitswesen und insbesondere in der Pflege falsch laufe, werde der Pflegeberuf für junge Menschen zunehmend unattraktiv.

Wir wissen jedoch, dass das Aufzeigen der Missstände nach wie vor nötig und wichtig ist. Und zwar laut und deutlich. Wir weisen auch auf positive Ausnahmen hin:

diese sind wichtig, weil sie Vorbildfunktion für andere Betriebe haben, machen aber die schlechten Arbeitsbedingungen für alle anderen nicht ungeschehen. Die Pflegenden lieben ihren Beruf und wollen nur das Beste für ihre Patient:innen. Darum spricht der SBK offen über die schlechten Arbeitsbedingungen in der Pflege, die zum Teil sogar das Patientenwohl gefährden.

Um unser Gesundheitssystem zu retten, braucht es mehr als eine Ausbildungsoffensive. Das zeigt auch die hohe Quote derjenigen, die bereits nach kurzer Zeit aus dem Beruf aussteigen. Durchhalteparolen, Schönrederei und der Appell an das Gewissen reichen nicht aus, um sie zu halten.

Die Politik und die Betriebe müssen vielmehr sofort reagieren und die sog. Big Five, die wir gemeinsam mit der Unia, dem VPOD und der Syna formuliert und deponiert haben, umsetzen:

- Deutliche Lohnerhöhung bei gleichem Pensum bzw. Arbeitszeitreduktion bei gleichem Lohn.
- Massive Erhöhung der bestehenden Zulagen und Zeitgutschriften sowie Einführung von Zulagen für kurzfristige Dienstplanänderungen.
- Mehr Ferien: mindestens 5 Wochen bis 49, ab 50 6 Wochen, ab 60 7 Wochen
- Tatsächliche Erfassung und Abgeltung der Arbeitszeit: Z.B. inkl. Umkleidezeit, Wegzeit von einem Einsatz zum nächsten in der Spitex.
- Zuschüsse für familienergänzende Kinderbetreuung.

Die Verantwortlichen müssen in ihren Betrieben das Gespräch mit den Mitarbeitenden suchen und fragen, was diese wollen. Einige Teams möchten ihre Dienstpläne selber schreiben, andere möchten zusätzliche Ferientage kaufen können und Dritte plädieren für die Aufteilung in Teams mit und ohne Schichtarbeit. Die Betriebe müssen diese Anliegen prüfen und versuchen, sie umzusetzen.

Auch die kantonalen Arbeitsinspektorate sind in der Pflicht: Sie müssen die Einhaltung des Arbeitsgesetzes prüfen, die gesetzlichen Vorgaben konsequent durchzusetzen und öffentlich darüber Bericht erstatten, was klappt und was nicht.

Deshalb halten wir den Druck auf die Entscheidungsträger:innen aufrecht und berichten weiterhin über Missstände. Nur die bitteren Tatsachen und die schonungslose Benennung dieser, rütteln Politik und Gesellschaft auf und führen zu tiefgreifenden Änderungen.

Unsere konkreten Forderungen an die Politiker:innen haben wir in ein Positionspapier gepackt. In diesem listen wir auch die politischen Vorstösse, die wir lanciert haben, auf. Informieren Sie sich auf unserer Webseite sbk-be.ch.

# Eine Auswahl aus dem Weiterbildungsprogramm 2023

NEU

## Kommunikation in akuten Krisen

«Jetzt ja nichts Falsches sagen!» Menschen, die von einer Diagnosemitteilung überwältigt sind, sich von einer bevorstehenden Lebensveränderung bedroht fühlen, aus erklärlichen oder unerklärlichen Gründen «ausser sich» sind, brauchen ein klares Gegenüber. In diesen herausfordernden Betreuungssituationen die richtigen Worte und beruhigende «Sprache» auf allen Ebenen zu finden, ist Kern dieser Weiterbildung.

**16. Februar 2023 – 09.00–17.00 Uhr – Bern**

## End of life Phase: kompetente Begleitung vor und nach dem Sterben

Dipl. Pflegefachpersonal HF/FH und das Fachpersonal Gesundheit EFZ haben unter anderem das Ziel, den Sterbeprozess vorausschauend zu erkennen und dem sterbenden Menschen mit all seinen Ängsten, Symptome und psychischen Krisen zur Seite zu stehen und die letzte Phase des Lebens bestmöglich zu erleichtern.

