

MITTENDRIN

ISSN 1661-8513 SPITEX BERN Preis CHF 3.40

«Bei der Spitex bin
ich Mensch und nicht
Pflegeobjekt.»

*Annelise Stuber,
Kundin der SPITEX BERN*



Palliative Care: Für mehr Würde und Selbstbestimmung

Inselspital schätzt Zusammenarbeit
mit der SPITEX BERN

Lichtblicke im Alltag dank BelleVie



SPITEX BERN
Hilfe und Pflege zu Hause

INHALT

EDITORIAL

- 3 Für mehr Würde und Selbstbestimmung

NEWS AUS DER SPITEX BERN

- 5 Michael Stettler wird neuer Geschäftsführer

FOKUS

- 6 Onkologie und Palliative Care Team (SEOP):
Einblick in ihre Arbeit

DER KOMMENTAR

- 11 Steffen Eychmüller, Leiter der palliativen Station
des Inselspitals über die Arbeit mit der SEOP

DAS PORTRÄT

- 12 Mehr Lebensqualität für Spitex-Kundin dank BelleVie

DAS FORUM

- 16 Fragen und Antworten zu BelleVie
18 Luca Hänni überrascht junge Spitex-Kundin

IMPRESSUM

Mittendrin – offizielles Organ der SPITEX BERN

Herausgeberin: SPITEX BERN,
Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5,
Tel. 031 388 50 50, mittendrin@spitex-bern.ch,
www.spitex-bern.ch

Verantwortlich: Eva Zwahlen, Tel. 031 388 50 27,
eva.zwahlen@spitex-bern.ch

Redaktion: Zoebeli Communications AG, Bern
Gestaltung: e621 gmbh, Bern

Layout und Druck: Rub Media AG, Wabern/Bern
Preis: Einzelverkauf CHF 3.40, für Mitglieder der
SPITEX BERN, Verein für ambulante Dienste der
Stadt Bern, im Mitgliederbeitrag inbegriffen
Druckauflage: 11 000 Exemplare

Copyright: Abdruck nur mit Genehmigung der
Herausgeberin

Fotos: Pia Neuenschwander

Titelbild: Annelise Stuber, Kundin der SPITEX BERN
(fotografiert von Pia Neuenschwander)



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C023093

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

Unheilbar kranke Menschen zu Hause betreuen. Dieser Aufgabe hat sich das Onkologie und Palliative Care Team (SEOP) der SPITEX BERN verschrieben. Den betroffenen Patientinnen und Patienten sollen in ihrer letzten Lebensphase Mitarbeitende mit Spezialausbildung in Onkologie- und Palliativpflege zur Verfügung stehen – bei Bedarf täglich, während 24 Stunden. Diese «Mittendrin»-Ausgabe ermöglicht Ihnen ab Seite 6 einen Einblick in diese Aufgabe. Lesen Sie im Weiteren im Kommentar von Steffen Eychmüller, ärztlicher Leiter des Zentrums für Palliative Care des Inselspitals Bern, wie sich die Zusammenarbeit zwischen SEOP und Spital gestaltet.

Einen ganz anderen Bereich innerhalb des Leistungsspektrums von Spitex-Organisationen deckt die BelleVie Suisse AG ab – ein Tochter-Unternehmen der öffentlichen Spitex-Organisationen Bern, Seeland und Interlaken und Umgebung. In enger Zusammenarbeit mit der Spitex erbringt BelleVie zum einen ärztlich verordnete Hauswirtschaftsleistungen. Hierfür klärt die Spitex vor Ort den Bedarf ab und lernt den Patienten kennen. Sind neben dem Hauswirtschaftsbedarf keine pflegerischen Leistungen notwendig, so wird umgehend die Disposition der BelleVie involviert und die Leistungserbringung kurzfristig organisiert.

Zum anderen bietet BelleVie auch umfassende Komfort-Leistungen an, die weit über das Grundangebot der Spitex hinausgehen. «Geht nicht, gibt es nicht!»: So könnte das Motto lauten. Die BelleVie will ihren Kundinnen und Kunden den Alltag so angenehm wie möglich gestalten. Möchten Sie ein Konzert besuchen, sind dafür jedoch auf eine Begleitperson angewiesen? Oder wünschen Sie sich eine Fusspflege, können Ihre Wohnung aber nicht verlassen? Die BelleVie hat dafür eine Lösung. Mehr darüber er-



Daniel Piccolruaz, Geschäftsführer BelleVie Suisse AG

fahren Sie im Bericht ab Seite 12, und eine Übersicht zu den Leistungen der BelleVie finden Sie auf Seite 16.

Wenn auch Sie, Ihre Angehörigen, Freunde oder Bekannte von diesen Dienstleistungen profitieren möchten, kontaktieren Sie die BelleVie Suisse AG auf ihrer Internetseite www.bellevie.ch oder rufen Sie an: 031 388 50 80. Die Mitarbeitenden der BelleVie freuen sich darauf, auch «Ihr Leben etwas unbeschwerter» zu machen.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre!

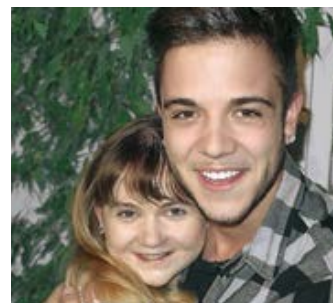
Daniel Piccolruaz
Geschäftsführer BelleVie Suisse AG

FOKUS S. 6

DER KOMMENTAR S. 11

DAS PORTRÄT S. 12

DAS FORUM S. 18





Für Ihre Ansprüche im Alter

Tageszentrum Viktoria

Das Tageszentrum bietet für jeden Gast eine willkommene Abwechslung vom Alltag und für pflegende Angehörige ist es eine hilfreiche Entlastung. Wir gehen bewusst und individuell auf die Fähigkeiten und Wünsche unserer Gäste ein.

Pflege- und Ferienzimmer

Sei es während eines Ferien- oder Erholungsaufenthalts in einem unserer gemütlichen Ferienzimmern oder als Bewohner/in eines sonnigen Pflegezimmers mit Aussicht auf die Berner Altstadt: Wir begleiten Sie liebevoll durch den Alltag.

Alterszentrum Viktoria

Pflegezimmer, Alterswohnungen, Tageszentrum, Restaurant
Schänzlistrasse 63, 3000 Bern 22, Telefon 031 337 21 11, www.az-viktoria.ch

VEREIN BETREUUNG BETAGTER
3027 BERN · 031 997 17 77
WWW.NOTRUFDIENST.CH

notrufdienst

MEDIZINISCHE HILFE AUF KNOPFDRUCK

SICHERHEIT



SZUHAUSE UND UNTERWEGS



**Genossenschafts-Apotheke Bern
Schloss-Apotheke**

Könizstrasse 3 CH-3008 Bern
Tel. 031 381 88 36 Fax 031 381 95 59
www.schloss-apotheke-bern.ch
info@schloss-apotheke-bern.ch

**GRATIS
HAUSLIEFERDIENST**

Nova Taxi

Nova
Taxi 0800 879 879
0 313 313 313

WERTKARTE

- Passt in jedes Portemonnaie, das ideale Geschenk für Freunde
- Die Karte ist gratis und kann aufgeladen werden
- Pro CHF 100.– profitieren Sie von CHF 5.– Rabatt

0 313 313 313

Hilfe im Alter

Fisa Verwaltungen AG

Hilfe an ältere Leute bei Zahlungen, Administration, Problemen mit Mietern oder Liegenschaften, Steuererklärung etc.

