

CAMPUS

Schweizer Paraplegiker-Gruppe
Winter 2021

Mitarbeitende im Mittelpunkt.



«Mein Bauchgefühl lässt mich nie im Stich»

Rolf Bachmann,
Fachverantwortlicher Pflege SPZ

VERTRAUEN

Die unsichtbare Kraft

9 Fokus

Homeoffice: Chancen und Gefahren

21 Expertentipp

Entspannt durch die Festtage



Bergbahnen Klewenalp 30% auf Ski- und Wandertages- karte

Angebot gültig für
zwei Personen vom
18. Dezember 2021 bis
20. März 2022.

Angebot einlösen:
Personalausweis an der Kasse vorweisen.



Parkhotel Bad Zurzach 15% auf tagesaktuelle Zimmerpreise

Zimmerpreise inkl. Frühstücks-
buffet und Gratisertritt zum
Thermalbad und SPA.

Angebot einlösen:

- Auf der Website Promocode
«paraplegie» eingeben.
- Der Code muss auf der Seite
eingegeben werden, auf der die
Zimmerauswahl vorgenommen wird.
Das Eingabefeld befindet sich direkt
unterhalb des Kalenders.



Alpamare, Pfäffikon 15% auf Eintrittspreise

Nicht kumulierbar mit anderen
Aktionen und Vergünstigungen.
Der Rabatt gilt für dich und
drei weitere Begleitpersonen.

Angebot einlösen:
Personalausweis an der Kasse vorweisen.



Fischer Weine, Sursee 10% auf Einkäufe ab 100 Franken

Rabatt gilt nur bei Barzahlung
und Abholung.
Ausgeschlossen sind Netto-
preise und Spirituosen.

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**



24



6



16

Vier Personen, ein Projekt: Innerhalb der SPG sollen temporäre Arbeitsplätze für ParaWork-Klient*innen geschaffen werden (S. 24).

4 kurz & knapp

Wissenswertes aus der SPG und zum Thema Querschnittslähmung

VERTRAUEN

6 Eine Frage des Vertrauens

Was Vertrauen für unsere Arbeit bedeutet

9 Arbeiten im Homeoffice

Chancen und Gefahren

10 Personalkommission

Immer für dich da

12 Praxis

In einer besonderen WG zu Besuch

15 Aussenblick

Andrea Ming über die Zusammenarbeit mit der SPG

16 Visite

Die Betriebsfeuerwehr als Ausgleich

18 Impuls

Eine App für alle Fälle

20 Meine Perspektive

Welche Weiterbildung passt zu mir?

21 Expertentipp

Entspannt durch die Weihnachtstage

22 Applaus

24 Panorama

Temporäre Arbeitsplätze für mehr Inklusion

26 Meinung

Vom (Un-)Sinn von Vorsätzen fürs neue Jahr

27 Medienspiegel



CAMPUS – Nr. 4, Winter 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:

Andrea Ming, Helge Regener, Manuela Marra, Manuela Vonwil, Martina Diener, Nyuscha Fratton, Sandra Vogel, Simon Di Nicola, Simon Rohrer, Stefan Kaiser, Stefanie Schlüter, Vera Hool

Gestaltung & Layout:

Andrea Federer (Leitung Visuelle Kommunikation SPS), Daniela Erni

Fotos & Illustration:

Walter Eggenberger (Leitung), Adrian Baer, Daria Gfeller, Luca Bartulovic

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 1:

3. Januar 2022

Das Magazin erscheint vierteljährlich





kurz & knapp

Gewusst?

Gratis-Museumspässe am Empfang

Das ParaForum ist seit August Mitglied beim Verband der Museen Schweiz und somit offiziell als Museum anerkannt. Dadurch kannst du ab sofort von Gratis-eintritten in die schweizweit rund 500 Mitgliedermuseen profitieren. Die zwei Museumspässe, die dir dazu zur Verfügung stehen, kannst du beim Empfang im SPZ ausleihen. Für welche Museen die Pässe gültig sind, erfährst du hier:

Wo ist mein Museumspass gültig?
 bit.ly/3p5OtAZ

Unnützes Wissen

Das SPG-Namensranking

Bist du wirklich so einmalig, wie du glaubst? Das Ranking der häufigsten Vornamen innerhalb der SPG verrät es dir. Wie viele deiner Namensgenoss*innen kennst du unter den insgesamt 3007* Mitarbeitenden persönlich?

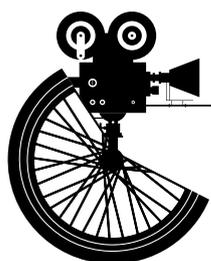
Top 5 ♀

1. Andrea (41 ×)
2. Nicole (31 ×)
3. Claudia (27 ×)
4. Manuela; Karin (beide 26 ×)
5. Sandra (24 ×)

♂

1. Michael (29 ×)
2. Thomas (28 ×)
3. Markus (26 ×)
4. Stefan (24 ×)
5. Andreas (21 ×)

*inkl. Freelancer, Hospitanten, Zivildienstleistende und Kursleiter*innen.



Film ab!

Neue Perspektiven entdecken



Die Unternehmenskommunikation hat neue Kurzfilme erstellt, die das Leben von Menschen im Rollstuhl aus verschiedenen Perspektiven beleuchten. Die sogenannten Perspektivfilme lösen den bisherigen Imagefilm «Tag für Tag» ab.

Mit den Kurzfilmen – die im September am Zurich Film Festival Premiere feiern durften – möchten wir möglichst viele Menschen berühren und für das Thema Querschnittlähmung sensibilisieren. Die drei künstlerisch umgesetzten Filme und die Dokumentation über Guido A. Zäch können je nach Zielgruppe vielseitig eingesetzt werden.

Die Filme findet ihr auf der Website oder im Intranet unter «Im Fokus». Zeigt sie euren Liebsten, baut sie in euren Präsentationen ein. Damit möglichst viele Menschen neue Perspektiven entdecken können.

Neugierig?
 paraplegie.ch/perspektive-c

Teamausflüge

Energie tanken für den Alltag



Wandern auf der Melchsee-Frutt:
Die Sekretärinnen vom Schreibpool und
das Sekretariat Wirbelsäulenchirurgie
genossen am 2. Oktober einen ausge-
lassenen Teamausflug in den Bergen.
«Viel Sonne und abends ein guter Apéro
in der Frutt Lodge haben diesen Ausflug
perfekt gemacht», meint Tanja Garcia,
Leiterin Sekretariat Ambulant SPZ

«Ein wunderbarer Tag, an
welchem wir viel Energie für den
Arbeitsalltag tanken konnten»,
sagt Sarah Stierli über den
Teamausflug der Logopäd*innen
inkl. Anhang. Am 11. September
war die Truppe unter anderem
auf der Klewenalp zu finden.

Fotos – ja gerne!

Hast du einen tollen
Teamanlass oder sonst
etwas Besonderes erlebt?
Lass uns daran teilhaben
und schreib uns eine
Nachricht mit dem Ver-
merk «Campus» an
newsroom@paraplegie.ch

Restart a Heart

Der Takt zum Überleben

Wir alle können Leben retten – das ist die Botschaft, welche die SIRMED zum weltweiten Tag der Wiederbelebung, dem «Restart a Heart Day» am 16. Oktober, unter die Leute gebracht hat. Um das Bewusstsein für Herz-Kreislauf-Stillstände zu erhöhen, hat das Team eine Spotify-Playlist mit den besten Musiktiteln zur Reanimation zusammengestellt. Die Songs entsprechen dem Rhythmus der Herdruckmassage, die im Ernstfall über Leben und Tod entscheiden kann.

Reinhören kannst du unter:

 [spoti.fi/3rbLFok](https://open.spotify.com/playlist/3rbLFok)



Die unsichtbare Kraft

Vertrauen ist innerhalb der SPG ein zentraler Wert. Doch welche Bedeutung hat es für unsere tägliche Arbeit? Und was tun, wenn das Vertrauensverhältnis mal einen Knacks bekommt? Die Campus-Redaktion hat sich bei verschiedenen Berufsgruppen umgehört.



Text: **Stefan Kaiser**

Vertrauen ist die Grundlage einer jeden guten Patientenbeziehung. Menschen in der Erst-rehabilitation befinden sich dabei in einer besonders verletzlichen Situation. Sie erleben einen massiven Kontrollverlust und sind abhängig davon, dass Fachleute in Medizin, Pflege und Therapie alles richtig machen. Sie sind auf verlässliche Informationen angewiesen, um neue Perspektiven für ihr Leben zu finden. Das heisst: Sie müssen den Mitarbeitenden und ihren Kompetenzen vertrauen.

Aber auch die Mitarbeitenden untereinander müssen sich vertrauen. Denn die hohen Ziele der ganzheitlichen Rehabilitation lassen sich nur mit interprofessionellen Teams (IPT) erreichen, in denen verschiedene Fachrichtungen eng zusammenarbeiten. Wie gehen einzelne Berufsgruppen mit dem Thema Vertrauen um? Mit welchen Herausforderungen sind sie konfrontiert? Welche Tipps haben sie?

