Cabrio-Stanserhorn-Bahn

20% Rabatt auf die Berg- und Talfahrt

Das Angebot ist gültig bis am 14. November 2021 und gilt für maximal drei Begleitpersonen.

Angebot einlösen:
– Rabatt-Flyer ausdrucken **Intranet > Benefits > Vergünstigungen**
– Personalausweis zusammen mit dem Rabatt-Flyer an der Tageskasse vorweisen

Meiringen-Hasliberg

20% Rabatt auf die Wander-tageskarte

Das Angebot ist bis am 25. Oktober 2021 gültig und gilt für zwei Personen. Die Aktion ist nicht kumulierbar mit anderen Angeboten.

Angebot einlösen:
– Personalausweis an der Kasse vorweisen

Zoo Zürich

Für 5 Franken in den Zoo

Es stehen vier Eintrittstickets zum Vorzugspreis von 5 Franken pro Eintritt zur Verfügung

Angebot einlösen:
– Tickets beim Empfang SPZ reservieren
– Tickets am Empfang SPZ abholen und bar bezahlen
– Tickets nach dem Besuch wieder an den Empfang SPZ retournieren

Verkehrshaus Luzern

Gratis ins meistbesuchte Museum

Es stehen für Mitarbeitende vier Gratiseintritte pro Tag zur Verfügung. Mit der Gratiskarte gibts 4 Franken Vergünstigung für das Verkehrshaus Filmtheater.

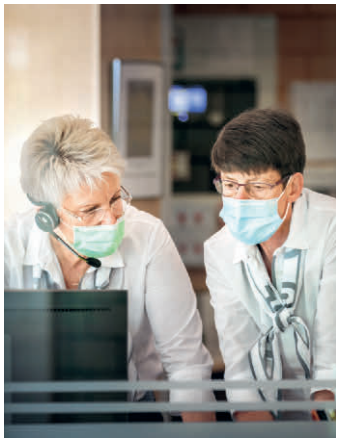
Angebot einlösen:
– Tickets beim Empfang SPZ reservieren
– Empfang SPZ verschickt die Online-Tickets an eure E-Mail-Adresse
– Online-Tickets ausdrucken oder direkt auf dem Handy vorweisen

Es gibt noch mehr Vergünstigungen!

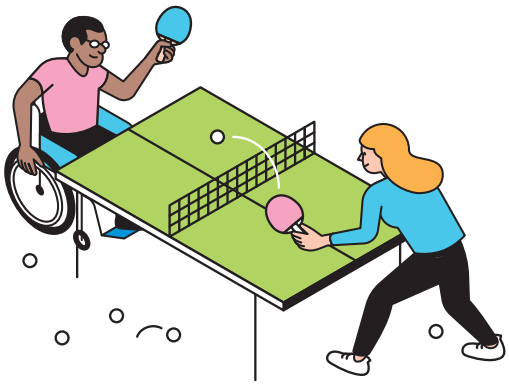
Wirf einen Blick auf die Liste der Einkaufsrabatte für SPG-Mitarbeitende: **Intranet > Benefits > Vergünstigungen**

Erfahre, welchen Sport deine Kolleg*innen machen – oder mal gemacht haben (ab S. 6)

6



16



14

4 kurz & knapp
Wissenswertes aus der SPG und zum Thema Querschnittlähmung

SPORT

6 Es lebe der Sport
Die persönliche SPG-Sportgalerie

12 Sportmedizin
Seit über 30 Jahren ein wichtiger Bestandteil unserer Reha

14 Sportangebote
Und welche Sportart testest du mal aus?

16 Praxis
Das Empfangsteam im SPZ macht weit mehr, als Menschen zu empfangen

19 Aussenblick
Sandra Bütler, SC Kriens: «Nottwil verbindet Menschen»

20 Visite
«Sport ist Freiheit», sagt der Sporttherapeut Mike Lackner

22 Impuls
So sehen die Anstellungsbedingungen ab 2022 aus

24 Meine Perspektive
11 Mitarbeitende nehmen am ersten Spotlight-Programm teil

25 Expertentipp
So bleibst du fit am Arbeitsplatz

26 Applaus

28 Panorama
Der Therapiegarten: ein Erfolgserlebnis für alle

30 Meinung
Heidi Hanselmann über ihr erstes Amtsjahr

31 Medienspiegel

CAMPUS – Nr. 2, Sommer 2021
Das Magazin für Mitarbeiter*innen der Schweizer Paraplegiker-Gruppe

Herausgeberin:
Schweizer Paraplegiker-Stiftung
Unternehmenskommunikation
6207 Nottwil
newsroom@paraplegie.ch
Redaktion:
Manu Marra (Redaktionsleitung)
Cathérine Gasser, Simon Rohrer
Redaktionelle Mitarbeit:
Brigit Galliker, Brigitte Hächler, Myriam Landtwing, Stefan Kaiser, Tamara Reinhard, Stefanie Schlüter, Simon Supersaxo, Sandra Vogel
Konzept & Gestaltung:
Agentur Guido Von Deschwanden, Luzern, Andrea Federer (Leitung Visuelle Kommunikation SPS)
Fotos:
Walter Eggenberger (Leitung), Adrian Baer, Astrid Zimmermann-Boog

Druck:
SWS Medien AG PriMedia, Sursee
Auflage:
2200 Exemplare
Papier:
Refutura, Recycling, matt
Das Magazin wird klimaneutral gedruckt

Copyright:
Abdruck nur mit Genehmigung der Herausgeberin

Themeneingabeschluss Ausgabe 3:
Mitte August 2021
Das Magazin erscheint vierteljährlich

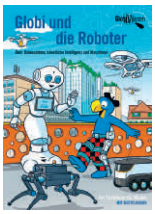
Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/13270-2105-1001

kurz & knapp

Bücher

Globi im SPZ

Im Globibuch «Globi und die Roboter» hat Globi auch im SPZ reingeschaut.



Kosten: 31.50 Franken (15% davon gehen an die Jugendreha-Wochen)
Bezug: Im ParaForum (Preis inkl. Mitarbeiterrabatt)
Mehr Infos: paraplegie.ch/globi

Entlebucher Männergeschichten

In diesem Buch werden 12 unterschiedliche Männergeschichten vorgestellt. Eine davon ist jene von Paul Stalder, SPZ-Patient von 1987 (Unfall bei Nachwuchsschwinget).

Kosten: 33 Franken
Bezug: meschreibt.ch

Frauenpower

Das Buch porträtiert die 30 herausragendsten Sportlerinnen der vergangenen 50 Jahre. Unter ihnen Manuela Schär und Edith Wolf-Hunkeler.

Kosten: 33 Franken
Bezug: 50-jahre-frauenpower.ch

Alle Bücher wurden von der SPS finanziell unterstützt.

Wings for Life World Run

Gemeinsam und doch alle für sich

Belinda Steinmann (Orthotec) mit Team.

78 Läufer*innen – Mitarbeitende, Familie und Freund*innen – sind am 9. Mai 2021 für die Menschen gelaufen, die es nicht können, und haben zusammen 740 km zurückgelegt. Auch wenn die Läufer*innen vom SPS-Team dieses Jahr leider nicht gemeinsam, sondern individuell mit einer App gestartet sind, haben alle ihr Bestes gegeben. Das gemeinsame Ziel lautete: die Rückenmarksforschung der gemeinnützigen Wings for Life Stiftung zu unterstützen.

Sämtliche Startgelder fliessen zu 100% in die Forschung. Weltweit waren am Muttertag über 100 000 Läufer*innen am Start.

International belegten wir mit dem SPS-Team Rang 128.

Die Zahl

100 000

Ein besonderer Moment: Im April hat die 100 000ste Person eine Dauermitgliedschaft bei der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung abgeschlossen. Zu den Dauermitgliedern zählt u.a. die Schwingerkönigin Sonia Kälin: «Aus Solidarität gegenüber Querschnittgelähmten finde ich die Mitgliedschaft wichtig.»

«Es klingt zwar kitschig, aber im SPZ hatte ich immer wieder das Gefühl, zu Hause zu sein. Ich schätze die gute Stimmung unter den Mitarbeitenden und die Zusammenarbeit mit den unterschiedlichsten Menschen in den verschiedenen Berufsgruppen. Ich freue mich immer wieder auf die Arbeit und sehe dies als gutes Zeichen, meine volle Energie und Freude dem coolen Betrieb zu widmen.»

