



# Physiobern.info

Juni 2023

## **Inhalt**

Editorial	2
Evidence summaries	5
Physiobern goes national	6-7
Kursprogramm Weiterbildung	12-14
Termine und Adressen	19

Und vieles mehr...

# Editorial – «Wir werden gehört»

Mit einer umfassenden Präsentation und stichhaltigen aktuellen Daten sind wir am 14. März 2023 bestens vorbereitet zum Sessionanlass des Berner Grossrats angetreten.

Rund 20 interessierte Grossrät:innen hatten sich im Vorfeld für den Mittagsevent (inkl. Stehlunch) unter dem Titel «Die Kosten steigen in der Physiotherapie – sind wir zu teuer?» angemeldet. Das Korsett des politischen Anstands bereitete keine Atemnot, im Gegenteil! Politiker:innen aller Parteien folgten aufmerksam der Präsentation, hörten sich unsere Anliegen an, stimmten das eine oder andere Mal kopfnickend den Ausführungen zu oder machten sich noch schnell ein Foto der Folie, um den Inhalt festzuhalten. Das Thema interessierte.

Der Titel des Anlasses liess schon erahnen, dass ein wichtiger Bestandteil der Präsentation aus Zahlen und Kostenpunkten bestand. Dabei legten wir grossen Wert darauf, von einer Leistungssteigerung in der Physiotherapie zu sprechen und den eher negativ besetzten Begriff der Kostensteigerung zu umgehen. Die medizinisch sinnvollen und politisch gewollten Strategien «ambulant vor stationär» und «konservativ vor invasiv/operativ» führen unausweichlich zu einer Leistungssteigerung – und demzufolge auch einer entsprechenden Kostenverlagerung – in der Physiotherapie. Dies ist aber kein Problem, denn wir konnten aufzeigen, dass genau diese Massnahmen eine kostendämpfende Wirkung auf das Gesamtsystem haben und dadurch ein grosses Sparpotential in sich tragen. Das ist bei (mindestens) ebenbürtiger Behandlungsqualität wirtschaftlich interessant.

Wir stellten erfreut fest, dass wir bereits im ersten Teil unseres Auftritts ein wichtiges Ziel erreicht hatten: Wir werden gehört!

Im zweiten Teil der Veranstaltung standen die Grossrät:innen im Mittelpunkt. Sie konnten zuerst im Plenum und danach in kleinen Gruppen ihre brennenden Fragen an uns richten.



Es kam zu einem angeregten Austausch mit sehr wertvollen Inputs zu Themen wie Tarif und Versorgungsmodelle, Möglichkeiten in der Prävention oder zum Direktzugang. Die Rolle der APPs (Advanced Physiotherapy Practice) mit den erweiterten Kompetenzen sprach die Politiker:innen sichtlich an. Es wurde nachgefragt, diskutiert, ausgetauscht und bekräftigt.

Und wir freuten uns wieder, dass wir nicht nur gehört wurden, sondern dass die Politiker:innen unsere Anliegen sehr ernst nahmen und uns mit konkreten Angeboten wie z.B. bei politischen Vorstössen unterstützen wollten.

Nachdem wir uns nun im letzten Jahr sichtbar gemacht und in diesem Jahr Gehör verschafft haben, sind wir hochmotiviert, einen Schritt weiter auf diesem Weg zu gehen und Taten folgen zu lassen!

Nützen wir diesen Rückenwind und erarbeiten konkrete politische Vorstösse auf kantonaler Ebene. Gemeinsam und in Absprache mit Physioswiss wollen wir dies tun, denn eine klare Stossrichtung mit gebündelten Kräften und Energien verspricht auf kantonaler wie nationaler Ebene sichtbaren Erfolg.

Ein politisches Engagement ist ein Prozess, der nie stillsteht. Auch wir bleiben in Bewegung, konkretisieren unsere Themen und reflektieren unsere strategische Vorgehensweise vorzu. Der Einbezug der Angebote und Anliegen der Physiotherapie in den politischen Prozess erfolgt somit nicht nur unspektakulär auf leisen Sohlen durch die Hintertür. Es gilt, «am Ball» zu bleiben und den neu gewonnenen Rückhalt zu pflegen, indem wir uns immer wieder sichtbar machen, Gehör verschaffen und Taten folgen lassen zum Wohle und zur Entwicklung unseres Berufs, den wir alle lieben!

Kollegiale Grüsse  
Martin & Micaela, Co-Präsidium Physiobern



# 100 Tage im Amt

An der GV im Januar 2023 wurde ich von euch lieben Mitgliedern als Vorstandsmitglied von Physiobern gewählt – herzlichen Dank für euer Vertrauen.

Der Einstieg in die Vorstandsarbeit wurde mir durch meine Vorgängerin und meine Vorstandskolleg:innen leicht gemacht und ich konnte wertvolle Informationen in meinen Rucksack packen. Grundlegendes Basiswissen, Orientierungshilfen und auch die wichtigsten Kontakte im «Notfall» wurden mir bestens vermittelt und ich habe mich gut gewappnet auf die Wanderung «Vorstandsarbeit» begeben.