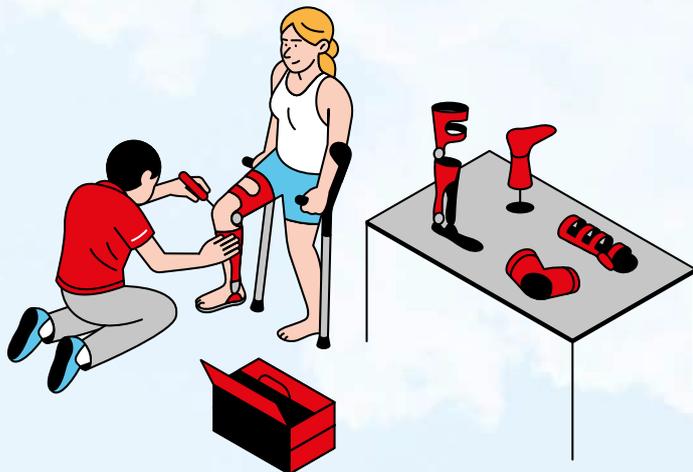


Kamran Koligi: Der Arzt

«Ohne gegenseitiges Vertrauen geht gar nichts», sagt Kamran Koligi. «Einerseits sollen die

Patient*innen uns vertrauen, andererseits müssen aber auch wir ihnen vertrauen.» Um das Vertrauen seiner Patient*innen zu gewinnen, versucht Kamran, ein möglichst realitätsnahes Bild davon zu vermitteln, was auf sie zukommt. Sein Zauberwort heisst: Authentizität. Das Gegenüber merke sofort, wenn eine Unsicherheit überspielt werde oder der Arzt eine Entscheidung herbeiführen wolle, die primär in seinem eigenen Interesse liege: «Die Patient*innen müssen in jedem Gespräch spüren: Das, was gesagt wird, ist ehrlich und echt.» Dazu gehört auch, dass Fehler offen angesprochen werden.

Alle Kriterien für eine gute Arzt-Patienten-Beziehung gelten auch innerhalb seines Teams, sagt Kamran: «Es ist für mich eine grosse Erleichterung, wenn ich den Teammitgliedern vertrauen kann, dass sie die Aufgaben präzise und gewissenhaft erledigen. Wir müssen uns nicht gegenseitig kontrollieren oder nachfragen, sondern können uns auf die anderen verlassen.»



«Vertrauen heisst für mich, täglich nach bestem Wissen und Gewissen zu handeln.»

**Philipp Muff, Orthopädist
bei Orthotec**

Und wenn ein Vertrauensverhältnis einmal einen Knacks bekommt? Dafür hat Kamran zwei Tipps: erstens professionelle Distanz. Und zweitens, dass man die Leute ausreden lässt. So kann gemeinsam geschaut werden, wo das Problem liegt, ohne dass bereits negative Emotionen hochgefahren werden, die alles nur komplizierter machen. Zum Schluss nennt uns Kamran den Leitsatz seiner Abteilung: «Wir müssen immer ehrlich miteinander umgehen – und dabei versuchen, freundlich zu bleiben.»



**Marianne Boller:
Die Psycho-
therapeutin**

Was können Mitarbeitende tun, damit das Vertrauen, das Patient*innen ihnen entgegenbringen, nicht verletzt wird? – Diese Frage beschäftigt Marianne Boller, die Leiterin Psychologie. Bei Menschen, die sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden, hat Vertrauen eine hohe Bedeutung. «Wir achten sehr darauf, dass wir verlässliche Informationen geben», sagt Marianne. «Dass wir Abmachungen einhalten, klar kommunizieren, aufrichtig und ehrlich sind und dass wir keine falschen Versprechungen machen.»

Eine offene, ehrliche Kommunikation hilft den Patient*innen. Sie sind auf Orientierung angewiesen und sollen nicht vor belastenden Informationen «geschont» werden, wenn die Be-

Schwierigkeiten am Arbeitsplatz?

Deine vorgesetzte Person, die für dich zuständige HR-Person oder die Personalkommission haben immer ein offenes Ohr für dich (S. 10).

funde bereits klar sind. Wer verletzlich ist, kann empfindlich reagieren, dazu kann es manchmal schon reichen, wenn man zu spät zu einem Termin kommt. Umgekehrt gilt: Wer trotz eines engen Terminplans seine Vereinbarungen einhält, baut Vertrauen auf.

Auch Marianne gibt den Tipp, dass man authentisch bleiben soll. Dazu zählt der Umgang mit Fehlern: «Man muss auch mal sagen: Da ist etwas schiefgelaufen. Eine offene Fehlerkultur, in der man Fehler nicht schönreden muss, hilft enorm.» Diese Haltung fördert im interprofessionellen Team eine Vertrauensbasis, auf der man sich über die Fachgrenzen hinaus wertvolle Inputs gibt. Gleichzeitig muss niemand Kompetenzen vortäuschen. «Die Teammitglieder dürfen sagen: Das weiss ich noch nicht, hier habe ich zu wenig Erfahrung – und bekommen Unterstützung», so Marianne.

«Vertrauen heisst, Fehler gemeinsam als Chance zu sehen.»

**Anja Oehen, Bereichsleiterin
Erste Hilfe bei Sirmed**





«Vertrauen ist die Basis für jede Zusammenarbeit, sei es im Team oder mit unseren Patientinnen und Patienten.»

**Vanessa Portner,
Physiotherapeutin**

Es gibt auch den umgekehrten Fall. So regte eine Station an, dass ein Patient aufgrund seiner starken Schmerzen eine Psychotherapie bekommt. Die Abklärung der Spezialistin ergab: Eine Therapie ist nicht angezeigt, da sich der Patient auch nach mehreren Sitzungen nicht darauf einlassen konnte. Trotzdem wurde das Thema immer wieder im IPT vorgebracht. «In solchen Fällen muss das interprofessionelle Team der Expertise der Psychotherapeutin vertrauen», sagt Marianne, «auch wenn es ein anderes Ergebnis erwartet.» In diesem Fall lag der Leidensdruck weniger beim Patienten als bei der Station, die sich eine Entlastung erhofft hatte. Noch einen Tipp gibt uns Marianne: «Wir müssen uns bewusst sein, dass es schon Vertrauen braucht, um überhaupt mit uns zu reden und sich zu öffnen.» Patient*innen reagieren sensibel, wenn sie «nicht gehört» werden, wenn sie etwas ansprechen. Auch wenn nicht immer alle Wünsche erfüllt werden können, wird das Vertrauensverhältnis durch Zuhören, Ernstnehmen und die gemeinsame Lösungssuche gestärkt.



**Tina Plötz:
Die Pflegende**

Pflege bedeutet: Ein Mensch tritt einem anderen gegenüber. Für Tina Plötz ist Vertrauen

deshalb eine Grundvoraussetzung ihrer Arbeit: «Man braucht Vertrauen, um sich uns anzuvertrauen», sagt die Leiterin Pflegemanagement Rehabilitation. Tina betont die menschliche Zuwendung in der Pflege, die ebenso wichtig ist wie fachliche Anforderungen: «Vertrauen hat heilende Anteile im Reha-Prozess.» Und dafür braucht es genügend Raum – trotz Kostendruck.

Pflegefachpersonen müssen ein spürbares Interesse an ihrem Gegenüber haben. Ihre Persönlichkeit und Empathie bilden die Basis für eine vertrauensgeprägte Beziehung, über die auch Hoffnung und Zuversicht vermittelt werden. So bekommen die Patient*innen das Gefühl, getragen zu sein – auch über Phasen der Ohnmacht, Hilflosigkeit und Verzweiflung hinweg.

Die Arbeit im interprofessionellen Team ist für Tina eine der grossen Stärken des SPZ. Pflegefachpersonen sehen ihre Patient*innen sieben Tage, rund um die Uhr, in allen Situationen. So erhält das IPT wertvolle Informationen. «Wir überlegen zusammen, wie das Vertrauen einer Person gestärkt werden kann», sagt Tina. «Keine Berufsgruppe wird allein gelassen.»

Erschwerend in der Vertrauensbildung sind hingegen die Wechsel im Team der Betreuenden – während für die Reha-Patient*innen das SPZ immer mehr zu einem temporären Zuhause wird. Ebenfalls negativ wirkt sich Unzuverlässigkeit aus. Man sagt zum Beispiel einer Angehörigen: Ich rufe zurück – und es kommt etwas dazwischen.

«Das stärkste Argument für unsere Klinik ist das, was die Menschen als Patient*innen und Mitarbeitende hier erleben», sagt Tina. Was die Pflegenden über ihren Alltag berichten, ist massgebend in Zeiten des Fachkräftemangels. Das Gleiche gilt für die Patient*innen und das Konzept der lebenslangen Begleitung, das sie nach dem Austritt weiterhin ins Leistungsnetz der Gruppe einbindet. Das habe viel mit Vertrauen zu tun, sagt Tina: «Dieser Ansatz beeindruckt mich enorm. Aber wir müssen ihm Sorge tragen.» Nicht von ungefähr ist Vertrauen so ein enorm wichtiger Wert in der Schweizer Paraplegiker-Gruppe.

Homeoffice

«Wir wollen nicht ins Zeitalter der Einzelbüros zurück»

Die Pandemie hat vieles verändert – auch unsere Arbeitsgewohnheiten. Mussten sich Mitarbeitende zu Beginn noch an die Homeoffice-Pflicht gewöhnen, ist das ortsunabhängige Arbeiten mittlerweile für viele zu einer Selbstverständlichkeit geworden. Auch für Marcel Unterasinger, Leiter Human Resources. Die Campus-Redaktion hat ihn zum Interview getroffen – von Homeoffice zu Homeoffice.

Marcel, dass wir nun ein Interview via Teams führen, anstatt gemeinsam an einem Tisch zu sitzen – wäre das vor der Pandemie auch schon möglich gewesen?

