

Ausgabe Nr. 3 / November 2021 VIELSEITIG NACHRICHTEN AUS DER SPITEX OBERHASLI OBERER BRIENZERSEE

«Weil wir so sind!»



Da fragte mich kürzlich jemand, warum wir unseren «Newsletter» eigentlich «vielseitig» nennen. Meine Kurzantwort: «Weil wir genau so sind!» Konkret: Die Spitex entwickelte sich nachhaltig zum facettenreichen Anbieter ambulanter Pflege. Angefangen bei Beratungen zu Themen wie Sicherheit zu Hause über Prävention bis hin zur Selbstpflege. Aber auch die Koordination hochkomplexer Pflegesituationen mit vielen Beteiligten - Angehörige, Ärzte, Spezialisten, Therapeuten, Sozialdienste usw. - gehören zu den Spitex-Kernaufgaben. So vielseitig wie die Angebote und Aufgaben sind auch die Spitex Mitarbeitenden. Denn die mannigfaltigen, täglichen Aufgaben fordern ebenso vielseitige Qualifikationen: Etwa als spezialisierte Pflege- oder Bürofachfrau, als Vermittlerin der Entlastung für Angehörige beocare, als Pflegeoder Haushalthelferin, um nur einige zu nennen. Vielseitig eben ...

Vielseitiges Vergnügen beim «vielseitig» lesen.



Corinne Banholzer

Geschäftsführerin Spitex Oberhasli Oberer Brienzersee AG



Vielseitig, überall für alle ...!

Es ist kein Geheimnis. Unser Newsletter heisst «vielseitig». Im Duden wird dieses Wort so erklärt: «Viele Dinge beherrschend, in vielen Dingen begabt, an vielen Dingen interessiert und viele Seiten aufweisend». Ist diese Erklärung nicht Argument genug, dass wir diesen Namen wählten? Denn die Erläuterung im Duden treffen auch auf die Spitex Oberhasli Oberer Brienzersee zu. «Hilfe und Pflege zu Hause» bildet unsere Kernkompetenz. Überall und für alle. Unsere breit gefächerten Dienstleistungen sind so individuell und vielseitig

wie die Bedürfnisse unserer Klienten. Hilfe, Pflege, Betreuung, Begleitung und Beratung umfassen die vielseitigen Spitex-Angebote. Diese bilden in der Region einen tragenden Teil des Gesundheitswesens.

Auf den Seiten 2 und 3 erfahren Sie mehr zum Thema «vielseitig» von Grossrätin Ursula Zybach und von den Spitex-Mitarbeiter*innen Heidi Michel, Julian Schäfer, Esther Klein und Monika Leuthold – und natürlich wieder ein Wettbewerb auf Seite 4.



Präsidentin Spitex Verband Kanton Bern, Grossrätin

Wir müssen heute darüber nachdenken, wie wir morgen mit Freude alt werden können.

Immer mehr Menschen leben immer länger – das ist schön. Doch es ist nicht einfach alt zu sein und mit den gesundheitlichen Einschränkungen klarzukommen. Und unser Gesundheitssystem ist darauf ausgerichtet zu heilen oder zu pflegen – für die Betreuung fehlen uns überzeugende und finanzierbare Lösungen.

«Wer entscheidet eigentlich, wann ich einen Kaffee trinken darf?»

Ja, auch ich habe meinen Vater betreut – er lebte sogar bei uns. Geplant? Nein überhaupt nicht, reingeschneit! ... denn nach mehreren Spitalaufenthalten wegen Infektionen, einem Sturz und einer Blutvergiftung haben wir miteinander entschieden, dass er künftig bei uns leben wird.

Wir haben gemeinsam unsere Wohngemeinschafts-Regeln definiert und die Spitex Region Thun und das SRK Berner Oberland haben uns dabei grossartig unterstützt. Er hat es genossen, dass er erst nach 9 Uhr am Morgen geweckt und gepflegt wurde und in seinem Lieblingssessel den ersten Kaffee trinken und die Zeitung lesen konnte. Für ihn war Autonomie wichtig - etwa, dass er selbst entscheiden konnte, wann er sich den zweiten und dritten Kaffee zubereitet und dass er nicht darum bitten und darauf warten musste.

Wir haben dafür gesorgt, dass immer genügend Kaffee vorhanden war. Wir haben ihn ermuntert Gehtraining zu machen und ihm Physiotherapietermine organisiert. Und haben ihn an Veranstaltungen mitgenommen und so die Möglichkeit für bereichernde Begegnungen geschaffen. Kontinuierlich haben wir

Es fehlen überzeugende und finanzierbare Lösungen!

Ursula Zybach, Grossrätin

seine Gesundheit wahrgenommen und bei Veränderungen gemeinsam mit den Ärzten und der Apothekerin nach neuen Lösungen gesucht.

Ein neuer Beruf: Betreuerin? Vertrauter? Kümmerer?

