

CAMPUS

Schweizer Paraplegiker-Gruppe
Frühling 2023

Mitarbeitende im Mittelpunkt.

NACHHALTIGKEIT

Gemeinsam für Mensch
und Umwelt

**Gewinne ein
Wildbienen-
Hotel!**

Infos auf der Heft-
Rückseite

6 Fokus

Die neue Nachhaltigkeits-
strategie der SPG

18 Visite

Pflegefachfrau Tamara
Leutwyler im Interview

26 Nachgefragt

Mutiara Clayton:
Arbeiten aus Paris

Flora und Fauna geniessen

Auch diesen Frühling können Mitarbeitende der SPG von tollen Angeboten profitieren. Du möchtest dir neue Pflanzen anschaffen? Deinen Garten aufwerten? Oder mit der Familie einen Ausflug machen? Hier wirst du fündig.

Gärtnerei Bernet, Nottwil

10 % Rabatt

Ob Hydro-, Zimmer- oder Freilandpflanzen, schöne Blumenbouquets oder Töpfe – im Gartencenter Bernet in Nottwil findest du alles, was den grünen Daumen erfreut.

Angebot einlösen:

Kantonsstrasse 6, 6207 Nottwil
Personalausweis an der Kasse zeigen

Gartenbau und Floristik Pflugshaupt, Sursee

10 % Rabatt

Vom Gartentraum zum Traumgarten: Das Team der Pflugshaupt AG realisiert sämtliche Aufträge nach deinen Wünschen.

Angebot einlösen:

Dägenseigstrasse 14, 6210 Sursee
Personalausweis an der Kasse zeigen

Naturmuseum Luzern

Gratis Eintritt

Was machen nachtaktive Tiere, während wir schlafen? Die Sonderausstellung Eroberung der Nacht bringt Licht ins Dunkel. Mit dem Museumspass ist der Eintritt für dich und deine Begleitperson gratis.

Angebot einlösen:

Den Museumspass am Empfang im SPZ reservieren und vor deinem Besuch im Museum abholen.

Zoo Zürich

4 Eintrittstickets für 20 Franken

Pinguine, Giraffen, Elefanten – um diese Tiere zu sehen, genügt ein Tagesausflug nach Zürich. Du erhältst maximal 4 Tickets zum Preis von je 5 Franken.

Angebot einlösen:

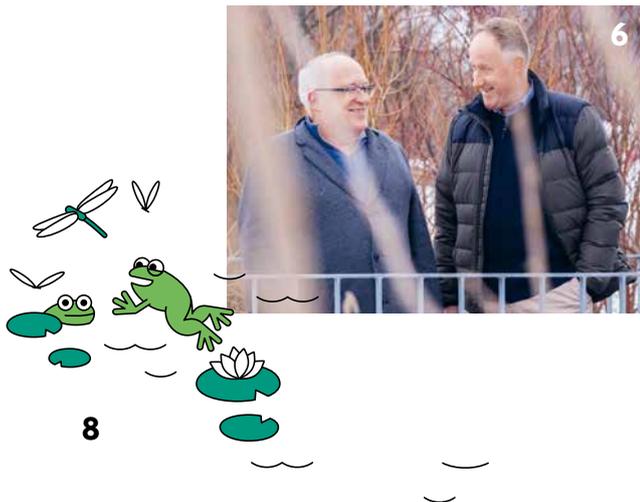
Reserviere die Tickets über den Empfang im SPZ.

Es gibt noch mehr Vergünstigungen!

Wirf einen Blick auf die Liste der Einkaufsrabatte für SPG-Mitarbeitende: [Intranet](#) > [Meine Vorteile](#) > [Vergünstigungen](#)



12



CAMPUS – Nr. 1, Frühling 2023, 3. Jahrgang
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:

Isabelle Belsler, Peter Birrer, Remo Bucher,
Melanie Vögeli

Gestaltung & Layout:

Andrea Federer (Leitung Visuelle Kommunikation SPS),
Daniela Erni

Fotos & Illustrationen:

Walter Eggenberger (Leitung), Adrian Baer,
Sabrina Kohler, 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 2/2023:

23. März 2023

Das Magazin erscheint vierteljährlich

**4 kurz & knapp**

Wissenswertes aus der SPG

NACHHALTIGKEIT**6 Die neue Nachhaltigkeitsstrategie der SPG**

René Künzli und Giovanni Danielli
im Interview

8 Eine naturnahe und vielfältige Umgebung

Biodiversität auf dem Campus
Nottwil

13 Aussenblick

Gepflegt, lebendig und divers

14 Praxis

Hinter den Kulissen unserer Bibliothek

17 Zahlen & Fakten

Starke Massnahmen
für die Pflege im SPZ

18 Visite

Pflegefachfrau Tamara Leutwyler
im Interview

20 Impuls

Mitarbeiterbetreuung durch Carema

22 Panorama

Im Einsatz für das Personalfest

23 Expertentipp

Einen grünen Daumen für alle

24 Applaus**26 Nachgefragt**

Mutiara Clayton von der Sirmed

27 Community

Jasmin Feierabend begeistert
unsere Follower*innen



kurz & knapp

Wings for Life World Run

Jetzt anmelden und mitmachen

Sei mit dabei, wenn am Sonntag, 7. Mai 2023, der internationale Wings for Life World Run in Zug stattfindet. 100 % deines Startgeldes fliessen in die Rückenmarksforschung der Stiftung «Wings for Life». Die SPS ist wiederum nationale Partnerin des Laufanlasses und übernimmt für alle teilnehmenden Mitarbeitenden das Startgeld. Im Intranet findest du ausführliche Informationen zum Anlass und zur Registrierung.

Bei Fragen hilft dir Team-Kapitänin Christa Bray gerne weiter: **T 6105**



Neues Gesicht in der Personalkommission



«Ich möchte die Zufriedenheit der Mitarbeitenden fördern», sagt Beatrice Stucki, Mitarbeiterin Service Center (SPS). Als neues Mitglied der Personalkommission (PeKo) hat sich die 60-Jährige zum Ziel gesetzt, Mitarbeitende in herausfordernden Situationen am Arbeitsplatz zu unterstützen, ihnen ein offenes Ohr zu bieten und

als neutrale Instanz zwischen ihnen und der Geschäftsleitung zu vermitteln. «Das Ziel ist immer, eine für beide Seiten stimmige Lösung zu finden», erklärt Beatrice.

Wann zur PeKo?

Die PeKo ist immer offen für Verbesserungsvorschläge, Anregungen und Anliegen von Mitarbeitenden der SPG – gerade dann, wenn es schwierig ist, sich an die vorgesetzte Person oder die zuständige Ansprechperson beim HR zu wenden. Mit ihrem Engagement verstärkt Beatrice das insgesamt fünfköpfige Team der PeKo. Mit dabei sind neben ihr: Karin Estermann (SPZ), Michael Harder (SPZ), Michel Brugger (HSS) und Petra Diedrich (SPZ).

Mehr Infos über die PeKo und deren Mitglieder findest du hier: **Intranet > Services > Personalkommission**



Neu für alle Jobs 2000 Franken für Personalvermittlung

Du kannst Personen motivieren, sich auf eine Stelle bei der Schweizer Paraplegiker-Gruppe zu bewerben? Achte darauf, dass dich die Bewerbenden im Motivationsschreiben namentlich erwähnen. Dann profitierst du im Falle einer erfolgreichen Personalvermittlung von einer Prämie von bis zu 2000 Franken. Die Prämie wird angepasst auf das Arbeitspensum und nach Absolvierung der Probezeit ausbezahlt. Vielen Dank für deine Mithilfe bei der Suche nach neuen Teamkolleg*innen!