**20. und 21. April 2023 – 09.00–17.00 Uhr – Bern**

## Über Sterben sprechen – aber wie?

Dieser Kurs bietet Gelegenheit, den eigenen Widerständen bewusst zu werden, mit diesen besser umgehen zu können und neue Herangehensweisen zu entwickeln. Die Kommunikationsfähigkeit und die Selbstwirksamkeit sollen mit diesem Kurs gestärkt und neue fachlichen Erkenntnisse gewonnen werden.

**27. Februar 2023 – 09.00–17.00 Uhr – Bern**

## Heilpflanzenanwendungen bei Schlafstörungen, Angst und Niedergeschlagenheit

Bei Schlafstörungen, Ängsten und bei Gefühlen von Niedergeschlagenheit können Heilpflanzenanwendungen eine gute Option sein. Sie tun das ohne Hangover, Sturzgefahr oder Abhängigkeitsrisiko. Darum ist es lohnend, sich mit fundierten Anwendungsformen dieser Heilpflanzen vertraut zu machen.

**24. April 2023 – 09.00–17.00 Uhr – Bern**

NEU

## Transfer Coach Zertifikatskurs mit dem Prinzip «cleverer Transfer» der Suva

Um die Gesundheit der Mitarbeiter:innen zu stärken, ihre Motivation zu erhalten, sie im Beruf zu behalten und längerfristig auch die Krankheitstage infolge Rückenproblemen zu verringern, hat die Suva das Projekt «cleverer Transfer» ins Leben gerufen.

**30. März 2023, 11. und 20. April 2023,  
16. und 25. Mai 2023 – 09.00–17.00 Uhr – Bern**

## Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie: Herzkreislauf

Ob im Akut-, ambulanten oder Langzeitbereich sowie in der Freizeit – Patienten und Patientinnen mit Erkrankungen des Herzkreislaufsystems begegnen uns immer wieder. Dieser Kurs bietet Ihnen eine Erweiterung und Vertiefung Ihres Fachwissens und unterstützt Ihre Argumentation und Begründung für pflegerische und therapeutische Handlungen bei Patienten mit einer Erkrankung des Herzkreislaufsystems. Es werden praxisnahe Fallbeispiele bearbeitet und konkrete Massnahmen extrahiert.

ONLINE

# Kurse im Bereich Palliative Care

Die nationalen Strategien des Bundesamtes für Gesundheit im Bereich Palliative Care beinhalten als Zielsetzung eine gezielte, stufengerechte Weiterbildung der in der Pflege tätigen Fachpersonen. Der SBK Bern bietet für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH und für Fachpersonen Gesundheit EFZ gezielte Kurse und Weiterbildungen, um diese Strategie umsetzen zu können.

## Palliative Care Niveau B1

### Onlinekurse

Die Weiterbildung Palliative Care Niveau B1 richtet sich an dipl. Pflegefachpersonen HF/FH aller Versorgungsbereiche und an Pflegefachpersonen DNI und Fachpersonen Gesundheit EFZ, die vorgängig den Kurs Palliative Care A2 absolviert haben und, die in der Grundversorgung oft mit Palliativsituationen konfrontiert sind und vermehrt Verantwortung für die Umsetzung von Palliative Care übernehmen wollen. Die Weiterbildung umfasst 10 Tage Präsenzunterricht. Für das Selbststudium sowie für die Vorbereitung für den Kompetenznachweis sollten zusätzlich 26 Stunden (31.2 Lernstunden) eingerechnet werden. Der komplette Kurs wird inkl. Kompetenznachweis online via Zoom durchgeführt.

**Zielgruppe:**

Dipl. Pflegefachpersonen HF/FH, Pflegefachpersonen DN I, Fachpersonen Gesundheit EFZ und FA SRK, wenn vorgängig der Kurs A2 besucht wurde.

**Daten und Zeit**

02.05./25.05./23.06./25.08./14.09./22.09./20.10./24.10./10.11./20.11.2023  
09.00–17.00 Uhr

**Dauer**

10 Tage

**Online via Zoom**

## Palliative Care Niveau A2

### Präsenzkurs

Der Kurs Palliative Care Niveau A2 richtet sich an Berufsleute, die gelegentlich palliative Patientinnen und Patienten und deren Familien begleiten. Der Kurs dauert 5 Tage Präsenzunterricht und wird mit einem Leistungsnachweis abgeschlossen. Für diesen sollten zirka 5 Stunden eingeplant werden. Der Kurs entspricht den Vorgaben von palliative.ch und bildet für Pflegefachpersonen DN I und für Fachpersonen Gesundheit EFZ die Grundvoraussetzung für den Kurs Palliative Care B1.