Sara Zimmerli,
Fachfrau Gesundheit SPZ

ParaForum

Greifbare Sporterlebnisse

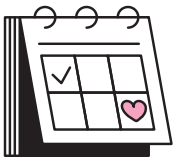
Besucherin bei der virtuellen Monoskibob-Abfahrt

Das ParaForum bietet bis September 2021 faszinierende Einblicke in die Welt des Sports. Wie fühlt sich zum Beispiel eine rasante Monoskibob-Abfahrt aus Sicht des Athleten an? Mit einer Virtual-Reality-Brille und Simulationsgerät kann ein solches Abenteuer unmittelbar erlebt werden. Besucherinnen und Besucher tauchen in die Welt des Rollstuhlsports ein und erfahren mehr über dessen Wichtigkeit für Menschen mit einer Querschnittlähmung.
Komm doch vorbei.

ParaForum weiterempfehlen

Wir vom ParaForum-Team freuen uns, wenn du im Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis Werbung fürs ParaForum und für das aktuelle Fokusthema Sport machst.

Das ParaForum-Team
Elvira, Meret, Mirella, Flo, Peti und Monika



Agenda
Sommer 2021

19./20. Juni 2021
Kids Camp
Campus Nottwil

8. Juli 2021
Einweihung Orte der Hoffnung
Campus Nottwil

1. August 2021
Start SPZ-Direktor Luca Jelmoni

24. August 2021
Start Paralympics Tokyo

Verpackung «Paraplegie»

Eine Empa-Studie (Eidg. Materialprüfungsanstalt) von 2021 zur Ökobilanz von Verpackungen für Zeitschriften zeigt: Die Folie unseres Gönnermagazins «Paraplegie» zählt zu den beiden umweltfreundlichsten Lösungen. Sie wird im Haushaltkehricht absolut unschädlich vernichtet und schneidet besser ab als ein Papierumschlag, Recyclingkunststoff oder Biofolien aus Zuckerrohr und Landwirtschaftsabfällen. Ein Versand mit Verpackung ist nötig, damit Beilagen (Spendenaufrufe) mitgesendet werden können.

«Geräteturnen im Verein ist mein Ausgleich zum Berufs- und Mamileben, wenn auch nicht mehr so aktiv wie auf diesem Bild.»

Stefanie Baer (ganz rechts), Arztsekretärin ZSM SPZ

«Alle Sportarten mit mindestens zwei Rädern haben mich schon immer fasziniert.»

Reto Maurer, Projektleiter Mitgliedermarketing SPS

Foto: Alain D. Boillat

«Mit Fussball verbinde ich Emotionen.»

Yanick Rapelli (rechts), Réceptionist HSS

Fotos: zVg

Es lebe der Sport

Mal ehrlich. Die meisten von uns kennen sich nur von der täglichen Arbeit. Deshalb geben wir dir hier mal einen kleinen, privaten Einblick in die (frühere) Sportlichkeit deiner Kolleg*innen.

«Auf einer Skitour mit guten Freunden fühle ich mich lebendig und glücklich.»

Annina Baumann, Verantwortliche Prozess- und Qualitätsmanagement SPZ

«Vor 21 Jahren machte ich in der SPZ-Halle grosse Sprünge – der erste CH-Meistertitel in der SPONO-Vereinsgeschichte wurde endlich wahr.»

Andrea Kaufmann, Assistentin Stiftungsdirektion SPS

«Badminton ist mir wichtig, weil diese Sportart Koordination zwischen Ball und Rollstuhl, Technik, Taktik und Kraft vereint.»

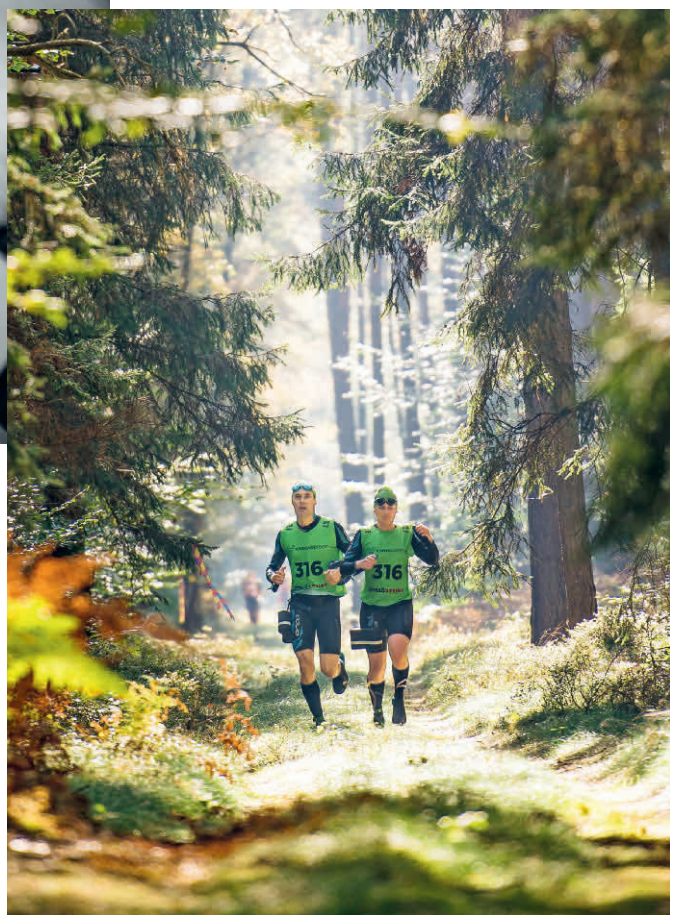
Christian Hamböck, Leiter Mitgliedermarketing SPS

«Das Crossfit bringt mich jedes Mal über meine persönlichen Grenzen hinaus.»

Rahel Lang,
Dipl. Pflegefachfrau FH SPZ

«Mein geliebter Dreigänger und ich vor unserem ersten Renneinsatz.»

Simon Rohrer,
Leiter Unternehmenskommunikation SPS



«Swimrun ist jung, ein wenig verrückt und eine unglaublich intensive Art, die Natur zu erleben.»

Karin Hansen Zimmermann (rechts),
Direktionsassistentin SPZ

Fotos: zVg

«Ich war Leistungsportlerin im Segelsport.»

Olivia Habegger,
Fachfrau Gesundheit SPZ

«Nichts ist gut ohne Scheibe, ausser die Erde.»

Philipp Muff,
Orthopädist Sitzorthetik
Orthotec

«Dr Goalie bin ig!»

Prof. Dr. med. Jürgen Pannek,
Chefarzt Neuro-Urologie SPZ

«Ruhe im Roten Meer.»

Wolfgang Girardi,
Verantwortlicher Spitalhygiene SPZ

«Mit dem Partner Pferd unterwegs zu sein, ist die beste Seelentankstelle der Welt.»

**Karin Ramseier,
Coach Beruf/Berufsbildung SPZ**

«Ich laufe, oft und oft lange, allein, mit Freunden und als Guide für blinde und sehbehinderte Läuferinnen und Läufer.»

**Nadja Venetz (links),
Projektverantwortliche
Kommunikation SPV**

«Mein sportlicher Fokus hat sich verändert – weg von Leistung hin zu Gesundheit – die Freude ist geblieben!»

**Dr. Gabi Müller Verbiest,
Wissenschaftlerin Clinical
Trial Unit SPZ**

Fotos: zVg

«In den Bergen war und bin ich immer relaxed.»

**Manu Marra,
Leitern Medien & Events /
Leiterin Newsroom SPS**

«Reiten ist für mich der ideale Ausgleich zur Arbeit: Gedanken runterfahren, das Gespür hochfahren, dich auf ein Pferd einlassen.»

**Dr. Joseph Hofstetter,
Direktor SPS**

«Auf Rollschuhen flink und meistens kunstvoll unterwegs.»

**Stephanie Eich,
Assistenzärztin SPZ**

«Mein Rezept um den ‹Alltags-Akku› wieder zu laden: ein Tag auf dem Mountain-bike mit guten Freunden.»

**Cathérine Gasser,
Projektleiterin
Medien & Events SPS**

Text: **Brigitte Hächler**
Illustration: **Reto Crameri**

Unsere Sportmedizin

Die Sportmedizin im SPZ erbringt Dienstleistungen für Rollstuhl- und Fussgängersportler*innen aus dem Breiten- und Spitzensport.

