November 2026

concara ZEITUNG

Rundum versorgt – rundum informiert



Patricia Kopatchinskaja
Auf Zeitreise mit klassischer Musik von heute und morgen
Seite 10

Rosmarie Gerber
Der Klang der Erinnerung
Seite 8

Ursula Dolder
Zwischen Pflege und IT
Seite 14

Concara, die Dachgesellschaft von
Überall für alle SPITEX Bern
Domicil



Ein Platz für alle

Einfach Platz nehmen, ins Gespräch kommen und Begegnung ermöglichen: Seit Anfang August stehen in Bern fünf Inklusionsbänkli. Auch Concara ist Teil dieses besonderen Projekts und stellt mit Domicil Egelmoos, Domicil Weiermatt und Domicil Lentulus drei Standorte zur Verfügung.
Die speziell gestalteten Bänkli bieten einen integrierten Platz für Rollstühle und ermöglichen, dass Menschen mit und ohne Behinderungen gleichwertig nebeneinander Platz nehmen können.

Entlastung für betreuende Angehörige

Wer seine Liebsten im Alter zu Hause pflegt und begleitet, leistet Grosses – und braucht zwischendurch Zeit für sich. Eine Auszeit hilft, neue Kraft zu schöpfen und den Alltag gestärkt zu meistern. Domicil entlastet pflegende Angehörige mit einem professionellen Angebot der Tagesbetreuung. Informationen dazu finden Sie online.

Angebot Tagesbetreuung
domicilbern.ch/tagesbetreuung



Die Kinderspitex Bern im Selve Park Thun



Seit Juli 2026 hat die Kinderspitex Spitex Bern einen zweiten Standort im Domicil Selve Park. Die Zusammenarbeit stärkt die integrierte Versorgung und schafft neue Möglichkeiten für den Austausch, den Wissenstransfer und innovative Versorgungsformen. Die Kinderspitex begleitet Säuglinge, Kinder und Jugendliche mit akuten oder chronischen Erkrankungen sowie komplexen Pflegebedürfnissen. Im Selve Park profitiert sie von modernen Büroräumlichkeiten, zusätzlichen Parkplätzen und der gemeinsamen Infrastruktur.



Concara sagt Danke

Zeit zu schenken, ist etwas vom Wertvollsten überhaupt. Beim diesjährigen Freiwilligenanlass in der Orangerie Elfenau stand deshalb das Engagement im Mittelpunkt. Rund 180 Freiwillige waren dabei – erstmals Concara übergreifend, inklusive der Freiwilligen von Spitex Bern und des Mobilen Palliativdienstes (MPD). Eine musikalische Zeitreise mit den Swiss Fiddlers und der Puszta Company sowie ein gemeinsamer Apéro riche boten Raum für Genuss, Begegnungen und ein grosses Merci!

Mehr zum freiwilligen Engagement bei Concara
jobs.concara.ch/freiwillige

Sie möchten auf dem Laufenden bleiben?

Abonnieren Sie unseren Newsletter und erhalten Sie viermal jährlich Neuigkeiten über Domicil, Spitex Bern und Concara.

Concara Newsletter
concara.ch/newsletter

Impressum Herausgeberin: Concara, Engehaldenstrasse 22, Postfach, 3001 Bern, Telefon 031 307 20 20, concara.ch. Gesamtverantwortung: Alya Martinez. Redaktionskommission: Alya Martinez, Karin Meier, Plattform J. Texte: Alya Martinez (am), Karin Meier (km), Patrick Schmed (ps). Korrektorat: Plattform J. Gestaltung: Plattform J, Bern. Fotos: Bildarchiv Concara, Food Visuals AG, Stefan Wermuth, Marco Borggreve, Karin Meier, Plattform J. Druck: Tamedia. Auflage: 71'000 Exemplare. Erscheint zweimal jährlich. Die Inhalte der Concara Zeitung dürfen nicht ohne schriftliche Genehmigung der Herausgeberin vervielfältigt oder verbreitet werden.

Gut begleitet weiterkommen

Vor einigen Monaten setzte bei einer Bewohnerin plötzlich starke Atemnot ein und ihr Allgemeinzustand verschlechterte sich rasch. Dank meines neuen Wissens aus der Ausbildung an der Höheren Fachschule Pflege, insbesondere meiner vertieften Kenntnisse über die Wirkung von Medikamenten, konnte ich ihre Symptome einordnen und mögliche Ursachen abschätzen. Daraus entwickelte ich konkrete Vorschläge für die weitere Behandlung. Diese besprach ich zunächst mit unserer Pflegeexpertin. Anschliessend kontaktierte ich den internen Hausarzt und regte eine Anpassung der Medikation sowie Atemübungen an, um einer erneuten Atemnot vorzubeugen. Er stimmte den Massnahmen zu und der Zustand der Bewohnerin erholte sich bald.

Fachlicher Austausch findet bei Domicil auch standortübergreifend statt. An den Lernnachmittagen treffen sich alle HF-Studierenden von Domicil mit Fachpersonen und besprechen Situationen aus ihrem Pflegealltag. Ich erlebe es als bereichernd, unterschiedliche Sichtweisen kennenzulernen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Solche Erfahrungen zeigen mir, wie viel ich an der Höheren Fachschule lerne und wie direkt ich dieses Wissen mit meiner Praxis bei Domicil verbinden und direkt in den Berufsalltag einbringen kann. So wachse ich in neue Aufgaben hinein und kann Schritt für Schritt mehr Verantwortung übernehmen. Gleichzeitig schätze ich es, dass ich in anspruchsvollen Situationen nicht auf mich allein gestellt bin: Dank seiner Grösse ist bei Domicil für jedes Thema eine Fachperson da, an die ich mich wenden kann. • *km*

«Bei Domicil kann ich mein neues Wissen aus der Höheren Fachschule direkt in den Berufsalltag einbringen.»



