

SPITEX MAGAZIN

Fachzeitschrift Spitex Schweiz | spitexmagazin.ch

NR. 6 | DEZEMBER/JANUAR 2025



FOKUS «PRÄVENTION» | 20

Der vorausschauende Blick der Spitex

SPITEX SCHWEIZ | 6

Rückblick auf politische Dossiers, die 2025 die Spitex bewegt haben.

PROJEKTE | 16

Pasa-bene fördert den Dialog zur Anstellung pflegender Angehöriger.

MENSCHEN | 38

Zwei Porträts zeigen: Die Spitex ist auch über die Festtage unterwegs.



Medizinische Abfälle entsorgen: sorglos, fachgerecht und professionell.

Spiromed AG – Ribistrasse 15 – 4460 Gelterkinden
Tel: 061 985 88 88 – info@spiromed.ch



spitexjobs.ch

Hier finden Sie die passenden Mitarbeitenden.

spitexjobs.ch – das Jobportal der Spitex-Organisationen in der Schweiz.

Partner von



Gute Gesundheit braucht Pflege

INHALT

04 SPITEX SCHWEIZ

- 04 Care@Home 2040 als Thema an der Herbstkonferenz
- 06 Ein Rückblick auf die politischen Themen 2025
- 08 Spitex Schweiz hat neue Mitarbeitende

12 NEWS

13 PROJEKTE

- 13 Wie APN die Thurgauer Spitex bereichern
- 16 Fünf Dialoge zur Anstellung pflegender Angehöriger
- 19 Die Spitex und die Selbsthilfereichlichkeit

20 FOKUS

- 21 Das BAG nimmt Stellung zum Thema Prävention
- 24 Wie vielfältig die Spitex Uri präventiv tätig ist
- 28 Wie die Spitex gegen Stürze vorgeht
- 32 Acht weitere Bereiche der Spitex-Prävention

38 MENSCHEN

- 38 Die Spitex ist auch über die Festtage im Einsatz

44 5 FRAGEN

47 DIE LETZTE



Liebe Leserinnen und Leser

«Wer keine Zeit für seine Gesundheit hat, wird später viel Zeit für seine Krankheiten brauchen», sagte einst Sebastian Anton Kneipp (1821–1897), der das Wassertreten populär gemacht hat. Das Zitat passt zu dieser Ausgabe, die sich dem Fokusthema «Prävention» widmet. Die Spitex tut bereits einiges, um psychischen und physischen Krankheiten vorzubeugen. Sie könnte allerdings noch viel mehr tun, wenn die Krankenpflege-Leistungsverordnung (KLV) auch präventive Leistungen umfassen und Prävention im Gesundheitswesen damit besser finanziert würde. Die heutige mangelhafte Finanzierung ist nicht vorausschauend: Prävention verhindert nicht nur viel Leid, sondern reduziert auch hohe Gesundheitskosten. «Wer kein Geld für die Gesundheit der Bevölkerung hat, wird später viel Geld für ihre Krankheiten brauchen», könnte man Kneipps Zitat passend abändern. Dieses Zitat gilt aber auch für uns alle: Wir müssen Verantwortung für uns selbst übernehmen und unserer Gesundheit Sorge tragen. Sei es durch Ernährung, Vorsorge, geistiges und körperliches Training – oder indem wir es zulassen, wenn Fachpersonen wie Spitex-Mitarbeitende unsere Gesundheit und Gesundheitskompetenz stärken wollen. Neben dem Fokusteil finden Sie in dieser Ausgabe zum Beispiel auch einen Bericht über den Einsatz der Spitex während Weihnachten und Silvester, der zeigt: Die Spitex ist nicht nur «überall für alle» da, wie es ihr Motto besagt – sondern auch «jederzeit». Passend dazu möchte ich allen Spitex-Mitarbeitenden danken: für ihren professionellen und herzlichen Einsatz an 365 Tagen im Jahr für all diejenigen Personen, die trotz Krankheit oder Beeinträchtigung dort leben wollen, wo sie sich zugehörig, wohl und sicher fühlen: zu Hause. Ich wünsche Ihnen eine gute Lektüre, schöne Festtage und einen guten Rutsch – hoffentlich in ein neues Jahr mit viel Zeit für Ihre Gesundheit.

Thomas Heiniger, Präsident Spitex Schweiz

Titelseite: Silja von Känel, Pflegefachfrau HF bei den SPITEX-Diensten RUTU (rechtes, unteres Thunerseeufer), weist Klientin Maria Ruesch präventiv auf die Sturzgefahr Teppich hin.

Bild: Michel Lüthi/www.bilderwerft.ch

Eine Konferenz im Zeichen der Zukunft

Die Teilnehmenden der Herbstkonferenz von Spitex Schweiz haben das Zukunftsbild «Care@Home 2040» weiter geschärft, sich über innovative Entwicklungen in der Spitex informiert sowie das 30-Jahr-Jubiläum des Verbands gefeiert.



Die Vertreterinnen und Vertreter der Premiumpartner von Spitex Schweiz mit ihren süßen Geschenken zum 30-Jahr-Jubiläum des Dachverbandes. Bild: Denise Birchler

KM. Wie die Zukunft der Spitex aussehen soll, diskutiert Spitex Schweiz im Jahr 2025 mit dem Zukunftsbild «Care@Home 2040»: Care@Home umfasst alle gesundheitsbezogenen Leistungen, die professionell zu Hause erbracht werden: pflegerische, medizinische, therapeutische und auch soziale. Für diese Leistungen zuständig sein werden 2040 gut koordinierte, digital verbundene Netzwerke aus professionellen Leistungserbringern (vgl. «Spitex Magazin» 5/2025). Ziel der Herbstkonferenz von Spitex Schweiz vom 20. November 2025 in Bern war es, das Leistungsangebot und die Rolle der Spitex in eben diesen Netzwerken zu schärfen. Erst gingen indes zwei Referentinnen und ein Referent auf innovative Spitex-Entwicklungen ein:

- Cap2030+: Nicolas Huber, Leiter Aussenbeziehungen bei der Genfer Spitex IMAD, stellte die Strategie «Cap2030+» seiner Organisation vor. Sie soll die Pflege zu Hause fördern und Spitäleinweisungen möglichst verhindern, was durch eine enge Kooperation der IMAD mit dem Genfer Universitätsspital (HUG) erreicht werden soll – und mit vier Hebeln der Transformation: Innovation, Digitalisierung, Optimierung von Qualität und Leistungsfähigkeit sowie nachhaltigere Prozesse.
- APN in der Spitex: Ursina Mathis, Pflegeexpertin APN-CH bei Spitex Zürich, zeigte auf, welch vielseitige Auf-

gaben die 16 Pflegeexpertinnen und Pflegeexperten APN («Advanced Practice Nurse») von Spitex Zürich heute bereits übernehmen – und 2040 zusätzlich übernehmen könnten. Sie forderte zudem eine nationale, vom Setting unabhängige Reglementierung und Finanzierung der Rolle der APN.

- BOOK A DOC: Katharina Luzi, Fachverantwortliche Entwicklung bei der Spitex Limmat Aare Reuss (Spitex LAR; AG), ging auf das Pilotprojekt «BOOK A DOC – Telemedizin trifft Pflege» mit Medgate ein: Pflegefachpersonen der Spitex LAR schätzen die Situation von Klientinnen und Klienten ein und buchen bei Bedarf eine Medgate-Konsultation über die Plattform BOOK A DOC, woraufhin eine Ärztin oder ein Arzt sie zeitnah zurückruft. Dann folgen eine Anamnese und Untersuchung durch Ärztin oder Arzt mit Unterstützung der Pflegefachperson, ein gemeinsamer Entscheid für eine Behandlung sowie die digitale Übermittlung der nötigen Dokumente.

Geburtstagsfeier und Diskussionen

Als besondere Überraschung schoben Vertreterinnen und Vertreter der Premiumpartner von Spitex Schweiz – Publicare AG, Allianz Suisse AG und SmartLife Care AG – in der Mittagspause zwei Wagen mit Cupcakes und Wunderkerzen in den Raum. Dies als Geschenk zum 30. «Geburtstag» des Dachverbandes. Daraufhin folgte ein unterhaltsames Quiz über die Geschichte von Spitex Schweiz.

In der intensiven Diskussion über «Care@Home 2040» wurde klar, dass die Spitex 2040 höchst unterschiedliche Leistungen für alle Altersgruppen selbst erbringen wird – oder mithilfe der Kooperation mit anderen Leistungserbringern, wobei sie als zentrale Koordinatorin fungiert. Die Aufgaben der Mitglieder von Spitex Schweiz und des Dachverbands selbst werden unter anderem Vernetzung und Koordination, Wissenstransfer sowie politische Einflussnahme umfassen. Marianne Pfister und Cornelis Kooijman, Co-Geschäftsführende von Spitex Schweiz, machten abschliessend klar, dass in den kommenden Wochen und Monaten unter anderem diskutiert werden muss, welche Verbandsstrukturen und welche konkreten Massnahmen für das Erreichen des gemeinsamen Zukunftsbilds zielführend sind.

→ Dies ist eine gekürzte Version des Berichts auf www.spitexmagazin.ch vom 21.11.2025.

Neue Beraterin für das Spitex Magazin

Es gibt einen personellen Wechsel zu verzeichnen in der erweiterten Redaktion, dem Planungs- und Beratungsgremium des «Spitex Magazins».

RED. Nicole Hermann hat die Spitex Nidwalden verlassen, wo sie seit 2015 für Marketing und Kommunikation verantwortlich war. Darum ist sie auch aus der erweiterten Redaktion ausgetreten, der sie seit 2017 angehörte – zusammen mit jeweils vier weiteren Vertreterinnen und Vertretern von Kantonalverbänden oder Basisorganisationen der Spitex. Die Redaktion bedankt sich herzlich bei Nicole Hermann für die langjährige Zusammenarbeit, ihre vielen guten Ideen und Tipps, ihre grosse Expertise rund um Kommunikation und ihr stetiges Engagement für das «Spitex Magazin». Neu zur erweiterten Redaktion gestossen ist Esther Christen, Co-Geschäftsleiterin des Spitex Kantonalverbands Schwyz. Die Pflegefachfrau HF hat diverse Weiterbildungen absolviert, etwa einen CAS in Management in Gesundheitsorganisationen sowie einen solchen in Betriebs-

führung für Gesundheitsfachleute. Vor ihrer jetzigen Anstellung hat sie über 20 Jahre in verschiedenen Funktionen für die Spitex gearbeitet, zuletzt als Geschäftsführerin bei der Spitex Nidwalden. Die Redaktion heisst Esther Christen herzlich in der erweiterten Redaktion willkommen und freut sich auf die Zusammenarbeit!



Esther Christen, neues Mitglied der erweiterten Redaktion.

Bild: zvg

Die ideale Ergänzung zur Spitex: Live-in-Betreuung*

Wo sich Ihre Kundinnen und Kunden neben der Spitex-Pflege zusätzliche Betreuung im Alltag wünschen, sind wir mit unserer Live-in-Betreuung* (24 Stunden) die optimale Ergänzung.

- Schweizer Anbieter für Betreuungsleistungen zuhause
- Langjährige schweizweite Erfahrung
- Seriös und arbeitsrechtlich korrekt
- Partnerschaftliche Zusammenarbeit mit Spitex-Organisationen
- Flexible Einsatzmöglichkeiten
- Teamschulung für professionelle Live-in-Betreuung

► Planen Sie uns in Ihren Auftrag ein.



sentivo

info@sentivo.ch | 052 338 20 22 | www.sentivo.ch

* Die Live-in-Betreuung wird auch 24-Stunden-Betreuung genannt. Dieser Begriff impliziert fälschlicherweise, dass während 24 Stunden gearbeitet wird. Unsere Live-in-Betreuerinnen leben zwar bei den Kunden, haben jedoch geregelte Arbeits- (42-49 h/Woche) und Bereitschaftszeiten (21-35 h/Woche). Wird eine Betreuungssituation umfassender, wird zusätzliches Betreuungspersonal beigezogen. Die Sentivo ist selbst keine Spitex.

Zwischen Zepter und Demokratie: Politikarbeit mit langem Atem

Ein politischer Jahresrückblick
von Patrick Imhof, Leiter
Politik und Mitglied Geschäfts-
leitung bei Spitex Schweiz.

Stellen Sie sich vor, Spitex Schweiz hätte 2025 die **absolute politische Macht** inne – was hätten wir bereits alles geregelt: Wir hätten die zweite Etappe der Pflegeinitiative umgesetzt. Wir hätten verbindliche nationale Regeln für die Anstellung pflegender Angehöriger eingeführt und den Flickenteppich an unterschiedlichsten Regelungen und Vorgaben in den Kantonen und Gemeinden bereinigt. Wir hätten Lösungen gefunden für die Palliative Care. Und das ist längst nicht alles.

Stopp – Realitätscheck!

Zum Glück leben wir in einer funktionierenden Demokratie. Unsere Allmachtfantasien dürfen ruhen – mit allen Vor- und Nachteilen. Das bedeutet: Wir können unsere Interessen einbringen, wir werden in Bundesbern gehört. Es heißt aber auch, dass wir etablierte Prozesse kaum beschleunigen können, respektive nur indirekt: indem wir Lösungen aufzeigen und bereit sind, sie gemeinsam zu entwickeln. Spitex Schweiz will als kompetente, lösungsorientierte Partnerin wahrgenommen und im politischen Diskurs ernst genommen werden.

In der nationalen Politik stand 2025 die **Umsetzung der Pflegeinitiative** im Vordergrund. Volk und Stände haben im November 2021 einen klaren Auftrag erteilt:

Die Pflege soll gestärkt werden. Mit der schnellen Umsetzung der ersten Etappe wurde ein wichtiger Punkt eingeschlagen. Die zweite Etappe wurde im Mai dem Parlament vorgelegt.

Unser Fazit: Nachbessern – und zwar gewaltig. Damit die vorgesehenen Massnahmen überhaupt umgesetzt werden können, braucht es zwingend eine Finanzierung der entstehenden Mehrkosten – und zwar von Anfang an. Die Pflege soll gestärkt werden – doch ohne Finanzen bleibt dies ein schönes, aber leeres Versprechen. Es darf auch nicht sein, dass neue Massnahmen zu einem erheblichen Personalmehrbedarf führen: In Zeiten des Fachkräftemangels würde dies den Druck auf die Mitarbeitenden zusätzlich erhöhen und die Versorgung gefährden.

Spitex Schweiz ist bereit, unter dieser Voraussetzung Massnahmen in einem neuen Gesetz zu unterstützen – doch es stellt sich die zentrale Frage, was das Parlament bereit ist, dafür auszugeben. Die Diskussionen in der zuständigen Kommission des Nationalrates zeigen: Es gibt Verständnis für die Frage der Kostenübernahme. Gleichzeitig bestehen viele Fragen dazu, welche Massnahmen wie rasch und wie stark wirken und wie viel sie kosten. Diese Diskussionen werden uns auch 2026 begleiten.

Die **Anstellung pflegender Angehöriger** beschäftigt weiter. Seit 2020 macht Spitex Schweiz die Behörden und Akteure auf diese Entwicklung aufmerksam und forderte eine wohlüberlegte Entwicklung dieses sinnvollen Engagements. Anfangs wurde die Thematik unterschätzt – doch bald schon wurde sie medial aufgegriffen und fand ihren Weg bis ins Bundeshaus: 20 Vorstöße finden sich seit 2023 in der

Geschäftsdatenbank des Parlaments. Im Oktober verabschiedete der Bundesrat einen lang erwarteten Bericht – diesem lag auch eine Befragung der Spitex-Organisationen zugrunde. Der Bericht zeigt: Von 2022 bis 2024 hat sich die Anzahl angestellter pflegender Angehöriger verneunfacht. Über 90 Prozent der angestellten pflegenden Angehörigen arbeiten nicht bei herkömmlichen Spitex-Organisationen, sondern bei solchen, für welche die Anstellung von Angehörigen das zentrale Geschäftsmodell ist. Das durchschnittliche Arbeitspensum dieser Anstellungen beträgt 20 bis 25 Prozent. Die Lohnkosten betragen im Durchschnitt 39 Franken pro Stunde, die Einnahmen pro Pflegestunde 80 Franken. Der Bundesrat geht davon aus, dass die Entwicklung weitergeht.

Der Bundesrat erkennt, dass die Praxis zwar komplexe rechtliche und qualitative Fragen aufwirft, er sieht jedoch keinen grundsätzlichen Anpassungsbedarf auf bundesgesetzlicher Ebene. Er erachtet die Instrumente, die den verantwortlichen Akteuren zur Verfügung stehen, grundsätzlich als ausreichend. Er spricht entsprechend eine Vielzahl von Empfehlungen aus, was unternommen werden kann.

Spitex Schweiz erachtet dies als verpasste Chance. Es bedeutet weiterhin Unsicherheit für die Klientinnen und Klienten, für die angestellten Angehörigen und auch für die Spitex-Organisationen. Mit einer nationalen Regelung würden viele offene Fragen betreffend die Definition von pflegenden Angehörigen, Qualitätssicherung sowie faire Finanzierung und Anstellungsbedingungen gelöst. Die zuständige Kommission des Ständerats hat sich Ende November ebenfalls deutlich geäussert: Sie rügt den Bericht des Bundesrates und sieht Regulierungsbedarf. Spitex Schweiz und die Politik bleiben dran – auch im Jahr 2026.

Die **Palliative Care** in der Schweiz weist Lücken auf: in der Versorgung und in der Finanzierung. Darauf geht der Bundesrat in seinem Bericht vom Juni 2025 ein. Auch hier kommt er zum Schluss, dass es auf Ebene des Bundes wenig Handlungsbedarf gebe. In die Pflicht nimmt er dagegen die Kantone und die Akteure der Palliative Care: Sie sollen für die notwendigen Verbesserungen sorgen. Hoffnungsschimmer: Der Bundesrat beauftragt das Eidgenössische Departement des Innern damit, eine Erhöhung des OKP-Beitrages umzusetzen für Pflegeleistungen, die im Rahmen der spezialisierten Palliative Care erbracht werden.

Das Parlament ist hier bislang anderer Meinung: Nach der Kommission des Nationalrats hat auch die Schwesternkommission des Ständerats einer parlamen-

tarischen Initiative Folge gegeben. Das bedeutet, dass sich die Gesundheitspolitikerinnen und Gesundheitspolitiker einig sind, dass die Palliative Care auf nationaler Ebene besser verankert werden muss. Diese Arbeiten sind in einer Subkommission im Gang, und Spitex Schweiz wird im Rahmen der Allianz Palliative Care hier weiter Unterstützung bieten.

So, was zeigt unser – zugegeben recht abgekürzter – Jahresrückblick? Aus Sicht des eingangs erwähnten Autokraten: «Es geht nichts, ich hätte hier mit dem magistralen Zepter schon lange gehandelt.» Aus Sicht des Demokraten: «Der Prozess geht langsam, aber er geht voran. Wir werden gehört, wir werden berücksichtigt, wir erzielen Fortschritte.»

Vielleicht braucht es in einer Demokratie kein Zepter, um etwas zu bewegen – aber Ausdauer, Beharrlichkeit und gute Argumente. Und genau damit arbeiten wir. 



«Vielleicht braucht es in einer Demokratie kein Zepter, um etwas zu bewegen – aber Ausdauer, Beharrlichkeit und gute Argumente. Und genau damit arbeiten wir.»

PATRICK IMHOF

Mitglied Geschäftsleitung Spitex Schweiz

Vier Neue für die Geschäftsstelle von SpiteX Schweiz

Vier neue Mitarbeitende sind 2025 zu SpiteX Schweiz gestossen. Das SpiteX Magazin wollte von Aline Kurmann, Clémentine Dubois, Dominique Wilhelm und Eva Zwahlen wissen, woran sie bei ihrer Arbeit am meisten Freude haben, was sie als herausfordernd und was als überraschend empfanden.