Aktion gegen Food Waste Eine Mahlzeit für 5 Franken

Schon gewusst? Im Centro kannst du das vom Mittagsbuffet übriggebliebene Essen montags bis freitags zwischen 15 und 18 Uhr zum Preis von 5 Franken mitnehmen. Eine Aktion, die im Rahmen des Spotlight-Projekts «Zero Waste. Full Taste» in Zusammenarbeit mit der Gastronomie SPZ umgesetzt wurde.



Kleine Taten, grosse Wirkung Orthotec verwendet Kartonboxen mehrfach

Kundinnen und Kunden der Orthotec erhalten ihre Bestellungen seit jeher in wiederverwendeten Kartonboxen. Eine Aktion im Zeichen der Nachhaltigkeit, die seit vergangem Dezember auch als solche erkennbar ist: Kleber auf der Verpackung werten die Boxen auf und zeigen, dass gebrauchte Gegenstände nicht weniger wertvoll sind – vor allem dann nicht, wenn sie dazu beitragen, unsere Umwelt zu schonen.



Agenda Frühling 2023

24. März

Freitagsmusik «Liebeslyrik»

19.30 Uhr im Raum der Stille SPZ

1. April

Delegiertenversammlung Feuerwehrverband Kanton Luzern

Grossanlass auf dem Campus
Nottwil

5. April

Osterapéro für Mitarbeitende der SPG

Küche SPZ, ab 15.30 Uhr

19. bis 22. April

Jahrestagung der DMGP

Grossanlass auf dem Campus
Nottwil

27. April

GV der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker- Stiftung

Aula SPZ, 18 Uhr

7. Mai

Wings for Life World Run

Zug, 13 Uhr

11. Mai

Campus Info für Mitarbeitende der SPG

Aula SPZ, 16.15 Uhr

12. Mai

Tag der Gesundheitsberufe

12. bis 14. Mai

Luzerner Kantonales Schwingfest

Grossanlass auf dem Campus
Nottwil

2. Juni

Personalfest der SPG

Mehr Infos Seite 22

Globale Herausforderungen im Kleinen

Die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) engagiert sich seit Jahren in den Bereichen Gesellschaft, Wirtschaft und Umwelt. Mit der neuen Nachhaltigkeitsstrategie gibt es nun einen offiziellen Rahmen dafür. René Künzli, Leiter Dienste (SPZ), und Nachhaltigkeitsberater Giovanni Danielli erklären, was hinter diesen Bemühungen steht.

Interview: **Andrea Zimmermann**

Foto: **Sabrina Kohler**

Nachhaltigkeit ist seit einigen Jahren ein Modewort. Alle reden davon – doch was bedeutet es eigentlich?

Giovanni: Hinter Nachhaltigkeit steckt der Gedanke, dass wir heute so leben sollen, dass zukünftigen Generationen dieselben Möglichkeiten offenstehen wie uns heute. Leider ist derzeit das Gegenteil der Fall. Der ökologische Fussabdruck der Schweiz ist drei Mal so gross wie er sein sollte. Es besteht also ein dringender Handlungsbedarf.

Viele Unternehmen haben diesen Handlungsbedarf längst erkannt und sich Nachhaltigkeitsziele gesteckt. Warum positioniert sich die SPG erst jetzt?

René: Wir brauchen uns nicht zu verstecken, nur weil wir nicht zu den ersten gehört haben, die öffentlich über Nachhaltigkeit sprechen. Verstecken müssten wir uns, wenn wir bisher nichts unternommen hätten, um nachhaltig zu handeln. Wir können mit Stolz sagen, dass wir in den letzten 30 Jahren überdurchschnittlich viel geleistet haben. Von der Renaturierung des Eybachs bis hin zur Gewinnung von Wärme und Kälte aus dem Sempacher-

see gab es zahlreiche Initiativen. Nun wollen wir unser Engagement sichtbar machen.

Einigen Unternehmen, die sich als umwelt- und verantwortungsbewusst anpreisen, kann man Greenwashing unterstellen.

Warum ist das bei der SPG nicht der Fall?

Giovanni: Von Greenwashing spricht man, wenn sich Firmen ein grünes Image verleihen, ohne dass es dafür eine hinreichende Grundlage gibt. Die SPG hat hingegen viel in ihre Nachhaltigkeitsarbeit investiert und ein Konzept erarbeitet, das konkrete Leitplanken vorgibt. Um das Engagement der SPG mit anderen Unternehmen vergleichbar zu machen, wird sogar später eine Zertifizierung angestrebt (siehe Box).

René, du hast den Anstoss zur Erarbeitung dieses Konzepts geliefert. Was ist deine Motivation dahinter?

Für mich ist das mehr als ein Projekt. Es ist eine Herzensangelegenheit, die mich derzeit auch persönlich beschäftigt. Ein Schlüsselmoment war die Geburt meiner Enkelin. Als ich sie zum ersten Mal in den Armen hielt, habe ich mich gefragt, was für eine Zukunft dieses Kind wohl haben wird? Seither

hat sich in mir der Wunsch verstärkt, etwas zu verändern. Glücklicherweise bin ich auch beruflich in einer Position, in der ich das kann und habe eine Arbeitgeberin, die dafür offen ist und dem Thema Nachhaltigkeit höchste Priorität schenkt.

Was ist für die Umsetzung des Projekts besonders wichtig?

Giovanni: Die SPG ist ein Mikrokosmos, in dem sich alle globalen Herausforderungen, die mit Nachhaltigkeit in Verbindung stehen, im Kleinen zeigen. Wir wollen Nachhaltigkeit ganzheitlich denken und allen Aspekten, die wir in sieben Fokusthemen gebündelt haben (siehe Box), Aufmerksamkeit schenken.

René: Wir werden künftig Massnahmen umsetzen, so etwa bei der Mobilität und der Ernährung, die vielleicht nicht allen gefallen werden, weil sie unsere persönliche Freiheit tangieren. Für den Erfolg des Projekts ist es zentral, dass es gelingt, die Akzeptanz der Mitarbeitenden zu gewinnen und sie aktiv zu involvieren, sodass sie Nachhaltigkeit als einer der tragenden Werte der SPG verinnerlichen.

Mehr Informationen zum Engagement der SPG:

 paraplegie.ch/nachhaltigkeit

Im Einsatz für eine nachhaltige Zukunft: René Künzli (rechts) und der externe Nachhaltigkeitsberater Giovanni Danielli.

Gemeinsam für Mensch und Umwelt

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) hat sich seit jeher dazu verpflichtet, Nachhaltigkeit als Philosophie in jedem Lebensbereich umzusetzen. «Unser Stiftungszweck, die ganzheitliche Rehabilitation von Menschen mit Querschnittslähmung, basiert auf dieser Philosophie und steht ganz im Zeichen sozialer Nachhaltigkeit», erklärt Stiftungsratspräsidentin Heidi Hanselmann. «Auch die Bereiche Wirtschaft und Umwelt gehören dazu und es freut mich, dass wir in den vergangenen 30 Jahren bereits Beachtliches leisten konnten.»