Also unmöglich wäre es sicher nicht gewesen (lacht). Es war aber tatsächlich so, dass das Homeoffice noch vor wenigen Jahren nicht von allen gerne gesehen wurde.

Was hat sich verändert?

Ich würde sagen, dass die Pandemie dazu geführt hat, dass die Akzeptanz gestiegen ist und wir offener für ortsunabhängiges Arbeiten geworden sind. Im Rahmen der Homeoffice-Pflicht waren wir gezwungen, noch mehr und noch schneller in Technologien zu investieren, die unsere digitale Zusammenarbeit erleichtern. Wir haben heute neben Teams und Avaya viele weitere Tools, die es uns noch einfacher machen, virtuell miteinander zu kommunizieren. Das hat dem Arbeiten im Homeoffice zusätzlichen Schub gegeben.

Kann es auch sein, dass den Mitarbeitenden früher weniger Vertrauen geschenkt wurde als heute, wo man weiss, dass das Homeoffice nicht weniger effizient ist als das Arbeiten vor Ort?

Nein, ganz und gar nicht. Vertrauen ist einer der zentralen Unternehmenswerte der SPG – das gilt vor Ort wie auch im Homeoffice. Alles andere wäre nicht konsequent. Ich erachte es jedoch als wichtig, dass sich Vorgesetzte und Mitarbeitende regelmässig über Aufgaben und Ziele austau-

schen. Das stärkt das Vertrauen beidseits und stellt letztlich auch sicher, dass die Leistung stimmt. Und genau darin sehe ich die Grenzen des Homeoffice.

Wie meinst du das?

Während der Pandemie haben wir ebenfalls gemerkt, dass wir mit dem Homeoffice auch vieles verlieren, was uns zunächst gar nicht bewusst ist. Es handelt sich um Kleinigkeiten, spontane Gespräche, die enorm wichtig für eine dynamische Zusammenarbeit sind. Stimmungen, die man im Team wahrnehmen und darauf eingehen kann. In den Multispace-Büros wollen wir genau von diesen Vorteilen profitieren. Fällt all das weg, fehlt uns etwas. Mit einem übertriebenen Homeoffice machen wir gewissermassen einen Schritt ins Zeitalter der Einzelbüros zurück. Und das wollen wir auf keinen Fall.

Also wird es künftig weniger Homeoffice geben?

Das lässt sich so nicht sagen.

Ideal für die Zukunft ist ein hybrides Arbeitsmodell, das eine sinnvolle Kombination zwischen Arbeit vor Ort und Homeoffice zulässt. Ich erachte das Homeoffice als gute Ergänzung zum Grossraumbüro, das es erlaubt, auch mal ganz für sich in Ruhe zu arbeiten.

Was schätzt du beim Arbeiten zu Hause persönlich am meisten?

Ich möchte die mit dem Homeoffice einhergehende Flexibilität nicht mehr missen. Nach unserem Gespräch zum Beispiel kommen meine Kinder nach Hause. Sie sind alt genug, dass ich sie nicht beaufsichtigen muss, aber nach Möglichkeit ist es besser, wenn jemand da ist. Und so bin ich nach der Arbeit auch früher für die Familie präsent, da mein Arbeitsweg von 45 Minuten wegfällt. Das Homeoffice erlaubt es mir, Arbeit und Familie besser zu organisieren. Aber das funktioniert natürlich nicht immer (lacht).

Interview: Andrea Zimmermann

«Regelmässiger Austausch über Aufgaben und Ziele stärkt das Vertrauen beidseits.»

Marcel Unterasinger



«Leute an einen Tisch zu bringen, verbindet»

Seit gut zehn Jahren hat die SPG eine Personalkommission, die Mitarbeitenden der verschiedenen Tochtergesellschaften als Ansprechpartnerin bei schwierigen Situationen im Arbeitsumfeld dient. Auf das neue Jahr hin bekommt das fünfköpfige Team zwei neue Gesichter.

Text: **Andrea Zimmermann**

Foto: **Archiv**

«Wir sind immer da, wenn jemand in Not ist, wenn etwas belastet und man im Team nicht darüber sprechen kann», erklärt Reto Schmitz, Verantwortlicher Fachliche Bildung (SPZ). «Als neutrale Instanz zwischen Mitarbeitenden und der Geschäftsleitung bieten wir ein offenes Ohr, vermitteln in schwierigen Situationen und unterstützen dabei, eine für beide Seiten stimmige Lösung zu finden.» Fünf Jahre lang stellte er sich für diese anspruchsvolle Aufgabe zur Verfügung, war stets mit einem Badge am T-Shirt als Mitglied der Personalkommission (PeKo) gekennzeichnet, sodass allen stets klar war: Mit dem kann ich reden. Nun tritt er aufgrund seiner Pensionierung zurück. Auch Simona Piscitelli, Pflegefachfrau HF, verlässt die PeKo auf Ende Jahr.

Offen für alle

Die Nachfolge der beiden konnte bereits geregelt werden. Heidi Kuhn, Assistentin Management (SPF), und Petra Diedrich, dipl. Expertin Anästhesiefachpflege NDS HF (SPZ), haben sich bereits im Herbst zur Wahl für die PeKo gestellt und werden ihr Amt zu Beginn des neuen Jahres aufnehmen. Damit werden sie das bereits bekannte Team – bestehend aus Karin Estermann (SPZ), Michael Harder (SPZ) und Michel Brugger (HSS) – verstärken.

Das fünfköpfige Team der PeKo repräsentiert in seiner Zusammensetzung auch einen Teil der Vielfalt der Schweizer Paraplegiker-Gruppe. Vertreten ist nicht nur das SPZ, sondern auch Personen aus anderen Organisationen. «Das muss gemäss den Statuten so sein», erklärt Michel

Brugger, Leiter Restauration HSS. «Schliesslich sind wir auch offen für die Anliegen von Mitarbeitenden aus allen Gruppengesellschaften.»

Vertraulichkeit schaffen

Welche Eigenschaften muss ein Mitglied der PeKo mitbringen? «Verschwiegenheit ist sicherlich ein zentrales Kriterium», meint Petra Diedrich. «Schliesslich sind wir dazu verpflichtet, sämtliche uns zugetragenen Informationen vertraulich zu behandeln.» Die 54-Jährige freut sich auf ihre neue Aufgabe. «Es ist mir ein Anliegen, Menschen zu unterstützen, die Hilfe brauchen», erklärt sie. «Eine Veränderung darf nicht daran scheitern, dass jemand Angst hat oder zu schüchtern ist, Probleme anzusprechen.» Ihr Ziel sei dabei stets, Brücken zwischen verschiedenen Anspruchsgruppen zu bauen. «Leute an einen Tisch zu bringen, verbindet», so Petra.

In ihrer Rolle als Mediatorin konnte die Personalkommission bereits einige Erfolge verbuchen, erinnert sich Reto Schmitz an die vergangenen fünf Jahre zurück. «Ein Setting zu schaffen, in welchem sich Mitarbeitende und Vorgesetzte austauschen können, ist unsere zentrale Aufgabe dabei», erklärt Reto und betont, dass ein Gespräch in einem geschützten Rahmen viel bewirken kann. So werden gemeinsam erarbeitete Lösungsansätze etwa in einem Beschlussprotokoll festgehalten. «Das schafft Verbindlichkeit», so Reto. «Es ist ein Ausdruck davon, dass die Anliegen ernst genommen werden.»

Die Zukunft mitgestalten

Neben ihrer Rolle als Vermittlerin zwischen Mitarbeitenden und Vorgesetzten identifiziert die



Die Personalkommission sucht den Austausch mit Mitarbeitenden – sei dies bei der Grittibänzaktion im Dezember oder an anderen Veranstaltungen (Foto vom «Bar Talk» im Jahr 2018).

Wann zur PeKo?

Die Personalkommission ist immer offen für Verbesserungsvorschläge, Anregungen und Anliegen von Mitarbeitenden der SPG – gerade auch dann, wenn du dich nicht an deine vorgesetzte Person oder die für dich zuständige Ansprechperson beim HR wenden möchtest.

Du willst mehr über die PeKo und deren Mitglieder wissen?

Intranet > Services > Personalkommission

PeKo auch Verbesserungsmöglichkeiten und verhilft relevanten Themen zur nötigen Beachtung in der Geschäftsleitung. Die Mitglieder bringen sich in Arbeitsgruppen ein, repräsentieren die Stimme der Mitarbeitenden bei Vernehmlassungen und gestalten so die Zukunft der SPG mit. Für Heidi Kuhn ist das besonders wichtig: «Für mich war insbesondere der Wunsch zentral, meine Arbeitsumgebung aktiv mitzugestalten», meint die 31-Jährige über ihre Motivation, dieses Engagement auf sich zu nehmen. Aus Sicht der PeKo sind die aktuellen Baustellen insbesondere in der zunehmenden Arbeitsbelastung und der interdisziplinären Zusammenarbeit zu finden, die noch verbessert werden kann.



Verstärken das Team der PeKo: Heidi Kuhn (SPF, links) und Petra Dietrich (SPZ).



Hohe Ansprüche

Ohne Dialog ist keine Veränderung möglich, da sind sich alle Mitglieder der PeKo einig. Deshalb nehmen die Mitglieder an der monatlichen Informationskonferenz sowie punktuell auch an Geschäftsleitungssitzungen teil. Ebenfalls tauschen sie sich regelmässig mit dem Leiter Human Resources aus. Insgesamt stehen der PeKo 300 Stunden pro Jahr für ihre Arbeit zur Verfügung – verteilt auf alle Mitglieder. Zeit, welche die einzelnen Personen auch in Zukunft brauchen werden. «Mitarbeitende der Generation Z haben höhere Ansprüche an ihren Arbeitgeber, als dies bei früheren Generationen der Fall war», weiss Reto. «Und sie sind bereit dazu, sich dafür einzusetzen.»