Aline Kurmann

GAMPEL (VS)

Wissenschaftliche Mitarbeiterin «Grundlagen und Entwicklung», Schwerpunkt Datenmanagement und Gesundheitsversorgung

Diese Tätigkeit bereitet mir besonders Freude

Ich schätze den Austausch mit dem Team und externen Stakeholdern. Es macht Spass, vor einer Herausforderung zu stehen und gemeinsam – mit unterschiedlichen Blickwinkeln – Lösungen zu finden. Auch die Vielfalt und Tiefe der Themen finde ich sehr spannend und bereichernd.

Dies empfand ich als herausfordernd

Das Aushandeln von Kompromissen. Vor allem dann, wenn der Lösungsansatz vielleicht nicht immer ganz den eigenen Vorstellungen entspricht. Andererseits sind

diese Kompromisse für tragfähige Lösungen manchmal unabdingbar – insbesondere dann, wenn dadurch eine Verbesserung erzielt werden kann.

Dies war überraschend für mich

Wie langsam die Mühlen im Gesundheitswesen manchmal mahlen. Bisweilen braucht es Geduld und eine gewisse Hartnäckigkeit.



Dominique Wilhelm

MÖTIER (FR)

Mitarbeiterin Office Management

Diese Tätigkeit bereitet mir besonders Freude

Es macht mir viel Spass, Events zu koordinieren und zu organisieren, so etwa den Infoanlass der parlamentarischen Gruppe «Pflege» vom Juni 2025.

Dies empfand ich als herausfordernd

Der ganze Ablauf sowie die Vorbereitung eines solchen Anlasses müssen gut durchdacht und geplant sein, damit dann alles reibungslos funktioniert. Dies bedingt eine gute Koordination im Vorfeld.

Dies war überraschend für mich

Wie schnell dann der Anlass vorbei ist. Ich war acht Wochen mehr oder weniger mit der Organisation beschäftigt – und nach einem Nachmittag ist alles Geschichte.



Eva Zwahlen

BERN (BE)

Redaktorin Deutschschweiz Spitex Magazin (Mandat)

Diese Tätigkeit bereitet mir besonders Freude

Für mich ist es sehr bereichernd, meine verschiedenen Interessen im Bereich der Kommunikation, der Sozialen Arbeit und rund um das Gesundheitswesen einbringen zu können. Und auch nach vielen Jahren im Beruf ist es jedes Mal ein besonderer Moment, wenn eine Ausgabe des Spitex Magazins gedruckt vorliegt – ein wenig Stolz schwingt da schon mit.

Dies empfand ich als herausfordernd

Die Redaktionsleitung des Spitex Magazins während des Mutterschaftsurlaubs von Kathrin Morf zeigte eindrücklich auf, was es alles braucht, damit ein inhaltlich und qualitativ ansprechendes Magazin entsteht. Gute Kommunikation ist nie Zufall und immer Teamwork.

Dies war überraschend für mich

Da ich mich schon lange in der Spitex-Welt – und im Gesundheitswesen – bewege, hat mich wenig wirklich überrascht. Nachdenklich stimmt mich aus einer sozialarbeiterischen Perspektive hingegen nach wie vor, dass unser Gesundheits- und Sozialwesen derart fragmentiert ist. Hier liegt noch ein langer Weg vor uns.



Clémentine Dubois

SAVIÈSE (VS)

Projekt-Koordinatorin Einheitliche Finanzierung EFAS

Diese Tätigkeit bereitet mir besonders Freude

Als Walliserin überquere ich gewissmässen täglich den «Röstigraben». Dadurch lerne ich viele unterschiedliche Kolleginnen und Kollegen kennen und kann meinen persönlichen (überregionalen) Horizont erweitern. Mein Alltag wird dadurch sehr bereichert.

Dies empfand ich als herausfordernd

Durch seine Komplexität, seine unterschiedlichen Aspekte und die nationale Ausstrahlung ist das Projekt EFAS eine grosse Herausforderung. Diesen Prozess gemeinsam mit den verschiedenen Akteuren des Gesundheitswesens zu durchlaufen, ist eine einmalige Gelegenheit, Veränderungen und Weiterentwicklungen zu initiieren.

Dies war überraschend für mich

Mich hat positiv überrascht, dass Spitex Schweiz viel Wert auf eine funktionierende Work-Life-Balance legt. Ich schätze auch den Austausch im informellen Rahmen im Team.



«Pallifon – Grüezi»

Das Pallifon ist seit 2014 für Notfälle rund um die Uhr im Einsatz. Und zwar für Menschen, die mit unheilbarer Krankheit zuhause leben und sich in einer Notsituation befinden. Aber auch für deren Angehörige und Pflegende, wenn diese akut Unterstützung brauchen und die medizinische Betreuung gerade nicht verfügbar ist.

Unnötigen Spitalaufenthalt vermeiden

Mit der Gründung dieses telefonischen Beratungsdienstes 2014 wurde ein wichtiges Bedürfnis für Palliativ-Patient:innen und deren Betreuung ins Leben gerufen. Zu Hause, im Kreis der Angehörigen sterben zu können, wünschen sich viele Betroffene. Dabei ist die Gratisnummer 0844 148 148 eine Hilfestellung: Sie wird vom gemeinnützigen Verein Pallifon betrieben und ist schweizweit die erste kostenlose 24-Stunden-Notfallnummer für Palliativ-Patienten, Angehörige und Betreuungspersonen. Die Anlaufstellen sind je nach Region die Aerztelefon AG oder Medphone AG. Die Beratungsteams am Telefon werden von regionalen, interdisziplinären Fachteams unterstützt. Das Projekt wurde von der Founda-

tion Zürich Park Side 2014 in Pilotregionen in den Kantonen Zürich und Schwyz gestartet. 2017 konnte das Angebot auf die Kantone Zug und Aargau ausgeweitet werden. 2018 folgte auch noch der Kanton Bern. Das Pallifon bildet ein kleines, aber dennoch wichtiges Mosaiksteinchen der Palliative Care, der umfassenden Pflege und Betreuung von unheilbar kranken Menschen und deren Angehörigen.

20 % mit individuellem Palliativ-Setting: 80 % ohne

Das BAG weist in Bezug auf die Palliativ Betreuung in seiner aktuellen Untersuchung zwei Personen-Gruppen aus. Einerseits die rund 20% von Patientinnen und Pa-

tienten, welche über ein individuelles Palliativ-Setting verfügen (Spital, Palliative Care-Team, spezialisierte Spitex) und andererseits diejenigen Personen, welche noch keine feste Betreuung aufweisen. Während für die erste Gruppe der Alltag geregelt ist, hat die zweite Gruppe kein Auffangnetz. Insbesondere am Wochenende und in der Nacht kann die Betreuung durch den Hausarzt oder die örtliche Spitex ausfallen. Hier bietet das Pallifon als Sofort-Anlaufstelle einen grossen Mehrwert. Durch die regionalen Verbindungen zu den Unterstützungsdiens-ten wie beispielsweise Mobil-Care-Teams kann in einem Notfall schnell und effizient unterstützt werden. Roland Kunz, Palliativmediziner und Präsident des Pallifon sagt: «Gerade aus Kreisen der Hausärzte höre ich immer wieder, dass sie für ihre Patient:innen im Palliativ-Bereich eine 7×24 Stunden Unterstützung sehr schätzen würden, insbesondere wenn auf regionale Lösungen abgestellt werden kann. Genau da hilft das Pallifon.

Projekt Nordwestschweiz

In enger Zusammenarbeit mit der Stiftung Sympany ist es gelungen, im Rahmen eines Förderprojekts die Eskalationsdaten für das Pallifon in der Nordwestschweiz (beide Basel und Solothurn) zu erarbeiten. Das Ziel: In den drei Kantonen mittelfristig das Pallifon für alle Bewohner:innen als Ergänzung zu den bereits vorhandenen Mobile-Care-Infrastrukturen anbieten zu können. Ende 2024 wurde Kontakt zu diversen Fachstellen, lokalen Organisationen und Akteuren aufgenommen. Kürzlich konnte die regionale Datenerfassung abgeschlossen werden und bis Ende Jahr sind die Eskalationsprozesse umgesetzt. Anfang 2026 ist es so weit. Damit wächst die Zahl der Einwohner und Einwohnerinnen, welche auf die volle Dienstleistung des Pallifon zurückgreifen können auf rund 4.3 Mio. Personen.

Nationale Notfall-Nummer

Als nächstes nimmt der Verein gemeinsam mit palliative.ch die weitere Verbreitung der Dienstleistung auf nationaler Ebene in Angriff. Basierend auf einer Studie des BAG sind für die eingangs erwähnten 80 % der Bevölkerung ohne spezialisiertes Palliativ-Setting noch immer viele Regionen nicht mit einer Sofort-Unterstützung erschlossen. Dabei können die Erkenntnisse des Pallifon und anderer vorhandener Angebote, vor allem aus der Westschweiz, genutzt werden. Im Sinne der Patient:innen, Angehörigen und Betreuenden ist ein schweizweites Angebot eine sehr kostengünstige und effiziente Variante.

pallifon
0844 148 148

→ www.pallifon.ch

Das Pallifon: Fakten und Zahlen



Entstanden aus einem Projektantrag an die gemeinnützige Stiftung Foundation Zürich Park Side wurde das «Pallifon» 2014 nach rund 1½-jähriger Planung in Affoltern

am Albis gestartet. Nach rund 10 Jahren Betrieb hat die Stiftung das Pallifon als eigenständiger, nicht-gewinnorientierter und steuerbefreiter Verein in die Selbstständigkeit entlassen. Der Verein Pallifon wird durch den interdisziplinären Vorstand unter dem Präsidium von Dr. med. Roland Kunz (Geriatrer und Palliativ-Mediziner, langjähriger Chefarzt der universitären Klinik für Akutgeriatrie und ärztlicher Leiter des Zentrums für Palliative Care des Stadtspitals Waid) geführt.

Der Verein engagiert sich dafür, dass weitere Organisationen gefunden werden, welche bereit sind, die Verantwortung für die lokale Promotion des Pallifon zu übernehmen. Diese helfen jeweils auch bei der Erarbeitung der regionalen Eskalationsprozesse, welche Mitarbeitenden des Pallifon anwenden, wenn ein Anruf an lokale Stellen weitergeleitet werden muss – zum Beispiel an spezialisierte Palliativ-Mediziner:innen, Notfall-apotheken, Materialmagazine oder die Spitex. Im Durchschnitt beantwortet das Pallifon jeden zweiten Tag einen Anruf. Rund 65 Prozent dieser Anfragen können telefonisch erledigt werden.

Die restlichen 35 Prozent der Telefonate führen zu Rücksprache oder Weiterleitung an die regionalen Partner. Erfreulicherweise musste in den letzten drei Jahren ein einziger Pallifon-Anruf mit einer Hospitalisierung abgeschlossen werden. Das Pallifon hat damit ein wichtiges Ziel erreicht. Harald Huber, Projektverantwortlicher Pallifon sagt: «Wir sind zufrieden mit der Entwicklung, jedoch wäre es schön, wenn die geografische Ausbreitung schneller voranschreiten würde.» Das Pallifon finanziert sich durch Spenden, Mitgliederbeiträge und Leistungsvereinbarungen mit den Regionen. Wir sind um jede Spende dankbar.

Spendenkonto:

IBAN: CH17 0682 4650 2328 9090 5
Bank Zimmerberg AG, 8810 Horgen
Kontoinhaber: Pallifon, 8001 Zürich

Immer mehr Spitem-Leistungen

Das Bundesamt für Statistik (BFS) hat Mitte November die Zahlen zur Hilfe und Pflege zu Hause für 2024 veröffentlicht. Die Spitem-Leistungen haben im Vergleich zu 2023 um 10 Prozent zugenommen.

RED. Die deutliche Zunahme der Spitem-Leistungen im Jahr 2024 war zu erwarten und ist in erster Linie auf die wachsende Zahl der Anstellung pflegender Angehöriger zurückzuführen: 2024 liessen sich im Bereich der Hilfe und Pflege zu Hause rund 130 neue gewinnorientierte private Anbieter in verschiedenen Kantonen nieder. Die Statistik zeigt weiter auf, dass ein starker Anstieg des nicht ausgebildeten Personals im Privatsektor zu verbuchten ist. Die gewinnorientierten Unternehmen stellten 2024

knapp 3700 Personen ohne spezifische Ausbildung oder mit absolviertem Kurs in Pflegehilfe ein und erhöhten deren Bestand auf insgesamt 11 500 (+47 %). Das BFS geht davon aus, dass ein erheblicher Teil dieser Personen ohne spezifische Ausbildung als pflegende Angehörige tätig sind.

Die Spitem mit Versorgungspflicht ist hingegen mit immer komplexeren Pflegesituationen konfrontiert, wie beispielsweise Palliative Care, Psychiatrie-Spitem, Kinderspitex. Immer mehr Mitarbeitende leisten immer mehr Leistungsstunden, welche von Pflegefachpersonen mit Hochschulabschluss ausgeführt werden. Dies spiegelt sich auch in den Bildungsabschlüssen wider: Bei der Spitem mit Versorgungspflicht verfügen 36 % des Personals über einen Abschluss der Tertiärstufe (höhere Berufsbildung oder Hochschulabschluss) und 27 % über eine berufliche Grundbildung (z.B. FaGe, FaBe). Weitere 26 % haben einen Kurs in Pflegehilfe absolviert oder verfügen über keine spezifische Ausbildung. Bei den erwerbswirtschaftlichen Spitem-Organisationen liegen diese Anteile bei 27 % (tertiär), 24 % (berufliche Grundbildung) und 41 % (Kurse oder keine spezifische Ausbildung). Mehr Zahlen und Fakten auf Basis der neuen Statistik des Bundes sind auf der Website von Spitem Schweiz verfügbar.

→ www.spitem.ch/Spitem/Zahlen-und-Fakten

Marktplatz

Sonderkonditionen und Produkte für Spitem-Mitarbeitende

Folgende Unternehmen bieten auf die Spitem zugeschnittene Produkte und Dienstleistungen sowie Sonderkonditionen für Spitem-Mitarbeitende an.

Weitere Informationen finden Sie unter spitemmagazin.ch/marktplatz



domo.health⁺



[Medizinal
waagen.ch](http://Medizinalwaagen.ch)



V O L V O





APN coachen und beraten sowohl die Mitarbeitenden als auch die Geschäftsleitung. Angela Schnelli (links) im Gespräch mit Kira Schläpfer (Mitte) und Mirjam Müller.

Bild: zvg

APN behalten die Pflegequalität stets im Blick

Angela Schnelli leitet die Fachstelle Spitexentwicklung beim Spitex Verband Thurgau. Mirjam Müller und Kira Schläpfer wiederum arbeiten im Jobsharing als Pflege-expertinnen bei der Spitex Kreuzlingen (TG). Im Beitrag zeigen die drei Fachfrauen auf, welche Aufgaben sie wahrnehmen und welchen Mehrwert Advanced Practice Nurses (APN) bei der Spitex erbringen – sei es in einem Kantonalverband oder bei einer Basisorganisation.

EVA ZWAHLEN. Spitex Schweiz fordert eine angemessene Vergütung der Arbeit von Advanced Practice Nurses (APN) bei der Spitex. Dies, um ihr Potenzial in diesem Setting voll nutzbar zu machen (vgl. Infokasten). Welche vielfältigen Aufgaben eine APN bei der Spitex übernehmen kann, zeigt sich zum Beispiel im Kanton Thurgau.

Dienstleisterin für die Basisorganisationen

Hier leitet Angela Schnelli seit April 2021 die Fachstelle Spitexentwicklung des Spitex Verbands Thurgau in einem 70-Prozent-Pensum. Ihr Aufgabengebiet ist vielfältig: So vertritt sie etwa – gemeinsam mit der Geschäftsführerin – die Interessen des Verbands beim

kantonalen Gesundheitsamt, bringt die Spitex-Perspektive bei branchenübergreifenden Projekten ein, beobachtet die Trends im Gesundheitswesen und entwickelt entsprechende Massnahmen für die und mit den Spitex-Organisationen. «Unsere Mitglieder stehen hinsichtlich der interprofessionellen Zusammenarbeit, Innovationen oder der Qualitätssicherung an unterschiedlichen Orten. Die meisten wollen sich allerdings weiterentwickeln. Ich befähige sie dazu, dies selbst zu tun», beschreibt Angela Schnelli ihren Auftrag. Als Leiterin der Fachstelle ist Angela Schnelli eine Dienstleisterin der Basisorganisationen: In den Zuständigkeitsbereich der 35-Jährigen gehören unter anderem die Beratung und Unterstützung der 14 Spitex-Organisationen mit Versorgungsauftrag. Angela Schnellis Aufgaben orientieren sich dabei grösstenteils an deren Bedürfnissen: «Ich erarbeite mit ihnen Fachkonzepte, zum Beispiel für die Psychiatrie-Spitex oder Palliative Care. Zudem initiiere, leite und koordiniere ich organisationsübergreifende Projekte, etwa den Aufbau einer spezialisierten Demenzversorgung oder einer E-Learning-Plattform.» Die Dienstleistungen für die Basisorganisationen umfassen auch Beratungen bei pflegefachlichen Fragen oder die Förderung des organisationsübergreifenden Wissensmanagements.

Im regelmässigen Austausch voneinander lernen

Zu den Aufgaben von Angela Schnelli, die an der Universität Wien in Pflegewissenschaften promoviert hat, gehört ebenfalls das Coaching der APN der Mitgliederorganisationen des Spitex Verbands Thurgau. Dazu gibt es einen spezifischen Beekeeper-Chat; zudem findet drei- bis viermal jährlich das sogenannte «PEX-Netz-

werk» statt, an dem die 13 Pflegeexpertinnen und -experten (wovon acht mit einem Masterabschluss) der Mitgliederorganisationen teilnehmen. Die Pflegeexpertin weist auf deren Herausforderungen bei der Spitex hin, etwa die hohen eigenen Ansprüche und die vielfältigen Aufgaben. «Wir wollen voneinander lernen, die Pflegequalität weiterentwickeln und die Kolleginnen und Kollegen in der Funktion durch einen regelmässigen Austausch entlasten.» Angela Schnelli sieht für APN bei der Spitex ein riesiges Potenzial – sei es auf Stufe Kantonalverband oder in einer Basisorganisation: «Meine Berufskolleginnen und -kollegen machen bei der Spitex im Kanton Thurgau einen grossartigen Job, und ich bin stolz darauf, mit so vielen tollen Menschen zusammenarbeiten zu dürfen.»

Zwei Pflegeexpertinnen im Jobsharing bei der Spitex Kreuzlingen

Zwei dieser Berufskolleginnen im Thurgauer PEX-Netzwerk sind die 38-jährige Mirjam Müller und die 32-jährige Kira Schläpfer. Seit August 2025 teilen sie sich zu je 40 Prozent die Stelle als Pflegeexpertin bei der Spitex Kreuzlingen. Finanziert wird die Stelle über die Restfinanzierung der Gemeinden unter dem Aspekt der Fachentwicklung. Die Aufgaben orientieren sich am beruflichen Hintergrund der beiden Pflegefachfrauen mit Masterabschluss. So hat Mirjam Müller ihre Berufserfahrung als diplomierte Pflegefachfrau FH auf der Sozial- und Akutpsychiatrie sowie als Fachverantwortliche in der Spitex Region Frauenfeld gesammelt. In ihren Zuständigkeitsbereich fallen dementsprechend schwerpunktmässig psychiatrische Themen. Kira Schläpfer wiederum hat als Fachverantwortliche in der Inneren Medizin am Kantonsspital Münsterlingen gearbeitet. Sie verantwortet somatische Themen wie Wundmanagement oder Clinical Assessments.

