

CAMPUS

Schweizer Paraplegiker-Gruppe
Herbst 2021

Mitarbeitende im Mittelpunkt.



«Unterwegs gleicht kein Tag
dem anderen»

Hannah Huttner,
Beraterin Unterstützte Kommunikation und Didaktik bei
Active Communication

BEWEGUNGSFREIHEIT
Selbstbestimmt und
unabhängig unterwegs

6 Fokus
Raus in die Natur:
Das sind eure schönsten
Wandertipps

18 Impuls
Willkommen
am Arbeitsplatz
der Zukunft



**Sager Velos + Motos,
Emmenbrücke und Malters**

**10% auf das
gesamte
Sortiment**

Ausgenommen sind bereits
reduzierte Artikel, Akkus
für E-Bikes und Reparaturen.

Angebot einlösen:
Personalausweis an der Kasse vorweisen



GO-IN Sport, Sursee
**20 % auf alle
Sportartikel**

Ausgenommen sind bereits
reduzierte Artikel, ausgewiesene
Netto-Artikel sowie Bikes,
Bikeanhänger, Sportnahrung
und Dienstleistungen.

Angebot einlösen:
Personalausweis an der Kasse vorweisen



Kraul.ch, Luzern
**10 % auf alle
Schwimmkurse
für Kinder und
Erwachsene**

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

Angebot einlösen:
– Website [kraul.ch](https://www.kraul.ch) aufrufen
– Bei der Kursanmeldung im Nachrichtenfeld den Vermerk «Mitarbeiterin/Mitarbeiter SPZ» einfügen



PAKA-Sport, Sempach
**10 % auf das
gesamte
Sortiment**

Ausgenommen sind bereits
reduzierte Artikel, Aktionen und
Sonderangebote.

Angebot einlösen:
Personalausweis an der Kasse vorweisen

Es gibt noch mehr Vergünstigungen!

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



12



16



In Nottwil befindet sich die einzige Biobank für Rückenmarksverletzungen der Schweiz. Ein Augenschein vor Ort (S. 12).

4 kurz & knapp

Wissenswertes aus der SPG und zum Thema Querschnittlähmung

BEWEGUNGSFREIHEIT

6 Raus in die Natur

Inspirationen für deine nächste Wanderung

10 Aufgepasst!

Mit diesen 5 Tipps bist du sicher unterwegs

11 Quiz und Verlosung

Miträtseln und einen tollen Ausflug gewinnen

12 Praxis

Das Team der Biobank bringt die Rückenmarksforschung vorwärts

15 Aussenblick

Ex-Profiradfahrer Toni Milano berichtet über seine Erfahrungen im SPZ

16 Visite

Silvia Schibli führt die Tetrahandchirurgie weiter in die Zukunft

18 Impuls

Willkommen am Arbeitsplatz der Zukunft

20 Meine Perspektive

2000 Franken für eine erfolgreiche Personalvermittlung

21 Expertentipp

Handhygiene bleibt wichtig

22 Applaus

24 Panorama

Mehr Freiraum zur Förderung der Kreativität

26 Meinung

Liridona Dizdari über die Pflegeinitiative

27 Medienspiegel



CAMPUS – Nr. 3, Herbst 2021

Das Magazin für Mitarbeiter*innen der Schweizer Paraplegiker-Gruppe

Herausgeberin:

Schweizer Paraplegiker-Stiftung
Unternehmenskommunikation
6207 Nottwil
newsroom@paraplegie.ch

Redaktion:

Andrea Zimmermann (Redaktionsleitung)
Cathérine Gasser (Stellvertretende Redaktionsleitung)

Redaktionelle Mitarbeit:

Liridona Dizdari, Luca Jelmoni, Stefan Kaiser,
Manuela Marra, Toni Milano, Tamara Reinhard,
Miriam Staub, Simon Rohrer, Manuela Vonwil

Konzept & Gestaltung:

Agentur Guido Von Deschwanden, Luzern,
Andrea Federer (Leitung Visuelle Kommunikation SPS)

Fotos:

Walter Eggenberger (Leitung), Daria Gfeller,
Nadia Schärli, Christof Schürpf

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 4:

Mitte Oktober 2021

Das Magazin erscheint vierteljährlich





kurz & knapp

Bücher

Mit dem linken Augenlid diktiert

Ein erschütterndes Selbstzeugnis eines körperlich vollständig gelähmten Menschen, ein einzigartiges Stück Literatur und ein Buch, das Mut macht zum Leben – das ist Jean-Dominique Baubys «Schmetterling und Taucherglocke».



Kosten: 11.10 Franken
Bezug: ex-libris.ch

Vom Physiotherapeuten zum Patienten

Er half Querschnittgelähmten, bis er selbst zum Betroffenen wurde: In «Am Limit... wirst Du Dich neu erfinden!» schildert Frank Clasemann seine Erfahrungen im Umgang mit seiner Diagnose.



Kosten: 37.20 Franken
Bezug: ex-libris.ch

Diese und weitere Bücher aus der Kategorie Betroffenenliteratur findest du übrigens auch in unserer Bibliothek auf dem Campus. Mehr Informationen dazu findest du hier:

Intranet > Services > Bibliothek

Unnützes Wissen

In Japan ist es üblich, während der Arbeit zu schlafen. Da dies als Ausdruck eines überdurchschnittlichen Einsatzes gewertet wird, stellen sich manche Menschen schlafend, um einen guten Eindruck zu erwecken.

Während in Japan ein kurzes Nickerchen nicht einmal im Meeting verpönt ist, haben sich Powernaps hierzulande noch nicht durchgesetzt. Eigentlich sehr schade, wie wir finden.



Helge Regener, Geschäftsführer der SIRMED, überreicht Karin Vifian Blumen.

Die Zahl

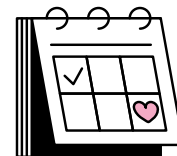
100 000

Karin Vifian von der Ambulanz Region Biel ist die 100 000. Teilnehmerin der Bildungsangebote der SIRMED. «Kompetente Ausbilder aus verschiedenen Fachbereichen, feines Essen an schöner Lage und eine reibungslose Organisation», sagt sie über die Gründe, die sie immer wieder für Fortbildungen nach Nottwil ziehen.



«Es hat Spass gemacht, die Patientensicherheitswoche zu organisieren. Besonders beeindruckt hat mich die Bereitschaft der Mitarbeitenden, über verschiedene Bereiche und Berufsgruppen hinweg an der Gestaltung mitzuwirken. Das Projekt war mir wichtig, weil wir durch die Sensibilisierung aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für eine bessere Sicherheitskultur sorgen und somit Patientinnen und Patienten besser vor Gefahren schützen können. Daher möchte ich allen Beteiligten für ihren Beitrag danken!»

Lea Alvarez-Wolf,
Assistentin Unternehmensentwicklung



Agenda Herbst 2021

19. Oktober 2021
Personalinfo SPZ
Aula SPZ

25. Oktober 2021
Vortrag: Wie spart meine Pensionskasse? Kann ich das auch?
Aula SPZ

16. November 2021
Personalinfo SPS
Aula SPZ

17. Dezember 2021
Adventsapéro
Gärtnerei

Paralympics

Gold für den OT FOXX



Erfolgreiche Innovation aus Nottwil: Der OT FOXX verhalf Marcel Hug zu Erfolg an den Paralympics.

Der OT FOXX sollte der schnellste Rollstuhl der Welt werden – und vier Goldmedaillen und ein Weltrekord an den Paralympics in Tokio bestätigen: Er ist es auch. Rund vier Jahre hat

Orthotec gemeinsam mit den Rennsportexperten der Sauber Group und Swiss Side am Rennrollstuhl getüftelt. Beim Thema Sitzposition haben die Schweizer Paraplegiker-Forschung und die ETH Zürich mitgewirkt. Dank der Leistung des Superathleten Marcel Hug wurde die Arbeit bereits beim ersten Wettkampfeinsatz von Erfolg

gekrönt. Er holte mit dem OT FOXX in den Disziplinen 5000 Meter, 1500 Meter (inkl. Weltrekord), 800 Meter und dem Marathon jeweils Gold.
Herzliche Gratulation!