Holligenstrasse 5, 3008 Bern, 031 312 04 71

PHYSIOTHERAPIE
FUNKTIONELLE OSTEOPATHIE & INTEGRATION®
COACHING

HAUSBESUCHE AUF ÄRZTLICHE VERORDNUNG

FRANCO POLESANA

Dipl. Physiotherapeut FH – Coach ICF ACC

Bernstrasse 65A | 3122 Kehrsatz | Telefon 031 961 90 60 | www.physio-polesana.ch

individuelle Vorsorge
Begleitung und Beratung

jederzeit erreichbar unter
der Telefonnummer:
031 332 44 44



das andere
Bestattungsunternehmen

Beundenfeldstrasse 15, 3013 Bern, www.aurora-bestattungen.ch

NEWS AUS DER SPITEX BERN

SCHLÜSSELVERWALTUNG NEU ORGANISIERT

Das Pflegepersonal der SPITEX BERN muss jederzeit und insbesondere im Notfall rasch Zugang zu den Wohnungen seiner Patienten haben. Rund 90 Prozent der pflegebedürftigen Personen öffnen die Türe bei den Einsätzen selber. Für die restlichen 10 Prozent, die darauf angewiesen sind, dass der Zutritt zur Wohnung anders geregelt werden kann, bietet die SPITEX BERN seit dem 1. Oktober 2015 die Varianten Schlüsseltresor oder Digitalzylinder an. Weiterhin möglich ist die Schlüsselverwaltung durch die Spitex. Da das Anbieten und Managen von Schliesssystemen nicht zur Kernkompetenz der SPITEX BERN gehört, arbeitet sie dafür mit einem externen Partner, der Firma Safety Systems, zusammen. Damit erhalten die Patientinnen und Patienten kompetente Beratung zu den möglichen Zutrittsvarianten. Der Zutritt wird in einem Vertrag zwischen Safety Systems und den Patienten geregelt. ■

MICHAEL STETTLER WIRD NEUER GESCHÄFTSFÜHRER

Michael Stettler ist der neue Geschäftsführer der SPITEX BERN. Der studierte Ökonom und diplomierte Pflegefachmann verfügt über mehrjährige Erfahrung als Leiter Pflegedienst im Salem-Spital sowie über langjährige Führungserfahrung im Inselehospital. Er führt die SPITEX BERN bereits seit dem 1. Juli 2015 interimistisch. ■

TAG DER OFFENEN TÜR

Am 5. September – anlässlich des nationalen Spitex-Tages 2015 – öffneten gleich drei Betriebe der SPITEX BERN ihre Türen für die Öffentlichkeit. Bei Kaffee und Kuchen gaben Mitarbeitende der Betriebe Bümpliz Nord, Bethlehem und Westside den zahlreichen interessierten Besucherinnen und Besuchern einen Einblick in ihre Arbeit. ■

Mitarbeiterinnen der SPITEX BERN gewährten am Tag der offenen Tür Einblick in ihre spannende Arbeit.



DIAGNOSE KREBS

Im Frühling 2013 erhielt Annelise Stuber die Diagnose Krebs. Seit einem halben Jahr wird die ehemalige Spitex-Mitarbeiterin vom SEOP-Team der SPITEX BERN betreut. Ein Porträt über eine Frau, die gegen Ende ihres Lebens mitten im Leben steht.

Von Res Mettler (Text) und Pia Neuenschwander (Bilder)

Annelise Stuber liegt auf einer Couch im Wohnzimmer. Eine dünne Decke bedeckt die zierliche Frau. An einem Gestell neben dem Sofa hängt ein Beutel mit einer Nährlösung. Ein dünner Schlauch führt vom Beutel unter die Decke. Weil ihre Verdauung nicht mehr richtig funktioniert, wird die 64-Jährige über eine Infusion künstlich ernährt. Vor zweieinhalb Jahren erhielt Annelise Stuber die Diagnose Krebs.

ES BEGANN MIT BAUCHSCHMERZEN

Es war im Frühling 2013, an Auffahrt. Annelise Stuber verspürte starke Bauchschmerzen. Die Ärzte auf der Notfallstation meinten zuerst, es handle sich um eine Verstopfung. Als die entsprechende Behandlung nichts half, vermuteten die Ärzte eine Darmentzündung und gaben ihr Antibiotika. Doch die Schmerzen blieben. Eine Computertomografie zeigte schliesslich den wahren Grund für die Schmerzen: Ein Tumor hatte sich im Bauchfell von Annelise Stuber ausgebreitet. «Die Diagnose war ein Schock. Auf einen Schlag war alles anders», sagt Annelise Stuber.

SOFORTIGE OPERATION

Bereits am Dienstag nach Pfingsten wurde Annelise Stuber operiert. Drei Monate nach der ersten Chemotherapie zeigte sich, dass der Tumor weiter wuchs. Annelise Stuber entschied sich für eine

zweite, neuartige Operation (HIPEC) am Kantonsspital St. Gallen. Mit der neuen Technik kann bei rund 60 Prozent der behandelten Patienten das Wachstum des Tumors für mehrere Jahre gestoppt werden. «Leider gehörten wir zu den restlichen 40 Prozent», sagt Jürg Wicker, Annelise Stubers Mann. Der Krebs im Bauch von Annelise Stuber wuchs weiter.

KÜNSTLICHE ERNÄHRUNG

Auf einem Regal im Wohnzimmer stehen mehrere Tonfiguren: massige Menschen, farbig bemalt, alleine oder zu zweit, in Bewegung, sich umarmend oder gebückt vor Schmerz. Auf dem Tisch steht eine unbemalte, unfertige Tonfigur. «Ich drücke mit Ton aus, was mit mir geschieht», sagt Annelise Stuber. Im Frühling dieses Jahres musste sie erneut ins Spital. Der Tumor hatte sich an einer Stelle um den Darm geschlungen und den Ausgang verschlossen. Seither trägt sie eine Magensonde zur Magenentlastung. Weil sie keine feste Nahrung mehr zu sich nehmen kann, wird Annelise Stuber künstlich ernährt. Mitarbeitende der SPITEX BERN besuchen Annelise Stuber jeden Morgen und Abend, bereiten die Nährlösung für die Infusion auf, spülen die Magensonde und wechseln den Verband an der Sonde. Mit der zunehmenden Abhängigkeit hat Annelise Stuber kein Problem. Sie sagt: «Wir sind sowieso alle abhängig. Einige sind sich dessen stärker bewusst, andere etwas weniger.»



Annelise Stuber (64) und Jürg Wicker (65). Er sagt: «Meine Frau hat die Krankheit, aber tragen tun wir sie gemeinsam.»