Leistungsdiagnostik / Sportwissenschaft 2020

- Rund 2800 Konsultationen*
- Davon 97 Ausdauerleistungstests für Rollstuhlsport-Kaderathlet*innen

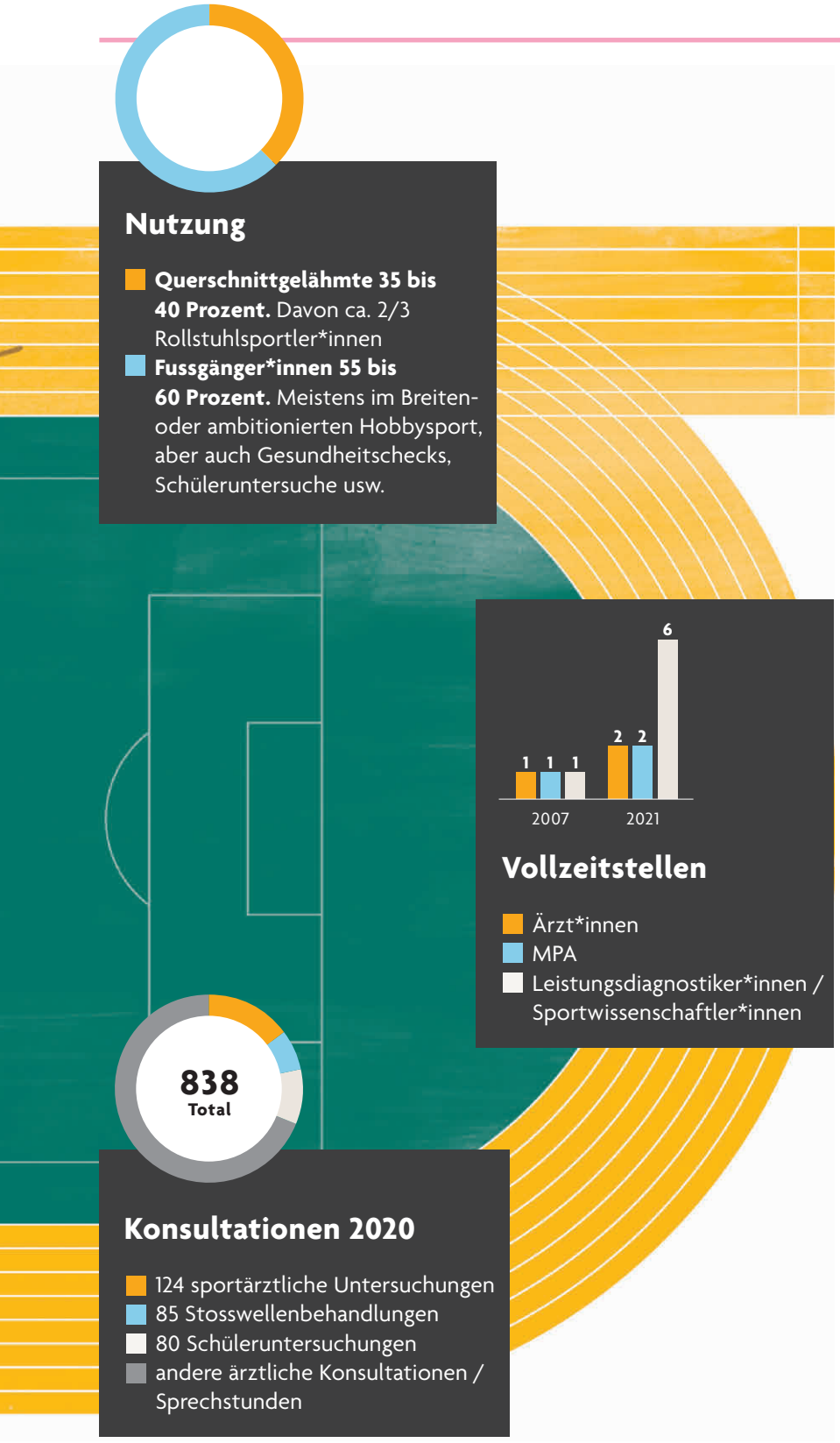
* Zu den Konsultationen gehörten u.a. 900 h Trainingsbegleitung und -planung.

Meilensteine der Sportmedizin Nottwil

Anfang der 1990er Jahre wollte Guido A. Zäch Menschen mit einer Querschnittlähmung an sportliche Betätigung heranführen. Dies fördert die Gesundheit und die Integration der Betroffenen. Tetraplegiker benötigen wegen Atmungsproblemen oft medizinische Betreuung. So entstand die Sportmedizin.

Ende der 1990er Jahre wollten vermehrt auch Fussgänger*innen von den sportmedizinischen Erfahrungen der SPZ-Ärzte profitieren, da Breitensport wie z.B. Stadtläufe immer populärer wurden. Die ersten Untersuchungen fanden im Keller des SPZ mit einfachen Laktattests statt.

2007 Umzug ins GZI und Zertifizierung als Swiss Olympic Medical Center.



Nutzung

- **Querschnittgelähmte 35 bis 40 Prozent.** Davon ca. 2/3 Rollstuhlsportler*innen
- **Fussgänger*innen 55 bis 60 Prozent.** Meistens im Breiten- oder ambitionierten Hobbysport, aber auch Gesundheitschecks, Schüleruntersuche usw.

Vollzeitstellen

- Ärzt*innen
- MPA
- Leistungsdiagnostiker*innen / Sportwissenschaftler*innen

Konsultationen 2020

- 124 sportärztliche Untersuchungen
- 85 Stosswellenbehandlungen
- 80 Schüleruntersuchungen
- andere ärztliche Konsultationen / Sprechstunden

Angebote

Sportmedizinische Sprechstunde
Behandlungen und Untersuchungen, z.B. bei Verletzungen oder Erkrankungen

Checkups
Vorsorgeuntersuchungen wie Medical Checks und Firmen-Gesundheitscheckups

Leistungsdiagnostik
Ausdauer- und Kraftanalysen mit Trainingsberatungen und -planung

Fachberatungen
– Sporternährung
– Sportpsychologie
– Sportphysiotherapie

Sportwissenschaft
Vor allem in den Bereichen Leistungsphysiologie und Sporternährung

Nationales Leistungszentrum für Rollstuhlsport
Begleitung von Athlet*innen vom Breiten- bis zum Spitzensport

Swiss Olympic Medical Center
Stützpunkt für Swiss Olympic Athlet*innen und deren Betreuung

Meistgenutzte Angebote
– Allgemeine sportärztliche Sprechstunden (Schwerpunkt Rollstuhlsport)
– Leistungsdiagnostische Untersuchungen
– Trainingsplanung, -begleitung und Sporternährung

2010 Sportärztliche und leistungsdiagnostische Untersuchung der brasilianischen Nationalmannschaft im Hinblick auf die Fussball-WM 2010 in Deutschland.

2018 Schaffung und Implementierung des Nationalen Leistungszentrums für Rollstuhlsport (NLR).

2020 Back to the roots, Umzug zurück ins SPZ.

Mehr Infos zur Sportmedizin und zum Team dahinter:
paraplegie.ch/sportmedizin

Illustration: Luca Bartulovic

Andere träumen davon

Am Morgen vor den Meetings ein paar Längen schwimmen oder am Abend mit dem Kajak über den Sempachersee gleiten. Wer hat schon solche Sportmöglichkeiten am Arbeitsort? Immer wieder werden entsprechende Kurse im Intranet ausgeschrieben. Nutzen wir doch diese Angebote.

Bogenschiessen
Du kannst Bogenschiessen ausprobieren; Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Fussball
Bei schönem Wetter schiesst du in der Sport Arena das Runde ins Eckige. Sonst jeden Dienstagabend in der Turnhalle.

Kajaktour
Egal ob Anfänger*in oder Fortgeschrittene*r, du paddelst auf dem Sempachersee.

Kraftraumtraining individuell
Alle Mitarbeitenden müssen vor der Benutzung des Kraftraums eine obligatorische Einführung besuchen. Im Anschluss wird dein Badge für die Benutzung des Kraftraums freigeschaltet.

Rennvelotour
Mit dem Rennvelo erkundest du die Region und die Hügel der Umgebung. Die Fahrt wird etwa 2 bis 2,5 Stunden dauern.

Rollstuhlbasketball
Alle Kolleginnen und Kollegen sind eingeladen, sich beim Rollstuhlbasketball zu messen. Für viel Spass, Spannung und Abwechslung im Sportrollstuhl ist gesorgt.

Schwimmen
Du gehst individuell schwimmen im Hallenbad oder besuchst das Techniktraining und verbesserst deine Schwimmtechnik. Der Hauptfokus liegt vorwiegend auf der Crawltechnik.