Im März 2022 hat die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) mit einem auf die Zukunft ausgelegten Nachhaltigkeitskonzept eine Grundlage für ihr Engagement gelegt. Auf Basis der Auswirkungen der Unternehmensaktivitäten auf Gesellschaft, Wirtschaft und Umwelt wurden sieben Fokusthemen (Biodiversität, Mobilität, Energie und Infrastruktur, Menschen, Ressourcen, Ernährung sowie Management) festgelegt, die von den Gruppengesellschaften und ihren Mitarbeitenden langfristig bearbeitet werden. Mit dem Engagement strebt die SPG den GRI-Standard (Global Reporting Initiative) an – der verbindlichste Standard zur Nachhaltigkeitsberichterstattung. Die dafür erforderlichen Konzepte und das Monitoring werden derzeit unter der Leitung von René Künzli, Leiter Dienste, und dem externen Nachhaltigkeitsberater Prof. Dr. Giovanni Danielli erarbeitet.

Biodiversität auf dem Campus Nottwil

Eine naturnahe und vielfältige Umgebung

Mehr Lebensraum für Tiere schaffen – das ist eines der Ziele, das mit der neuen Nachhaltigkeitsstrategie auf dem Campus Nottwil umgesetzt wird. Wie das funktioniert, erzählt Remo Bucher, Leiter Gärtnerei im Schweizer Paraplegiker-Zentrum.

Text: **Andrea Zimmermann**

Fotos: **Sabrina Kohler**

Ein Biotop mit Seerosen, zwei Bäche, in denen sich Forellen tummeln, Magerwiesen voller Blumen, Weiden für Heidschnucken und zahlreiche Obstbäume und Hecken, die Vögeln, Insekten, Reptilien und Amphibien ein Zuhause bieten – auf dem rund 64.500 Quadratmeter grossen Campus Nottwil ist punkto Biodiversität so einziges zu finden (siehe Box Seite 12).

Dafür zuständig, dass auf den Aussenanlagen des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) alles grünt und blüht und die besagten Tiere hier optimale Lebensbedingungen vorfinden, ist Remo Bucher mit seinem Team der Gärtnerei. Gemeinsam mit Urs Achermann, Oliver Reinhardt und Markus Gabriel hegt und pflegt er das Gelände, das 1999 erstmals mit dem «Zertifikat für naturnahe Firmenareale» der Stiftung Natur & Wirtschaft ausgezeichnet wurde. Seither wird das Areal regelmässig durch unabhängige Expertinnen und Experten überprüft – letztmals re-zertifiziert wurde es 2021.

Therapie unter freiem Himmel

«Wir setzen uns aus Überzeugung für eine naturnahe und vielfältige Umgebung ein», sagt Remo Bucher. Denn: Die Umgebung rund um das SPZ ist ein wichtiger Teil des Konzepts der

ganzheitlichen Rehabilitation von Menschen mit Querschnittlähmung. «Die Natur ist für die Gesundheit des Menschen unabdingbar», erklärt der 43-jährige Landschaftsgärtner. Daher wird seit eineinhalb Jahren auch ein Teil des Klinikareals für die Gartentherapie eingesetzt – ein Angebot, das die klassischen therapeutischen Massnahmen im SPZ ergänzt.

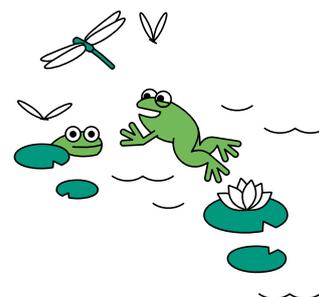
Zeit in der Natur zu verbringen, trägt massgeblich zur Steigerung der Lebensqualität bei. In diesem Sinne bietet der Campus Nottwil nicht nur Patientinnen und Patienten, sondern auch Besuchenden und Mitarbeitenden einen Mehrwert.

Mehr Lebensräume für Tiere

Wie viele andere Siedlungsflächen, hat sich auch der Campus Nottwil in den letzten Jahrzehnten stark verändert – unter anderem sind mit dem Guido A. Zäch-Institut (GZI), dem Besucherzentrum ParaForum und der Kinderkrippe, die diesen Sommer eröffnet wird, neue Gebäude entstanden. Ebenfalls wurde das Gelände aus Gründen der Barrierefreiheit mit Wegen aus Hartbelag erschlossen. Doch während der Mensch seinen Bewegungshorizont erweitert, verlieren immer mehr Tiere ihren Lebensraum. «Um dem entgegenzuwirken, haben wir bereits >

«Die Natur ist für die Gesundheit des Menschen unabdingbar.»

Remo Bucher



Sorgen dafür, dass der Campus Nottwil für Mensch und Tier attraktiv ist: Urs Achermann, Oliver Reinhardt und Remo Bucher (von links nach rechts).



Die neuen Nistkästen werden von Klientinnen und Klienten von ParaWork zusammengebaut.



› vor Jahren mit der Umsetzung von Massnahmen zur Förderung der biologischen Vielfalt begonnen», sagt Remo.

Um zusätzliche Lebensräume für Tiere zu schaffen, wurden etwa der Eybach und der Hofmattbach renaturiert, ein grosses Insektenhotel errichtet und zahlreiche Nistkästen für Vögel installiert. Zudem achtet das Team der Gärtnerei beim Nachpflanzen stets darauf, einheimische Pflanzen zu verwenden, die zu verschiedenen Zeitpunkten blühen und Insekten somit auch lange als Nahrungsspender dienen. Aber auch bei der täglichen Bewirtschaftung des Areals gibt es viel, was man tun kann. Remo erklärt: «Wir mähen beispielsweise die Magerwiesen in Etappen, sodass Insekten weiterhin Nahrung finden, bis der gemähte Teil nachgewachsen ist.»

Weitere Massnahmen geplant

Mit der neuen Nachhaltigkeitsstrategie der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) werden nun zahlreiche weitere Massnahmen umgesetzt, die sich am Aktionsplan für Biodiversität des Bundes orientieren. So sollen künftig grössere, mit Hartbelag versehene Flächen auf dem Campus geöffnet und begrünt werden, ohne dass dabei die Mobilität der Patientinnen und Patienten eingeschränkt wird. «Pflanzen spenden nicht

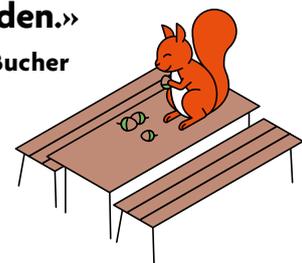
nur Schatten, sondern sorgen auch dafür, dass es weniger Überschwemmungen gibt», so Remo. Weiter werden dieses Jahr mit Substraten und Steinen zusätzliche neue Lebensräume für Bodenwildbienen geschaffen werden. «Man vergisst oft, dass 70 bis 75 Prozent der Wildbienenarten im Boden leben», sagt Remo. Aber auch Fledermäuse sollen künftig eine Unterkunft auf dem Campus finden (siehe Box auf Seite 11).