Der Bedarf an Betreuung und Unterstützung im Alter steigt. Diese Aufgaben könnten künftig von einer professionellen Kümmerin oder einem Kümmerer übernommen werden. Diese würden passend zum Bedarf der Klienten Termine beim Optiker oder Zahnarzt planen, Einkaufen und Rechnungen bezahlen, bei der Bedienung des Mobiltelefons helfen oder bei einem Arzttermin dabei sein. Von dieser besseren Betreuung würde die ganze Gesellschaft profitieren und deshalb lohnt es sich auf politischem Weg ein neues Finanzierungsmodell dafür zu finden. Damit wir mit Freude alt werden können!

Und so viels

Heidi Michel, Grindelwald Bei Wind und Wetter

Die Fachangestellte Gesundheit (FaGe) packt überall an. Sie wirkt bei Grundpflege und Hauswirtschaft mit, macht Abklärungen und erarbeitet Einsatzpläne als Tagesverantwortliche. Heidi Michel ist seit



13 Jahren bei der Spitex Grindelwald tätig. Die Mutter von zwei erwachsenen Kindern arbeitet 80 Prozent. Sie schätzt die unregelmässigen Arbeitszeiten. «Ich kenne nichts anderes», meint sie dazu und sagt weiter: «Das macht den ohnehin abwechslungsreichen Job noch interessanter und attraktiver.» Auch die zum Teil weiten Wege, die sie jeweils zwischen zwei Klienten in Grindelwald zurücklegt. machen ihr - auch bei Wind und Wetter - nichts aus. «Im Winter habe ich immer neben Eiskratzer auch Schneeketten, Schneeschuhe und Schlitten dabei.» Das Betreuungsgebiet der Spitex Grindelwald reicht bis nach Lütschental und ist deshalb schon etwas speziell und aufwändig. Wenn sie dann mal Feierabend habe, sagt die 48-Jährige, entspanne sie sich bei der Gartenarbeit oder hilft ihrem Bruder im landwirtschaftlichen Betrieb. Man spürt es: Heidi Michel ist sehr vielseitig und packt gerne und unkompliziert an.

eitig sind Spitex Mitarbeiter*innen

Esther Klein, Meiringen Fern aller Routine

Esther Klein arbeitet seit 12
Jahren bei der Spitex Oberhasli
Oberer Brienzersee. Sie ist
ausgebildete Pflegefachfrau HF,
stellvertretende Stützpunktleiterin und zusätzlich Ausbildungsverantwortliche. Die vielseitige
Kombination dieser Aufgaben, die
sie in einem 80-Prozent-Pensum
erledigt, sei das was ihr behage:
ein interessanter Beruf mit sehr
abwechslungsreichen Themen.
Besonders der Bereich als



Ausbildnerin erweitere ihr das Spektrum in hohem Masse, «Da betreue ich zum Beispiel Lernende, die mit 15 Jahren ihre Ausbildung beginnen – eine besondere Herausforderung.» Den Hauptteil ihrer Zeit widmet sie aber der Pflege. Bei den verschiedensten Klienten daheim zu sein, um ihnen vielseitig zu helfen, möglichst lange zu Hause zu bleiben, das macht Freude. «Wir sehen doch, dass die Klienten zuhause am glücklichsten sind», stellt Esther Klein fest. Zwischen zwei Einsätzen gebe es meist kurze Arbeitswege. «Da kann ich etwas abschalten und mich auf einen neuen Finsatz vorbereiten.» Auftanken kann die naturverbunde 40-Jährige im eigenen Garten. Auch ihre Katze bereitet ihr Freude. «Sie ist immer da ...»

Julian Schäfer, Interlaken Neue Perspektiven

Eigentlich kam Julian Schäfer vor allem wegen des Deltasegelns in der schönen Gegend nach Interlaken. Der ursprünglich aus



Deutschland stammende Pflegefachmann ist dem Charme des Berner Oberlandes erlegen und geblieben. Mittlerweile ist er Vater von zwei Kindern im Alter von 2 ½ Jahren und 6 Monaten. Seit 2018 wirkt er aktiv bei der Spitex Region Interlaken mit. Zurzeit absolviert er berufsbegleitend die Zusatzausbildung als Diabetesberater, Seine Perspektive: diese spezifische Beratung in Zukunft auch ins vielseitige Spitex-Angebot aufzunehmen. Schäfer erklärt: «Es geht darum, Klienten mit Diabetes aufzuklären und zu unterstützen, ihre Ernährung anzupassen und Bewegung in den Alltag einzubinden, aber auch Insulinspritzen zu setzen oder Medikamente einzustellen. Es ist eine spannende Ausbildung», meint Schäfer begeistert. Mit der selbständigen und vielseitigen Arbeit und den anspruchsvollen Aufgaben bei den Spitex-Klienten sei er sehr zufrieden. Dies nicht zuletzt auch, weil er in einem Pensum von 70 Prozent arbeitet und so auch noch Familie und Hobby gut unter einen Hut bringen kann.