Tennis
Du kannst individuell mit jemandem Tennis spielen oder besuchst einen Anfängerkurs.

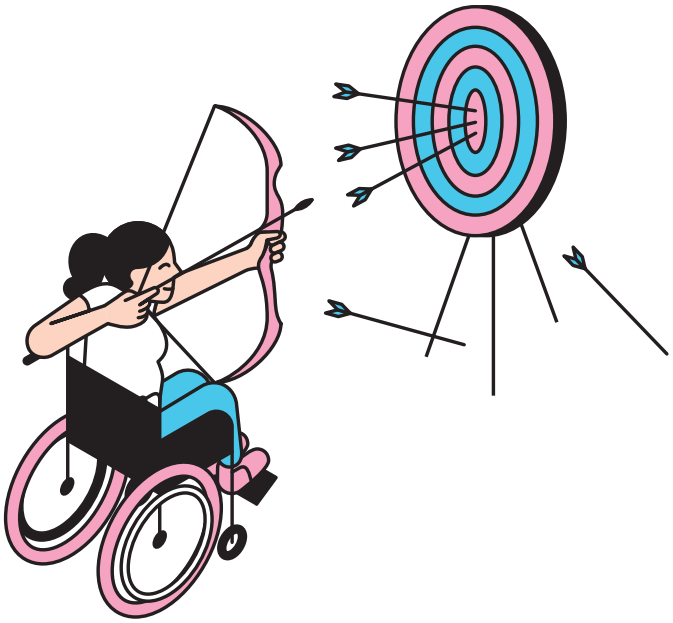
Tischtennisturnier
Zwischendurch organisiert die Sporttherapie ein Turnier.

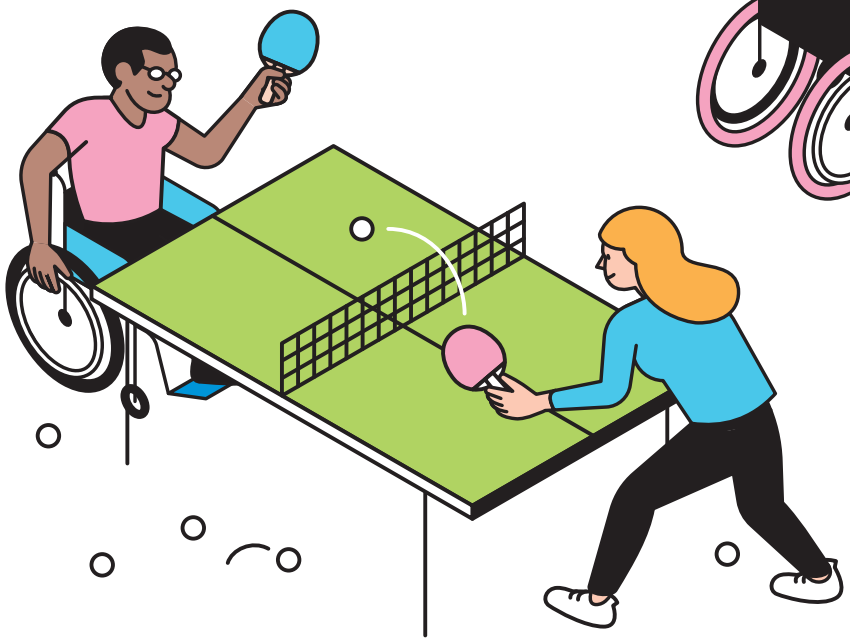
Volleyball
Du hast Gelegenheit, jeden Dienstagabend in der Sporthalle zu spielen. Kurz vor Weihnachten findet ein Volleyballturnier statt. Anmelden können sich Einzelpersonen und auch Teams.

Interessiert?

Du findest alle Angebote unter **> Benefits > Sportangebot** und musst dich auch direkt via Intranet anmelden.

Ausnahmen:
Fussball: Johannes Kienast T 6584
Volleyball: Patric Hug T 5620





Agenda
Personalsport Juni 2021

8. und 15. Juni 2021, 17–18 Uhr
Fit für den Sommer – Outdoor-Konditionstraining
Sport Arena,
(mit Sportmatte und Getränk)
Anmeldung bis spätestens einen Tag vorher an Teresa Brinkel, teresa.brinkel@paraplegie.ch

15. Juni 2021, 17.05–17.30 Uhr
Einführungsveranstaltung für die Nutzung des Kraftraums
Kraftraum SPZ

22. Juni 2021, 17.15–19.00 Uhr
Kajaktour für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Haupteingang SPZ,
Anmeldung via Sporttherapie

Das Empfangsteam behält stets den Überblick.

Jederzeit für uns alle da

Das Empfangsteam des SPZ ist die erste Anlaufstelle für Besucher*innen, Mitarbeitende, Patient*innen und Angehörige. Die Mitarbeitenden des Empfangsteams machen aber weit mehr, als Menschen empfangen. Das zeigt ein Besuch bei Ruth Schwartz.

Ruth schätzt den Austausch mit den Patient*innen.

Text: **Manu Marra**
Fotos: **Adrian Baer**

Schon um 5.15 Uhr morgens klingelt der Wecker von Ruth. Sie hat heute Frühdienst. Seit 17 Jahren arbeitet sie am Empfang des SPZ. «Ich liebe den Kontakt zu Menschen und vor allem die Tatsache, dass ich eine sinnvolle Arbeit mache. Ausserdem ist kein Tag wie der andere.» Zusammen mit ihren drei Teamkolleg*innen Dirk Steglich, Marie-Rose Küng und Beatrice Murer ist sie dafür verantwortlich, dass der Empfang das ganze Jahr besetzt ist. «Wir sind ein super Team, sehr offen und ehrlich zueinander», sagt Ruth. Über Nacht – von 21.00 bis 6.45 Uhr – wird das Team von jemandem des Nachtdienstteams abgelöst, das sind René Höfliger, Markus Müller, Franz Mühlebach und Fredi Zimmerli.

Der Multi-Tasking-Job

Um 6.45 Uhr beginnt die Frühschicht. Es arbeitet meistens nur eine Person am Empfang. «Wir sehen uns erst bei der Übergabe vom Früh- zum Spätdienst», sagt Ruth. Sie öffnet den Postschalter, erstellt die täglich wechselnde Pikett-Liste und liest alle Mails durch. Dann zieht sie das Headset an – und schon klingelt das Telefon. Eine Mitarbeiterin hat eine Frage zur Covid-Impfung. Während Ruth in aller Ruhe antwortet, kommt ein junger Mann zum Empfang. Ruth lächelt ihm freundlich zu und gibt mit der Hand ein Zeichen, dass sie gleich für ihn da sei. Das Telefon ist beendet. «Sie kommen für die Schnupperlehre?» Der junge Mann nickt. «Nehmen Sie bitte kurz Platz, ich melde Sie gerne an.» Ruth verbindet mit der zuständigen Mitarbeiterin im SPZ und legt auf, da steht bereits wieder jemand da. Eine Mitarbeiterin hat ihren Badge vergessen. Ruth stellt ihr einen Ersatz-Badge aus – und das Telefon klingelt bereits wieder. Pro Jahr sind es bis zu 100 000 Telefonanrufe.

«Wir vom Empfang helfen immer gerne.»
Ruth Schwartz

Mit Gelassenheit

«Wir sind eine Anlaufstelle für alle.» Wenn jemand ein Portemonnaie verloren hat, das Parkhausticket nicht funktioniert, jemand einen Schlüssel braucht oder auch wenn die Schafe unter dem Zaun entwischt sind», sagt Ruth und muss schmunzeln. «Wir vom Empfang helfen immer gerne.» Von Mitarbeitenden, die mit «chasch chorz» oder «hesch mer schnell» vor dem Empfang stehen, habe sie aber gelernt, die nötige Gelassenheit walten zu lassen. Selbst wenn die Polizei oder die KESB plötzlich da stehen und Infos zu Patient*innen möchten, lasse sie sich nicht stressen.

Notizblock als Gedankenstütze

Ruth schaut immer wieder ins OneNote. «Das ist sozusagen unsere Empfangsbibel. Hier schreiben wir alle wichtigen Infos und Updates für unser Team rein», sagt Ruth. Doch trotz aller Digitalisierung: Ruths wichtigste Gedankenstütze durch den Tag hindurch ist ihr Notizbüchlein. Während sie telefoniert, schaut sie oft auch gleichzeitig im Computer etwas nach, z.B., mit wem sie die Person am Telefon verbinden kann. Gleichzeitig muss sie sich aber notieren, was die Person am Telefon sonst noch alles wissen möchte. «Ohne mein Notizbüchlein geht's nicht, denn bei so vielen Anfragen muss ich permanent den Überblick behalten, schnell reagieren und dann auch wieder abhaken können, wenn etwas erledigt ist.»