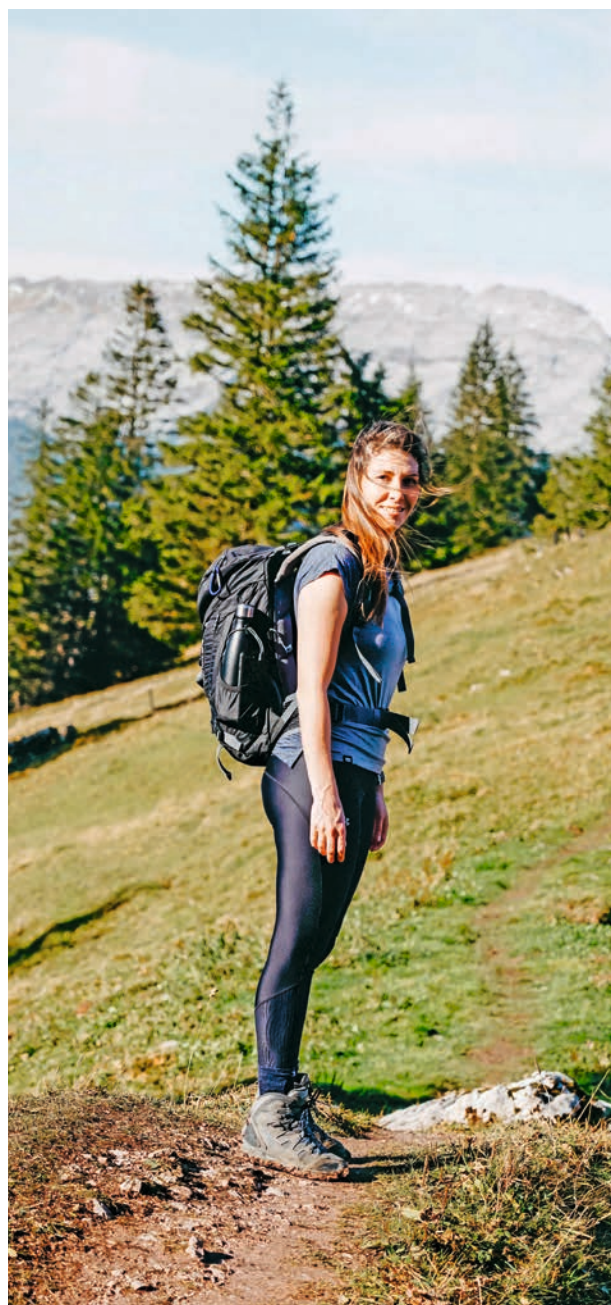
Von Anfang an durfte ich Wegabschnitte allein meistern, konnte mir aber zu jeder Zeit eine helfende Hand zur Unterstützung holen. Dass manchmal eine Zusatzrunde gedreht werden muss, wissen wir aus der praktischen Arbeit mit Patient:innen nur zu Gute. So erging es mir beim ersten geplanten Anlass: dem Fobiabend zum Thema Resilienz. Krankheitsbedingt musste dieser kurzfristig abgesagt und verschoben werden und das bestellte Apéro für 70 Personen wurde kurzerhand durch unsere grossartige Geschäftsstellenleiterin an die Studierenden der BFH geliefert. Erste Stolpersteine konnten mit der Unterstützung des engagierten Teams gut gemeistert werden!

In meinem Rucksack ist nach wie vor viel Platz für Ideen und Anregungen zum Bereich Fortbildungen und Anlässe von Physiobern. Hast du eine Idee für den nächsten Fobiabend? Gibt's ein brennendes Thema, was Raum für Austausch benötigt? Hast du Fragen oder willst du Wissen weitergeben? Zögere nicht und melde dich bei mir. Ich freue mich auf den gewinnbringenden und wertvollen Austausch mit dir.

Neben den Fobiabenden und Anlässen liegt das Ressort Junior:innen ebenso in meinem Zuständigkeitsbereich. Dieser Bereich liegt mir sehr am Herz. Die Junior:innen haben unter anderem die Zukunft unseres Berufs wesentlich in ihren Händen und die Einbindung in den Verband, aber auch die Unterstützung durch den Verband, sind wichtig. Auch in diesem Bereich freue ich mich auf Anregungen.

Ich bin gespannt und motiviert, gemeinsam mit dir und dem Vorstand von Physiobern verschiedene Gipfel zu erklimmen, unterschiedlichste Wege zu bewandern und zwischendurch auch mal die Aussicht zu geniessen! Ich freue mich auf unsere Zusammenarbeit.

Katharina Kuttenberger  
Vorstand Physiobern



# Fobiabend

vom 28. August 2023: Resilienz

Der nächste Fobiabend steht an. Nachdem am 1. Mai 2023 der zum Thema Resilienz geplante Fobiabend kurzfristig abgesagt werden musste, freuen wir uns, diesen nun am Montag, 28. August 2023 durchzuführen.

## Resilienz in der Physiotherapie

**Referentin:** Dina Buchs, Bremgarten, Supervisorin & Coach eidg. Dipl./BSO

**Datum:** Montag, 28. August 2023 (Ersatzdatum vom 1.5.2023)

**Eintritt:** Mitglieder Physiobern: gratis

Nichtmitglieder: 30.–

Die Teilnehmerzahl ist auf 80 Personen beschränkt.

**Ort:** Weiterbildungszentrum Physiobern

Stadion Wankdorf

Sempachstrasse 22, 3014 Bern

**Zeitplan:** 18.30 Uhr Türöffnung

19.00 – 19.45 Uhr Referat

19.45 – 20.15 Uhr Fragerunde

ab 20:15 Apéro

### Inhalt

In der Psychologie wird die Fähigkeit, mit Stress, Konflikten oder Krisen konstruktiv umzugehen, «Resilienz» genannt. Umgangssprachlich sprechen wir von Personen, die über die erforderlichen Grundhaltungen und Fähigkeiten verfügen, auch von «Stehaufmännchen». Resiliente Menschen sind also widerstandsfähig, flexibel und belastbar. In der Physiotherapie werden genau diese Fähigkeiten immer zentraler und wichtiger sowohl für Patient:innen wie auch für Therapeut:innen. An diesem Vortrag lernst du die Ansätze dazu kennen und nimmst einfach umsetzbare Möglichkeiten in deinen Alltag zurück. Denn Resilienz ist ein Prozess, der ein Leben lang trainiert werden kann.

- Die 7 Schlüssel der Resilienz
- Bewältigungsstrategien
- Praktische Beispiele

Melde dich bis am 21.8.2023 via [www.physiobern.info](http://www.physiobern.info) für diesen Anlass an. Wir freuen uns auf deine Teilnahme und einen spannenden Abend!

Vorstand Physiobern



### Resilienz (Psychologie)

*Pschyrembel online*

«Ausmass der (psychischen) Widerstandsfähigkeit einer Person. Hohe Resilienz ermöglicht z.B. negative Einflussfaktoren standzuhalten, ohne eine psychische Störung zu entwickeln. Resilienz basiert auf der Beobachtung, dass auch bei starker Belastung meist nur eine Minderheit der Betroffenen eine Störung entwickelt.»

### Resilience

*Cochranelibrary*

«Resilience can be defined as the maintenance or quick recovery of mental health during or after periods of stressor exposure, which may result from a potentially traumatising event, challenging life circumstances, a critical life transition phase, or physical illness. Health-care professionals, such as nurses, physicians, psychologists and social workers, are exposed to various work-related stressors (e.g. patient care, time pressure, administration) and are at increased risk of developing mental disorders. This population may benefit from resilience-promoting training programmes.»