BESUCH VON DER SEOP

Einmal in der Woche erhält Annelise Stuber Besuch von einer Mitarbeiterin des Teams Onkologie und Palliative Care (SEOP) der SPITEX BERN. Das SEOP-Team ist auf die Betreuung und Pflege von krebserkrankten Menschen spezialisiert (siehe Kasten auf Seite 8). Die SEOP-Mitarbeiterinnen wechseln bei Annelise Stuber die Nadel der Infusion und sind da, wenn die Magensonde nicht richtig funktioniert. «Die SEOP können wir jederzeit anrufen. Eine halbe Stunde später ist jemand bei uns», sagt Annelise Stuber. So wie damals, als die Magensonde zu rinnen begann. Die SEOP-Mitarbeiterinnen waren sofort zur Stelle und legten eine Sonde über die Nase. «Dabei strahlten sie eine grosse Ruhe aus, die mir Sicherheit gab. Überhaupt arbeiten die SEOP-Frauen sehr sorgfältig und mit grosser Empathie.» Die SEOP pflegt nicht nur, sie ist auch da für intensive Gespräche. Jürg Wicker sagt: «Die Pflegefachfrauen fragen nicht salbungsvoll, wie es meiner Frau geht, sondern

«Durch die Krankheit hat sich unsere Beziehung noch vertieft.»

sie fragen mit ehrlichem Interesse.» Seine Frau ergänzt: «Ich fühle mich als Mensch behandelt und nicht als Pflegeobjekt.»

EHEMALIGE SPITEX-MITARBEITERIN

Annelise Stuber weiss, was es bedeutet, jemanden zu pflegen. Nachdem sie über zwanzig Jahre selbstständig als Bewegungstherapeutin gearbeitet hatte, begann sie Mitte fünfzig bei der SPITEX BERN mit einem kleinen Pensum in der Hauswirtschaft. Sie absolvierte eine Lehre als Fachangestellte Gesundheit und arbeitete anderthalb Jahre in dieser Funktion, bis der Krebs ausbrach. «Durch meine frühere Arbeit bei der Spitex weiss ich, was es bedeutet, wenn die Mitarbeitenden aus dem Regen ins Haus kommen.»



Annelise Stuber drückt mit Ton aus, was mit ihr geschieht.

MITTEN IM LEBEN

Annelise Stuber legt die Decke beiseite und setzt sich auf die Couch. Mit einem kleinen Wasserspray befeuchtet sie Lippen und Mund. An der Wand tickt laut eine Pendeluhr. Annelise Stuber sagt: «Der Moment, an dem wir sagen müssen: 'Jetzt können wir nichts mehr machen', kommt immer näher.» Sie und ihr Mann haben gelernt, die kleinen Dinge zu schätzen – eine funktionierende Magensonde zum Beispiel. Früher war das Paar viel auf Reisen und ging gerne auswärts fein essen. Das ist nicht mehr möglich. Jürg Wicker sagt: «Wir hätten eigentlich andere Pläne gehabt.» Doch die beiden hadern nicht mit ihrer Situation. Annelise Stuber sagt: «Das ist jetzt einfach so. Ich frage auch nicht nach dem Warum, denn es gibt keine Antwort. Stattdessen versuche ich, den Moment zu gestalten, das Jetzt zu geniessen.» Sie macht Dinge, die ihr gut tun: im Garten an die Sonne sitzen, dem Wind zuhören oder einen kurzen Spaziergang der Aare entlang machen – den Rollstuhl jederzeit griffbereit. «Mir ist es wichtig, im Leben drin zu bleiben. Ich verspüre eine grosse Lebensfreude und Kraft.» Sie pflegt ihre Freundschaften, lädt Freunde ein und ist interessiert an ihren Geschichten.

KRANKHEIT GEMEINSAM TRAGEN

Die Beziehung des Ehepaars ist durch die Krankheit intensiver geworden. Jürg Wicker sagt: «Wir pflegten schon immer eine enge und sorgfältige Beziehung. Durch die Krankheit hat sich unsere Beziehung aber noch vertieft.» Als seine Frau die Diagnose Krebs erhielt, war für Jürg Wicker klar: «Meine Frau hat

«Ich möchte den Sterbeprozess geschehen lassen und bewusst miterleben.»

die Krankheit, aber tragen tun wir sie gemeinsam.» Annelise Stuber empfindet dies nicht als selbstverständlich. Sie sagt: «Es ist ein grosses Geschenk, dass mich mein Mann so unterstützt. Dafür bin ich ihm sehr dankbar.» Jürg Wicker hilft jeweils, den Verband zu wechseln und die Sonde zu spülen. Und er massiert seiner Frau die Füsse. «Früher erhielt ich von Annelise eine Fussmassage, wenn eine Grippe im Anmarsch war, heute massiere ich ihr die Füsse, wenn diese aufgedunsen sind.»

SELBSTBESTIMMT STERBEN

Auf dem Tischchen neben der Couch liegt ein Buch mit dem Titel «Selbstbestimmt sterben». Annelise Stuber sagt: «Ich möchte so lange wie möglich zu Hause leben, kann mir aber auch vorstellen, die Pflege auf einer Palliativabteilung in Anspruch zu nehmen.» In einer Patientenverfügung hat Annelise Stuber festgehalten, dass sie auf keinen Fall reanimiert werden möchte, aber dass sie sich Unterstützung wünscht bei Schmerzen oder Atemnot. «Ich möchte den Sterbeprozess geschehen lassen und bewusst miterleben.» Annelise Stuber spricht oft mit Freunden übers Sterben. «Aber wie es dann sein wird, wissen wir nicht.» ■

SEOP UND FREIWILLIGE

Das Onkologie und Palliative Care Team (SEOP) der SPITEX BERN betreut Menschen mit Krebserkrankungen und Menschen in palliativen Situationen, wo nicht mehr die Heilung, sondern der Erhalt und die Unterstützung der Lebensqualität im Vordergrund stehen. Ein Team mit Spezialausbildung in Onkologie- und Palliativpflege steht täglich 24 Stunden zur Verfügung. Zudem bietet das Freiwilligenteam Palliative Care der SPITEX BERN Zeit und Begleitung für Menschen, die von der SEOP zu Hause betreut werden. Die Freiwilligen begleiten Menschen zu Hause in Krisensituationen und an der Schwelle vom Leben zum Tod.

«MEINE MUTTER WAR VON DEN FREIWILLIGEN SEHR BEEINDRUCKT»

Die Mutter von Michael Niederhauser wurde bis zu ihrem Tod von der SEOP und vom Freiwilligenteam Palliative Care der SPITEX BERN begleitet. Im Interview erzählt der 52-Jährige, wie er die Zusammenarbeit erlebte.

Interview von Res Mettler

WANN ERFUHR IHRE MUTTER, DASS SIE KREBS HATTE?

Michael Niederhauser: Das war Ende Juli 2012. Einen Tag bevor wir nach Österreich in die Ferien fahren wollten, bekam meine Mutter hohes Fieber. Der Hausarzt diagnostizierte eine Lungenentzündung und schickte meine Mutter für weitere Abklärungen ins Tiefenaspital. Leider fanden die Ärzte einen grossen Tumor in ihren Bronchien. Die folgenden Chemotherapien und Bestrahlungen schwächten meine Mutter so sehr, dass sie immer öfters auf die Betreuung durch die SPITEX Region Bern Nord angewiesen war. Am 23. Juni in diesem Sommer durfte sie im Alter von 80 Jahren nach langem Leiden endlich einschlafen.

AB WANN WURDE IHRE MUTTER VON DER SEOP BETREUT?

Die letzten sieben Wochen ihres Lebens durfte meine Mutter zu Hause in Kirchlindach verbringen. Hier war sie aufgewachsen, hier wollte sie sterben. Die SEOP half massgeblich mit, dies zu ermöglichen. Die letzten Wochen waren die SEOP-Mitarbeitenden da, wenn es sie brauchte. Auf sie war Verlass. Ich habe die SEOP-Mitarbeitenden als sehr kompetent erlebt. Sie wissen, wovon sie reden. Zum Beispiel kannten sie die Wirkungen der verschiedenen Medikamente genau, was die Zusammenarbeit mit dem Hausarzt sehr erleichterte. Ausserdem ist das SEOP-Team gut mit Haus- und Spezialärzten vernetzt.

