

Informationsmagazin der SPITEX BERN • CHF 3.40

## Einst und heute

Der Arbeitsalltag von SPITEX-Angestellten  
im Wandel der Zeit. Ein Bericht aus  
einem reichhaltigen Arbeitsleben

ab Seite 4

### Kleinhaushalte im Trend

François Höpflinger über das Phänomen, dass ältere Menschen immer  
mehr alleine oder in einem Paarhaushalt leben.

Seite 9

### Klicken statt schleppen

Ist das Einkaufen im Internet eine Alternative zum  
Taschenschleppen? Ein Testbericht und Tipps.

ab Seite 10

## Online-Umfrage

## Unzufrieden mit der Krankenkasse

Im letzten SPITEX fragten wir die Leserinnen und Leser, ob sie mit dem Preis-Leistungs-Verhältnis ihrer Krankenkasse zufrieden sind.

67%

unzufrieden

33%

zufrieden

Ab sofort ist unsere neue Umfrage online. Siehe Hinweis auf der gegenüberliegenden Seite oder auf [www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch)

[www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch)

## Impressum

**SPITEX**  
Offizielles Magazin der SPITEX BERN

## Herausgeberin

SPITEX BERN  
Verein für ambulante Dienste der Stadt Bern  
Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5  
Tel. 031 388 50 50

## Verantwortlich:

Katharina Bieri, 031 388 50 55  
[katharina.bieri@spitex-bern.ch](mailto:katharina.bieri@spitex-bern.ch)  
[www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch)

## Redaktion

typisch – atelier für mediengestaltung  
Mombijoustrasse 61, Postfach, 3000 Bern 23  
Tel. 031 372 55 55, [redaktion@typisch.ch](mailto:redaktion@typisch.ch)  
Verantwortlich:  
031 372 51 11, [phi@typisch.ch](mailto:phi@typisch.ch)

## Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe

Patrick Bachmann, Katharina Bieri,  
François Höpflinger, Eric Send

## Anzeigenverkauf:

typisch – atelier für mediengestaltung  
Niels Jensen, 031 372 51 00, [inserate@typisch.ch](mailto:inserate@typisch.ch)

## Konzept/Gestaltung:

typisch – atelier für mediengestaltung, Bern  
031 372 55 55, [info@typisch.ch](mailto:info@typisch.ch)

## Fotos:

Thomas Wiedmer, kontrast – atelier für fotografie,  
Schönbühl-Urtenen, [www.fotoatelier-kontrast.ch](http://www.fotoatelier-kontrast.ch)

## Druck:

Rub Media AG  
Falkenplatz 11, 3001 Bern, Tel. 031 301 24 34,  
[www.rub-media.ch](http://www.rub-media.ch)

## Preis:

Fr. 3.40, Heftpreis im Mitgliederbeitrag  
der SPITEX BERN inbegriffen

## Auflage:

16'000 Exemplare

## Erscheinungsweise:

4-mal jährlich

## Nächste Erscheinungsdaten:

Nr. 3/2004: 6. September 2004  
Nr. 4/2004: 29. November 2004

## Bitte beachten Sie die Anzeigen.

Wir danken den Inserenten für ihr Engagement,  
sie unterstützen damit SPITEX BERN.

Nur noch ein **Kostenfaktor?**

Die letzte Online-Umfrage zum Preis-Leistungs-Verhältnis der Krankenkassen löste einige Reaktionen von SPITEX-Leserinnen und -Lesern aus. Wir danken für die engagierte Beteiligung.

## Vorbelastete Krankengeschichte

Grundsätzlich bin ich mit den Leistungen meiner Krankenkasse (Visana) schon zufrieden, aber meine stark vorbelastete Krankengeschichte (Tumorleiden) verunmöglicht mir einen Wechsel der Zusatzversicherungen oder ich habe mit Vorbehalten zu rechnen.

*F.B., Bern (Name der Redaktion bekannt)*

## Patient Gesundheitswesen

Als IV-Rentnerin (Chronischkrank, seltene Blutgefässerkrankung, daher keine Lobby!) mit Minimalrente und Ergänzungsleistung empfinde ich das Gesundheitswesen selbst als den grössten Patienten – eine Zweiklassenmedizin ist schon lange Wirklichkeit! Wenn ich es mir leisten kann, gibt es alle möglichen Dienstleistungen. Aber wenn das Einkommen nicht einmal das gesetzliche Existenzminimum beträgt, wird man entsprechend minimal versorgt! Dazu bedeuten die steigenden Selbstbehalte gerade bei chronischkranken Personen eine Höchstbelastung. Ich fühle mich mehr und mehr nur noch als Kostenfaktor der Gesellschaft, welche funktionstüchtige Menschen braucht oder zumindest gut zahlende!

Ich kenne und schätze SPITEX und ihre Leistungen, aber vieles bleibt für mich unbezahlbar. Es liegt aber nicht an SPITEX, es liegt am Gesundheitswesen generell! Die Krankenkasse ist für mich ein Damoklesschwert geworden, da ich oft mehrmals wegen akuten Blutungen notfallmässig transfundiert werden muss! Und dann kommt die Angst und das Abwägen... wäre es nicht besser, mich verbluten zu lassen?

Zum Schluss ein Dank und all meine guten Gedanken und Wünsche an alle SPITEX-HelferInnen – besonders auch die, welche Sommer und Winter per Fahrrad bei jedem Wetter unterwegs sind. Diese finden in den Berichten am wenigsten Beachtung, dabei haben auch sie mit weniger Ausbildung eine grosse emotionale Kompetenz, was ruhig auch mal mehr beachtet werden dürfte in den schönen Infomagazinen! Ein Hoch an die gute Führung in der Chefetage, aber ein grosses Hoch mit viel Liebe an alle HauspflegerInnen, die Gold wert sind!

*Ruth Brühlmann, Bern*

## Weitere Stimmen aus der Umfrage:

«Ich bin mit den Krankenkassen eher nicht zufrieden, sie sind manchmal etwas stur, dabei käme alternative Medizin oft billiger!»

«Telefonisch bin ich von meiner Krankenkasse schon mehrmals frech abgefertigt worden.»

## Diese Seite gehört Ihnen!

Möchten Sie über besonders gute oder schlechte Erfahrungen mit SPITEX BERN berichten? Haben Sie interessante Anregungen? Ist Ihnen ein Beitrag speziell aufgefallen? Schreiben Sie uns Ihre Meinung – wir freuen uns!

*Anschrift: typisch – atelier für mediengestaltung, Leserbriefe SPITEX, Mombijoustrasse 61, 3000 Bern 23 [redaktion@typisch.ch](mailto:redaktion@typisch.ch)*



## Zum Titelbild:

SPITEX-Pflegefachfrau und Wundexpertin Henriette Grob – einst und heute. Im Mai 2004 zeigt sie ein 39 Jahre altes Foto aus ihrer Ausbildungszeit als Krankenschwester. Heute arbeitet sie bei der SPITEX BERN im Nordquartier.

## Umzug Mattenhof

Die Kerndienstleistungen sollen so nahe beim Klienten sein, wie es im Rahmen einer ökonomischen Ressourcenverwendung möglich ist. Vor diesem Hintergrund wurde entschieden, die beiden Mattenhof-Betriebe näher zu den Klienten in die zugewiesenen Quartiere zu bringen. Denn kürzere Wegzeiten ermöglichen mehr Einsätze pro Tag, was wiederum heisst, es

können mit denselben Ressourcen mehr Menschen betreut werden.

Also suchten wir geeignete Räumlichkeiten und fanden nach einiger Zeit an der Eigerstrasse und an der Holligenstrasse Wohnungen, die unseren Bedürfnissen entsprachen. Am 29. März 2004 konnte der Betrieb 31 an die Eigerstrasse 19 umziehen. Der neue Standort heisst nun

SPITEX BERN Sulgenbach. Für den Betrieb 32 fand der Umzug in die Räume an der Holligenstrasse 45 (gegenüber der Direktion) am 29. April statt. Dieser Standort heisst jetzt SPITEX BERN Fischermätteli. Die Mitarbeitenden haben sich gut eingelebt und sind mit ihrer neuen Umgebung sehr zufrieden.