Alma Karkelja ist Fachangestellte Gesundheit und Berufsbildnerin. Sie arbeitet bei Domicil Schwabgut und begann ihre dreijährige Pflegeausbildung HF im März 2026.



Madlen Huber ist Diplomierte Wundexpertin bei der Spitex Bern.



Eine gute Ernährung ist wichtig, damit der Körper Wunden heilen kann.

Heilung geht durch den Magen

Eine kleine Schnittwunde heilt meistens fast nebenbei. Bei grösseren oder chronischen Wunden ist der Körper dagegen über längere Zeit gefordert. Er braucht Energie und Nährstoffe, um neues Gewebe aufzubauen und die Wunde zu verschliessen. Doch was gehört eigentlich auf den Teller und wann braucht es professionelle Unterstützung?

Was wir essen, kann mehr beeinflussen, als wir denken. Das gilt auch für die Wundheilung. Gerade bei chronischen Wunden ist der Körper auf ausreichend Energie und Nährstoffe angewiesen, um neues Gewebe zu bilden und die Wundheilung zu gewährleisten. Gleichzeitig können bei nässenden Wunden Eiweiss und Flüssigkeit verloren gehen. «Die Ernährung hat deshalb eine wichtige Aufgabe: Sie liefert die notwendigen Bausteine, damit eine Wunde gut heilen kann», erklärt die diplomierte Wundexpertin der Spitex Bern, Madlen Huber.

Eiweiss ist dabei ein elementarer Baustoff. Der Körper benötigt es unter anderem für die Bildung von neuem Gewebe. Fehlt es an Eiweiss, kann die Wundheilung ins Stocken geraten. Gute Eiweissquellen sind beispielsweise Eier, Milchprodukte, Fisch, Fleisch, Tofu oder Hülsenfrüchte. Gerade bei einer Wunde lohnt es sich deshalb, viel Eiweiss zu sich zu nehmen.

Eine Wunde zu heilen, kostet den Körper zusätzliche Kraft. Diese Energie erhält er aus der Nahrung – insbesondere aus Kohlenhydraten und Fetten. Wird über längere Zeit zu wenig gegessen, greift der Körper auf eigene Reserven zurück. Dabei wird auch Eiweiss aus dem Muskelgewebe abgebaut, das eigentlich für den Aufbau und die Reparatur von Gewebe benötigt wird.

Kleine Nährstoffe, wichtige Aufgaben

Vitamin C wird beispielsweise für die Bildung von Kollagen benötigt. Dieses ist ein wichtiger Bestandteil des Bindegewebes und damit auch für den Aufbau und die Stabilität des neuen Gewebes wichtig. Zink unterstützt verschiedene Prozesse der Zellteilung und des Gewebeaufbaus. Eisen wiederum ist für den Sauerstofftransport im Körper wichtig. Sauerstoff wird auch im Gewebe benötigt, damit dort Reparaturprozesse stattfinden können.

Und natürlich gilt wie immer: Trinken nicht vergessen. Gerade bei nässenden Wunden geht zusätzlich Flüssigkeit verloren. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr unterstützt die Versorgung des Körpers und den Transport von Nährstoffen.

Wenn der Appetit fehlt

Gerade ältere Menschen verspüren manchmal weniger Hunger und Durst. Auch Krankheiten, Schmerzen, Medikamente oder eine eingeschränkte Bewegung führen dazu, dass weniger gegessen und getrunken wird. Was im Alltag zunächst unproblematisch erscheint, kann bei einer bestehenden Wunde bedeutungsvoll werden. Eine Mangelernährung kann die Wundheilung deutlich verzögern. So beeinträchtigt beispielsweise ein Eiweissmangel die Neubildung von Gewebe. Auch Entzündungsprozesse dauern länger an und die Bildung von Kollagen kann reduziert sein. «Es ist deshalb wichtig, die Ursachen einer Mangelernährung frühzeitig zu erkennen und zu beheben», sagt Madlen Huber.

Dabei muss es nicht gleich eine grosse Mahlzeit sein. Kleine, nährstoffreiche Zwischenmahlzeiten helfen, die tägliche Aufnahme zu erhöhen – beispielsweise mit einem Joghurt oder Magerquark mit Früchten, einem gekochten Ei oder einem kleinen Sandwich. Reicht die normale Ernährung nicht aus, können nach entsprechender Abklärung auch angereicherte Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel wie Proteindrinks eingesetzt werden.

Bei der Spitex Bern wird deshalb bereits im Rahmen des Erstgesprächs auf den Ernährungszustand geachtet. Besteht ein Verdacht auf eine Mangelernährung, werden gemeinsam mit der Kundin oder dem Kunden weitere Schritte eingeleitet und bei Bedarf die Hausärztin oder der Hausarzt einbezogen. Auch ein Mahlzeitendienst kann eine sinnvolle Unterstützung sein.

Wundheilung ist Teamarbeit

Eine ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Baustein, sie ersetzt jedoch keine professionelle Wundversorgung. Damit eine Wunde heilen kann, müssen verschiedene Faktoren zusammenspielen. Neben der Ernährung spielen beispielsweise die Ursache der Wunde, die Durchblutung, bestehende Erkrankungen und die richtige Wundversorgung eine Rolle.

«Die Ernährung hat deshalb eine wichtige Aufgabe: Sie liefert die notwendigen Bausteine, damit eine Wunde gut heilen kann.»