### Résilience

*Boris Cyrulnik*

«... veut dire qu'un organisme tient le coup. Malgré les pressions du milieu et malgré les coups du sort, il reste stable et peut même rebondir. Il peut même reprendre vie et reprendre son cours évolutif. Pour ça, il faut quand même qu'il y ait des éléments, un petit peu d'aide.»

# «Physiotherapie wirkt:»

## Weiter geht's...

Vor gut vier Jahren, an der GV 2019, habt ihr ein Projekt genehmigt mit dem Ziel regelmässig aktuelle Evidenz zur Wirksamkeit der Physiotherapie aufzubereiten und in geeigneter Form zu publizieren. Unter dem Titel «PT wirkt:» sind Sophie Brandt, Michaela Hähni und Gere Luder in dieses Abenteuer gestartet und haben im Herbst 2019 ein erstes «Evidence Summary» zum Thema «Schulterimpingemen»t erstellt. Ein solches Evidence Summary hat zum Ziel die aktuelle wissenschaftliche Evidenz kurz und kompakt zusammen zu fassen und konkrete und praxisnahe Empfehlungen zu geben, welche Behandlungsmethoden wirksam und effizient sind.

Im Januar 2020 wurde mit «Sturzprävention» bereits das nächste Summary publiziert und die Arbeiten an zwei weiteren Themen waren gestartet: Multiple Sklerose und Atemtherapie. Dann kam der März 2020, andere Themen drängten sich in den Vordergrund, das Coronavirus legte sich über alles und veränderte so vieles. Auch die Arbeit an den Evidence Summaries rückte in den Hintergrund und sogar das fast schon vollständige Summary zu MS blieb in der Schublade liegen.

Jetzt haben wir 2023, unsere Verantwortliche für die Evidence summaries, Sophie Brandt, wurde soeben in den Zentralvorstand gewählt und übernimmt so ganz neue Aufgaben im Verband (siehe Seite 6/7). Daher haben wir als Vorstand das Projekt neu aufgestellt und einen neuen Start mit (teilweise) neuen Personen lanciert. Wir haben zwei engagierte Physiotherapeutinnen mit MSc-Abschluss und Interesse an dieser Arbeit gefunden und freuen uns, dass sie neue Themen aufnehmen wollen und bereit sind in Zukunft jeweils mindestens zwei Summaries jährlich zu erstellen. Annina Zürcher, ehemaliges Vorstandsmitglied und Seraina Liechti sind beide Fachexpertinnen für Therapie im Spital Thun und haben so eine breite Basis, um dieses Wissens an alle Mitglieder weiterzugeben. Vom Vorstand her wird weiterhin Gere Luder mit involviert sein und die beiden bei ihrer Arbeit begleiten und unterstützen.

Dies ist der aktuelle Stand und sind die nächsten Schritte:

- Die beiden bisherigen Summaries sind weiterhin im Mitgliederbereich der Homepage für alle nach dem Login verfügbar. Auch alle neuen Themen werden jeweils dort aufgeschaltet.
- Noch mit Sophie Brandt zusammen haben wir das Evidence Summary zu Multipler Sklerose abgeschlossen und das Dokument liegt diesem Physiobern.info bei. Beachte, dass der Stand des Wissens noch auf dem Frühling 2020 beruht, weshalb wir das Datum nicht angepasst haben. Wir haben darauf verzichtet eine neue aktualisierte Recherche zu machen, da dieses Dokument bereits so gut wie fertig war. Als zusätzliche Fachexpertin war Brigitte Marthaler, ehemalige Delegierte, ebenfalls involviert.
- Annina und Seraina überarbeiten zusammen mit der Fachexpertin Andrea Wahli die angefangene Version von 2020. Sie werden dafür auch eine aktualisierte Literaturrecherche durchführen, da hier in den letzten Jahren einige Neuerungen dazugekommen sind. Geplant ist, dass dieses Summary im Herbst 2023 fertig wird und dann mit der Broschüre zur GV im Dezember verschickt werden kann.
- Gleichzeitig sind wir daran, weitere Themen zu planen: Das bedeutet, wir sind offen für Vorschläge und Ideen zu möglichen Themenbereichen aus der Physiotherapie, die sich eignen für ein Evidence Summary. Ihr könnt eure Ideen gerne per Mail an die Geschäftsstelle ([sekretariat@physiobern.info](mailto:sekretariat@physiobern.info)) oder direkt an Gere Luder ([gere.luder@physiobern.info](mailto:gere.luder@physiobern.info)) schicken.

Wir freuen uns, dass es gelungen ist, dieses Projekt zu neuem Leben zu erwecken und wir hoffen, dass die erarbeiteten Evidence Summaries dazu beitragen, die Wirksamkeit der Physiotherapie zu verbessern und bekannter zu machen.

Gere Luder  
Vorstand Physiobern



# Mit voller Kraft voraus – Physiobern goes national

Nach über sieben Jahren als Delegierte von Physiobern darf ich mich neu auf nationaler Ebene für die Weiterentwicklung der physiotherapeutischen Profession engagieren. Am 13. Mai 2023 wählten mich die Delegierten der Kantonal- und Regionalverbände in den Zentralvorstand von Physioswiss. Dieses Vertrauen weiss ich sehr zu schätzen.

Jetzt heisst es, die nächsten Ziele entlang der Physioswiss Strategie 2025 ins Auge zu fassen. Die drei aus meiner Sicht wichtigsten Schlagworte sind: Vernetzung, Verständigung und Versorgungsmodelle.

**Vernetzung:** Mit Hilfe meines Netzwerks möchte ich Physioswiss stärker mit anderen Akteur:innen des Gesundheitswesens vernetzen. Physioswiss soll als Säule der Grundversorgung und als Partner von nationalen Akteur:innen gesehen werden. Da andere Berufsverbände ähnliche Ziele wie wir verfolgen, z.B. neue Tarife, können wir durch bessere Vernetzung mit ihnen effizienter vorwärtskommen.

**Verständigung:** Für transparente, proaktive Kommunikation möchte ich mich stark machen. Wir müssen uns besser mit euch Mitgliedern verständigen, austauschen und erklären, wo wir auf Verbandsebene im Gesundheitssystem auf Gegenwind stossen. So können wir gemeinsam bestimmen, wie wir diesen Gegenwind überwinden. Über die bisherigen politischen Interpellationen zum Direktzugang waren zum Beispiel nicht alle Mitglieder informiert. Und habt ihr schon gehört, dass die Lobby der Physiotherapeut:innen in der Schweiz inzwischen auch im Bundeshaus vertreten wird?