Die Bewohner*innen der ParaWG haben für euch mit Selfies verschiedene Alltagssituationen festgehalten.

Gehören zu unserem WG-Alltag: regelmässige Kaffeepausen.



Dario Helmi

Alter: 31-jährig
Wohnort: Luzern
Beruf: Sozialpädagoge (60 %)
seit Januar 2021 im ParaWG-Team



Wir freuen uns immer, nach Hause zu kommen.



Der Austausch untereinander und mit dem Team ist uns sehr wichtig.

Zu Besuch in der ParaWG

Der erste erfüllende Job

In der ParaWG in Schenkon leben 13 Jugendliche zwischen 16 und 28 Jahren, verteilt auf drei Wohnungen. Individuelle Unterstützung erhalten die Jugendlichen von einem sechsköpfigen Team der ParaHelp. Dazu gehört auch der Sozialpädagoge Dario Helmi. Was er an seinem Job liebt, was ihn herausfordert und wie sich das Vertrauen der Bewohner*innen auf seine Arbeit auswirkt, erzählt er im Interview.

Interview: **Manu Marra**

Fotos: **zVg**

Dario, was machst du alles als Sozialpädagoge – generell und als Mitglied des ParaWG-Teams?

Als Sozialpädagoge begleite ich Bezugspersonen, die mir zugewiesen werden. Konkret übernehme ich die Koordination zwischen den involvierten Stellen wie IV, SUVA, Coach ParaWork, Erziehungsverantwortlichen und Bewohnenden. Dazu gehören regelmässige Gespräche mit unterschiedlich vielen Teilnehmenden und auch Berichte zuhänden der jeweiligen Kostenträger.

Zur Koordination gehört auch die Triage. Wenn Bewohnende Anliegen haben, die unsere Fachkompetenz übersteigen, muss ich sie an die richtigen Stellen weiterverweisen können.

Im Weiteren setze ich mich anwaltschaftlich für die Bezugspersonen ein und versuche, mit ihnen Ziele zu definieren. Danach unterstütze ich sie, damit sie diese Ziele auch erreichen.

Was macht die Arbeit mit den Jugendlichen speziell?

In der Zusammenarbeit mit Jugendlichen geht es auch um diverse pädagogische Themen. Mit der Zielgruppe der ParaWG gehören unvermeidlich auch erzieherische oder bildende Tätigkeiten

dazu. Ein bildendes Element ist der Themenabend für die Bewohnenden oder der Angehörigenanlass. An diesen Abenden wird auf ein Thema Fokus gelegt und dieses den Bewohnenden oder deren Angehörigen nähergebracht. Leider hat Corona das Durchführen dieser Events erschwert. Erzieherische Fragen stellen sich zum Beispiel im Umgang mit Alkohol, den anfallenden Hausarbeiten oder Terminen.

Was liebst du an deinem Job?

Es ist das erste Mal in meinem Leben, dass ich einen Job ausführe, bei dem ich mich freue, zur Arbeit zu kommen. Zum einen liegt das an der Zielgruppe.

Die Arbeit mit Jugendlichen ist geprägt von Humor, Lockerheit, Offenheit und Vertrauen. Gerade die Leichtigkeit, mit der gewisse Bewohnende mit ihrem Schicksal umgehen, bewundere ich jeden Tag aufs Neue. Das Vertrauen, das mir als Bezugsperson entgegengebracht wird, wirkt sich für mich enorm sinnstiftend auf meinen Arbeitsalltag aus.

Zum anderen schätze ich es sehr, dass ich grösstenteils mich selber sein kann, sei das im Team oder in der WG mit den Bewohnenden.

Die interdisziplinäre Arbeit erweitert meinen Horizont und führt zu spannenden Diskussionen und Lösungswegen.

Welche Herausforderungen sind mit deinem Berufsalltag verbunden?

Auf Ebene der Bewohnenden ist das Herausforderndste, die Balance zu finden zwischen fordern und unterstützen. Zu viel fordern seitens des Teams kann zu Überforderung führen. Zu viel unterstützen kann dazu führen, dass das Ziel der bestmöglichen Selbstständigkeit nicht erreicht wird.

Damit die Klientinnen und Klienten in der ParaWG wohnen können, müssen sie eine berufliche Massnahme absolvieren. Die meisten Bewohnenden sind in einer Massnahme der ParaWork integriert und tagsüber

«Zu viel fordern seitens des Teams kann zu Überforderung führen.»

Dario Helmi

beschäftigt. Da ist die Herausforderung, am Abend oder am Wochenende das gewisse Fingerspitzengefühl zu haben und abschätzen zu können, wie viel man noch von ihnen fordern kann. Wir befähigen die Bewohnenden dazu, die Eigenverantwortung und Autonomie in den Bereichen Gesundheitsversorgung, Bildung, Erwerbstätigkeit, Mobilität, >



Wir kochen oft zusammen.



Den Feierabend nutzen wir, um uns auszutauschen und um Energie zu tanken.



Das Team unterstützt uns. Zum Beispiel auch beim Transfer vom Bett in den Rollstuhl.

› Freizeitgestaltung, soziale Beziehungen und weitere wertvolle Fähigkeiten für ein unabhängiges Leben weiterzuentwickeln. Da ist es ein stetiges Abwägen zwischen Freizeit der Bewohnenden und den Trainings. Schliesslich sollen sie ihre wohlverdiente Freizeit auch geniessen dürfen.

Das ParaWG-Angebot in Schenkon existiert seit etwas mehr als einem Jahr. Durch die hohe Nachfrage sind wir sehr schnell gewachsen und das Team hat sich rasch vergrössert. Auch sind zusätzliche Wohnstufen dazugekommen, welche nicht nur den Raum Schenkon betreffen, dies verlangt eine grosse Flexibilität der Mitarbeitenden. Die Angebote der ParaWG sind in stetiger Bewegung und Weiterentwicklung, wovon wir alle profitieren können.

Sind die Bewohnenden für dich mehr Kolleginnen und Kollegen?

Nein, es sind ganz klar Klientinnen und Klienten. Es findet ein stetiger Reflexionsprozess in der Beziehung zu

ihnen statt. Die Abgrenzung zum Privatleben ist mir sehr wichtig. Dies stelle ich sicher, indem niemand von den Bewohnenden meine private Handynummer besitzt und ich in meiner

Freizeit nicht erreichbar bin. Ausser natürlich für eine Vertretung aufgrund von Krankheit oder sonstigen Absenzen im Team.

«Die Abgrenzung zum Privatleben ist mir sehr wichtig.»

Dario Helmi

Warum?

Als guter Kollege der Bewohnenden könnte ich meine Arbeit nicht auf einem professionellen Niveau verrichten. Zum Beispiel, wenn unangenehme Gespräche geführt werden müssen. Auch fällt es mit der richtigen Distanz einfacher, nach Feierabend abzuschalten.

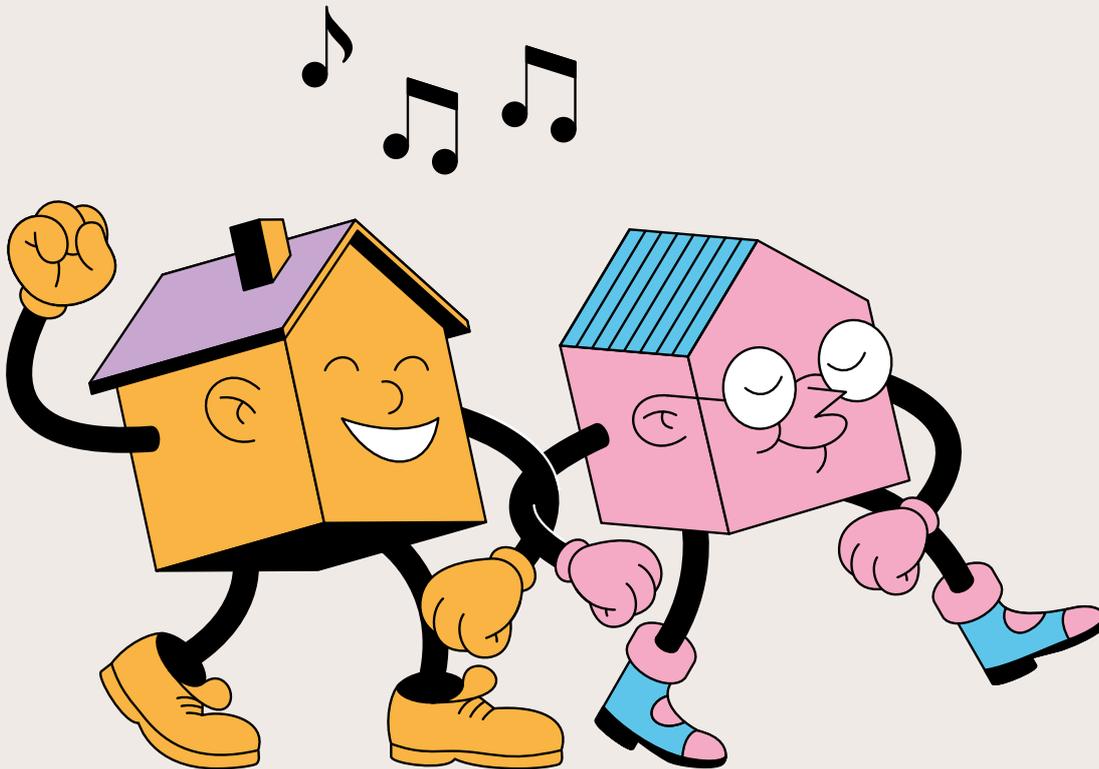
Aber zu einer professionellen Distanz gehört für mich auch eine professionelle Nähe. So versuche ich im Arbeitsalltag, eine lebensweltorientierte Haltung einzunehmen, auf der Beziehungsebene mit den Bewohnenden zu interagieren und auf ihre Bedürfnisse einzugehen.