Gut versorgt heilt besser

Die Wundexpert:innen der Spitex Bern versorgen Verletzungswunden, chronische und komplexe Wunden sowie Wundheilungsstörungen nach chirurgischen Eingriffen sorgfältig und kompetent. Sie arbeiten eng mit Ärztinnen und Ärzten, Spitälern und Wundambulatorien zusammen. Alle Wundexpert:innen der Spitex Bern verfügen über eine Zusatzausbildung im Bereich Wundmanagement.

Spezialisierte Wundpflege
spitex-bern.ch/angebot/pflege/spezialisierte-wundpflege

Unser Mahlzeitendienst

Mit dem Domicil Mahlzeitendienst wird eine ausgewogene und abwechslungsreiche Mahlzeit unkompliziert nach Hause geliefert. Die Gerichte werden frisch in der Domicil-Küche zubereitet.

Mahlzeitendienst
domicilbern.ch/angebot/gastronomie/mahlzeitendienst

Gerade bei chronischen, komplexen oder schlecht heilenden Wunden ist eine fachkundige Begleitung wichtig. Diplomierte Wundexpertinnen und Wundexperten verfügen über vertieftes Wissen in der Beurteilung und Behandlung von Wunden und berücksichtigen dabei nicht nur die Wunde selbst, sondern auch die individuelle Lebenssituation.

Die Wundexpertinnen der Spitex Bern arbeiten bei Bedarf eng mit Ärztinnen und Ärzten, Spitälern, Wundambulatorien und weiteren Fachpersonen zusammen. So wird eine gesamtheitliche und auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Behandlung sichergestellt.

Auch die Unterstützung von Angehörigen ist wichtig: Sie können darauf achten, dass eine Patientin oder ein Patient regelmässig isst und trinkt, bei der Zubereitung von Mahlzeiten unterstützen oder Veränderungen beobachten. Und sie können helfen, bei Bedarf rechtzeitig professionelle Unterstützung zu organisieren. • *am*

Zeitreise gefällig? – Leinen los und die Gedanken fliegen lassen

Im Film «Back to the Future» bringt ein schnelles Auto die Protagonisten in die Zukunft. Physikalisch ist dies nicht ganz unmöglich, Albert Einsteins Relativitätstheorie sei Dank. Was sonst zwischen Vergangenheit und Zukunft für Bewegung sorgt, wird hier auf unterhaltsame Art zusammengefasst.

Die Relativitätstheorie



Bei Science-Fiction geht es häufig um das Thema Zeitreisen, doch nicht alles ist reine Fiktion. In die Zukunft zu reisen, ist physikalisch möglich. Gemäss Einsteins Relativitätstheorie vergeht die Zeit umso langsamer, je schneller ein Objekt sich bewegt. Das heisst konkret: Wer mit Überschallgeschwindigkeit ins All fliegt und später zurückkommt, kommt in der Zukunft an. Marty McFly lässt grüssen.

Déjà-vu – ein Blick in die Zukunft?

«Moment mal, habe ich das nicht schon mal erlebt?», das fragen sich Menschen, die ein Déjà-vu erleben – gemäss Statistiken sind dies zwei Drittel der Menschheit. Die Wissenschaft hat keine eindeutige Erklärung für das Gefühl, als hätte man einst in die Zukunft geblickt. Mögliche Auslöser für Déjà-vus können Situationen, Gerüche oder sonstige Eindrücke sein, die sich ähneln. Oder auch unbekannte Personen, denen man zufälligerweise mehrere Male über den Weg läuft, ohne sich bewusst an sie zu erinnern.



Es lebe die Vergangenheit



Während Reisen in die Zukunft theoretisch möglich sind, ist und bleibt die Vergangenheit für die Wissenschaft passé. Wer sich trotz allem in die gute alte Zeit zurückversetzen will, reist an einen der zahlreichen Mittelaltermärkte, die sich zunehmender Beliebtheit erfreuen. Sie machen aus alten Mauern belebte Burgen und aus Wiesen Heerlager für Ritterturniere – mit dem Charme von gestern und dem Kettenhemd aus leichtem Titan.

Seit knapp 500 Jahren der Zeit voraus

Wer die herrschende Mondphase oder die Zeit des Sonnenuntergangs wissen will, nimmt mit grösster Wahrscheinlichkeit das Handy in die Hand und öffnet eine passende App. In Bern kann man sich dies sparen, denn hier liefert der Zytglogge diese und weitere Informationen. Gäste aus aller Welt staunen nicht ohne Grund über die mechanische Pionierleistung. Das zukunftsweisende Uhrwerk aus dem Mittelalter läuft seit bald 500 Jahren ohne Unterbruch.



Jungbrunnen

Longevity, zu Deutsch Langlebigkeit, ist ein Megatrend mit dem Ziel, möglichst lange aktiv und gesund zu bleiben. Im Zentrum steht ein ausgewogener Mix mit regelmässiger Bewegung, massvollem Essen, einem guten Umgang mit Stress oder dem Verzicht auf das Rauchen. Und vielleicht mit einer Tasse grünem Tee. Deren Blätter enthalten Stoffe, die das Langlebigkeitsgen aktivieren und sich perfekt mit einem belebenden Spaziergang zum Botanischen Garten in Bern kombinieren lassen.





Lea Walther

Stv. Betriebsleiterin Domicil Cuisine

An meinem Geburtstag durfte ich mir jedes Jahr meinen Lieblingskuchen wünschen. Meine Wahl fiel immer auf die Kartoffeltorte nach dem Rezept meiner Grossmutter. Auch bei anderen Familienfesten gehörte die Torte für mich einfach dazu. Viele Jahre später ist das Rezept noch immer Teil meiner eigenen Küche. Wenn ich die Kartoffeltorte für Familie oder Freunde backe, kommen auch Erinnerungen an frühere gemeinsame Feste wieder auf.