Den Überblick hat das Empfangsteam auch täglich über die aktuelle Pikett-Liste jener Mitarbeitenden, die medizinische Dienste haben. «Wir müssen immer wissen, wer über Nacht und an Wochenenden Dienst hat, damit wir die zuständigen Mitarbeitenden im Notfall aufbieten können», erklärt Ruth. Der Empfang ist auch für die Ärzt*innen eine wichtige Anlaufstelle. Wenn zum Beispiel ein Anruf eines Spitals eingeht, ›

Um 13 Uhr ist Schichtwechsel und der Spätdienst beginnt.

› weil jemand dringend verlegt werden muss, bietet das Empfangsteam die nötigen Personen auf der Pikettliste auf.»

Schnelle Reaktion bei Alarmen

Der Empfang ist mehr als Empfang. Auch die Notrufe gehen hier ein. Geht der Feueralarm beim Empfang los, muss es schnell gehen. Der technische Dienst klärt jeweils sofort ab, ob es ernst gilt, und gibt dem Empfang umgehend Bescheid. «Wenn es kein Ernstfall ist, drücken wir den Fehlalarm-Knopf. So weiss die interne Feuerwehr Bescheid, dass sie nicht ausrücken muss.» Ab und zu gebe es auch einen Alarm aus den WC-Bereichen. «Meistens jedoch ein Fehlalarm, weil Leute den Notknopf mit der WC-Spülung verwechseln», so Ruth.

Kein Alarm, aber eine Meldung geht beim Empfang auch ein, wenn ein Patient oder eine Patientin stirbt. «Da sorgen wir unter anderem dafür, dass der Kühlraum eingeschaltet und auch wieder gereinigt wird sowie das Todesfall-Formular ausgefüllt wird. «Der Totenschein wird vom entsprechenden Arzt ausgefüllt und uns übergeben. Das geht weiter an die Patientenadministration und eine Kopie bleibt bei uns.» Das Bestattungsinstitut meldet sich dann beim Empfang, um einen Termin festzulegen, wann die verstorbene Person abgeholt werden kann.

Bei einem Alarm wird schnell reagiert.

Schon viel erlebt

Über die Jahre haben Ruth und das Empfangsteam viel erlebt. Besonders schön sei der Austausch mit den Patient*innen. «Diese kommen sehr oft zu uns und reden mit uns über Gott und die Welt. Ich denke, es ist schön für sie, auch über nicht medizinische Themen zu sprechen», so Ruth. Etwas beeindruckt sie bei diesen Gesprächen besonders: «Man hört kaum je Patientinnen oder Patienten jammern oder klagen.»

Nebst vielen schönen Gesprächen, auch mit Mitarbeitenden, gibt es laut Ruth aber auch belastende Momente, vor allem, wenn frisch Verletzte ins SPZ eingeliefert werden, was heute zum Glück nur noch selten vorkomme. «Die Angehörigen kommen ins SPZ, machen sich grosse Sorgen und irren manchmal ziellos durch die Halle. Da sind wir meistens die ersten Ansprechpersonen und probieren die Emotionen abzufangen.» Wie Ruth weiter sagt, bleibt meist jene Person vom Empfangsteam, die den Erstkontakt mit Angehörigen hatte, über die ganze Reha hindurch eine wichtige Kontaktperson.

Ruth hätte noch viel zu erzählen. Ab 13.00 Uhr beginnt die Spätschicht. Diese übernimmt heute Marie-Rose. Ruth verabschiedet sich und winkt ihr beim Verlassen des Empfangs nochmals zu – eine Geste, die das Empfangsteam übrigens von allen Mitarbeitenden sehr schätzt.

Wenn ihr also das nächste Mal ins SPZ geht und dem Empfang grüssend zuwinkt, weiss das Team, dass ihr den Artikel gelesen habt.

Hast du Fragen oder ein Feedback fürs Empfangsteam?

empfang.spz@paraplegie.ch
oder **T 5454**

«Ein Ort, der Menschen verbindet»

Als langjähriges Mitglied der Gönner-Vereinigung interessiere ich mich sehr für eure Arbeit. Ich bin froh zu wissen, dass es euch gibt, wenn es auch mich treffen sollte. Mir wird auch immer wieder vor Augen geführt, wie viel ich mit meinem Mitgliederbeitrag – die ganze Familie ist Mitglied – auch für andere bewirken kann. Das zeigen mir all die Geschichten von Betroffenen oder Mitarbeitenden, die ihr an die Öffentlichkeit tragt. So seid ihr sehr gut spürbar.

*Nottwil scheint mir ausserdem ein Ort zu sein, der Menschen verbindet – genau wie das Fussballstadion Kleinfeld beim SC Kriens. Diesen Eindruck hatte ich ganz stark bei eurem gemeinsamen Jerusalema-Tanz oder auch bei der Weihnachtspost-Aktion, bei der ihr Menschen draussen mit den Patient*innen in der Klinik verbunden habt.*

Was mich fasziniert, ist die unglaubliche Infrastruktur auf dem Campus Nottwil und die Vielfalt der Angebote. Da scheint wirklich alles vorhanden zu sein, was Betroffene brauchen, um wieder in einen geregelten Tagesablauf zurückkehren zu können. Und kürzlich habt ihr über einen jungen Sportler berichtet, der nie aufgegeben hat, sich neue Ziele gesetzt und immer das Beste aus jeder Situation rausgeholt hat. Das beeindruckt mich. Nicht zuletzt, weil in diesem ganzen Reha-Prozess die Resilienz und die Leidenschaft eine sehr grosse Rolle spielen. Auch bei uns im Fussball sind das wichtige Themen. In diesem Bereich wäre ein Austausch zwischen dem SC Kriens und dem SPZ sehr spannend.

Ich freue mich, auch weiterhin viel über eure Arbeit zu sehen oder zu lesen.

Sandra Bütler
GL-Mitglied SC Kriens / Ressort Projekte

«Sport ist Freiheit»

Während seiner Erstreha hat Mike Lackner seine Leidenschaft für den Sport entdeckt. So sehr, dass er nun als Sporttherapeut Patient*innen trainiert.

Interview: **Brigitte Hächler**
Foto: **Adrian Baer**

Welche Aufgaben haben Sporttherapeut*innen am SPZ?
Wir arbeiten mit den Patientinnen und Patienten an ihrer Fitness und schauen, dass sie wieder Muskulatur aufbauen; mit Training im Kraftraum, beim Schwimmen, Tischtennis oder Bogenschiessen. Weiter üben wir im Rollstuhltraining, wie man einen Trottoirrand oder Steigungen überwindet. Ebenso ist die interprofessionelle Zusammenarbeit sehr wichtig und spannend. Gerade haben wir mit der Ernährungsberatung ein Projekt gestartet.

Wie wichtig ist Sport in der Reha?
Sehr wichtig. Sport ist Freiheit. Wenn du fit bist, tust du dich im Alltag viel leichter. Jeder Transfer wird einfacher, jeder Hügel ist weniger streng. Unsere wichtigste und gleichzeitig die herausforderndste Aufgabe ist es, die Patientinnen und Patienten darin zu unterstützen, auch nach der Reha Sport zu treiben. Dazu machen wir Sportberatung. Gemeinsam besprechen wir, welche Sportmöglichkeiten bestehen. Beispielsweise mit der Familie oder in einem Verein. Essenziell ist zu erklären, warum Sport so wichtig ist. Das motiviert auch jene, die man etwas anstupsen muss.

Nehmen Patient*innen Inputs von dir als Rollstuhlfahrer leichter an?
Absolut. Wenn ich sage, «mach nochmals, du kannst das», wissen sie, der hat schon einmal das Gleiche durchgemacht. Sie fragen nach meiner Geschichte. Wenn ich Betroffene damit für den Sport begeistern und meine Erfahrung weitergeben kann, ist das Ziel erreicht.