HAT DIE SEOP IHRE MUTTER AUCH NACHTS BETREUT?

Ja, als meine Mutter eines Nachts eine Thrombose erlitt, war eine Mitarbeiterin der SEOP innerhalb einer halben Stunde vor Ort. Dieser Einsatz hat mich sehr beeindruckt.

WELCHE ROLLE HAT DAS FREIWILLIGENTEAM PALLIATIVE CARE DER SPITEX BERN ÜBERNOMMEN?

In den letzten Wochen benötigte meine Mutter eine sehr intensive Betreuung. Ich war rund um die Uhr für sie da, musste aber aufgrund einer Weiterbildung zweimal am Wochenende weg. Während meiner Abwesenheit kamen die Freiwilligen Palliative Care der SPITEX BERN vorbei. Auch unter der Woche organisierten sie für mich jeweils einen freien Nachmittag.



Michael Niederhauser: «Die Freiwilligen tragen dazu bei, dass Menschen zu Hause sterben können, was ich sehr wichtig finde.» Bild: Pia Neuenschwander

Meine Mutter war von ihnen sehr beeindruckt. Sie seien äusserst geduldig, verständnisvoll, liebevoll und zuvorkommend. Meine Mutter erzählte den Freiwilligen viel aus ihrem Leben. Die Gespräche mit ihnen haben meiner Mutter sehr gut getan und gaben ihr die nötige Kraft, um ihre letzte Wegstrecke besser ertragen zu können. Als sie starb, war neben mir und meinen Geschwistern auch eine Freiwillige Mitarbeiterin dabei. Die Freiwilligen tragen dazu bei, dass todkranke Menschen in einem sehr persönlichen und würdevollen Rahmen zu Hause sterben können.

HATTEN SIE NACH DEM TOD IHRER MUTTER NOCH KONTAKT ZUR SEOP UND ZU DEN FREIWILLIGEN?

Ja, ich führte intensive Gespräche mit einer SEOP-Mitarbeiterin und einer freiwilligen Mitarbeiterin. Mit ihnen konnte ich übers Abschiednehmen sprechen, was mir half, den Verlust besser zu verarbeiten. ■



**„Ihr Aus- und Weiterbildungsinstitut IKP:
wissenschaftlich – praxisbezogen – anerkannt“**
Dr. med. Yvonne Maurer

**Zert. Ganzheitlich-
Psychologischer Coach IKP**

Coaching- und Gesprächs-
kompetenz für Spitex-Fachpersonen: Coaching-Tools aus dem
Bereich systemisch-lösungsorientierter Beratung. Dauer: 8 Monate.

Info-Abend:
23.2.16
Lehrgang
Start:
22.9.16

Mehr Infos?
Tel. **031 305 62 66** IKP Institut
www.ikp-therapien.com Zürich / Bern

EDUQUA 

Seit 30 Jahren anerkannt

Psychologie Behandlung von Schlafstörungen
und Alpträumen
Psychologische Beratung

Psychologie Siegfried

Stefan Siegfried | Fachpsychologe FSP
Gutenbergstrasse 31 (4. Stock) | 3011 Bern
T 031 381 09 09 | M 076 284 94 87
info@psychologie-siegfried.ch | www.psychologie-siegfried.ch



HILFSMITTELSTELLE BERN

Zentrum für Hilfsmittelversorgung

Beratung, Vermietung und Verkauf
von Hilfsmittel wie:

- Rollstühle
- Elektro-Scooter
- Pflegebetten
- Rollatoren
- Badewannenlifte
- Transferhilfen
- Inkontinenzprodukte
..... und vieles mehr!



Mehr Lebensqualität durch
die richtigen Hilfsmittel!

Hilfsmittelstelle HMS Bern AG
Kornweg 15 | 3027 Bern

Tel 031 991 60 80 | Fax 031 991 17 35
www.hilfsmittelstelle.ch | info@hilfsmittelstelle.ch

Gegen Vorweisung dieses Inserates erhalten Sie **10% Rabatt***
auf Verkaufsartikel.
(gültig bis 31.12.2015) *exkl. Nettoangebote und Occasionen



**Bären
Taxi AG**  www.baerentaxi.ch

sicher von Tür zu Tür

031 3711111

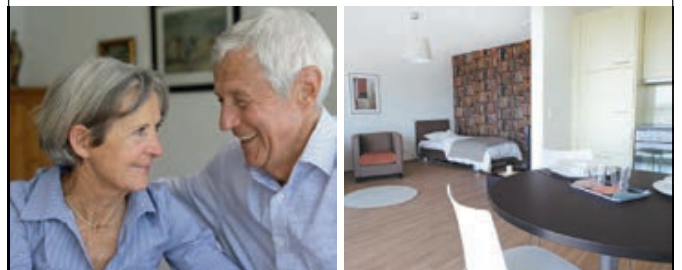


Seniorenwohnungen mit Service Wohnen mit fantastischem Weitblick

Im SENIOcare Wohnzentrum Résidence
vermieten wir grosszügige und lichtdurchflutete
Seniorenwohnungen mit Service.

Die **1½- und 2½-Zimmer-Wohnungen** am
Niesenweg 1 in Bern sind totalsaniert und ab
sofort bezugsbereit.

Gruppenbesichtigungen finden jeden Dienstag
um 15 Uhr statt. Eine Anmeldung ist nicht
notwendig. Für Fragen sind Herr Schütz und
Frau Sylva, as immobilien ag, gerne für Sie da
unter Telefon 031 752 05 55 oder E-Mail
residence-wohnungsvermietung@seniocare.ch.



**komfortabel und
unabhängig wohnen**

Résidence  www.residence.seniocare.ch
Wohnzentrum · Bern  Ein Unternehmen der SENIOcare®

«WIR SOLLTEN DIE ANGST VOR DEM STERBEN ABLEGEN»

«Wir sollten wieder mehr über die Endlichkeit unseres Lebens sprechen!»: Das fordert Steffen Eychmüller, ärztlicher Leiter am Universitären Zentrum für Palliative Care des Inselspitals Bern. Zusammen mit seinem Team betreut er unheilbar kranke Menschen – eine Aufgabe, die weit mehr als die Schulmedizin umfasst.

Von Steffen Eychmüller

Die Patienten kommen in unterschiedlichen Phasen zu uns auf die Station. Manche haben noch Monate oder Jahre vor sich, bei anderen ist die Lebenserwartung nur noch kurz. Zwei Drittel der Patienten werden von innerhalb des Spitals überwiesen. Ein Drittel kommt zu uns, wenn die bisherige Pflege zu Hause nicht mehr ausreicht. Sie alle stehen vor wichtigen Entscheidungen für ihr weiteres Leben. Dabei unterstützen wir sie in allen Belangen: indem wir ihre Symptome behandeln, eine Patientenverfügung verfassen oder die Betreuung nach dem Spitalaufenthalt organisieren. Die Würde und die Selbstbestimmung der Patienten stehen dabei im Mittelpunkt.

