

I MY JOB

POSCHT

Juni 2021 | Nr. 5



Seiten 1 und 2
«Corona hat die Pflege geprägt»



Seite 3
Podcasts und Videos über Langzeitpflege



Seite 4
Porträt
Valery Karsch

«Corona hat die Pflege geprägt»

Das Coronavirus hat unseren Alltag eingeschränkt, verändert, auf den Kopf gestellt. Vor allem das Gesundheitswesen war und ist in besonderem Mass gefordert. Wie haben Pflegefachpersonen die vergangenen Monate erlebt? Drei Betroffene erzählen. Aufgezeichnet von Thomas Hobi



«Bis Ende November 2020 hatten wir im Alters- und Pflegeheim Parc keinen Coronafall zu verzeichnen. Anfang Dezember musste dann einer unserer Bewohner ins Spital und kam mit Covid-19 zurück. So wurde das Virus in unser Haus gebracht. Zwei Drittel der Bewohnenden und ein Viertel der Mitarbeitenden wurden in der Folge positiv getestet. Drei Person sind in dieser Zeit leider ver-

storben, zwei weitere hatten leichte Verläufe. Zahlreiche Angestellte fielen aufgrund der Quarantänemassnahmen aus. Ja, wir hatten einen sehr anstrengenden Dezember, vor allem über die Festtage. In der Zwischenzeit hat sich die Situation stark

Carin Baltermi
Pflegedienstleiterin im
Alters- und Pflegeheim
Parc in Lenzerheide

beruhigt, der grösste Teil der Bewohnerinnen und Bewohner ist nun geimpft. Meiner Meinung nach hat ihnen die Isolation aber stark zugesetzt, die psychischen Probleme waren

Anfang Jahr grösser als sonst. Wir von der Pflege waren stellvertretend für alle anderen da, die nicht ins Gebäude durften, Angehörige, Partner, Amtspersonen. Positiv überrascht hat mich, wie unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit der Situation umgegangen sind. Da war ein toller Teamspirit spürbar. Wir waren uns einig, dass wir das gemeinsam schaffen werden. Beeindruckt haben mich vor allem auch die Lernenden im 3. Lehrjahr. Sie haben eine sehr grosse Entwicklung durchgemacht, sind selbständiger geworden und richtig aufgeblüht, weil sie selber Verantwortung übernehmen mussten. Klar, nach diesen Wochen waren wir alle körperlich und psychisch am Anschlag, aber rückblickend sind wir als Team zusammengewachsen und gehen heute bereichsübergreifend verständnisvoller miteinander um.»

▼ **Fortsetzung auf Seite 2**



«Beim ersten Lockdown war eine grosse Verunsicherung im Team spürbar. Die Massnahmen waren neu und weitgehend unbekannt, Masken und Desinfektionsmittel nur beschränkt verfügbar. Bei den

Einsätzen selber habe ich interessanterweise nicht viel gemerkt, die älteren Kundinnen und Kunden waren nicht sehr ängstlich. Um mich selber hatte ich nie Angst, meine Sorge war viel mehr, dass ich unbemerkt andere anstecken könnte. Zwei Kunden hatten Corona und sind auch daran gestorben. Angesteckt haben sie uns aber nicht. Der Tod gehört einfach zum Leben dazu, vor allem im Alter. Am meisten vermisst habe ich, dass ich meine Kolleginnen und Kollegen so lange nicht mehr gesehen habe. Da merkt man schon, dass wir bei der Spitex dezentral unterwegs sind. Trotzdem bin ich sehr froh, dass ich hier arbeite, denn wir haben zwar eine grosse Verantwortung, aber auch eine grosse Selbstbestimmung. Un-

sere Kundinnen und Kunden entscheiden natürlich selber, ob sie sich impfen lassen wollen oder nicht. Einige sprechen mit uns darüber, von anderen weiss ich nicht, wie sie sich entschieden haben. Schutzmaterial ist nun aber ausreichend vorhanden. Ja, ich bin froh, dass die Pandemie bei uns so glimpflich abgelaufen ist.»