Gleichwertige Finanzierung von APN

Advanced Practice Nurses (APN) leisten einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung – auch im häuslichen Umfeld. Damit ihr Potenzial ausgeschöpft werden kann, fordert Spitex Schweiz eine flächendeckende und bedarfsgerechte Finanzierung, die den Einsatz der APN in allen Versorgungssettings ermöglicht – unabhängig davon, ob sie ihre Leistungen in Arztpraxen, Pflegeheimen, Spitälern oder bei den Menschen zu Hause erbringen. Zum Positionspapier «Tarifierung und Finanzierung der APN» von Spitex Schweiz

→ www.spitex.ch/Politik/Positionen/PTUq2

Coaching und Beratung – für Geschäftsleitung und Mitarbeitende

Haben die Mitarbeitenden der Spitex Kreuzlingen Fragen zur Pflegequalität, so können sie sich organisationsintern an Kira Schläpfer und Mirjam Müller wenden. In wiederkehrenden Schulungen und Coachings wird Praxiswissen vermittelt, etwa zum Schreiben von Verlaufsberichten, zur Mobilisation von Klientinnen und Klienten oder zu spezifischen Fragen rund um InterRAI. Bei komplexen Klientensituationen profitieren sowohl die Mitarbeitenden als auch die Klientinnen und Klienten davon, dass rasch Massnahmen ergriffen werden – etwa zur Entlastung von pflegenden Angehörigen. «Wir greifen auf andere Ressourcen zurück als unsere Kolleginnen und Kollegen, die auf Tour sind. So können wir Letztere gezielt befähigen oder bei Bedarf auch die Leitung von Rund-Tisch-Gesprächen übernehmen», füh-

ren die beiden Pflegeexpertinnen aus. Weiter beraten Kira Schläpfer und Mirjam Müller die Geschäftsführung bei strategischen Entscheidungen rund um Qualitätsfragen, führen interne Fallbesprechungen, etwa bei einer ethischen Entscheidungsfindung, durch, leiten Fachgruppen in Bereichen wie Wundmanagement, Palliative Care und Fallführung, erarbeiten Konzepte zu Themen wie Medikamentenmanagement oder koordinieren den Arbeitssicherheits- und Gesundheitsschutz für den Betrieb.

Jobsharing als «Glücksfall»

Für die beiden Frauen ist das Jobsharing ein Glücksfall. Dazu Kira Schläpfer: «Ich wurde 2024 Mutter und schloss gleichzeitig das Masterstudium in Pflegewissenschaften an der Ostschweizer Fachhochschule OST ab. Als ich erfuhr, dass Mirjam Müller, die damalige Stelleninhaberin bei der SpiteX Kreuzlingen, nach Abschluss des Mutterschaftsurlaubs ihr Pensum reduzieren möchte, habe ich mich spontan beworben.» Und Mirjam Müller ergänzt: «Nach Abschluss des Pflege-Masterstudiums an der OST im Jahr 2022 und nach der Geburt meines Kindes hatte ich mir als Stellenpartnerin jemanden mit Spitalerfahrung gewünscht.» Beide

«Ich befähige die SpiteX-Organisationen dazu, sich selbst weiterzuentwickeln.»

ANGELA SCHNELLI
Leiterin Fachstelle SpiteXentwicklung
SpiteX Verband Thurgau

betonen die bereichernde Zusammenarbeit: «Wir haben einen direkten fachlichen Austausch und profitieren vom Vier-Augen-Prinzip. Zudem verstehen wir gegenseitig unsere private Situation als frischgebackene Mütter.» Der enge Austausch sei eine wertvolle Investition in die berufliche Zufriedenheit, so die beiden Pflegeexpertinnen: «Dank unserer wertschätzenden und unterstützenden Vorgesetzten ist eine niedrigprozentige Arbeit in einer Stabsstelle in der gleichen Funktion möglich.»



HILFSMITTELSTELLE BERN
Zentrum für Hilfsmittelversorgung



Mehr Lebensqualität durch die richtigen Hilfsmittel!

Verkauf und Vermietung von:
Pflegebetten, Rollatoren, Rollstühlen
und vielem mehr

Hilfsmittelstelle HMS Bern AG
Kornweg 15 | 3027 Bern
Tel 031 991 60 80 | Fax 031 991 17 35
www.hilfsmittelstelle.ch | info@hilfsmittelstelle.ch



lernwerkstatt

CHF 50.-
Frühbucherrabatt
bis Ende
Dezember 2025

Berufsbildungs-Event 2026
Wählen Sie aus 48 Workshops!

Fit in der Berufsbildung

DI 17. März / MI 18. März / DO 19. März 2026

Programm und Anmeldung: www.berufsbildungs-event.ch



Den Dialog über die Anstellung pflegender Angehöriger fördern

Das Projekt «pasa-bene – Pflegende Angehörige bei der Spitex anstellen – Dialog und Gute Praxis fördern» des Vereins rethinking care schafft eine sachliche Grundlage sowie Hilfsmittel für eine gute Anstellung pflegender Angehöriger. Dies, indem es einen Dialog fördert, in dem die Akteure miteinander diskutieren statt aneinander vorbereiten, wie Projektleiterin PD Dr. Iren Bischofberger erklärt.

KATHRIN MORF. «Jede Gesellschaft muss sich die Frage stellen, auf wie viel unbezahlt erbrachte Pflege von Angehörigen sie sich abstützen darf. Diese Frage ist in der Schweiz nicht geklärt. Deshalb erregt das Anstellungsmodell viel Aufmerksamkeit», sagt Iren Bischofberger, Pflegewissenschaftlerin und Vorstandsmitglied von Spitex Schweiz. Vor diesem Hintergrund lancierte sie 2024 das Projekt «pasa-bene», in dessen Rahmen «alle beteiligten Akteure miteinander über die Anstellung pflegender Angehöriger reden – und nicht aneinander vorbei, wie es derzeit oft der Fall ist».

Das «pasa» steht für «pflegende Angehörige bei der Spitex anstellen» und das «bene» (italienisch für «gut») für die gute Praxis, die gefördert werden soll. Zu den

«pflegenden Angehörigen» wird im Projekt auch gezählt, wer nicht mit der pflegebedürftigen Person verheiratet oder verwandt ist – sie aber «regelmässig und substanziell unterstützt»¹. Pasa-bene wird vom Verein rethinking care in Kooperation mit drei Organisationen von a+ durchgeführt² und von der Age-Stiftung finanziert. «Pasa-bene will einen Anstoss für die dialogische und datengestützte Beschäftigung mit dem komplexen Anstellungsmodell geben», sagt Iren Bischofberger. «Derzeit besteht hier eine grosse Datenlücke. Entscheidungsträger lancieren neue Regeln folglich im Blindflug.» Das Projekt setzt dabei vor allem auf ein Mittel: den Dialog.

Erste Projektphase: 5 Dialoge

Von Anfang 2024 bis Anfang 2026 diskutieren im Rahmen der ersten Phase von pasa-bene verschiedene Akteure in fünf Dialogen, die jeweils konkrete Ergebnisse hervorbringen:

1. Politik im Dialog (Ergebnis: Podcast): Im Sommer 2024 diskutierten zwei Politikerinnen und ein Politiker über Themen wie die Finanzierbarkeit der Anstellung pflegender Angehöriger sowie die nötigen Rahmenbedingungen. «Dieser Dialog regt die Politik und weitere Kreise zum Weiterdenken an. Er zeigt, dass die Zusammenhänge zwischen der Finanzierung und Qualität des Anstellungsmodells sowie der

Die Zertifizierung von «gleichwertigen Ausbildungen»

Für eine Anstellung bei der Spitex müssen pflegende Angehörige gemäss den Administrativverträgen zwischen Spitex-Verbänden und Versicherern einen Kurs für Pflegehilfe oder eine gleichwertige Ausbildung absolvieren. Für Zweitere haben die Spitex-Verbände eine Zertifizierung für Anbieter lanciert und Czock Healthcare Consulting damit mandatiert. Derzeit sind die Kurse von Solicare (Mitglied von Spitex Schweiz), Arana Care Academy, ASB Academy, ZAM.care und Zuhause Leben Academy als «gleichwertige Ausbildung» anerkannt (Stand: 18.11.2025). —

→ www.spitex.ch/Spitex/Bildung/Kurse-pflegende-Angehoerige

¹ Diese Definition stützt sich auf das Förderprogramm «Entlastungsangebote für betreuende Angehörige (2017–2020)» des Bundes und wurde auch in den Anhängen der Administrativverträge der Spitex-Verbände mit den Krankenversicherern sowie im Positionspapier von Spitex Schweiz übernommen: www.spitex.ch/Spitex/Pflegende-Angehoerige/

² Die beteiligten Organisationen von a+ (Akademien der Wissenschaften Schweiz) sind: td-net Network for Transdisciplinary Research, Swiss Platform Ageing Society / Schweizerische Akademie der Geisteswissenschaften (SAGW), Science et Cité.



Pasa-bene fördert den Dialog zwischen unterschiedlichsten Akteuren über die Anstellung pflegender Angehöriger bei der Spitek.

Illustration: Stutz Medien

Gesundheitsversorgung als Ganzes differenziert statt polarisiert diskutiert werden können», sagt Iren Bischofberger. Der Dialog ist als Podcast auf <https://workand.care/pasa-bene> verfügbar.

2. Fachwelt im Dialog (Ergebnis: digitales ABC): Von Oktober bis Dezember 2024 trafen sich 35 Fachpersonen zu vier Werkstattgesprächen mit vier Themenschwerpunkten³. Themen in allen Gesprächen waren laut Iren Bischofberger, wie die Qualität der Leistungen der Angehörigen gesichert und gute Arbeitsbedingungen garantiert werden können. So wurde diskutiert, wie die Angehörigen optimal in ihre Anstellung eingeführt werden müssen. Und dass mit ihnen eine gute Übergangs- oder Nachfolgelösung erarbeitet werden muss, wenn ihre Anstellung endet oder sie krankheitsbedingt ausfallen. «Erleben die Angehörigen gute Arbeitsbedingungen, bleiben sie dem Gesundheitswesen idealerweise erhalten – vielleicht sogar, indem sie eine Pflegeausbildung beginnen», sagt Iren Bischofberger. Aus den Werkstattgesprächen ging im Sommer 2025 ein «digitales ABC» zum Anstellungsmodell hervor – von A wie Angehörige bis Z wie Zusammenarbeit. «Ist das Thema für eine Person neu, klickt sie sich durch alle Buchstaben. Weiß sie bereits einiges, kann sie im Inhaltsverzeichnis spezifische Themen anwählen», erklärt Iren Bischofberger.

3. Bevölkerung im Dialog (Ergebnis: Leitfaden für Gemeinden): Im April und Mai 2025 diskutierte die Bevölkerung im städtischen Bern und im ländlichen Diessenhofen (TG) im Rahmen eines «Wissen-

schaftscafés». «Zwei Wissenschaftlerinnen und ein Wissenschaftler aus den Bereichen Recht, Ökonomie und Pflegewissenschaft ordneten das Anstellungsmodell kurz aus ihrer Sicht ein. Danach lud der Moderator das Publikum ein, mit dem Podium in den Dialog zu treten», berichtet Iren Bischofberger. Die Anwesenden hätten die Gelegenheit genutzt und unterschiedliche Meinungen eingebracht – einschliesslich einer pflegenden Angehörigen, die in Bern sagte: «Ich pflege meinen Mann schon mehrere Jahre. Ich schäme mich nicht, dass ich mich nun anstellen liess.». Auf Basis der gemachten Erfahrungen entsteht bis Anfang 2026 ein Leitfaden für Gemeinden, damit diese das Wissenschaftscafé selbst oder zusammen mit Science et Cité⁴ durchführen können.

4. Forschende im Dialog (Ergebnis: Initiative für Forschungsprojekte): Anfang 2026 findet ein Workshop mit 20 Forschenden aus unterschiedlichen Disziplinen statt. Sie diskutieren, welche Forschungsfragen bearbeitet werden sollen und welche Forschungsprojekte dazu nötig sind.

5. Profis und Angehörige im Dialog (Ergebnis: E-Learning-Kurs): Im Sommer 2026 wird der E-Learning-Kurs «pasa-bene edu» lanciert. «Er schult Gesundheitsfachpersonen darin, pflegende Angehörige

³ Es waren: Familie/Gender und Generationen, Ökonomie und Regulierung, Spitek-Betriebe und Branche Langzeitpflege, Recht, Ethik und Soziale Sicherheit.

⁴ Die Stiftung Science et Cité fördert den Dialog zwischen Wissenschaft und Gesellschaft: www.science-et-cite.ch/ueber-uns/portrait

sowie Patientinnen und Patienten kundig über das Anstellungsmodell zu beraten», erklärt die Projektleiterin.

Zweite Phase des Projekts: Beobachtung

Tragfähige Lösungen für die Gute Praxis des Anstellungsmodells gebe es nur durch Dialog, betont Iren Bischofberger. «Pasa-bene kann die vielen Herausforderungen, die mit dem Anstellungsmodell einhergehen, zwar nicht lösen – aber einen Scheinwerfer darauf richten und einen 360-Grad-Blick auf das Modell werfen», sagt sie. «Daraufhin braucht es Politik, Forschung, Kostenträger, Spitex-Organisationen und deren Verbände sowie Angehörigen- und Patientenvereinigungen, die das Anstellungsmodell nachhaltig umsetzen und auch weiterentwickeln.» Dazu gehöre, dass Arbeitgeber von angestellten pflegenden Angehörigen für nachvollziehbare Kosten sorgen – etwa für die Ausbildung und Begleitung der Angehörigen sowie für die nötige Infrastruktur und Qualitätssicherung –, auf die die Finanzierer ihre Beiträge abstützen können.

Die weiteren Aktivitäten rund um das Anstellungsmodell werde das Projektteam von pasa-bene in der zweiten Projektphase beobachten und als Plattform fungieren, auf der die Fäden zusammenlaufen. Ende 2027 wird dann ein Abschlussbericht publiziert. «Aufgrund des bisherigen Projektverlaufs bin ich überzeugt,



«Aufgrund des bisherigen Projektverlaufs bin ich überzeugt, dass sich die Anstellung pflegender Angehöriger weiter bewähren wird.»

IREN BISCHOFBERGER

Projektleiterin pasa-bene, Vorstandsmitglied Schweiz, Verwaltungsrätin Solicare

Drei prägende nationale Urteile zur Anstellung pflegender Angehöriger

- 2006 entschied das Eidgenössische Versicherungsgericht, dass Angehörige für ihre Pflege entschädigt werden können, wenn sie bei der Spitzex angestellt sind, wobei «ein gewisses Anlernen» für die Anstellung nötig sei (K 156/04). Als gesetzlich legitim gilt die Anstellung also nicht erst seit 2019, wie es viele Medien und zuletzt auch das «Spitex Magazin» schrieben.
- 2019 entschied das Bundesgericht, dass Angehörige ohne Pflegeausbildung nur für KLV-C-Leistungen (Grundpflege) angestellt werden können und nicht für B-Leistungen (Untersuchung, Behandlung; 9C_187/2019).
- 2025 bemängelte das Bundesgericht die Ausbildung, Aufsicht, Anleitung und Kontrolle eines Vereins, bei dem Angehörige Pflegeleistungen erbringen, ebenso wie die ungültige Dokumentation und Evaluation der erbrachten Leistungen (9C_276/2024).

dass sich die Anstellung pflegender Angehöriger weiter bewähren wird», sagt Iren Bischofberger abschliessend. Auch aus dem Bundesratsbericht von Mitte Oktober geht hervor, dass das Anstellungsmodell für die Zukunft der Pflege zu Hause und die Entwicklung der Gesundheitskosten wichtig ist.⁵ «Pflegende Angehörige sind flexible Mitarbeitende mit grossem Know-how über ihre jeweilige Pflegesituation», betont sie. «Solche Mitarbeitende braucht unser Gesundheitswesen dringend, um die Nachfrage nach Pflege zu Hause zu decken und damit unnötige Einweisungen in Heime oder Spitäler zu vermeiden.»

Alle Ergebnisse sind auf <https://workand.care/pasa-bene> verfügbar, vorerst nur in Deutsch. Dort finden sich auch drei Erklärvideos zum Anstellungsmodell aus Sicht der pflegenden Angehörigen. Das «Spitex Magazin» wird den weiteren Verlauf von pasa-bene begleiten.

⁵ Der Bundesratsbericht «Pflegeleistungen von Angehörigen im Rahmen der obligatorischen Krankenpflegeversicherung» ist verfügbar auf: www.bag.admin.ch/de/bundesratsberichte

Mehr Selbsthilfefreundlichkeit für Spitex-Organisationen

Selbsthilfe Schweiz fördert seit 2017 die Zusammenarbeit von Selbsthilfegruppen und Spitätern. Wie die Stiftung in diesem Gastbeitrag berichtet, wurde das Modell «Selbsthilfefreundlichkeit» nun überarbeitet und kann auch von der Spitex angewendet werden.



Selbsthilfegruppen-Mitglieder stützen sich gegenseitig. Themenbild: Selbsthilfe Schweiz

SELBSTHILFE SCHWEIZ. In Selbsthilfegruppen schliessen sich Menschen in der gleichen herausfordernden Lebenssituation zusammen, um sich gegenseitig zu unterstützen. Rund 75 Prozent der Schweizer Gruppen beschäftigen sich mit einem Thema rund um die somatische oder auch psychische Gesundheit. Die Teilnehmenden tauschen hilfreiche Informationen zum Umgang mit einer Erkrankung und zur Alltagsbewältigung aus. In spezifischen Gruppen finden pflegende Angehörige Unterstützung durch Gleichbetroffene. Alle Teilnehmenden organisieren und leiten ihre Treffen und Aktivitäten selbst und werden dabei unterstützt von regionalen Selbsthilfezentren (SHZ). Diese Fachstellen begleiten die Gruppen in der Gründungsphase und beraten Einzelpersonen, die eine Gruppe suchen.

Modell «Selbsthilfefreundlichkeit» adaptiert

Selbsthilfegruppen sind somit eine wertvolle Ergänzung zur medizinischen Behandlung und Pflege. In ihnen ist zu dem ein reichhaltiger Schatz an Erfahrungswissen aus der Betroffenensicht vorhanden. Eine Pflegeleitung einer Frau-

enklinik sagt dazu: Die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe «ist für uns eine wichtige Erweiterung der Perspektive. Wir hören, welche Bedürfnisse Patientinnen haben und wie wir den Umgang mit ihnen optimieren können.»

Um die systematische Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und Gesundheitsinstitutionen zu fördern, hat die Stiftung Selbsthilfe Schweiz das in Deutschland entwickelte Modell «Selbsthilfefreundlichkeit» in der Schweiz eingeführt. Das Ziel ist: Möglichst viele Betroffene und Angehörige, aber auch Fachpersonen sind über den Nutzen der Selbsthilfe informiert. Zudem stehen Fachpersonen und Selbsthilfegruppen in einem regelmässigen Erfahrungsaustausch.

Die «Selbsthilfefreundlichkeit» ist anhand von sechs Qualitätskriterien beschrieben. Sie wird umgesetzt, indem ein «Kooperationsdreieck» – bestehend aus Gesundheits-Fachpersonen, Vertretungen der Selbsthilfegruppen und Fachpersonen aus einem Selbsthilfezentrum – gemeinsam Massnahmen entwickelt, um die Qualitätskriterien vor Ort konkret umzusetzen.

Nun auch für die Spitex

Der schweizweite Roll-out fokussierte bisher auf Spitäler: Aktuell bestehen Kooperationen mit Selbsthilfegruppen und -zentren an insgesamt 52 Spitätern – mit guten Erfahrungen:

«Wir bieten eine persönliche Betreuung, aber oft spüren wir, dass die Patienten noch weitere Unterstützung brauchen, um in ihrer aktuellen Situation ein Gegenüber zu haben. Da ist die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe ein echter Mehrwert», sagt eine Fachperson aus Neuenburg.