**Zielgruppe:**

Dipl. Pflegefachpersonen altrechtliche Abschlüsse und Fachpersonen Gesundheit EFZ.

**Daten und Zeit:**

16./17./18. August + 21./22. September 2023  
09.00–17.00 Uhr

**Dauer:**

5 Tage

**Ort:**

Bern

Mehr Informationen unter  
[www.sbk-be.ch/weiterbildung](http://www.sbk-be.ch/weiterbildung)



# Alles was Recht ist ...

Aus der Praxis unserer Rechtsberatung  
von Andrea Frost-Hirschi

## Wo steht die Reform der Altersvorsorge AHV 21?

Erstmals seit 1995 haben die Stimmberechtigten am 24. September 2022 einer Reform der AHV wieder zugestimmt. Wie bei der Umsetzung komplexer Vorlagen üblich, vergeht danach einige Zeit, bis alle Regelungen im Einzelnen feststehen.

Im nachfolgenden halten wir den aktuellen Stand der Dinge für Sie fest:

Geplant ist, dass die Umsetzung der Reformpunkte erstmals per 2024 erfolgen soll. Das bedeutet, dass alle Frauen mit den Jahrgängen bis und mit 1960 (also 1959 und 1960) von keiner Änderung in der AHV betroffen sind.

Erst für die Jahrgänge 1961 und jünger (also 1962, 1963 usw. bis 1969) treten einerseits die schrittweise Erhöhung des ordentlichen AHV-Alters (das neu Referenzalter genannt wird) und andererseits der Rentenzuschlag in Kraft.

Die Jahrgänge von Frauen ab 1961 bis und mit 1969 werden in der AHV als Übergangsgeneration bezeichnet, da sie die Brücke bilden zwischen denjenigen Frauen, die ihr Referenzalter mit 64 und denjenigen, die dieses erst mit 65 erreichen. Die Erhöhung des Referenzalters erfolgt in Schritten von drei Monaten.

Referenzalter und Zuschläge für die Jahrgänge 1960 bis 1970 ab 2024:

Geburtsjahr	AHV-Alter	AHV-Rentenzuschlag (% des Grundzuschlags)
1960	64 (keine Änderung)	0
1961	64 und 3 Monate	25
1962	64 und 6 Monate	50
1963	64 und 9 Monate	75
1964	65	100
1965	65	100
1966	65	81
1967	65	63
1968	65	44
1969	65	25
1970	65	0



Mit den gewährten Rentenzuschlägen sollen Frauen die Möglichkeit haben, ihre AHV-Rente wie bisher mit 64 Jahren mit einer geringeren Reduktion zu beziehen.

Ab Jahrgang 1970 und jünger (also 1971, 1972 usw.) haben Frauen und Männer dasselbe Referenzalter 65 und gleichzeitig fallen Rentenzuschläge als Ausgleich für diese Jahrgänge weg.

Was hingegen bleibt, sind Zuschläge aufgrund des Aufschiebens einer fälligen AHV-Rente, d.h. der verlängerten Wartezeit bis zum Bezug einer AHV-Rente. Die Zuschläge werden gegenüber heute jedoch reduziert. Wer heute seine Rente um 1 Jahr aufschiebt, erhält lebenslang eine um 5,2% erhöhte Rente, wer um die maximal möglichen 5 Jahre aufschiebt, erhält eine um 31,5% erhöhte Rente. Ab Inkrafttreten der AHV-Reform bewegen sich diese Zuschläge zwischen 4,2% für 1 Jahr und 25,7% für 5 Jahre. Da im Gesundheitswesen eine spürbare Tendenz zur Weiterarbeit jenseits des Referenzalters besteht, werden wir weiterhin zum Thema berichten.

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

Die Rechtsberatung steht unseren Mitgliedern am Montag und Dienstag von 9.00 bis 12.00 und von 13.00 bis 17.00 und am Mittwoch von 9.00 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)