**Versorgungsmodelle:** Um den Physioberuf auch langfristig attraktiv zu machen, finde ich es wichtig, dass wir neue Versorgungsmodelle mit interprofessioneller Zusammenarbeit und Advanced Practice fördern. Es gibt bereits einzelne Projekte, bei denen Physiotherapeut:innen bei der Triage auf Notfallstationen unterstützen oder bestimmte Patient:innengruppen ohne ärztliche Verordnung behandeln. Solche Versorgungsmodelle möchte ich stärker auf Verbandsebene fördern.

Für meine Kolleg:innen und mich im neu zusammengesetzten Zentralvorstand gibt es viel zu tun, denn die Liste der Herausforderungen ist lang. So etwa mit Blick auf den Kostendruck im Gesundheitswesen, den Fachkräftemangel und die steigenden Anforderungen durch Digitalisierung sowie komplexe Versorgungssituationen. Nur mit der Unterstützung von euch Mitgliedern können wir etwas bewegen. Dabei ist es zentral, dass wir Fachdiskussionen intern innerhalb unserer Berufsgruppe führen und nach aussen alle mit einer gemeinsamen Stimme «pro Physio» auftreten.

Ich freue mich auf die konstruktive Zusammenarbeit im neuen Team und darauf, gemeinsam mit euch «pro Physio» zu sprechen und zu handeln.

Kollegiale Grüsse

Sophie Karoline Brandt  
Mitglied Zentralvorstand Physioswiss







# Die Schweizer Top-5-Liste der Physiotherapie: Tempus perfekt

Physioswiss hat die Zeichen der Zeit erkannt und sich von einigen alten Zöpfen der Physiotherapie offiziell verabschiedet. Grosses Lob und aufrechte Anerkennung dafür! Was ist gemeint? Gemeint ist die anfangs Februar 2023 publizierte Schweizer «Smarter Medicine» Top-5-Liste mit nachweisbar nicht-wirksamen physiotherapeutischen Leistungen (<https://www.smarter-medicine.ch/de/top-5-listen/physiotherapie>). Solche Leistungen stellen eine medizinische Über- oder Fehlversorgung ohne Nutzen für die Gesundheit dar. Die Liste sollten wir Physiotherapeut:innen uns alle zu Herzen nehmen. Überwältigende Evidenz legitimiert uns alle – spätestens jetzt – diese fünf zum Teil lieb gewonnenen Therapieformen in diesen bestimmten Kontexten schmerz- und emotionsfrei loszulassen. De facto wird uns Physiotherapeut:innen und Patient:innen nichts Unverzichtbares weggenommen, sondern wir gewinnen an Professionalität. De-implementieren statt implementieren; mal etwas Anderes. Dieser Schritt mit der Top-5-Liste ist für die Weiterentwicklung unserer Profession ein Meilenstein und von unausweichlicher Wichtigkeit. Die Physiotherapie ist neben der Pflege und den Hebammen eine weitere, nicht ärztliche Berufsgruppe, die im Interesse einer qualitativen hochstehenden Versorgung der Patient:innen diesen Schritt gemacht hat. Die Top-5-Liste führt uns – Achtung: Pathos! – zur vollendeten Gegenwart. Tempus perfekt: Es ist geschehen!



Einige Kolleg:innen haben sich jedoch diesbezüglich weniger euphorisch geäussert. Vor allem, aber nicht nur, in den sozialen Medien. Die aktuelle Top-5-Liste ist keine fundamentalistische Anschauung, die nur eine Methode toleriert und alles andere vehement ablehnt. Es lohnt sich durchaus die Empfehlungen der Top-5-Liste gründlich zu lesen und sich vom Differenzierungsgrad der Empfehlungen überzeugen zu lassen. Betrachten wir exemplarisch die vierte Empfehlung «Keine Anwendung von passiven therapeutischen Massnahmen über einen längeren Zeitraum und isoliert bei Kreuzschmerzen». Im Titel, Begleittext und in den mitgelieferten Referenzen wird zum Beispiel nicht behauptet, dass Massage bei Kreuzschmerzen unter bestimmten Umständen keine positive Wirkung haben kann. Erinnern wir uns diesbezüglich doch an das Cochrane Review von Furlan und Kolleg:innen aus 2015. Diese systematische Übersichtsarbeit mit Meta-Analysen gibt Hinweise auf die kurzfristig positive Wirkung von Massage bei Patient:innen mit subakuten oder chronischen Kreuzschmerzen und bestätigt uns, dass wir in der Physiotherapie bei Patient:innen dieser Diagnosegruppen Massage weiterhin als vorbereitende Initialtherapie zur kurzfristigen Schmerzlinderung einsetzen können. Langfristig wirkt sie jedoch im Vergleich zu keinen oder anderen Therapien kaum oder nicht. Für mittel- und langfristige Funktionsverbesserung muss deshalb die Behandlung aktive Therapieformen beinhalten. Und genau dies kann man in der vierten Empfehlung der Top-5-Liste lesen.

Der Philosoph Friedrich Nietzsche warnte bereits vor vielen Jahren: «Überzeugungen sind oft die gefährlichsten Feinde der Wahrheit». «Evidenz-basierte Höchstwahrscheinlichkeiten» und Meinungen betreffend lieb gewonnenen Therapiemassnahmen sollte man deshalb nicht verwechseln. Vieles was wir mittlerweile vielleicht für selbstverständlich halten, ist keine universale Konstante. Als moderne Physiotherapeut:innen müssen wir unsere Qualitäten kennen. Da wir alle über empfindliche Fingerspitzen und durchtrainierte Gehörorgane verfügen und ausserdem feinmotorisch nicht ganz unbegabt sind, ist es absolut nachvollziehbar, dass wir uns für gute Physiotherapeut:innen halten. Ein konstruktiver Umgang mit aktuellen, eindeutigen Resultaten von wissenschaftlichen Studien sollte unsere Toolbox komplettieren. Als Berufsverband machen wir uns dafür stark, dass diese bewusst eingesetzt und in unsere Arbeit am Patienten implementiert wird. Wir sollten alle das Feld der (neuen) Fakten nicht verlassen oder verfehlen. Zugegeben: Über neue wissenschaftliche Befunde lohnt es sich in der breiten



Öffentlichkeit erst zu berichten, wenn sie sich über eine Reihe von Studien bewährt haben. Und genau das ist bei der Schweizer Physiotherapie Top-5-Liste absolut der Fall. Ein zentraler Ansatz von «Smarter Medicine» ist ausserdem das zusätzliche Empowerment unserer Patient:innen. Wir geben ihnen damit ein Tool in die Hand, mit dessen Hilfe sie der Physiotherapie nicht «ausgeliefert» sind, sondern mitdiskutieren und Einfluss auf die Methodenwahl nehmen können – ganz im Sinne des Shared Decision Makings (patientenzentrierte partizipative Entscheidungsfindung). Die Stärkung der Patientenkompetenz ist auch sehr wichtig für die Professionalisierung der Physiotherapie.