### SPITEX BERN Sulgenbach

Eigerstrasse 19  
3007 Bern

Telefon 031 387 24 34  
Fax 031 387 24 35  
E-Mail [info@spitex-bern.ch](mailto:info@spitex-bern.ch)  
[www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch)



### SPITEX BERN Fischermätteli

Holligenstrasse 45  
3007 Bern

Telefon 031 387 24 24  
Fax 031 387 24 25  
E-Mail [info@spitex-bern.ch](mailto:info@spitex-bern.ch)  
[www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch)

## 7. Mitgliederversammlung von SPITEX BERN

Am vergangenen 3. Mai trafen sich zahlreiche Mitglieder der SPITEX BERN und Gäste im Blumenbergsaal des Salem-Spitals zur Mitgliederversammlung. Im statutarischen Teil wurden der Jahresbericht, die Jahresrechnung, das Protokoll sowie eine Statutenänderung genehmigt. Susanne Rusterholz wurde mit 92 Stimmen einstimmig als neues Vorstandsmitglied gewählt, Dieter Widmer mit demselben Stimmenverhältnis als Vorstandsmitglied bestätigt. Rahel Gmür, Präsidentin SPITEX BERN, erwähnte zudem, dass SPITEX BERN in einem Bericht von der Firma Concret als effizientes Unternehmen bezeichnet wird, welches eine hohe Qualität seiner Dienstleistungen erbringt. SPITEX BERN befindet sich mit einer zukunftsgerichteten Führung auf dem richtigen Weg. Der Vorstand dankte an der Mitgliederversammlung den Führungskräften der SPITEX BERN für diese Leistung. Die Zahlen des Jahres 2003 wurden von Marcel Rüfenacht, Direktor SPITEX BERN, erläutert. Die Organisation befinde sich auf einer soliden Basis für die Zukunft und werde sich nicht auf den Lorbeeren ausruhen, sagte Rüfenacht. Eine neue Strategie für die Zeit von 2005 bis 2007 ist bereits ausgearbeitet. Als Gastreferentin wurde Therese Frösch ein-

geladen, Direktorin für Soziale Sicherheit der Stadt Bern. In ihrem Referat freute sie sich, dass SPITEX BERN, welche eine Fitnesskur hinter sich habe, nun zu ihrem politischen Ressort gehört. Therese Frösch wechselte vergangenes Jahr von den Finanzen in die Direktion für Soziale Sicherheit. Rahel Gmür wies in ihrem Referat zudem auf die einschneidenden Veränderungen hin, die es durch die KVG-Revision geben wird. Erwähnt sei dabei der Altersbericht von Samuel Bhend, Vorsteher der Gesundheitsdirektion des Kantons Bern, der vermehrt auf ambulante Dienste setzt. SPITEX BERN ist fit für den Weg in die Zukunft und wird sich diesen Herausforderungen stellen. Die Mitgliederversammlung wurde von den angenehmen Klängen der Musikgruppe Filigrana umrahmt und mit einem Apéro sowie regen Diskussionen abgeschlossen.

### Online-Umfrage

Jedes Jahr die gleichen Schlagzeilen: Die Kosten im Gesundheitswesen steigen und damit auch die Krankenkassenprämien. Die Kosten für Medikamente nehmen dabei überproportional zu. Das Sparpotenzial durch Nachahmermedikamente, so genannte Generika, wäre jedoch beträchtlich.

**Achten Sie jeweils beim Kauf eines Medikaments, ob günstigere Generika mit der gleich Wirkung erhältlich sind?**

- ja  
 nein

Auf der Website von SPITEX BERN können Sie unter der Rubrik «Online-Umfrage» Ihre Stimme abgeben, selbstverständlich ist dies anonym möglich.

Das Resultat wird im nächsten SPITEXT veröffentlicht. Machen Sie mit!

[www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch)

Reklame

031 371 1111

sicher von Tür zu Tür

Taxi- und Kleinbusbetrieb,  
Grosstaxi für 6 Personen zum Normaltarif  
Gruppenreisen in Kleinbussen (bis 16 Personen)  
Verlangen Sie eine Offerte!



Bären  
Taxi AG

Gratisanruf 0800 55 42 32



FRÜHER–HEUTE: EIN GESPRÄCH MIT MARGRIT HILFIKER

# «Heute muss man mehr Prioritäten setzen»

**Margrit Hilfiker schaut auf ein reichhaltiges Arbeitsleben zurück: Mehr als 38 Jahre arbeitete sie als Hauspflegerin. Geändert hat sich während dieser Zeit vieles – den Beruf würde sie trotzdem noch einmal wählen.**

*Eric Send*

**N**ein, wieso ausgerechnet ich», antwortete Margrit Hilfiker auf die Frage, ob sie sich für ein Porträt im SPITEXT zur Verfügung stellen würde. Sie hätte doch gar nichts Besonderes getan. Das musste sie auch nicht. Wir wollten von Margrit Hilfiker, Hauspflegerin, seit Februar im Ruhestand, lediglich erfahren, wie ihr Arbeitsleben war und wie sich ihr Beruf in den 38 Jahren verändert hat. Sie willigte ein.

Aufgewachsen ist Margrit Hilfiker im aargauischen Safenwil als ältestes von acht Kindern. Den Aargauer Dialekt hört man ihr fast nicht mehr an, nach fast vierzig Jahren in Bümpliz spricht sie Berndeutsch. Sie kommt aus einer Arbeiterfamilie und steht zu ihrer Herkunft. Eine Freundin, die mit ihr zusammen 1964 die Hauspflegerinnenschule in Bern absolvierte – damals eine eineinhalbjährige Ausbildung –, arbeitete nach der Schule in Muri, wo die Leute etwas mehr Geld haben. Die Freundin habe sich gewundert, erinnert sich Margrit Hilfiker, wieso sie sich nach der Ausbildung bewusst für Bümpliz entschieden habe, wo die «einfacheren» Leute leben. «Für mich war immer klar, dass ich aus dem Arbeiterstand komme und nicht meinen muss, ich sei mehr», sagt

sie. Sie fühlt sich auch heute noch wohl in Bümpliz.

\*

Einen durchschnittlichen Tagesablauf, wie er früher war, beschreibt Margrit Hilfiker so: «Ich fing jeweils morgens um halb acht an. Früher waren wir vorwiegend den ganzen Tag bei den Familien. Fünf oder sechs Kinder waren damals an der Tagesordnung. Am Morgen machte ich zuerst Frühstück, manchmal war es auch schon vorbereitet, räumte danach das Geschirr ab, schaute, dass die älteren Kinder in die Schule gingen, machte die Wäsche, erledigte Kommissionen, betreute die jüngeren Kinder, putzte und kochte das Mittagessen. Bügeln und flicken musste man damals auch sehr viel. Am Nachmittag half ich den Kindern manchmal bei den Schulaufgaben oder bastelte mit ihnen etwas. Das haben wir noch in der Hauspflegerinnenschule gelernt, ich habe aber nie sehr gerne gebastelt. Es war nicht immer einfach, die ganze Verantwortung für die Kinder zu tragen. Heute kommt es nur noch ganz selten vor, dass man Kinder betreuen muss. Im Sommer kochte ich oft auch Früchte oder Beeren ein. Gegen Abend bereitete ich das Znacht vor und brachte nach dem Essen die kleineren Kinder ins Bett, bevor ich nach Hause gehen konnte.»

Ihre Einsätze hatte sie häufig bei Wöchnerinnen – Frauen, die sich nach der

## Wer ist Margrit Hilfiker?

Wenn Margrit Hilfiker von ihrem Arbeitsleben erzählt, merkt man, dass sie ihren Beruf sehr gerne ausgeübt hat. Es liegt vielleicht weniger an den Tätigkeiten selbst als vielmehr am Kontakt mit den Menschen und der damit verbundenen Vielfalt, die der Beruf der Hauspflegerin bietet. Als ältestes von acht Kindern musste Hilfiker schon früh zu Hause mithelfen. Nach einem Haushaltslehrjahr auf dem Posthalteramt in Walterswil (SO) arbeitete sie zunächst im Büro einer Autogarage, war ein Jahr im Welschland als Haushaltshilfe und Mitarbeiterin einer Lai-

terie und arbeitete danach vier Jahre auf dem Postcheckamt in Aarau. Dort merkte sie, dass sie mit Menschen und nicht nur mit Zahlen zu tun haben möchte. Sie besuchte ab 1964 die Hauspflegerinnenschule in Bern – damals noch ein Internatsbetrieb – und musste danach zwei Pflichtjahre im Kanton Bern absolvieren. Sie zog nach Bümpliz und blieb dort. Zuerst arbeitete sie für die Hauspflege Bümpliz und Bethlehem/ Krankenpflege Bümpliz, dann für den Gemeinnützigen Frauenverein und ab 1997 schliesslich für die SPITEX.

Geburt noch eine Weile schonen mussten, oder auch bei Familien, bei denen die Frau wegen eines Unfalles oder einer Krankheit im Spital lag. Unterwegs war Margrit Hilfiker immer mit dem Velo, im Sommer wie auch im Winter, wie sie nicht ganz ohne Stolz betont.

\*

Die Einsätze dauerten früher von morgens halb acht bis abends halb acht, eine Stunde Mittagspause, samstags bis 13.30 Uhr. Die Mahlzeiten mussten jeweils

bei den Klienten eingenommen werden. Lange Tage. Erst ab 1975 wurde für die Hauspflegerinnen die Fünftageswoche und eine Arbeitszeit von 9,5 Stunden pro Tag eingeführt.