Mitwirkung erwünscht

Hast du oder jemand aus deinem Team ein Buch geschrieben, ein spannendes Sabbatical erlebt oder sonst ein tolles Projekt abgeschlossen? Hast du am Arbeitsplatz etwas Besonderes erlebt? Ihr hattet einen tollen Teamanlass? Lass uns daran teilhaben!

Schreib uns eine Nachricht mit dem Vermerk «Campus» an newsroom@paraplegie.ch

Raus in die Natur

Nach einem verregneten Sommer hält uns nichts mehr auf: Wir wollen raus – beim Wandern abschalten und durchatmen. Mit diesen Wandertipps steht dem nächsten Ausflug nichts mehr im Weg.



Wandern mit Kindern

Auf dem Hexenweg durch Wald und Wiese

Wandern mit Kindern kann eine Herausforderung sein. Welche Wege sind geeignet? Wie gelingt es, die Kleinen bei Laune zu halten? Marcel hat die Antwort: einen Themenpfad – und zwar den Hexenweg Gummenalp-Wirzweli. «Durch die 14 spannenden Posten werden Kinder animiert und merken gar nicht, dass sie eigentlich am Wandern sind», lacht er. Ausgangspunkt für diese Wanderung ist die rund 20 Minuten von Luzern entfernte Bahnstation Dallenwil-Wirzweli. Auf dem Wirzweli angekommen, erreicht man innerhalb von 15 Minuten die Luftseilbahn Eggwald-Gummenalp – wo das eigentliche Abenteuer beginnt.

Action auch für Teenies und Erwachsene

«Der Erlebnispfad ist gut beschildert und führt mit einem leichten Gefälle durch Wald und Wiesen», so Marcel. Unterwegs bieten zahlreiche Grillstellen mit Feuerholz, Grillrost und Sitzgelegenheiten die Möglichkeit, ein Zmittag aus dem Rucksack zu geniessen. «Aber auch der Hexenspielfeldplatz ist bei den Kindern sehr beliebt und lädt zum Verweilen ein», meint er weiter. «Daher darf auch eine Nothilfe-Box mit Pflaster auf keinen Fall fehlen.» Dank der Sommerrodelbahn Wirzweli kommen auf dem Ausflug übrigens nicht nur Kinder, sondern auch Teenies und Erwachsene auf ihre Kosten. Die leichte Wanderung ist nicht kinderwagentauglich und für Kinder ab vier Jahren geeignet.

Strecke: 3,5 Kilometer
Dauer: 1,5 Stunden

Wandertipp von Marcel Keller,
Leiter SCM Orthotec

Lust auf weitere Wandertipps?

Hier findest du weitere Ausflugsideen von deinen Kolleg*innen:

Intranet > News SPG > Wandertipps



Wandertipp von Nadine Schweiger, dipl. Ernährungsberaterin FH

Genusswanderung Zu Besuch in den Höllgrotten

Ihre Genusswanderung beginnt Nadine am liebsten ohne lange Anfahrtswege. Mit dem Zug ist es nach Baar an den Lorzenuferweg nur einen Katzensprung. «Besonders an sehr heissen Tagen ist der Weg im Wald und den kühlen Fluss entlang super», schwärmt sie. «Die Höllgrotten sind zudem ein tolles Zwischenziel. Einerseits laden die eindrücklichen Höhlen zur Besichtigung ein und andererseits lohnt sich auch ein Stopp im Restaurant Höllgrotten.»

Zum Abschluss eine Abkühlung

Am Lorzenuferweg empfiehlt Nadine insbesondere den Abschnitt von Baar über die Höllgrotten bis nach Neuägeri, Haltestelle Schmittli. «Ab dann führt der Weg bis zur Badi in Oberägeri vor allem die Strasse entlang, weshalb wir dafür am liebsten den Bus nehmen.» Egal, ob der letzte Abschnitt mit dem Bus oder zu Fuss zurückgelegt wird: Die Abkühlung in der Badi hat man sich so oder so verdient!

Strecke: 9 Kilometer

Dauer: 2 Stunden

Für noch längeren Genuss kann der Lorzenuferweg bereits vom Zugersee aus (Haltestelle Zug, Choller) gegangen werden. Besonders empfehlenswert ist dabei der Weg entlang der «Alten Lorze».

Was darf dabei nicht fehlen? «Auf einer gemächlichen Wanderung wie dieser ist meine ultraleichte Ticket-to-the-Moon-Hängematte nicht wegzudenken. Sie ist schnell aufgebaut und perfekt für eine Rast unterwegs oder für einen gemütlichen Abschluss im Wald oder am See.»



Wandern für Fortgeschrittene

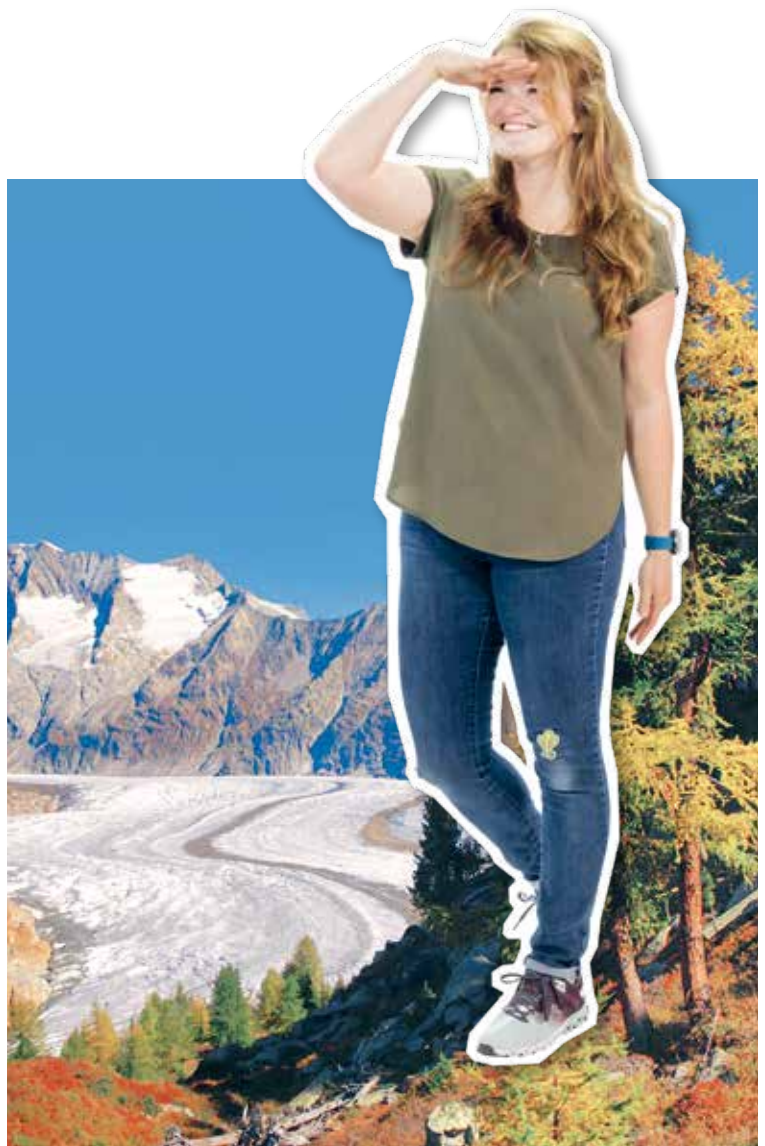
Aletschgletscher-Panorama mit Adrenalinkick

«Als Vollblut-Walliserin empfehle ich euch natürlich eine Wanderroute in meinem wunderbaren Heimatkanton», sagt Selin. Damit meint sie selbstverständlich nicht irgendeine Wanderung durch die Berge – sondern eine Tour, die das Herz eines jeden Instagrammers höherschlagen lässt: den weltberühmten Panoramaweg entlang des Aletschgletschers. Aber Vorsicht: Auch wenn der Weg scheinbar bereits von allen Influencer*innen mit einer Vorliebe für schöne Fotosujets in den Alpen begangen wurde, ist er nur für trittsichere Wanderer*innen mit Bergerfahrung geeignet.