Die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe lohnt sich. Vor Kurzem ist darum das Modell so weiterentwickelt worden, dass die Anwendung der «Selbsthilfefreundlichkeit» auch in Organisationen möglich wird, die in erster Linie ambulante Leistungen anbieten – zum Beispiel Spitex-Organisationen.

→ www.selbsthilfefreundlichkeit.ch



Silja von Känel von den SPITEX-Diensten RUTU bespricht mit Maria Ruesch die Sturzgefahren in deren Wohnung.
Bild: Michel Lüthi/www.bilderwerft.ch

Vorsicht lohnt sich

Das Sprichwort «Vorsicht ist besser als Nachsicht» ist zwar hinlänglich bekannt – das Gesundheitswesen richtet sich aber wenig danach: Prävention ist oft mangelhaft finanziert. Im Gespräch mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) gehen wir im Fokus-teil zum Thema «Prävention» auf die Frage ein, warum präventive Gesundheitsleis-tungen wichtig sind und wie sie finanziert werden können. Die Spitex Uri berichtet, auf welch vielfältige Art und Weise die Spitex trotz aller Hürden präventiv tätig ist. Wir zeigen auf, wie intensiv sich die Spitex für die Sturzprävention stark macht – und in welchen acht Bereichen sie unter anderem ebenfalls Angebote und Projekte vor-weisen kann, die dem Sprichwort «Vorsicht ist besser als Nachsicht» gerecht werden.

Prävention trägt zur guten Gesundheit bei – und, indem sie das Auftreten von Krankheiten verhindert, auch zur Entlastung des Gesundheitswesens, wie Simon Ming, Mediensprecher des Bundesamtes für Gesundheit (BAG), betont. Bereits heute spielen die Spitex-Organisationen in der Prävention eine Schlüsselrolle. Der Fokus auf kurative Behandlungen aufgrund der geltenden rechtlichen und finanziellen Rahmenbedingungen erschwert es der Spitex indes, ihr volles Potenzial zu entfalten.

FLORA GUÉRY. Mit Präventionsmassnahmen lassen sich nicht nur grosses Leid, sondern auch personelle und finanzielle Ressourcen im Gesundheitswesen sparen. Die gezielte Stärkung der Prävention wird daher von allen Seiten gefordert. «Ziel ist es, das Auftreten von Krankheiten zu verhindern. Spezifische Massnahmen zielen darauf ab, dass das individuelle Verhalten geändert und die Lebensbedingungen verbessert werden. Durch Prävention sollen also Risiken entweder vermieden oder frühzeitig erkannt werden», erklärt Simon Ming, Mediensprecher des Bundesamtes für Gesundheit (BAG).

Gesundheitsförderung und Prävention werden oft als Begriffspaar verwendet. Die Dienstleistungen der Spitex sind allerdings primär präventiv ausgerichtet (und die Angebote im Bereich der Gesundheitsförderung können oft zur Primärprävention gezählt werden), weshalb im vorliegenden Bericht der Fokus darauf gelegt wird.

Krankheiten verhindern statt behandeln

In der Schweiz betragen die Gesundheitskosten 100 Milliarden Franken pro Jahr, wobei nichtübertragbare Krankheiten (Englisch: non-communicable diseases, NCD) einen Grossteil dieser Kosten ausmachen. Dazu zählen Herz-Kreislauf-Erkrankungen, psychische und neurologische Störungen, Krebserkrankungen oder Erkrankungen des Bewegungsapparats. «Diese Krankheiten belasten nicht nur das Gesundheitswesen, sondern auch die Wirtschaft, da sie zu Arbeitsausfällen und zum Verlust von gesunden Lebensjahren führen», betont der BAG-Sprecher. Gleichzeitig, so hält das 2021 durch das BAG veröffentlichte Grundlagendokument «Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV)» fest, fokussiert das Gesundheitswesen auf die Behandlung von Krankheiten (Kuration) und weniger auf deren Prävention. Angesichts der Zunahme von NCD hält das BAG einen Paradigmenwechsel daher für angezeigt: von rein kurativen Behandlungen zu einer ganzheitlichen Be- trachtung, welche die Prävention einschliesst.¹

Im Rahmen der Nationalen NCD-Strategie² ist PGV ein zentraler Massnahmenbereich, welcher die Entwicklung und Etablierung von Gesundheitspfaden entlang der gesamten Versorgungskette fördert und unterstützt.

Zielgruppe sind bereits erkrankte Menschen oder Menschen, welche ein erhöhtes Erkrankungsrisiko haben. PGV stärkt die Vernetzung zwischen dem Gesundheits-, Sozial- und Gemeinwesen unter Berücksichtigung des persönlichen Lebensumfeldes. Sie fördert die Früherkennung und Frühintervention (F + F), das Selbstmanagement sowie gesunde und risikoarme Verhaltensweisen bei Menschen mit erhöhtem Krankheitsrisiko oder bereits Erkrankten.³ Im Rahmen ihrer Projektförderung unterstützt Gesundheitsförderung Schweiz innovative Projekte in den Themenschwerpunkten nicht-übertragbare Krankheiten, psychische Erkrankungen und Sucht. Die Kantone engagieren sich im Rahmen von kantonalen Programmen für die Umsetzung der NCD-Strategie.

Prävention in jeder Lebensphase

Je nach Lebensphase – von Kindern zu Jugendlichen bis zu Erwachsenen im erwerbsfähigen Alter – haben Menschen sehr unterschiedliche Präventionsbedürfnisse. Bei den Jüngsten zielt die Prävention beispielsweise auf Risikoverhalten, psychische Gesundheit, Ernährung oder körperliche Aktivität ab. Bei Erwachsenen konzentriert sie sich oft auf die Prävention von Suchterkrankungen, NCD oder die Gesundheit am Arbeitsplatz. Aufgrund ihrer Vulnerabilität sind ältere Menschen eine spezifische Zielgruppe der Prävention. Hier fokussiert Letztere eher auf die Erhaltung der Selbstständigkeit, die Sturzprävention, den Umgang mit chronischen Krankheiten oder psychosoziale Unterstützung. Diese Massnahmen können zu den drei grossen Präventionsbereichen – Primär-, Sekundär- oder Tertiärprävention – gezählt werden, je nachdem, ob sie darauf abzielen, das Auftreten der Krankheit zu verhindern, sie frühzeitig zu erkennen oder ihre Folgen zu mildern (vgl. Infokasten).

¹ www.bag.admin.ch/de/praevention-in-der-gesundheitsversorgung

² www.bag.admin.ch/de/nationale-strategie-zur-praevention-nichtuebertragbarer-krankheiten

³ Weitere Massnahmenbereiche der NCD-Strategie sind «Bevölkerungsbezogene Gesundheitsförderung und Prävention» und «Prävention und Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt».

Health in all policies

Nebst der wirtschaftlichen hat Prävention eine grosse menschliche Tragweite. «Gesundheitsförderung und die Prävention nichtübertragbarer Krankheiten bergen ein grosses Potenzial, um Krankheiten zu reduzieren oder ihr Auftreten zu verzögern», erklärt Simon Ming. Dabei

Begrifflichkeiten

Die Verwendung der Begriffe Gesundheitsförderung und Prävention ist in der Literatur nicht einheitlich, zudem werden die beiden Begriffe (Primär-)Prävention und Gesundheitsförderung in der Praxis oft synonym eingesetzt. Die BAG-Broschüre «Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV) – Ansatz und Aufgaben» beschreibt Prävention als Oberbegriff für alle Interventionen, die zur Vermeidung oder Reduktion der Krankheitsentstehung, der Ausbreitung und der negativen Auswirkungen von Krankheiten beitragen. Der Nationale Gesundheitsbericht 2020 präzisiert, dass Prävention die Entstehung oder Ausbreitung von Krankheiten verhindern will, während die Gesundheitsförderung darauf abzielt, soziale, ökonomische sowie Lebensbedingungen derart zu verändern, dass diese positiv auf die individuelle und bevölkerungsbezogene Gesundheit wirken. Prävention kann nach verschiedenen Kriterien klassifiziert werden, je nach:

- **Zeitpunkt der Intervention:** Primärprävention (Intervention vor Ausbruch einer Krankheit oder vor dem Auftreten eines Risiko-verhaltens, etwa Aufklärung über gesundheitsschädliche Verhaltensweisen), Sekundärprävention (Früherkennung und Frühintervention bei Anzeichen einer Krankheit, auch als F+F bezeichnet), Tertiärprävention (Verhinderung von Komplikationen oder Rückfällen, wenn die Krankheit bereits ausgebrochen ist).
- **Zielgruppe:** universelle Prävention (gesamte Bevölkerung oder grosse Gruppen), selektive Prävention (als gefährdet geltende Gruppen), indizierte Prävention (Personen, die bereits ein Risikoverhalten oder Symptome aufweisen).
- **Interventionsebene:** Verhaltensprävention (beeinflusst individuelles Verhalten), Verhältnisprävention (richtet sich an das Umfeld des Individuums).

ist es wichtig, die beiden Begriffe zu unterscheiden (vgl. Infokasten): So zielt Gesundheitsförderung darauf ab, das Gesundheitspotenzial zu stärken und die allgemeinen Lebensbedingungen zu verbessern. In der Praxis überschneiden sich die beiden Konzepte aber oft, und gemäss BAG geht es sowohl bei der Gesundheitsförderung wie bei der Primärprävention in erster Linie darum, Schutzfaktoren zu stärken und Risikofaktoren zu reduzieren.

Wichtig ist in diesem Kontext auch der Begriff der Gesundheitskompetenz, den das BAG in der NCD-Strategie beschreibt als «die Fähigkeit, Entscheidungen zu fällen, die sich günstig auf die Gesundheit auswirken». Gesundheit hängt jedoch nicht nur vom individuellen Verhalten ab. «Der Gesundheitszustand der in der Schweiz lebenden Menschen wird zu 60 Prozent von Faktoren bestimmt, die ausserhalb der Gesundheitspolitik liegen», unterstreicht Simon Ming. Der Ansatz «Health in all policies» erfordert daher Anstrengungen in allen Sektoren sowie eine interdisziplinäre, berufsübergreifende und sektorübergreifende Zusammenarbeit.

Finanzierung bleibt eine grosse Herausforderung

Die Finanzierung der Prävention obliegt mehreren Akteuren. Insbesondere die Kantone spielen eine wichtige Rolle in der Gesundheitsförderung, der Gesundheitsversorgung sowie der Information. Das Bundesgesetz über die Krankenversicherung (KVG) definiert die Präventionsleistungen, die von der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP) übernommen werden. Letztere deckt Heilbehandlungen sowie bestimmte Präventionsmassnahmen für besonders gefährdete Versicherte ab⁴. 2012 wurde der Entwurf für ein Bundesgesetz über Prävention und Gesundheitsförderung (PrävG), das insbesondere auf eine bessere Koordination und Wirksamkeit der Präventionsmassnahmen abzielte, vom Ständerat abgelehnt.

Vor diesem Hintergrund stellt die Finanzierung von Präventionsangeboten im Gesundheitswesen eine grosse Herausforderung dar. Aus diesem Grund haben die betroffenen Akteure neue Finanzierungsmodelle entwickelt. Um diese zu unterstützen, hat das BAG 2022 das «Handbuch zur Finanzierung von präventiven Angeboten in der Gesundheitsversorgung» veröffentlicht. Es bietet interes-

⁴ Das KVG sieht vor, dass bestimmte Untersuchungen zur Früherkennung von Krankheiten sowie bestimmte Präventionsmassnahmen für Versicherte mit erhöhtem Risiko übernommen werden. Diese Leistungen müssen von einer Ärztin oder einem Arzt durchgeführt oder verschrieben werden. Die Krankenpflegeleistungsverordnung (KLV) enthält medizinische Massnahmen zur Primärprophylaxe von Krankheiten (zum Beispiel Impfungen gegen übertragbare Krankheiten, Vitamin D zur Vorbeugung von Rachitis und Präexpositionsprophylaxe gegen HIV) sowie Massnahmen zur Sekundärprävention (zum Beispiel Massnahmen zur Krebsfrüherkennung).

sierten Personen und Verantwortlichen von PGV-Angeboten relevante Informationen zur Finanzierung im Allgemeinen sowie eine Übersicht zu möglichen Finanzierungsquellen für PGV-Angebote. Zudem listet es verschiedene Erfolgsfaktoren auf, etwa die Berücksichtigung der Chancengleichheit, den Einsatz etablierter evidenzbasierter Interventionen, den Nachweis von wissenschaftlicher Evidenz oder die Zusammenarbeit mit anderen Institutionen. Das Handbuch stellt auch innovative Finanzierungsmodelle wie Crowdfunding vor und gibt einen Überblick über die wichtigsten externen Geldgeber – beispielsweise die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, die bis 2028 fünf Millionen Franken in innovative Projekte entlang der gesamten Versorgungskette investieren will.⁵

Die Rolle der Spitex in der Prävention

Im Alltag von Gesundheitsfachpersonen findet Prävention in der Lebenswelt der Menschen statt. So auch bei der Spitex: Hier spielen die Mitarbeitenden eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, die Selbstständigkeit und Lebensqualität der Klientinnen und Klienten zu erhalten. Durch ihre regelmässigen Einsätze bei älteren und zum Teil vulnerablen Menschen können sie Risiken frühzeitig erkennen und rechtzeitig handeln. Das KVG deckt Präventionsmassnahmen im Rahmen von Pflegeeinsätzen zu Hause zwar nicht explizit ab. «Koordinationsleistungen durch Pflegefachpersonen in komplexen und instabilen Pflegesituationen könnten allerdings durchaus als Präventionsmassnahmen bezeichnet werden», erklärt Simon Ming.

Bereits heute ist Prävention fester Bestandteil der täglichen Spitex-Arbeit (vgl. Artikel auf Seite 24). Die Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) unterstreicht etwa die Schlüsselrolle von Spitzex-Mitarbeitenden bei der Sturzprävention: «Diese haben direkten Zugang zu älteren Menschen und können daher gezielt dazu beitragen, das Sturzrisiko zu verringern», schreibt sie auf ihrer Website. Über das von der BFU unterstützte und von den Spitzex-Organisationen umgesetzte Programm «StoppSturz» konnte die Sturzprävention nachhaltig in der Spitzex integriert und im Rahmen der KLV dauerhaft finanziert werden (vgl. Artikel auf Seite 28). Abgesehen von der genannten Sturzprävention engagiert sich die Spitzex darüber hinaus mit einer Vielzahl von Präventionsmassnahmen in verschiedenen Bereichen, wie beispielsweise bei Mangelernährung, Einsamkeit oder der Suizidgefährdung (vgl. Artikel auf Seite 32). Aufgrund ihrer Arbeit sind Spitzex-Mitarbeitende besonders vertrauens- und glaubwürdig und daher prädestiniert, kranke und stark gefährdete Menschen zu beraten und zu begleiten. Nicht alle Leistungen sind allerdings durch das KVG gedeckt. «Grundsätzlich müssen etwa Begleitleistungen von den Personen finanziert werden, die sie benötigen», erklärt BAG-Sprecher Ming. Dazu gehören



«Ziel ist es, das Auftreten von Krankheiten zu verhindern. Spezifische Massnahmen zielen darauf ab, dass das individuelle Verhalten geändert und die Lebensbedingungen verbessert werden.»

SIMON MING

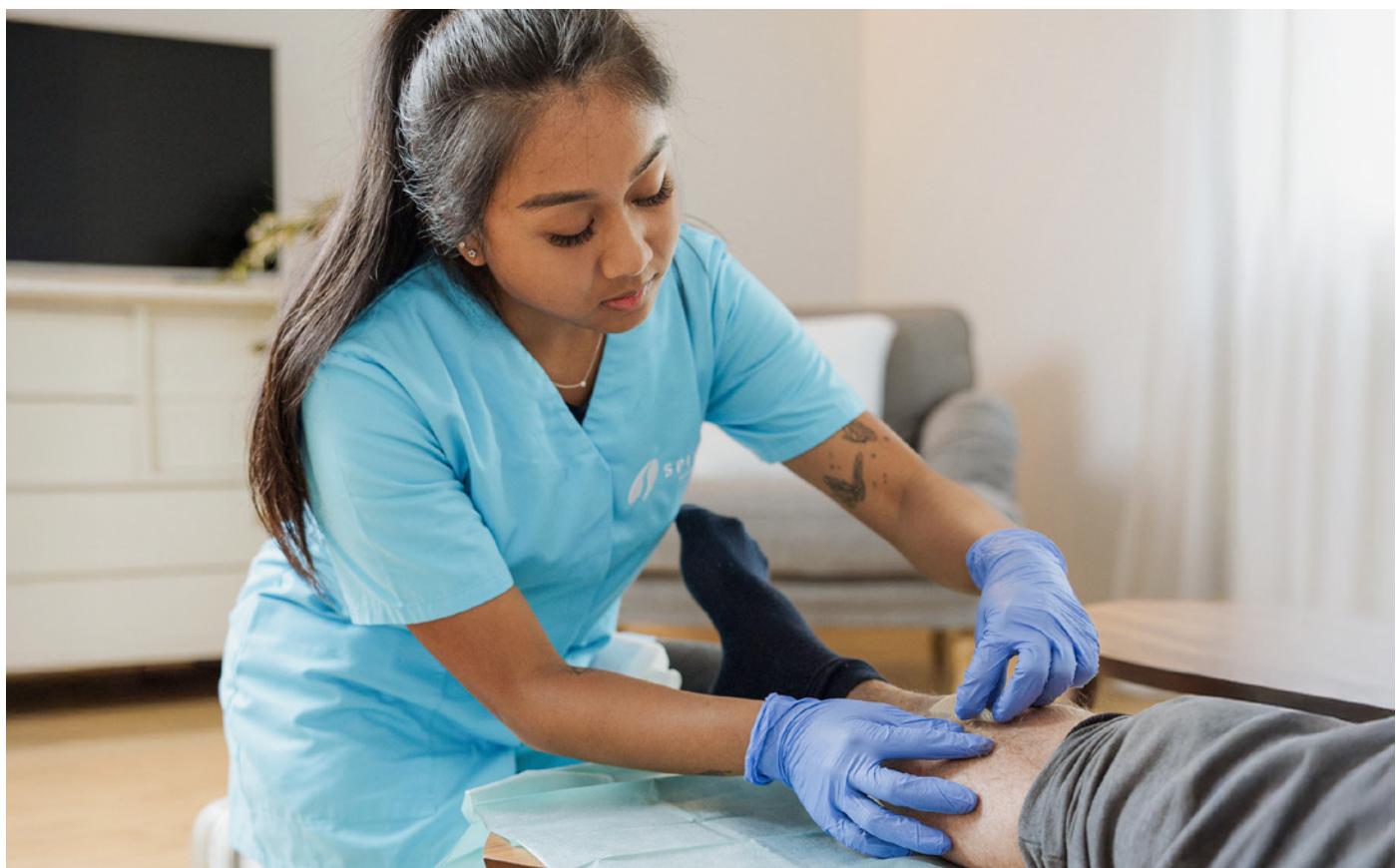
Mediensprecher Bundesamt für Gesundheit (BAG)

Besuchs- und Transportdienste, insbesondere solche mit psychosozialer Ausrichtung, welche die soziale Teilhabe stärken und Einsamkeit vorbeugen. Im Juni 2025 hat der Bundesrat das Bundesgesetz über Ergänzungsleistungen (EL) angepasst. Dadurch sollen bestimmte Begleitdienste über die EL erstattet werden können – laut BAG «voraussichtlich ab 2028» –, um sie insbesondere für Personen mit geringem Einkommen zugänglicher zu machen. «Solche gesetzlichen Anpassungen eröffnen den Spitzex-Organisationen neue Perspektiven im Bereich der Prävention», schliesst Simon Ming. —

⁵ <https://gesundheitsfoerderung.ch/praevention-in-der-gesundheitsversorgung>

«Die Spitex arbeitet auf vielfältige Art und Weise präventiv»

Dass Präventionsprojekte der Spitex oft mit Finanzierungsproblemen zu kämpfen haben, steht der präventiven Arbeit der Spitex nicht gänzlich im Weg: Durch die regelmässige Pflege und Unterstützung ihrer Klientinnen und Klienten trägt die Spitex zur Vorbeugung verschiedenster Krankheiten bei. Dieser Überzeugung ist Petra Weber, Leitung Kerndienste und Fachbereiche sowie Geschäftsleitungsmitglied bei der Spitex Uri.