Grossmutters Kartoffeltorte

Rezept für 10 Personen

Torte

7 Stk	Eigelb
7 Stk	Eiweiss
300 g	Zucker
300 g	Haselnüsse, gemahlen
350 g	Gschwellti, gerüstet, geraffelt

Vorbereitung

1. Backform von 24 cm Durchmesser mit Backpapier auslegen und bei Bedarf fetten
2. Gekochte Kartoffeln (vom Vortag) rüsten und mit der Röstiraffel raffeln
3. Eier trennen

Zubereitung

1. Zucker mit Eigelb schaumig schlagen
2. Gemahlene Nüsse und geraffelte Gschwellti darunterziehen
3. Eiweiss zu Schnee schlagen und vorsichtig daruntermischen
4. Bei 180°C im Backofen ca. 50 Minuten backen

Glasur

1	Zitrone
Ca. 300 g	Puderzucker
etwas	Mandelblätter

Zubereitung

1. Mandelblätter im Backofen bei 200°C, ca. 10 Minuten goldbraun rösten
2. Wenn die Torte ausgekühlt ist, mit Zitronenglasur überziehen
3. Die Mandelblätter mit etwas Glasur an den Seiten andrücken
4. Nach Bedarf ausgarnieren

Der Klang der Erinnerung

Ein Lied aus seiner Jugendzeit, und der sonst schweigsame Mann erzählt begeistert von seinen damaligen Frauenbekanntschaften. Solche Momente gibt es im Kompetenzzentrum Demenz Domicil Bethlehemacker viele. Seit 2016 wird hier mit der Methode Incanto gearbeitet, um über persönliche Musik den Zugang zu den Bewohnenden zu vertiefen.

Hinter Incanto steht ein einfacher Gedanke: Musik kann Erinnerungen wecken, die sonst verschüttet scheinen. Entwickelt hat den Ansatz Nico Meier, der bei Domicil die Fachstelle Incanto leitet. Der Weg zu den persönlichen Momenten beginnt schon beim Eintritt einer Person: Ihre Angehörigen füllen einen detaillierten Fragebogen zu den Musikvorlieben aus. Manchmal kommen viele Hinweise zusammen, manchmal fast keine. Dann werden die Mitarbeitenden zu «Musikdetektiven». Sie tragen zusammen, was über die Person bekannt ist, und beginnen, verschiedene Möglichkeiten auszuprobieren. Vielleicht deutet etwas auf deutsche Schlager hin, vielleicht auf Elvis Presley. Eine nach Genres und Jahrzehnten geordnete Musikbibliothek hilft ihnen, passende Stücke zu finden.

Auf der Suche nach der passenden Musik

Rund 50 Lieder umfasst die erste Auswahl. Jedes einzelne wird mit der Person mehrmals angehört. Dafür sind bei Incanto ausgebildete Mitarbeitende aus der Pflege und von Kultur und Alltag zuständig, wie die Aktivierung bei Domicil heisst. Auch verschiedene Versionen desselben Liedes können ausprobiert werden. «Manchmal macht es einen Unterschied, ob eine Studioaufnahme oder eine Liveversion zu hören ist», sagt Rosmarie Gerber, Verantwortliche Kultur und Alltag.

Ob ein Lied einen Menschen erreicht, lässt sich auf verschiedene Weise feststellen. Wer sich noch verbal mitteilen kann, wird gefragt, welche Erinnerungen das Lied weckt und ob es eine Geschichte gibt, die damit verbunden ist. «Beim Hören eines Liedes erzählen manche Bewohnerinnen und Bewohner plötzlich viel aus ihrem Leben», sagt Rosmarie Gerber.

«Beim Hören eines Liedes erzählen manche Bewohnerinnen und Bewohner plötzlich viel aus ihrem Leben.»



Rosmarie Gerber (rechts) ist Verantwortliche Kultur & Alltag im Domicil Kompetenzzentrum Demenz Bethlehemacker.



Musik und Tanz verbessern das Wohlbefinden der Bewohnenden.

Wenn der Körper erzählt

Bei Menschen, die sich sprachlich kaum noch ausdrücken können, müssen die Mitarbeitenden auf andere Zeichen achten. Einige Bewohnerinnen und Bewohner stehen auf und beginnen zu tanzen, andere bewegen im Sitzen die Arme oder ergreifen die Hände der Mitarbeitenden. Wieder andere werden auffallend ruhig und hören konzentriert zu. Manchmal beginnt jemand bei einem bestimmten Lied zu weinen. «Eine starke emotionale Reaktion muss nicht negativ sein. Möglicherweise erinnert das Lied die Person an einen verstorbenen Menschen. Dann sagen die Tränen etwas über die Bedeutung des Stücks aus», sagt Rosmarie Gerber. Das Lied deshalb aus der Liste zu streichen, wäre für sie der falsche Weg. Vielmehr gehe es darum, das Stück dosiert einzusetzen und aufmerksam darauf zu achten, ob es für die Person in diesem Moment stimmig ist. «Auch wir wollen manchmal in traurigen Erinnerungen schwelgen.»

Musik mit Wirkung

Steht die Musikliste, fliesst sie in den Pflegealltag ein. Vertraute Lieder begleiten zum Beispiel die Körperpflege oder schaffen eine entspannte Viertelstunde vor dem Essen. Daneben wird die persönliche Musik zum festen Bestandteil der Aktivierung. Regelmässig setzt sich eine Mitarbeitende mit einer Bewohnerin oder einem Bewohner zusammen, hört mit der Person Musik und geht auf ihre Reaktionen ein.