\*

Ganztageseinsätze gibt es heute nicht mehr. Die kürzesten Einsätze dauern eine Viertelstunde, die längsten bis zu drei Stunden, abgerechnet wird im Fünfmintuentakt. «Bei Tageseinsätzen konnte man zu seinen Klientinnen und Klienten eine engere Beziehung aufbauen, als dies heute der Fall ist», sagt Hilfiker. Wobei sie in den kürzeren Einsätzen nicht nur Nachteile sieht. Schon in der Ausbildung habe es geheissen: «Abgrenzen, abgrenzen.» Sie hatte darum ausserhalb ihrer Arbeitszeit sehr selten Kontakt zu ihren Klienten, liess sich auch nicht duzen. «Wenn man eine zu enge Beziehung aufbaut, bekommen manche Leute das Gefühl, man müsse auch privat für sie da sein. Eine ältere Frau zum Beispiel, die meint heute noch, sie könne mal der Hilfiker anrufen und die komme dann. Die Grenze zum Ausnützen ist schnell überschritten.»

\*

«Die Hausarbeit war früher anstrengender als heute», sagt Margrit Hilfiker.



*Margrit Hilfiker in Oberbottigen 1967, kurz nach Abschluss der Hauspflegerinnenschule.*



Wir bringen  
Farbe  
ins Spiel.

**rubmedia**  
Druckerei

Rub Media AG  
Postfach  
CH-3001 Bern  
Fon 031 301 24 34  
www.rubmedia.ch



**5 MENSCHEN,  
5 TALENTE, EIN  
UNSCHLAGBARES  
TEAM.**

**Garage Edwin Lanz**  
Bringt Sie zum Staunen.  
Frohbühler, 45, 3018 Bern-Bümpliz, Tel. 031 994 18 85

**Direkt. Direkter. Funke.**  
**www.funkemailing.ch**

**funke**   
Lettershop

**UMZÜGE UND TRANSPORTE**

Ihr Partner für:

- Umzüge (auch mit Zügelift)
- Transporte
- Räumungen

**KELLENBERGER**

**Bahnhofstrasse 20 B, 3084 Wabern**

Tel. 031 961 01 65, Fax 031 961 01 17 • 10% Barzahlungsrabatt

**büro-fürrer**  
office direct

# Ihr Partner fürs Büro

Profitieren Sie von vielen Vorteilen  
bei **Büro-Fürrer**

- Über 9000 Artikel sind immer verfügbar
- Alles rund ums Büro: Büromaterial, IT- und Printzubehör, Kaffee, Catering und Hygiene!
- Topqualität zu attraktiven Preisen
- Gratislieferung ab CHF 150.–
- Heute bestellt – morgen persönlich von unserem Chauffeur direkt ins Haus gebracht
- Bestellen über Internet: [www.fuerrer-direct.ch](http://www.fuerrer-direct.ch)
- Professionelle Beratung per Telefon oder durch unsere Aussendienst-Mitarbeiter

**Spielend leicht bestellen**  
**www.fuerrer-direct.ch**

**Büro-Fürrer AG**

**Office Direct**

Riedstrasse 4, 8953 Dietikon

Briefadresse:

Postfach, 8010 Zürich

Tel. 01 744 44 44

Fax 01 741 39 39

**Online:**

[www.fuerrer-direct.ch](http://www.fuerrer-direct.ch)

[bmail@fuerrer.ch](mailto:bmail@fuerrer.ch)



«Wissen Sie, ich bin keine, die schon die ganze Zeit im Voraus verplanen muss. Ich schaue jetzt einfach mal, was so kommt.»

Damals wusch man die Stoffwindeln meistens von Hand: einlegen, durchwaschen, erst heiss und dann einige Male kalt spülen. Oder sie schleppte Kessel mit Kohlen aus dem Keller oder trug Holz vom Schopf in die Küche. Bei Diensten auf Bauernhöfen musste sie auch schon mal mithelfen, wenn Rinder eingefangen wurden.

Heute sei zwar die Hausarbeit einfacher geworden – Waschmaschinen, Tumbler oder Küchengeräte nehmen einem viel Arbeit ab –, dafür habe der Zeitdruck zugenommen, plaudern liegt kaum mehr drin. Daran musste sich Margrit Hilfiker zuerst gewöhnen, ihre Klientinnen und Klienten ebenfalls. Bei älteren Menschen hiess es dann schnell einmal: «So, sidder wieder pressiert?» Das sei ihr manchmal schwer gefallen, sagt Hilfiker. Betagte seien sonst schon viel alleine und oft einsam. Es brauchte auch eine Zeit, bis sich Margrit Hilfiker an Barcomed, die

Arbeitszeiterfassung mittels Strichcode gewöhnte. Da sei sie manchmal ziemlich ins Schwitzen gekommen. Etwa dann, wenn sie in Bethlehem zu einer Klientin in den zwanzigsten Stock hoch musste, der Lift auf sich warten liess und sie wusste, dass nun die Zeit, die sie für die Klientin eingegeben hatte, bereits am Ablaufen war. «Heute muss man mehr Prioritäten setzen. Schauen, was dringend ansteht und was bis am nächsten Tag warten kann.»

Man hat zwar weniger Zeit, die Arbeit ist aber professioneller geworden. Und dadurch auch abwechslungsreicher. Heute werden Hauspflegerinnen zum Beispiel mehr im pflegerischen Bereich eingesetzt, verbinden offene Beine oder messen den Blutdruck. Doch schon früher mussten Hauspflegerinnen auf Anweisung des Arztes hin und wieder Tätigkeiten aus-

führen, die Margrit Hilfiker lieber nicht im SPITEXT erwähnt sehen möchte.

\*

Margrit Hilfiker schaut auf ein vielseitiges Arbeitsleben zurück. Den Beruf der Hauspflegerin würde sie auch heute wieder wählen, obwohl sich das Berufsbild mittlerweile verändert hat. Seit Februar dieses Jahres ist sie pensioniert. Im Sommer übernimmt sie aber bereits für zwei Monate eine Ferienablösung. Sie hat der Chefin gesagt, wenn sie in ihrem angestammten Gebiet arbeiten könne, mache sie das gerne. Aber in der Stadt, in einem neuen Quartier, wo sie die Leute und Läden nicht einmal kennt, nein, das könne sie sich nicht vorstellen. Auf das Leben nach der Pensionierung freut sie sich und geht es erst mal langsam an. «Wissen Sie, ich bin keine, die schon die ganze Zeit im Voraus verplanen muss. Ich schaue jetzt einfach mal, was so kommt.»

Inserate

**HAAF'sche**  
APOTHEKE

**Haaf'sche**  
**Apotheke AG**

Marktgasse 44, 3000 Bern 7  
direkt neben Migros

Tel. 031 313 17 17, Fax 031 313 17 18, haafsche-apo@bluewin.ch

100 Jahre im Dienst Ihrer Gesundheit

## Hörprobleme?

Kompetente und einfühlsame Beratung durch unsere dipl. Hörgeräte-AkustikerInnen:  
Dr. B. Schwaller-Parodi und U. Braunschweiger.  
Kostenloser Hörtest und Erstberatung.  
Einfach anrufen und Termin vereinbaren.

### Optima Hörberatung

Spitalgasse 14, 1. Stock (Lift), 3011 Bern, Tel. 031 311 04 08

**Optima**  
Eidg. Vertragslieferant seit 1989.



BEGEGNUNGEN AM SPITEX-TAG IN BERN

# «E gueti Sach!»

Am 8. Mai fand der nationale SPITEX-Tag statt. Auch SPITEX BERN war aus diesem Anlass mit einem Stand präsent – an prominenter Lage in der Bahnhofhalle Bern. SPITEXT nutzte diese Möglichkeit, zufällige Passantinnen und Passanten anzusprechen. Die Frage lautete: Welche spontanen Assoziationen verbinden Sie mit SPITEX?