Was hat der Sport bei dir damals bewirkt?
Während der Erstreha hat es mir sprichwörtlich den Ärmel reingezogen. Im Rollstuhlbasketball habe ich nebst Fitnesstraining Leute kennengelernt, mit denen ich reden konnte. Ich habe erkannt, wie wichtig Sport für meinen Alltag ist. Deshalb habe ich von der Elektrotechnik zur Sportwissenschaft gewechselt. Ich selbst treibe gezielt Sport, um mich kontinuierlich zu verbessern. Das Tattoo auf meinem rechten Arm symbolisiert, was mir Sport bedeutet: Leidenschaft, mentale Stärke und Durchhaltevermögen.

«Ich habe erkannt, wie wichtig Sport für meinen Alltag ist.»
Mike Lackner

Was macht deinen Job besonders?
Ich trage zu den Fortschritten der Patientinnen und Patienten bei. Es ist schön, wenn du im Kraftraum jemanden zuerst ein Kilo stemmen siehst und am Ende zwanzig.

Was gibst du uns mit?
Spass bei der Arbeit haben. Mit einem Lächeln geht für die Kolleginnen und Kollegen und die Patientinnen und Patienten vieles einfacher.

Sporttherapie
Erfahre hier mehr über das ganze Angebot der Sporttherapie.
paraplegie.ch/sporttherapie

Über Mike

Mike Lackner (26), wohnhaft in Nottwil. Seit 2018 arbeitet der gebürtige Österreicher als Sporttherapeut am SPZ. Während seines Studiums pendelte er während drei Jahren zwischen Nottwil und Salzburg. In seiner Freizeit fährt er Handbike, spielt auf seiner Playstation und trifft sich gerne mit seinen Freunden. Was ihm besonders an der Arbeit gefällt, ist der Patient*innenkontakt. Für unser Fotoshooting ist er wieder einmal in seinen alten Rennrollstuhl gestiegen.

facebook.com/mike.lackner/

Foto: Walter Eggenberger

Die allgemeinen Anstellungsbedingungen ändern per 1. Januar 2022.

Anstellungsbedingungen SPG

Zeit für ein Update

Die allgemeinen Anstellungsbedingungen (AAB) der Schweizer Paraplegiker-Gruppe werden 10 Jahre alt. Wir bieten also solide Rahmenbedingungen, die auch den Veränderungen der vergangenen Jahre standgehalten haben. Nun ist es aber Zeit für ein Update.

Über die Jahre hat sich vieles verändert: die gesetzlichen Vorgaben, die persönlichen Bedürfnisse und auch die betrieblichen Umstände. Wir wollen die Grundlage unserer vertraglichen Zusammenarbeit deshalb auffrischen und für die nächsten Jahre attraktiv gestalten. Nicht zuletzt soll das Dokument einfach lesbar, übersichtlich, klar strukturiert, umfassend und dennoch schlank sein.

Wir wollen attraktiv bleiben

Im Laufe der letzten Jahre hat das HR diverse Inputs gesammelt, Unschärfen des bestehenden Papiers festgehalten und Ideen zur Verbesserung zusammengetragen. Daraus ist ein erster Entwurf entstanden, welcher bereits zu Beginn dieses Jahres in eine breite Vernehmlassung gegangen ist – von der Personalkommission über die Mitarbeitenden, die Direktoren und Geschäftsführer*innen sowie die Prüfung durch den Rechtsdienst und den Datenschutzbeauftragten.

Ein kleiner Einblick in die Anpassungen:

- Vier statt zwei Wochen Vaterschaftsurlaub
- Drei Wochen Ferien kaufbar statt zwei (in Absprache mit Vorgesetzten)
- Sabbatical nach 10, 20 oder 30 Dienstjahren kann neu altersunabhängig bezogen werden (bisher ab 40 Jahren)

Gültig ab 2022

Du kannst die neuen AAB jederzeit im Intranet lesen. Du findest dort eine Zusammenfassung mit den wichtigsten Änderungen, so kannst du dir einen guten Überblick über die Neuerungen verschaffen. Wenn du Fragen hast, kannst du dich bis am 24. Juni bei der für dich zuständigen Person aus dem HR melden.

Die neuen AAB treten am 1. Januar 2022 in Kraft. Ohne deine ausdrückliche Intervention gelten die neuen AAB ab Januar 2022 auch für deinen Arbeitsvertrag.

Mitarbeiter*innenbefragung

Deine Meinung zählt

Die Schweizer Paraplegiker-Gruppe führt alle zwei Jahre bei sämtlichen Mitarbeitenden eine Befragung durch. Die Befragung 2020 wurde aufgrund der Pandemie jedoch nur im SPZ durchgeführt, mit direktem Bezug zur Arbeit unter den herausfordernden Umständen.

In diesem Jahr findet die Befragung wieder für alle Mitarbeitenden der SPG statt und zwar **zwischen dem 6. September und dem 1. Oktober 2021.**

Die Umfrage wurde modernisiert und findet in neuer digitaler Form statt. Alle Infos werdet ihr rechtzeitig via Intranet und eure Vorgesetzten erhalten. Die Resultate werden im November vorliegen.

Deine Meinung zählt und trägt zur stetigen Verbesserung unserer Zusammenarbeit und unserer Leistung gegenüber Kund*innen und Patient*innen bei. **Danke für deine Teilnahme!**

Mehr Lohn für die Pflege.

PfleGewinner-Initiative

Erstes positives Resultat

Gerade in Zeiten des Fachkräftemangels wollen wir der Fachwelt im Gesundheitswesen zeigen, welch spannende und vielseitige Aufgaben ein Job bei uns in Nottwil zu bieten hat. Aus diesem Grund hat das SPZ im vergangenen Jahr die sogenannte «PfleGewinner-Initiative» gestartet. Dabei wurde die Pflege – mit mehreren Mitarbeitenden in unterschiedlichen Lebens- und Berufssituationen – in die Arbeitsgruppe einbezogen. So konnten sie ihre konkreten Bedürfnisse, Ideen und Verbesserungsvorschläge einbringen.

Die Geschäftsleitung SPZ hat diese Vorschläge aufgenommen und daraus konkrete Ziele und Massnahmen formuliert, die nun auch in die Unternehmensziele integriert wurden. Diese Initiative wird einerseits den Mitarbeitenden der Pflege zugutekommen, andererseits Signalwirkung nach aussen haben. Ein erstes positives Resultat sehen die Mitarbeitenden der Pflege bereits im Juni im Schreiben zur diesjährigen Lohnrunde: Ihnen wurde in diesem Jahr ein überdurchschnittliches Budget für die Lohnerhöhung zugesprochen.

Weitere Massnahmen folgen und werden laufend kommuniziert.

Für Fragen:
Simon Supersaxo,
HR-Verantwortlicher, T 5771

Modernere Zusammenarbeit

Als wir im Frühling 2020 vor der völlig neuen Situation des Lockdowns standen, blieb uns nichts anderes übrig, als unsere internen Seminare auf den Sommer und den Herbst zu verschieben. Als der zweite Lockdown kam, entschieden wir, Alternativen zu prüfen. Mit der Einführung von MS Teams steht uns ein Tool zur Verfügung, das uns u.a. Perspektiven für die Durchführung von Webinaren bietet.

Zusammen mit der Sirmed, welche bereits seit dem ersten Lockdown Erfahrung in Onlineunterricht gesammelt hatte, konzipierten wir eine modulare Weiterbildung für die Durchführung von Sitzungen, Workshops und Webinaren mit MS Teams und weiteren Tools.

Aber wie geht es weiter nach der Pandemie? Zurück in die Multispaces, Sitzungen vor Ort und Präsenzunterricht? Zu einem gewissen Teil bestimmt. In der Pandemie ist uns bewusst geworden, wie wertvoll dieses «Zusammenkommen» ist. Wir werden nun die Vorteile und das Gelernte aus der Pandemie mitnehmen und unsere Zusammenarbeit neu überdenken – mit Unterstützung der Projektgruppe zum Thema «Modern Workplace – Governance & Change Management». Sobald erste Resultate vorliegen, informieren wir euch.