## ... auf ein Wort mit Patricia Tschannen



Foto: Eve Kohler

### Eine Kunst

Dass Pflege eine Kunst ist, das wissen wir. Und genauso wie die Kunst ist sie schwer fassbar, schwer messbar, was uns auf politischer Ebene sehr viel Probleme bereitet. Denn in viel zu vielen Köpfen ist «nicht messbar» synonym mit «nicht vorhanden», «nicht nötig», «muss nicht bezahlt werden». Gerade in der Begleitung des Überganges von Leben und Tod, ist nicht nur die Kunst der Pflege sichtbar, es ist so vieles nicht messbar. Die Kunst der Sterbebegleitung, beinhaltet ein breites Wissen des Symptommanagements. Dies sind unsere Instrumente, den Weg erleichtern zu können. Das richtige Instrument zum richtigen Zeitpunkt einzusetzen, ist ebenso eine Kunst, wie auszuhalten, wenn es eben nicht hilft und vielleicht nur lindert. Aushalten. Da sein. Das nach Luft ringen, den Schmerz, die Übelkeit mit aushalten. Das Leid anerkennen. Das zählt zu den Dingen, die nicht gemessen werden können. Ebenso wie die stille Präsenz, das Halten der Hand, während trotz Schmerzen im Bett umpositioniert wird. Das Drücken der Hand, das leise und manchmal laute Versichern: «Alles ist gut. Sie können gehen.»

Das Begleiten der Angehörigen in ihren schlimmsten Stunden. Das Zeigen, dass sie nicht alleine sind, dass der Mensch, der gerade stirbt, wichtig ist. Dass es mich als Pflegenden interessiert, wer da liegt, wie dieser Mensch war, und was ihm wichtig ist. Das Wahren der Würde bis zum Schluss und darüber hinaus, indem die Intimsphäre weiter gewahrt wird. Alles das haben wir gelernt, alles das ist Pflege und die hohe Kunst der Sterbebegleitung. Und alles das ist nicht messbar, taucht in keiner Rechnung auf. Kann weder in Zeit noch in Geld abgegolten werden. Sollen wir es deshalb sein lassen? Ja, wir würden viel Zeit einsparen, wenn wir keine Hände mehr hielten, die Intimsphäre nicht mehr hüteten, nicht mehr fragten, wer da in diesem Bett liegt und stirbt, wenn wir einfach mit den Schultern zuckten und das Zimmer verliessen, weil wir ja sowieso nichts mehr tun können. Wir würden Zeit gewinnen. Aber so viel verlieren: Unsere eigene Menschlichkeit, unsere Passion und auch unsere Würde. Das geschieht, wenn wir aufhören Pflege als Kunst zu praktizieren. Und darum wird Pflege nie allumfassend messbar und erklärbar sein. Die Frage ist: muss sie das? Kunst muss es doch auch nicht, und dennoch ist sie wertvoll und wird bezahlt.

E-Mail: [info@patriciatschannen.com](mailto:info@patriciatschannen.com)  
Blog: [www.patriciatschannen.com](http://www.patriciatschannen.com)

# Wer sind unsere Mitglieder?

## Lerne Michelle Kropf kennen!



Michelle Kropf

Mein Name ist Michelle Kropf. Aktuell bin ich in der Spitex Bern als diplomierte Pflegefachfrau tätig. Nach 10 Jahren Erfahrung als Fachfrau Gesundheit habe ich die Ausbildung zur diplomierten Pflegefachfrau im Herbst 2022 erfolgreich abgeschlossen. Ich habe in einem Akutspital, in der Langzeit und in der Spitex gearbeitet. Dadurch habe ich in unterschiedlichste Bereiche des Gesundheitswesens einen Einblick erhalten.

### **Was macht dir am meisten Freude?**

Ich liebe die Zusammenarbeit mit unterschiedlichen Menschen. Was mir sehr gefällt, aber auch herausfordert, ist die soziokulturelle Diversität in meinem Arbeitsumfeld in der Spitex in Bern West. Die grosse Vielfalt von Menschen macht meinen Job sehr spannend und abwechslungsreich. Ich kann immer wieder Neues lernen und nehme wichtige Erkenntnisse für mein weiteres Leben mit.

### **Wo liegen die grössten Herausforderungen im Gesundheitswesen?**

Wir müssen die Pflegenden in ihrem Beruf behalten. Aufgrund des grossen Personalmangels wird die Arbeitsbelastung für die einzelnen Personen im Beruf immer grösser – und hier müssen Vorkehrungen und Massnahmen eingeführt werden. Die Pflegenden dürfen die Freude an ihrem Beruf nicht verlieren.