Nicht zuletzt werden bis im Herbst 12 Hochstamm-Obstbäume und 40 weitere Bäume auf dem Campus gepflanzt. Die ökologisch besonders wertvollen Hochstamm-Obstbäume verschwinden leider mehr und mehr aus unserer Kulturlandschaft, da sie kaum rentabel bewirtschaftet werden können. Dabei bieten sie zahlreichen Vogel- und Insektenarten einen Nistplatz – und liefern erst noch frisches Obst für uns. Das zeigt einmal mehr: Von der Natur profitieren letztlich alle.



«70 bis 75 Prozent der Wildbienenarten leben im Boden.»

Remo Bucher





Eine Unterkunft für Fledermäuse

Der Campus Nottwil ist für verschiedene Fledermausarten ein gutes Jagdhabitat – das hat der Fledermausexperte Olivier Fiechter bei mehreren Begehungen im letzten Jahr feststellen können. «Fledermausquartiere auf dem Areal zu montieren, macht daher durchaus Sinn», erklärt der Leiter des Fledermausschutz Smaragdgebiet Oberaargau, das sich über die Kantone Luzern, Bern und Solothurn erstreckt. Fledermäuse zählen mittlerweile zu den bedrohten Tierarten: «Leider verschwinden immer mehr Feuchtgebiete, Hecken und Magerwiesen, aber auch Mauernischen und Estriche werden bei Gebäudesanierungen oftmals verschlossen, womit Fledermäuse ihre alten Quartiere verlieren», so der 64-Jährige. Hinzu kommt, dass Pestizide viele der Tiere vergiften oder deren Fortpflanzung vermindern.

Schutz vor Mücken

Um den Bestand zu fördern, werden in den folgenden Monaten insgesamt 14 Fledermauskästen auf dem Campus Nottwil angebracht. Diese dienen den nachtaktiven Tieren als Tagesquartier und Nistplatz. Einen schlechten Ruf geniessen Fledermäuse übrigens völlig zu Unrecht: Sie sind in der Regel harmlos und greifen weder Menschen noch Haustiere an. Insbesondere die kleineren Fledermausarten vertilgen Unmengen an Stechmücken – und sorgen so dafür, dass wir an lauen Sommerabenden weniger gestochen werden.



Es krecht und fleucht

Nistkästen ersetzen natürliche Hohlräume wie Baumhöhlen oder Spalten an Gebäuden, die in modernen Siedlungsräumen nicht mehr vorhanden sind. Um ihre Jungen auszubrüten, sind Vögel daher vermehrt auf Nisthilfen angewiesen. In den letzten Jahren wurden auf dem Campus Nottwil insgesamt 40 solcher Kästen installiert. «Dennoch finden längst nicht alle Vögel einen geeigneten Nistplatz», sagt Silvano

Stanga. Der 61-Jährige kennt Vögel, Insekten, Reptilien und Amphibien bestens und berät die SPG rund um die Massnahmen, die zur Förderung dieser Tiere auf dem Campus umgesetzt werden.

ParaWork baut Nistkästen

«Es ist sinnvoll, das bestehende Angebot durch spezielle Nistkästen zu erweitern», sagt er. Damit künftig auch Arten wie der Mauersegler und der Gartenrotschwanz ein Zuhause für ihre Jungen finden, werden in den nächsten Wochen zehn weitere Nisthilfen auf dem Campus installiert. Gekauft wurden diese Kästen bei der Vogelwarte Sempach. Zusammengebaut werden sie vor Ort im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) – und zwar von Klientinnen und Klienten der ParaWork, die im Rahmen ihrer beruflichen Reintegration arbeitsbezogene Tätigkeiten ausüben.

Augen auf beim Spaziergang

Nicht nur Vögel, sondern auch andere Tiere wie das Hermelin, verschiedene Wildbienenarten oder die Zauneidechse werden auf dem Campus

Nottwil von neuen Kleinstrukturen profitieren, in denen sie einen Unterschlupf finden. Auch der Weiher beim SPZ ist für die Biodiversität auf dem Campus wichtig; zahlreiche Amphibien nutzen ihn, um sich fortzu-

pflanzen. «Im Frühjahr während der Laichsaison sind dort Erdkröten, Bergmolche und Grasfrösche zu beobachten», erklärt Stanga, «und im Frühling machen sich auch Wasserfrösche durch das typische Quaken bemerkbar».

Insekten – eine wichtige Nahrungsquelle für diverse Vogelarten – finden in den artenreichen Blumenwiesen und den Hecken mit heimischen Sträuchern den idealen Lebensraum. Darunter befindet sich auch der Grosse Leuchtkäfer, auch als Glühwürmchen bekannt, der in unserer Region sehr selten anzutreffen ist. «Die weiblichen Tiere sitzen in Bodennähe auf Grashalme und leuchten grün», verrät Silvano Stanga. «Mit etwas Glück sind sie an warmen Abenden im Juni zu sehen.» Das heisst also: Augen auf beim nächsten Spaziergang nach Feierabend.





Gepflegt, lebendig und divers: der Campus Nottwil

1996 wurde die Stiftung Natur & Wirtschaft gegründet, um Unternehmen dafür zu begeistern, ihr Firmenareal naturnah anzulegen und zu pflegen. Bereits 1999 meldete die Schweizer Paraplegiker-Stiftung ihr Areal zur Zertifizierung als naturnahes Firmenareal an und erhielt die Auszeichnung.

*Aktuell sind 49,6 Prozent der Aussenanlagen auf dem Campus Nottwil naturnahe Flächen. Die Herausforderung ist, auf die unterschiedlichen Bedürfnisse von Patient*innen, Besuchenden, Mitarbeitenden und Hotel- und Seminargästen einzugehen. Wissenschaftlich belegt ist, dass Menschen, die täglich Zugang zur Natur haben, gesünder, ausgeglichener und leistungsfähiger sind. Naturnähe tut allen gut!*

Eins plus eins gibt drei! Stossen zwei Lebensräume aneinander, etwa eine Hecke und eine Wiese, dann ergibt sich im Übergang ein dritter Raum. Viele Pflanzen- und Tierarten leben in diesem Grenzbereich. Dieses Lebensraummosaik schafft Artenvielfalt. In den Aussenanlagen auf dem Campus sind Grünflächen, Baumgruppen, Kleingewässer, Hecken und Staudenbeete angelegt. Potenzial liegt noch bei begrünten Dächern oder Fassaden. Insgesamt wirkt die Anlage gepflegt, ist aber auch lebendig und divers. Weiter so!



Petra Horch

Dipl. Landschaftsarchitektin FH,
Auditorin Stiftung
Natur & Wirtschaft,
Luzern



Hinter den Kulissen der Bibliothek

In der Welt der Information

Daniela Denzer leitet seit vergangenem Oktober die Bibliothek. Die 56-Jährige aus Udligenswil ist ausgesprochen informationsaffin – und bewältigt mit ihrem kleinen Team eine beträchtliche Anzahl von Aufgaben.

Text: **Peter Birrer**

Fotos: **Adrian Baer**

Daniela Denzer hat ein weisses A4-Blatt vor sich, greift zu einem Stift und legt los. Das Thema: Information. Sie skizziert und kommentiert, um dem Zuhörer zu erklären, was sie unter dem Begriff versteht. «Information ist die Basis des Wissens», sagt sie, zeichnet einen Menschen im Rollstuhl auf das Papier und fügt an: «Um sein Wohl geht es. Damit wir für ihn das Richtige tun können, muss unser Wissen korrekt und aktuell sein.»