Susanne Brüesch

Pflegefachfrau bei der
Spitex Albula / Churwalden

«Wir haben die vorgegebenen Massnahmen rasch umgesetzt. Das fanden die Bewohnerinnen und Bewohner nicht so toll. Am Anfang hatten wir nicht genügend Masken, deshalb haben wir eigene, bunte Stoffmasken getragen – sehr zur Freude der älteren Menschen. Meine grösste Sorge war, dass ich andere anstecken könnte. Wir hatten vereinzelte Fälle, aber alle Betroffenen sind nun wieder gesund. Ich spürte vor allem Unsicherheit bei den Angehörigen. Am Anfang durften sie nicht mehr auf Besuch kommen, sondern hatten nur noch per Telefon oder Brief Kontakt, später war

dann ein Besuch pro Person erlaubt. Der Schutzanzug erschwert die Arbeit ungemein, aber klar, er ist not-

Anna Strub

FaGe-Lernende im
Pflegezentrum Glienda
in Andeer



wendig. Ich finde alle Schutzmassnahmen wichtig, aber für das Wohlbefinden der Bewohnerinnen und Bewohner sind sie schon hart und auch die ganze Administration ist dadurch viel grösser geworden. Im letzten Jahr war vor allem die psychische Betreuung wichtig. Ich habe viel über die belastende Situation gesprochen. Eine Zeit lang

durften die Bewohnerinnen und Bewohner das Haus nicht verlassen, das war hart. Nun sind alle bis auf zwei geimpft und man merkt, dass die Leute wieder aufgestellter und zuversichtlicher sind. Gleichzeitig finde ich aber auch, dass viele im vergangenen Jahr gesundheitlich abgegeben haben.» ■

Impressum

Herausgeber: Spitex und
Pflegeheime Graubünden
Eine Publikation des Spitex
Verbandes Graubünden und
des Bündner Spital- und
Heimverbandes

Redaktion: Driftwood | The
Content Company, Chur

Erscheinung: 3 Ausgaben
pro Jahr

www.langzeitpflege-gr.ch



Talk 1

online ab 25. Juni 2021
mit Johanna Weiss (Spitex Chur)
und Jean-Pierre Liesch (Alters-
siedlung Kantengut Chur)

Podcasts und Videos über Langzeitpflege

Die Langzeitpflege soll mehr Achtung und Beachtung bekommen. Das ist das Ziel der mehrjährigen Imagekampagne von «Spitex und Pflegeheime Graubünden». Aufmerksamkeit bekommt, wer im Gespräch ist. Deshalb gibt es bis Ende November wöchentliche Podcasts und drei Video-Talks über die Langzeitpflege.

«Wir sprechen über Langzeitpflege und bringen so die wertvolle Arbeit, die die Pflegefachpersonen tagtäglich leisten, ins Gespräch», sagt Projektleiterin Monika Schnoz. Die audio-visuelle Kampagne umfasst insgesamt drei Handlungsstränge: zwei Podcast-Serien à zehn Folgen und drei Video-Talks mit je einem Themenschwerpunkt. Eine Podcast-Serie begleitet die Pflegefachfrau Sarah Schopp von der Flurstiftung bei ihrer Arbeit und hält so die schönen, aber auch die herausfordernden Momente der Pflegearbeit fest. Die zweite Podcast-Serie setzt zehn Persönlichkeiten in den Fokus, die in irgendeiner Weise mit der Langzeitpflege konfrontiert sind.

Thema von allen Seiten beleuchten

In den drei Video-Talks wird das Thema «Langzeitpflege» ins (richtige) Licht gerückt und von allen Seiten beleuchtet. «In den Gesprächsrunden geht es uns darum, vertieft über einen Aspekt der Langzeitpflege zu diskutieren», erklärt Schnoz und ergänzt: «Wir sprechen über die ak-

tuellen Herausforderungen, die demografische Entwicklung und den Mangel an gut ausgebildeten Fachleuten.» Weitere Themen sind die Aus- und Weiterbildung im Pflegebereich sowie ganz allgemein der Alltag bei der Spitex und in einem Pflegeheim.

Auf Spotify und Co.

Die Podcasts werden seit Mitte Mai jeden Mittwoch veröffentlicht und können auf allen gängigen Podcast-Plattformen wie Spotify, Apple Podcasts, Google Podcasts oder TuneIn sowie unter dem folgenden Link podcast.langzeitpflege-gr.ch angehört werden. Der erste Video-Talk kann ab 25. Juni 2021 auf YouTube angesehen werden. Sämtliche Produktionen werden auf der Webseite www.langzeitpflege-gr.ch zentral zusammengefasst. «Diese Plattform sehen wir als Drehscheibe rund um die Bündner Langzeitpflege», so Schnoz, «daher publizieren wir dort alles, was im Rahmen der Kampagne für interne und externe Zielgruppen erarbeitet wird.» ■

Video-Talks

Talk 2

- online ab 27. August 2021 mit **Simona Caduff** (Spitex Chur) und **Annemarie Hänni** (Evangelisches Pflege- und Altersheim Thusis)

Talk 3

- online ab 29. Oktober 2021 mit **Lukas Gasparini** (Pflegezentrum Glienda Andeer) und **Vanita Wyssmann** (Spitex Region Landquart)