» Ich muss gleich auf den Zug, habe nur 3 Minuten... also meine Grossmutter hatte bis im Alter von 99 Jahren zu Hause in der Wohnung gewohnt und wurde von SPITEX gepflegt; zweimal oder dreimal pro Woche, dabei wurde auch die Wohnung geputzt usw. – den Rest erledigte die Verwandtschaft. «  
*Yves Thormann, Bern*



» Ich habe die Dienstleistungen schon selber genutzt und war froh darum. Ich benötigte die Hauswirtschaftsdienste und war sehr zufrieden damit. «  
*Erika Wittwer, Ittigen*



» Medikamente, Spital, Blumen. Unsere Mutter hat ein Bein kaputt, jetzt kommt SPITEX zu uns nach Hause, um zu putzen. «  
*Luca, Juha, Eloy, Bern*



» Leute werden zu Hause betreut. Sonst weiss ich nicht viel darüber. Ich hatte auch noch nie zu tun damit. «  
*Michael Stebler, Bern*





» Ich finde SPITEX eine ganz, ganz gute und notwendige Einrichtung. Ich finde es jedoch ungerecht, dass die pflegenden Angehörigen nicht entschädigt werden. Wenn sich jemand monatelang engagiert, kann dies sehr belastend sein. Wie ich aber vorher am Stand der SPITEX BERN erfahren habe, könnte man offenbar die Hilfslosenentschädigung anfordern, doch das wissen die meisten Leute in einer solchen Situation wohl nicht. «

*Veronika Willen, Herzogenbuchsee*



» Selber hatte ich gottlob SPITEX noch nicht nötig. Aber es ist eine gute Sache. SPITEX hilft kranken und alten Leuten, bringt Mittagessen. Meine Schwiegermutter braucht sie jetzt jeden Tag, um die Strümpfe anzuziehen, weil sie es selber nicht mehr kann. Ich glaube, SPITEX ist sogar für junge Leute da, wenn sie die Dienstleistungen benötigen – da bin ich mir aber nicht ganz sicher. «

*Therese Burkhalter, Wichtrach*



» Ich wohne Alterswohnungen gegenüber. Da sehe ich SPITEX jeweils morgens – wenn sie kommen, um Leute zu pflegen. «

*Claudia Walti, Steffisburg*



» Es werden Leistungen erbracht, die sonst im Spital geschehen – eigentlich ist SPITEX also ein Spitaldienst, der nach Hause kommt. Gehört vielleicht sogar Diagnostik dazu? «

*Anna Dätwyler, Bern*



» SPITEX kommt nach Hause, um zu helfen. Dies nützt besonders älteren Leuten, die nicht mehr selbstständig sein können. Zudem arbeitet meine Mutter bei SPITEX Köniz. «

*Thio Mateaki, Bern-Bümpliz*



» Ich weiss, dass SPITEX die Dienstleistungen ziemlich erweitert hat: Dass sie nicht nur für ältere Leute arbeiten, sondern auch für sonstige Personen, die Hilfe nötig haben. Dass also auch jüngere Leute die Dienstleistungen in Anspruch nehmen können. Wenn zum Beispiel eine Mutter mal für ihre Kinder nicht da sein kann. «

*Salome Bucherer, Thun*



» E gueti Sach! «

*Peter Ruch, Niederwangen*

## Haushaltsformen im Alter – einst und jetzt

**B**ei der Lebensform älterer Menschen lassen sich drei Entwicklungen festhalten:

*Erstens hat sich der Anteil älterer Menschen erhöht, die alleine leben. Dies ist eng mit einer besseren wirtschaftlichen*



*Selbstständigkeit und einer erhöhten Individualisierung älterer Menschen verknüpft. Der Ausbau der Spitex unterstützt den Trend zum privaten Alleinleben. Dabei hat die grosse Mehrheit alleine lebender älterer Menschen gute Kontakte zu Angehörigen, Freundinnen oder Nachbarn.*

*Zweitens hat sich der Anteil älterer Menschen erhöht, die in einem Paarhaushalt leben. Darin widerspiegelt sich einerseits die Ehefreudigkeit dieser Generationen. Andererseits ist gemeinsames Altwerden dank hoher Lebenserwartung heute eher möglich. Die SPITEX ist häufiger als früher mit betagten Paaren konfrontiert.*

*Drittens hat sich der Anteil älterer Menschen reduziert, die mit oder bei einem ihrer Kinder wohnen. Der Anteil der 65-jährigen und älteren Menschen, die mit Kindern zusammen wohnen, sank von 27% (1960) auf 10% (2004). Diese Entwicklung hat nichts mit einer geringen Bereitschaft von Kindern zu tun, ihre Eltern bei sich aufzunehmen, sondern damit, dass heute ältere Menschen ihre Selbstständigkeit hoch bewerten.*

*Ein Merkmal der Haushaltssituation älterer Menschen von heute ist die Konzentration auf Kleinhaushalte mit ein bis zwei Personen. Ambulante Pflege ermöglicht auch vielen Menschen mit Behinderungen, lange selbstständig zu leben.*

*François Höpflinger, Prof. Dr., Forschungsdirektion Universitäres Institut Alter und Generationen (INAG), Sion.  
www.hoepflinger.com*



*«Als wir die Bestellung abgeschickt haben, war ich zuerst sehr skeptisch, ob auch alles klappen würde», sagt unsere Testeinkäuferin Olivia Schweingruber. Doch die Lieferung kam pünktlich und war komplett.*

# Wieso

*Eric Send*

Eigentlich gäbe es keinen Grund mehr, in einen Lebensmittelladen zu gehen. Übers Internet, also online, kann man mittlerweile fast alles bestellen: Frischwaren wie Gemüse und Früchte, Konserven, Waschmittel, Kaffee, Getränke, Toilettenpapier und so weiter. Das mühsame Schleppen entfällt, an der Kasse gibts kein Anstehen mehr, und eingekauft werden kann rund um die Uhr. Gerade für ältere Menschen, die nicht mehr gut zu Fuss sind, könnte das Online-Einkaufen eine gute Alternative sein. Trotzdem liegen bisher Lebensmittel beim Online-Shopping noch zuunterst auf der Rangliste.

Ein Hauptproblem dürfte die Tatsache sein, dass nur wenig ältere Menschen über Internetzugang verfügen. Die Tendenz ist jedoch steigend, es gibt auch bereits spezielle Computer- und Internet-Kurse für Senioren. Der zweite Hemmschuh dürfte sein, dass gerade ältere Menschen oft alleine zu Hause sind und den Einkauf als Gelegenheit nutzen, mal wieder rausgehen und soziale Kontakte pflegen zu können. Doch insbesondere bei Mobilitätsbehinderten überwiegen die Vorteile: Sie gewinnen durch Online-Shopping mehr Unabhängigkeit, indem sie ihre Waren selbst aussuchen können und nicht mehr auf fremde Hilfe angewiesen sind.

## **Und die jungen Leute?**

Aber auch für junge Leute, die viel unterwegs sind, einen anstrengenden Job und

# nicht schon eher draufgekommen?

**Im Internet Lebensmittel einkaufen, kann man schon lange. Trotzdem fristet das so genannte Online-Shopping noch immer ein Nischendasein. Erfahrungsbericht einer jungen Familie, die es trotzdem ausprobiert hat.**

wenig Zeit haben, bietet sich das Online-Shopping geradezu an. SPITEXT wollte es von einer Familie in der Stadt Bern wissen und liess sie beim Coop-Online-Shop einen Testkauf für rund hundert Franken tätigen. Dabei sollte sie darauf achten, ob die Bestellung pünktlich und nach Wunsch geliefert wird, ob die Webseiten von Coop-Online klar und verständlich aufgebaut sind und ob sie als junge Familie überhaupt einen Nutzen aus dem Online-Kauf ziehen könne. Zudem mussten es Lebensmittel oder Waren sein, die sie tatsächlich braucht. Um es vorneweg zu nehmen: Die Familie fand es äusserst praktisch und wird in Zukunft einmal monatlich übers Internet einkaufen. Auf die Frage, wieso sie es denn bisher nie getan hat, sagt Olivia Schweingruber, Mutter des eineinhalb Monate alten Florian: «Eine gute Frage. Wahrscheinlich, weil es früher nie ein Problem gewesen war, alles aufs Velo packen zu können.» Ein Auto hat die Familie nicht. Mit einem kleinen Kind sähe es nun aber anders aus, so Schweingruber weiter. Nun fände sie es sehr praktisch, lagerbare oder schwere Waren direkt vor die Haustüre liefern zu lassen.

Inserate

## Tipps: Darauf sollten Sie beim Einkauf im Internet achten

- Seriöse Anbieter geben auf der Webseite Firmenname, Adresse und Telefonnummer an. Eine Postfachadresse oder Handynummer genügt nicht.
- Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen sind gut sichtbar und verständlich geschrieben.
- Sie wissen zu jedem Zeitpunkt, wo auf der Webseite Sie sich befinden und welche Produkte bereits im Warenkorb sind.
- Die Preise sind detailliert beschrieben – inklusive Lieferkosten.
- Der Anbieter bestätigt die Bestellung, macht klare Angaben zu den Lieferzeiten und informiert über Rückgabemöglichkeiten.
- Bei Bezahlung mit Kredit- oder Postkarte werden Sie auf eine verschlüsselte Seite geleitet. Dies erkennen Sie zum Beispiel an den Anfangsbuchstaben «https» (statt «http») in der Adressleiste oder am geschlossenen Vorhängeschloss im Browser.

