

September 2024

## Der Junge SBK sucht engagierte junge Pflegende



Haben Sie Lust sich aktiv für den Beruf zu engagieren und die Zukunft im Kanton Bern mitzugestalten?

Nach einer kurzen Pause startet der Junge SBK, eine Kommission des SBK Bern, mit frischem Wind und neuen Ideen durch.

Rahel Widmer freut sich auf Ihre Meldungen. [Hier](#) finden Sie weitere Informationen zum Jungen SBK.

## Mehr Sicherheit im Alltag mit unserem Kurs Aggressionsmanagement

Forschungsstudien zeigen, dass Trainings in Aggressionsmanagement, welche präventive Kommunikation und physische Techniken kombinieren, das Sicherheitsgefühl der Fachpersonen stärken. In unserem Kurs lernen Sie in schwierigen Momenten handlungsfähig zu bleiben, Risiken richtig einzuschätzen und die Hintergründe von Aggression zu erkennen. Weitere Inhalte sind:

- Strategien zu entwickeln, um in angespannten Situationen ruhig und besonnen zu bleiben
- Techniken für eine effektive und deeskalierende Kommunikation
- Wie Sie körperliche Gewalt abwehren und in Gefahrensituationen sicher agieren können

Sind Sie daran interessiert? [Hier](#) finden Sie alle Informationen zum Kurs und zur Anmeldung.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und darauf, gemeinsam mit Ihnen die wichtigen Fähigkeiten im Umgang mit Aggressionen zu stärken.

## Finanz- und Vorsorgeberatung - Jetzt anmelden für eine Kurzberatung im Oktober



Haben Sie Fragen zur Pensionskasse und möchten Sie Tipps erhalten, wie Sie Steuern sparen können? Profitieren Sie von einer Kurzberatung durch unsere Partnerfirma GLAUSER+PARTNER. Sie offeriert Ihnen als SBK-Mitglied entweder am Montag, 14. Oktober 2024, zwischen 13:00 - 17:00 Uhr oder am Freitag, 18. Oktober 2024, zwischen 08:00 - 12:00 Uhr eine 25-minütige Kurzberatung in Bern oder online.

Beispielsweise folgende Fragen beantwortet Ihnen GLAUSER+PARTNER:

- Pensionskasse – Rente versus Kapital?
- Pensionskasse – ist ein freiwilliger Einkauf sinnvoll?
- AHV – lohnt sich ein Vorbezug der AHV?
- Kann ich mir eine vorzeitige Pensionierung leisten?
- Welche Fristen darf ich nicht verpassen?

Eine Kurzberatung kostet CHF 60.-- für SBK-Mitglieder und CHF 100.-- für Nichtmitglieder. Wir haben die Beratung getestet und sind überzeugt, dass auch Sie vom Fachwissen von GLAUSER+PARTNER profitieren werden. Bitte melden Sie sich unter [verband@sbk-be.ch](mailto:verband@sbk-be.ch) an, geben Sie uns Ihre Zeitpräferenzen durch, ob Sie vor Ort oder online teilnehmen möchten und auch noch Ihre Mitgliedernummer. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

## Schrittmacher:in lieber online?



Die neuste Ausgabe der Schrittmacher:in mit dem Fokusthema «Ausbildung» ist neu auch online verfügbar. Unsere Mitglieder können die vollständige [digitale Version](#) im geschützten Bereich (mit Login) herunterladen.

Wir haben bereits über 200 Mitglieder, die keine Papierversion mehr wünschen. Möchten Sie die Schrittmacher:in lieber digital erhalten und der Umwelt zu liebe weniger Papier brauchen? Dann teilen Sie uns bitte per [Mail](#) bis Ende Monat mit, falls Sie die Schrittmacher:in lieber online zugestellt haben möchten.

## Chronisch überlastet? Jetzt anmelden zur Tagung SBK 60plus



Eingeladen sind junge und ältere Pflegendе, welche mehr zum Thema «Selbstmanagement und Motivation bei chronischer Überlastung» wissen möchten. Die Tagung der Gruppe SBK 60plus findet am 4. November statt. Wir freuen uns auf das Referat von Prof. Dr. Anja Ostendorp, Leiterin Institut Beratung, Mediation, Supervision der BFH. Sie wird uns in ihrem Referat wertvolle Strategien vermitteln, um unsere innere Stärke zu kräftigen, damit wir den komplexen Pflegealltag besser bewältigen können. Melden Sie sich jetzt an. [Hier](#) finden Sie alle Informationen und wir freuen uns auf Sie!