DIE ZÜGEL IN DER HAND

Den Patienten tut es gut, ihre Zukunft pragmatisch zu bedenken und nicht nur dunkle Wolken zu sehen. Wir geben ihnen die Zügel wieder in die Hand. Palliative Care beinhaltet alle Massnahmen, die das Leiden eines unheilbar kranken Menschen lindern und ihm so die bestmögliche Lebensqualität bis zum Lebensende verschaffen. Wenn die Patienten zu uns kommen, klären wir mit ihnen, was sie von uns erwarten, und suchen das offene Gespräch. Zusammen mit den Angehörigen entscheiden wir, wie es weitergeht. Wir fragen auch nach der Belastungsgrenze der Familie. Oft machen sich die Patienten Sorgen um ihre Angehörigen, wollen sie nicht noch mehr belasten und fragen sich, wie es ihnen gehen wird, wenn sie nicht mehr da sind. Wenn die Familie den Patienten zu Hause betreuen will und kann, machen wir das möglich – beispielsweise gemeinsam mit dem Team Onkologie und Palliative Care (SEOP) der SPITEX BERN.

WIR SIND EIN GUTES TEAM

Ich schätze die Zusammenarbeit mit der SEOP sehr. Wir sind ein grosses Team, das innerhalb und ausserhalb des Spitals mit Hingabe, Einsatz und Engagement sein Bestes gibt bei der Betreuung der Patienten. So konnten wir zum Beispiel einer Patientin mit einer seltenen Hautkrankheit und einem Tumor auf



Steffen Eychmüller (53) ist ärztlicher Leiter am Universitären Zentrum für Palliative Care am Inselspital Bern (www.palliativzentrum.insel.ch). Er hat drei Kinder und begeistert sich für die Natur und die Musik. Ein besonderes Anliegen ist es ihm, Familie und Beruf als ein Ganzes zu betrachten und Kontakte zu pflegen. Er sagt: «Meine Patienten haben mich gelehrt, dass die Beziehung zu den Angehörigen und Freunden das ist, was am Ende zählt.» Bild: zVg

der Haut den Wunsch erfüllen, in ihr Zuhause zurückzukehren. Entgegen der Prognosen und mit sehr grossem Aufwand für alle Beteiligten. Alle trugen gemeinsam dazu bei: das Zentrum für Palliative Care des Inselspitals, die SEOP der SPITEX BERN, der Hausarzt der Patientin und ihre Angehörigen. Es war berührend, zu erfahren, wie viel ihr dies bedeutete. Rund 60 Prozent aller Patienten kehren nach ihrem Aufenthalt auf unserer Station nach Hause zurück oder erhalten, wo das nicht möglich ist, einen Platz in einem Pflegeheim.

STERBEN IST TEIL DES LEBENS

Ich wünsche mir, dass die Bevölkerung ihre Angst vor dem Sterben ablegt. Die Endlichkeit unseres Daseins muss wieder Teil des gesellschaftlichen Bewusstseins werden. Man sollte sich frühzeitig über die Möglichkeiten informieren, die man am Lebensende hat. Die Palliative Care kann das Sterben nicht «schön» machen. Sterben ist traurig und eine grosse Herausforderung für alle Betroffenen. Sich damit auseinanderzusetzen, ist deshalb umso wichtiger. ■

WENN DIE COIFFEUSE NACH HAUSE KOMMT

Ein gepflegtes Äusseres verleiht ihr Sicherheit und Lebensfreude: Für Irène Angst sind die Hausbesuche der Coiffeuse der BelleVie ein Lichtblick im Alltag.

Von Verena Felber (Text) und Pia Neuenschwander (Bilder)

«Schön, dass Sie da sind», heisst Irène Angst ihre Besucher willkommen. Der Händedruck der 87-Jährigen ist kräftig, ihre Begrüssung begleitet sie mit einem herzlichen Lachen. Irène Angst ist eine Frau mit positiver Ausstrahlung, die Wert auf eine gepflegte Erscheinung legt. Sie zählt zu den Kundinnen der BelleVie Suisse AG. Das Unternehmen bietet Comfort-Leistungen an, eine Ergänzung zu den bewährten Angeboten der SPITEX BERN (siehe Kasten).

COIFFEUR-HAUSBESUCH

«Ich kann nicht mehr zum Coiffeur gehen, also kommt dieser zu mir», sagt Irène Angst und schmunzelt. Ihre Wohnung verlässt die Pensionärin aus gesundheitlichen Gründen nur noch selten. «Die Spitex unterstützt mich hervorragend. Deshalb habe ich mich erkundigt, ob sie mir auch Coiffeur-Hausbesuche organisieren könnten.» Seither erhält sie alle zwei bis drei Wochen Besuch von BelleVie-Coiffeuse Erika Schneider. «Frau Angst weiss, was gut an ihr aussieht»,

Irène Angst erhält alle zwei bis drei Wochen Besuch von der BelleVie-Coiffeuse Erika Schneider.



sagt Schneider. Haare schneiden, Dauerwelle legen oder föhnen stehen jeweils auf dem Programm. Und natürlich ein Schwatz. «Frau Schneider ist ein ganz lieber Mensch. Ich freue mich immer auf sie», sagt Angst und streicht sich über ihre sorgfältig frisierten Haare. «Und sie ist eine sehr gute Coiffeuse.»

ELEGANT GEKLEIDET

«Mich gehen zu lassen, kommt nicht in Frage», sagt Angst mit resoluter Stimme. «Es ist schön, wenn ich Komplimente für mein Aussehen bekomme. Eine gepflegte Erscheinung gibt mir Sicherheit.» Ihren Kunden mehr Lebensqualität zu ermöglichen, ist das Ziel der BelleVie. Coiffure-Leistungen gehören dabei zu den gefragtesten Angeboten. «Nur weil ich alt bin, will ich doch nicht wie eine Vogelscheuche aussehen», bringt es die dreifache Urgrossmutter mit einem verschmitzten Lachen auf den Punkt. Sie sitzt kerzengerade auf einem Stuhl an ihrem Stubentisch, wie jeden Tag elegant gekleidet, dezent geschminkt und mit Schmuck an ihren Ohren, ihrem Hals und ihren Handgelenken. Sich zu pflegen, gehört zu ihren täglichen Ritualen.

GEGENSEITIGE WERTSCHÄTZUNG

Seit einigen Jahren unterstützt die SPITEX BERN Irène Angst bei der Grundpflege. Zusätzlich erhält sie via BelleVie nicht nur Coiffure-Leistungen, sondern auch Hilfe im Haushalt: beim Staub saugen, Betten machen, Böden wischen, Bad und Küche



Irène Angst: «Mich gehen zu lassen, kommt nicht in Frage.»

reinigen und bei allem, was sonst noch anfällt. «Ich sehe, was zu tun ist, aber ich kann es nicht mehr selbst erledigen. Das ist manchmal schwierig für mich», sagt Angst. «Die BelleVie hat mir aber eine wunderbare Hilfe geschickt. Ich bin sehr zufrieden mit ihr.» Die Wertschätzung ist gegenseitig: Auch die Mitarbeitenden der SPITEX BERN und der BelleVie mögen Irène Angsts fröhliche Art und ihr optimistisches Wesen. «Sie hat einen köstlichen Humor», sagt BelleVie-Coiffeuse Erika Schneider. «Wir lachen oft zusammen.» ■

BELLEVIE – UNBESCHWERTER LEBEN

Die BelleVie Suisse AG ist ein Tochterunternehmen verschiedener öffentlicher Spitex-Organisationen, unter anderem der SPITEX BERN. Sie bietet Comfort-Leistungen an, welche die Angebote der SPITEX BERN ergänzen. Die BelleVie-Mitarbeitenden übernehmen Haus- und Gartenarbeiten, organisieren Kino- und Konzertbesuche oder Ausflüge und helfen bei administrativen Tätigkeiten. Sie sind zudem Gesprächspartner, hören zu, lesen vor, spielen Gesellschafts-

spiele und helfen bei Handarbeiten. Für das allgemeine Wohlbefinden sorgen Coiffure, Manicure und Pedicure bei den Kunden zu Hause. Ausserdem übernimmt die BelleVie unter anderem auch die Organisation von Umzügen oder sorgt mit einer Sitznachtwache in der Nacht für ein sicheres Gefühl. Die Leistungen der BelleVie sind nicht krankenkassenpflichtig und werden daher von den Kunden bezahlt. Mehr zu den einzelnen Angeboten lesen Sie auf Seite 16.