Der Alltag in der ParaWG

In der vierteiligen Serie von «Schweiz aktuell» erfährst du mehr über den Alltag der Mitarbeitenden und Bewohner*innen der ParaWG.



Du findest sie unter: srf.ch/sendungen/schweiz-aktuell/die-para-wg



Von Campus zu Campus

*Ja, ich bin Mitglied der Gönnervereinigung. Aus Überzeugung. Weil eure Arbeit enorm wichtig ist. Für Patient*innen, deren Angehörige, für die Gesellschaft, für mich. Ich bin froh, dass es euch gibt, und ich kenne das SPZ relativ gut. Nicht nur «von aussen». Vor ein paar Jahren habe ich bei euch einen Rollstuhl-Rugby-spieler mental betreut. Für mich als ausgebildete Mentaltrainerin war dies enorm eindrücklich. Und manchmal – vor allem zu Beginn – war ich nicht immer ganz so locker drauf als Fussgängerin unter den Rollstuhlsportlern.*

Zudem durfte ich vor Ort Turnieren und Events beiwohnen, selber an Seminaren teilnehmen oder auch privat einen Sonntagsbrunch geniessen. Dabei war ich beeindruckt von eurer breiten Angebotspalette. Wir sind gute Nachbarn, ergänzen uns und pflegen eine tolle Zusammenarbeit. So trainiert ihr beispielsweise bei

uns in der Sportarena. Bei Überbuchungen der jeweiligen Hotels helfen wir uns gegenseitig aus. Aber ich bin mir sicher: Da geht noch mehr! Wenn wir unsere Synergien gezielter nutzen, entfalten beide Institutionen noch mehr Ausstrahlungskraft. Und wir werden in der Region ein noch stärkerer Player für nationale und internationale Anlässe.

In diesem Sinne, von Campus zu Campus: auf eine weiterhin fruchtbare und gute Nachbarschaft!



Andrea Ming
Direktorin Stiftung
Campus Sursee

Mehr als ein Zeitvertreib

Deborah Hartmann ist Fachfrau Gesundheit und widmet ihre Freizeit der Feuerwehr. Seit 16 Jahren ist sie in der freiwilligen Feuerwehr und seit einigen Jahren auch in der Betriebsfeuerwehr der SPG. Sowohl in ihrem Berufsalltag als auch in ihrem Hobby – Vertrauen spielt stets eine zentrale Rolle.

Text: **Stefanie Schlüter**

Foto: **Adrian Baer**

Die Feuerwehr wird von vielen charmant belächelt. Das spürt auch Deborah Hartmann, Pflegefachfrau im SPZ – und Feuerwehrfrau in der Betriebsfeuerwehr der SPG. «Für mich aber ist das der ideale Ausgleich zu meinem typischen Frauenberuf», sagt die 35-Jährige. Wie in ihrem Job kann sie auch in der Feuerwehr in Not-situationen helfen und etwas Gutes tun. «Aber das alles ohne die Feingefühligkeit, die ich in meinem Alltag in der Pflege brauche», ergänzt sie lachend.

Für Deborah ist die Feuerwehr mehr als ein Zeitvertreib. Man lernt sich und andere Menschen sehr gut kennen, muss Vertrauen aufbauen, sich auf andere Personen verlassen können – man muss ein eingespieltes Team sein. «Wenn wir mit dem Atemschutz zu zweit in ein Gebäude gehen, müssen wir ständig Kontakt zueinander haben.

Die Person vorne muss vertrauen, dass ihr die hintere folgt. Die Person hinten muss vertrauen, dass ihr der richtige Weg gezeigt wird. Es darf keine Panik ausbrechen, niemand darf ein Blackout haben.»

Grenzen überwinden

Seit einem Jahr ist Deborah innerhalb der Feuerwehr auch als Gruppenführerin unterwegs. Sie kümmert sich nicht mehr nur um ihre eigene Sicherheit, sondern übernimmt die Verantwortung für ihre ganze Gruppe. Ist beispielsweise die Leiter korrekt gestellt und gesichert? Da brauchen ihre Kameraden Vertrauen in sie. «Ver-

trauen ist das A und O», meint Deborah. Als Gruppenführerin habe sie sich selber noch besser kennengelernt, sich intensiv mit sich auseinandergesetzt und sich gefragt, ob sie es auch tatsächlich schafft, in Notsituationen Ruhe bewahren zu können. Der Anreiz, auch mal an die Grenzen zu gehen und sie vielleicht sogar zu überschreiten, hat sie schliesslich ermuntert, den Schritt zu mehr Verantwortung in der Feuerwehr zu wagen. Und von diesen Fähigkeiten profitiert sie natürlich auch privat.

Die Frage, ob sie als Frau innerhalb der Feuerwehr überhaupt akzeptiert würde, stellte sie sich gar nicht. Sie sei die letzten 16 Jahre noch nie benachteiligt worden. «Wir sind eine Mannschaft, wir sind alle gleich.» Natürlich sei es so, dass Frauen vom Körperbau her weniger Kraft hätten, darauf werde bei einer Gruppeneinteilung geachtet. Aber grundsätzlich machen alle alles.

«Wenn der Alarm kommt, funktioniere ich nur noch im Krisenmodus.»

Deborah Hartmann

Den Krisenmodus abschalten

Der Zusammenhalt, die Seriosität, aber auch das Ungewisse, dass man nie weiss, was kommt, genau das macht den Reiz aus. «Wenn der Alarm kommt, es piepst, legt sich bei mir ein Schalter um. Dann funktioniere ich nur noch im Krisenmodus und vergesse alles rund um mich.» Doch wer ist Deborah, wenn sie nicht arbeitet und keinen Einsatz mit der Feuerwehr hat? «Dann vertraue ich voll und ganz dem Wind und geniesse die Ruhe.» Die leidenschaftliche Windsurferin verbringt ihre Freizeit und ihre Ferien hauptsächlich am Wasser. Das kann an einem schönen See in der Schweiz sein, aber auch irgendwo weit weg am Meer. Und dort vergisst sogar sie die Feuerwehr.



Widmet einen Grossteil ihrer Freizeit der Feuerwehr: Deborah Hartmann aus Grosswangen.

Sei auch du dabei!

Die Betriebsfeuerwehr SPZ freut sich über Neumitglieder. Durchschnittlich findet einmal pro Monat eine Übung statt. Das kollegiale Zusammensein kommt bei gemeinsamen Nachtessen, Ausflügen oder der Agathafeier auch nicht zu kurz. Wenn du deinen Arbeitsort in Nottwil hast, zwischen 20 und 60 Jahre jung bist und eine gute Gesundheit hast, freut sich Kommandant Remo Bucher über deine Nachricht. Am besten meldest du dich so schnell wie möglich, denn die Eintritte finden immer Ende Jahr statt.

Wende dich an:
remo.bucher@paraplegie.ch

Neue App

«Wir bauen ein digitales Tor zu unseren Angeboten»

Die App «paraplegie» wird Menschen künftig bei ihrem Aufenthalt auf dem Campus Nottwil begleiten. Was wird sie können? Wie genau wird sie helfen? Wir haben den Co-Projektleiter Stefan Stalder zu Vision und Tatsachen befragt.

Interview: **Manuela Vonwil**
Foto: **Daria Gfeller**

Stefan, was ist visionär an der App?

Die App liefert alle spezifischen Informationen, die ein Nutzer braucht, sobald ein Aufenthalt auf dem Campus Nottwil ansteht. Das sind beispielsweise Termine, Kontaktpersonen, Formulare, Berichte, Treffpunkte und die Wege dorthin, Angebote, Tipps und vieles mehr. Die Nutzerinnen und Nutzer haben die Aufenthaltsplanung bereits zu Hause wortwörtlich in den Händen.

Gemeinsame Entwicklung

Das Projektteam zur App-Entwicklung setzt sich derzeit aus rund 20 Personen aus verschiedenen Abteilungen zusammen. Gemeinsam planen sie die Inhalte für diese erste Phase, bei der die Patienten im Mittelpunkt sind. In weiteren Phasen sind andere Nutzerinnen und Nutzer im Fokus, beispielsweise Gäste oder Besucher. Je nach Phase ändert sich die Zusammensetzung des Projektteams. Die Leitung des Projekts liegt bei Stefan Stalder und Manuela Vonwil.

Wie packt ihr das an?

Wir generieren aus den konkreten Nutzerbedürfnissen Ideen und stellen diese mittels eines Prototyps dar, den wir dann von Nutzer*innen testen lassen. Anschliessend prüfen wir deren Feedback, bringen die Verbesserungen an und testen den Prototyp erneut. Und das so lange, bis wir mit nutzbringenden und coolen Funktionalitäten überzeugen können. Ganz bei null beginnen wir aber nicht. Wir haben uns für eine App-Lösung entschieden, die einerseits bereits erprobte Grundfunktionalitäten, wie etwa das Terminmanagement, anbietet und andererseits auch unsere individuellen Bedürfnisse berücksichtigen kann. Dazu zählen auch Funktionalitäten zur lebenslangen Bindung von Patienten, Kundinnen und Mitgliedern an die SPG.