Die Wundversorgung der Spitex wirkt zum Beispiel drohenden Infektionen und Chronifizierungen entgegen und kann damit als Tertiärprävention betrachtet werden.

Themenbild: Spitex Schweiz/Anja Zurbrügg Photography

SPITEX MAGAZIN: Prävention in der Gesundheitsversorgung ist oft mangelhaft finanziert [vgl. Bericht S.21]. Ist die Spitex Uri darum nicht präventiv tätig?

PETRA WEBER: Prävention ist nicht in der Krankenpflegeleistungsverordnung (KLV) enthalten, weswegen der Begriff für die Versicherer meist ein rotes Tuch ist. Explizite Präventionsangebote bietet die Spitex Uri darum keine an. Prävention ist aber in vielen unserer alltäglichen Leis-

tungen enthalten: Mit unserer Pflege und Unterstützung setzen wir uns aktiv dafür ein, eine Verschlechterung des Gesundheitszustands unserer Klientinnen und Klienten zu verhindern und ihre Autonomie zu fördern. Dadurch leisten wir einen wichtigen Beitrag zur Prävention zahlreicher Krankheitsbilder und können oft den Eintritt in ein Alters- und Pflegeheim hinauszögern oder sogar ganz verhindern.

Betrachten wir genauer, wie die Spitek in ihrem Alltag gemäss der Definition des Bundes¹ Primär, Sekundär- oder Tertiärprävention betreibt. Kann bereits die regelmässige Anwesenheit von Spitek-Mitarbeitenden als Sekundärprävention betrachtet werden, weil dadurch Krankheiten früh erkannt werden?

Auf jeden Fall. Unsere Mitarbeitenden der Pflege und Hauswirtschaft beobachten unsere 350 bis 400 Klientinnen und Klienten aus einem breiten Blickwinkel und erkennen so Krankheiten und problematische Verhaltensweisen frühzeitig – etwa Demenz, Mangelernährung, Sturzgefährdung und Suchtproblematiken. Dadurch sind frühe Interventionen möglich, wodurch Krankheiten verhindert oder zumindest stabilisiert werden können. Zum Beispiel ist unser Frischmahlzeiten-dienst eine gute präventive Massnahme gegen Mangelernährung. Im Weiteren haben unsere Mitarbeitenden auch Kontakt zu den Angehörigen – und können auf entlastende Angebote der Spitek Uri und anderer Organisationen hinweisen, bevor stark belastete Angehörige selbst krank werden.

Ein entlastendes Angebot für Angehörige ist bestimmt das Tagesheim der Spitek Uri, in dem ältere Menschen mit kognitiven oder körperlichen Einschränkungen tagsüber versorgt werden?

Das Tagesheim hat tatsächlich eine grosse entlastende Wirkung auf Angehörige. Es ist aber auch für Klientinnen und Klienten eine Möglichkeit für soziale Kontakte und eine Tagesstruktur, was den Folgen von Vereinsamung und sozialer Isolation entgegenwirkt.

Einsamkeit erhöht das Risiko von Bluthochdruck, Depression und Demenz und verkürzt sogar die Lebenserwartung.² Beugt die regelmässige Präsenz der Spitek auch dem vor?

Die Spitek wird für zeiteffiziente Dienstleistungen bezahlt. Für lange Gespräche bleibt insbesondere in der Pflege kaum Zeit, ein persönliches Gespräch kann aber während der eigentlichen Pflegeleistung stattfinden. Darum kann die Präsenz der Spitek sicherlich präventiv gegen die nicht zu unterschätzenden Folgen von Einsamkeit und sozialer Isolation wirken – meistens sind aber weitere Massnahmen nötig. Hier kann die Spitek die Angebote anderer Organisationen vermitteln.

¹ Primärprävention setzt vor der Entwicklung von Krankheiten ein, Sekundärprävention bedeutet Früherkennung und Frühintervention und Tertiärprävention verhindert Folgeschäden oder Chronifizierungen bei ausgebrochenen Krankheiten, vgl. z.B. die Broschüre «Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV)» des Bundesamtes für Gesundheit (BAG, 2021) sowie den Bericht S.21.

² Vgl. zum Beispiel: www.prosenectute.ch/de/ratgeber/alltag/einsamkeit.html

Das «Spitek Magazin» hat mehrfach darüber geschrieben, dass hauswirtschaftliche Leistungen (HWL) der Spitek mehr sind als «nur» Putzen und Aufräumen. Sind sie auch Prävention?

Sicherlich. Denn die Spitek kann Klientinnen und Klienten befähigen, ihren Haushalt ganz oder teilweise selbst zu führen. Für Menschen mit Demenz ist dies beispielsweise ein kognitives Training und Menschen mit psychischen Krankheiten bereiten wir dadurch auf ein selbstständiges Leben zu Hause vor. Auch Tätigkeiten wie Putzen und Aufräumen haben eine präventive Wirkung, da eine saubere Wohnung das Risiko von Infektionen oder Lungenkrankheiten erheblich verringert. Wenn unsere HWL-Mitarbeitenden zudem mit Klientinnen und Klienten einkaufen oder für sie kochen, tragen sie aktiv zur Vorbeugung von Mangelernährung bei.

Wenden wir uns den KLV-A-Leistungen zu, also der Abklärung, Beratung und Koordination. Diese dürften ebenfalls eine präventive Wirkung haben?

Das ist richtig. Unsere Bedarfsabklärung bei allen neuen Klientinnen und Klienten umfasst immer auch eine Anamnese der Sturzgefahren – und dann versuchen wir, die Gefahren bestmöglich aus dem Weg zu räumen [vgl. Bericht zur Sturzprävention S. 28].

Gehört zur Beratung auch, dass die Spitek die Gesundheitskompetenz ihrer Klientinnen und Klienten fördert?

Diesbezüglich passiert im Alltag der Spitek tatsächlich sehr viel. Unsere Mitarbeitenden geben beratende Inputs, wenn immer sie einen Bedarf erkennen – unter anderem zu Themen wie Hygiene, Trinkverhalten und soziale Isolation. Am Ende liegt der Entscheid, was sie für ihre Gesundheit tun wollen, aber immer bei den Klientinnen und Klienten.

Können die B-Leistungen der Spitek, also die Behandlungspflege, zum Grossteil zur Tertiärprävention gezählt werden? Schliesslich wird diese

Über Petra Weber

Petra Weber, 58, ist gelernte Kinderkrankenschwester, heute lautet ihr Berufstitel Pflegefachfrau HF. Sie besitzt einen MAS in «Management im Sozial- und Gesundheitsbereich» und ist seit 25 Jahren als Führungskraft in der Gesundheitsbranche tätig, seit 6,5 Jahren als Leitung Kerndienste und Fachbereiche sowie Mitglied der Geschäftsleitung der Spitek Uri. —



«Die Spitex muss das Rad nicht neu erfinden, wenn andere Organisationen in der Region bereits gute Prävention betreiben.»

PETRA WEBER

Mitglied Geschäftsleitung Spitex Uri

definiert als die Behandlung von erkrankten Menschen, unter anderem um Chronifizierungen und Folgeschäden zu vermeiden.

Das sehe ich genauso. Zum Beispiel wirkt ein gutes Wundmanagement drohenden Infektionen entgegen und ein gutes Medikamentenmanagement verhindert Chronifizierungen und Folgekrankheiten. Auch unsere Psychiatriepflege wirkt präventiv – beispielsweise, wenn unsere Pflegefachpersonen Psychiatrie jemanden nach einem Klinikaustritt begleiten und damit die Gefahr eines Rückfalls mindern.

Die C-Leistungen (Grundpflege) dürfen neben Aspekten von Tertiärprävention auch solche der Sekundärprävention umfassen, also der Frühintervention bei einer Gefährdung für Krankheiten?

Hierfür könnte man tatsächlich viele Beispiele nennen: So beugt eine regelmässige Fusspflege bei Diabetikerinnen und Diabetikern zahlreichen Folgekrankheiten vor, für die sie besonders anfällig sind. Und das Waschen sowie die Mundpflege von betagten Klientinnen und Klien-

ten wirken stark präventiv, weil die oft nachlassende Hygiene im Alter die Gefahr für Infekte steigert oder zu einem ungesunden Hautzustand führt, was verschiedene Krankheiten bis hin zu Organschäden nach sich ziehen kann.

Sie haben mehrmals «andere Organisationen» erwähnt. Heisst das, dass die Spitex die Prävention im Gesundheitswesen auch stärken kann, indem sie «bloss» andere Anbieter vermittelt?

Genau. Im Kanton Uri bieten unter anderem Pro Senectute Uri, Gesundheitsförderung Uri und SRK Uri viele präventive Angebote an – etwa Möglichkeiten der sozialen Teilhabe oder einen Notrufknopf, der Liegeträuma nach einem Sturz vorbeugt. Im Kanton Uri arbeiten die Organisationen eng zusammen. Die Spitex muss daher das Rad nicht neu erfinden, wenn andere Organisationen in der Region bereits gute Prävention betreiben. Wir können zudem mit präventiv arbeitenden Fachpersonen – wie Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberatern oder Sozialarbeitenden – kooperieren und uns dadurch auf unsere Kerndienstleistungen konzentrieren, was vor allem in Zeiten des Fachkräftemangels wichtig ist.

Nehmen wir zum Schluss an, die Spitex Uri hätte das nötige Personal und Geld: In welchen Präventionsbereichen wäre sie dann gern aktiver?

Im Kampf gegen die zunehmende Einsamkeit und soziale Isolation wünsche ich mir eine Finanzierung von präventiv wirkenden Betreuungsleistungen³ für alle Betroffenen. Derzeit bietet die Spitex Uri keine solche Betreuung an. Ändern könnte sich dies durch eine nachhaltige, im Alltag funktionierende neue Finanzierung, wie diejenige über die Ergänzungsleistungen (EL)⁴. Es wäre auch wünschenswert, dass die Spitex Uri künftig einen noch umfassenderen Blick auf die Gesundheit von – insbesondere älteren – Menschen werfen könnte. Gleichzeitig möchte ich nochmals betonen, dass die Spitex Uri und viele andere Spitex-Organisationen bereits einen grossen Beitrag zur Prävention leisten – und darauf bin ich stolz.

INTERVIEW: KATHRIN MORF

³ Die Paul Schiller Stiftung hat im November 2025 den Bericht «Die präventive Wirkung guter Betreuung im Alter» von Prof. Dr. Martin Hafen publiziert. Er zeigt auf, dass gute Betreuung der Vereinsamung und dem Abbau von Kompetenzen entgegenwirkt und Angehörige entlastet: www.gutaltern.ch/publikationen/studien/die-praventive-wirkung-guter-betreuung-im-alter/

⁴ Der Bund will Betreuung besser finanzieren und hat im Juni 2025 das Bundesgesetz über Ergänzungsleistungen (ELG) angepasst. EL-BezügerInnen haben nun unter anderem Anspruch auf die Vergütung der Kosten für Begleit- und Fahrdienste. Ablauf der Referendumsfrist war der 9. Oktober 2025. Vgl. auch www.spitexmagazin.ch/betreutes-wohnen-staerken

Resilienz – unsere innere Stärke

Resilienz ist die psychische Widerstandskraft, also die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen, Krisen oder Rückschläge zu meistern und sich davon zu erholen, ohne dauerhaft beeinträchtigt zu werden. Nicht angeboren, aber erlernbar. Ein resilientes Mindset beinhaltet oft Akzeptanz, Optimismus, Selbstwirksamkeit, Verantwortung, Netzwerkorientierung, Lösungs- und Zukunftsorientierung.

Nani Nold ist verantwortlich für Inklusion, Chancengleichheit & Gesundheit und arbeitet seit 6 Jahren bei der Allianz Suisse.



«Ausreichend Schlaf und regelmässige Offline-Zeit sind für mich von grosser Bedeutung.»

Nani, Resilienz ist die Fähigkeit, die psychische Gesundheit während Widrigkeiten aufrechtzuerhalten oder danach schnell wiederherzustellen. Wie unterstützt die Allianz ihre Mitarbeitenden in dieser Hinsicht?

Nani Nold: Wir unterstützen auf vielfältige Weise: Wir thematisieren regelmässig mentale Gesundheit und Resilienz, etwa bei unseren Mental Health Breakfasts. Lernangebote, wie zum Beispiel zu gutem Schlaf, fördern die individuelle Resilienz. Zudem bieten wir allen Mitarbeiter:innen die kostenlose Nutzung der Gesundheitsapp Kinastic an, die Resilienz Trainings ermöglicht. Darüber hinaus haben alle Mitarbeitenden Zugang zur externen Beratungsstelle MOVIS, die bei der Lösungssuche in verschiedenen Lebensbereichen hilft.

Werden diese Angebote von den Allianz Mitarbeitenden häufig in Anspruch genommen?

Unsere Lernangebote, insbesondere zum Thema Schlaf, erfreuen sich grosser Beliebtheit. Auch die Vorträge zu Resilienz und zur frühzeitigen Erkennung von psychischen Erkrankungen sind stets gut besucht. Die externe Beratungsstelle MOVIS wird weniger häufig in Anspruch genommen, jedoch erhalten wir von den Mitarbeitenden, die diese nutzen, sehr positives Feedback. Die Gesundheitsapp Kinastic, die individuell auf die Bedürfnisse unserer Mitarbeitenden eingeht, bieten wir erst seit einem halben Jahr an; hier gibt es noch Potenzial für steigende Nutzer:innen-Zahlen.

Wie sieht deine Arbeit konkret aus?

Mein Aufgabenbereich ist vielfältig und bereitet mir grosse Freude. Ich arbeite daran, ein Umfeld zu schaffen, das von Chancengleichheit und Inklusion geprägt ist. Gemeinsam mit dem Inclusion Council, dem Mitglieder der Geschäftsleitung sowie Fach- und Führungskräfte angehören, entwickle ich unsere Chancengleichheitsstrategie und sorge für deren Umsetzung. Im Bereich Gesundheit fördere ich das Wohlbefinden unserer Mitarbeitenden, indem ich Unterstützungsangebote wie die externe Beratungsstelle koordiniere und Themen wie Resilienz und Früherkennung psychischer Erkrankungen in den Fokus rücke.

Jeder Mensch ist anders. Welche vorbeugenden Massnahmen kannst du empfehlen, um die psychische Gesundheit zu stärken? Was machst du für dich persönlich?

Um meine psychische Gesundheit zu stärken, habe ich einige vorbeugende Massnahmen in meinen Alltag integriert, die mir sehr gut tun und mich ausgleichen. Dazu gehört regelmässige Bewegung, sowohl drinnen als auch draussen, wie Spinning, Pilates oder Wandern. Eine überwiegend gesunde Ernährung trägt ebenfalls dazu bei, dass ich mich besser fühle. Auch wenn mir dies nicht immer gelingt, sind ausreichend Schlaf und regelmässige Offline-Zeit für mich von grosser Bedeutung. Der Austausch mit Freund:innen und meiner Familie ist mein persönlicher Energie-Booster und gibt mir zusätzliche Kraft und Unterstützung.

Spitex-Mitarbeitende profitieren dank der Premiumpartnerschaft mit der Allianz von attraktiven Vorteilkonditionen auf ausgewählte Versicherungsprodukte.

→ allianz.ch/de/wsa/spitex-schweiz.html#/formrunner

Premiumpartner von

Allianz

SPITEX
Überall für alle
Schweiz



Silja von Känel (rechts) von den SPITEX-Diensten RUTU berät Maria Ruesch rund um Sturzgefahren.

Bild: Michel Lüthi / www.bilderwerft.ch

Damit der Teppich nicht zur tödlichen Gefahr wird

Sturzunfälle verursachen viel persönliches Leid. In besonders schweren Fällen führen sie sogar zum Tod. Nicht selten liegt die Ursache in der unglücklichen Verkettung verschiedener Faktoren. Die gute Nachricht: Viele Spitex-Organisationen tragen bereits heute massgeblich dazu bei, dass das Leben ihrer Klientinnen und Klienten in den eigenen vier Wänden sicherer wird – und manchmal reichen bereits kleine Veränderungen im Alltag.

EVA ZWAHLEN. Zum Tagesabschluss noch kurz die Nachrichten schauen. Das Schlafmittel und ein Glas Wasser stehen bereit. Die paar Schritte ins Schlafzimmer sind normalerweise kein Problem. Wäre da nicht die aufgerollte Teppichkante, die plötzlich zur Stolperfalle und anschliessenden Sturzgefahr wird. Ein bekanntes Szenario – mit unter Umständen schwerwiegenden Folgen für die Betroffenen und die öffentliche Gesundheit.

Diese Faktoren führen zu Stürzen

Jedes Jahr verletzen sich laut der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) rund 90 000 ältere Erwachsene bei Stürzen so schwer, dass sie ärztliche Behandlung benötigen oder ins Spital müssen. Und jährlich sterben sogar über 1600 Menschen über 65 Jahren an den Folgen eines Sturzunfalls. Nebst persönlichem Leid verursachen diese Sturzunfälle jährliche Kosten in Milliardenhöhe.¹ Die Gründe, die zu diesen Stürzen führen, lassen sich laut Esther Bättig, Pflegefachfrau MScN und wissenschaftliche Mitarbeiterin bei Spitex Schweiz, in die drei Kategorien körperliche Faktoren, Umgebungs faktoren sowie psychische Faktoren einteilen. «Oft verstärken sie sich allerdings auch gegenseitig», führt sie weiter aus. «Alleine kocht man vielleicht nicht mehr so ausgewogen, es entstehen Mängel in der Ernährung, man wird schwächer. Mit zunehmendem Alter nimmt die Gefahr der Fragilität zu. Wenn dann jemand stürzt, so kann dies zu einschneidenden Konsequenzen führen.» Laut BFU sind lange Spitalaufenthalte, Einschränkungen in der Mobilität, Verlust der Selbstständigkeit oder ein frühzeitiger Eintritt in eine Pflegeeinrichtung Folgen dieser Stürze.

Besonders gefährdet: chronisch kranke und multimorbide Menschen

Chronisch kranke, insbesondere multimorbide Menschen haben gemäss Gesundheitsförderung Schweiz (GFCH) ein erhöhtes Sturzrisiko.² Aber auch jüngere Menschen könnten aufgrund der Verkettung verschiedener Umstände – etwa psychische Probleme mit sozialer Isolation und Rückzug – folgenschwer stürzen, betont Esther Bättig. Laut BFU sind 39 Prozent aller tödlichen Sturzverletzungen bei über 65-Jährigen Kopfverletzun-



«Ein lebensweltlicher Zugang zu den Klientinnen und Klienten denkt immer sowohl die Verhaltens- als auch die Verhältnisprävention mit.»

ESTHER BÄTTIG

Wissenschaftliche Mitarbeiterin Spitex Schweiz

gen, bei den 65- bis 74-Jährigen führen in beinahe zwei von drei Fällen Kopfverletzungen zum Tod nach einem Sturz.

Esther Bättig ergänzt: «Gefährlich ist auch das sogenannte «Liegetrauma», wenn also jemand mehrere Stunden am Boden liegenbleibt. Die Immobilität auf dem harten Boden und die körperlichen Druckstellen, zum Beispiel in Kombination mit Blutverdünern, können Einblutungen oder Organschäden zur Folge haben und so ebenfalls zum Tod führen», erklärt sie weiter.