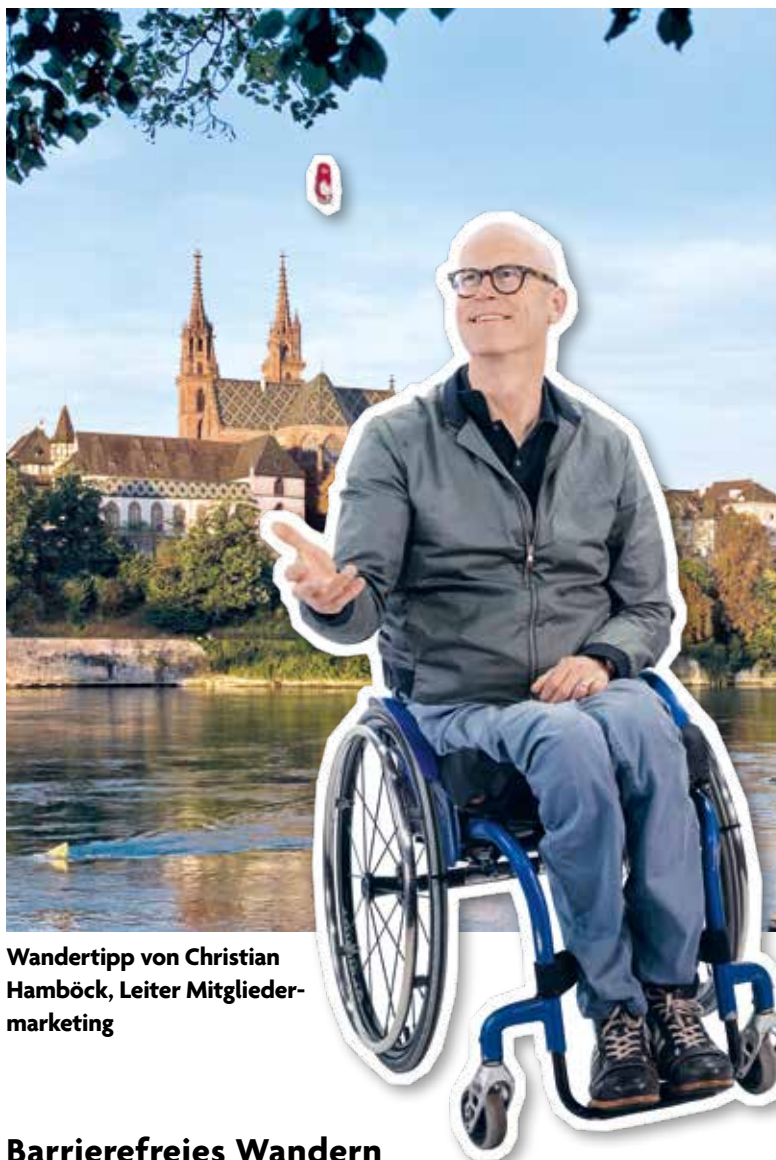
Grandiose Aussicht inklusive

Selins Wanderung für Fortgeschrittene beginnt in Fiesch, wo man mit der Bahn hoch auf die Fiescheralp gelangt. Von dort aus führt der Weg via Märjelensee den Aletschgletscher entlang bis zur Bettmeralp. «Wenn's noch ein bisschen mehr Adrenalin sein darf, empfehle ich, den blau-weiss markierten Alpinwanderweg vom Eggishorn zum Bettmerhorn zu nehmen.» Egal, für welchen Weg man sich entscheidet: «Auf beiden Routen wird man mit einem wahnsinnig schönen Blick auf den grössten Gletscher der Alpen belohnt.» Und damit nicht genug: «Sobald man den Blick vom Aletschgletscher gerissen hat und über die Bergkante in Richtung Tal schaut, geniesst man eine grandiose Aussicht auf die 4000er des Wallis und vor allem auch auf das Matterhorn.»

Immer dabei auf ihren Touren hat Selin einen «Camelback», einen Beutel mit drei Litern Füllinhalt, aus welchem via Schlauch getrunken werden kann. «Das ist wirklich sehr praktisch», erklärt Selin. «Man muss beim Wandern zum Trinken nicht einmal den Rucksack abziehen.» Na dann, cheers!

Strecke:**Bergwanderweg: 9 Kilometer****Alpin: 3 Kilometer****Dauer:****Bergwanderweg: 2,5 bis 3 Stunden****Alpin: 3 Stunden**

**Wandertipp von Selin Schmidt,
Physiotherapeutin**



Wandertipp von Christian Hamböck, Leiter Mitgliedermarketing

Barrierefreies Wandern

Naturerlebnisse in der Stadt Basel

«Wandern im Rollstuhl ist eigentlich nicht so mein Ding», meint Christian. Anders sieht es jedoch aus, wenn es sich um eine Stadtwanderung handelt – und zwar in Basel, «der schönsten Stadt der Schweiz», wie der Basler lachend sagt. Ausgangspunkt für die Route ist das Kunstmuseum Basel. «Von dort aus geht es durch die St. Alban-Vorstadt, vorbei am Cartoon-Museum und an vielen putzigen Goldschmiedegeschäften.» Beim Schöneck-Brunnen führt der Weg hinunter in Richtung Rheinufer bis hin zur Schwarzwaldbrücke. Dort ist der Weg durch den Park am Birsköpfl einzuschlagen. «Nach der Brücke über die Birs unbedingt scharf links halten», so Christian. «Der Spazierweg den Rhein entlang bietet sogar die Möglichkeit, hin und wieder einen Eisvogel zu sighten.»

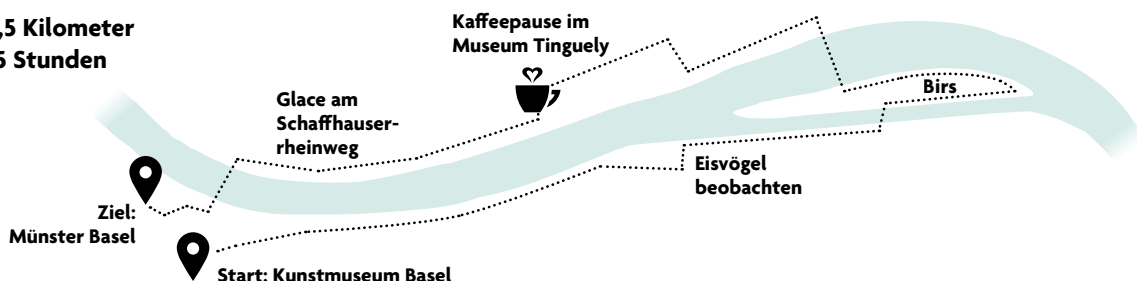
Kormorane und Biber bei der Arbeit

Nach der Überquerung der Schleuse befindet man sich auf der Halbinsel von Birsfelden, auf welcher Christian den Rundweg empfiehlt: «Zu sehen sind von Bibern gefällte Bäume und eine Kolonie von Kormoranen.» Nach so viel Natur freut sich der Stadtmensch jedoch, an der Kleinbasler Seite des Rheins wieder in die Zivilisation zurückzukehren. Der Weg dorthin führt beim Kraftwerk über das Stauwehr.