Wo steht ihr in der Entwicklung?

Mithilfe des Prototyps haben wir bereits das Terminmanagement und die Leistungsdarstellung getestet. In der ersten Rollout-Phase Anfang 2022 stellen wir diese zwei Funktionalitäten vorerst für Patient*innen der Wirbelsäulenchirurgie und Orthopädie zur Verfügung. Als weitere Funktionalität wird die Wegleitung dazukommen. So erarbeiten wir Phase für Phase die neuen Funktionalitäten, bis die App schliesslich die Leistungen der gesamten SPG abbildet – und das in drei Landessprachen wie auch auf Englisch.

Und wann wird die App fertig sein?

Eine App-Version mit den drei genannten Funktionalitäten wird bereits im ersten Quartal 2022 im App Store und im Play Store erhältlich sein. Da wir die App gemeinsam mit Nutzerinnen und Nutzern entwickeln, werden wir immer wieder deren Bedürfnisse überprüfen und aktuelle Technologien einfließen lassen. Ziel ist es, Ende 2022 eine fähige App – als digitales Tor zu all unseren Angeboten – entwickelt zu haben, die in den Folgejahren nur noch ein Justieren nötig hat. Apropos visionär ...

Ja?

Die App ist meines Wissens das erste Projekt am SPZ, das wir konsequent zusammen mit den Nutzerinnen und Nutzern entwickeln. Heute können deshalb weder wir vom Projektteam noch der Lenkungsausschuss wissen, was die App dereinst genau beinhaltet. Was wir aber wissen, ist, dass die App den Nutzerbedürfnissen entsprechen wird. Dieses Vorgehen ist für uns visionär und das finde ich toll! Für den Mut und das Vertrauen möchte ich dem Team und dem Ausschuss Danke sagen.



Stefan Stalder, Leiter Digitalisierung Innovation Transformation, mit einigen Personen aus dem Team der App: Manuela Vonwil, Sabine Ultsch von heyPatient und Martin Ziltener von bbv Software Services.

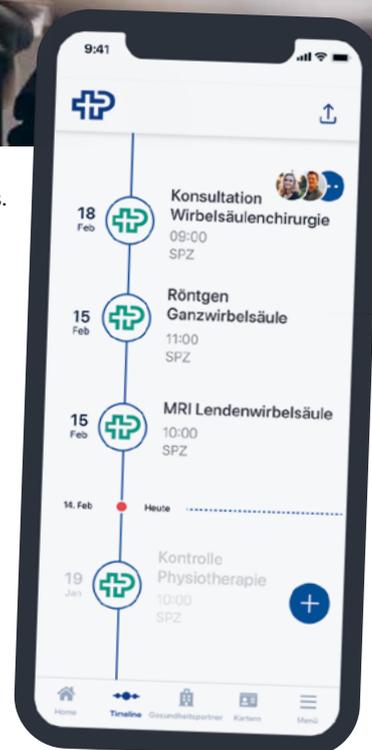
So wird die neue App funktionieren

Paul war Reha-Patient im SPZ. Zu seinem jährlichen Kontrolltermin in Nottwil wird er künftig via App eingeladen. Alle notwendigen Formulare und Informationen zum Termin kann er direkt auf der App einsehen und mit Angehörigen teilen. Weil nächstens sowieso ein Rollstuhlservice in Nottwil ansteht, bucht Paul in der App für denselben Tag einen Termin bei der Orthotec. In Nottwil angekommen, navigiert ihn die App pünktlich zu den vorgesehenen Orten. Nach den Terminen werden ihm die Berichte und Abrechnungen direkt auf der App zur Verfügung gestellt. Auf dem Weg durch die Begegnungshalle macht die App Paul auf eine Aktion in der Apotheke und auf den öffentlichen

Vortrag der Sportmedizin Nottwil aufmerksam. Zudem zeigt ihm die App soeben an, dass eine gute Bekannte auch gerade im SPZ ist, und sie verabreden sich via App. Paul erlebt einen rundum angenehmen, nach seinen Bedürfnissen organisierten Tag auf dem Campus Nottwil.

Erste Vorteile auf einen Blick:

- Jederzeit Übersicht über alle Termine
 - Hilfreiche Checklisten und Hinweise zu vereinbarten Terminen
 - Zugriff auf Termine für Angehörige möglich
 - Wegleitung zum vereinbarten Termin
 - Kostenlos
- Weitere Funktionalitäten werden folgen.



Welche Weiterbildung passt zu mir?

Die Weiterbildungen, die du innerhalb der SPG besuchen kannst, sind vielfältig. Umso schwieriger kann es sein, aus der Fülle von Möglichkeiten das für dich passende Angebot zu finden.

Wir zeigen dir drei Fragen auf, die dir auf deiner Suche weiterhelfen können.

Welches Ziel verfolge ich?

Zunächst ist es wichtig, dass du dich fragst, was du mit deiner Weiterbildung erreichen möchtest. Möchtest du neue Kompetenzen erwerben, die Karriereleiter aufsteigen oder dich einfach persönlich weiterentwickeln? Frag dich nach deiner Motivation, um die Angebote besser selektieren zu können. Überlege dir dabei auch, ob du lieber Expert*in auf einem bestimmten Gebiet werden oder dir Generalistenwissen aneignen möchtest.

Wie kann ich mein Ziel erreichen?

Hast du ein Ziel vor Augen, wird die Planung deiner nächsten Weiterbildung schon konkreter. Nun kannst du dich der Frage stellen, welche Angebote dich zum gewünschten Ziel führen. Um die für dich richtige Wahl zu treffen, solltest du alle Optionen kennen, die dir offenstehen.

Wie viel Zeit kann und will ich investieren?

Weiterbildungen können lange dauern und intensiv sein. Wie viel Zeit willst du aufwenden? Und nicht zu vergessen: Wie viel Freizeit kannst du neben deinen anderen Verpflichtungen entbehren? Je nachdem ist ein zwei-stündiges Seminar oder gar ein CAS-Studiengang das Richtige für dich. Natürlich gibt es auch im Mittelfeld einiges zu entdecken. Ebenfalls gut zu wissen: Die SPG Akademie und die Paracademy bieten sowohl Präsenz- als auch Onlineseminare an.

... und wie war das bei dir?

Was hat Absolvent*innen von Weiterbildungsangeboten der SPG motiviert? Und inwiefern profitieren sie in ihrem Alltag von ihrem neuen Wissen? Wir haben zwei von ihnen befragt.

Yves Saxer

Leiter Neuro-Urologie Pflege,
Weiterbildung: «Konflikte lösen»

Warum hast du dich für diese Weiterbildung entschieden?

Yves: Das Seminar ist ein Teil des Führungszertifikats SPG. Ich habe mich für dieses Modul entschieden, weil Konflikte uns immer und überall begegnen können. Das Gelernte hilft mir, mögliche Konflikte frühzeitig zu erkennen und entsprechend zu handeln. Vor allem finde ich wichtig: Ein Konflikt muss nicht zwingend nur negativ sein, sondern kann auch die Chance für Veränderung und Verbesserung sein.

Kannst du etwas davon in deinen Berufsalltag oder dein Privatleben integrieren?

Auf jeden Fall. Die Kursinhalte wurden praxisnah vermittelt und Konflikte kann es letztlich überall geben.

Wem würdest du diesen Kurs weiterempfehlen?

Grundsätzlich allen – denn früher oder später werden wir alle mit Konflikten konfrontiert.

Nadine Wigger

Dipl. Pflegefachfrau HF, Weiter-
bildung: «Meine Belastungen
erfolgreich meistern»

Was hat dich motiviert, diese Weiterbildung zu besuchen?

Der Alltag in der Pflege ist oft mit hohen Anforderungen und viel Verantwortung verbunden. Auch können Belastungen vonseiten der Patientinnen und Patienten oder Angehörigen auf Pflegende übertragen werden. Diese schnell wieder zu vergessen, gelingt mir nicht immer gleich gut.

Was ist das Wichtigste, was du beruflich und persönlich in deinen Alltag mitnehmen konntest?

Dass Belastungen frühzeitig angesprochen werden sollen und eine klare Kommunikation wichtig ist. Auch wurde mir erneut bewusst, wie wichtig der Ausgleich zur Arbeit ist – sei es die Familie, Freunde oder Hobbys. Für eine ausgeglichene Work-Life-Balance habe ich mein Pensum von 100 auf 90 Prozent reduziert. Der Kurs hat mich zusätzlich bestätigt, dass dies eine gute Entscheidung war. Ich würde diese Weiterbildung auf jeden Fall weiterempfehlen.



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



Hier findest du die digitale
Weiterbildungsbroschüre:
paraplegie.ch/weiterbildung

Hast du Fragen an unsere Expertin?

Martina Diener, Psychologin
martina.diener@paraplegie.ch

Oh du Fröhliche!

5 Tipps für ein entspanntes Weihnachtsfest

Die Erwartungen an die Feiertage sind hoch – die Gefahr für Enttäuschungen und das Konfliktpotenzial nicht weniger. «Um möglichst entspannt durch die Weihnachtszeit zu kommen, ist es daher wichtig, ein paar konkrete Strategien zur Hand zu haben», weiss die Psychologin Martina Diener. Mit ihren fünf Tipps kannst du den kommenden Wochen gelassen entgegenblicken.