Mehr Lebensqualität dank diskreter Alltagshilfen

In der Schweiz leiden jede vierte Frau und jeder zehnte Mann an einer Blasenschwäche. Darüber offen zu sprechen, fällt den meisten Betroffenen sehr schwer. Auch dann, wenn sie sich in ihrer Lebensqualität stark eingeschränkt fühlen.

Neben der physischen Einschränkung bedeutet eine Blasenschwäche (in der Fachsprache Inkontinenz genannt) vielfach auch eine finanzielle Belastung, da der jährliche Bedarf klassischer Einlagen oder Inkontinenz-Hosen häufig das von den Krankenkassen gedeckte Budget sprengt.

Beratung und Hilfe im Alltag durch die SPITEX BERN

Auch für viele Kundinnen und Kunden der SPITEX BERN ist Inkontinenz ein Thema, das sie beschäftigt und sie mehr oder weniger in ihrem Alltag einschränkt. In den Beratungsgesprächen mit den betroffenen Frauen und Männern versuchen die Spitex-Pflegenden herauszufinden, wie akut das Problem ist und wo sich die Betroffenen Beratung und Entlastung wünschen. Die SPITEX BERN ist bestrebt, für ihre Kundinnen und Kunden Lösungen aus einer Hand anzubieten – auch im Bereich von Inkontinenzware und -beratung. Sie arbeitet deshalb eng mit der Firma Lifestage Solutions AG zusammen. Lifestage Solutions AG ist Hersteller der Schweizer Qualitätsmarke Seven, welche zu den führenden Inkontinenzmarken in der Schweiz zählt. Die Firma hat zudem für die SPITEX BERN eine mobile Beratungsplattform entwickelt. Damit können die Pflegenden die betroffenen Kunden zu Hause kompetent zu den wichtigsten Themenfeldern beraten.

Dank einer mobilen Beratungsplattform können die Pflegenden die betroffenen Kunden zu Hause kompetent beraten.

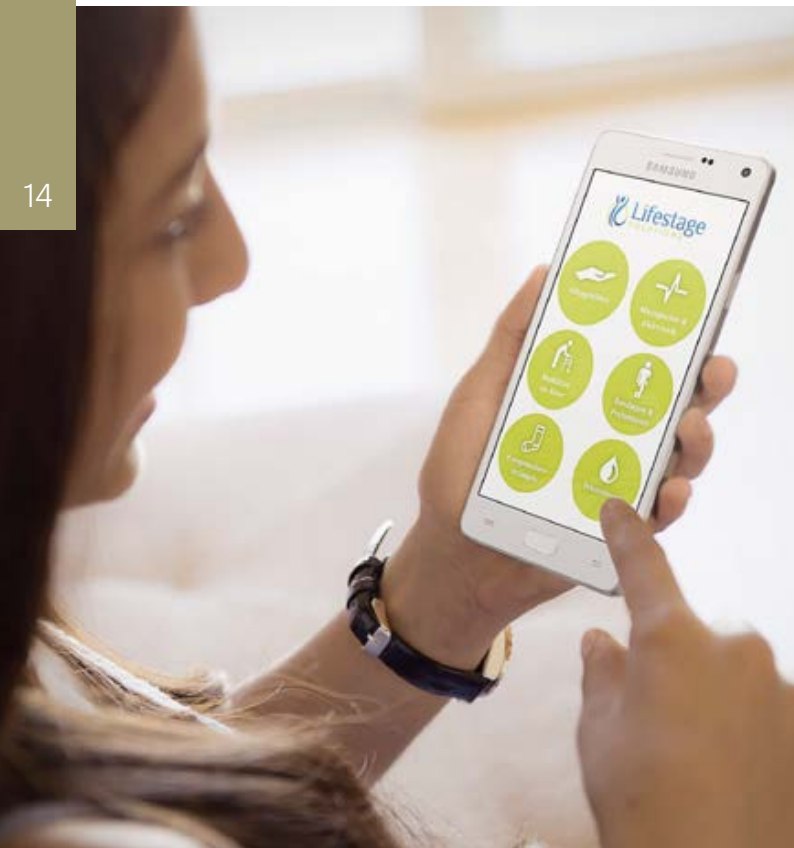


Die Produkte werden kostenlos und neutral verpackt direkt nach Hause geliefert.

Die Partnerschaft zwischen der SPITEX BERN und Lifestage Solutions AG bietet von Inkontinenz betroffenen Frauen und Männern eine Vielzahl an Vorteilen:

- **Kompetente Beratung aus einer Hand durch die SPITEX BERN:** Dazu gehört die Produktberatung vor Ort bei den Kundinnen und Kunden zu Hause, das Testen der Produkte mittels Produktmuster sowie die gemeinsame Produktwahl und regelmässige Bestellung für die Betroffenen.
- **Finanzielle Entlastung:** Die SPITEX BERN hat attraktive Konditionen. Dadurch werden die Kundinnen und Kunden, und indirekt das Gesundheitssystem, in vielen Fällen finanziell entlastet. Die Produkte werden direkt mit der Krankenkasse abgerechnet.
- **Bequemer Hauslieferservice:** Die Produkte werden kostenlos und neutral verpackt direkt nach Hause geliefert. Die SPITEX BERN hilft den Kundinnen und Kunden selbstverständlich, wenn sie Hilfe beim Empfang der Lieferung benötigen.
- **Höchste Produktqualität:** Die Produktpalette Seven zählt zu den führenden Marken in der Schweiz. Regelmässige Tests garantieren hohe Sicherheit und Komfort.

Wer von diesem Angebot profitieren oder sich informieren möchte, kann sich jederzeit an die Mitarbeitenden oder den Kundendienst der SPITEX BERN wenden (Telefonnummer 031 388 50 50 oder E-Mail info@spitex-bern.ch).



Das ist Lifestage Solutions AG

- Schweizer Firma mit Sitz in Hüttikon (ZH)
- Dynamisches Start-up-Unternehmen, spezialisiert auf mobile Technologien
- Anbieter von Gesamtlösungen für Spitex-Organisationen
- Praktische und attraktive Lösungen für ältere Menschen

Mobiler Coiffeur Service

Ariana Grosse

Rapunzel

Seit 1998 IHRE kompetente mobile
Coffeurin für zu Hause und Spital

079 354 71 91

www.coiffeurservice-rapunzel.ch



Verschiedene Kissen
zum Schlafen, Entspannen,
Lagern und Stillen

Bernadette Kiener

Oberrüti

041 787 25 05

www.kienerkissen.ch

kienerkissen
besser entspannt.