Die wissenschaftlichen Arbeiten pushen uns manchmal an die Grenzen der persönlichen Komfortzone. Das Stakkato des Neuen droht uns abzustumpfen. Zumindest wir Co-Autor:in dieses Essays sind manchmal etwas überfordert. Die Auseinandersetzung mit neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen sollte man sich eher wie Krafttraining vorstellen: Es kostet ein wenig Überwindung, oft hat man keine Lust, macht man es nicht regelmässig, bringt es nichts – aber plötzlich fehlt einem etwas, wenn man damit aufhört. Schliesslich wartet ein berauschender Dopamin-Regen, wenn man realisiert, dass das eigene Wissen wieder einigermassen aktualisiert und gewachsen ist.

Auch in der Physiotherapie brauchen wir eine Kultur der Unsicherheitstoleranz. Arbeiten wir gemeinsam daran, Unsicherheiten auszuhalten, zu akzeptieren, dass es nicht auf alle Fragen eindeutige Antworten gibt und akzeptieren wir auch die Klarheit einer Schweizer Physiotherapie Top-5-Liste. Auch wenn sie vielleicht für einige von uns auf den ersten Blick mit einer kontraintuitiven Logik behaftet ist, so sollte es uns trotzdem gelingen, eine einheitliche Vielfalt oder vielfältige Einheit zu pflegen. Mit Hilfe von immer neuen Argumenten, die den Rationalisten in uns überzeugen, können wir uns vor bilateralen Feindseligkeiten schützen und von inhaltsloser Erregungsbewirtschaftung innerhalb unseres Berufsfelds distanzieren.

«Rust never sleeps», sang Neil Young. Bleiben wir also in Bewegung, seien wir gespannt und entspannt zugleich und lassen wir uns auf die aktuelle Top-5-Liste ein, die auf das eigene Mitdenken und entsprechende Handeln setzt und keinesfalls ein solches verunmöglichen will. Tempus perfekt: Es ist geschehen!

Martin & Micaela  
Co-Präsidium Physiobern



Gegen Über- und Fehlbehandlungen in der Medizin.

Copyrights © smarter medicine – Choosing Wisely Switzerland

**WENIGER IST MANCHMAL MEHR.**

**smarter medicine**  
Choosing Wisely Switzerland

## Wer ist das Weiterbildungs- zentrum?

Das Weiterbildungszentrum Physiobern wird von der Weiterbildungskommission (wbk) geführt. Die wbk besteht aus sechs Physiotherapeut:innen und einer kaufmännischen Angestellten. Von der Kursplanung und -organisation, über die Durchführung bis zur Evaluation und Abschluss der Kurse läuft alles über die wbk. Neben dem Kursangebot von Physiobern, bieten wir auch ein Angebot «von Physio für Physios» an, bei welchem das Weiterbildungszentrum den administrativen Teil der Kursplanung übernimmt, die Kursleitung den Kurs aber extern selbstständig durchführt. Weiter werden die Räumlichkeiten des Weiterbildungszentrum extern untervermietet, um den Kursraum besser auslasten zu können.

Gewisse Aufgaben wie die Kursorganisation mit der Kursleitung oder die Begrüssungen am ersten Kurstag werden von allen Kommissionsmitgliedern gemacht. Andere spezifische Aufgaben, wie Raumvermietung oder Inventar werden von einer Person erledigt. In der heutigen Ausgabe möchte ich euch drei langjährigen Kommissionsmitglieder und deren Aufgaben vorstellen. Viel Spass!

Simone Hänni  
Mitglied Vorstand und Weiterbildungszentrum Physiobern

## Susanne



### Susanne Antonaci

**Alter:** 44  
**Wohnort:** Schmitten  
**Arbeitsort, Position:** Lindenhospital Bern, Teamleiterin Physiotherapie  
**Hobbys:** ätherische Öle, Zeit draussen, Krafttraining

#### **Aufgaben in der wbk:**

Kurse organisieren, Verpflegung und Material bestellen, Ansprechperson fürs Sekretariat, Angebot «von Physio für Physios».

#### **Darum bin ich in der wbk:**

Weiterbildung ist ein wichtiges Thema in der Physiowelt und so kann ich mich aktiv daran beteiligen. Mir gefällt, dass ich mir meine Arbeitszeit (ausser Sitzungen und Begrüssungen) frei einteilen kann.

#### **Das macht mir Freude an der Arbeit in der wbk:**

Spannende neue Kurse organisieren, Kontakt mit der wbk, Dozierenden und Teilnehmenden.

#### **Wusstest du das über die wbk?**

Kennt ihr noch unsere alten Räumlichkeiten? Der Therorieteil war draussen im Vorraum, wo jetzt die Tische des SSC sind und wir hatten nur einen Kursraum ohne Tageslicht.

# Isabel



## Isabel Brüesch

**Alter:** 35 Jahre  
**Wohnort:** Gümligen  
**Arbeitsort, Position:** Leitung Physiotherapie physio5 Standort Wankdorf (Swiss Sportclinic)  
**Hobbys:** schwimmen, joggen, klettern, wandern, draussen und mit netten Leuten zusammen sein ☺

### Aufgaben in der wbk:

Organisation von Kursen, Inventar und Instandhaltung des ganzen Materials.

### Darum bin ich in der wbk:

Ich bin überzeugt, dass in unserem Beruf die stetige persönliche Weiterbildung das A&O ist. Ausserdem organisiere ich gerne und schätze es sehr durch meine Arbeit bei der wbk mit so vielen verschiedenen Leuten in Kontakt zu sein und zwar von der Raumpflegerin über die Sekretärin zu Mitorganisator:innen von Physiobern, Dozent:innen und Kursteilnehmenden.