Wie viel dabei geschehen kann, zeigt die Erfahrung mit einer Bewohnerin, deren Bewegungsdrang kaum zu bremsen war. Erst beim gemeinsamen Musikhören und Tanzen veränderte sich ihr Verhalten, erzählt Rosmarie Gerber: «Auf einmal fanden ihre Bewegungen einen Rhythmus, sie folgte der Musik. Unsere Blicke trafen sich, und ich spürte: Die Bewohnerin nimmt mich wahr. Für diesen Moment waren wir in derselben Welt.»

Dass Incanto über solche Momente hinaus Wirkung zeigt, hat das Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich wissenschaftlich evaluiert. Die Resultate gingen über die Erwartungen hinaus. Musik löst nicht nur Freude aus, sondern schafft auch eine Verbindung zum früheren Selbst. Zugleich stärkt sie die Beziehung zu den Mitarbeitenden. Das Wohlbefinden verbessert sich dabei so spürbar, dass manche Bewohnende weniger Medikamente benötigen. • *km*

Fünf Standorte, fünf Schwerpunkte für Menschen mit Demenz

Ein Lied kann eine Tür öffnen, aber es ist nur eine von vielen Möglichkeiten, einen Menschen mit Demenz zu erreichen. Denn Demenz verändert jeden Menschen anders und damit auch das, was ihm im Alltag guttut. Im Domicil Kompetenzzentrum Demenz gibt es deshalb fünf Häuser mit unterschiedlichen Schwerpunkten und eigenen Lebenswelten.

Kompetenzzentrum Demenz
domicilbern.ch/demenz/kompetenzzentrum-demenz



Patricia Kopatchinskaja
Geigenvirtuosin

Auf Zeitreise mit klassischer Musik von heute und morgen

Patricia Kopatchinskaja sorgt als artistische Partnerin der Camerata Bern dafür, dass das Publikum musikalisch wach bleibt. Mit neuen Interpretationen, eigenen Kompositionen und überraschenden Szenen und Bildern werden das Ensemble und die Berner Geigenvirtuosin auch am 9. April 2027 im Casino Bern für zukunftsweisende Musikentdeckungen sorgen.



Life Cycles Abokonzert

Artistic Partner Patricia Kopatchinskaja setzt den menschlichen Lebenszyklus in Klänge. Mit ihrer Eigenkomposition *Ursprung der Welt* beginnt die Reise. Zu erleben ist «Life Cycles» am Freitag, 9. April 2027, um 19.30 Uhr im Casino Bern.

Mehr Infos und Tickets:
https://www.cameratabern.ch/konzerte/life-cycles

Patricia Kopatchinskaja arbeitet seit vielen Jahren mit der Camerata Bern zusammen. Anfangs als Artistic Director, dann als Artistic Partner, zusammen mit dem britischen Cellisten Steven Isserlis. Gemeinsam mit den Musikerinnen und Musikern des Ensembles erkundet die Geigerin die Welt der klassischen Musik auf bahnbrechende Weise. Im Interview sinniert die Bernerin mit moldavischen Wurzeln über musikalische Zeitreisen, futuristische Kompositionen und das bevorstehende Konzert im Casino Bern.

Sie waren früher «Leiterin» der Camerata Bern, haben aber die Funktion gewechselt und sind aktuell als «Artistic Partner» mit dem Ensemble unterwegs. Wie muss man sich dieses zukunftsweisende Modell vorstellen?
Patricia Kopatchinskaja: Es ist sozusagen eine musikalische Polyamorie, denn das Ensemble pflegt eine langfristige Partnerschaft mit mehreren, ganz verschiedenen Künstlerinnen und Künstlern. Ich kannte dieses Modell vom Saint Paul Chamber Orchestra und habe es für die Camerata Bern vorgeschlagen.

Was sind die Vorteile?
Die Musikerinnen und Musiker haben es nicht nur mit einer einzigen Führungskraft zu tun. Das macht sie viel freier, und doch bleibt eine gewisse Stabilität. Auch fürs Publikum bringt es Vorteile – nämlich mehr Abwechslung und eine grössere Auswahl im Repertoire.

Bei klassischen Konzerten lässt man häufig Musik früherer Epochen auf der Bühne neu aufleben. Könnte man das als eine Art Zeitreise bezeichnen – passend zum Thema der aktuellen Ausgabe der Concara Zeitung?
Ja klar. Auf der Bühne sind wir im Hier und Jetzt, die Aussage richtet sich an das lebende Publikum. Man muss sich also in die Vergangenheit hineindenken, damit die Musik die gleiche Wirkung erzeugen kann wie damals, als sie komponiert wurde.

«Es geht darum, die Herzen der Zuhörerinnen und Zuhörer zu erreichen, egal, mit welcher Musik.»



Patricia Kopatchinskaja bewegt sich im eigenen Schritttempo zwischen althergebrachter Klassik und modernen Kompositionen.

Ein anspruchsvolles Ziel!
Es liegt an uns Musikerinnen und Musikern, das Publikum wach zu halten. Die alten und toten Genies wollten sicher nicht, dass man ihre Stücke immer wieder gleich spielt. Sie waren in ihrer Entstehungszeit unerhört vorwärts gedacht.

Also tönt Beethoven heute anders als vor 220 Jahren?
Beethoven klingt immer revolutionär, man kann seine Musik nicht totspielen. Die Struktur ist klar und fesselnd, aber es reicht nicht, nur die Noten zu spielen. Es braucht starke Persönlichkeiten, welche die Kompositionen beseelen, zum Sprechen, Weinen, Schreien, Flüstern, Springen, Tanzen, Platzen und noch viel mehr bringen.