Die 56-Jährige aus Udligenswil sitzt im vierten Stock des Guido A. Zäch-Instituts (GZI), in den lichtdurchfluteten Räumen herrscht eine angenehme Atmosphäre. Es ist die Welt, in der viele Informationen vorhanden sind: die Bibliothek, die von Daniela seit vergangenem Oktober geleitet wird. «Die Kernaufgabe besteht darin, seriöse, aktuelle Fachinformationen zu finden, bereitzustellen und zu verwalten», sagt sie, «wir helfen bei Recherchen und bieten auch Schulungen in Informationskompetenz an.»

Eine Bibliothek, zwei Standbeine

Bibliothek = Buch. Das ist eine Gleichung, die häufig gemacht wird, aber

nur bedingt stimmt. Für Daniela ist es ein Klischee, gegen das sie sich wehrt. Das A4-Papier kommt wieder zum Einsatz. Ein paar Striche ergeben einen Behälter, den sie als Verpackung für «Information» versteht. «Es ist nebensächlich, wie Informationen transportiert werden, ob zwischen zwei

«Wir helfen bei Recherchen und bieten Schulungen in Informationskompetenz an.»

Daniela Denzer

Buchdeckel geklemmt, digital oder mündlich», bemerkt sie, «wenn man eine Gleichung verwenden möchte, dann finde ich diese passender: Bibliothek = Information».

Natürlich prägen Printerzeugnisse das Bild der SPZ-Bibliothek. Es sind vor allem Medien des zweiten Standbeins: Belletristik, Romane also, Erzählungen, Unterhaltung. Daneben finden sich auch Hörbücher und Gesellschaftsspiele im Angebot. Jeden Mittwochabend sind Ehrenamtliche mit einem Bücherwagen auf den Stationen der Klinik unterwegs.

Jährlich werden 800 Artikel bestellt

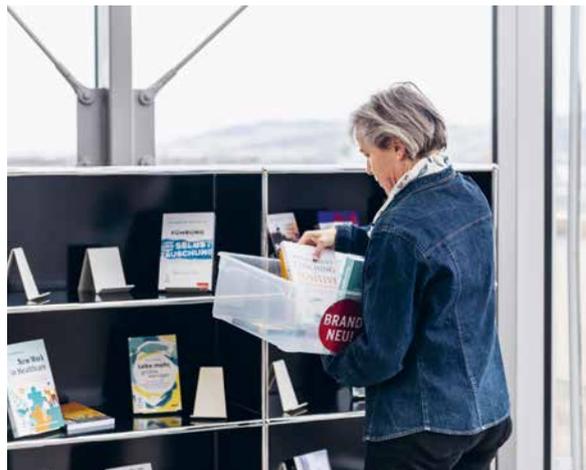
Das primäre Standbein der Bibliothek ist jedoch medizinische Fachliteratur. Diese Medien sind hauptsächlich digital verfügbar, also in Form von eBooks, eJournals und Datenbanken. Daniela und ihr Team kümmern sich um die Verwaltung, sorgen für Sichtbarkeit und Ordnung, indem sie diese auffinden, erwerben, katalogisieren, klug verschlagworten und später auch wieder aussondern.

Jahr für Jahr bestellen sie rund 800 Artikel aus Fachzeitschriften für Forschende, Ärztinnen und Ärzte oder Pflegefachkräfte. Zudem leisten sie Support bei Recherchen, etwa bei Diplomarbeiten: Wie und wo finde ich seriöse Fachliteratur? Was muss ich im Umgang mit Datenbanken beachten? Wie kann ich von zuhause auf die digitalen Medien zugreifen? Wie zitiere ich korrekt?

Das Bibliotheksteam besteht aus vier Frauen, die sich 200 Stellenprozent teilen: Ruth Bättig, Christa Bucheli und Norma Widmer heissen die Kolleginnen von Daniela, die alle über reichlich Erfahrung verfügen. Die Leiterin merkt an: «Die vielen Aufgaben lassen sich mit zwei Vollzeitstellen nur bewältigen, weil wir konsequent alle möglichen Prozesse automatisiert haben und wenn immer möglich Synergien nutzen.» >



Managen unsere Bibliothek:
Daniela Denzer, Christa Bucheli,
Norma Widmer und Ruth
Bättig (v.l.n.r.)



› **Eine vielseitig interessierte Leiterin**

Daniela ist leidenschaftliche Bibliothekarin, aber sie hat in ihrem bisherigen Leben auch anderes gemacht. Sie absolvierte nach der Sekundarschule das Lehrerseminar und arbeitete danach in der Marktforschung. Während fast zwei Jahrzehnten programmierte sie Umfragen und wertete die Daten aus. Nach der Ausbildung zur Wirtschaftsinformatikerin studierte sie Information Science mit Spezialisierung Bibliothekarin und Archivarin. Sie war schon immer eine begeisterte Leserin: «Mich interessiert wahnsinnig viel», sagt sie und fügt mit einem Augenzwinkern an: «Manchmal ist es fast zu viel. Aber das ist eigentlich ein schönes Problem...»

Wer auf der Suche nach spezifischen Informationen ist, kann sich an die Bibliothek wenden, die nicht allgemein öffentlich, sondern ausschliesslich für Mitarbeitende, Betroffene sowie deren Angehörige bestimmt ist. «Wir sind für die Menschen auf dem Campus da», sagt Daniela und startet gleich einen Aufruf: «Kommt vorbei, meldet euch schriftlich oder telefonisch. Oder wir schauen bei euch vorbei.»

Eines betont Daniela zum Schluss noch einmal ausdrücklich. Das ehemals weisse A4-Papier wird mit Pfeilen ergänzt, die zum Begriff «Wissen» führen. Und dahinter platziert die Leiterin der Bibliothek ein grosses Ausrufezeichen.

Mehr Infos zu der Bibliothek findest du hier:
Intranet > Services > Bibliothek

SPG in Zahlen

Starke Massnahmen für die Zukunft des SPZ

430

Derzeit arbeiten im SPZ 430 Personen im Bereich der Pflege – 11 mehr als Ende 2021. Das zeigt, dass die durch die «PfleGewinner»-Initiative und die Taskforce Pflege erarbeiteten Massnahmen gegen den Personalnotstand erste Früchte tragen.

2,6

Prozent wurden die Löhne der Pflegenden im SPZ 2022 durchschnittlich erhöht. Die Löhne der Studierenden stiegen um 12 Prozent.

55

Personen haben seit Anfang Jahr die Möglichkeit genutzt, sich via WhatsApp auf einen Pflegeberuf zu bewerben. (Stand: Ende Januar 2023)

50 Franken beträgt die Einspringpauschale, die bei kurzfristigen Einsätzen direkt mit dem Lohn vergütet wird.

115

Lernende und Studierende werden derzeit im SPZ ausgebildet. Das sind 40 Prozent mehr als noch im Jahr 2017.

neue Stellen wurden für Pflegepraktikantinnen und -praktikanten geschaffen. 3 zusätzliche Stellen wurden geschaffen, um die Studierenden und Lernenden in der Pflege besser zu unterstützen. Und 3 von 4 Lernenden und Studierenden konnten nach ihrer Ausbildung im SPZ weiter von der SPG beschäftigt werden.