### Man will wissen, was kommt

Bei Coop-Online bestellte Olivia Schweingruber unter anderem Getränke, WC-Papier, Pelati in Dosen, Putzmittel und Äpfel. Dies seien Waren, bei denen man wisse, was geliefert werde. «Frischwaren wie Früchte, Brot oder Gemüse kaufe ich nach wie vor lieber im Bioladen ein. Da will ich das Angebot sehen und erst

dann entscheiden, ob ich es auch kaufen möchte», sagt sie. Auf den Einwand, dass man einen Salatkopf zuerst prüfen und allenfalls dem Coop-Lieferanten gleich retour geben könne, meint Schweingruber: «Stimmt. Nur wenn ichs dem Lieferanten retour gebe, habe ich dann auch keinen Salat zu Hause und muss trotzdem einkaufen gehen.» Olivia Schweingrubers



**ZÄHRINGER APOTHEKE BALLINARI**  
Gesellschaftsstrasse, 36 Telefon + 41 31 301 19 10 ballinari@bluewin.ch

Auskünfte und individuelle Beratung  
für Menschen mit Behinderungen  
sowie ihre Familienangehörigen

**pro infirmis**

Die Organisation für  
behinderte Menschen

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag, 8 - 12 und 14 - 17 Uhr  
Donnerstag Vormittag geschlossen

Pro Infirmis Bern, Brunnigasse 30, Postfach, 3000 Bern 7  
Telefon 031 313 57 57, Fax 031 313 57 50, be-mi@proinfirmis.ch

**HÖRMittelzentrale Bern**

Immer aufgestellt, freundlich und mit Top-Service

**Gratis-Hörtest**  
mit persönlichem  
Audiogramm

Ein wichtiger Schritt zu  
neuer Lebensqualität!

**Hörmittelzentrale Bern**

Waaghaus-Passage 8, 3011 Bern  
Tel. 031 311 60 07, Fax 031 311 93 62

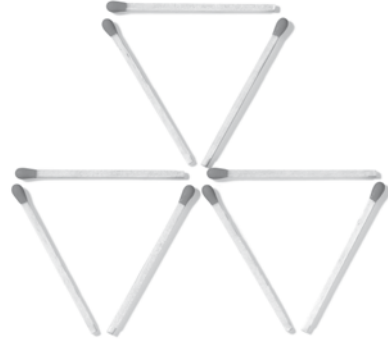
**Montag bis Freitag 8.00–17.45 Uhr**

Wir bieten alle Service-Leistungen wie indivi-  
duelle Nacheinstellung und Reinigung von  
Hörsystemen, Batterie-Verkauf,  
aktuelle Infos und Beratung.

Weitere Hörmittelzentralen der audito suisse ag finden Sie  
in Altdorf, Bülach, Burgdorf, Glarus, Interlaken, Langnau i.E.,  
Luzern, Schüpfheim, Schwarzenburg, Schwyz, Stans, Thun,  
Uster, Uznach, Wetzikon, Winterthur, Zürich.

**Mach aus Dreiecken Vierecke**

Durch Umlegen von drei Streichhölzern  
entstehen drei Vierecke.



Wir kennen die Lösung\*. Nicht nur für  
dieses einfache Problem, sondern auch  
für schwierigere. Zum Beispiel bei Ihrer  
Steuererklärung oder Ihrer Buchhaltung.

\*Sie finden sie auf [www.accontis.ch](http://www.accontis.ch)

**accontis**

Treuhand AG  
Marienstrasse 18  
3000 Bern 6  
Tel. 031 356 33 33

**Dein Pizzakurier**



Bessere Zutaten = Bessere Pizza

**031 372 72 72**  
[www.pizza-master.ch](http://www.pizza-master.ch)

**Kuhn Bieri**

Hilfsmittel für Pflege und Gesundheit

Über 1000 Mietgeräte



Gesundheitsschuhe



Gehhilfen

Es  
gibt  
kaum etwas

das wir Ihnen nicht  
bieten können.



Badewannenlift



Schöne Pflegebetten

Ausstellung  
Beratung

Miete  
Kauf

auch Occasionen

Kompressionsstrümpfe



Kuhn und Bieri AG  
Liebefeld, Bern, Thun, Biel, Zürich  
Telefon 0848 10 20 40  
[www.kuhnbieteri.ch](http://www.kuhnbieteri.ch)



Einlagen nach Mass

Haltung wird auch durch die Statistik bestätigt. Die Konsumentinnen und Konsumenten kaufen übers Internet vor allem Dinge, bei denen sie genau wissen, was kommen wird. Also Bücher, Musik- oder Film-CDs und DVDs, Reisen oder Tickets für Veranstaltungen. Doch auch Alltagsartikel und Lebensmittel sind auf dem Vormarsch, bei Coop online sind zur Zeit zum Beispiel Bananen sehr gefragt.

### Ab 120 Franken keine Lieferkosten

Wer bei Coop online bestellt, bekommt seine Lieferung in der Regel am nächsten Tag. Zweimal täglich macht ein Lieferant seine Touren in den Gebieten Basel, Zürich und Bern. «Als wir die Bestellung abgeschickt haben, war ich zuerst sehr skeptisch, ob auch alles klappen würde», sagt Olivia Schweingruber. Zu ihrem Erstaunen wurde aber prompt und zum vereinbarten Termin alles nach ihren Wünschen geliefert. Die Lieferkostenpauschale von 20 Franken dürfte für die junge Familie kein Hindernis sein, schnell noch was übers Internet zu bestellen. Insbesondere weil die Lieferkosten wegfallen, wenn der Bestellwert über 120 Franken liegt.

*Einkaufen im Internet kann äusserst praktisch sein – insbesondere für sperrige oder schwere Artikel.*



## Zurückhaltende Schweizer

Die Schweizer sind zurückhaltend, was den Online-Einkauf betrifft. Während in Ländern wie Frankreich, Deutschland und England im Online-Shopping höhere Umsätze pro Kopf gemacht werden, fangen die Schweizerinnen und Schweizer erst zaghaft an, Produkte übers Internet zu bestellen. Seit die Migros mit Le Shop zusammenge-spannt hat, dominieren Migros und Coop auch im Online-Bereich den schweizerischen Lebensmittelmarkt. Die Migros/Le Shop setzt bei ihrer Lieferung auf die Express-Post. Coop deckt hauptsächlich die Ballungszentren Bern, Basel und Zürich ab. Dabei liefert Coop mit eigenem Kurierdienst, was den

Vorteil hat, dass erst nach dem Prüfen der Ware bezahlt werden kann. Mangelhafte Ware kann man so unkompliziert dem Lieferanten zurückgeben.

Die Bezahlung ist mit der Kreditkarte oder auch bar möglich. Bei Migros/Le Shop kann auf dem Internet dafür auch mit der Postkarte bezahlt werden. Coop verrechnet keine Lieferkosten, sofern der Bestellwert über 120 Franken liegt – darunter betragen sie 20 Franken. Bei der Migros kostets in jedem Fall 12 Franken.

Adressen: [www.migros-shop.ch](http://www.migros-shop.ch);  
[www.coop.ch](http://www.coop.ch)

Einziges Bedenken äussert Schweingruber so: «Für eine Familie wie uns ist es kein Problem, einmal monatlich Waren für einen solchen Betrag zu bestellen», sagt sie, «doch allein stehende oder ältere Menschen kaufen doch eher selten so viele Lebensmittel auf einmal ein.»

Einkaufen bleibt für Olivia Schweingruber – Internet hin oder her – immer noch ein sinnliches und soziales Erlebnis. Den Salat vor dem Kauf anschauen zu können, zu sehen, nach was man Lust verspürt, oder mit der Verkäuferin einen Schwatz zu halten, sei ihr wichtig. «Darum wird für mich das Online-Shopping das reale Einkaufen nie ganz ersetzen können.» Aber für lagerbare Lebensmittel, sperrige oder schwere Artikel sei es schon sehr praktisch.

Wobei hinzuzufügen ist, dass die technischen Möglichkeiten im Internet immer raffinierter werden und das Online-Shopping auch im Netz immer mehr zum Erlebnis mutiert. So bietet sich das «Lädlele» im Internet tatsächlich als Alternative oder – eher wahrscheinlich – als sinnvolle Ergänzung des realen Einkaufens an.

# Corpoform®

Entspannt liegen – tief schlafen – schmerzfrei erwachen

Unser Angebot:  
Ohne Risiko 30 Nächte Gratis-Liegetest

**Wo wird Corpoform® eingesetzt**

Corpoform® wird in vielen Krankenhäusern in der Schweiz mit Erfolg eingesetzt. Ärzte empfehlen Corpoform® zur Schmerzlinderung bei:

- Rheumatischen Verspannungsschmerzen
- Nacken-Verspanntheit
- Gelenk-/Hüftschmerzen
- Wundliegen
- Wirbelsäulen- und Rückenschmerzen

**Was ist Corpoform®**

Corpoform® ist eine vier Zentimeter dicke Matratzen-Auflage, die Sie auf Ihr Bett legen. Standardgrösse 200x88x4cm (Lieferbar in allen Grössen) Corpoform ist mit 60° waschbar!