Also genau das, was Sie als künstlerische Partnerin mit der Camerata Bern immer wieder tun.
Es geht darum, die Herzen der Zuhörerinnen und Zuhörer zu erreichen, egal, mit welcher Musik. Das Wiedergeben der Tonhöhen in der richtigen Konstellation könnte theoretisch ein Computer übernehmen, das Wirken eines Ensembles ist etwas ganz anderes.

Sie sind auch als Komponistin tätig. Wie zukunftsweisend soll und darf die Klassik von heute tönen?
Musik ist eine Sprache, die immer wieder neue Schöpfungen hervorbringt und niemals auf Anhieb verstanden oder angenommen wurde und wird. Deshalb sollte man viel mehr neue Musik hören. So kann man den Geist wachhalten und sich an Neues gewöhnen und erfreuen. Neugierig zu bleiben, hilft übrigens auch gegen Alzheimer.

Das heisst, dass klassische Musik bei ihrer Entstehung die Zuschauerinnen und Zuschauer immer schon herausforderte?
Es gibt unendlich viele zeitgenössische Verrisse von all den grossartigen Musikstücken, die heute zu den Favoriten der meisten Konzertgänger gehören. Heute würde keinem so etwas einfallen – die Kompositionen klingen so bekannt, dass sie nicht mehr überraschen oder verärgern. Das finde ich ziemlich schade.

Haben Sie Beispiele?
Über Beethovens Kreutzer-Sonate wurde geschrieben, dass er artistischen Terrorismus betreibt. Bei der Uraufführung hielten einige seine Eroica für ein grosses Meisterwerk, während andere ihr jeglichen künstlerischen Wert absprachen. Bizet wurde vorgeworfen, in seiner Oper Carmen gebe es keine Melodie, nur Verwirrung.

Werfen wir einen Blick in die Zukunft: Worauf darf sich das Publikum beim Konzert vom 9. April 2027 mit der Camerata Bern im Casino Bern freuen?
Es ist ein Programm über das Leben – schön und unerwartet, mit den Rissen und poetischen Momenten. Die Musikerinnen und Musiker von Camerata Bern sind so ausdrucksstark in ihrem Können und Fantasieren, dass ein wahres Kaleidoskop der Gefühle entsteht. Mit Szenen und Bildern, bei denen wir uns als Ensemble und musikalische Familie hoffentlich selbst überraschen. • *ps*

Wo alles Wichtige zusammenkommt

Fragen zur Pflege halten sich nicht an Bürozeiten. Sie tauchen am Abend auf, am Wochenende oder mitten im Wartezimmer. Die Antworten liegen schon bereit: in OXOA, der App für Kundinnen und Kunden der Spitex Bern und ihre Bezugspersonen.



Einfach zu bedienen: OXOA überzeugt mit einem übersichtlichen Aufbau.

S. Kneubühler* von der Spitex Bern kommt morgen Dienstag um 10.10 Uhr vorbei, 35 Minuten lang, zur Wundpflege. Der Blutdruck liegt seit dreieinhalb Wochen bei 125 zu 80. Zuvor war er zu hoch. In zehn Tagen ist die neuste Rechnung fällig. All das steht in OXOA und lässt sich jederzeit aufrufen, von den Kundinnen und Kunden ebenso wie von ihren Bezugspersonen.

Die App ist Teil der Digitalisierungsstrategie der Spitex Bern und wurde gemeinsam mit dem Startup AvanzaTec entwickelt. Seit Ende Januar 2024, als die Pilotphase abgeschlossen wurde, können die Kundinnen und Kunden der Spitex Bern auf die App zugreifen.

Alles rund um den Einsatz

Dahinter steckt eine einfache Idee. «Wir wollten unseren Kundinnen und Kunden und ihren Bezugspersonen Zugang zu jenen Informationen ermöglichen, die für sie im Alltag wichtig sind – und zwar rund um die Uhr», sagt Ursula Dolder von der Spitex Bern. Als Projektleiterin hat sie die Entwicklung der App massgeblich geprägt.

Da ist zum Beispiel der Terminkalender. Er zeigt, wann der nächste Einsatz stattfindet, wer ihn übernimmt und was dabei gemacht wird. Nach dem Besuch sehen Bezugspersonen in der App: Der Einsatz hat stattgefunden. «Damit geben wir Bezugspersonen Sicherheit. Sie wissen, dass wir uns um ihren Angehörigen, Freund oder Nachbarn gekümmert haben», sagt Ursula Dolder. Muss ein Termin abgesagt werden, geht das direkt in der App.

Das Kundendossier auf dem Bildschirm

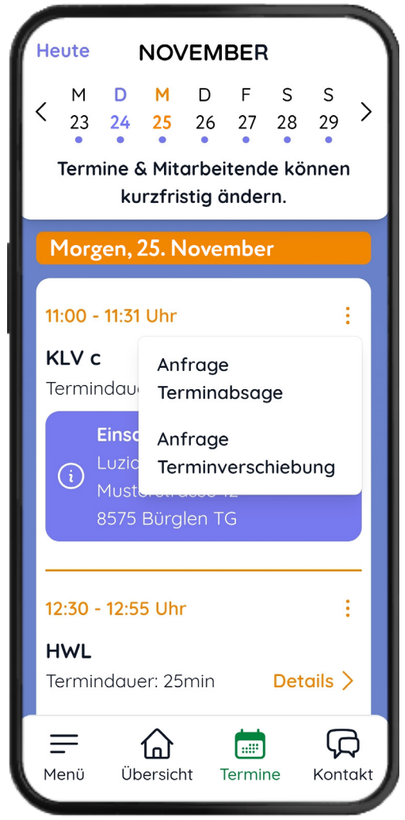
Auch die Gesundheitsdaten sind an einem Ort gebündelt. Puls, Blutdruck und Gewicht lassen sich einsehen, ebenso die verordneten Medikamente samt Dosierung. Dazu kommen Leistungsvereinbarungen und Bedarfsmeldungen, künftig auch Austrittsberichte aus Spitälern. Besonders vor dem Arztbesuch hilft das: «Unsere Kundinnen und Kunden müssen diese Informationen nicht mehr einzeln zusammentragen und ausdrucken. Ärztinnen und Ärzte wiederum haben die bereits verordneten Medikamente und deren Einnahme im Blick. Das hilft ihnen, eine neue Medikation darauf abzustimmen», sagt Ursula Dolder. Eltern von Kindern, die von der Kinderspitex betreut werden, finden in OXOA ausserdem praktische Anleitungen, etwa zur Mundpflege.