Podcasts

- 19. **Mai**
Rebekka Hansmann
Direktorin Chüra
- 2. **Juni**
Norina Voneschen
Pflegedienstleiterin
- 16. **Juni**
Emre Akca
FaGe-Lernender
- 30. **Juni**
Veronika Reichenbach
Ausbildungsverantwortliche
- 25. **August**
Peter Peyer
Regierungsrat
- 8. **September**
Robert Tonidandel
Spitex-Kunde
- 22. **September**
Patricia Rolinger
Heimleiterin
- 6. **Oktober**
Ursula Berni
Bildungszentrum Gesundheit und Soziales (BGS)
- 20. **Oktober**
Martin Deplazes
HF-Student
- 4. **November**
Aldo Balzer
Heimbewohner

Ausserdem jeden 2. Mittwoch (alternierend zur Serie 1):

Sarah Schopp
Pflegefachfrau bei der Flurstiftung

Hörbar auf der Webseite podcast.langzeitpflege-gr.ch oder beim Podcast-Anbieter Ihres Vertrauens.



«A dire il vero non faccio nulla di particolare»

▼ **Valery Karsch è infermiera diplomata al servizio della Spitex ACAM Moesa. La 24enne sa esattamente in che cosa consiste il suo lavoro. Infatti, prima di iniziare veramente, ha dovuto convincere dapprima sé stessa sulla falsità degli stereotipi in uso sulle cure di lunga durata e quanto in realtà sia appagante lavoro. Di Alex Tobisch**

La Spitex ACAM Moesa ha la sua sede principale a Cama, direttamente sulla scrosciante Moesa. C'è un grande andirivieni intorno all'ex dimora con giardino. Gente che va e che viene, che aspetta, che discute. «È periodo di vaccinazioni», racconta la giovane donna che ci viene incontro sul parcheggio. «Raramente la gente ha tempo di giorno e così le mie colleghe e i miei colleghi fissano appuntamenti a fine giornata, finiti i turni. Una situazione che Valery Karsch conosce anche troppo bene. Sono già le ore 19.00 e comincia a sentire il turno del mattino nelle ossa. Sembra stanca, ma il suo viso emana soddisfazione.

Pandemia e quotidianità

In seguito alla pandemia da COVID19, nell'ultimo anno il lavoro si è fatto più intenso. «Naturalmente continuo a svolgere il mio lavoro con piacere, anche con il coronavirus. All'inizio eravamo semplicemente incerti – anche i nostri clienti – non sapevamo come comportarci esattamente per poter adempiere al meglio il nostro compito. Ma per finire era come sempre. Ad eccezione del fatto che alcuni clienti hanno disdetto l'aiuto della Spitex per poter evitare il contatto con persone esterne». La giovane donna, piuttosto timida, pian pianino si scioglie. Ci dice di essere molto riservata fino a quando non conosce un po' la persona che le sta di fronte. «Viene ad aggiungersi il

fatto che anche colleghe e colleghi hanno contratto il virus o si sono ammalati altrimenti. E così, naturalmente, noi altri abbiamo dovuto sostituirli. È stato veramente un periodo impegnativo». Ma la pandemia non ha per nulla mutato la passione per ciò che fa. Per riprendersi dall'attività lavorativa quotidiana, per la giovane donna non c'è di meglio che andare nel bosco. Valery la si incontra spesso a passeggio con la sua cagnetta di sette anni Saira nella natura, dove trova la calma e può ricaricare le sue batterie. Lo sport invece non fa tanto per lei. «Un po' di movimento sì, ma praticare realmente sport, non tanto».

Quasi troppo

L'ultimo anno sarebbe sì diventato più impegnativo, ma anche più affettuoso. «Ho notato che le nostre e i nostri clienti sono ancora più riconoscenti nei confronti del nostro aiuto». E anche le persone esterne hanno dimostrato più rispetto e riconoscenza per il lavoro svolto dalla Spitex. «Al punto che quasi non mi sento a mio agio. È bello, certo. Ma spesso penso: «A dire il vero non ho fatto nulla di particolare», sorride Valery dal di sotto della sua mascherina. E desidererebbe che anche colleghe e colleghi di altre professioni sanitarie manifestassero un punto di vista di questo tipo. Spesso il lavoro della Spitex verrebbe sminuito, considerato solo come un semplice som-



ministrare qualche cura, lavare e chiacchierare. «La pensavo un po' così anch'io fino a quando, in occasione di uno stage svolto durante la mia formazione, ho imparato a conoscere veramente la quotidianità di questa professione», ammette. «Sarebbe auspicabile che si mettesse fine a questa distinzione di classe, a questa graduazione tra le cure di lunga durata e le cure acute e che si dimostrasse realmente comprensione per l'impegno degli altri.» ■



13.08.1997



Sementina, TI



natura, cane «Saira»



Infermiere dipl. SSSCI
(Scuola specializzata
superiore in cure
infermieristiche),
Bellinzona



Aiuto le persone e le
sostengo a vivere in
modo indipendente
a casa il più a lungo
possibile.