Rubigenstrasse 23, 3123 Belp

031 812 02 90

www.hilfsmittel-belp.ch

Vermietung

Rollatoren/Rollstühle
Inkontinenz-Produkte
Alltagshilfen

Pflegebett
Rollstühle
Rollatoren und vieles mehr



«ICH BIN FAN VOM ROTEN KREUZ. DANK
IHM FÜHLE ICH MICH ZU HAUSE SICHER.»

Paul von Siebenthal, selbständig
wohnender Rentner



Der Rotkreuz-Notruf gibt ein gutes Gefühl
im Alltag und Sicherheit im Notfall. Wir
beraten Sie gerne: Telefon 031 384 02 00.

Effingerstrasse 25
CH-3008 Bern
notruf@srk-bern.ch
www.srk-bern.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz 
Bern-Mittelland
menschlich. stark. engagiert.



diaconis

Wir begleiten Menschen

Wohnen und Pflege im Alter

Diaconis bietet Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen ein Zuhause im Alter und heisst jederzeit Gäste für Kurzaufenthalte willkommen.

- > Altenberg: Sicherheit und Wohlbefinden an der Aare
- > Belvoir: Individuell umsorgt in gepflegter Umgebung
- > Oranienburg: Leben in der Gemeinschaft mit Blick auf die Altstadt und die Alpen
- > Villa Sarepta: Alterswohnen mit Stil

Die einmalige Lage inmitten der Stadt Bern, die fachliche Kompetenz und das Engagement der Mitarbeitenden sowie die gepflegte Atmosphäre sorgen dafür, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner hier wohl und geborgen fühlen.

Stiftung Diaconis, Wohnen – Pflege

Schänzlistrasse 15, 3013 Bern, T 031 337 72 06, F 031 337 72 54
bewohneraufnahme@diaconis.ch, www.diaconis.ch

Bei uns sind Sie in den besten Händen



rubmedia

Druckerei | Verlag | Zeitschriften | Medienlogistik

Seftigenstrasse 310, 3084 Wabern
Fon 031 380 14 80, Fax 031 380 14 89
info@rubmedia.ch, www.rubmedia.ch

UNBESCHWERTER LEBEN

Zusätzlich zu ihren bewährten Angeboten erbringt die SPITEX BERN über die BelleVie Suisse AG auch Komfort-Leistungen. «Mittendrin» beantwortet häufig gestellte Fragen zu diesem Thema.

Die BelleVie setzt sich ein für die Lebensfreude und Lebensqualität ihrer Kunden. Bild: Pia Neuenschwander



WAS SIND SOGENANNT E KOMFORT-LEISTUNGEN?

Komfort-Leistungen sind ein Angebot, das den Leistungskatalog der SPITEX BERN erweitert und ausserhalb der Bereiche Pflege und Hauswirtschaft angesiedelt ist. Die Dienstleistungen werden durch die BelleVie Suisse AG, ein Tochterunternehmen verschiedener öffentlicher Spitex-Organisationen, angeboten. Sie dienen dazu, dass der Kunde sein Leben unbeschwerter geniessen kann – und steigern damit seine Lebensqualität.

WIESO BIETET DIE SPITEX BERN AUCH KOMFORT-LEISTUNGEN AN?

Die Erfahrung mit den Kundinnen und Kunden der SPITEX BERN zeigt, dass viele Bedürfnisse mit der «klassischen» Spitex nicht abgedeckt werden können. Kundenwünsche wie zum Beispiel längere und begleitete Spaziergänge, geselliges Beisammensein, ein gemeinsamer Besuch im Theater, ein Tagesausflug in die Berge oder ein Haarschnitt zu Hause kann die SPITEX BERN innerhalb ihrer bestehenden Struktur nicht erfüllen.

Wo muss ich mich melden, wenn ich Komfort-Leistungen in Anspruch nehmen möchte?

Sie erreichen die BelleVie Suisse AG Montag bis Freitag, 8 bis 12 Uhr und 13.30 bis 17 Uhr:

BelleVie Suisse AG, Könizstrasse 60, 3000 Bern 5

Tel. 031 388 50 80, Fax 031 388 50 40

info@bellevie.ch, www.bellevie.ch

WELCHE KOMFORT-LEISTUNGEN BIETET DIE BELLEVIE SUISSE AG AN?

Aktuell handelt es sich um folgende Leistungen:

- **Begleitung zu Hause oder ausserhalb**
Gemeinsame Kino-, Theater-, Konzert- oder Museumsbesuche, Ausflüge, «Lädele», Spazieren, Begleitung zu gesellschaftlichen Anlässen, aber auch Gespräche führen, Vorlesen, Handarbeiten, Gesellschaftsspiele spielen und mehr
- **Hilfe in Haus und Garten**
Frühlingsputz, Kleinreparaturen, Mithilfe oder Übernahme von Haus- und Gartenarbeiten (zum Beispiel Balkonpflege oder Rasenmähen), Entrümpelungen bis hin zu kompletten Wohnungsabgabereinigungen (mit Abnahmegarantie), Umzüge, Möbel-Einlagerungen
- **Beauty**
Coiffure, Pedicure und Manicure
- **Sitznachtwache**
Nachtwache beim Kunden zu Hause, Hilfe bei Handreichungen nach Bedarf
- **Hilfe in der Administration**
Hilfe bei administrativen Tätigkeiten – wie zum Beispiel Rechnungen bezahlen, Korrespondenz oder behördliche Formulare ausfüllen –, Unterstützung bei Arbeiten mit Computer und Handy
- **Umzüge, Räumungen und Endreinigungen**
Keller entrümpeln, Wohnung oder Balkon gründlich reinigen, Umzüge, Papier oder Glas entsorgen

WAS KOSTEN DIE KOMFORT-LEISTUNGEN?

Bei einem kostenlosen telefonischen Erstgespräch werden die Bedürfnisse und Wünsche des Kunden sowie Art, Dauer und Häufigkeit der Leistungen besprochen. Die Kosten werden nach Arbeitszeit, Tageszeit und Spesen festgelegt.

WER BEZAHLT DIE KOMFORT-LEISTUNGEN?

Da es sich nicht um vom Arzt verordnete, krankenkassenpflichtige, sondern um kundenspezifische und individuelle Leistungen handelt, werden diese von den Kunden selbst bezahlt.

ÜBER WELCHE QUALIFIKATIONEN VERFÜGEN DIE MITARBEITENDEN DER BELLEVIE SUISSE AG?

Die Mitarbeitenden verfügen über eine offenkundige Lebenserfahrung, sind empathisch, kommunikativ, haben ein gutes Allgemeinwissen, sind zuverlässig und bringen einen gesunden Menschenverstand mit. Sie werden sorgfältig ausgewählt und spezifisch auf die Kundenbedürfnisse und -wünsche hin eingesetzt.



Zwei 3-Zimmerwohnungen für Senioren in Jegenstorf zu vermieten

im **1. OG** mit grossem Balkon und Blick in die Alpen per **1. Januar** und **1. Februar 2016** in der Seniorenresidenz der Stiftung Rotonda.

Pensionspreis monatlich CHF 4'710.-

Leistungen:

- Wohnung inkl. Kellerabteil
- Mittagessen
- TV- und Radioanschlussgebühren
- Telefonanschluss
- Kosten für Heizung, Wasser und Strom
- Wöchentliche Reinigung
- Kulturangebot

Telefon: 031 763 70 00
(www.stiftung-rotonda.ch)





Das ganze Haus und alle Wohnungen sind rollstuhlgängig und schwellenfrei. Es entspricht dem neuesten technischen Stand. Die Wohnungen verfügen über Parkettböden. Der grosse Balkon ist von beiden Zimmern aus begehbar. Die Schiebetüren zwischen den Zimmern lassen Ihnen viele Möglichkeiten beim Einrichten offen. Der Boden der grosszügigen Nasszelle ist rutschfest.