Nach einer kurzen Steigung, bei der eine Schubhilfe nützlich ist, geht es rheinabwärts vorbei am Tinguely-Museum – ein idealer Ort für eine Kaffeepause. Anschliessend geht es weiter zum Schaffhauser Rheinweg. «Dort befindet sich in der wärmeren Jahreszeit ein Glacestand», so Christian. Bei der Wettsteinbrücke geht es rechts durch den kleinen Park auf die Brücke. «Am besten wechselt man dort auf die rechte Seite, um den besten Blick auf das Münster und die Altstadt zu haben.» Von dort aus sind es nur noch wenige Meter bis zum Ausgangspunkt.

Ein Sackmesser gehört für Christian übrigens zur Standardausrüstung eines Stadtwanderers. «Für ein allfälliges Picknick unterwegs», wie er erklärt.

**Strecke: 7,5 Kilometer
Dauer: 1,5 Stunden**



Sicher unterwegs

5 Tipps für ungetrübte Wanderfreuden

Wandern ist beliebt, wird jedoch vielfach unterschätzt. Einfach loszulaufen, empfiehlt sich nicht auf allen Routen – gerade auf Bergwanderungen sind eine gute Vorbereitung und eine passende Ausrüstung besonders wichtig. Mit diesen fünf Tipps bist du sicher unterwegs.



Tipp #1

Nicht den Boden unter den Füßen verlieren

Stolpern und Ausrutschen sind die häufigsten Unfallursachen beim Bergwandern. Trag deshalb auf jeder Bergwanderung Wanderschuhe mit rutschfester Profilsohle. Zudem: Gute Wandersocken verringern die Gefahr, dass sich Blasen bilden.

Tipp #2

Vier Beine sind besser als zwei

Trekkingstöcke können gute Dienste leisten. Besonders auf Geröllhalden, Schneefeldern, in hohem Gras und bei hohen Tritten verhelfen sie zu mehr Stabilität. Aber Achtung: Wer ständig Stöcke benutzt, verliert sein natürliches Gleichgewichtsgefühl.

Tipp #3

Nimm weder zu viel noch zu wenig mit

Für eintägige Touren empfiehlt sich ein Rucksack mit einem Volumen von 18 bis 32 Litern, für Mehrtageswanderungen entsprechend mehr. Ein gut trainierter Mensch kann über längere Zeit maximal 20 bis 25 Prozent des Körpergewichts tragen.

Tipp #4

Dick auftragen – aber richtig

Mit Kleidung nach dem Zwiebschalenprinzip bist du gegen alle Wetterkapriolen gewappnet. Direkt auf die Haut kommt die Komfortschicht aus Wolle oder Synthetikfasern. Darüber die Wärmeschicht aus Fleece oder Wolle und ganz aussen die Schutzschicht, meist eine Jacke, die atmungsaktiv, aber wasser- und winddicht ist.

Tipp #5

Überschätz dich nicht

Es gibt zwei Faustregeln zur Berechnung der Wanderzeit, die dir dabei helfen, realistische Touren zu planen und deine Kräfte entsprechend einzuteilen:

- Aufstieg: 15 Minuten für 100 Höhenmeter plus 15 Minuten für jeden Kilometer Horizontalstrecke
- Abstieg: 15 Minuten für 200 Höhenmeter plus 15 Minuten für jeden Kilometer Horizontalstrecke





Miträtseln und gewinnen

Kennst du dich mit der Geschichte des Rollstuhls aus?

Mobilität war den Menschen schon immer wichtig. Kein Wunder, dass der Rollstuhl im Leben gehbehinderter Menschen unverzichtbar ist. Vom ersten selbst anzutreibenden Rollstuhl, der 1655 vom Nürnberger Uhrmacher Stephan Farfler entwickelt wurde, bis hin zum neuen OT FOXX, dem schnellsten Rollstuhl der Welt, hat sich jedoch einiges getan.

Wie gut kennst du dich aus? Ordne die nummerierten Bilder der Rollstühle in die richtige Reihenfolge vom ältesten zum neuesten. Mit etwas Glück gewinnst du einen Foxtrail-Ausflug in Luzern für dich und eine Begleitperson!

- 1890: Bild
- 1900: Bild
- 1910: Bild
- 1930: Bild
- 1960: Bild

Raten ist nicht deine Stärke? Ein Besuch im ParaForum kann dir auf die richtige Spur helfen. Unter allen richtigen Antworten von Mitarbeitenden der SPG verlosen wir 2 x 2 Tickets für einen Foxtrail in der Stadt Luzern (siehe Infobox).

Schicke uns die richtige Zahlenreihenfolge der Bilder mit dem Betreff «Campus Quiz» bis zum 22. Oktober an newsroom@paraplegie.ch

Foxtrail – auch barrierefrei

Knifflige Aufgaben lösen und die Stadt von ihren schönsten Seiten erleben – das versprechen die Foxtrails in Luzern. Im Angebot ist auch ein Trail, der komplett rollstuhlgängig ist. Er dauert zwei bis drei Stunden und eignet sich insbesondere für körperlich fitte Rollstuhlfahrer*innen. Ansonsten empfehlen wir dir, eine Begleitperson mitzunehmen.

Mehr Infos findest du hier:
 foxtrail.ch/de/zeus-barrierefrei





Arbeiten gern als Team: Jivko Stoyanov und Ramona Schaniel.

«Die Biobank ist unser Baby geworden»

Biobanken gelten derzeit als eine der grössten Hoffnungsträgerinnen in der Gesundheitsforschung. Auch in Nottwil gibt es eine – und zwar die erste Biobank der Schweiz für Rückenmarksverletzungen. Mithilfe von Bioproben wollen Forschende mehr über häufige Begleiterkrankungen, Schmerzen und Alterungsprozesse bei Querschnittgelähmten erfahren.

Text: **Andrea Zimmermann**

Fotos: **Daria Gfeller**

Die Idee, menschliches Biomaterial, also Flüssigkeiten wie zum Beispiel Blut und Urin, Gewebe oder Organe, aufzubewahren, ist keineswegs neu. Bereits vor Jahrhunderten begannen Wissenschaftler*innen damit, pathologisch-anatomische Sammlungen anzulegen, um Krankheiten zu erforschen. Doch erst heute ist es durch die Kryokonservierung, also das Einfrieren bei Temperaturen weit unter dem Gefrierpunkt, möglich, Proben so zu lagern, dass sie für Forschungszwecke aufbereitet werden können.

30 000 Blut- und Urinproben

Genau das geschieht auch bei der Schweizer Paraplegiker-Forschung in Nottwil. Seit 2016 lagern hier die Bioproben von rund 200 Patient*innen aus der Schweizer Kohortenstudie für Rückenmarksverletzungen (SwiSCI) – das sind insgesamt über 30 000 Blut- und Urinproben, die bei Temperaturen von bis zu -150 Grad aufbewahrt werden.

Dass Forschende aus der ganzen Welt in Nottwil eine Biobank vorfinden, die internationalen Qualitätsstandards entspricht, ist nicht zuletzt auf die Arbeit von Jivko Stoyanov, Ramona Schaniel, Gion Philip Fränkl und Simona Caposela zurückzuführen. Sie sind bei uns als Team für die Biobank zuständig.

Massgeschneiderte Medizin

In der medizinischen Forschung ist der Trend hin zur sogenannten «personalisierten Medizin» zu beobachten. Das heisst, dass Informationen aus den Patienten-Bioproben zur Bestimmung von Krankheitsursachen genutzt werden können. Wissenschaftler*innen entwickeln mit diesen Erkenntnissen diagnostische Tests, um Fehlfunktionen im Körper nachzuweisen.

Mit diesen Möglichkeiten könnten künftig auch genau abgestimmte Medikamente hergestellt werden. Massgeschneiderte Medizin – hochwirksam und mit weniger Nebenwirkungen für die Patient*innen.

Die Biobank ist also eine strategische Quelle für die Rückenmarksforschung.

«Ich schätze die Internationalität.»