**Wie wirkt Corpoform®**

Corpoform® passt sich durch Ihre Körperwärme fließend dem Körper an. Der Auflagedruck wird optimal ausgeglichen. Corpoform® fördert die Blutzirkulation, verhindert Stauungen und Verspannungsschmerzen.

Bestellung an: Corpoform Vertrieb, Postfach, 8051 Zürich  
Tel./Fax 044 262 05 72

**Bon für 30 Nächte Probeliegen:**  
Ja, ich möchte jeden Morgen ohne Rückenschmerzen aufstehen. Bitte senden Sie mir 1 Corpoform® Matratzen-Auflage zum Preis von Fr. 230.- exkl. MWST mit Rückgaberecht innert 30 Tagen.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_  
Strasse: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_  
Tel: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

## Agenda

→ **Stand im Insel-Spital (Passerelle)**  
anlässlich 650 Jahr-Jubiläum Insel  
14.–19. Juni von 10 bis 12 Uhr und von 14 bis 16 Uhr

→ **Stand im Wittigkofen-Zentrum**  
Am 26. Juni sind wir von 9 bis 16 Uhr im Wittigkofen-Zentrum präsent.

Beratung	Hörgeräte	Service
a-plus Audio - Akustik, Brünnenstr. 126, 3018 Bern (Coop Center Bümpliz) Tel.: 031 991 20 30 und an der Humboldtstrasse 55, 3013 Bern (b. Viktoriaplatz) Tel.: 031 348 20 35		<i>wir hören uns!</i>

**JURA APOTHEKE**



Mirko Kubala  
Breitenrainplatz 40  
3014 Bern

Tel 031 331 01 43  
Fax 031 331 08 78  
info@jurapharmacy.com

**Für erfolgreiche Drucksachen!**



Tel. 031 333 10 80  
Fax 031 332 68 35  
www.schneiderdruck.ch

 **SCHNEIDER AG**  
Grafischer Betrieb, Stauffacherstrasse 77  
Postfach 412, 3000 Bern 25

*Dies ist der Beweis: Inserate im SPITEXT finden Beachtung!*

**Auflagensteigerung um 77%**

Ab sofort wird SPITEXT in einer Auflage von 16'000 Exemplaren produziert. Die Inseratetarife bleiben aber bis Ende Jahr die gleichen.

Sie erreichen mit einem Inserat viele engagierte Leserinnen und Leser – gleichzeitig unterstützen Sie damit eine gemeinnützige Organisation. Mehr Infos und Media-Daten erhalten Sie unter 031 372 55 55, typisch – atelier für mediengestaltung).

**MOBILITÄT**



**für behinderte Menschen**

031 990 30 90

BETAX Berner  
Behindertentransport  
Stöckackerstrasse 60  
3018 Bern  
info@betax.ch  
www.betax.ch



# Eine letzte gute Handlung

Sicher haben Sie sich auch schon mal gefragt, was nach dem Ableben mit Ihren Vermögenswerten geschehen soll. Mit der Ordnung der letzten Dinge kann zum Beispiel eine gemeinnützige Institution wie die SPITEX BERN berücksichtigt werden – als letzte Tat zu Gunsten jener Menschen, die vom Leben nicht verwöhnt sind.

## Die Bedeutung eines Legates

Viele Menschen leben alleine, oder ihre engsten Verwandten sind eigentlich nicht mehr auf ein Erbe angewiesen. Dadurch entsteht Spielraum für die Begünstigung von gemeinnützigen Organisationen wie die SPITEX BERN. Sie können damit weit über Ihr Lebensende hinaus Gutes tun...

## Wie wird ein Legat errichtet?

Sie wollen eine gemeinnützige Institution berücksichtigen, die Ihr Vertrauen genießt und Ihnen am Herzen liegende Zielsetzungen verfolgt. Oder Sie selbst oder Bekannte profitierten vom Wirken dieser Institution und möchten sich daher erkenntlich zeigen. Oder aber Sie schätzen einfach deren uneigennützigem Einsatz für eine gute Sache.

Sie können diese Organisation schon zu Lebzeiten und in Ihrem Testament begünstigen. Ein solches Testament können Sie durchaus selber abfassen. Damit es rechtsgültig ist, gilt es jedoch einige wichtige Punkte zu berücksichtigen:

- Sie müssen urteilsfähig sein.
- Sie müssen mindestens 18 Jahre alt sein.
- Das Testament darf nicht unter Zwang, Täuschung oder Irrtum geschrieben werden.
- Der Pflichtteil für nahe Verwandte ist stets zu berücksichtigen. Nur schwerwiegende Gründe befreien vom Pflichtteilsrecht.
- Das Testament muss von Anfang bis zum Schluss eigenhändig und handschriftlich niedergeschrieben, mit Ort und Datum versehen sowie mit Ihrem Namen unterzeichnet sein.

## Wo SPITEX BERN Unterstützung braucht

Es gibt bei der SPITEX BERN folgende drei Fonds, für welche Legate eingesetzt werden können:

### Klientenfonds

Die Mittel dieses Fonds werden ausschliesslich zu Gunsten von kranken, verunfallten, betagten oder behinderten Menschen eingesetzt, sofern sie die Dienste der SPITEX benötigen und im Tätigkeitsgebiet von SPITEX BERN wohnhaft sind.

1. Zur Unterstützung einzelner Menschen, wie z.B. durch die Kostenübernahme von Massnahmen, welche das Leben erleichtern. Möglich ist auch eine Kostenbeteiligung an Spitexleistungen, sofern vorher sämtliche übrigen Finanzierungsmöglichkeiten, (eigenes Einkommen/Vermögen usw.) ausgeschöpft worden sind.
2. Zur Unterstützung von Massnahmen, welche im Interesse der Gesamtheit des anspruchsberechtigten Personenkreises liegen und nicht anderweitig finanziert werden können.

### Fonds für ambulante Palliativpflege

Die Mittel dieses Fonds sind ausschliesslich zu Gunsten der Erhaltung und des Ausbaus sowie der Optimierung der häuslichen Betreuung von Tumorkranken bestimmt.

Häufig müssen krebskranke Patienten wegen fehlender Strukturen hospitalisiert werden, obwohl sie eigentlich ihren letzten Lebensabschnitt zu Hause verbringen und auch zu Hause sterben möchten. Die im Januar 2001 gegründete SEOP (Spi-

talexterne Onkologiepflege) wurde bis Ende 2003 von der Berner Krebsliga unterstützt.

### Fonds für Innovation und Entwicklung

- Finanzierung von Projekten oder Einzelmassnahmen im Zusammenhang mit der Innovation/Entwicklung von SPITEX BERN. Solche Projekte oder Massnahmen können u.a. sein: Zukunftssicherung (z.B. Beschaffung von Entscheidungsgrundlagen im Zusammenhang mit der Unternehmensstrategie).
- Rationalisierung/Effizienzsteigerung.
- Qualitätserhebung, -sicherung und -verbesserung.
- Einführung von neuen Dienstleistungen.

### Wenden Sie sich vertrauensvoll an uns

Neue Wege sind unbekannt Wege; es braucht Klarheit und innere Überzeugung, um sich auf solche Wege einzulassen.

Für ein Gespräch steht Ihnen deshalb die Spendenleiterin von SPITEX BERN, Katharina Bieri, unter Telefon 031 388 50 55 oder per E-Mail [katharina.bieri@spitex-bern.ch](mailto:katharina.bieri@spitex-bern.ch) gerne zur Verfügung. Auf Wunsch vermittelt sie auch Kontakte zu einem Notar oder Anwalt.

Bei Unklarheiten betreffend Erbschaftsrecht können Sie sich mit einem Anwalt in Verbindung setzen. Er erklärt Ihnen, wie ein Testament geschrieben wird und welche Voraussetzungen und Formvorschriften beachtet werden müssen.

### Weiterführende Literatur:

#### Testament – Erbschaft

von Benno Studer  
Beobachter-Buchverlag, Fr. 36.80

EIN GESPRÄCH MIT DEM DIREKTOR DER SPITEX BERN

# Marcel Rüfenacht, **wohin** steuert die SPITEX BERN?

**Der Kapitän der SPITEX BERN heisst Marcel Rüfenacht. Als Direktor ist er seit November 2000 für die Leitung und operative Führung dieses Betriebes zuständig. Er steuert in dieser Funktion die SPITEX BERN nach schwierigen Zeiten wieder in ruhigeres Fahrwasser. Ein Gespräch mit ihm über die turbulente Zeit nach der Fusion, über den momentanen Zustand des Unternehmens und über die angepeilten Ziele.**

*Die Fragen für SPITEXT stellte Patrick Bachmann*

**S** PITEXT: Sie kommen aus der Privatwirtschaft und stiegen im November 2000 bei der SPITEX BERN als Direktor ein. Was hat Sie rückblickend gesehen dazu bewogen?