Mehr Infos zu den Massnahmen für die Pflegenden im SPZ findest du hier: [Intranet > News > Starke Massnahmen für die Zukunft des SPZ](#)

«Neues zu beginnen, braucht immer etwas Mut»

Als Pflegefachfrau im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) begleitet Tamara Leutwyler Menschen mit Querschnittlähmung zurück in den Alltag – und konnte dabei auch selber erfahren, wie wertvoll Unterstützung sein kann, um vorwärtszukommen.

Interview: **Andrea Zimmermann**

Foto: **Sabrina Kohler**

Tamara, derzeit hört man viel darüber, wie herausfordernd der Berufsalltag in der Pflege ist. Was reizt dich daran?

Es ist dasselbe, was mich dazu bewogen hat, diesen Beruf zu erlernen: das Interesse am Menschen. Ihn in schwierigen wie auch schönen Momenten zu begleiten, ist die Essenz meiner Tätigkeiten. Ich habe bei vielen Arbeitgebern und in verschiedenen Bereichen gearbeitet – auf der IPS, in der Akutpflege und bei der Spitex, aber die Arbeit im SPZ ist diesbezüglich mit nichts vergleichbar. Hier steht der Mensch tatsächlich im Mittelpunkt. Es macht mich stolz, einen Beitrag dazu zu leisten, dass unsere Patientinnen und Patienten wieder zurück ins Leben finden.

Du arbeitest seit eineinhalb Jahren im SPZ. Wie kam es dazu?

Eine gute Freundin arbeitet hier und hat mir oft vom SPZ erzählt. Deshalb habe ich immer wieder mal nach offenen Stellen in Nottwil Ausschau gehalten – bis ich mich schliesslich für den Nachtfalterdienst, also die Schicht von 17:30 bis 23 Uhr, beworben habe. Regelmässige Arbeitszeiten sind im Pflegeberuf keine Selbstverständlichkeit und sehr begehrt, gerade wenn man Kinder hat. Entscheidend war auch, dass es möglich war, in einem Teilzeitpensum zu arbeiten und die Einführungszeit flexibel zu gestalten, sodass ich diese mit meinen privaten Terminen bestens koordinieren konnte. Das hat vieles vereinfacht.

Mittlerweile hast du die Co-Leitung über eine Pflegestation. Was hat sich seither verändert?

Ich trage mehr Verantwortung in sämtlichen Bereichen und bin direkte Ansprechperson für meine Kolleginnen und Kollegen der Station G. Zudem bin ich in am Rekrutierungsprozess für neue Mitarbeitenden beteiligt und habe eine Vorbildrolle im Bereich Leadership. Im Mai starte ich mit den internen Führungsweiterbildungsmodulen, wobei es mein Ziel ist, das CAS Leadership an der Hochschule Luzern abzuschliessen.

Alles in allem bedeutet das, dass ich deutlich mehr als vorher arbeite. Das ist eine Mehrbelastung, – die sich allerdings durch die Freude am Job relativiert. Eine Führungsposition hat mich immer gereizt. Ich bin sehr dankbar dafür, dass das hier im Jobsharing möglich ist und sich damit auch mit der Familie vereinbaren lässt.

«Ich bin dankbar, dass das hier im Job-sharing möglich ist.»

Tamara Leutwyler

position hat mich immer gereizt. Ich bin sehr dankbar dafür, dass das hier im Jobsharing möglich ist und sich damit auch mit der Familie vereinbaren lässt.

Familie und Führungsposition – hattest du zu Beginn bedenken, beides unter einen Hut zu bringen?

Am Anfang machte ich mir in der Tat Gedanken darüber, wie ich das unter einen Hut bringen soll. Aber sowohl mein privates Umfeld als auch meine Teamkolleginnen und -kollegen haben mich bestärkt, den Schritt zu wagen. Auch dafür bin ich sehr dankbar. Ich habe immer sehr viel Unterstützung vom Pflege- und Führungsteam erfahren – so auch als ich vor eineinhalb Jahren hier angefangen habe und praktisch noch nichts über Paraplegiologie wusste. Neues zu beginnen, braucht immer etwas Mut. Und in diesem Fall hat es sich mehr als gelohnt.



Hat sich immer eine Führungsposition gewünscht: Tamara Leutwyler.

Über Tamara

Tamara Leutwyler ist Mutter von drei Kindern und lebt gemeinsam mit ihrem Mann in Schenkon LU. Die 37-jährige Pflegefachfrau HF arbeitet seit eineinhalb Jahren im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) – zunächst im Nachtfaltdienst. Vor einem Jahr hat sie die Co-Leitung der Pflegestation G übernommen. Nebenberuflich unterrichtet sie am Bildungszentrum Xund, und engagiert sich dabei für die Aus- und Weiterbildung von Pflegefachkräften. Ihre Freizeit verbringt Tamara am liebsten draussen in der Natur, sei es beim Wandern oder Ski-fahren. Jüngst hat sie auch die Kunst des Handletterings für sich entdeckt. Das achtsame Zeichnen von Buchstaben, sowie das Lesen, sind für sie ein idealer Ausgleich zur Hektik des Alltags.

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Den Leistungsdruck reduzieren

«Carema» sendet Signale aus, wenn Mitarbeitende mehrmals ausfallen. Manuela Schär und Nadine Grau vom betrieblichen Gesundheitsmanagement erklären, wieso dieses Zeitmanagementtool kein Kontrollwerkzeug ist.



Text: **Peter Birrer**

Foto: **Adrian Baer**

Drei Buchstaben stehen für eine Abteilung auf dem Campus, die als Anlaufstelle dient, wenn es um gesundheitsrelevante Themen der Mitarbeitenden geht: BGM – betriebliches Gesundheitsmanagement. Manuela Schär ist die Verantwortliche BGM, Nadine Grau steht ihr mit Rat und Tat zur Seite.

Grundsätzlich unterteilt sich das BGM in Prävention (körperlich und psychisch) und Behandlung. Manuela und Nadine leisten Support in allen Bereichen. Das reicht von Auskunft über Sportmöglichkeiten über Sekundärprävention mit breitem Coachingangebot bis zum Case Management, bei dem Mitarbeitende während einer Langzeiterkrankung individuell begleitet werden, beispielsweise auf ihrem Weg zurück an den Arbeitsplatz. «Wir möchten den Fokus in den nächsten Jahren mehr auf die Prävention legen», so Nadine.

Auffälligkeiten früh erkennen

Und genau dafür gibt es nun ein neues Tool. Carema heisst es, und wer vor den beiden BGM-Fachpersonen von einem Kontroll- oder Überwachungstool spricht, wird rasch aufgeklärt. «Genau das ist es nicht», sagt Manuela, «Carema hilft uns, Auffälligkeiten noch schneller zu erkennen und Hinweise zu liefern, wenn Massnahmen zugunsten der Mitarbeitenden ergriffen werden sollen.»

Ein besonderes Hilfsmittel ist Carema, weil es dank des automatisierten Prozesses Analysen bereitstellt, die darauf hindeuten könnten, dass eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter eine Unterstützung benötigt.

Wenn es um die Begleitung von Absenzen geht, kommt ein Stufenmodell ins Spiel. Stufe 1 bedeutet: Die oder der

Arbeitnehmende weist innerhalb von sechs Monaten vier Unfall- oder krankheitsbedingte Kurzabsenzen (jede Absenzdauer) oder insgesamt 20 Tage Abwesenheit auf. Sobald diese Grenze überschritten ist, erhalten Vorgesetzte automatisch eine schriftliche Benachrichtigung und werden darauf aufmerksam gemacht, dass sie das Gespräch mit der betroffenen Person suchen sollten.