Ramona Schaniel

Sie kann biologisches Material bereitstellen, das mit klinischen und demografischen Daten verknüpft ist, wie zum Beispiel Alter, Geschlecht, Lähmungshöhe und Erkrankungen. «Für die wissenschaftliche Forschung ist das unglaublich wertvoll», sagt Gion Philip

Fränkl. Der technische Assistent arbeitet seit 2015 bei der SPF und kümmert sich mit seinen Teamkolleginnen und -kollegen nicht nur

um das Management der Biobank, sondern forscht im Rahmen seiner Doktorarbeit auch selber. «Aus der Biobank erhoffe ich mir Erkenntnisse über die Zusammenhänge zwischen Stress und Alterungsprozessen bei Menschen mit Rückenmarksverletzungen», erklärt der 32-Jährige.



In Nottwil lagern 30 000 Patientenproben.

Chancen für alle

«Querschnittgelähmte sind häufig anfällig für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die Alterungsprozesse im Körper beschleunigen können», so der Nachwuchsforscher weiter. Lassen sich in den Proben bestimmte «Biomarker» entdecken, ist es möglich, das Auftreten von Beschwerden noch vor dem Ausbruch zu prognostizieren. Das ist nicht nur vorteilhaft für die Behandlung, >



Die Infrastruktur der Biobank stärkt Nottwil als Forschungsstandort.

Forschung für Betroffene

Ziel der Schweizer Paraplegiker-Forschung (SPF) ist es, zur Verbesserung der Gesundheit und der Lebensqualität querschnittgelähmter Menschen beizutragen. Durch die Erfassung der individuellen Versorgungssituation werden Problembereiche, Risikofaktoren und Interventionsmöglichkeiten systematisch identifiziert. Aus den Forschungsergebnissen können gemeinsam Verbesserungsmöglichkeiten – von klinischen Leistungen über die berufliche Wiedereingliederung bis hin zur häuslichen Versorgung – abgeleitet werden. Mehr über die Arbeit der SPF erfährst du hier:

 paraplegie.ch/spf

› sondern liefert auch Aufschluss darüber, welche Personen ein erhöhtes Risiko für eine bestimmte Krankheit haben.

Diese Chancen waren für Jivko Stoyanov, wissenschaftlicher Leiter der Biobank, entscheidend dafür, an der SPF eine Biobank zu gründen. «Diese Infrastruktur stärkt Nottwil als Standort in der Forschung und öffnet Türen für nationale und internationale Kooperationen», so Stoyanov, der bereits seit 14 Jahren für die SPF tätig ist. «Die Biobank im bestehenden Forschungslabor nach hohen Standards aufzubauen, war sehr anspruchsvoll, ebenso wie der gesamte Zertifizierungsprozess durch die Swiss Biobanking Platform», erklärt er und betont, dass diese Leistung nur in Teamarbeit möglich war.

«Diese Infrastruktur öffnet Türen für Kooperationen.»

Jivko Stoyanov

Sieben Nationen im Team

«Die Biobank ist als Teil unserer Forschungsgruppe zu unserem Baby geworden», lacht Ramona Schaniel. Die Biologin arbeitet seit 2014 als wissenschaftliche Mitarbeiterin bei der SPF und war neben Stoyanov massgebend am Aufbau der Biobank beteiligt. «Ich bin sehr dankbar, in einem so spannenden Gebiet arbeiten zu dürfen», sagt sie und meint damit nicht nur die Biobank, sondern auch Nottwil als Forschungs- und Arbeitsort.

«Neben den sehr guten Arbeitsbedingungen schätze ich vor allem die Internationalität hier, die es erlaubt, sich über die Landesgrenzen hinweg zu vernetzen.» Dies sei gerade in der Forschung besonders wichtig, erklärt die 38-Jährige weiter – und das widerspiegelt sich auch in der Zu-

sammensetzung des gesamten Teams für «SCI Population Biobanking & Translational Medicine», das insgesamt sieben Nationen vereint.

Mit dabei ist auch Simona Capossela aus Italien. Die Forscherin unterstützt das Biobank-Team bei den anfallenden Aufgaben und arbeitet gleichzeitig an ihrem Projekt über Schmerzen bei Entzündungen des Rückenmarks. «Ich kann hier sehr viel profitieren und bin sehr dankbar, meine wissenschaftliche Arbeit in Nottwil weiter voranbringen zu können», sagt die 44-Jährige. Dementsprechend wünscht sie sich auch, hier noch viele weitere Projekte verwirklichen zu können.



Mehr Infos über
Toni Milano:

 tonimilano.ch/en

«Euer Job ist unglaublich wertvoll»

Als Fussgänger dachte ich, dass man im SPZ nur nach Unfällen behandelt wird. Und zwar vor allem dann, wenn die Aussicht darauf, je wieder gehen zu können, gleich null ist. Und ehrlich gesagt, dachte ich auch, dass das Leben in diesem Fall nicht mehr sonderlich lebenswert sein muss.

Mittlerweile ist es knapp neun Jahre her, seit mich eine seltene Form der Muskeldystrophie ins SPZ geführt hat. Eine Krankheit, die mich dazu gezwungen hat, mein Velo gegen einen Rollstuhl auszutauschen. Als Profiradfahrer war das alles andere als einfach für mich.

Ich musste lernen, mit den Veränderungen umzugehen, mir neue Ziele zu stecken und nach neuen Siegen zu suchen. Das SPZ hat mir all das ermöglicht, sodass ich heute sagen kann: Ich bin zufrieden. Gesundheit, Sport und Leben sind wieder

das Zentrum meiner Welt. Das ist wohl das grösste Geschenk, das man einem Menschen machen kann.

Das Know-how der Mitarbeitenden zieht mich immer wieder vom Tessin nach Nottwil. Künftig auch, um von der Sportförderung zu profitieren. Besonders freue ich mich, dass ich seit rund einem Monat mit meinem neuen Auto anreisen kann, das von der Orthotec umgebaut wurde.

Für all das möchte ich mich bei den Mitarbeitenden der SPG bedanken. Ich freue mich immer wieder auf Begegnungen mit euch und möchte, dass ihr wisst, wie unglaublich wertvoll euer Job ist!

Toni «il Guerriero» Milano
Ex-Profiradfahrer

«Ich finde die Eingriffe wunderschön»

Seit April ist Silvia Schibli neue Leiterin der Hand- und Tetrahandchirurgie – ein anspruchsvolles Arbeitsfeld, auf das sich weltweit nur wenige Zentren einlassen. Die Patient*innen profitieren davon enorm.

Interview: **Stefan Kaiser**

Foto: **Christof Schürpf**

Eigentlich hätte der ehemalige Patient heute keine Zeit mehr. Als er dann aber das Zauberwort «Silvia Schibli» hört, ist er für unser Anliegen offen. «Für Silvia bin ich gerne dabei», antwortet José Di Felice auf die Frage, ob wir seine Handoperationen in unseren Publikationen vorstellen dürfen. «Es ist für die Betroffenen enorm wichtig, dass Silvia diese Arbeit im SPZ weiterführt.» Man spürt gleich die Verbundenheit und das grosse Vertrauen, das er in seine Chirurgin hat.

José hat als Patient den Chefarztwechsel von Jan Fridén zu Silvia Schibli aus nächster Nähe miterlebt. «Ich sagte zu ihnen immer: «Ihr seid meine Helden»», erklärt er mit einem Lächeln. Die Wiederherstellung der Greiffunktion in seiner gelähmten Hand bedeutete für den 48-Jährigen den Start in ein neues Leben. Der Tetraplegiker hat dadurch ein grosses Mass an Selbstständigkeit zurückgewonnen. Seine Dankbarkeit gilt aber nicht nur Jan und Silvia, sondern dem ganzen Handteam und der Pflege im SPZ – ihre enge Zusammenarbeit habe sein neues Leben erst möglich gemacht.

Erfolgreich – und bescheiden

Silvia leitet die Hand- und Tetrahandchirurgie des SPZ seit April 2021. Beim Stichwort «Helden» winkt die 50-Jährige ab. «Mein Wunsch ist es, dass wir für unsere Patient*innen das beste Resultat erreichen», sagt sie bescheiden. «Mich interessieren das Outcome und die fachliche Herausforderung.»