Grundsätzlich war dieser Wechsel eine spannende Herausforderung. Die SPITEX BERN befand sich in einer problematischen Situation. Die wichtigste Aufgabe bestand darin, der in ihren Grundfesten erschütterten Firma wieder eine sichere Basis und eine erfolgsversprechende Zukunft zu geben. Es galt also anzupacken, und ich konnte viel bewegen. Es ist eine befriedigende Aufgabe, etwas positiv zu verändern und eine Firma weiterzubringen. Dazu gehört auch, dass sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weiterentwickeln. Hinzu kam mein Wunsch nach einer sinnstiftenden Aufgabe. Dies war eine Hauptmotivation: Sich für Sinnvolleres einzusetzen als für das Führen einer Kaugummifabrik...

*...und dieser Hintergrund stimmte bei der SPITEX?*

Ja, dieser Sinn ist bei der SPITEX BERN gegeben. Ich kann durch meine Tätigkeit einen Beitrag dazu leisten, etlichen Menschen zu einer höheren Lebensqualität zu verhelfen.

*Sie haben also ein Unternehmen in mehr oder weniger desolatem Zustand angetroffen. Weshalb kam es so weit?*

Die SPITEX BERN wurde im Jahr 1997 per Dekret gegründet, gesetzlich basierend auf einer KVG-Revision. In der Stadt Bern fusionierten diverse Organisationen, und es entstand eine Institution mit 300 Angestellten.



*«Ich kann durch meine Tätigkeit einen Beitrag dazu leisten, etlichen Menschen zu einer höheren Lebensqualität zu verhelfen.»*



# Entstehungs- geschichte der SPITEX BERN

**1848**  
Gründung des Frauenkrankenvereins

**1948**  
1. Ausbildungslehrgang an der Frauenfachschule in Chur für Häusliche Krankenpflege

**1951**  
Gründung der Haushilfe

**1993**  
Fusion der beiden Vereine Hauspflege und Haushilfe zu HAUSPFLEGE BERN

**1995**  
Zusammenschluss zahlreicher Krankenpflegevereine der Kirchgemeinden Bern zum Verein für Gesundheits- und Krankenpflege

**1997**  
Fusion der Hauspflege Bern und des Vereins für Gesundheits- und Krankenpflege zu SPITEX BERN

**2003**  
Eingliederung der SEOP, der spital-externen Onkologiepflege (Pflege und Betreuung tumorerekrankter Menschen und deren Angehörige), in die SPITEX BERN

Zuvor verging eine längere Zeit, in der mit Sicht auf die grosse Fusion kaum Veränderungen stattfanden. Damit gingen wertvolle Jahre verloren, um notwendige Schritte in Richtung Professionalisierung einzuleiten.

Die verantwortlichen Personen mussten also ein Riesenprojekt bewältigen. Der Anspruch war, die vielen beteiligten Vereine in ein Unternehmen mit professionellen Strukturen zu überführen. Die erste Führung war mit dieser Aufgabe ein Stück weit überfordert und schaffte es nicht, den Draht zur Basis aufzubauen. Die Geschäftsleitung hatte sich daher innert kurzer Zeit aufgelöst. Die Verunsicherung und Ungewissheit bei den Angestellten stieg entsprechend.

*Wie schaffte die SPITEX BERN dann die Kehrtwende?*

Es gab dann eine gute Übergangslösung bis der Entscheid fiel, einen externen Ökonomen mit dieser Aufgabe zu betrauen – ein richtiger und mutiger Entscheid. Nach einer extern durchgeführten Evaluation fiel die Wahl auf mich – gleichzeitig übrigens wurde auch die Stelle eines Personalleiters geschaffen und mit Marco Hobi hervorragend besetzt.

Wir schafften interdisziplinäre Teams und Strukturen mit funktionierenden Führungsinstrumenten, wir optimierten die Klientenbetreuung und bauten ein Qualitätsmanagement auf. Zudem mussten wir die Kosten senken und den Ertrag steigern, damit die Finanzen wieder ins Lot kamen.

*Ist die turbulente Zeit der Fusion somit abgeschlossen?*

Die Fusion braucht sehr viel Zeit. Sie begann im Jahr 1998 und wurde offiziell erst im Jahr 2002 abgeschlossen, indem die interdisziplinären Teams gebildet wurden. Mittlerweile erreichten wir auch, dass sich die SPITEX-Mitarbeiterinnen primär als solche verstehen – und nicht in erster Linie als Gemeindefrankenschwester oder als Hauspflegerin. Ein solcher Prozess braucht Jahre und dauert bis heute an.

*Und die SPITEX BERN funktioniert heute als kompaktes Gebilde und ist flott auf Kurs?*

Ja, wir haben heute eine SPITEX mit 13 Betrieben, die Bern geografisch abdeckt. Erfreulich ist der Kontakt unter den Mitarbeiterinnen, auch über die verschiedenen Berufsgruppen hinweg. Der Austausch funktioniert, bei Problemen kontaktieren sie sich gegenseitig. Das ist ein grosser Fortschritt. Selbstverständlich gibt es immer wieder einzelne Punkte, an denen gearbeitet werden muss, die weiterentwickelt werden können.

*Warum entstand dieser politische und wirtschaftliche Druck, die verschiedenen Organisationen zusammenzuführen? Oder anders gefragt: Warum überhaupt das ganze Prozedere?*

Die demografische Entwicklung zeigt einen massiven Anstieg an Betagten – dar-

aus folgte bei der letzten KVG-Revision die Einsicht, dass aus Kostengründen grössere Veränderungen im Gesundheitswesen anstehen. Der zusätzliche Bedarf an Betreuung kann nicht einfach mit unzähligen zusätzlichen Heimen abgedeckt werden.

Zudem setzte man sich das Ziel, die Aufenthaltsdauer in Spitälern zu senken.

Folgerichtig entschied man sich für den Aufbau professioneller Einheiten, welche mit Spitälern und anderen Institutionen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen zusammenarbeiten können.

Die Stadt Bern ist ein gutes Beispiel für diesen Prozess: Es kann von den Spitälern und Hausärzten nicht erwartet werden, mit unzähligen kleinen Vereinen zusammen zu arbeiten. Dies hat zur Fusionierung zu SPITEX BERN geführt. Nun sind wir für die Auftraggeber, für Spitäler und Krankenkassen ein gut funktionierender Partner mit einem professionellen Angebot und vernünftigen Ressourcen.

*Hat sich dabei auch die Finanzierung geändert?*

Aus Sicht der Stadt sind wir in einer Art Pionierrolle; insofern als das New-Public-Management angewendet wird.

Das heisst: Die Stadt hat einen Vertrag mit SPITEX BERN, in dem konkrete Leistungen eingekauft und mit einem vereinbarten Betrag entschädigt werden. Diese Zusammenarbeit hat sich jährlich vertieft, die Verträge werden komplexer und präziser. Wir haben jedoch keine Defizitgarantie.

*War diese früher gegeben?*

Ja, lange Zeit gab die Stadt Bern für die kirchlich organisierten Krankenpflegevereine und für die auf den Frauenvereinen basierenden Hauspflegevereine (in der Stadt Bern war dies insbesondere der Schweiz. Gemeinnützige Frauenverein

Reklame



**Gerne bringen wir Ihnen Ihre Medikamente gratis nach Hause!**

---

**Central-Apotheke Volz**  
Zytgloggelaube 2  
3011 Bern  
Tel.: 031 311 10 94  
info@central-apotheke-volz.ch

## Das Unternehmen SPITEX BERN heute

<b>Organisationsform:</b>	Nonprofit-Organisation
<b>Trägerschaft:</b>	Privatrechtlicher Verein
<b>Oberstes Organ:</b>	Mitgliederversammlung
<b>Strategische Führung:</b>	Vorstand
<b>Operative Führung:</b>	Direktion, Geschäftsleitung
<b>Anzahl Klienten:</b>	1730
<b>Anzahl Beschäftigte:</b>	300

Dezentral organisiert mit 6 Standorten und insgesamt 13 Betrieben.

### Leitmotiv:

Erhaltung und Förderung der Selbstständigkeit unserer Klientinnen und Klienten. Wir leisten ergänzende Hilfe und Pflege zu Hause unter Einbezug der vorhandenen Ressourcen.

Alle können Mitglied oder Gönner werden.

Sektion Bern) eine Defizitgarantie ab. Doch da immer mehr Leute ein hohes Alter erreichen und dadurch längere Zeit auch Pflegeleistungen beanspruchen, war die Finanzierung auf lange Sicht problematisch oder sogar nicht mehr gewährleistet.