Lösungen finden

Möglicherweise kommen hierbei plötzlich Probleme an die Oberfläche, die bis dahin im Verborgenen blieben: Besteht aktuell eine berufliche oder private Überforderung? Handelt es sich vielleicht um das Gegenteil, um eine Unterforderung, die ebenfalls krank machen kann? «Es kann sein, dass jemand regelmässig unter Migräne leidet, davon aber niemandem erzählt», sagt Nadine, «wenn wir davon aber wissen, bemühen wir uns, eine Lösung zu finden.»

Stufe 2 wird erreicht, wenn im darauffolgenden halben Jahr weitere drei einzelne oder insgesamt zehn Tage krankheitsbedingt dazukommen. Auf Stufe 3 schliesslich sind es noch weitere zwei so genannte Ereignisse oder acht Tage total.

«Unser Ziel ist es, den allgemeinen Leidensdruck zu reduzieren», sagt Manuela und fügt erklärend hinzu: «Auch wir bewegen uns in einem Spannungsfeld. Da sind zum einen die wirtschaftlichen Komponenten, aber zum anderen eben auch die soziale Verantwortung den Mitarbeitenden gegenüber. Es geht darum, ein Gleichgewicht herzustellen.»

Mit Carema, das betonen Manuela und Nadine, soll eine einfache und offene Kommunikation bezüglich der Gesundheit der Mitarbeitenden angestrebt werden. Und das BGM kann schneller eine aktive Rolle übernehmen – sofern das gewünscht wird.

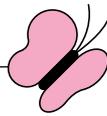
Psychische Probleme frühzeitig ansprechen

Manuela und Nadine befassen sich in ihrem Alltag mit einer ganzen Palette von Fragen, vor allem aber lassen sie nicht locker, bis sie Antworten gefunden haben. Ihnen ist es ein grosses Anliegen, dass Führungskräfte ein Arbeitsklima schaffen, in dem niemand Angst haben muss, offen über Sorgen zu sprechen. Dass sie die Mitarbeitenden wertschätzen – und fördern. «Führen heisst handeln!» lautet einer der Grundsätze, die das BGM proklamiert.

Die Unsichtbarkeit von psychischen Erkrankungen und die immer noch damit verbundene Stigmatisierung führen oft dazu, dass zu lange nicht interveniert wird. Dies kann zu Belastungen für das gesamte Arbeitsumfeld, Langzeitabsenzen und unnötigen Arbeitsplatzverlusten führen. «Je früher man ein Problem erkennt, desto grösser ist die Chancen, dass man es gut lösen kann», sagt Manuela. So können beispielsweise mit der oder dem betroffenen Mitarbeitenden Unterstützungs-massnahmen vereinbart werden. Sie, die auch als Mediatorin und Coach arbeitet, ist gemeinsam mit der ausgebildeten Sozialpädagogin Nadine häufig im SPZ unterwegs, um Gespräche zu führen. Und um einen Beitrag für die Gesundheit der Mitarbeitenden zu leisten.



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



Hast du Fragen an unseren Experten?

Remo Bucher,
Leiter Gärtnerei
remo.bucher@paraplegie.ch
T 4262

Einen grünen Daumen für alle

Was du für mehr Biodiversität tun kannst

Du willst deinen Balkon begrünen oder deinem Garten mehr Aufmerksamkeit schenken? Mit den Tipps von Remo Bucher, Leiter Gärtnerei SPZ, bringst du nicht nur mehr Farbe in deine Umgebung, sondern leistest auch einen wertvollen Beitrag zur Förderung der Biodiversität in unserer Region.

#1 Samenmischung aussäen

Die beigelegte Samenmischung enthält einjährige einheimische Ackerblumen, die einen sonnigen Standort mögen. Du kannst sie in einen Topf oder direkt im Garten in feinkrümelige Erde säen. Da es sich um Lichtkeimer handelt, sollten die Samen nicht mit Erde bedeckt, sondern nur angedrückt und anschliessend gegossen werden. «Im Garten kann das auch der Regen übernehmen», erklärt Remo. «Wichtig ist es, die Erde während der Keimphase feucht zu halten.» Bereits nach drei Wochen sollten die Samen gekeimt haben.

#2 Einheimische Pflanzen kaufen

Achte beim Kauf von Pflanzen darauf, dass du einheimische Arten wählst. «Sie bieten unserer Fauna, also Insekten, Vögeln und Kleinsäugetieren, den grössten Mehrwert», so Remo.

#3 Den richtigen Standort wählen

Manche mögen es schattig, andere Pflanzen gehen ohne viel Sonne ein. Mach dir vor dem Einkaufen Gedanken über den Standort, den du begrünen möchtest. «Jede Pflanze gedeiht unter anderen Bedingungen am besten», sagt Remo. «Wer das berücksichtigt, kann sich länger über einen schönen Garten freuen.»

#4 Abends giessen

Um Wasser zu sparen, ist es sinnvoll, wenn du deine Pflanzen in den späteren Abendstunden giesst. Da es dann wieder kühler ist, verdunstet kaum Wasser und die Pflanzen haben genügend Zeit, das lebensnotwendige Nass aufzunehmen. Remo erklärt: «Wer richtig giesst, tut nicht nur der Umwelt etwas Gutes, sondern reduziert auch den Giessaufwand.»



Applaus



Mit vollem
Einsatz dabei

Vanessa Meissner hat sich kürzlich den Weltmeistertitel im Kochen geholt. Die Chefpatissière aus dem Team der Gastronomie SPZ erzählt, wie sie den Wettkampf in Luxemburg erlebt hat – und verrät ein Rezept für ein Dessert, das allen gelingt.

«Am Tag der Rangverkündung ging es mir sehr schlecht», erinnert sich Vanessa Meissner an das grosse Finale an den Kochkunstweltmeisterschaften zurück. «Mir war ganz flau im Magen, ich war unglaublich nervös.» Kein Wunder: Die Konkurrenz am Wettkampf vom vergangenen Dezember war gross und das Team des Cercle des Chefs de Cuisine Lucerne (CCCL), das Vanessa verstärkte, stand unter Druck, eine Bestleistung abzugeben.

«Nie im Leben dachte ich daran, dass wir es schaffen könnten», erzählt sie. Und doch haben sich die 29-Jährige und ihre Kolleginnen und Kollegen gegen insgesamt 25 Teams aus der ganzen Welt durchgesetzt. «Es war eine grossartige Erfahrung, die Stimmung vor Ort war bombastisch.»

Immer etwas Neues

Vanessa kocht leidenschaftlich gerne und lebt ihr Talent auch abseits des Rampenlichts in der Küche im SPZ aus. «Da ich in der Patisserie tätig bin, kann ich immer etwas Neues einfliessen lassen», sagt sie. Da im Alltag die Zeit für aufwändige Dekorationen oftmals fehlt, freut sie sich umso mehr auf spezielle Anlässe wie Ostern oder Weihnachten. «Dann nehme ich mir Zeit, um mich zu verwirklichen.»

Ausleben kann sich die Köchin auch zuhause, wo sie regelmässig mit und gegen Freunde kocht. «Ich lasse mir immer wieder etwas Neues einfallen und gebe mir immer sehr viel Mühe, alles schön anzurichten. Das Auge isst schliesslich mit.»