Das Wort Bescheidenheit hören wir im Laufe der Recherche immer wieder von ehemaligen

Patient*innen. Weltweit lassen sich nur wenige Zentren auf dieses anspruchsvolle chirurgische Feld ein, das den Betroffenen unglaubliche Vorteile bieten kann. Darauf darf man stolz sein. Doch die Menschen hinter der Erfolgsgeschichte sind sehr nahbar und weit weg von irgendwelchen Allüren. Diese Haltung verbindet Silvia mit ihrem Vorgänger Jan, der die Tetrahandchirurgie im SPZ als Pionier geprägt hat.

Emotionale Momente

Silvias Augen leuchten, wenn sie von ihrem Arbeitsfeld erzählt: «Mich fasziniert die Funktionsrekonstruktion mittels Sehnen- und Nerventransfer, sowohl von der Operation wie von den Möglichkeiten her. Ich finde die Eingriffe technisch wunderschön; die Chirurgie ist sehr anspruchsvoll. Hinzu kommt die präoperative Beurteilung: dass wir aus den vielen Möglichkeiten zusammen mit den Patient*innen die besten auswählen.» Ihre Heimatklinik war viele Jahre das Kantonsspital

Graubünden in Chur. Schon früh begeistert sie sich für die Tetrahandchirurgie. Sie assistierte Jan in den Operationssälen von Göteborg und Nottwil und seit 2016 unterstützt sie ihn in einem Teilzeitpensum am SPZ. Erfahrung ist in diesem Feld wichtig. Sie habe viel von Jan gelernt, sagt Silvia. Zusammen haben sie neue Operationstechniken wie die Nerventransfers oder die gleichzeitige Trizepsrekonstruktion an beiden Armen entwickelt. Jetzt führen Silvia und ihr Team ihre Pionierarbeit im SPZ weiter in die Zukunft.

Viel Arbeit läuft dabei im Hintergrund. Fachliche Diskussionen und der enge Austausch im Team mit den Handtherapeutinnen sind wichtig, um optimale Voraussetzungen für den indi-

«Mich interessiert die fachliche Herausforderung.»

Silvia Schibli



Liebt ihre Arbeit im OP: Silvia Schibli, die neue Leiterin der Tetrahandchirurgie.

viduellen Behandlungserfolg zu schaffen. Doch die Verantwortung für die Eingriffe kann man nicht einfach abgeben. Sie studiere auch ausserhalb des Spitals an den Fällen herum, sagt Silvia: «Das gehört einfach dazu.» Nichtsdestotrotz kann sie auch abschalten. Mit Vorliebe in den Bergen auf Skitouren, Hochtouren oder mit dem Mountainbike, wie sie uns erzählt.

Patient*innen wie José sind Silvia sehr dankbar für ihre Arbeit. Wenn sie nach mehreren

Jahren plötzlich wieder ihre Finger bewegen können, sind das sehr emotionale Momente. Nicht nur für die Betroffenen, sondern auch für die Chirurgin selbst.

Mehr über Silvia Schibli und ihre Arbeit am SPZ erfährst du auf Seite 18 im aktuellen Gönnermagazin «Paraplegie».



Patrick Büchler, Teamleiter Collaboration & CRM Services, und Andreas Steinmann, Applikationsmanager, (v.l.) setzen sich für das Projekt «Modern Workplace» ein.

«Modern Workplace»

Willkommen am Arbeitsplatz der Zukunft

Einfacher, transparenter und effizienter – so soll sich die virtuelle Zusammenarbeit innerhalb der SPG künftig gestalten. Was unter dem Projekt «Modern Workplace» zu verstehen ist und welchen Mehrwert es bietet, erklären Patrick Büchler und Andreas Steinmann im Interview.

Interview: **Simon Rohrer**

Foto: **Daria Gfeller**

Campus: «Modern Workplace» – um was handelt es sich bei diesem Projekt?

Patrick: Mit dem Projekt «Modern Workplace» vereinfachen wir die Kommunikation und die Kollaboration innerhalb der SPG. Gleichzeitig schaffen wir damit die Ausgangslage für einfachere und effizientere Prozesse.

Andreas: Dies vor dem Hintergrund, dass das aktuelle Intranet bei uns in Nottwil gehostet wird. Viele neue, hilfreiche Features werden bei solchen lokalen Installationen nicht mehr angeboten, sondern sind nur noch in der Cloud ver-

fügbar. Um den Mitarbeitenden das Arbeiten mit modernen Tools zu ermöglichen, ist daher eine Migration in die Microsoft-365-Cloud erforderlich.

Welche konkreten Vorteile können wir Mitarbeitenden erwarten?

Andreas: Der Nutzen ist sehr vielfältig und wird sich in verschiedensten Bereichen bemerkbar machen. Unser grosses Ziel ist es, einen effizienten und einfachen Austausch im Team, in der Organisation und der gesamten SPG zu ermöglichen. Wir möchten die Mitarbeitenden besser vernetzen und dafür sorgen, dass Informationen schneller gefunden werden.



Weitersagen zahlt sich aus 2000 Franken für Personalvermittlung

Die Gewinnung von bestimmten klinischen Fachkräften ist und bleibt auch in Zukunft eine grosse Herausforderung. Deshalb benötigt das HR deine Unterstützung und belohnt dich als Werbebotschafter*in im Falle einer erfolgreichen Personalvermittlung mit 2000 Franken.

Weitere Informationen über die konkreten Bedingungen und die Funktionen, für die eine Weitervermittlungsprämie ausgerichtet wird, findest du im Intranet unter:
Intranet > SPZ > News > Weitersagen zahlt sich aus



Interne Bewerbungen Lust auf eine neue Herausforderung?

Du möchtest dich innerhalb der SPG auf eine Stelle bewerben, die derzeit ausgeschrieben ist? Hier die wichtigsten drei Fragen und Antworten dazu:

Muss ich mich genau gleich bewerben wie externe Interessent*innen?

Nicht ganz. Es braucht kein komplettes Bewerbungsossier. Ein aktueller Lebenslauf und ein kurzes Motivationsschreiben reichen aus. Die Bewerbung kann über das ausgeschriebene Online-Inserat hochgeladen werden. Im Portal kannst du anklicken, ob du bereits bei der SPG arbeitest, so wissen wir, dass es sich um eine interne Bewerbung handelt.

Erfährt meine Vorgesetzte oder mein Vorgesetzter von meiner internen Bewerbung?

Nein. Die Bewerbung wird vertraulich behandelt und es erfolgt keine Information an aktuelle Vorgesetzte. Interne Referenzen werden erst nach Rücksprache mit dir eingeholt.

Wo finde ich die aktuellen Stellenausschreibungen?

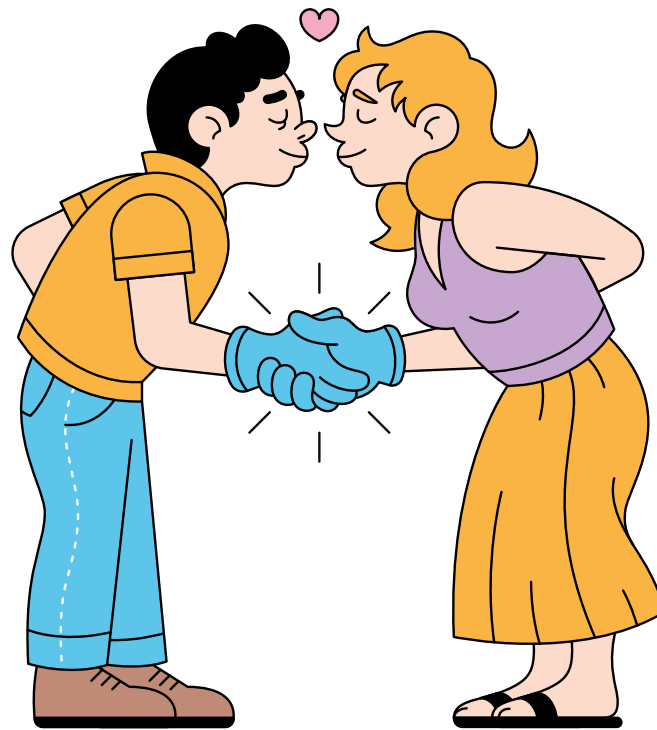
Du findest sie jederzeit auf unserer Webseite unter karriere.paraplegie.ch. Hier kannst du auch ein Stellenabo einrichten und erhältst so die aktuellsten Stellen immer direkt per Mail.