«StoppSturz» als Leuchtturmprojekt

Um die folgenschweren Sturzunfälle zu verhindern und die Sturzprävention für Personen über 65 Jahren systematisch in der Gesundheitsversorgung zu verankern, wurde von 2019 bis 2022 in den Pilotkantonen St. Gallen, Bern, Graubünden, Jura und Zürich das interprofessionelle Projekt «StoppSturz» durchgeführt.³ Esther Bättig nennt es ein «Leuchtturmprojekt»: «Sturz betrifft

¹ Die materiellen Kosten betragen rund CHF 1,6 Mia. Dazu gehören unter anderem Spitälerkosten, Pflegekosten und übrige Heilungskosten sowie indirekte Kosten für Leistungsausfälle, Administration (www.bfu.ch/stoppsturz/ueber-das-portal).

² <https://gesundheitsförderung.ch/prävention-in-der-gesundheitsversorgung/projektförderung/geförderte-projekte/projekt-stopp-sturz>

³ Finanziert wurde das Projekt durch die Projektfinanzierung «Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV)» von Gesundheitsförderung Schweiz und durch Eigenleistungen von Träger- und Partnerorganisationen.



«Prävention und Mobilitätstraining führen zu sichtbaren Veränderungen. Wir versuchen, diese wichtigen Aufgaben nachhaltig in die Spitex-Arbeit zu integrieren.»

MONIKA THÜLER

Geschäftsführerin SPITEX-Dienste RUTU (rechtes, unteres Thunerseeufer)

nie nur eine Profession. Zwar wurden im Rahmen von StoppSturz setting- und berufsspezifische Hilfsmittel entwickelt. Diese waren allerdings gut aufeinander abgestimmt. Zudem wurden bestehende Systeme bei der Spitex, beispielsweise das Bedarfsabklärungsinstrument interRAI HC, miteinbezogen.»

Bei derart hohen Unfallzahlen sei es unverzichtbar, das Thema breit und fundiert anzupacken, ergänzt Ursula Meier Köhler, Beraterin Haus und Freizeit sowie Fachspezialistin für Sturzprävention bei der BFU. Die BFU hat StoppSturz nach der Projektphase von GFCH übernommen. «Ein Sturz im Alter hat Auswirkungen auf die Gesundheit, die Selbstständigkeit und die soziale Teilhabe. Da das Gesundheitssystem föderal organisiert ist, ist es überdies wichtig, dass ein nationales Projekt kantonale und regionale Unterschiede berücksichtigt», führt sie weiter aus.

Finanzierung als wichtige Voraussetzung

Für Esther Bättig dient StoppSturz als idealtypische Vorlage dafür, wie ähnliche Präventionsvorhaben bei der Spitex – gemeinsam mit anderen Akteuren – durchgeführt werden könnten. «Ein gutes Beispiel, wie interprofessionelle Zusammenarbeit aussehen kann», ist sie überzeugt und sagt weiter: «Auch bei anderen Themen, etwa Einsamkeit, könnte so erfolgreich interprofessionell vorgegangen werden – unter der Voraussetzung, dass die Finanzierung garantiert ist.» Letztere wiederum ist beim Thema Sturzprävention sichergestellt: Die Krankenpflege-Leistungsverordnung (KLV) erlaubt – eine gute Pflegeplanung vorausgesetzt – die Abrechnung von sturzpräventiven Massnahmen. Wichtig sei allerdings, so Esther Bättig, dass Fortschritte und der Verlauf gut dokumentiert würden und die Wirksamkeit gegeben sei.

Befähigen – nicht drohen

Dank Früherkennung und mit gezielten Präventionsmassnahmen gegen Stürze kann die Spitex älteren und chronisch kranken Menschen ermöglichen, länger selbstständig im eigenen Zuhause zu leben. Damit diese Massnahmen Erfolg haben, müssen laut Esther Bättig verschiedene Voraussetzungen erfüllt sein. Im Zentrum stehe die sogenannte «informierte Entscheidung» der Klientinnen und Klienten, sagt die Pflegeexpertin, und illustriert es an einem Beispiel: «Ich schaue mir immer zuerst die Rahmenbedingungen in der Wohnung an. Muss beispielsweise eine Glühbirne für eine bessere Beleuchtung ausgetauscht werden, so kläre ich auf, dass schlechte Lichtverhältnisse eine Sturzgefahr bedeuten.» Letzten Endes würden allerdings die Klientin oder der Klient und deren Angehörige entscheiden, ob sie für bessere Lichtverhältnisse sorgen wollen «und diese Entscheidung gilt es zu akzeptieren». Ein lebensweltlicher Zugang zu den Klientinnen und Klienten denke immer sowohl die Verhaltens- als auch die Verhältnisprävention mit.⁴ Eine weitere zentrale Grundlage für wirksame Prävention seien der Beziehungsauflauf und die Kommunikation: «Beides sind wichtige Aufgaben der fallführenden Pflegefachperson. Wir wollen die Menschen befähigen und nicht drohen», erläutert Esther Bättig die Herangehensweise.

Nachhaltige Verankerung

Damit sturzpräventive Massnahmen im Rahmen von StoppSturz ihre Wirkung entfalten können, ist es wichtig, diese bei der Spitex nachhaltig zu verankern. BFU-Beraterin Ursula Meier Köhler schätzt diese Nach-

⁴ Verhaltensprävention beeinflusst das Verhalten von Menschen. Verhältnisprävention zielt auf deren Umfeld ab, zum Beispiel auf die Lebens- und Arbeitsbedingungen.

⁵ Auf einer spezifischen Website der bfu sind alle notwendigen Dokumente und Tipps für die Praxis aufgeschaltet (www.bfu.ch/stoppsturz respektive <https://check.bfu.ch/de/>).

haltigkeit – trotz Herausforderungen, wie Ressourcenknappheit – als zukunftsorientiert ein: «Dank der Zusammenarbeit mit der BFU, den Fachverbänden der Gesundheitsversorgung und mit Gesundheitsförderung Schweiz konnten bereits viele Spitex-Betriebe das strukturierte Vorgehen von StoppSturz übernehmen und fest in ihren Prozessen etablieren.»

Verschiedene Elemente unterstützten die Organisationen, so Ursula Meier Köhler: So stehe die Website www.bfu.ch/stoppsturz allen Fachpersonen der Gesundheitsversorgung in drei Sprachen zur Verfügung. Zudem sei eine systematische Schulung der Mitarbeitenden, etwa über das E-Learning-Tool, einfach umsetzbar. Und schliesslich entwickle die BFU auch weitere Produkte zur Sturzprävention: «Mit der digitalen Checkliste «Wohnraumabklärung»⁵ wollen wir die praktische Arbeit erleichtern und gleichzeitig einem hohen fachlichen Standard gerecht werden», sagt die BFU-Beraterin.

Die Sturzprävention als Teil der Bedarfsabklärung der SPITEX-Dienste RUTU

Dass Präventionsmassnahmen mess- und sichtbare Veränderungen bringen, davon ist auch Monika

Thüler, Geschäftsführerin der SPITEX-Dienste RUTU (rechtes, unteres Thunerseeufer; BE), überzeugt. Die Organisation verfügt über ein auf die Spitex adaptiertes Mobilitätskonzept, in dem Massnahmen zur Bewegungsunterstützung – und damit zur Sturzprävention – enthalten sind. Um deren Wirksamkeit zu gewährleisten, bestehen Standards zur Erfassung und Überprüfung. «Der Bedarf für sturzpräventive Massnahmen wird im Rahmen der Bedarfsabklärung situativ abgeklärt und ist integraler Bestandteil der Pflegeplanung», erklärt Monika Thüler.

Für sie ist klar: «Sensibilisierung, Beratung und ein individuelles, regelmässiges Training führen zu sichtbaren Veränderungen. Wir versuchen nach Möglichkeit, diese wichtigen Aufgaben zielführend und nachhaltig in die Spitex-Arbeit zu integrieren.» Das Mobilitätstraining verbessert nachweislich die Sicherheit und die Kraft. Werde es nicht wiederholt, so sei dies mess- und sichtbar – etwa in der Beweglichkeit oder beim Gangbild. Wie Esther Bättig betont auch die Spitex-Geschäftsführerin die Wichtigkeit des Beziehungsbaus: «Dieser fördert die Motivation bei den Klientinnen und Klienten.»

 **Berner Bildungszentrum Pflege**



PRÄVENTIVES KRISENMANAGEMENT
Zertifikatslehrgang Disaster Nursing

Als Disaster Nurse übernehmen Sie eine führende Rolle in der Vorbereitung, Planung, Edukation und Kommunikation von Krisensituationen in Ihrer Institution.

Infoveranstaltung: 22. Januar 2026
Kursstart: 19. März 2026




Akutgeriatrie
Eigenständigkeit im Alter


KLINIK SUSENBERG

Wir sind für Sie da:
KD Dr. med. Anna Georgi, Chefärztin
Volker Bünz, Leitender Arzt
Telefon 044 268 38 38
www.susenbergklinik.ch
In einem Park am Zürichberg

Persönlich. Engagiert.





Acht Facetten der vielseitigen Spitem-Prävention

Die Spitem Triengen organisiert im Rahmen ihres Angebots «Zeitgeschenk» auch ein Grittibänz-Backen wie hier 2024.

Bild: zvg

Die Spitem hat nicht nur in der Sturzprävention (vgl. Bericht S. 28), sondern in vielen weiteren Bereichen präventive Angebote im Repertoire oder arbeitet an Projekten mit, welche die Prävention stärken. Wir gehen auf acht dieser Präventionsbereiche – von Einsamkeit über Sucht bis hin zu Mangelernährung – in Kürze und Würze und mit je einem Beispiel ein.

TEXT: FLORA GUÉRY UND KATHRIN MORF

1. Prävention im Bereich Einsamkeit

Vielerorts kämpft die Spitem gegen die Einsamkeit ihrer Klientinnen und Klienten, erhöht diese doch unter anderem das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Depressionen und Demenz. Die Spitem Triengen (LU) tut dies seit 2012 mit ihrem «Zeitgeschenk»: «Unsere Mitarbeitenden haben ein Zeitguthaben, das sie unseren Klientinnen und Klienten schenken dürfen – wie viel, hängt vom jährlichen Spendenguthaben ab», erklärt Geschäftsführerin Claudia Heller. Die verschenkte Arbeitszeit darf für eine gemeinsame Beschäftigung nach Wahl genutzt werden. Sie wird in der Zeiterfassung festge-

halten, muss aber weder protokolliert noch genehmigt werden. Manchmal organisieren die Mitarbeitenden auch Aktivitäten für mehrere Personen, etwa ein «Grittibänz»-Backen. «Durch die geschenkte Zeit fühlen sich die Klientinnen und Klienten wahrgenommen, wertschätzt und weniger einsam, was sich positiv auf ihre psychische und physische Gesundheit, Lebensfreude sowie Selbstständigkeit auswirkt», sagt Claudia Heller. «Zudem stärkt das Zeitgeschenk für die Mitarbeitenden die wahrgenommene Sinnhaftigkeit ihrer Arbeit und ist damit ein wichtiger Beitrag zur Burnout-Prävention und Arbeitszufriedenheit.»

→ www.spitem-triengen.ch/files/YFXZGRX/zeitgeschenk_spitem_triengen.pdf

2. Suizidprävention

SERO (Suizidprävention Einheitlich Ressourcen-Orientiert) ist eine Methode der Prävention von Suizidversuchen und Suiziden durch Förderung des Selbstmanagements. Sie wurde von 2021 bis 2024 von der Luzerner Psychiatrie AG (lups) getestet und umfasst vier Massnahmen: eine Suizidrisikoeinschätzung durch Gesundheitsfachpersonen mittels PRISM-S-Methode, einen Sicherheitsplan für die Gefährdeten, den Besuch eines Ensa-Kurses zum Thema Suizidprävention durch Angehörige und die Unterstützung der Gefährdeten beim Monitoring ihrer Suizidalität durch die App SERO. Von 2022 bis 2024 wurden auch 250 Spitex-Mitarbeitende aus neun Kantonen in Prism-S geschult. 2023 berichtete eine Mitarbeiterin von Spix Obwalden, SERO sei ein «wirkliches Auffangnetz für Betroffene» (vgl. Spix Magazin 4/2023).

Inzwischen wurde SERO in Regelbetrieb und Regelfinanzierung der beteiligten Betriebe übernommen. «Pro Jahr nutzen 1200 Personen die App im Schnitt je 5500-mal, wobei 78 Prozent die App weiterempfehlen würden. Und das Druckmaterial wie der Sicherheitsplan und der App-Flyer werden rege bestellt», berichtet Rebeca Riefoli, Assistentin der Bereichsleitung Pflege bei der lups. «Eine Studie von Swiss tph hat zudem gezeigt, dass die SERO-Massnahmen kurz- und längerfristig zu signifikant weniger Wiederaufnahmen in stationäre Einrichtungen bei Personen mit erhöhtem Suizidrisiko führen.»

Die kostenlose SERO-App ist in Deutsch, Französisch und Italienisch verfügbar, das kostenlose SERO-Druckmaterial in Deutsch.

→ <https://sero-suizidpraevention.ch>

3. Suchtprävention

Das 2020 vom Fachverband Sucht initiierte Pilotprojekt «1+1=3» hatte Kooperationen zwischen Spix und Suchtberatung zum Ziel, um Menschen mit problematischem Substanzkonsum besser zu erreichen. Dies auf Basis des «Lenzburger Modellkonzepts», das anhand von Fallbeispielen aufzeigt, wie eine solche Kooperation aussehen kann. Seit Sommer 2021 arbeitet im Aargau die Spix Limmat Aare Reuss AG mit dem Suchtberatungs-Zentrum BZBplus zusammen. «In einem Workshop zum Thema Sucht konnten unsere Regional- und Teamleitungen wertvolle Kenntnisse erwerben und diese gezielt an ihre Teams weitergeben», berichtet Nanning Carstensen, Leiter Psychiatrie der Spix LAR. «Zudem finden regelmässig gemeinsame Fallbesprechungen statt und das BZBplus ist jederzeit schnell und unkompliziert für fachliche Rückfragen für uns da. Da-

über hinaus stellt es uns hilfreiches Informationsmaterial zur Verfügung.» Durch die Kooperation können die Mitarbeitenden der Spix LAR ihren Klientinnen und Klienten noch mehr Fachwissen zur Verfügung stellen. «Sie erkennen problematischen Konsum und Sucht frühzeitig und können Betroffene wie auch Angehörige mit ihren Kompetenzen bestmöglich begleiten», lobt Nanning Carstensen.

→ <https://fachverbandsucht.ch/de/news/modellkonzept-zur-interprofessionellen-zusammenarbeit-von-suchthilfe-und-spix>

4. Prävention im Bereich Mundgesundheit

Zusammen mit der Aktion Zahnfreundlich Schweiz und dem Berufsverband Swiss Dental Hygienists setzte Melanie Loessner von der Agentur vitamintexte von 2020 bis 2023 das Pilotprojekt «minimal einmal» in den Kantonen Basel-Stadt und Baselland um: Unter anderem schufen die Beteiligten Informationsmaterialien zum Thema Mundgesundheit und Ernährung im Alter sowie zugehörige Schulungen für Spix-Mitarbeitende. Seitdem gingen diese Schulungen weiter: Melanie Loessner organisierte zwischen 2023 und 2025 vier Spix-Schulungen im Auftrag des Kantons Aargau sowie acht im Auftrag von Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich in Zusammenarbeit mit dem Spixverband Kanton Zürich. «Die dreistündigen Schulungen über Mundgesundheit und Zahnpflege von älteren Menschen wurden von Referentinnen von Swiss Dental Hygienists durchgeführt. 90 Prozent der Teilnehmenden gaben an, dass sie das Erlernte im Pflegealltag gut umsetzen können», berichtet sie. Derzeit ist sie mit weiteren Kantonen für weitere Spix-Kurse in Kontakt. «Gut essen und trinken zu können, ist besonders für die Lebensqualität und Gesundheit älterer Menschen wichtig», sagt sie. «Dafür ist es entscheidend, minimal einmal täglich Mund und Zähne zu pflegen – allein oder mithilfe der Spix.»

→ www.vitamintexte.ch/menu/projekte/minimal-einmal

5. Prävention von Mangelernährung

Mangelernährung ist eine vor allem im Alter oft unterschätzte Gefahr, die zahlreiche physische und psychische Folgekrankheiten nach sich ziehen kann. Spix-

Das Leben ist schön mit kleinen Hilfsmitteln



Schützen Sie Ihre Mitarbeitenden und Menschen mit Unterstützungsbedarf

Lernen Sie mit unserem Präventionsmodul «Hilfsmittelparcours aus dem Koffer» den Cleveren Transfer kennen. Üben Sie an fünf typischen Alltagssituationen, wie Sie mit kleinen Hilfsmitteln Patientinnen und Patienten körperschonend und sicher transferieren – praxisnah, einfach und flexibel.

Organisationen wie die Neuenburger NOMAD (Neuchâtel Organise le Maintien A Domicile) versuchen Mangelernährung darum frühzeitig zu erkennen und zu bekämpfen. Genauer wendet die NOMAD seit 2022 ein Konzept zur Erkennung von Mangelernährung bei ihren Klientinnen und Klienten an, das insbesondere auf dem Fragebogen «MNA-SF» («Mini Nutritional Assessment – short form») basiert. Dieses Werkzeug hilft bei der Erkennung einer bestehenden Mangelernährung oder eines Risikos hierfür bei älteren Menschen über 65 Jahren – und dies mit nur sechs Fragen zu Themen wie Nahrungsaufnahme, Gewichtsverlust und Mobilität. Die Pflegefachpersonen der NOMAD, die darin geschult sind, frühe Anzeichen von Mangelernährung zu erkennen, arbeiten in einem interdisziplinären Team mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt zusammen, um im Ernstfall schnell eingreifen zu können. Zum Beispiel wird bei Bedarf eine – von den Krankenversicherern finanzierte – Ernährungsberatung durch die internen Diätassistentinnen und Diätassistenten von NOMAD aufgegelistet.

→ <https://nomad-ne.ch/soins/nutrition/>

6. Prävention im Bereich Demenz

Das Pilotprojekt «Demenz-Kompetenz und Monitoring – Vernetzt für kompetente Demenzversorgung (DeKoMo)» der Universitätsklinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD) AG zielt auf eine Früherkennung von komplizierten Verläufen bei Menschen mit Demenz sowie eine Frühintervention ab. Es umfasst von 2025 bis 2028 drei Teile in den Settings Alters- und Pflegeheim, alterspsychiatrische Klinik und Spitem-Organisation in den Kantonen Bern und Zürich. In der ersten Projektphase werden Mitarbeitende in den drei Settings über interne Multiplikatorinnen und Multiplikatoren geschult. «Wir empfehlen ein bis zwei Mitarbeitende pro Demenz-Team der Spitem für die Fortbildung zur Multiplikatorin oder zum Multiplikator anzumelden», erklärt Giuliana Crippa, Doktorandin an der Universitätsklinik. Aktuell arbeite das Projektteam bereits mit Spitem Bern und Spitem Zürich zusammen und stehe mit weiteren Organisationen in Kontakt. Teilprojekt 2 fördert die lokale Vernetzung der beteiligten Settings und Teilprojekt 3 kümmert sich um die langfristige Sicherung der Netzwerke sowie die Qualitätssicherung. «DeKoMo soll durch gezielte Kompetenzerweiterung eine frühzeitige Erkennung von Demenzsymptomen ermöglichen, um Komplikationen und Komorbiditäten zu vermeiden, Settingwechsel und De-

lir-Risiken zu reduzieren sowie die Sturzprävention zu stärken», erklärt Giuliana Crippa. Die Arbeit im Netzwerk entfalte zudem eine präventive Wirkung durch den gemeinsamen Austausch von Erfahrungen und Ideen rund um herausfordernde Fälle sowie durch eine bessere Nutzung vorhandener Angebote und Ressourcen. Das Pilotprojekt wird durch Gesundheitsförderung Schweiz finanziert. «Mit externer Begleitung erheben wir aber die Datengrundlage zur Begründung einer nachhaltigen Finanzierung durch Versicherungen und Kantone».