Text: Andrea Zimmermann

Der Desserttipp der Weltmeisterin

Panna Cotta für 4 Personen

6 dl Rahm
60 g Zucker (oder auch Honig)
1 Vanilleschote ausgekratzt
zusammen aufkochen, dann vom
Herd nehmen.
2,5 Blatt Gelatine eingeweicht
in kaltes Wasser begeben,
die Masse abkühlen lassen.
Sobald sie zu stocken beginnt,
in Gläser abfüllen. Im Kühlschrank
fest werden lassen.
Kann mit diversen Fruchtsaucen
oder Kompott serviert werden.



«Ich habe schon immer vom Auswandern geträumt»

Mutiara Clayton (22)

arbeitet als Fachmitarbeiterin Service & Operations bei Sirmed und lebt in Paris.

Mutiara, du lebst in Paris und arbeitest in Nottwil. Wie ist es dazu gekommen?

Mein Partner studiert Fashion Design in Paris. Da ich keine Fernbeziehung wollte und schon immer vom Auswandern geträumt habe, war das die Chance für mich. Neben meinem 50-Prozent-Job bei der Sirmed absolviere ich ein Fernstudium in Pädagogik. Der Studiengang findet komplett online statt, was mich sehr flexibel macht. Wir leben in einer digitalen Welt, in der immer häufiger ortsunabhängig gearbeitet wird. Ich bin unglaublich dankbar dafür, dass mir die Sirmed es ermöglicht hat, meinen Traum zu verwirklichen und weiterhin in Nottwil angestellt zu bleiben. Als Fachmitarbeiterin Service & Operations bin ich hauptsächlich für die Bildungsadministration der ganzen SPG zuständig. Zudem übernehme ich administrative Aufgaben für die Sirmed und habe viel mit Social Media zu tun.

Wie arbeitet es sich von der Ferne aus?

Durch die vielen Teams-Meetings und Telefonanrufe bin ich immer noch stark mit Nottwil verbunden. Im Grunde unterscheidet sich nicht viel von meinem früheren Arbeitsalltag und ich habe mich

schnell daran gewöhnt, täglich im Home-office zu arbeiten. Was mir hingegen fehlt, ist der direkte Kontakt zu meinen Arbeitskolleginnen und -kollegen. Dafür freue ich mich umso mehr, für Teamanlässe und das Personalfest nach Nottwil zu reisen. Solche Dinge will ich auf keinen Fall verpassen.

Hast du neben Arbeit und Studium überhaupt Zeit, Paris zu entdecken?

Das ist in der Tat nicht ganz einfach (lacht). Obwohl ich seit September hier lebe, habe ich noch nicht alles gesehen. Da ich neben meinem Partner fast niemanden in Paris kenne und auch keinen richtigen Pariser Arbeitsalltag habe, muss ich mich selber motivieren, etwas zu unternehmen. So habe ich mir zum Beispiel vorgenommen, jedes Wochenende ein Museum zu besuchen. Aber auch sonst entdecke ich immer wieder Neues. Zudem gehe ich oft ins Fitness und in die Bibliothek, um für mein Studium zu büffeln. Auch wenn es so scheint, als hätte sich mein Alltag nicht gross verändert – für mich war es auf jeden Fall die richtige Entscheidung hierherzuziehen.

Interview: Andrea Zimmermann

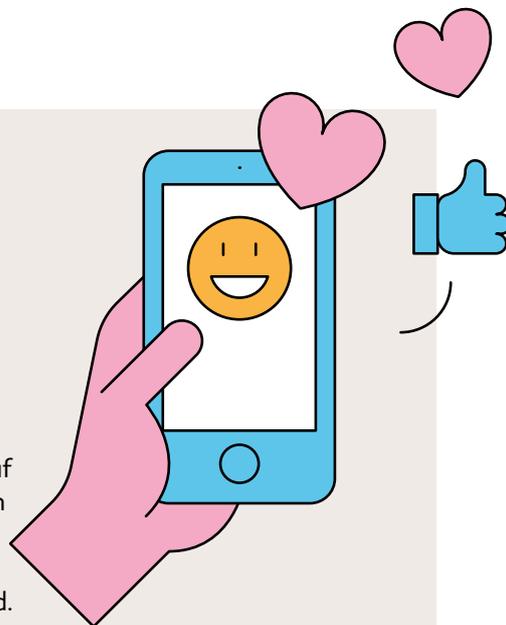
SPG auf Social Media

Jasmin Feierabend begeistert unsere Follower*innen

In einer fünfteiligen Videoserie erzählt Jasmin Feierabend von ihrer Reha-Zeit im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) und ihren Zukunftsplänen. Die positiv eingestellte und willensstarke 35-Jährige verunfallte während eines Aufenthalts auf der Gewürzinsel Sansibar und kämpfte sich in Nottwil mit Physio- und Ergotherapie zurück in ihren Alltag als Gastronomin. Ein langer und aufwändiger Weg, auf dem sie in ihrer Physiotherapeutin eine wichtige Bezugsperson gefunden hat. «Wir haben beide Vollgas gegeben und wollten das Gleiche erreichen», sagt Jasmin. «Dieses gegenseitige Vertrauen ist für die Therapiearbeit sehr wichtig, – dann geht es rasch vorwärts.»

Eine Erfolgsgeschichte

Und tatsächlich: Heute kann Jasmin wieder gehen. Die Follower*innen auf unseren Social-Media-Kanälen finden die Geschichte der jungen Zürcherin – und damit auch die Leistung der Mitarbeitenden im SPZ – inspirierend. «Einfach unglaublich, was der Körper, die Seele, ihr als SPZ und als einzelne Menschen in so wichtigen Einrichtungen zu leisten fähig seid», kommentiert etwa Followerin Susanne Rhyner auf Facebook.



Interessiert? Die Videoserie findest du hier:

 paraplegie.ch/jasmin-feierabend

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

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

Bring die Natur zum Summen

Obwohl die Wildbiene für die Vielfalt unserer Natur unverzichtbar ist, ist ihr Bestand seit einigen Jahren akut gefährdet. Die Hauptgründe für ihr Verschwinden sind der Einsatz von Insektiziden in der Landwirtschaft und die Vernichtung ihrer natürlichen Lebensräume. Die Insekten zu schützen, ist in unserem Interesse. Denn: Sterben die Bestäuber unserer Kulturpflanzen aus, hat dies auch einen unmittelbaren Einfluss auf unsere Nahrungskette. Kurzum: Ohne Wildbienen, keine Ernte.

Wildbienen-Häuschen im Wert von 159 Franken zu gewinnen!

Du hast die Samenmischung gesät und sie keimt bereits? Oder du hast auch sonst einen grünen Daumen und dein Garten oder dein Balkon ist ein kleines Wildbienenparadies? Dann schick uns bis zum 14. April ein Foto davon an newsroom@paraplegie.ch (Vermerk: Wildbiene) und gewinne mit etwas Glück ein Wildbienen-Häuschen inklusive einer Startpopulation von rund 25 Mauerbienenkokons.

Der oder die Gewinner*in wird persönlich benachrichtigt. Teilnahmeberechtigt sind alle Mitarbeitenden der Schweizer Paraplegiker-Gruppe.



Mitmachen & gewinnen!