Hast du weitere Fragen?

Melde dich bei deiner/deinem zuständigen HR-Verantwortlichen.



Wir sind als «Friendly Work Space» zertifiziert – und stolz darauf. Mehr Infos dazu findest du hier: friendlyworkspace.ch



Hast du Fragen an unseren Experten?

Wolfgang Girardi,
Verantwortlicher Spitalhygiene
wolfgang.girardi@paraplegie.ch

Händedesinfektion

Küssen ist hygienisch unbedenklicher als Händeschütteln

«Sich regelmässig die Hände zu desinfizieren, ist in unserem Berufsalltag wichtig», betont Wolfgang Girardi, Verantwortlicher für die Spitalhygiene am SPZ. Denn: Die Hände der Mitarbeitenden sind der Hauptübertragungsweg von Erregern zu Patientinnen und Patienten. Deshalb werden seit der Pandemie jährlich rund 7300 Liter Desinfektionsmittel verbraucht – rund 2000 Liter mehr als vor der Pandemie.

Warum ist Handhygiene so wichtig? Hast du etwa gewusst, dass es quasi wirkungslos ist, sich nach einem Toilettengang die Hände zu waschen, wenn du anschliessend einen Türgriff anfässt? Denn: Mehr als 60 Prozent der Männer und 40 Prozent der Frauen waschen sich nach einem Toilettengang die Hände nicht.

Weitere Gründe, warum eine regelmässige Händedesinfektion an einem der 400 Spender im und um das SPZ so wichtig ist, verraten dir die folgenden Fakten zum Thema Handhygiene.

- Auf einer menschlichen Hand befinden sich pro Quadratzentimeter Millionen von Bakterien, Viren und Pilzen.
- Auf einer durchschnittlichen Computermaus, einer Tastatur oder einem Türgriff befinden sich etwa dreimal mehr Bakterien als auf einer Toilette.
- Durchschnittlich berührt jeder Mensch mehrere hundert Mal am Tag das Gesicht.
- 80 Prozent der ansteckenden Erkrankungen werden durch das Händeschütteln oder das Berühren von Flächen übertragen.
- Good News: Küssen ist hygienisch tatsächlich unbedenklicher als Händeschütteln!

«Freiraum» eröffnet

Mehr Raum für Kreativität

Kreativität braucht Raum – nicht nur gedanklich, sondern auch physisch. Dafür hat sich das Team DIT (Digitalisierung, Innovation und Transformation) seit vergangenem Herbst eingesetzt – und am 1. Juni war es schliesslich so weit: Der «Freiraum» konnte eröffnet werden. Die Beteiligten haben noch viel damit vor.

Modern, bunt und inspirierend – so lässt sich die Atmosphäre im «Freiraum» im SPZ am ehesten beschreiben. Am 1. Juni eröffnete der Raum mit der wohl schönsten Aussicht auf den Sempachersee seine Türen – ist jedoch noch lange nicht fertig, wie Susanne Opel erklärt. «Jetzt geht es erst richtig los», sagt die Physiotherapeutin, die das DIT-Team von Stefan Stalder, Uli Kössl und Hans Wyss als «Lernaktivistin» verstärkt. Gemeinsam haben sie das Projekt «Freiraum» in die Tat umgesetzt.

Verantwortung und Freiheit

Hier wollen sie Mitarbeitenden der SPG als Coaches für Lernmethoden wie «Design Thinking» oder auch «Smart Learning» zur Seite

stehen. Sie bieten Weiterbildungen an, um gemeinsam Lernerfahrungen und problemorientierte Lösungen zu gestalten. Mit Offenheit, Interesse und viel Inspiration sollen Menschen dazu befähigt werden, ein zeitgemässes Bewusstsein für Verantwortung und Freiheit zu erlangen.

Probleme zu lösen, ist lernbar. Der Schlüssel dazu heisst Kreativität. Kreativ denken, das kann letztlich jede*r, davon ist Uli Kössl überzeugt. «Kreativität ist wie ein Muskel, der trainiert werden kann», erklärt er. Probleme zu lösen, ist demnach keine Gabe, die man hat oder nicht, sondern ist als strukturierter Prozess erlernbar. Und genau dafür ist der «Freiraum» konzipiert.

«Der «Freiraum» ist ein Labor in einer äusserst ansprechenden Umgebung, das dazu anregen soll, Neues zu probieren», erklärt Stefan. Der Raum im 2. Obergeschoss Nord des SPZ steht Mitarbeitenden, Patient*innen und Angehörigen offen und ist in drei Bereiche unterteilt, die im Outlook für alle möglichen Zwecke gebucht werden können. Und zwar wirklich für alles – das betont das «Freiraum»-Team besonders.

Ein unkonventionelles Sitzungszimmer

Auf der Suche nach einem unkonventionellen Sitzungszimmer wird man im «Freiraum» auf jeden Fall fündig: An der Bar findet sich die perfekte Umgebung, um laut denken zu können. Die Tribüne ist der ideale Ort, um Ideen einem Publikum zu präsentieren, und das Wohnzimmer bietet Platz, um es sich vor einem überdimensionalen Flatscreen gemütlich zu machen.

Exklusiv kann der «Freiraum» jedoch nicht reserviert werden. «Der Raum soll vom Austausch leben», so Hans. Vertrauliche Gespräche sind im «Freiraum» fehl am Platz. «Der Raum lebt davon, dass sich unterschiedliche Gruppen voneinander inspirieren lassen können», meint er. Gut zu wissen also: Im «Freiraum» gehört Mithören und Mitreden zum guten Ton.



Machen sich für den Freiraum stark: Susanne Opel, Uli Kössl, Stefan Stalder und Hans Wyss.

Nextbike

Unterwegs mit dem «MitarbeitendenRad»

Seit dem 1. Juni kannst du als Mitarbeitende*r bei der Bushaltestelle SPZ, beim Guido A. Zäch-Institut (GZI) und beim Sportplatz (Eingang Orthotec) via App gratis ein Nextbike mieten. Besonders praktisch, wenn's mal schnell gehen muss: Auch am Bahnhof Nottwil befindet sich eine Station.

Wie du dich registrieren kannst, erfährst du hier:
Intranet > SPG News > Nextbike

Orte der Hoffnung

Geschichten, die Mut machen



Die zehn Orte der Hoffnung auf dem Campus laden zum Entdecken ein.

Wir haben Menschen im SPZ zum Leben mit einer einschneidenden Diagnose befragt. Sie haben uns von hoffnungslosen und hoffnungsvollen Momenten erzählt. Entstanden sind bewegende Geschichten über die Kraft der Hoffnung. Sie machen Mut und zeigen Wege für den Umgang mit herausfordernden Situationen.



Erfahre die Geschichten und mehr Infos unter:

 paraplegie.ch/de/orte-der-hoffnung



Liridona Dizdari
Dipl. Pflegefachfrau HF
Leiterin Pflegestation D

Warum ich die Pflegeinitiative unterstütze

«Bereits heute steigt fast die Hälfte der ausgebildeten Pflegefachpersonen im Verlauf ihres Berufslebens wieder aus dem Beruf aus. Diese Tatsache stimmt mich traurig. Der Mangel an diplomierten Pflegefachpersonen führt in der Praxis oft zu einer emotionalen Erschöpfung. Es handelt sich um eine Erschöpfung, die für alle schwerwiegende Konsequenzen hat – und die Leidtragenden sind nicht zuletzt die Patientinnen und Patienten. Deshalb ist die Pflegeinitiative notwendig.