Und der Papierkram? Auch der lässt sich über OXOA erledigen. Neue Wohnadresse, anderer Hausarzt, neue Krankenkasse: Das tragen Kundinnen und Kunden oder ihre Bezugspersonen direkt selbst ein. Rechnungen, Zahlungsstatus und Fälligkeitsdatum stehen ebenfalls in der App, dazu die Öffnungszeiten und Kontaktmöglichkeiten der Spitex Bern.

Für Kundinnen und Kunden der Spitex Bern ist OXOA gratis. Sie können die App mehreren Bezugspersonen zur Verfügung stellen. Genutzt wird sie auf aktuellen Apple- und Android-Geräten. Und wer lieber am Computer sitzt, öffnet OXOA im Browser. • *km*

*Beispielname

> Kundenerlebnis
>
> Ich nutze OXOA fünf- bis sechsmal pro Woche und finde die App sehr übersichtlich und einfach zu bedienen. Die Kinderspitex besucht meinen Sohn täglich im Kindergarten, um ihn zu katheterisieren. In der App sehe ich auf einen Blick, wann die Einsätze geplant sind und wer kommt. Das gibt mir Sicherheit und hilft mir, meinen Sohn auf die Betreuung vorzubereiten. Und falls sich unsere Pläne einmal ändern, kann ich einen Termin mit wenigen Klicks über die App absagen. Das macht die Terminorganisation für mich einfacher als früher, als ich dafür anrufen musste.
>
> Mutter eines Kindes,
> das von der Kinderspitex Bern betreut wird



Die App beinhaltet gut lesbare Schriftgrössen und klare Kontraste.

Zwischen Pflege und IT: Immer nah am Menschen

Wenn man Ursula Dolder im Büro besucht, fällt schnell etwas auf: Die Tür ist stets offen. Während des Gesprächs schauen immer wieder Pflegende kurz herein. Sie bringen ein Anliegen mit, brauchen Unterstützung oder wünschen Ursula einfach einen schönen Tag. Ursula hört aufmerksam zu, nimmt sich Zeit und ist ganz bei ihrem Gegenüber. Danach widmet sie sich wieder dem Interview. Diese Offenheit und die Freude daran, für andere da zu sein, prägen auch ihren beruflichen Weg.

Wenn wir uns heute nicht über deinen Beruf unterhalten würden: Womit könnte man dich stattdessen eine Stunde lang begeistern?
Diesen Sommer verbrachte ich viel Zeit in der Aare. Ich sprang ins Wasser, liess mich treiben und tankte Energie. Zudem lese ich gerne und gehe oft an Konzerte. Besonders gerne höre ich Reggae. Auch wenn die Texte nicht immer sonnig sind, der Groove ist es. Im Winter halten mich dann vor allem die Young Boys und der Schlittschuhclub Bern auf Trab.

Bevor wir auf deinen heutigen Job schauen: Was hat dich damals in die Pflege geführt?
Eigentlich wollte ich Kindergärtnerin werden. Nachdem ich die Aufnahmeprüfung nicht bestanden hatte, musste ich mich neu orientieren. Für mich war klar: Ich wollte mit Menschen arbeiten und nicht den ganzen Tag im Büro sitzen. Mit 20 Jahren begann ich deshalb meine Ausbildung in der Pflege.

Du bist dann von der Pflege in die IT gewechselt – was hat dich daran gereizt?
Die Stelle war als Drehscheibenfunktion ausgeschrieben. Das hat mich angesprochen, weil ich mein Wissen aus der Pflege einbringen und gleichzeitig etwas Neues lernen konnte. Mein Ziel war, den Mitarbeitenden den Arbeitsalltag zu erleichtern. Ich arbeitete unter anderem im First Level Support und half bei Fragen rund um die eingesetzte Software. Mein pflegerisches Hintergrundwissen war dabei sehr hilfreich. Bei der Pflegeplanung wusste ich beispielsweise, wie die Abläufe in der Praxis aussehen und was die Mitarbeitenden tatsächlich brauchen.

Was hat dir diese Zeit in der IT gegeben, das du heute nicht mehr missen möchtest?
Vor allem habe ich gelernt, wie wichtig es ist, nah bei den Menschen zu bleiben, die eine technische Lösung nutzen. Wenn jemand mit einer Frage oder einem Problem zu mir kam, nahm ich das ernst. Ich musste nicht immer sofort eine Lösung haben. Zuerst wollte ich verstehen, was die Person beschäftigt. Rückblickend fand ich auch die Entwicklung der OXOA-Kundenapp spannend. Ich habe gesehen, wie viel Arbeit im Hintergrund steckt, bis eine Anwendung am Ende funktioniert. Das hat meinen Blick auf digitale Lösungen verändert.



Ursula Dolder ist operative Bereichsleiterin Pflege bei der Spitex Bern.