Monika Leuthold, Wilderswil Noch kein Tag bereut

Monika Leuthold ist als Pflegehelferin SRK seit 11 Jahren bei der Spitex. «Einer meiner besten Entscheide» sagt die 54-Jährige. «Ich habe noch keinen Tag bereut, dass ich meinen erlernten Beruf als Textilfachfrau aufgegeben und den SRK Kurs gemacht habe». Sie sei mit viel Herzblut dabei und gehe jeden Tag gerne arbeiten. Leuthold ist in Matten aufgewachsen, da komme es vor, dass sie Klienten trifft, die sie schon als Kind gekannt habe. «Zuerst hatte ich Bedenken. Aber nun gibt es oft lustige und persönliche Begegnungen».



Leuthold, die in der Freizeit gerne ihre Pflanzen pflegt und viel wandert, ist bei der Spitex mit verschiedenen Tätigkeiten in der Pflege betraut. Duschen, Stützstrümpfe anziehen. Verbände wechseln oder Medikamente verabreichen, sind ihre Aufgaben. Mit dem Velo fährt sie von Klient zu Klient: «Das gibt mir einen guten sportlichen Ausgleich». Monika Leuthold arbeitet in einem 60-Prozent-Pensum. So kann sie sich auch ihrem Hobby widmen, sie restauriert gerne alte Möbel im «shabby chic»-Stil.

«WINTERHILFE»-TIPPS

Richtige Klamotten

Im Winter kann es rasch zu Unterkühlungen kommen. Der sogenannte Zwiebel-Look kann da Abhilfe schaffen. Denn zwischen den einzelnen Kleiderschichten bilden sich Luftkammern, diese speichern die Wärme. Zudem ist eine Mütze im Winter ein Muss. Wussten Sie, dass 50 % der Körperwärme über den Kopf abgegeben wird? Also: Mütze auf!

Vorsicht Glatteis

Vereiste Trottoirs führen oft zu Stürzen. Knochenbrüche, Platzwunden und Hautabschürfungen sind die unschönen Folgen. Bei älteren Menschen kommt es oftmals zu Komplikationen in meist langen Heilungsprozessen. Daher: Feste Schuhe mit rutschfester Sohle sind angesagt. Schuhspikes über die Schuhe gestreift geben zusätzlich Halt.

Für robuste Knochen

Um gesund durch den Winter zu kommen, ist gesunde Kost entscheidend. Viele leiden in der dunklen Jahreszeit an Vitamin D Mangel. Die fehlende Sonne begünstigt den Mangel. Vitamin D ist aber für Zähne und Knochen sehr wichtig. Also schlemmen Sie Vitamin D-haltige Speisen wie Eier, Pilze, Milch und vor allem Thunfisch und Lachs. E Guete!



Vielseitig - Verantwortungsvoll

Die Spitex Oberhasli Oberer Brienzersee fördert, ermöglicht und unterstützt mit ihren vielseitigen Dienstleistungen das Wohnen und Leben zu Hause. Und das für Menschen aller Altersgruppen, die der Hilfe, Pflege, Betreuung, Begleitung und Beratung bedürfen. Die Idee ist, dass Klienten zu Hause im vertrauten Umfeld von ausgebildeten Fachpersonen in Pflege und Hauswirtschaft unterstützt, betreut und versorgt werden und

so die Selbständigkeit und Unabhängigkeit der betreuten Klienten gefördert werden kann. Interessieren Sie sich für diese vielseitigen Arbeiten? Oder gar für eine berufsbegleitende Ausbildung? Schön, dann schauen Sie mal bei Spitex www.spitex-oob.ch rein. Es gibt äusserst vielseitige Möglichkeiten sich bei der Spitex Oberhasli Oberer Brienzersee vielseitig zu engagieren. Wir sind nie weiter weg als Ihr Handy ...

MITMACHEN & GEWINNEN!



Gewinnen Sie 1× 2 Fahrten mit der Schilthornbahn auf den Piz Gloria!

Frage: Welcher «Held» prägt das Schilthorn bis heute?

«Held» A: Reinhold Messner «Held» B: James Bond «Held» C: Mark Twain

Bitte die zutreffende Antwort A, B oder C per E-Mail senden an: info@spitex-oob.ch Einsendeschluss ist der Montag, 17. Januar 2022. Viel Glück!

Die Gewinner werden persönlich benachrichtigt und im nächsten «Vielseitig» publiziert. Über den Wettbewerb wird nicht korrespondiert. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Barauszahlung ist nicht möglich.



Wir gratulieren: Friedrich Graf und Margrit Gertsch. Sie gewannen im letzten Wettbewerb je 2 Cabrio Bahnfahrten auf das Stanserhorn im Wert von CHF 150.00.

Filmtipp: Vielseitige Einblicke ...

Apropos vielseitig: Da empfehlen wir Ihnen gerne die zwei Teile des authentischen Dokumentarfilms «De chaque Instant». Begleiten Sie Lernende in der Pflege-Ausbildung und durchs Praktikum. Eine Hommage an das Pflegepersonal! Unter: www.cineimage.ch/film/chaqueinstant



Spitalstrasse 13, 3860 Meiringen Telefon 033 972 39 39 info@spitex-oob.ch www.spitex-oob.ch