Eine verlässliche Zeit- und Dienstplanung, bessere Vereinbarkeit von Beruf und Familie und eine fairere Entlohnung sind nur einige der wichtigsten Forderungen der Pflegeinitiative. Die Arbeitsbedingungen sollen in einem GAV geregelt sein oder wenigstens einem GAV-Standard entsprechen. Damit können Pflegende länger im Beruf gehalten werden. Und die Familienfrauen und -männer werden vermehrt in den Pflegeberuf zurückkehren.

Pflegefachpersonen sollen Pflegeleistungen direkt mit den Krankenversicherungen abrechnen können, ohne ärztliche Verordnung. Ein Beispiel: Eine Pflegefachperson

der Spitex macht beim ersten Patientenbesuch eine Bedarfsabklärung. Sie schätzt ein, wie viel Pflege es braucht. Danach muss die Pflege die Unterschrift des Arztes einholen. Alleine diese Unterschrift des Arztes kostet ungefähr 15 Franken. Das erscheint mir nicht sonderlich sinnvoll, gerade da stets über die steigenden Kosten im Gesundheitswesen gesprochen wird.

Ein weiterer Grund, der aus meiner Sicht für die Pflegeinitiative spricht, ist, dass bis ins Jahr 2030 rund 65 000 zusätzliche Pflegende benötigt werden. Bereits heute werden jedoch jährlich nur 43 Prozent des eigentlichen Bedarfs an Pflegefachkräften ausgebildet. Damit kann die Grundversorgung im Gesundheitswesen in Zukunft nicht gewährleistet werden. Für mich ist daher klar, dass es dringend politische Massnahmen braucht und die Pflegeinitiative am 28. November angenommen werden muss.»

Herzlich
Liridona

Kandidatur für die Para-WM

Die Nachricht, dass sich die SPG für die Austragung der Para-Leichtathletik-WM 2025 in Nottwil bewirbt, hat hohe Wellen geschlagen. Auf die im August versandte Medienmitteilung folgten landesweit insgesamt 24 Medienberichte. Ob wir den Zuschlag trotz Konkurrenz erhalten, wird sich im November zeigen. Daumen drücken!

Aufgepasst beim Köpfler

Auch wenn das Badewetter diesen Sommer eher mässig war, sind Sprünge ins Wasser eine der häufigsten Unfälle, die eine Querschnittlähmung zur Folge haben können. Dementsprechend interessierten sich diverse Medien für die Geschichte von **Nico Schmid**, der seit seinem verhängnisvollen «Köpfler» in den Rotsee im Rollstuhl sitzt.

Virtual Reality

Die Monoskibob-Abfahrt mit Virtual-Reality-Brille und Simulationsgerät ist nicht nur bei den Besucherinnen und Besuchern vor Ort im ParaForum gut angekommen, sondern hat auch unsere Follower auf Social Media begeistert.

 **200 auf Instagram**
17 500 erreichte Personen

Auf unseren Socials mitwirken?

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

webcontent@paraplegie.ch

SPG auf Social Media

Yes, we can!

Können wir den schnellsten und besten Rennrollstuhl der Welt bauen? Yes, we can, findet die Insta-Community und belohnt unser Video zum Launch des OT FOXX mit über 180 Likes. Insgesamt konnten wir mit dem Projekt der Orthotec rund 62 500 Menschen erreichen.



Hier gehts zum Video:
[instagram.com/tv/CQbbc49D1qy/](https://www.instagram.com/tv/CQbbc49D1qy/)

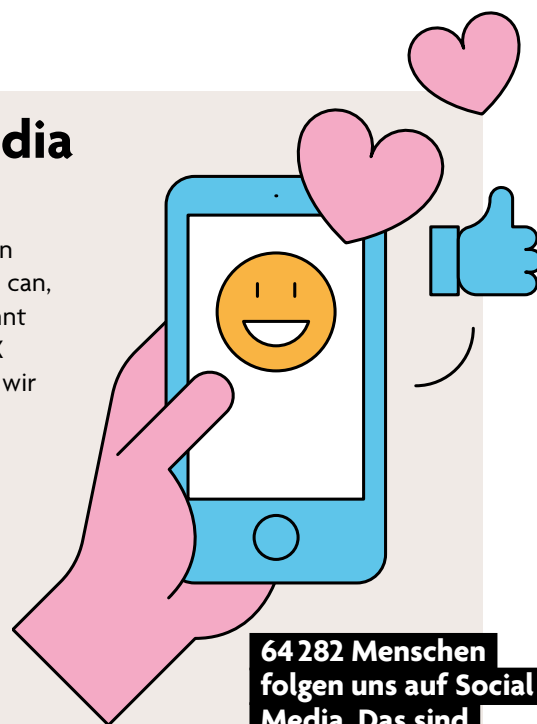
Neue Kooperation

In der Schweiz sind über 60 Prozent aller Menschen mit Querschnittlähmung in die Arbeitswelt integriert – so viele wie sonst nirgends auf der Welt. Damit wir diesen Rekord auch längerfristig halten können, hat ParaWork eine Kooperation mit mitschaffe.ch, einer Personalvermittlungsfirma für Menschen mit Beeinträchtigungen, abgeschlossen. Die Facebook-Community belohnt das Engagement mit 626 Likes.

Trickserei gegen Schmerzen

Der Post über die neuartige und weltweit einzigartige Virtual-Walking-Therapie im SPZ ist auf Facebook auf reges Interesse gestossen. Sie macht es möglich, das Gehirn von querschnittgelähmten Menschen auszutricksen, und trägt so zur Schmerzlinderung bei.

 **96 auf Instagram**
18 000 erreichte Personen



64 282 Menschen folgen uns auf Social Media. Das sind 1306 mehr als noch vor drei Monaten.

Daumen hoch für das SPZ

Auf Facebook reagierte die Userin Miichaliina Tiker auf den Blick-Post über den Paraplegiker Nico Schmid – und machte uns dabei ein tolles Kompliment: «Das SPZ ist eine der besten Kliniken! Ich weiss, was es heisst, gelähmt in einem Rollstuhl zu sitzen! Man ist im Rollstuhl weder weniger wert, noch kann man weniger machen als vorher. Es gestaltet sich nur alles anders. Ich habe es geschafft, die Klinik nach 7 Monaten als Fussgängerin wieder zu verlassen – andere Schicksale dort schaffen es leider nicht!»

Folge uns:



facebook.com/paraplegie



twitter.com/paraplegiker



[linkedin.com/Schweizer Paraplegiker-Stiftung](https://linkedin.com/Schweizer-Paraplegiker-Stiftung)



instagram.com/paraplegie



youtube.com/ParaplegikerStiftung



tiktok.com/paraplegie

Hausbesuche bei Kindern:
Hannah Huttner hat Verstärkung
vom Krümelmonster

Die Reiselustige

Bewegungsfreiheit spielt im Leben von Hannah eine zentrale Rolle. Nicht nur, dass sie täglich mit dem Auto unterwegs ist, um Kund*innen zu Hause in ihren kommunikativen Fähigkeiten zu fördern. Auch fährt sie regelmässig nach Würzburg, wo sie an der Uni doktoriert. «Dass ich so viel Freiheit geniesse, ist nur möglich, weil sich meine beiden Arbeitgeberinnen sehr flexibel zeigen», sagt sie. Ob bei der Active Communication in Steinhäusen (ZG) oder an der Universität: Menschen mit Einschränkungen zu mehr Partizipation und Selbstbestimmung zu verhelfen, ist stets die Motivation hinter Hannahs Arbeit. Als Eisbrecher gerne dabei: das Krümelmonster.

Möchtest du noch mehr
über Hannah wissen?

 paraplegie.ch/hannah