«Ich mache doch eigentlich nichts Besonderes»

▼ **Valery Karsch ist Krankenschwester und Pflegefachfrau im Dienst der Spitex ACAM Moesa. Die 24-Jährige weiss genau, was sie an ihrem Job hat. Denn bevor sie sich tatsächlich darauf einliess, musste sie sich erst selbst von der Falschheit der gängigen Klischees über die Langzeitpflege und von der erfüllenden Arbeit überzeugen.** *Von Alex Tobisch*

Direkt an der rauschenden Moesa in Cama hat die Spitex ACAM Moesa ihr Hauptquartier aufgeschlagen. Es herrscht reges Treiben rund um die alte Villa mit Garten. Menschen kommen und gehen, warten auf andere, unterhalten sich. «Es ist Impf-Zeit», meint die junge Frau, die uns auf dem Parkplatz entgegenkommt. «Selten haben die Menschen tagsüber Zeit und so vergeben meine Kolleginnen und Kollegen oft Termine erst nach Feierabend.» Eine Situation, die Valery Karsch nur zu gut kennt. Es ist bereits 19 Uhr und die Frühschicht steckt ihr in den Knochen. Sie wirkt müde, strahlt aber Zufriedenheit aus.

Pandemie und Alltag

Die Arbeit sei intensiver geworden im letzten Jahr, bedingt durch die Covid-19-Pandemie. «Natürlich mache ich meinen Job noch immer gerne, auch mit Corona. Anfangs waren wir einfach unsicher – auch die Klientinnen und Klienten – wie man sich jetzt genau verhalten soll, um unsere Aufgabe bestmöglich zu erfüllen. Aber eigentlich war es wie immer. Ausser, dass einige Klientinnen und Klienten die Hilfe der Spitex abbestellt haben, um den Kontakt mit Aussenstehenden vermeiden zu können.» Die eher schüchterne junge Frau taut langsam auf. Sie sei sehr zurückhaltend, bis sie ihr Gegenüber ein bisschen kenne. «Hinzu kam, dass sich auch Kolleginnen

und Kollegen angesteckt haben oder sonst krank wurden und ausfielen. Da mussten wir übrigen natürlich einspringen. Es war schon eine strenge Zeit.» An ihrer Leidenschaft für das, was sie tut, habe die Pandemie aber nichts geändert. Vom Arbeitsalltag erholen, kann sich die junge Frau am besten im Wald. Valery trifft man oft mit ihrer siebenjährigen Mischlingshündin Saira draussen in der Natur. Hier findet sie Ruhe und lädt ihre Batterien wieder auf. Sport sei dagegen nicht so ihr Ding. «Ein bisschen Bewegung ja, aber so richtig Sport eher weniger.»

Fast zu viel des Guten

Es sei zwar strenger geworden im letzten Jahr, aber auch herzlicher. «Ich habe schon gemerkt, dass unsere Klientinnen und Klienten noch dankbarer sind für unsere Hilfe.» Aber auch Aussenstehende hätten vermehrt ihren Respekt und Dankbarkeit für die Arbeit der Spitex zum Ausdruck gebracht. «Das ist mir dann irgendwie unangenehm. Es ist schön, klar. Aber ich denke mir dann oft: Ich habe doch eigentlich gar nichts Besonderes gemacht», lächelt Valery unter der aufgezogenen Schutzmaske. Dabei wünschte sie sich eine solche Sicht auch von Kolleginnen und Kollegen aus anderen medizinischen Berufen. Die Arbeit der Spitex werde oft belächelt – das sei ja nur ein bisschen Pflegen, Waschen und Schwatzen. «Ich dachte



ähnlich, bis ich durch eine Stage während meiner Ausbildung den Alltag in diesem Beruf wirklich kennengelernt habe», gibt sie zu. «Es wäre wünschenswert, wenn dieses Zwei-Klassen-Denken zwischen Akut- und Langzeitpflege, diese Abstufung, ein Ende hätte und man Verständnis hat für das Engagement des anderen und das auch zeigt.» ■



13.08.1997



Sementina, TI



Natur, Hund «Saira»



Dipl. Krankenschwester und Pflegefachfrau, Bellinzona



Ich helfe Menschen und unterstütze sie dabei, möglichst lange selbständig zu Hause leben zu können.