#1 Weniger ist oft mehr

Auch das am beeindruckendsten eingepackte Geschenk wird innert kurzer Zeit ausgepackt, es braucht nicht unbedingt einen Siebengänger nach dem Gourmetkochbuch und auch der Baum muss nicht zwingend mit den Vorbildern auf Instagram und Pinterest mithalten. Die Ansprüche von Anfang an nicht zu hoch anzusetzen, kann dabei helfen, Enttäuschungen zu verhindern.

#2 Frühzeitig planen

Die bereits im Oktober weihnachtlich dekorierten Läden mögen eher abschreckend wirken. Dennoch ergibt es Sinn, sich frühzeitig um Geschenke zu kümmern. So lassen sich die Tage vor Weihnachten ruhiger angehen.

#3 Auszeiten nehmen

Gerade in grossen Familien ist über Weihnachten oft viel Programm angesagt. Ein Spaziergang oder ein entspannendes Bad können helfen, etwas zu sich und zur Ruhe zu kommen.

#4 Unterschiedliche Bedürfnisse respektieren

Gerne darf überprüft werden, ob das seit Familiengedenken traditionelle Programm noch für alle stimmt. Kleine Kinder haben andere Vorstellungen von Weihnachten als Jugendliche. Und es allen recht zu machen, ist ohnehin nicht möglich. Es lohnt sich daher, das gemeinsame Programm eher kurz zu halten und Platz zu lassen für individuelle Bedürfnisse.

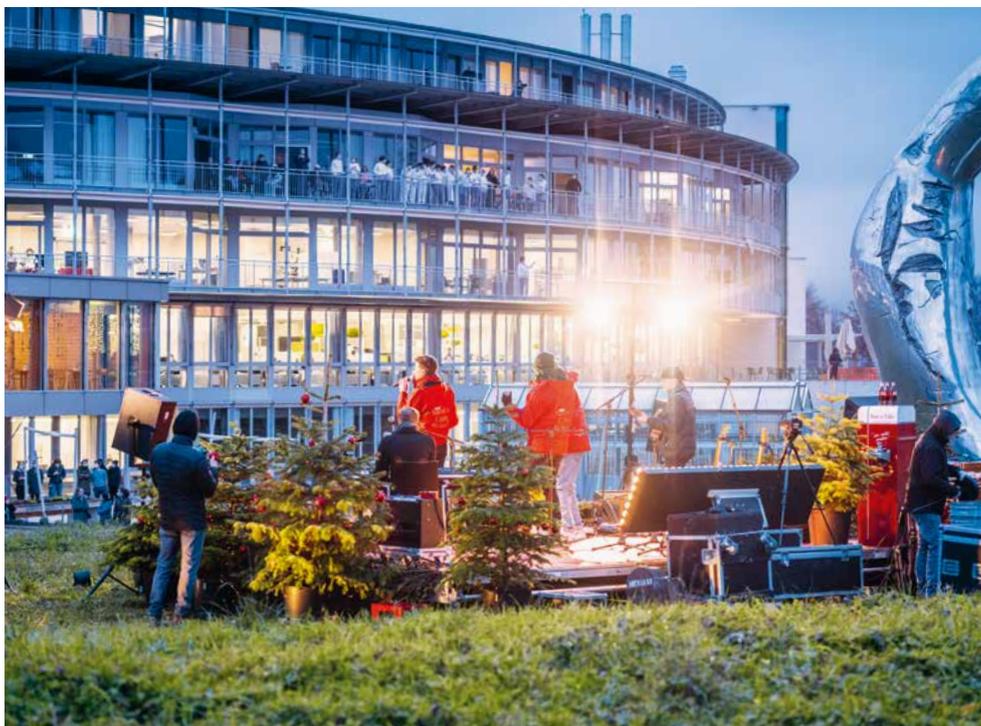
#5 Erwartungshaltung anpassen

Weihnachten ist zwar nur einmal im Jahr, aber doch jährlich wiederkehrend und somit durchschnittlich über 80 Mal in unserem Leben. Und für viele Personen hat Weihnachten keine oder eine eher traurige Bedeutung. Austausch mit Gleichgesinnten kann entlastend wirken.



Momentaufnahme

Gute Stimmung für unsere Patient*innen und Mitarbeitenden: Am 25. November sponserte Coca-Cola uns ein Konzert vor dem SPZ.



Medianfragen

Dein Auftritt zählt!

Kommen Journalistinnen und Journalisten mit Fragen auf dich zu, ist es wichtig, dass du sogleich die Medienverantwortlichen im Newsroom darüber in Kenntnis setzt. Sie sind nicht nur dafür verantwortlich, Medienanfragen rund um das Leistungsnetz der SPG zu koordinieren, sondern beraten und unterstützen dich im Umgang mit Medienschaffenden. Denn genau dazu sind sie da – um dich und die SPG in der Öffentlichkeit ins rechte Licht zu rücken. Die für Medienanfragen zuständigen Personen wissen, wie die Welt der Medien funktioniert. Sie können abschätzen, was euch Medienschaffende fragen werden, was sie mit euren Antworten beabsichtigen und welche Auswirkungen das auf die SPG, aber auch für dich persönlich haben kann. Jede Aussage, die du in Gegenwart von Medienschaffenden machst, hat einen Einfluss auf das Image

der SPG und die Art und Weise, wie du als Person wahrgenommen wirst. Oft kommt es dabei auf Details an, die dir zunächst gar nicht bewusst sind.

Jeder Bericht eine Chance

Jeder Medienbesuch auf dem Campus ist eine Chance, der Öffentlichkeit zu zeigen, was wir tagtäglich zugunsten querschnittgelähmter Menschen leisten. Medienberichte ermöglichen es, neue Mitglieder zu gewinnen oder Spendeneinnahmen für Projekte zu generieren. Um unser Leistungsnetz zu erhalten, zu verbessern und auszubauen, sind wir auf Mitglieder und Spender*innen angewiesen. Vielen Dank, dass du uns dabei unterstützt und dich bei Medienanfragen direkt an die Medienverantwortlichen wendest.

Anfragen an:
medien@paraplegie.ch oder T 6280

Gut zu wissen

Pensionskasse der SPG im Gleichgewicht

In den letzten 15 Jahren haben wir uns daran gewöhnen müssen: Die Umwandlungssätze der Pensionskassen sinken kontinuierlich. Doch nun hat dieser Sinkflug ein Ende – zumindest für die nächsten vier bis fünf Jahre, wie Christoph Weber, Geschäftsführer der PK SPG, erklärt. «Während dieser Zeit erwarte ich, dass der Umwandlungssatz bei 4,85 Prozent stabil bleibt. Ein Zeichen dafür, dass sich unsere Pensionskasse im Gleichgewicht befindet.» Die Leistungen unserer Pensionskasse sind in vielen Bereichen überdurchschnittlich.

Mehr Infos dazu findest du unter:
Intranet > Services > Pensionskasse SPG

Temporäre Arbeitsplätze

Wer braucht eine helfende Hand?

Menschen mit Beeinträchtigungen einen temporären Arbeitsplatz innerhalb der SPG bieten – das ist das Ziel des Projekts TAPI. Die Verantwortlichen suchen Teams, die Verstärkung brauchen und Klient*innen der ParaWork im Eingliederungsprozess unterstützen wollen.

Unternehmen, die derart vielfältige Berufsgruppen beschäftigen wie die SPG, findet man eher selten. Diese Ressource will sich das TAPI-Projektteam zunutze machen. TAPI, das steht für «temporäre Arbeitsplätze intern» – und genau diese wollen die Projektverantwortlichen nun innerhalb der SPG finden. Das Ziel dabei ist, Klient*innen im Rahmen ihrer beruflichen Integration bei der ParaWork in ihrer individuellen Belastungssteigerung zu fördern, damit sie mit guten Voraussetzungen den Eingliederungsprozess im allgemeinen Arbeitsmarkt bestehen.

«Hierbei geht es jedoch nicht um das Ersetzen von gewünschten Stellenprozenten, sondern darum,

dass die Klientinnen und Klienten ihre Belastbarkeit schrittweise aufbauen können», präzisiert Jörg Hanschur, Coach für berufsorientierte Integration in der ParaWork. Das heisst also, dass die Klient*innen nicht als feste Arbeitskräfte einsetzbar sind, sondern vielmehr als Unterstützung bei einfach erlernbaren Tätigkeiten dienen sollen.

Mehrwert für alle

«Das TAPI-Projekt ist mehr als nur Beschäftigungstherapie», erklärt Doreen Jakob, Rezeptionistin im Hotel Sempachersee. «Es ist ein Teil eines Wiedereingliederungsprozesses, in dem die Belastbarkeit in einem realen Arbeitsumfeld getestet, geschult und erlernt werden kann.» Nicht zuletzt sei auch die Integra-

tion in ein Team ein wichtiger Teil des Arbeitsversuches. «Sich gebraucht zu fühlen, kann den Eingliederungsprozess positiv beeinflussen und gar beschleunigen», so Doreen weiter.

Das TAPI-Projekt, das im Rahmen des Spotlight-Weiterbildungsprogramms seinen Ursprung fand, bietet allen einen Mehrwert. «Vielfalt ist eine Bereicherung», ist Sibylle Chhit, dipl. Pflegefachfrau, überzeugt. Mit dem TAPI-Projekt wolle man nicht nur mehr Inklusion schaffen, «sondern auch tatsächlich leben», ergänzt Marie Alberty, wissenschaftliche Mitarbeiterin im International FES Centre®.

