

## DER PERSÖNLICHE FRAGEBOGEN MIT...

Tesfalem Nuguse, Fachmann Gesundheit Domicil Schwabgut

## Wieso arbeiten Sie mit alten Menschen?

**1** Tesfalem Nuguse, Sie sind als Fachmann Gesundheit im Domicil Schwabgut, Bümpliz tätig. Weshalb haben Sie sich dazu entschieden, mit älteren Menschen zu arbeiten?

Ich schätze den Umgang mit alten Menschen sehr. Ich hatte eine sehr enge Beziehung zu meinen Grosseltern und habe sie bis zu ihrem Tod betreut. In meiner Heimat ist es selbstverständlich, dass die alten Menschen eng von der Familie betreut werden.

**2** Was genau gehört alles in Ihren Aufgabenbereich als Fachmann Gesundheit im Domicil Schwabgut?

Meine Aufgaben umfassen sämtliche anfallenden Arbeiten in der Betreuung und Pflege unserer Bewohnerinnen und Bewohner: Von Körperpflege über Medikamente bestellen und verteilen, beim Essen unterstützen, aber auch an Anlässe begleiten.

**3** Welches sind die grössten Herausforderungen in Ihrem Arbeitsalltag?

Wenn wir eine Bewohnerin oder Bewohner beim Sterben begleiten. Je nach Situation ist es nicht einfach, dies zu verarbeiten.

**4** Hat die berufliche Auseinandersetzung mit Sterbenden Ihre persönliche Einstellung zum Tod, oder vielleicht auch zum Leben, verändert?

Ich habe weniger Angst vor dem Tod. Das Sterben empfinde ich je nach Situation als sehr schwierig.

**5** Im Pflegebereich arbeiten bis heute mehrheitlich Frauen. Wie empfinden Sie es als Mann in einer Frauendomäne tätig?



Tesfalem Nuguse mit einer Bewohnerin des Domicils Schwabgut.

**6** Wie empfinden Sie es, wenn Sie mit älteren Menschen zusammenarbeiten und ich denke, dass die Arbeit für mich körperlich vielleicht weniger belastend ist.

Ich finde es sehr angenehm mit Frauen zusammenzuarbeiten und ich denke, dass die Arbeit für mich körperlich vielleicht weniger belastend ist.

**7** Im Alter geht alles ein wenig langsamer vonstatten. Es liegt daher nahe, dass die Betreuung von älteren Menschen vor allem eines braucht: Zeit. Wie können Sie den Ansprüchen der Bewohnerinnen und Bewohner trotz alltäglichem Arbeitszeitdruck gerecht werden?

Es ist uns sehr wichtig, dass jede Bewohnerin und jeder Bewohner entsprechend den individuellen Bedürfnissen gepflegt wird. Wir planen die Zeit so, dass wir für alle Kundinnen und Kunden die nötige Zeit zur Verfügung haben.

**8** Was bedeutet Ihnen die Arbeit beim Domicil Schwabgut?

Ich bin sehr dankbar für die Unterstützung des Domicils Schwabgut, welches mir die Integration in der Schweiz, in Bern, sehr erleichtert hat. Das Domicil Schwabgut ist für mich zur Heimat geworden.

**9** Sie wohnen in Bern-Bethlehem. Warum wohnen Sie in Bern West und was gefällt Ihnen an diesem Stadtteil besonders?

Ich bin nach Bern West gezogen, damit mein Arbeitsweg kürzer ist. Hier ist alles, was ich brauche, in der Nähe und ich kann alles per Velo, zu Fuss oder mit dem Tram erledigen. Ausserdem schätze ich die Vielfältigkeit der Bevölkerung.

**10** Allgemeine Fragen: Als Kind wollte ich ...werden? Arzt.

**11** Was ist Ihnen zutiefst zuwider? Wenn jemand verlogen oder besserwisserisch ist.

**12** An was können Sie sich im Alltag erfreuen? Ich freue mich, wenn die Zusammenarbeit im Job Spass macht. Ausserdem verbringe ich gerne Zeit mit meinen Kindern oder geniesse es, mit dem Velo durch den Wald zu fahren.

**13** Ihr Liebessessen? Grillfleisch, Kartoffeln und Brokkoli.

**14** Welchen Traum möchten Sie sich unbedingt noch erfüllen? Ich würde sehr gerne meine Familie in der Heimat wiedersehen. Ich habe sie vor 12 Jahren das letzte Mal gesehen.

## KOLUMNE



## Die verlorene Stunde

Kaum freut man sich, dass es am Morgen beim Verlassen des Hauses wieder etwas heller ist – schwups! wird die Zeit umgestellt – Sommerzeit nennt sich das! Es ist schon eigenartig, da hetzen wir Menschen grösstenteils durchs Leben, als ob wir auf der Flucht wären, beklagen uns darüber, dass für so Vieles die Zeit fehlt und im Gegenzug beschleunigen wir das Ganze jedes Jahr mit der Zeitumstellung. Eine Stunde – sie verschwindet einfach, irgendwo in der Dunkelheit der Nacht, zwischen Samstag und Sonntag des letzten März-Wochenendes. Ursprünglich wollte man damit Energie sparen. Wie das gehen soll, das frage ich mich heute noch. Was könnten wir mit dieser Stunde alles anfangen? Ein Buch lesen, einen längst fälligen Besuch abstaten, eine Tasse Tee trinken, bei einem Waldspaziergang die erwachende Natur geniessen... oder einfach hinsetzen, sich erholen und gar nichts tun. Einfach mal eine Stunde lang Zeit haben für sich selber, das wäre doch etwas! Aber nein, wir beugen uns dem Takt, lassen uns aus dem Rhythmus bringen (Mütter mit kleinen Kindern wissen sicher wovon ich rede, Bauern mit ihren Milchkühen auch) und gewöhnen uns im Laufe der Monate an die unnatürliche Zeitverschiebung. Ende Oktober, wenn der Sommer längst Geschichte ist, erhalten wir sie wieder – die verlorene Stunde. Etwas ist bemerkenswert, die Amsel hoch oben auf der Tanne, lässt sich von den Mänschaften der Menschen nicht beeindrucken, sie singt ihr Lied, unabhängig von der Uhrzeit.

## DIE AUTORIN

Silvia Müller ist dipl. Kinesiologin IKBS und bietet im Schloss Bümpliz Einzelberatungen und Leseabende (AusLese) an. Regelmässig äussert Sie sich an dieser Stelle zu Themen rund um unser Wohlbefinden.  
Kontakt: info@silviamueller.ch, www.silviamueller.ch

## ZUR PERSON

Tesfalem Nuguse ist in Eritrea aufgewachsen. Vor 12 Jahren kam er in die Schweiz und seit 2015 wohnt er in Bern-Bethlehem. Der 40-jährige hat eine Ausbildung zum Fachmann Gesundheit absolviert, ist verheiratet und hat drei Kinder. Seine Hobbys: Velofahren, mit den Kindern spielen, Lesen, Musikhören.