Spotlight-Programm

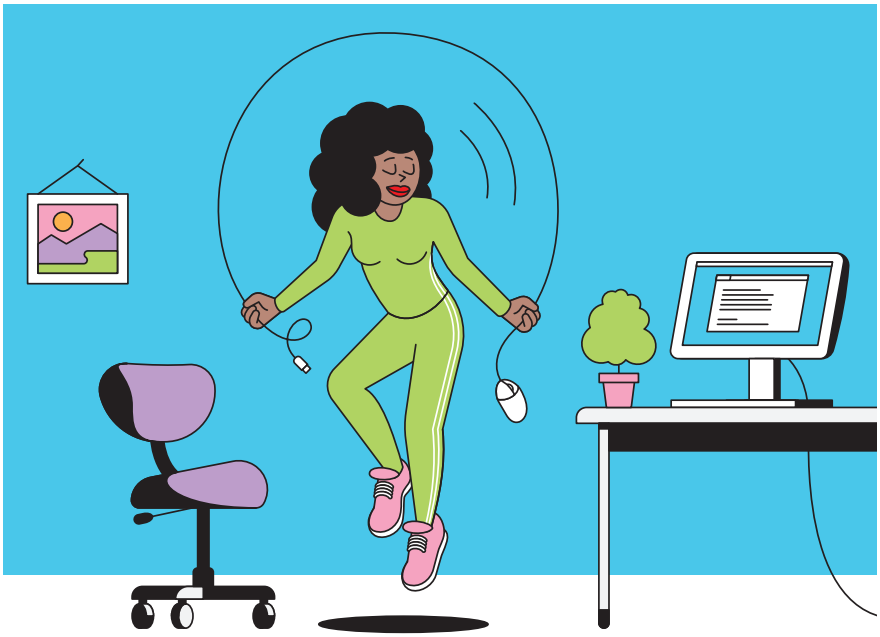
Wir fördern deine Talente

Mit verschiedenen Werbemassnahmen haben wir im März nach Mitarbeitenden gesucht, die bereit sind, ihre Talente unter Beweis zu stellen und ihre persönliche Entwicklung voranzutreiben. Es sind tolle Bewerbungen mit kreativen Selfievideos eingegangen.
Ende Mai starten wir nun unser erstes Spotlight-Programm mit elf Mitarbeitenden der SPG.

Worum geht's in diesem Programm?
Mit dem Spotlight-Programm bieten wir unseren Mitarbeitenden gruppenweit die Chance, ihre Talente ins Rampenlicht zu stellen. Die ausgewählten Mitarbeitenden fördern wir über die Grenzen der einzelnen Gesellschaften hinaus und schaffen Perspektiven für deren längerfristige Entwicklung. Die Teilnehmer*innen entwickeln während eines Jahres verschiedene Kompetenzen weiter, sammeln erste Erfahrung in Managementaufgaben und erstellen einen persönlichen Karriereplan.

Was erwartet die Teilnehmenden?
Die Teilnehmenden des Spotlight-Programms sind während eines Jahres gefordert, für sie neue und herausfordernde Aufgaben zu meistern. An drei Weiterbildungstagen setzen sie sich mit den Themen Projektmanagement, Innovation und Leadership auseinander. Bei verschiedenen Auftritten in der Direktorenkonferenz und durch kreative Zusammenfassung von Fachliteratur üben sie ihre Präsentationsfähigkeiten und lernen kreative Methoden kennen. Und am wichtigsten: In Vierergruppen werden die Teilnehmenden ein innovatives Projekt vorschlagen und während eines Jahres vorantreiben.

Wie geht es jetzt weiter?
Wir werden die Teilnehmenden während des ganzen Jahres mit der Videokamera begleiten und so spannende Einblicke in das Programm geben. Nächstes Jahr im März dürfen sich dann wiederum alle Mitarbeitenden um die Plätze des Talentrogramms bewerben. Wir werden es im Intranet ausschreiben.



Hast du Fragen an unsere Expertin?

Manuela Schär,
Betriebliches Gesundheitsmanagement
m.schaer@paraplegie.ch

Fit am Arbeitsplatz

Mach mal Pause!

Du kennst das? Einen Tag Homeoffice und dein Schrittzähler zeigt gerade Mal 1000 Schritte an! Du spürst die Verspannung im Nacken und im Wirbelsäulenbereich und auch eine unbestimmte Unzufriedenheit ist bemerkbar.

Langes Sitzen, Verharren in einer Zwangshaltung, Stehen an Ort oder ständig auf den Beinen sein können körperliche Beschwerden auslösen. Um diesen entgegenzuwirken, ist es wichtig, dass du wechselnde Positionen einnimmst und so die Wirbelsäule, die Gelenke und die Venen entlastest.

Insbesondere im Homeoffice werden Pausen oft weggelassen, weil der gesellige Teil des gemeinsamen Pausenerlebnisses fehlt. Deinem Körper tust du damit aber keinen Gefallen. Und auch die Konzentrationsfähigkeit ist nach einer Pause erwiesenermassen besser.

Wenn jemand beruflich viel stehen muss, verbringt er oder sie die Pausen idealerweise im Sitzen oder Gehen. Diejenigen, die vornehmlich sitzen, steigern ihr Wohlbefinden, wenn sie die Pausen in Bewegung oder im Stehen verbringen.

Für alle gilt aber: Regelmässige Pausen und sich mal durchbeugen oder durchstrecken ist unabdingbar für das Wohlbefinden am Arbeitsplatz und den Erhalt der Leistungsfähigkeit.

Wie wäre es, den Kreislauf zwischendurch etwas in Schwung zu bringen? 100 Sprünge mit dem Seil wirken Wunder. Du bist danach nicht ausgepowert, maximal etwas ausser Atem und bestimmt wieder aufnahmefähiger, entspannter und vitaler als vor dem Mini-Workout. Möchtest du es ausprobieren? Wir haben noch einige Springseile, die wir gratis abgeben. Melde dich am HR-Schalter. Es hett, solangs hett.

5 Fragen an unsere IT

1. Wie viele Mitarbeitende seid ihr?
Martin Kunz (Leiter Informatik):
Derzeit haben wir 34 Mitarbeitende, 5 Lernende und 1–2 Zivildienstleistende.

2. Wie viele Anfragen hattet ihr zwischen April 20 und April 21?
In dieser Zeitspanne haben wir 4230 Störungsanfragen und 12 400 Aufträge bearbeitet.

3. Was wollen wir Mitarbeitenden am häufigsten von euch?
Noch immer erhalten wir sehr viele Anfragen von Mitarbeitenden, die ihr Passwort vergessen haben. Durchschnittlich 16 Stunden pro Monat leisten wir Unterstützung beim Zurücksetzen von Passwörtern, obschon alle selbstständig ihr Passwort zurücksetzen können. Aber wir helfen gerne.

4. Ihr müsst euch wohl oft anhören, was nicht funktioniert. Was funktioniert immer?
Die von uns betriebenen Services haben eine sehr gute Verfügbarkeit und darauf sind wir stolz. Durch die Komplexität und die Abhängigkeiten der einzelnen Services sind bei einer Störung oftmals mehrere Applikationen betroffen. Durch schnelle Reaktion unserer Fachspezialisten schaffen wir es, Störungen immer wieder rasch zu beheben.

5. Habt ihr einen Wunsch an uns Mitarbeitende?
Die Person, die jeweils eine Störungsmeldung entgegennimmt, ist meistens nicht verantwortlich für deren Ursache. Unser ServiceDesk-Team ist daher dankbar für die Geduld und eine präzise Störungsmeldung mit Print-Screen, Angabe der PC-Nummer und einem verständlichen Betreff über unser Informatik-Portal.

Neue Therapiemöglichkeit und Ort der Begegnung.

Therapiegarten

Ein Erfolgserlebnis für alle

Nach Abschluss der Bauarbeiten darf er nun vollends erblühen – der Therapiegarten. Erste Therapien starteten bereits im April.

An den Hochbeeten und im Gewächshaus hinter dem SPZ wird nun fleissig gesät, gejätet und geerntet. «Die Gartentherapie am SPZ verfolgt klare Therapieziele nach ICF», betont Gabi Bucher, Verantwortliche Gartentherapie, die zusammen mit Susanne Gfeller, Verantwortliche Therapiegarten, alles leitet. «Während der Gartenarbeit trainieren die Patient*innen etwa beim Säen unbewusst die Feinmotorik ihrer Hände oder kräftigen beim Stehen am Hochbeet die Bein- und Rumpfmuskulatur. Dies kommt dem Alltag näher als Übungen im Therapieraum, die jedoch als Vorbereitung ebenso wichtig sind.» Die Ernte aus dem Therapiegarten wird teilweise in der Kochgruppe im gemeinsamen Kochtraining weiterverwertet. «Wir unterstützen die Patient*innen darin, so selbstständig wie möglich zu werden, und erleichtern ihnen den Übergang in den Alltag. Etwas zu säen, es wachsen zu sehen, es zu ernten und dann zu kochen, ist ein Erfolgserlebnis für alle und motiviert», sagt Gabi. So bringt der Therapiegarten ein Stück Alltag in die Reha zurück und ist gleichzeitig ein Begegnungsort für Herz und Seele.