→ www.dekomo.ch

7. Prävention von Flüssigkeitsmangel

Die zunehmenden Hitzetage gefährden die Gesundheit der vulnerablen Klientinnen und Klienten der Spitem besonders. Trinken sie nicht ausreichend, droht ein Flüssigkeitsmangel, der unter anderem zu Herzinfarkten, Schlaganfällen und Lungenembolien führen kann. Die Spitem Grenchen (SO) will dies seit 2024 mit dem Angebot «Einen über den Durst trinken – weil Wasser Leben ist» verhindern: «Steigt das Thermometer über 25 Grad, rufen Freiwillige täglich die 10 bis 15 Klientinnen und Klienten an, welche dies wünschen, und erinnern sie an die regelmässige Wasseraufnahme», berichtet Geschäftsleiterin Lena Saira Dick. Die Arbeitszeit der Mitarbeitenden der Spitem Grenchen, die unter anderem Dokumente wie einen Gesprächsleitfaden erstellt haben und die Anrufe für die Freiwilligen vorbereiten, wird mittels Spenden finanziert. «So wollen wir Hospitalisationen und Komplikationen aufgrund von Flüssigkeits-

Hirngesundheit fördern durch «Serious Games»

Spielen und gleichzeitig etwas für die Hirngesundheit tun – dies ermöglichen sogenannte «Serious Games». Im Rahmen des preisgekrönten Projekts «SIGMA» untersuchte die Fachhochschule Südschweiz (SUPSI), wie die kognitive Leistung im Alter mittels solcher Spiele gezielt stimuliert werden kann. Die Spitem Mendrisio (Associazione Assistenza e Cura a Domicilio del Mendrisiotto e Basso Ceresio ACD) hat das Projekt unterstützt. Ein Bericht dazu ist exklusiv verfügbar im Webmagazin unter www.spitemmagazin.ch



Liftsysteme,
die bewegen.

Treppenlifte von den Lift-Experten



Plattformlifte
und Aufzüge

hoegglift.ch

St. Gallen T 071 987 66 80
Bern T 033 439 41 41
Lausanne T 021 800 06 91



Weiterbildung an der Berner Fachhochschule

- CAS Gerontologie – Alter(n) mitgestalten | Start: April 2026
- CAS Ambulante Psychiatrische Pflege | Einstieg jederzeit möglich
- Fachkurs Motivational Interviewing | Start: März 2026
- Fachkurs Ältere Menschen und Angehörige systemisch und ressourcenorientiert beraten | Start: April 2026
- Fachkurs TeamSTEPPS für eine sichere Patient*innenversorgung | Start: August 2026
- Kurs DOSAVI – Häusliche Gewalt erkennen und Betroffene kompetent an Fachstellen verweisen
Start: April 2026



► Gesundheit

bfh.ch/gesundheit/weiterbildung

Trendtage
Gesundheit
Luzern

Trends und Perspektiven im Gesundheitswesen
Machbarkeit – Finanzierbarkeit – Ethik
trendtage-gesundheit.ch

GRENZENLOSIGKEIT

Grenzen ziehen - verschieben - überwinden

25. und 26. März 2026

KKL Luzern

Jetzt
Ticket lösen!



**Marianne
Pfister**
Co-Geschäfts-
führerin Spitäler
Schweiz



**Michael
Simon**
Direktor Pflege-
wissenschaft
Universität Basel



**Jürg C.
Streuli**
Institutsleiter
Stiftung
Gesundheits-
kompass



**Flavia
Wasserfallen**
Ständerätin



AstraZeneca

HIRSLANDEN

INTUITIVE

KESSLER

prio.SWISS
Der Verband
Schweizer Krankenversicherer

USZ
Universitäts
Spital Zürich

mangel vermeiden. Zudem helfen die Anrufe gegen Einsamkeit. Darum nehmen sich die Freiwilligen auch gern länger Zeit für einen Anruf als nötig», erklärt Lena Saira Dick. «Weil sich der Freiwilligenverein, der die Anrufe bisher übernommen hat, auflöst, ist unser Angebot nun aber gefährdet. Wir würden uns sehr über neue Freiwillige für nächsten Sommer freuen.»

→ Mehr Informationen per Mail:
lena.dick@spitex-grenchen.ch

8. Allgemeine Gesundheitsförderung im Alter

Die Spitex des Kantons Waadt, die AVASAD (Association vaudoise d'aide et de soins à domicile) setzt derzeit das Projekt «Bien-vieillir» um («Gut altern», vgl. Bericht vom 5. November auf www.spitexmagazin.ch): Die sozialmedizinischen Zentren (SMZ) der Organisation entwickeln ihre Arbeit in Richtung Gesundheitsförderung und Prävention weiter. Ein Teilprojekt von «Bien-vieillir» sowie «Vieillir2030» des Kantons Waadt widmet sich seit Juni 2025 der digitalen Inklusion: In Zusammenar-

beit mit dem Senior-Lab der Hochschule für Gesundheit «La Source» will die AVASAD dafür sorgen, dass Menschen ab 65 Jahren durch die Nutzung digitaler Programme und Tools zu Akteurinnen und Akteuren in ihrer eigenen Gesundheitsförderung werden. Schliesslich sind digitale Technologien laut dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) wichtige Hilfsmittel für ältere Menschen, um unter anderem Erkrankungen selbst vorzubeugen und mit Gesundheitsfachpersonen zu kommunizieren.¹ In einem ersten Schritt ermitteln die Projektverantwortlichen derzeit, welche Bedürfnisse die älteren Menschen rund um digitale Technologien haben und welche Kompetenzen sie benötigen. So wollen sie die relevantesten Tools und Programme identifizieren und einen Aktionsplan entwickeln, um die digitale Kompetenz älterer Menschen zu Hause schrittweise zu fördern. Das «Spitex Magazin» wird über die Fortschritte des Projekts berichten.

→ www.cms-vaud.ch/notre-action-en-faveur-du-bien-vieillir

¹ Vgl. www.bag.admin.ch/dam/de/sd-web/FcDCC56q9pIC/broschure_gesund-altern-digitalisierung.pdf

Ihre Meinung zum «Spitex Magazin» ist gefragt!

Wir möchten das «Spitex Magazin» in den kommenden Monaten weiterentwickeln, um Form und Inhalte zeitgemäß zu gestalten. Uns interessiert daher unter anderem, ob Sie das Magazin lieber gedruckt oder online lesen, wie viel Zeit Sie dafür aufwenden, welche Rubriken Ihnen besonders gefallen und welche Inhalte Sie sich zusätzlich wünschen.

Über den QR-Code oder www.spitex.ch/umfrage gelangen Sie zur Umfrage. Diese dauert lediglich ein paar Minuten. Unter allen Teilnehmenden verlosen wir drei Reka-Geschenkkarten im Wert von je 100 Franken.

Teilnahmeschluss ist der 31.12.2025.

Danke für Ihre Teilnahme!



Auch an den Festtagen ist die Spitemx überall für alle da

Während der Weihnachtstage und rund um Silvester benötigen die Klientinnen und Klienten der Spitemx ebenfalls Pflege und Unterstützung. Ein Klient und eine Mitarbeiterin erzählen, wie sie Spitemx-Einsätze in dieser besonderen Zeit erleben.

TEXT: MARTINA KLEINSORG

Die «Spitemx-Engel» sind die einzigen Gäste an Weihnachten

Der 97-jährige Rico Dönz kommt dank der täglichen Unterstützung der Spitemx Region Landquart und den wöchentlichen Besuchen seiner Tochter Andrea gut allein im eigenen Haus zurecht. Auch an den Festtagen geniesst er das selbstbestimmte Leben in Gesellschaft seiner Katze Amira.

«Nicht, dass Sie denken, dass es mich traurig macht: Ich feiere Weihnachten gerne allein mit meiner Katze – mit ihr kann ich alles besprechen, allerdings antwortet sie nie», wischt Rico Dönz allfällige Zweifel vom Tisch und lächelt. «Es ist schon ein Tag, an dem man zurückblickt und reflektiert – aber im Grossen und Ganzen ist es für mich ein Tag wie jeder andere.»

Der 97-Jährige lebt mit Amira, die aus dem Tierheim stammt, in Maienfeld (GR) am Rande der Weinberge oberhalb des historischen Städtchens. Es ist das ehemalige Elternhaus seiner acht Jahre jüngeren Frau Bettina, die 2014 verstarb. «Ich hätte nicht gedacht, sie zu überleben, aber es geht nicht alles nach Statistik», sagt er.

Geburt unter Fanfarenkängen

Geboren wurde Rico Dönz am 8. Februar 1928 in St. Moritz – unter Fanfarenkängen, wie er erzählt. «Wir wohnten im Bahnhofsgebäude. Ein Sonderzug mit Ehrengästen für die Olympiade fuhr ein, und die Kapelle

spielte auf.» Nach seinem Vater wurde er Ulrich getauft, doch gefiel seiner Mutter die italienische Kurzform besser. «Bis heute nennen mich alle nur Rico, sogar das Steueramt.» 1947 begann er die Lehre zum Stationsbeamten bei der SBB in Maienfeld, wo er Bettina kennenlernte. Später wechselte er zur Berufskrankenkasse SKV, die er 27 Jahre leitete, bis er 1993 in Pension ging. Nach vier Jahrzehnten in Thalwil am Zürichsee zog das Paar nach Maienfeld zurück.

Kurz nach ihrem 70. Geburtstag erlitt Bettina Dönz einen Schlaganfall. Die folgenden sechs Jahre betreute ihr Mann sie mit Unterstützung der Spitemx Region Landquart zu Hause. «Ihr fehlte die Kraft zum Kartoffelschälen, doch führte sie im Haushalt noch das Kommando», erinnert er sich schmunzelnd. Ihre letzten beiden Lebensjahre verbrachte sie im Pflegeheim, wo er sie täglich besuchte.

Gesundheitlich hat Rico Dönz selbst einiges durchstehen müssen: neun Operationen wegen eines Blasen-

Spitex-Klient Rico Dönz
in seiner Küche in Maienfeld.
Bild: Martina Kleinsorg



tumors und einen bösartigen Hauttumor mit Metastasen im ganzen Körper. Nach zweijähriger Immuntherapie seien diese gänzlich verschwunden. «Das ist zehn Jahre her, und ich lebe immer noch. Dafür danke ich täglich meinem Herrgott.»

Dank an die Tochter und die «Spitex-Engel»

Sein Leben noch zu Hause verbringen zu können, sei ein Privileg. «Die Spitex Region Landquart hat daran grossen Anteil», sagt Rico Dönz. Seinen Dank hat er bereits vor zwei Jahren in einem Brief an die «Spitex-Engel» beklendet (siehe Bericht auf www.spitexmagazin.ch vom 2. Juli 2024). Eine der Spitex-Mitarbeitenden habe ihn schon bei der Pflege seiner Frau unterstützt, doch seien alle im Team längst vertraute Gesichter. Morgens und abends kommt jemand zum An- und Ausziehen der Stützstrümpfe und cremt einmal täglich seine trockene Haut ein. Dienstags erhält er Hilfe beim Duschen und die

Hauswirtschaft wechselt die Bettwäsche; das Mittagessen bringt täglich der Spitex-Mahlzeitendienst. Trotz enger Einsatzpläne bleibe stets Zeit für ein persönliches Wort. «Man fragt, ob ich gut geschlafen habe und erkundigt sich nach Amira. Und bitte ich einmal darum, den Briefkasten zu leeren, wird auch das gerne erledigt.»

Nach einem Oberschenkelbruch ist Rico Dönz auf den Rollator angewiesen und bewohnt nur noch eine Etage seines Hauses. «Meine Tochter Andrea hat mir Treppeverbot erteilt», erklärt er. Die 66-Jährige kommt jede Woche von Birsfelden (BL), um nach dem Rechten zu sehen – 200 Kilometer pro Weg. «Das ist nicht selbstverständlich. Ich finde es grossartig.» Andrea sorge dafür, dass er genug trinke und richte seine Kleider, damit die Hosenträger zu Hemd und Hose passen. Für die Stube hat sie ein Christbäumchen mit LED-Laternen mitgebracht, in der Küche verströmt ein selbstgebasteltes Adventsgesteck vorweihnachtliche Stimmung. Die Fest-

Das Pflegebett mit geteilten Seitengittern

Zum Kaufen oder Mieten

Ab sofort können Sie bei uns auch ein Pflegebett mit geteilten Seitengittern mieten. Standardmässig wird das Fuchsia GS mit zwei Seitengittern und zwei Seitenblenden geliefert. Durch den modularen Aufbau können die Seitengitter und Blenden mit wenigen Handgriffen beliebig konfiguriert werden.

Nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf und profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung und unserem Fachwissen.



**HEIMELIG
BETTEN**
Das Pflegebett für daheim

heimelig betten AG · Einfangstrasse 9 · CH-8575 Bürglen · T 071 672 70 80 · heimelig.ch · info@heimelig.ch

«Vielleicht kommt man ein wenig ins Plaudern, und der Besuch der Spitex dauert dann etwas länger.»

RICO DÖNZ

Klient Spitex Region Landquart

tage verbringe Andrea mit ihren Töchtern und deren Familien, die alle in Birsfelden wohnen; sein ältestes Urenkelkind ist drei. «Die Weihnachtsfeiern meiner Kinder sind mir zu viel Trubel», sagt Rico Dönz.

Alltagsroutine auch an Festtagen

Dass die Spitex ihre Arbeit an den Festtagen in gewohnter Weise erledigt, schätzt er sehr. «Vielleicht kommt man ein wenig ins Plaudern, und der Besuch dauert dann etwas länger.» Zum Mittagessen gebe es ein feines Weihnachtsmenü, Amira bevorzuge ihr übliches Futter. «Sie

mag nichts vom Tisch, lieber fängt sie ab und zu eine Maus.» Der Film «Drei Haselnüsse für Aschenbrödel» gehöre für ihn zum Festtagsprogramm. Sonst schaue er wenig TV, sondern widme sich lieber seinem täglichen «Training fürs Hirn» – mit Drehpuzzles und anderen analogen und digitalen Denksportspielen; alles Geschenke seines 62-jährigen Sohnes, der in Schlieren (ZH) lebt. Neben dem Lesen – Andrea versorgt ihn laufend mit neuer Lektüre – zählt Rico Dönz das Schreiben zu seinen Hobbys. Gerade arbeite er am dritten Teil seiner «Erinnerungen an neunzig Jahre.» Ein Exemplar des ersten Bands mit charmant-amüsanten Anekdoten aus seinem Leben vom Lausbub bis zum schneidigen Junggesellen überreicht er der Journalistin.

Gefragt, was auf seinem Wunschzettel stehe, winkt er ab: «Für Wünsche habe ich zu wenig Fantasie.» Er hoffe, weiter gut über die Runden zu kommen und schmerzlos zu bleiben – nur die Knie schmerzten bei jeder Bewegung. «Und der Verstand soll mir nicht abhandenkommen», ergänzt er. «Aber das kann man ja nicht steuern.» Ob er 100 Jahre werde oder nicht, nehme er, wie es komme. «Ich habe ein schönes Leben gehabt. Jedes schlimme Erlebnis ist im Rückblick nur eine Episode, die ihren Schrecken verloren hat.»

**Die Zukunft
ist offen.
Wir bereiten
Sie darauf
vor.**

Fachkurse, Lehrgänge und Inhouse-Weiterbildungen

- Führung/Management
- Sozial- und Kindheitspädagogik
- Pflege und Betreuung
- Gastronomie/ Hauswirtschaft
- Selbst- und Sozialkompetenz



Weiterbildung



Weil erstklassige
Bildung wirkt.
artisetbildung.ch

ARTISET
Bildung

JETZT REGISTRIEREN

SONK

30.04. – 01.05.2026
29. DEUTSCHSPRACHIG-EUROPÄISCHES SEMINAR (deso)

**PALLIATIVE CARE BEI
ONKOLOGISCHEN PATIENTEN**

KARTAUSE ITTINGEN (CH)



STIFTUNG FÜR ONKOLOGISCHE FORTBILDUNG UND KONGRESSE (SONK)
RORSCHACHERSTRASSE 150
9006 ST.GALLEN SCHWEIZ +41 71 243 09 90
INFO@SONK.CH WWW.SONK.CH

«Ich finde es sehr schön, an Weihnachten zu arbeiten»

Seit 22 Jahren besucht Pflegefachfrau Nicole Schmid von der Spitex Otelfingen und Umgebung (ZH) ihre Klientinnen und Klienten – oft auch an den Feiertagen. Dabei erlebt sie viele schöne Momente, doch gehen ihr schwere Schicksale in dieser Zeit auch besonders nahe.

An den Festtagen zu arbeiten, mache ihr nichts aus, sagt Nicole Schmid. «Ich finde es sogar sehr schön.» Die 57-Jährige ist Pflegeverantwortliche mit einem 90-Prozent-Pensum bei der Spitex Otelfingen und Umgebung (ZH), ihrer Arbeitgeberin seit 22 Jahren. «Allerdings haben wir keinen Spätdienst, sondern arbeiten in der Regel nur bis 18 Uhr.» Dies werde sich mit dem Zusammenschluss mit der Spitex Regional Bezirk Dielsdorf im Januar 2026 ändern, sagt die Pflegefachfrau HF.

«Die Stimmung ist an den Feiertagen schon ein wenig anders als sonst – vielleicht liegt es auch an mir, weil ich Weihnachten so gern mag.» Nicole Schmid und ihre Spitex-Kolleginnen haben jedes Jahr ein wechselndes Geschenk für ihre Klientinnen und Klienten dabei – mal ist es ein kleiner Weihnachtsstern oder eine Handcreme,

mal ein grosser Spitzbub beziehungsweise für Diabetiker ein feiner Tee. «Kleine Aufmerksamkeiten, die auch Verwendung finden», ist Nicole Schmid überzeugt.

Das liebste Weihnachtslied gemeinsam singen

Nicht alle Klientinnen und Klienten haben ihr Zuhause weihnachtlich dekoriert – weil sie es nicht wollen oder nicht mehr können. Gerne lässt die Pflegefachfrau bei ihrem Besuch fröhlich-besinnliche Stimmung einkehren, etwa, indem sie auf ihrem Handy ein Weihnachtslied abspielt oder die Melodie während der Pflege summt. «Ich frage, ob sie es kennen und welches denn ihr liebstes Weihnachtslied ist – und das singen wir dann gemeinsam», erzählt sie. «Die meisten geniessen es, wenn unser Einsatzplan es zulässt, an den



Pflegefachfrau Nicole Schmid von der Spitex Otelfingen und Umgebung unterwegs zu ihren Klientinnen und Klienten.
Bild: zvg



Stadt Zürich
Schulungszentrum Gesundheit

Bilden Sie sich weiter im Arbeits- feld Spitex!



Wir bilden. Spitex-Skills.

SGZ Campus



SO FÄHRT SPITEX HEUTE – ELEKTRISCH, AUFFÄLLIG, NACHHALTIG.

Der Microlino ist die ideale Lösung für Spitek-Unternehmen, die effizient, kostengünstig und sichtbar unterwegs sein wollen.



- **Kosteneffizient:** Minimaler Stromverbrauch sowie tiefe Steuer- und Versicherungskosten senken Ihre Gesamtkosten.
- **Kompakt & praktisch:** Nur ein Drittel so gross wie ein Auto – ideal für enge Quartiere und das Laden an der Haushaltssteckdose (Ladung an der Wallbox ebenfalls möglich).
- **EyeCatcher:** Sein einzigartiges Design zieht Blicke an und macht jede Fahrt zur mobilen Visitenkarte Ihrer Spitek.