### Das macht mir Freude an der Arbeit in der wbk:

Der Kontakt und Austausch mit Dozierenden in den verschiedenen Fachbereichen, das Weiterbildungsangebot selbst mitbestimmen zu dürfen und immer auf dem Laufenden zu sein betreffend aktuellen Weiterbildungsmöglichkeiten.

### Wusstest du das über die wbk?

Wir sind 6 Physios und 1 Sekretärin in der wbk und organisieren pro Jahr fast 40 Kurse mit insgesamt 111 Kurstagen!

# Suzanne



## Suzanne Christen

**Alter:** 50  
**Wohnort:** Bern  
**Arbeitsort, Position:** Lindenhofgruppe, Abteilungsleitung Physiotherapie Engeried und Lindenhof  
**Hobbys:** Golf, Fotografie, Tai Chi

### Aufgaben in der wbk:

Strategie, Finanzen, Statistik, Vertragsverhandlung, Kursbegrüssungen, Koordination Reinigung.

### Darum bin ich in der wbk:

Organisation eines attraktiven Kursangebots für Physiotherapeut:innen des Kantonalverbands Physiobern,

### Das macht mir Freude an der Arbeit in der wbk:

Kontakt mit Dozierenden und Physiotherapeut:innen,

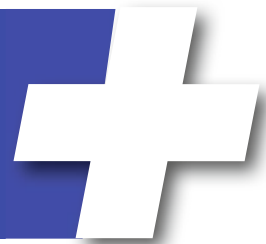
### Wusstest du das über die wbk?

Folgende Fakts aus dem letzten Geschäftsjahr zeigen, wie beliebt das Kursangebot von Physiobern ist:

- 50% der Kursteilnehmenden sind Mitglieder von Physiobern und 20% sind Mitglied anderer Kantonalverbände.
- 80% der geplanten Kurse wurden durchgeführt.
- Fast 40% der Kurse waren ausgebucht.



# Weiterbildungszentrum Physiobern: Kurse 2023



Mit dem breiten Spektrum an Fortbildungen bietet dir das Weiterbildungszentrum Physiobern die Möglichkeit, dein Wissen und deine Fähigkeiten zu erweitern und auf dem neuesten Stand zu halten. Unsere Kurse werden von erfahrenen Dozent:innen geleitet. Es wird sowohl Theorie als auch die praktische Anwendung vermittelt und geübt. Entdecke jetzt unser abwechslungsreiches Kursprogramm und sichere dir deinen Platz!

## Halswirbelsäule

Nackenschmerzen, Schwindel oder auch Tinnitus können mit Funktionsstörungen der Halswirbelsäule (HWS) verbunden sein. Oftmals können diese Beschwerden durch die Behandlung der HWS gelindert werden. In diesem dreitägigen Kurs von **Jochen Schomacher** (Physiotherapeut MSc, Instruktor OMT) lernst du, Patient:innen mit Beschwerden der HWS nach dem Konzept von OMT Kaltenborn-Evjenth zu untersuchen, zu differenzieren und zu behandeln. Ebenso wird auf das Erkennen von ernsthaften Erkrankungen (Red Flags) eingegangen.

**31. August – 2. September 2023**

## Physiotherapie bei Traumafolgestörungen

Aktuelle Kriege und Flüchtlingsströme stellen auch Physiotherapeut:innen vor neue Herausforderungen. Als Folge von Traumatisierungen zeigen sich neben psychischen oftmals auch starke physische Symptome. **Kristina Karg** (Physiotherapeutin und IBP-Coach) vermittelt in diesem Kurs die fachliche Grundlage zu Traumafolgestörungen. Du lernst stabilisierende und ressourcenaktivierende Übungen kennen, die die Körperwahrnehmung verbessern, den N. Vagus stimulieren sowie Präsenz, Zentrierung und das Grounding fördern.

**8. – 9. September 2023**

## Funktionelle myofasziale Integration

Die funktionelle myofasziale Integration (fmif) ist ein ganzheitliches, integratives, manuelles Behandlungskonzept des myofaszialen Systems, welches die Bedeutung der Schwerkraft für den menschlichen Körper einbezieht.

Lerne bei **Andreas Klingebiel** (Sportphysiotherapeut und Begründer der fmif) die verschiedenen Fasziertypen und -schichten sowie deren Bedeutung kennen. Du lernst, wie du Störungen und Restriktionen im myofaszialen System erkennst und nach dem Konzept der fmif behandelst. **Im Modul 4** ergänzt du das bisher Gelernte mit myofaszialen Gelenkmobilisationen und dem indirekten Behandeln von viszerale Strukturen. Im neuen Kurs **fmfi in motion Modul 1** verbindet sich das manuelle fmfi-Konzept von Andreas Klingebiel mit Übungen aus dem Bewegungskonzept «Slings Myofasziales Training®» von Karin Gurtner (art of motion). Du lernst bei **Annet Bühler** und **Andreas Klingebiel** ausgewählte Übungen aus dem Slings-Konzept und verknüpfst dein fasziales Wissen und die angeeigneten manuellen Techniken mit Übungen als Behandlungselement in Bewegung.

### Modul 4

**Abschlusskurs 27. – 29. November 2023**

### Modul 1

**fmfi in motion 21. – 23. November 2023**

**Ausgebucht!**



### Update unspezifische Rückenschmerzen

Unspezifische Rückenschmerzen gehören weltweit zu den grössten gesundheitlichen Problemen. Obwohl unspezifisch genannt, können Rückenschmerzen in verschiedene Subgruppen eingeteilt werden, was das klinische Handeln erleichtert und das Therapieresultat verbessert. In diesem Kurs vermittelt dir **Markus Hildebrandt** evidenzbasiertes, theoretisches und praktisches Wissen zu den verschiedenen Subgruppen. Befund und Behandlung werden anhand der Subgruppierung vermittelt.

**25. August 2023**

### Screening ernsthafter Pathologien in der Physiotherapie: Präventivcoach

In diesem Kurs vermittelt **Katrin Tschupp** (Physiotherapeutin, Doctor of Physical Therapy) die Grundlagen des Screenings. Du lernst strukturierte Befragungs- und Untersuchungsmethoden. Anhand von Patientenbeispielen wird der Differenzialdiagnoseprozess in der physiotherapeutischen und klinischen Entscheidungsfindung geübt. Ebenso werden Strategien für die effiziente interprofessionelle Kommunikation vermittelt.