*Die SPITEX BERN setzt seit einiger Zeit verstärkt auf Fundraising. Warum ist sie denn vermehrt auch auf private Beiträge und Spenden angewiesen?*

Die Kerndienstleistungen der SPITEX werden zwar von den Krankenkassen und der öffentlichen Hand abgedeckt. Es gibt aber etliche Leistungen, die ohne zusätzliche Geldquellen wie Spenden oder Legate nicht finanzierbar wären. Leistungen, die aber für die Klienten von hoher Bedeutung sind und die Lebensqualität massiv erhöhen.

Ein gutes Beispiel dafür ist die Spital-externe Onkologiepflege SEOP (siehe SPITEXT 1/2004). Dies ist eine betreuungsintensive Aufgabe mit intensiver Beratung, welche zurzeit einzig aus Subventionen und Krankenkassenbeiträgen nicht finanzierbar wäre.

*Stichwort SEOP: Das Angebot der SPITEX BERN wurde laufend erweitert. Stieg damit auch die Anforderung gegenüber früher?*

Im Bereich der Pflege sind die Anforderungen für das Betreuungspersonal viel komplexer und anspruchsvoller geworden. Die Entlassung aus dem Spital zum Beispiel erfolgt deutlich früher als vor 20 Jahren, dies erfordert ein höheres Fachwis-

sen der betreffenden Pflegerinnen. Neben alleinstehenden Leuten ohne soziales Netz sind auch vermehrt Fälle mit verwahrlosten Klienten anzutreffen, was besonders anspruchsvoll sein kann. Doch wir als öffentliche SPITEX haben den Anspruch – und auch den Leistungsauftrag –, allen Leuten gute Dienstleistungen anzubieten. Wir wählen nicht nur die lukrativen Klienten aus, wie es bei privaten Dienstleistern geschehen kann.

*Zum Abschluss noch ein Blick in die Zukunft. Wie sieht die SPITEX BERN in 10 Jahren aus?*

Da wird die SPITEX noch stärker vernetzt sein.

Ich kann mir auch vorstellen, dass Krankenkassen für bestimmte Fälle und bestimmte Patienten einen Betrag an eine Stelle bezahlen, zum Beispiel an den Hausarzt. Dieser verfügt über das Geld und bestimmt über den geeigneten Einsatz der Mittel. Ob für einen Spitalaufenthalt, für eine REHA-Klinik oder für SPITEX-Dienstleistungen...

*...der Hausarzt als Generalunternehmer?*

Vielleicht. Der Arzt als Unternehmer, der mit dem Geld ökonomisch umgehen muss.

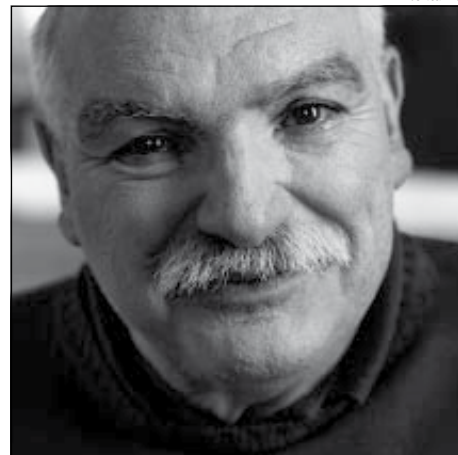
Das sind mögliche Zukunftsszenarien. Sicher wird im SPITEX-Bereich längerfristig ein weiterer Schub an Professionalisierung und Regionalisierung erfolgen. Der Kantonalverband sowie die Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern unterstützen diese Entwicklung.

*Und SPITEX BERN möchte dabei eine Vorreiterrolle übernehmen?*

Nein, wir sind bereits die weitaus grösste SPITEX-Organisation im Kanton Bern. Wir zeigen mit unseren 13 Betrieben, wie ein Gebilde einer Regionalisierung in Zukunft aussehen kann. Dies ist nur als Beispiel zu verstehen, eine vertiefte Zusammenarbeit mit anderen Organisationen wie zum Beispiel mit SEOP (Spitalexterne Onkologiepflege) ist denkbar. Vermehrte konstruktive Zusammenarbeit mit anderen Anbietern ist ein Muss, wollen wir die Position von SPITEX weiter stärken. Es wird uns zu starken Partnern von Krankenkassen, Spitalern, Gemeinden und Politik machen.

*Herr Rüfenacht, besten Dank für das Gespräch!*

Reklame



**Online-Shopper (25)** – Hans Pfister (66), Confiturier, bestellt seit 28. August 2001 online. Er schrieb per E-Mail:

Soeben habe ich wiederum eine tadellose Lieferung erhalten. Besten Dank! Ich bin im Rollstuhl und nütze Ihre Dienstleistung seit den ersten Tagen. Heute stand der nette Chauffeur mit einem ganzen Gestell, ein halber Coop-Laden, vor der Türe. Der neue Treppenwagen war glänzend – mit Halteriemen versehen – die Treppe hoch gekommen. Eine sehr gute Logistik-Idee, die Ihren Chauffeuren sicher viel Mühe erspart. Es gibt immer wieder Erfindungen... Noch eine Idee: In Flyers und Inseraten lese ich immer wieder Neues aus Ihrem Sortiment. Z.B. die neuen Winter-Joghurts von Emmi. Leider finde ich diese Artikel nie im Titel Neuheiten. Könnten Sie diese Artikel nicht gleichzeitig in Ihr Mail-Sortiment aufnehmen? Vielleicht lösen Sie das in ihrer Logistik für nächstes Jahr!

www.coop.ch



Online bestellt – nach Hause gebracht



Wenn Sie alleine zu Hause oder am Arbeitsplatz sind, telefoniert **TeleAlarm®S11** auf Knopfdruck um Hilfe. Die Basis passt an jede gängige Telefonsteckdose. Das Notrufsystem wählt unter acht gewünschten Nummern, bis jemand erreicht wird. Weitere Auskünfte: Swisscom Shop, [www.swisscom-fixnet.ch](http://www.swisscom-fixnet.ch), Gratisnummer 0800 800 800.

## Warum nicht immer Helfer zur Hand haben?

Übrigens: Für Seh- und Hörbehinderte haben wir das Telefon Top P43.

**TeleAlarm®S11**



**swisscom** **fixnet**  
Einfach verbunden.



HIRSCHENGRABEN-APOTHEKE



Länggass Apotheke



Monique Weiss  
**Egghölzli Apotheke**  
Egghölzlistrasse 20  
3006 Bern, Tel. 031 351 10 20



Roger Wolf  
**Hirschengraben-Apotheke**  
Hirschengraben 9  
3011 Bern, Tel. 031 311 45 55



Christine Waldner  
**Länggass Apotheke**  
Länggassstrasse 28,  
3000 Bern 9, Tel. 031 301 23 22



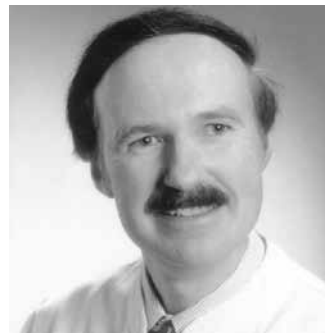
Pius Germann  
**Nordring Apotheke**  
Nordring 38, 3013 Bern  
Tel. 031 332 11 36



Dr. Stefan Fritz  
**Rathaus Apotheke**  
Kramgasse 2, 3000 Bern 8  
Tel. 031 311 14 81



Dominik Rösli  
**Apotheke Rösli**  
Eigerstrasse 55, 3000 Bern 23  
Tel. 031 371 95 20



Dr. Andreas Neuenschwander  
**Apotheke Gümligen**  
Turbenweg 2, 3073 Gümligen  
Tel. 031 952 62 52



Brigitta Schär  
**Gurten Apotheke**  
Seftigenstrasse 219  
3084 Wabern  
Tel. 031 961 26 10

## Top-Beratung in Ihrer Region

- 8 Top-Apotheken in der Region Bern
- Standorte an bester Lage
- Individuelle Beratung
- Kostenloser Bezug des TopPharm-Magazins
- Zugang zum Gesundheitsportal [www.toppharm.ch](http://www.toppharm.ch)
- Regelmässige Gesundheitskampagnen mit meist kostenlosen Leistungen
- Auskünfte über Betroffenenorganisationen
- Ein innovatives Apotheken-Team betreut Sie engagiert und zukunftsorientiert

# Achtung:

## Letzte Apotheke vor dem Abflug!

Grosse Verlosung – mitmachen und entspannen. Gewinnen Sie 1 Woche Badeferien auf Djerba von Kuoni für 2 Personen. Informationen erhalten Sie in Ihrer TopPharm Apotheke.