Fotos: Adrian Baer

«ParAthletics 2021»

Endlich rollen sie wieder!

Mit den ParAthletics vom 14. bis 16. Mai hatten wir auf dem Campus endlich wieder einen wichtigen Grossevent, mit hervorragenden Schweizer Resultaten – das macht Hoffnung für die Paralympics in Tokio. Das Bild stammt von den Vorbereitungen am 12. Mai 2021.

Jahresbericht 2020

Ein solides Jahr

Trotz Pandemie kann die Schweizer Paraplegiker-Gruppe auf ein solides Jahr 2020 zurückblicken. Die Medien haben Mitte Mai umfassend berichtet.

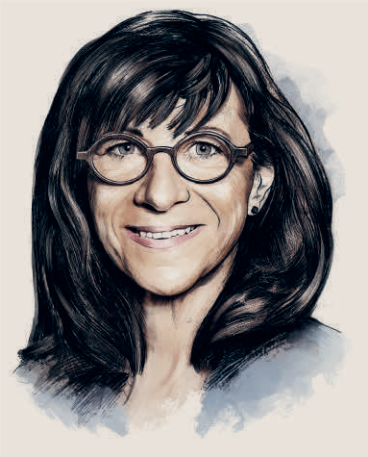
Mehr Mitglieder
Ende 2020 waren über 1,8 Millionen Personen (+10 325) aus 1,2 Millionen Haushalten Mitglied der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung.

Mehr Direkthilfe
Im Jahr 2020 wurden 2 Millionen Franken mehr Direkthilfe für querschnittgelähmte Menschen, insgesamt 25,9 Mio. Franken, ausbezahlt.

Mehr Pflegetage
Trotz Corona-Einschränkungen wurden mit 56 367 Tagen 8 Prozent mehr Pflegetage geleistet als im Vorjahr.

Hier findest du den digitalen Jahresbericht: **report.paraplegie.ch**

Illustration: Kornel Stadler



Heidi Hanselmann,
Stiftungsratspräsidentin
Schweizer Paraplegiker-Stiftung

1. Jahr im Amt

Philosophie als gelebte Praxis

«Ich setzte den Fuss in die Luft und sie trug.» Dieses Zitat von Hilde Domin hat mich einige Male im Leben begleitet – so auch im Jahr, das von Corona beherrscht wurde. Es steht für mich sinnbildlich dafür, etwas zu erreichen, was auf den ersten Blick eher unwahrscheinlich erscheint.

Nach 16 Jahren intensiver Regierungstätigkeit, verbunden mit viel Herzblut, war die Zeit für mich reif, wieder Schritte in Neuland zu wagen. Mit der Wahl zur Präsidentin der Schweizer Paraplegiker-Stiftung ging mein Wunsch im Frühling 2020 in Erfüllung, meine Erfahrungen und mein Wissen sinnhaft und direkt zugunsten Betroffener einzusetzen.

Das SPZ fiel mir schon als junge Logopädin auf, als ich am Kantonsspital St. Gallen meinen Fuss erstmals in die klinische Welt setzte. Als Gesundheitsdirektorin festigte sich die Faszination für das einzigartige Solidarwerk SPS noch mehr. Die Philosophie, umfassende Betreuung aus einer Hand, lebenslang mit Leidenschaft Menschen mit einer Querschnittlähmung anzubieten, war und ist für mich bemerkenswert.

Nach einem Jahr in unserer Stiftung weiss ich, dass diese Philosophie nicht nur Buchstabe auf Papier ist, sondern gelebte Praxis. Dafür möchte ich euch allen danken. Ich weiss aber auch, dass es Knackpunkte gibt, die wir anzupacken haben.

Ich werde mich mit vollem Engagement für tragfähige Lösungen einsetzen. Aus dem Elfenbeinturm heraus zu agieren, ist nicht mein Ding. Ich freue mich, wenn wir es wagen, den Fuss in die Luft zu setzen, und es gemeinsam schaffen, dass die Luft trägt.

Herzliche Grüsse
Heidi

Premiere auf SRF

Der 29. April war ein wichtiger Tag für unseren Kollegen **Dominik Rüedi** aus dem Videoteam MAR & KOM: Sein Film «Schwerelos» wurde auf SRF Schweizer Radio und Fernsehen zum 1. Mal ausgestrahlt und war 30 Tage zu sehen.
Den Trailer und mehr zu Dominik:

dominikruedi.com

Würdigung für Innovation

Die **Freiburger Nachrichten** haben Anfang Mai berichtet, dass **Sebastian Tobler,** Mitglied des Vorstandes der Gönner-Vereinigung, mit seinem Startup GBY den Freiburger Innovationspreis für das Dreirad Go-Tryke gewonnen hat. Gratulation, Sebastian!

SonntagsBlick-Magazin im SPZ

Eine Blick-Reporterin hat Ende März **Anke Scheel,** Leitende Ärztin in der Paraplegiologie und Rehabilitation, einen Morgen lang bei ihrer Arbeit begleitet. Porträtiert wurden insgesamt drei unterschiedliche Menschen, die über das Thema Scheitern sprachen.

SPG auf Social Media

Schon gewusst?

Kennst du die **Rollstuhl-Gruppe Schweiz** auf Facebook? Derzeit tauschen sich in dieser Gruppe über 530 Rollstuhlfahrer*innen aus. Zudem werden Inhalte der meinungsneutralen Online-Plattform **community.paraplegie.ch** gepostet. **Johannes Kinast** von der SPF Gesundheitskommunikation ist für diese Kanäle verantwortlich. Reinschauen lohnt sich!

62 946 Menschen folgen uns bereits auf Social Media.

Lauf-News

Der Post, dass unser SPS-Team beim Wings for Life World Run für diejenigen gelaufen ist, die es nicht können, hat auf LinkedIn 18 000 Personen erreicht. Eine tolle Teamleistung, welche viele Menschen berührt hat.

Kooperation mit Energy Zürich

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung und Energy Zürich haben im März auf Facebook, Instagram und TikTok ein «Ping-Pong-Video» geteilt. Der ParaForum-Mitarbeiter Florian Bickel hat im Video mitgewirkt und für die Pointe gesorgt:

Hier gehts zum Video:
instagram.com/p/CLmcvStBOHD/

16 000 auf Instagram
307 000 erreichte Personen

Ein schöner Dank

Manchmal sind nicht wir für die Posts auf unseren Social-Media-Kanälen verantwortlich, wie diese schöne Rückmeldung von Ian Eldøy (31) aus Zürich zeigt: «Von ganzem Herzen möchte ich mich bei euch für die grosszügige Unterstützung bedanken. Dank eurer finanziellen Hilfe bin ich nun stolzer Besitzer eines Langlaufschlittens, welcher seit dem Erwerb Mitte Februar 2021 bereits zweimal zum Einsatz gekommen ist. Mit meiner Frau kann ich nun auf der Loipe gemeinsam unterwegs sein, was wir beide sehr geniessen und immer wieder aufs Neue zelebrieren.»

488 auf Facebook
16 500 erreichte Personen

Auf unseren Socials mitwirken?

Hast du Ideen für Social-Media-Beiträge oder bist du souverän mit eigenem Content auf Instagram oder auf TikTok unterwegs? Melde dich bei uns:

webcontent@paraplegie.ch

Folge uns:

facebook.com/paraplegie
instagram.com/paraplegie
twitter.com/paraplegiker
youtube.com/ParaplegikerStiftung
linkedin.com/Schweizer Paraplegiker-Stiftung
tiktok.com/paraplegie

Nicolas Hausamann
beim Basketballtraining des
Nachwuchskaders

Der Teamplayer

Nicolas' Leben ist geprägt von Sport. Dass sich Job und Freizeit nicht immer trennen lassen, spielt ihm keine Rolle. Die Leidenschaft treibt ihn an, motiviert ihn und sorgt für seinen inneren Ausgleich. Er ist Spielertrainer der Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft, Trainer des Schweizer Nachwuchses sowie der Pilatus Dragons. Egal welchen Hut er aufhat, sein Ziel ist immer dasselbe: das Beste aus allen Spielern und dem Team holen. Technik, Taktik und viel Planung gehören in seinen Alltag. Wenn im Job Hektik aufkommt, denkt Nicolas an den Sport: tief durchatmen, den Überblick und die Ruhe bewahren – dann kommt es gut.

Möchtest du noch mehr über Nicolas wissen?
paraplegie.ch/nicolas