**3. – 4. November 2023**

### Leisten- und Hüftgelenksbeschwerden

Leistenbeschwerden bei sportlichen Patient:innen können viele Ursachen und beitragende Faktoren haben. **Arjen van Duijn** (Sportphysiotherapeut MAS) zeigt dir, wie man diese Beschwerden analysiert, untersucht und wie eine funktionelle Behandlung aussieht. Für diverse Hüftgelenkspathologien wie das Impingement und die Hüftgelenksarthrose werden relevante Untersuchungstechniken aufgezeigt und praktisch geübt.

**31. Oktober – 1. November 2023**

### Morbus Parkinson

Der Befund und die Behandlung von Morbus Parkinson sind anspruchsvolle Aufgaben – nicht zuletzt wegen des oft stark eingeschränkten Bewegungsvermögens. In dem eintägigen Kurs mit der MSc-Physiotherapeutin **Jorina Janssens** erhältst du einen Überblick über das Krankheitsbild und lernst passende Assessments kennen. Darauf aufbauend lernst du die gezielte und evidenzbasierte Behandlung von Patient:innen mit Morbus Parkinson kennen. Dein neu gewonnenes Wissen lässt sich gut im Praxisalltag umsetzen.

**7. September 2023**

### Scapula-Dyskinesie: Mythos oder des Rätsels Lösung?

Die koordinierte, dreidimensionale Bewegung der Scapula ist wichtig für eine effiziente Armfunktion. Im Praxisalltag sehen wir häufig abnormale Bewegungsmuster der Scapula. Aber wann sind diese pathologisch?

**Bettina Haupt-Bertschy**, Physiotherapeutin MSc und Therapieexpertin Muskuloskeletal, zeigt dir, mit welchen Untersuchungen eine Scapula-Dyskinesie erfasst werden kann. Weiter lernst du verschiedene Therapieoptionen kennen und in welcher Reihenfolge die Massnahmen durchgeführt werden.

**18. – 19. November 2023**

### Spiraldynamik®

Spiraldynamik® beschreibt die Zusammenhänge menschlicher Bewegung aus anatomisch-funktioneller Sicht. Der Physiotherapeut und Fachleiter der Spiraldynamik®-Akademie **Christian Heel** vermittelt dir einen praxisbezogenen Einblick in das spannende Therapiekonzept der Spiraldynamik®. Wähle das Gebiet deines Interesses und tauche ein in die dreidimensionale Bewegung von Kopf bis Fuss.

**Die neue Fusschule  
16. – 17. November 2023**



## Schwindel

Schwindel kann sich in der Klinik unterschiedlich äussern und auch unterschiedliche Ursachen haben. Die Physiotherapeutin **Maya Kündig** Caboussat vermittelt am **Vertiefungstag** das Wissen und die Vorgehensweisen zum Thema Gehirnerschütterung. Du lernst die Untersuchung des vestibulo-okulomotorischen Bereichs und evidenzbasierte Massnahmen zur Behandlung von Patient:innen mit Gehirnerschütterung.

**Vertiefungstag**  
**30. November 2023**

## Triggerpunkttherapie Dry Needling

Myofasziale Triggerpunkte und ihre Symptommuster können mit Dry Needling effizient und nachhaltig behandelt werden. Nutze die Gelegenheit, beim erfahrenen Kursleiter **Daniel Bösch** der David G. Simons Academy diese Techniken zu lernen. Die Kurse sind hauptsächlich praktisch orientiert aufgebaut, und auf das Üben unter Supervision wird ein grosser Schwerpunkt gelegt.

**Top 30**  
**24. – 26. November 2023** *Ausgebucht!*

**Professional-Kurs Kopfschmerzen**  
**6. September 2023**

**Advanced Lower Body**  
**27. – 28. August 2023**

**Advanced Upper Body**  
**10. – 11. November 2023**





# WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG

Physiobern ist der bernische Kantonalverband des Schweizer Physiotherapie Verbands. Wir vertreten die Interessen von über 1500 Physios im Kanton Bern, betreiben ein eigenes Weiterbildungszentrum und bieten verschiedene Dienstleitungen an. Für unsere Geschäftsstelle suchen wir ab September 2023 oder nach Vereinbarung eine:n

## Leiter:in der Geschäftsstelle

(30% – 50%)

### Was dich erwartet

- Betreuung des Sekretariats, Beantworten von Anfragen der Mitglieder
- Organisation von Sitzungen und Anlässen
- Protokollführung der Vorstandssitzungen
- Unterstützung des Vorstands und des Präsidiums
- Aufbau und Unterhalt der Social Media Kanäle
- Betreuung der Webseite ([www.physiobern.info](http://www.physiobern.info))
- Erstellen von Publikationen und Informationsmaterial (print/online)
- Unterstützung bei der Buchhaltung, inklusive Zahlungen und Kontoführung

### Was du idealerweise mitbringst

- Kaufmännische Ausbildung oder umfassende Erfahrung in diesem Bereich
- Medizinische Grundbildung oder Erfahrung im medizinischen, insbesondere physiotherapeutischen Bereich
- Gute PC-Kenntnisse, idealerweise auch Webseiten und Mailverwaltung
- Sehr guter schriftlicher und mündlicher Ausdruck in Deutsch, gute Französischkenntnisse erwünscht
- Flexibilität, inklusive der Bereitschaft punktuell abends zu arbeiten (Sitzungen)
- Interesse an Verbandstätigkeit und Freude an Teamarbeit
- Selbständige Arbeitsweise

Für die Tätigkeit wird ein Arbeitsplatz auf der Geschäftsstelle Physioswiss in Bern zur Verfügung gestellt. Es ist möglich, einen Teil der Tätigkeit im Home Office auszuführen. Die zeitliche Einteilung ist zu einem grossen Teil flexibel, wobei eine regelmässige Erreichbarkeit per Telefon erwünscht ist.

Sitzungen und Veranstaltungen finden mehrheitlich in Bern statt.

Der:die Inhaber:in der Stelle arbeitet eng mit dem Präsidium und dem Vorstand zusammen. Direkte Vorgesetzte ist die Co-Präsidentin von Physiobern.

Für Fragen und weitere Auskünfte stehen dir gerne das Co-Präsidium Michaela Hähni ([michaela.haehni@physiobern.info](mailto:michaela.haehni@physiobern.info)) und Martin Verra ([martin.verra@physiobern.info](mailto:martin.verra@physiobern.info)) zur Verfügung.