Mehr Dazu



Kontakt aufnehmen



Partner von:



Gemeinsam profitieren



Büro und mehr



«iba ist seit über 20 Jahren zuverlässiger Partner von Spitek Schweiz. Die schweizweit rund 400 Spitek-Organisationen erhalten von iba jederzeit eine kundenorientierte Lösung. Der Dachverband Spitek Schweiz wertet das Kundenerlebnis durchgängig positiv – iba bietet einen top Service!»
Marianne Pfister
Co-Geschäftsführerin
Spitek Schweiz

«Mit der Spitek verbindet uns eine langjährige, erfolgreiche Partnerschaft. Wir freuen uns auf weitere, gemeinsame Jahrzehnte.»
Nicola Sonnessa
Key Account Manager
Verbände und Gruppierungen, iba

Wie kann ich von den iba Vorzugskonditionen profitieren?

Schicken Sie Ihre Koordinaten an
member@iba.ch
oder registrieren Sie sich unter
www.iba.ch/Spitek



**Willkommens
Rabatt**
CHF 20.–
auf Ihre Bestellung ab CHF
150.–
Im Online-Warenkorb
Code
SPITEX25
eingeben oder am
Telefon erwähnen.

«Ich frage, welches ihr liebstes Weihnachtslied ist – und das singen wir dann gemeinsam.»

NICOLE SCHMID

Pflegefachfrau Spitex Otelfingen und Umgebung

Festtagen auch einmal fünf Minuten länger zu bleiben und einfach ein bisschen zu reden – doch stossen wir ebenso auf Verständnis, wenn es nicht möglich ist.» Bei acht bis 16 Klienten und Klientinnen am Tag bleibe wenig Spielraum; das sei an Weihnachten leider kaum anders.

Viele ältere Menschen würden an den Festtagen von ihren Familien besucht oder zur Feier abgeholt, doch einige verbrachten Weihnachten auch ganz allein. «Meist sind dies Männer, deren Frau verstorben ist oder die vielleicht nie geheiratet haben und kinderlos geblieben sind. Bei anderen wohnen die Angehörigen im Ausland oder man lebt seit Jahren im Streit», erzählt Nicole Schmid. Mit einfühlenden Worten gelänge es ihr meist, die allenfalls niedergeschlagene Stimmung aufzuhellen.

Das letzte Fest im vertrauten Daheim

So manche schwere Schicksale gehen der Pflegefachfrau besonders nahe. Etwa wenn sich bei älteren Eheleuten der Partner oder die Partnerin in einer Palliativsituation befindet und der dringende Wunsch der beiden sei, das letzte gemeinsame Weihnachtsfest im vertrauten Zuhause zu erleben. «Letztes Jahr durften wir eine schwer kranke, jüngere Klientin betreuen, die die Weihnachtszeit noch daheim mit ihrem Mann und den erwachsenen Kindern verbringen konnte, Anfang Jahr ist sie dann gestorben. Es war eine sehr schwierige Situation für die Familie – so etwas berührt mich natürlich auch», sagt Nicole Schmid. Zwar habe sie mit den Jahren gelernt, sich innerlich abzugrenzen und nicht alles mit nach Hause zu nehmen: «Doch manchmal gelingt das nur bedingt.»

Ob die Spitex für die Klientinnen und Klienten an den Festtagen besonders wichtig sei, vermag die Pflegeverantwortliche nicht zu sagen: «Ich denke, die Spitex ist immer wichtig für alle Menschen, die Pflege zu Hause brauchen. Aber jene, die sonst alleine sind, schätzen den Besuch an den Festtagen vielleicht umso mehr.»

Die Familie zu Hause am grossen Tisch

Meist feiert Nicole Schmid am 1. Weihnachtstag zu Hause in Boppelsen (ZH). Dann besuchen sie ihre erwachsenen Kinder und deren Familien – sie darf sich bereits über zwei Enkelkinder freuen –, ihre Mutter sowie ihre Schwester mit Mann und Kindern. «Ich habe genug Platz und einen grossen Tisch», erklärt die begeisterte Gastgeberin.

Hat Nicole Schmid, wie in diesem Jahr, an Heiligabend frei, engagiert sie sich meist ehrenamtlich in der Kirche und kocht für Menschen aus ihrer Gemeinde, die sonst allein wären. «Ich habe auch einmal einen Klienten zu diesem Anlass eingeladen. Er hat sich zwar darüber gefreut, ist aber doch nicht erschienen», erinnert sie sich.

«Eine friedlichere Welt und dass die Menschen einander mehr begegnen, statt auf Abstand zu gehen», nennt Nicole Schmid abschliessend ihre Wünsche fürs neue Jahr. «Gerade ältere Menschen sollten mehr einbezogen werden, statt dass man sie aufs Abstellgleis schiebt – das schafft Zusammenhalt statt Einsamkeit.»



**Berner
Bildungszentrum Pflege**



PRÄVENTION MIT BASALER STIMULATION®

**Zertifikatslehrgang Praxisbegleiter/-in
Basale Stimulation®**

Als Praxisbegleiter/-in gewährleisten Sie die ganzheitliche und entwicklungsfördernde Betreuung und Pflege von Menschen mit Wahrnehmungsbeeinträchtigung mittels dem Konzept der Basalen Stimulation®.

Infoveranstaltung: 14. Januar 2026



«Ich wünsche allen Pflegenden Mut, Zusammenhalt und Stolz»

Katja Grossmann, 28, beendete ihre Karriere als Skirennfahrerin Ende 2024 wegen vieler Verletzungen – und arbeitet nun als Pflegefachfrau. Im Interview spricht die Berner Oberländerin über die Parallelen zwischen dem Skisport und der Pflege.



Katja Grossmann.

Bild: zvg

SPITEX MAGAZIN: Frau Grossmann, bis Ende 2024 arbeiteten Sie an ihrer Ski-Karriere, seit November 2025 haben Sie den Abschluss als Pflegefachfrau HF in der Tasche. Welche Parallelen und Unterschiede weisen das Skifahren und die Pflege auf?

KATJA GROSSMANN: Im Skirennsport und in der Pflege musst du mit Leidenschaft, Disziplin und Herzblut dabei sein, sonst hältst du nicht lange durch. Im Skisport stand ich täglich stundenlang im Kraftraum oder auf der Piste, in der Pflege verbringe ich viele Stunden am Bett oder hinter dem Computer. Die körperliche Belastung ist anders, aber immer noch da. Was ebenfalls ähnlich ist: Das Fachwissen, das sitzen muss – im Sport zu Material, Technik und Abläufen und in der Pflege zu Krankheitsbildern, Medikamenten und Prozessen. Fehler können

in beiden Welten grosse Folgen haben. Vielleicht ist das auch ein Grund, weshalb ich mich in der Pflege sofort wohlgeföhlt habe: Die Mischung aus Verantwortung und Sinnhaftigkeit mag ich sehr.

Gab oder gibt es noch einen anderen Beruf, von dem Sie träumten oder immer noch träumen?

Früher wollte ich Ärztin werden. Mich faszinierte schon als Kind, wie der Körper funktioniert und wie man Menschen gesund machen kann. Mit der Zeit hat sich mein Weg aber in eine andere Richtung entwickelt. Stelle ich mir heute einen alternativen Beruf vor, ist dies etwas im Bereich Mental Coaching oder Traumatherapie. Durch meine Verletzungen und die vielen Höhen und Tiefen im Sport habe ich erlebt, wie wichtig mentale Stärke und gute Begleitung in schwierigen Situationen sind. Es würde mich erfüllen, Menschen zu helfen, wieder Vertrauen in sich und ihren Körper zu finden.

Verraten Sie uns eine Macke und ein Talent, die in der Öffentlichkeit bisher kaum bekannt sind?

Meine Macke: Ich bin ziemlich perfektionistisch, manchmal zu sehr. Das hilft mir oft, aber manchmal macht es mir das Leben auch unnötig schwer. Ich arbeite daran, Dinge auch mal gut sein zu lassen. Mein Talent: Ich probiere beim Kochen oder Backen oft neue Dinge aus. Meistens schmeckt es sogar ziemlich lecker. Für mich ist das ein guter Ausgleich zu langen Arbeitstagen.

Welche bekannte Persönlichkeit würden Sie gern einmal treffen?

Seit ich klein bin, ist die amerikanische Skifahrerin Lindsey Vonn mein grosses Idol. Ihre Stärke, ihr Mut und wie sie nach Verletzungen immer wieder zurückgekommen ist, haben mich schon als junge Athletin geprägt. Könnte ich sie treffen, dann am liebsten während einer Skiliftfahrt. Ich würde ihr erzählen, wie sehr sie mich inspiriert hat, und sie fragen, wie sie es geschafft hat, trotz aller Rückschläge immer an sich zu glauben. Damit würde sich für mich ein kleiner Kindheitstraum erfüllen.

Lassen Sie uns im letzten «Spitex Magazin» von 2025 wissen, wie Sie über die Pflege denken und was Sie allen Pflegenden zum Jahreswechsel wünschen?

Nach meinen vielen Verletzungen habe ich die Pflege zuerst als Patientin erlebt. Heute stehe ich auf der anderen Seite und sehe jeden Tag, wie viel Herzblut, Kompetenz und Empathie in diesem Beruf stecken. Die Pflege ist anspruchsvoll, fordernd und manchmal emotional sehr intensiv. Aber genau das macht sie so wertvoll. Ich wünsche meinen Berufskolleginnen und -kollegen zum Jahreswechsel vor allem Mut, Zusammenhalt und Stolz: Stolz auf das, was wir leisten, gerade in Zeiten, in denen die Ressourcen knapp und die Herausforderungen gross sind. Und ich wünsche, dass wir uns selbst nicht vergessen: unsere Erfolge, unsere Gesundheit und die kleinen Momente, die uns zeigen, warum wir diesen Beruf gewählt haben.

INTERVIEW: KATHRIN MORF

Über Katja Grossmann

Katja Grossmann wurde am 30. April 1997 geboren. Als Zweijährige begann sie ihren ersten Tag in der Skischule in der untersten Stufe – und beendete ihn in der höchsten. Die Berner Oberländerin absolvierte die Sportmittelschule Engelberg und gab ihr Debüt im Europacup 2016. 2017 erreichte sie einen 2. Platz und gewann die Silbermedaille an der Junioren-WM, jeweils in der Abfahrt. Experten verglichen das Talent damals mit Weltmeister Beat Feuz. Im September 2017 brach sie sich dann aber ihr Schien- und Wadenbein und verpasste zwei Winter. 2020 wurde sie unter anderem Schweizermeisterin in der Superkombination, musste die Saison jedoch nach einem Handgelenkbruch beenden. 2021 bestritt sie zwei Weltcup-Rennen, brach sich 2022 aber erneut die Hand und 2023 erneut Schien- und Wadenbein. Ende 2024 beendete sie ihre Ski-Karriere, da sie nach über 20 Operationen kein Risiko mehr eingehen wollte. Ende Oktober 2025 schloss Katja Grossmann die 2020 begonnene Ausbildung zur Pflegefachfrau HF bei XUND und dem Spital Thun ab. Sie lebt mit ihrem Verlobten in Bönigen (BE) und bezeichnet Skifahren, Kochen, Backen und Biken als ihre Hobbys.

→ www.katja-grossmann.ch

Es heisst ja Spitex und nicht Bürex.

Deshalb nehmen wir Ihnen möglichst viel administrative Arbeit ab. Etwa die direkte Abrechnung mit den Krankenkassen oder die kontinuierliche Limitenüberprüfung. Und bei Bedarf unterstützen wir Sie bei Kostengutsprachen und Vergütungen.

publicare.ch



**Ihre zuverlässige Partnerin
für Beratung und Lieferung
medizinischer Hilfsmittel**

••• **publicare**

VGS – die nachhaltig erfolgreiche BVG-Vorsorgelösung für Spitex-Organisationen

Die Vorsorgestiftung für Gesundheit und Soziales (VGS) hat sich in den vergangenen Jahren stark gewandelt und ist bestens gerüstet für eine nachhaltige und sichere Vorsorge ihrer Versicherten. Sie ist vor 77 Jahren aus der damaligen Sarner Pflegeschule für Gemeindeschwestern entstanden und hat darum einen direkten Bezug zu Spitex.

Herausforderungen in der beruflichen Vorsorge

Seit Jahren diskutiert die Politik Probleme im heutigen BVG (Berufliches Vorsorgegesetz), konkret:

- zu hoher Rentenumwandlungssatz
- schlechter Versicherungsschutz für Teilzeitarbeitende
- zu wenig Flexibilität für die Versicherten in der individuellen Ausgestaltung ihrer Altersvorsorge

Hinzu kommt die anspruchsvolle Aufgabe der Pensionskassen, die Vorsorgegelder ertragreich und sicher anzulegen, um den Versicherten gute Verzinsungen zu gewähren.

Lösungen der VGS

Die VGS ist als Pensionskasse für Mitarbeitende in Gesundheits- und Sozialberufen aktiv. Die oben erwähnten Herausforderungen sind insbesondere für Personen in diesen Berufsgruppen immer wieder ein Problem. Die VGS ist in den letzten Jahren proaktiv Veränderungen in der Ausgestaltung der Vorsorgepläne angegangen, um für die Versicherten nachhaltige und sichere Vorsorgeleistungen erbringen zu können.

Vermögensanlage

Die Vorsorgegelder der VGS werden von der Zürcher und der St. Galler Kantonalbank verwaltet, beide mit Staatsgarantie ausgestattet. Investiert werden die Vorsorgegelder nachhaltig in Obligationen (26 %), Aktien (32 %), Immobilien (30 %) und Infrastruktur-/alternative Anlagen (12 %). So kann pro Jahr mit rund +3.5 % Rendite gerechnet werden.

Verzinsung der Altersguthaben

Die VGS verzinst die Altersguthaben ihrer Versicherten abhängig vom Stand der Reserven der Stiftung: je höher die Reserven, desto höher die Verzinsung. Dank der soliden Reservesituation der VGS konnte den Versicherten 2024 eine Verzinsung von 2 % gutgeschrieben werden.

Rentenumwandlungssatz

Der Rentenumwandlungssatz einer Pensionskasse soll fair festgelegt werden, sodass keine systematische Quersubventionierung von den jungen zu den älteren Versicherten oder umgekehrt entstehen. Deshalb hat die VGS ihren Rentenumwandlungssatz in kleinen Schritten auf 5.3 % gesenkt. So resultieren kaum Verluste und es können höhere Zinsen ausgeschüttet werden. Gleichzeitig ergibt sich dadurch für die Rentenbeziehenden eine faire Altersrente.

Information und Kommunikation

Die berufliche Vorsorge ist als zweite Säule in der Altersvorsorge sehr wichtig. Entsprechend sollen den Versicherten nebst den üblichen Informationskanälen gute Informationsmöglichkeiten angeboten werden. Die VGS betreibt deshalb umfassende und einfach zu bedienende Online-Portale für Versicherte und Arbeitgeber.

Die VGS ganz aktuell

Die VGS konnte 2025 bis her sehr gute Resultate bei den Anlagen erzielen. Per 30.09.2025 steht die Rendite von über 3.5% und der Deckungsgrad (=Reservestand) bei komfortablen 115%. Die rund 2500 Versicherten der VGS und ihre Arbeitgeber können also optimistisch in die Vorsorge-Zukunft blicken.

Bei Fragen von bestehenden Versicherten und Interessenten für einen Wechsel zur VGS steht Ihnen die Geschäftsstelle gerne zur Verfügung.

→ www.vorsorgestiftung-vgs.ch



c/o Beratungsgesellschaft für die zweite Säule AG
Dornacherstrasse 230, 4018 Basel
Tel. +41 (0)61 337 17 54

Sudoku

	4	1		9	8	5	3	
a		3				7	8	9
		9		2		4		6
9	8			6	1	7	3	
7	1	6	3	b				
3	2	5	1			9		
4	6	2		1			9	7
		7			2			1
3	8			c	6			d

Kinderzeichnungen schön aufbewahren

Dank dem integrierten Archivfach können über 100 Zeichnungen ordentlich aufbewahrt werden. Der Rahmen gibt den Zeichnungen die Aufmerksamkeit, die sie verdienen und wird zu 100 % in der Schweiz hergestellt. Jetzt 2 A4-Rahmen gewinnen und die Kreativität der Kleinen stilvoll bewahren.

→ www.jamu-products.ch



Spiel-Tipp



Spielerisch in die Pflege eintauchen

RED. Ein Online-Spiel von OdA Gesundheit Zürich über die Pflege wurde von der Gesundheitsdirektion Zürich dank seines innovativen Ansatzes finanziell unterstützt: «Game On – Mission Pflege» soll für die Ausbildung HF oder FH begeistern. Nutzende tauchen durch gefilmte Szenen in die Welt einer Pflegefachfrau in verschiedenen Settings ein, in der sie acht Entscheidungen treffen müssen: Wie die Schmerzen eines Patienten behandeln, welchen Patienten zuerst auf die Station holen, wie nach dem Sturz eines Seniors reagieren? Das Game macht Spass und veranschaulicht laut den Initianten, «wie vielseitig und bedeutungsvoll der Pflegeberuf ist». Am Ende gelangt man zu vielen Informationen zur Pflegeausbildung.

→ <https://game-on.puls-berufe.ch>

Herausgeber

Spitex Schweiz, Effingerstrasse 33, 3008 Bern
Telefon +41 31 381 22 81
info@spitex.ch, www.spitex.ch

Redaktion

Spitex Magazin, Effingerstrasse 33, 3008 Bern
Tel. +41 31 370 17 59
redaktion@spitexmagazin.ch
www.spitexmagazin.ch

ISSN 2296-6994

Erscheinungsweise

6 x jährlich als Printmagazin – und als Webmagazin unter www.spitexmagazin.ch

Redaktionsschluss/Inserateschluss

22. Januar 2026 (Ausgabe 1/2026)

Gesamtauflage 4300 Exemplare

3000 Exemplare Deutsch
900 Exemplare Französisch
400 Exemplare Italienisch (Beilage)

Abonnemente

Abodienst Spitex Magazin,
Stutz Medien AG, Rüthihof 8, 8820 Wädenswil
Telefon +41 44 783 99 11
abo@spitexmagazin.ch

Redaktion

Kathrin Morf (KM; Leitung), Flora Guéry (FG),
Eva Zwahlen (EZ), Monika Schnoz (MS), Hélène
Lebrun Ouédraogo (HL), Sonja Wagner (SW),
Stefano Motta (SM), Esther Christen (EC)

Mitarbeit an dieser Ausgabe

Michel Lüthi (Fotos), Martina Kleinsorg, Patrick
Imhof, Selbsthilfe Schweiz

Korrektorat

Ilse-Helen Rimoldi

Übersetzungen

Eva Zwahlen, Kathrin Morf

Anzeigen

Stutz Medien AG
Pascal Bösiger, Anzeigenleiter
Rüthihof 8, 8820 Wädenswil
Telefon +41 44 783 99 23
pascal.boesiger@stutz-medien.ch
www.stutz-medien.ch

Visuelle Konzeption

POMCANYS Marketing AG, www.pomcanys.ch

Druck/Layout

Stutz Medien AG, Wädenswil,
www.stutz-medien.ch

gedruckt in der
schweiz

Premiumpartner von Spitex Schweiz

Publicare AG – die Marktführerin für Beratung und Lieferung medizinischer Hilfsmittel

Allianz Suisse Versicherungs-Gesellschaft AG – der umfassende Dienstleister für Versicherungen und Vorsorge

SmartLife Care AG – die starke Stimme rund um Notruflösungen für Seniorinnen und Senioren

Verwendung der Artikel nur mit Genehmigung der Redaktion.

DAS SCHULUNGSKIT FÜR DEN PFLEGEBEREICH.

DEINE SICHERHEIT IST JETZT.

Sicherheit am Arbeitsplatz ist lernbar.
Mit 11 Schulungsmodulen zu den
wichtigsten Themen der Pflege,
E-Learning-Plattform und Postern.



Jetzt kostenlos downloaden
und am Wettbewerb teilnehmen.
safeatwork.ch/pflegebereich



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Finanziert durch die EKAS
www.ekas.ch