LUCA HÄNNI BESUCHT JUNGE SPITEX-KUNDIN

DAS FORUM

Spitex-Kundin Jennifer Pauli ist einer der grössten Fans von Luca Hänni. Der Popstar überraschte Jennifer kürzlich zu Hause mit einem Fernsighteam des Jugendsenders Joiz. Die 17-Jährige wird von der Kinderspitem der SPITEX BERN betreut. Jenny leidet unter Epidermolysis Bullosa (EB). Als sogenanntes Schmetterlingskind ist ihre Haut so verletzlich wie die Flügel eines Schmetterlings. Die ganze Geschichte kann nachgesehen werden unter www.joiz.ch/show/guelsha-folgt-dir/guelsha-folgt-dir-4706751. Mehr über die Krankheit EB erfahren Sie unter: www.schmetterlingskinder.ch



CARITAS



Selbstbestimmt leben bis zuletzt

Frühzeitig vorsorgen ist ganz einfach: Mit der Vorsorge-Mappe von Caritas. Sie enthält alle wichtigen Dokumente – von der Patientenverfügung bis zur Ordnung des Nachlasses – auf einen Griff. Damit Sie die letzten Dinge regeln können, wie Sie ihr Leben gestalten: Selbstbestimmt und nach eigenem Willen.

Es ist nie zu früh, das Richtige zu tun. Der richtige Zeitpunkt ist: jetzt.

Ja, ich möchte frühzeitig vorsorgen und bestelle:

- Ex. Mappe komplett mit Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Letzte Dinge regeln, Leitfaden zum Testament (CHF 28.–/Ex.)
- Ex. Kombi inkl. Mappe: Patientenverfügung und Vorsorgeauftrag (CHF 24.–/Ex.)
- Ex. Patientenverfügung (CHF 16.–/Ex.)
- Ex. Vorsorgeauftrag (CHF 16.–/Ex.)
- Ex. Letzte Dinge regeln (CHF 8.–/Ex.)
- Ex. Leitfaden zum Testament (CHF 6.–/Ex.)

Name

Vorname

Strasse / Nr.

PLZ / Ort

Telefon

Unterschrift

Datum

Caritas Schweiz
 Adligenswilerstrasse 15
 Postfach
 CH-6002 Luzern

www.caritas.ch/vorsorge
 Tel.: +41 41 419 22 22
 Fax: +41 41 419 24 24
 E-Mail: info@caritas.ch



GLÜCK AUF KLEINSTEM RAUM



CITROËN C1
CHF 10'650.-

MIT:

- › KLIMAAANLAGE
- › RADIO MP3 UND USB-ANSCHLUS
- › BERGANFAHRHILFE

MAGIC-PRÄMIE
CHF 3'500.-



LAGER-PRÄMIE
CHF 1'000.-



MAGIC LEASING

0% ANZAHLUNG
4 JAHRE GARANTIE

**MAGIC
DAYS**

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

citroen.ch

CITROËN empfiehlt TOTAL. Angebote gültig für alle zwischen dem 1. und dem 30. November 2015 an Privatkunden verkauften und immatrikulierten Fahrzeuge; nur gültig für Fahrzeuge aus dem Lagerbestand; nur bei den an der Aktion beteiligten Händlern. Empfohlene Verkaufspreise. Citroën C1 1.0 VTI 68 Manuell Feel 5 Türen, Katalogpreis CHF 14'150.-, Magic-Prämie CHF 3'500.- (entspricht einer Cash-Prämie von CHF 3'500.-), Lager-Prämie CHF 1'000.-, CHF 9'650.-, plus CHF 1'000.- Klimaanlage, CHF 10'650.-; Verbrauch gesamt 4,1 l/100 km; CO₂-Emission 95 g/km; Treibstoffverbrauchskategorie B. Leasingzins 2,9 %. 48 Monatsraten zu CHF 169.-, 10'000 km/Jahr, Restwert CHF 4'653.-, CHF 0.- Sonderzahlung. Effektiver Jahreszins 3 %. Angebot nur in Verbindung mit dem Abschluss des Garantieverlängerungsvertrags EssentialDrive (2 Jahre Werksgarantie, 2 Jahre EssentialDrive-Garantie). Unter Vorbehalt der Genehmigung durch Citroën Finance, Division der PSA Finance Suisse SA, Schlieren. Eine Kreditvergabe ist verboten, falls sie zur Überschuldung des Konsumenten führt. Vollkaskoversicherung obligatorisch. Abgebildetes Modell mit Optionen: Citroën C1 1.0 VTI 68 S&S Manuell Shine, Katalogpreis CHF 17'080.-; gesamt 3,8 l/100 km; CO₂ 88 g/km; Kategorie A. Der Durchschnittswert der CO₂-Emissionen aller immatrikulierten Neuwagen beträgt für das Jahr 2015 144 g/km.

CITROËN (SUISSE) S.A. BERN

Freiburgstr. 447 - 3018 Bern

Tel. 031 998 33 11 - www.citroen-bern.ch

Näher am Menschen
senevita
Betreutes Wohnen und Pflege



Lebensqualität im Alter

Zuhause ist, wo man sich aufgehoben fühlt. Die individuellen Wohn- und Betreuungsangebote von Senevita schenken Lebensqualität im Alter.

Seniorenwohnungen und Pflegezimmer in Bern, Bümpliz, Burgdorf, Muri und Studen.

Senevita AG | Worbstrasse 46 | Postfach 345
CH-3074 Muri b. Bern | Telefon +41 31 960 99 99
kontakt@senevita.ch | www.senevita.ch

Zuhause leben bis zuletzt?

Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen.

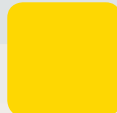
Wir ermöglichen chronisch- oder schwerkranken sowie sterbenden Menschen den Verbleib im gewohnten Umfeld – bis zuletzt. Unsere gut geschulten Begleiterinnen und Begleiter führen Gespräche, spenden Trost, übernehmen einfache Hilfestellungen und entlasten so die Angehörigen (Tag- und Nachteinsätze).

Zentrum für ambulante Palliativbegleitung plus
031 332 27 23 / zapp-bern.ch

zapp arbeitet mit Hausärzten, Spitex, Spitälern und Pflegezentren zusammen.

Schweizerisches Rotes Kreuz 
Bern-Mittelland
menschlich. stark. engagiert.

Ihr Zuhause im Alter.




Domicil

Neben Selbstbestimmung und einer respektierten Privatsphäre ist für ältere Menschen eine sichere Umgebung mit gepflegter Ambiance wichtig. Domicil bietet ihnen ein Zuhause, das diese Werte lebt.

So vielfältig wie die Menschen sind, ist auch unser Wohn- und Dienstleistungsangebot.

Vom unabhängigen Leben in den eigenen vier Wänden bis zur liebevollen intensiven Pflege bieten unsere 20 Häuser in Bern, Belp, Hinterkappelen, Münchenbuchsee, Stettlen und Thun alles für ein erfülltes und aktives Leben im Alter.

Beim Domicil Infocenter erhalten Sie alle gewünschten Auskünfte. Telefon 031 307 20 65.

www.domicilbern.ch