

# vsao Journal

Das Journal des Verbandes Schweizerischer Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte



## Rettung

Von Krankenhäusern  
und Karotten

Seite 24

### Politik

Ein Leitfaden zu  
Planetary Health

Seite 6

### Sportmedizin

Verletzungen vorbeugen  
und behandeln

Seite 41

### Sekundärer

Antikörpermangel  
Die Immunglobulin-  
Substitution in  
der Hämatologie

Seite 44

# Neues aus den Sektionen

## **Basel** Staatsessen des VSAO Basel

Rund 160 frischgebackene Ärztinnen und Ärzte versammelten sich am Freitag, 20. Oktober 2023, in der Halle 7 in Basel, um am traditionellen Staatsessen des VSAO Basel teilzunehmen.

Im Rahmen dieser Veranstaltung organisierte der VSAO Basel eine informative Podiumsdiskussion zum Thema «Vereinbarkeit von Familie und Arbeit im Spital». Dr. med. Daniel Steffens sowie die Vorstandsmitglieder Dr. med. Susanna Stöhr und Arno Moritz lieferten den jungen Medizinerinnen und Medizinern wertvolle Einblicke in die sich wandelnden Arbeitsbedingungen im Spitalwesen.

Die Teilnehmenden erhielten zahlreiche Ratschläge für einen gelungenen Einstieg in den Klinikalltag sowie wertvolle Tipps zum Umgang mit Stress. Zusätzlich bot sich die Gelegenheit zu einem frucht-

baren Austausch zwischen dem Vorstand und der Geschäftsleitung des VSAO Basel und den Gästen.

Im modernen, industriellen Ambiente der Halle 7 in Basel genossen die Anwesenden ein festliches Abendessen, bei dem viele Fragen beantwortet und auf die erfolgreichen Abschlüsse der jungen Ärztinnen und Ärzte angestossen wurde. Der Abend war geprägt von einer inspirierenden Atmosphäre und zeigte exemplarisch, welche Unterstützungs- und Vernetzungsmöglichkeiten der VSAO Basel seinen Mitgliedern bietet.

Das Staatsessen erwies sich einmal mehr als gelungene Veranstaltung, die nicht nur die Verbindung zwischen den jungen Medizinerinnen und Medizinern stärkt, sondern auch wichtige Informationen und Austauschmöglichkeiten für den Berufsstart bietet.

Jenny Settembrini, Leiterin Kommunikation  
VSAO Basel



## **Bern** Workshops für Dienstplanende

Wir organisieren eine dreiteilige Workshopserie für Dienstplanerinnen und Dienstplaner. Der erste Teil vermittelt die Grundlagen für die Dienstplanung. Im zweiten Teil wird die konkrete Dienstplanerstellung geübt, und im dritten Teil geht es darum, Dienstpläne zu analysieren.

### Der Grundlagenworkshop:

Brüten Sie oft stundenlang nach Feierabend über dem Dienstplan der Abteilung und sehen am Schluss nur noch PEP-Symbole, die vor den Augen im Kreis tanzen? Möchten Sie wissen, wie Teilzeitarbeit sinnvoll in den Dienstplan integriert werden kann? Sind Sie manchmal unsicher, wie Sie Stolpersteine bei der korrekten Umsetzung des Arbeitsgesetzes vermeiden können? Interessiert es Sie, wie ein korrekter Dienstplan aussehen könnte?

Simon Schneider, Rechtsanwalt und stellvertretender Geschäftsführer VSAO Bern, Dr. med. Noëmi Allemann, Dienst-





## Solothurn Ein Jahr voller Highlights

Das Jahr 2023 der VSAO-Sektion Solothurn war geprägt von einigen tollen und erfolgreichen Events. Angefangen hat es mit einer Dienstplanschulung im Frühling, an der vsao-Dienstplaner Philipp Rahm alle Fragen rund um die Dienstplanung beantwortete. Trotz der eher komplizierten Thematik haben wir rege diskutiert, uns ausgetauscht und Unklarheiten geklärt. Dazu durfte natürlich ein Apéro nicht fehlen – denn mit einem Glas Wein lässt es sich viel angenehmer diskutieren.

Auch den diesjährigen feministischen Streik haben wir nicht verschlafen. Zusammen mit dem vpod Solothurn betrieben wir am Bürgerspital Solothurn ein Streik-Café. Dieses wurde rege besucht, und so konnten wir berufsgruppenübergreifend ein Zeichen für mehr Solidarität und Gleichstellung setzen.

Im Sommer wollten wir unsere Mitglieder nochmals vor Ort an den beiden Standorten Solothurn und Olten treffen. Was eignet sich da besser, als einen Glacestand aufzustellen? An zwei Sommertagen verteilten wir am Bürgerspital Solothurn und am Kantonsspital Olten feinste Oltner «Kalte Lust»-Glace und führten viele interessante Gespräche. Ein Hochgenuss!

Mit dem Hintergedanken, die Wissenslücken vom Studium zu schliessen, organisierte der VSAO Solothurn im Herbst zwei Soft-Skills-Workshops zu den Themen «Time-Management» und «Feedback». Geleitet und mitgestaltet wurden sie von Dr. med. Regula Fankhauser (Leitende Ärztin SoH, MME) sowie von Dr. med. Kate Gurevich (Assistenzärztin SoH, VSAO Solothurn). Es trafen sich Assistenzärztinnen und -ärzte unterschiedlicher Ausbildungsstufen und Fachrichtungen. Im Workshop «Time-Management und Self-Leadership» konnten die Teilnehmenden sich Gedanken zu ihren Lebenszielen machen und erhielten Tipps, um diese zu erreichen. In gemütlicher Atmosphäre und bei einem abschliessenden Apéro tauschten sich alle aus. Im Workshop «Feedback» wurde geübt, Vorgesetzten, Peers und Unterassistentinnen und -assistenten Feedback zu geben. Mit diesen praktischen Workshops erhoffen wir uns, Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzten praktische Skills für die Arbeit und die Freizeit vermitteln zu können.

Um zukünftige Veranstaltungen und Events nicht zu verpassen, folge uns auf Instagram ([www.instagram.com/vsao\\_so](http://www.instagram.com/vsao_so)) und Facebook.

Kate Gurevic und Mirjam Nussbaumer,  
Vorstandsmitglieder VSAO Solothurn

planberaterin VSAO Bern, Dr. med. Philipp Rahm, Dienstplanberater vsao, und Susanne Nüesch, Spitalfachärztin UNZ Inselspital und Verantwortliche Dienstplanung der Assistenzärztinnen und -ärzte, sorgen für ein spannendes Programm und stehen bei Fragen sehr gerne zur Verfügung.

**Datum:** Donnerstag, 18. Januar 2024, 18.30 bis 21 Uhr, mit Verpflegung  
**Durchführungsort:** Sitzungszimmer vsao, Bollwerk 10, 3011 Bern (direkt beim Bahnhof Bern)

Anmeldung bis am 10. Januar 2024 auf [www.vsao-bern.ch](http://www.vsao-bern.ch)

Die Informationen für die aufbauenden Folgeworkshops werden spätestens Anfang 2024 auf unserer Website publiziert.

### MV 2024

Save the Date:  
Mitgliederversammlung 2024  
25. April 2024, ab 19 Uhr  
im PROGR Bern

Janine Junker, Geschäftsführerin VSAO Bern