Danach hat es dich wieder zurück in die Pflege gezogen – warum?
Irgendwann merkte ich, dass mir die Arbeit zu technisch wurde. Die Projekte wurden immer grösser und ich sah mich langfristig nicht mehr in diesem Bereich. Ich wollte wieder näher an den Menschen arbeiten. An der Pflege gefällt mir besonders, dass sie mitten im Leben stattfindet. Ich finde es schön, wenn Menschen in ihrem eigenen Zuhause gepflegt werden können. Für eine kleinere pflegerische Leistung müssen sie nicht gleich ins Spital. Auch die Vielfalt der Spitex gefällt mir: Es gibt unterschiedliche Angebote und spezialisierte Teams, zum Beispiel für Menschen mit Demenz. Kein Tag verläuft genau gleich – das macht es spannend.

Jetzt bist du als operative Bereichsleiterin Pflege wieder in deinem ursprünglichen Berufsfeld tätig. Was macht diese Aufgabe für dich besonders spannend?
Ich sehe mich auch heute als Drehscheibe. Ich unterstütze die Teamleitungen dabei, ihre Aufgaben gut wahrnehmen zu können. Dabei hilft mir, dass ich beide Seiten kenne. Ich weiss, wie es bei den Kundinnen und Kunden aussieht, und ich war selbst Teamleiterin. Heute kann ich mein Wissen aus verschiedenen Stationen meines Berufswegs einbringen. Das macht mir Freude.

Wenn du auf deinen Weg zurückblickst: Gibt es etwas, das du aus der IT bewusst in deine Arbeit in der Pflege mitgenommen hast?
Ich möchte nicht immer sofort eine Lösung präsentieren. Wenn jemand mit einem Problem zu mir kommt, hilft es oft schon zu sagen: «Ich habe dich gehört und verstanden.» Danach können wir gemeinsam überlegen, wie es weitergeht. Ich bin selbst sehr lösungsorientiert und möchte Probleme pragmatisch angehen. Die Zeit in der IT hat mir aber gezeigt, wie wichtig eine schnelle Rückmeldung ist. Wenn jemand ein Problem meldet, schafft die Information, dass das Anliegen angekommen ist, bereits Sicherheit.

«An der Pflege gefällt mir besonders, dass sie mitten im Leben stattfindet.»

Du hast bei Concara verschiedene Welten kennengelernt. Was macht es möglich, dass man sich dort beruflich immer wieder neu orientieren kann?
Ich erlebe die Kultur bei Concara als sehr zugänglich. Die Türen stehen offen und man kommt miteinander ins Gespräch. Das ist wichtig, wenn man sich beruflich verändern möchte. Auch das Angebot ist vielfältig: Von wenig Unterstützung bis zur umfassenden Pflege gibt es ganz unterschiedliche Angebote. Diese Vielfalt bietet auch den Mitarbeitenden viele Möglichkeiten, sich weiterzuentwickeln oder einen neuen Weg einzuschlagen.

Wenn du heute jemandem bei Concara begegnest, der gerade überlegt, einen neuen Weg einzuschlagen: Was würdest du ihm oder ihr mitgeben?
Ich würde mir zuerst überlegen: Was brauche ich, damit ich gerne arbeite? Ich finde es schade, wenn man sich selbst sagt: «Das kann ich nicht.» Bei Concara arbeiten rund 2200 Menschen in ganz unterschiedlichen Bereichen. Vom Kontaktcenter über den Flexpool bis zur Pflege und IT gibt es viele Möglichkeiten. Mein eigener Weg zeigt: Manchmal lohnt es sich, etwas Neues auszuprobieren. Auch wenn man am Anfang noch nicht weiss, wohin der Weg führt. • *am*

Warum zu Concara?

Domicil und Spitex Bern – das ist Concara. Hier arbeiten 2200 engagierte Mitarbeitende in mehr als 30 Berufen. Sie sind kollegial, authentisch und vielseitig. Genau wie du. Die Kultur: wertschätzend, menschlich und humorvoll. Passt das zu dir? Dann komm ins Team.

Jobs bei Concara
jobs.concara.ch

Wortlabyrinth zur Zeitreise

Fleisch-speise (ugs.)		griech. Buch-stabe	Luft-reifen Mz.		Mär-chen-gestalt	weiches Schwer-metall	ugs.: jammern		frz. Plural-artikel	ugs.: sowieso	Be-schädi-gungen
schweiz. Käse-sorte	6										
			3		falsch, abwegig		Heidis Gross-vater: Alp...	9			
besitz-anzeig. Fürwort		Haupt-stadt v. Georgia		jedoch, während		10				behördl. Anord-nungen	
versteckt auf je-manden warten							ital. Name Merans		sächl. Fürwort		
				bitter kalt		Ozeane					
erfolg-reiche Lieder	frz.: ah-nungs-los		hasten, hetzen		1				Güte-bez. f. Cognac		freund-lich
schweiz. Olympia-siegerin (Ski)						engl.: Netz		grosses Familien-auto	5		
einge-schaltet			Autokz. Tunesien		starke Feuch-tigkeit	2					
Grossge-meinde im Kt. Bern	8							Him-mels-richtung			7
Beute					Haar-ersatz-stück		4			raetsel.ch	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



Tickets für das Life Cycles Abokonzert zu gewinnen

Camerata Bern

Freitag, 9. April 2027
19.30 Uhr im Casino Bern

Tragen Sie die richtige Lösung bis am **15. Dezember 2026** auf folgender Webseite ein: **concara.ch/wettbewerb**

oder senden Sie das Lösungswort per Postkarte an:
Concara Services AG
Engehaldenstrasse 22
3012 Bern

Lösung der Ausgabe vom Mai 2026: BALANCE

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
Es wird keine Korrespondenz geführt und der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mehrfacheinsendungen haben keine höhere Gewinnchance.