Bewerbungen bitte mit vollständigen Unterlagen (pdf) per Mail an: [michaela.haehni@physiobern.info](mailto:michaela.haehni@physiobern.info).

# Wünsche und Bedürfnisse der Mitglieder



In der Strategie 2026 von Physiobern haben wir für verschiedene Bereiche Ziele und Massnahmen festgelegt. Im ersten Handlungsfeld geht es primär um die Mitglieder und was der Verband ihnen bieten kann und soll. Das erste Ziel lautet «Unsere Dienstleistungen orientieren sich an den spezifischen Bedürfnissen unserer Mitglieder.». Auf den ersten Blick eine Selbstverständlichkeit, aber beim genaueren Nachdenken gar nicht so einfach in der praktischen Umsetzung. Denn Physiobern besteht aus rund 1600 Mitgliedern. Da gibt es Selbständige und Angestellte, einige arbeiten in Spitälern, andere in einer kleinen Praxis, weitere in grösseren Praxen oder gar an Schulen und in anderen Institutionen. Es gibt Junge und Alte, solche, die noch in der Ausbildung sind und andere, welche die Pension vorbereiten. Und nicht zuletzt gibt es noch Fachrichtungen und Spezialisierungen: Vom Sportphysio über Pädiatrie und Geriatrie bis zu Neurologie oder Lymphdrainage, um nur ein paar wenige zu nennen. Ja, was sind da die Bedürfnisse der Mitglieder?

Zugegeben, wir wissen es nicht. Oder zumindest nicht so genau. Wir bekommen die eine oder andere Rückmeldung per Mail oder Telefon, dankbare und fragende, lobende und kritische. Wir können zählen, wie viele Mitglieder an Veranstaltungen teilnehmen, wie gut die Kurse besucht sind, und wir hören natürlich einzelne direkte Feedbacks an Anlässen und auch via die Delegierten oder direkt im persönlichen Kontakt.

Trotzdem bleiben viele Fragen offen: Braucht es diese gedruckte Broschüre? Werden die elektronischen Newsletter gelesen? Ist die Geschäftsstelle gut genug erreichbar? Findet man die gewünschten Infos auf der Webseite? Sollten wir mehr Anlässe durchführen? Und wenn ja, zu welchen Themen?

Wer bis hier gelesen hat, kann es erahnen: Wir planen diese und weitere Fragen euch allen zu stellen. Wir bereiten eine Mitgliederumfrage vor, um von euch allen zu erfahren was ihr zu unserer Arbeit, zu unseren Dienstleistungen und Angeboten denkt. Geplant ist die Durchführung der Umfrage im September und wir werden euch via Newsletter informieren und den entsprechenden Link zur Teilnahme verschicken. Wir hoffen, dass möglichst viele der 1600 Mitglieder dann mitmachen und unsere Fragen beantworten. Damit wir die Dienstleistungen von Physiobern noch besser an den spezifischen Bedürfnissen der Mitglieder ausrichten können.

Gere Luder  
Vorstand Physiobern

**Save the date:  
Freitag, 20. Oktober 2023**

# Physioparty

Traditionsgemäss werden wir auch dieses Jahr unsere frisch diplomierten Berufskolleg:innen in der Arbeitswelt und im Verband begrüessen.

Weitere Informationen werden folgen.

Wir freuen uns bereits jetzt, gemeinsam anzustossen und grossartige Momente zu verbringen!





*Bist du reif für den Sommer?  
Wir wünschen dir  
energiereiche Sommerwochen  
mit genussvollen Momenten!*

# Wichtige Termine

## Termine 2023/24

### Fobiabend: Resilienz

Montag, 28. August 2023, 19h  
Bern, Weiterbildungszentrum Physiobern

### Kaderforum

Freitag, 15. September 2023  
Bern, Wankdorf

### Physioparty

Freitag, 20. Oktober 2023  
Bern, Bierhübeli (Gustavs)

### Jahrestagung Physioswiss 2023

Freitag, 24. November 2023  
Biel, Volkshaus

### Generalversammlung Physiobern 2024

Montag, 22. Januar 2024  
Bern, Weiterbildungszentrum Physiobern

## Adressen

### Geschäftsstelle Physiobern

Dammweg 13, 3013 Bern  
077 528 50 90, sekretariat@physiobern.info  
Dienstag- und Freitagvormittag von 9 – 13 Uhr erreichbar

### Sekretariat Weiterbildungszentrum Physiobern

Martina Brkic  
076 418 93 17, sekretariat.wbz@physiobern.info  
Montag- und Mittwochvormittag von 9 – 11 Uhr erreichbar

Ausführliche Infos, weitere Bilder und aktuelle Hinweise finden sich jederzeit auf der Homepage unter [www.physiobern.info](http://www.physiobern.info)

# Adressen

## Der Vorstand

**Michaela Hähni**, Co-Präsidentin  
Schwarzenburg, selbstständig

**Martin Verra**, Co-Präsident  
Bern, Direktor des Instituts für Physiotherapie der Inselgruppe

**Simone Hänni**, Vorstand  
Burgdorf, selbstständig

**Alexandra Hummel**, Vorstand  
Bremgarten, angestellt

**Katharina Kuttenberger**, Vorstand  
Frutigen, angestellt

**Gere Luder**, Vorstand  
Bern, selbstständig

Alle Vorstandsmitglieder sind via Mail unter [vorname.nachname@physiobern.info](mailto:vorname.nachname@physiobern.info) erreichbar.

## Die Delegierten

**Christine Dähler**, Riggisberg

**Nicole Lutz, Biel**, Biel/Bienne und Bern

**Yannic Meister**, Biel/Bienne

**Nora Rässe**, Bern

**Robin Rieser**, Bern

**Katharina Sidler**, Bern

**Cédric Simonin**, Biel/Bienne

**Amanda Staudenmann**, Aegerten

**Andreas Steinemann**, Bern

**Tabea Stoller**, Bern

**Thomas Vetsch**, Bern

**Helen Zbinden**, Thun

Alle Delegierten sind via Mail unter [vorname.name@physiobern.info](mailto:vorname.name@physiobern.info) erreichbar.







Schweizer Physiotherapie Verband  
Kantonalverband Bern  
Dammweg 3  
3013 Bern  
077 528 50 90  
sekretariat@physiobern.info  
www.physiobern.info