### **Was nervt dich?**

Mich nervt, dass einem grossen Teil der Gesellschaft nicht bewusst ist, was für wichtige und herausfordernde Arbeit wir Pflegefachkräfte tagtäglich für die Patient:innen-Versorgung ausüben und leisten. Weiter nervt mich, dass der Beruf immer noch mit vielen negativen Stigmata verbunden ist. Oft höre ich die Aussage: «Pflegefachfrau, das könnte ich nie!» Diese Aussage beweist, dass unser Job in der Gesellschaft ein schlechtes Image hat. Wir brauchen mehr Respekt und Wertschätzung für unsere Arbeit! Ein weiteres Problem ist, dass ein grosser Teil des Pflegepersonals gezwungen ist, aufgrund der hohen Arbeitsbelastung Teilzeit zu arbeiten, um eine qualitativ gute Arbeitsleistung erbringen zu können und gleichzeitig nicht auszubrennen. Auch ich habe mich für ein Teilzeit-Pensum entschieden.

### **Was erwartest du vom Berufsverband?**

Ich erwarte vom SBK in dieser schwierigen Situation grosse Präsenz. Es braucht grössere Präsenz in der Politik, damit unsere Anliegen dort gehört werden, wo wichtige Entscheidungen gefällt werden. Es braucht aber auch vermehrte Präsenz in den Institutionen, damit mehr Mitglieder sich dem Berufsverband anschliessen. Zusammen erreichen wir unsere Ziele für mehr Geld, Zeit und Respekt! Zusammen sind wir stark! So können wir die Hoffnung auf eine Verbesserung der Arbeitsbedingungen aufrechterhalten.

### **Was sind deine konkreten Erwartungen?**

Ich erwarte eine konsequente Umsetzung der angenommenen Initiative. Ich habe mich damals stark im Lokalkomitee Bern für die Initiative eingesetzt. Das grosse Engagement der Pflegenden im Wahlkampf, die sich alle trotz grosser Arbeitsbelastung mit viel Elan eingebracht haben, hat mich motiviert! Das klare Ja an der Urne war ein Zeichen für die Unterstützung der Bevölkerung für das Pflegepersonal. Vielen hat dies Hoffnung und Zuversicht geschenkt und geholfen, die hohe Arbeitsbelastung während der Pandemie durchzustehen. Nun muss das Paket 2 der Initiative zeitnah umgesetzt werden. Wir brauchen Veränderungen – und zwar jetzt.

# SBK 60plus

## Rückblick auf die Tagung vom 23.11.2022 **Arbeitsbedingungen, die Pflegende länger bei der Stange halten**

«Was bietet ein toller Beruf»? So startete Frau Elisabeth Michel-Alder, Sozialwissenschaftlerin und Leiterin der Firma Human Potential Development in Zürich, ihr Referat an der diesjährigen Tagung.

Die Gründe, wieso jedes Jahr zahlreiche Pflegende ihren Beruf verlassen, sind schon lange bekannt. Frau Michel-Alder zeigte in ihrem Referat viele mögliche Lösungsansätze auf, um die Leute im Beruf zu halten oder zu einem Wiedereinstieg zu motivieren. Ein ganz zentrales Thema ist die Einsatzplanung: Sie muss familienfreundlich sein und stundenweise Einsätze ermöglichen. Besonders wichtig ist jedoch, dass die Planung verlässlich ist und somit auch ein erfülltes Privatleben mit Freizeitaktivitäten möglich ist.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist, dass genügend Zeit zur Verfügung steht, um Wissen und Ressourcen einzubringen, betonte Frau Michel-Alder. Die Pflegenden benötigen zudem eine Reduzierung des Arbeitsdruckes. Dieser kann erreicht werden durch Support bei Administrativaufgaben, besser honorierten Spezialdiensten und dank vermehrter Selbstorganisation in den Teams. Eine weitere Möglichkeit, die Pflegenden im Beruf zu halten, ist die aktive Förderung von Mosaiklaufbahnen mit motivierenden Rahmenbedingungen zur Kompetenzerweiterung wie bspw. Jobrotationen oder das Aufzeigen neuer beruflicher Perspektiven.

An der Tagung konnten viele spannende Inputs und konstruktive Ideen besprochen werden. Doch um etwas zu verändern, sind alle gefragt. Die Politik, das Management der Institutionen und die Führungskräfte auf allen Ebenen. Im zweiten Teil hatten die Tagungsteilnehmenden Gelegenheit sich in Gruppen über verschiedene Gesichtspunkte auszutauschen. Es wurde rege diskutiert, unterschiedliche Meinungen ausgetauscht und die Ergebnisse dem Plenum vorgestellt. Dabei wurde auf Missstände aufmerksam gemacht, aber auch Bedürfnisse und Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt.

Es war eine gelungene Tagung mit vielen inspirierenden Ideen, guten Gesprächen und interessanten Begegnungen.