## Mit dem Weiterbildungsangebot des SBK Bern lerne ich gerne!

Nutzen Sie die Gelegenheit Ihr Fachwissen zu erweitern und zu vertiefen. Unser Weiterbildungsangebot richtet sich an Pflegefachpersonen aus verschiedenen Versorgungsgebieten.

Sie finden bestimmt einen passenden Kurs und bleiben so fit für die Praxis.

07.10.2024: [Heilpflanzenanwendung in Onkologiepflege und Palliative Care](#)

21.10.2024: [Gestärkt durch meinen Berufsalltag](#)

28.10.2024: [Notfälle und akute Situationen in der Langzeitpflege](#)

04.11.2024: [Umgang mit Suchterkrankten Menschen im Langzeitbereich](#)

07.11.2024: [Timeout statt Burnout: Pausieren bevor die Kraft ausgeht](#)

13.11. und 02.12.2024: [Wundversorgung für dipl. Pflegefachpersonen HF/FH](#)

15.11.2024: [PVK Legen für dipl. Pflegefachpersonen](#)

18.11.2024: [Sterbebegleitung und rechtliche Aspekte](#)

## Wählen Sie SBK-Mitglieder!



Wir engagieren uns für den Pflegeberuf, die Arbeitsbedingungen und die Bildung. Das tun wir auch auf politischer Ebene. So unterstützen und empfehlen wir [kandidierende Pflegefachpersonen](#), die SBK-Mitglied sind bei den anstehenden kommunalen Wahlen.

Sind Sie SBK-Mitglied und kandidieren im Kanton Bern? Dann melden Sie sich [bei uns](#) und wir unterstützen auch Sie.

## Nicht vergessen – Bis Ende November für den Pflegeaward bewerben!



Möchten Sie CHF 1'000 gewinnen und leisten Ihre Abschlussarbeit einen wichtigen Beitrag zur weiblichen Gesundheit? Dann ergreifen Sie die Gelegenheit und bewerben Sie sich bis Ende November 2024 für den SBK Bern Pflegeaward! Der Pflegeaward 2025 würdigt Abschlussarbeiten zum Thema «Gesundheit der Frauen», die praxisrelevant, aktuell und darauf ausgerichtet sind, die Qualität der Pflege zu stärken. [Hier](#) finden Sie alle Informationen. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg!

## Rückblick Diskussion zum neuen Bundesgesetz



Am 14. August haben wir uns im Hotel Bern mit Pflegenden zum neuen Bundesgesetz über die Arbeitsbedingungen in der Pflege ausgetauscht. Gemeinsam haben wir einen Streifzug durch das neue Bundesgesetz gemacht, eine Diskussion zu einzelnen Artikeln geführt und die Anliegen der Pflegenden abgeholt. So sollen z.B. die Zeitpläne neu 2 Monate im Voraus vorliegen, 25% des Lohnes auf Überzeit ausbezahlt werden oder ältere Pflegenden sollen Möglichkeiten auf Frühpensionierung und mehr Entlastung bei der Arbeit erhalten.

Die Inputs aus der Diskussion sind nun in die Stellungnahme eingeflossen. Diese [hier](#) ist auf unserer Webseite aufgeschaltet. Wir schätzen den Austausch mit den Pflegenden sehr und setzen uns weiterhin stark für bessere Arbeitsbedingungen in der Pflege ein.

## Rückblick Online-Pflegetreffen vom 29. August



An unserem zweiten Online-Pflegetreffen zum Thema «flexible Arbeitszeitmodelle», nahmen über 20 Pflegenden teil.

Daniela Pfeifer-Stöhr, Direktorin Pflege und Therapie des Spitals Bülach, stellte uns das neue «Bülacher Arbeitszeitmodell Pflege» vor. Gemäss Frau Pfeifer-Stöhr lohnen sich die Investitionen, denn die Zufriedenheit der Mitarbeitenden steigt und die Zahlen von Absenzen, Fluktuation und Temporärmitarbeitenden sinken.

In der anschliessenden Diskussionsrunde berichten Teilnehmende von der erfolgreichen Implementierung der autonomen Dienstplanung und andere, dass die autonome Planung ab einer gewissen Teamgrösse sehr schwierig umsetzbar ist. Alle sind sich einig, dass das Bedürfnis nach Selbstbestimmtheit und Flexibilität zunimmt. So braucht es gegenseitige Toleranz und die Offenheit, neue Modelle auszuprobieren.



**jetzt Mitglied werden**

**zusammen sind wir stark!**