Text: Andrea Zimmermann



Das TAPI-Team sucht dich!

Eine TAPI-Stelle umfasst zwei bis acht Arbeitsstunden pro Woche und dauert je nach Absprache zwischen vier und sechs Monaten. Die Eignungen der Klient*innen wie auch die Bedürfnisse der Arbeitgebenden werden im Vorfeld durch die ParaWork geprüft. Einen temporären Arbeitsplatz zu schaffen, ist mit keinen Kosten verbunden. Die vermittelten Klient*innen werden durch die IV unterstützt und durch die ParaWork begleitet.

Interessiert?

spg-dlf-tapi@paraplegie.ch

Wollen Inklusion schaffen und leben:
Das TAPI-Team (v.l.) Marie Alberty, Sibylle Chhit,
Doreen Jakob und Jörg Hanschur.



Nyscha Fratton,
Verantwortliche Marketing
und Kommunikation HSS

Alles hat seine Zeit

Neujahrsvorsätze sind an sich etwas Positives. Wenn wir jedoch die Statistik betrachten, erkennen wir, dass lediglich ein Drittel der Menschen Neujahrsvorsätze auch tatsächlich umsetzt. Bereits nach zwei Monaten werden die meisten davon wieder über Bord geworfen. Doch woher kommt er überhaupt, dieser Brauch, sich Neujahrsvorsätze zu setzen? Um 46 vor Christus feierten die Römer den Jahreswechsel – bekanntermassen mit ausgelassenen Partys. Als die Kirche an die Macht kam, entschied der Papst im Jahre 1691, das Neujahr mit dem 1. Januar als ersten Tag im Kalender aufzunehmen. Dieser Tag wurde zum Tag der Busse ernannt, um sich von allen Sünden des vergangenen Jahres und der Silvesternacht zu befreien.

Wir wurden also unterschwellig dazu gezwungen, uns Vorsätze zu nehmen. Darum bin ich der Meinung: Ohne schlechtes Gewissen ausgelassen Silvester feiern – und die guten Vorsätze besser erst dann umsetzen, wenn wir mit allen Konsequenzen bereit dazu sind.

Herzlich
Nyscha

Jeder Tag eine neue Chance

Die Mutter aller Neujahrsvorsätze läuft für mich als Nichtraucher ins Leere. Am 31. Dezember alle Einzelsocken wegzuworfen, wäre zwar eine Idee – aber ich hoffe eben immer noch darauf, dass ich das Gegenstück zufällig in einem Buch wiederfinde. Ein Sixpack antrainieren klingt wohl erstrebenswert – ist mir aber die Mühe nicht wert. Man merkt es bereits: Ich finde Neujahrsvorsätze nach diesem Muster völlig bescheuert.

Sympathischer ist es mir, aus lauen Vorsätzen zu belanglosen Themen klare und relevante Ziele zu machen. Gründe dafür gibt es genug. Ich bin ein weniger guter Mensch, als ich es sein möchte. Und die Welt ist (im Kleinen wie im Grossen) oft schlechter, als sie sein müsste. Aber dass jeden Morgen die Sonne neu aufgeht, eröffnet unendliche Möglichkeiten. Wenn ich mir das mit etwas Basis-kreativität zusammenbastle,



Helge Regener,
Geschäftsführer SIRMED

komme ich zur Erkenntnis, dass ich mir jeden Tag vornehmen kann, durch eigene Verhaltensänderungen auf ganz konkrete Ziele hinzuarbeiten, die in dieser wunderbaren Welt irgendetwas für irgendjemanden positiv verändern. Das muss ja nicht unbedingt zum Neujahr sein.

Auf gutes Gelingen!
Helge

Gelähmt nach Covid

Der 39-jährige Zeljko Raduljevic ist nach einer Corona-Infektion vom Hals abwärts gelähmt. «Man darf trotz allem nicht aufgeben», macht er anderen im Video von «20 Minuten» Mut. Gemeinsam mit dem Arzt Michael Baumberger wurde der Patient im SPZ interviewt.



Den Beitrag dazu findest du hier: bit.ly/3r7vmsR

Wir gratulieren

Die Basler Ballettlehrerin Galina Gladkova-Hoffmann und der ehemalige Aargauer Spitzenhandballer Karl Emmenegger sind die «Querschnittgelähmten des Jahres 2020/2021». Die Ehrung fand am 5. September, am internationalen Tag der Querschnittlähmung, bei uns auf dem Campus statt und konnte dementsprechend in den Medien platziert werden.

Schmerztherapie

Wer lange unter Rückenschmerzen leidet, muss lernen, Schmerzmuster zu durchbrechen. Im November berichtete das SRF in der Sendung Puls über die Therapiemöglichkeiten am Schmerzzentrum in Nottwil.



Du hast den Beitrag verpasst? bit.ly/3cUs4AA

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

Welthundetag

Hast du gewusst, dass im SPZ auch regelmässig Hunde zu Besuch sind? Seit 2017 bieten wir gemeinsam mit der Fondation Barry Therapiestunden mit Bernhardinern an. Anlässlich des Welthundetags am 10. Oktober haben wir dieses Engagement auf unseren Social-Media-Kanälen bekannt gemacht.



310 auf Facebook
15 080 erreichte Personen

1 Jahr ParaWG

Ein schweizweit einzigartiges Projekt durfte Ende September Geburtstag feiern. Mit der ParaWG in Schenkon (LU) gibt die ParaHelp jungen Menschen im Rollstuhl die Chance, sich in einer WG auf ein eigenständiges Leben vorzubereiten. Dieses Engagement kommt an. Mit dem Jubiläums-Post konnten wir auf unseren Social-Media-Kanälen insgesamt über 52 500 Personen erreichen. Dazu kommen rund 1300 Likes.

Welcome back!

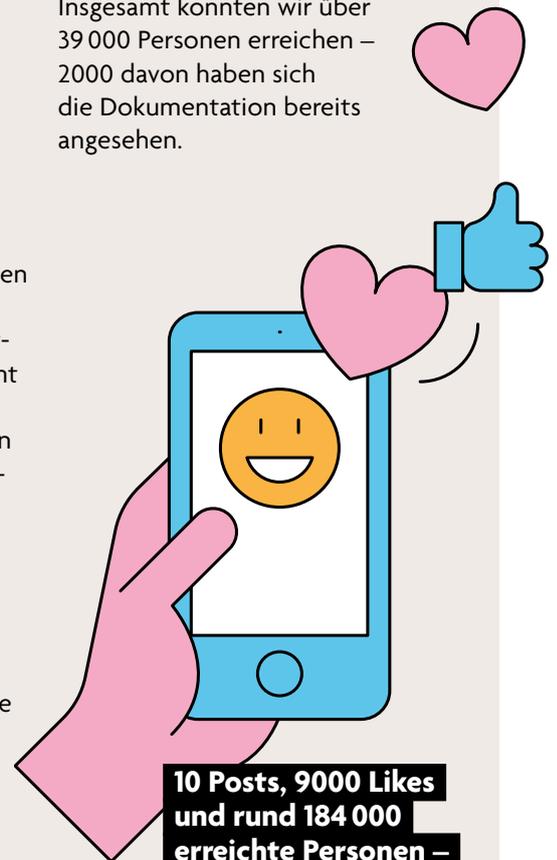
14 Medaillen und ein Weltrekord: Nachdem unsere Paralympics-Held*innen in Tokio eine sensationelle Leistung an den Tag gelegt hatten, konnten wir sie mit einem grossen Applaus in Nottwil empfangen. Unsere Community hat sich mit uns gefreut.



1720 auf Facebook SPS
50 897 erreichte Personen

Zäch begeistert

«Mein Name ist Zäch und ich bin es auch» – dieses Zitat ist vielen bekannt. Doch wie sich in unserem Dokumentarfilm zeigt, ist unser Gründer nicht nur zäh, sondern auch empathisch und motivierend. Das wissen auch unsere Follower*innen zu honorieren. Sie schenkten unseren Social-Media-Posts zum Film rund 300 Likes. Insgesamt konnten wir über 39 000 Personen erreichen – 2000 davon haben sich die Dokumentation bereits angesehen.



10 Posts, 9000 Likes
und rund 184 000
erreichte Personen –
die Paralympics in Tokio
haben unsere
Community diesen
Sommer besonders
begeistert.

Folge uns:



facebook.com/paraplegie



twitter.com/paraplegiker



linkedin.com/Schweizer Paraplegiker-Stiftung



instagram.com/paraplegie



youtube.com/ParaplegikerStiftung



tiktok.com/paraplegie

Tankt in der Natur Kraft für
seinen Alltag: Rolf Bachmann,
Fachverantwortlicher Pflege.

Der Naturverbundene

Rolf liebt es, in der Natur abzuschalten. Hier kann er Kraft tanken für seinen anspruchsvollen und nicht selten auch hektischen Berufsalltag als Fachverantwortlicher Pflege im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ). «Schon bei meinem ersten Besuch in Nottwil war mir klar, dass ich hier arbeiten möchte», erzählt er. Das war vor 15 Jahren. Seither verlässt sich der 51-Jährige bei wichtigen Entscheidungen auf sein Bauchgefühl. «Es gibt mir die Gewissheit, richtig zu handeln.» Er ist überzeugt: Sich selbst zu vertrauen, ist die beste Grundlage für die Arbeit mit Menschen – und ein ausgeglichenes Leben im Allgemeinen.

Möchtest du noch
mehr über Rolf wissen?

 paraplegie.ch/rolf