## Einladung zur Tagung **Mittwoch, 8. März 23**

Eingeladen sind ältere und junge Pflegefachpersonen und Vertreter:innen von Arbeitsinstitutionen im Gesundheitswesen.

Die Tagung thematisiert die per 1. Januar 2024 in Kraft tretende

### **AHV-Reform und deren Auswirkungen**

Die Leiterin der Rechtsberatung des SBK Bern, Frau Andrea Frost-Hirschi, lic.iur., wird die AHV-Reform aus der rechtlichen Perspektive erläutern und die Auswirkungen mit praktischen Fallbeispielen ergänzen.

Der Begriff Reform führt zu einem weiteren Thema:

### **Umgang mit Veränderungen im Alter – und davor**

Der Publizist und Philosoph, Herr Ludwig Hasler, wird uns seine Gedanken mit auf den Weg geben.

#### **Tagungsort**

Berner Bildungszentrum Pflege AG, Freiburgstrasse 133, 3008 Bern statt.

#### **Kosten**

Pro Person CHF 20.-; Betrag ist vor Ort zu bezahlen.

#### **Anmeldung**

Ab sofort möglich: Telefon 031 380 54 64 oder unter [www.sbk-be.ch/tagung60plus](http://www.sbk-be.ch/tagung60plus)



## **Café SBK 60plus**

Der Cafétreff findet am ersten Dienstag des Monats um 10 Uhr statt. Treffpunkt: Haus der Generationen, Haupteingang rechts, Bibliothek und Café.

#### **Daten:**

**7. Februar, 7. März 2023**

**cornelia willi**  
  
 bildung und beratung gmbh

**Transaktionsanalyse**  
 vielseitig einsetzbar  
 beruflich privat zwischenmenschlich  
 lebendig praxisnah lustvoll lernen  
 Gruppendynamik

**Grundausbildung TA:** Start jeweils im August  
**Einführungskurse TA:** Daten siehe [www.cornelia-willi.ch](http://www.cornelia-willi.ch)

**Psychoziale Beratung und Supervision: 032 623 55 18**  
[co@cornelia-willi.ch](mailto:co@cornelia-willi.ch) • [www.cornelia-willi.ch](http://www.cornelia-willi.ch)



**Kennen Sie die  
vielen Vorteile Ihrer  
SBK-Mitgliedschaft?**

[www.sbk-be.ch/vorteile](http://www.sbk-be.ch/vorteile)

**«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**  
 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**  
 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**  
 Ganzheitliche systemische Psychologie: Lösungs- und  
 ressourcenorientierte psychosoziale Beratung in  
 Beziehungen. (3 Jahre, SGfB anerkannt).

**Dipl. Ganzheitlich-Integrative/r  
Atemtherapeut/in IKP**  
 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](http://ikp-therapien.com)  
 Tel. 031 305 62 66

**EDUQUA** **IKP**

**Seit 40 Jahren anerkannt**

**Setzen Sie auf  
stabile Werte**

Finanzielle Pensionsplanung, unabhängige Vermögens-  
 verwaltung, Steueroptimierung, Zweitmeinung zu  
 Bank- oder Versicherungsangeboten – bei uns erhalten  
 Sie alle Entscheidungsgrundlagen aus einer Hand.  
 Damit Sie entspannt in die Zukunft blicken können.

Buchen Sie jetzt Ihren Termin:  
**[www.glauserpartner.ch/termin](http://www.glauserpartner.ch/termin)** – 031 301 45 45  
 Wir freuen uns auf Sie!

**GLAUSER+PARTNER**  
 VORSORGE | STEUERN | VERMÖGEN

[www.glauserpartner.ch](http://www.glauserpartner.ch)



*Beratungsqualität vom SBK getestet und für gut befunden.  
 Mit Sonderkonditionen für Verbandsmitglieder.*

**Impressum**

**Herausgeber**  
 SBK Bern  
 Monbijoustrasse 30, 3011 Bern  
 Tel. 031 380 54 64  
[verband@sbk-be.ch](mailto:verband@sbk-be.ch), [www.sbk-be.ch](http://www.sbk-be.ch)  
**Redaktion**  
 Annina Meerstetter

**Auflage**  
 5000 Exemplare  
**Layout**  
 Grafik Monika Walpen  
**Druck**  
 A.Walpen AG, 9200 Gossau

**Erscheinungshäufigkeit**  
 4 Ausgaben pro Jahr  
**Abo-Preis**  
 Der Abonnementspreis  
 ist im Mitgliederbeitrag  
 enthalten.

