

Campus



Mitarbeitende im Mittelpunkt.

Sommer 2025



Innovation

Unterwegs in die Zukunft

14 **Praxis**

Zu Besuch bei der
Sportmedizin

20 **Seitenwechsel**

Einblicke in den Arbeits-
alltag auf der IPS

23 **Expertentipp**

5 Tipps für kreative Ideen
und neue Lösungen

Angebot

Entdecke die Bündner Berge

Bist du noch auf der Suche nach einem passenden Ausflugsziel für deine Ferien? Fernab von Massentourismus und Alltagshektik wartet die ruhige und authentische Naturregion der Surselva auf dich. Das kleine, aber feine Hotel Mischun in Brigels bietet nebst einladenden Zimmern und Suiten auch einen Wellnessbereich eingebettet in einer atemberaubenden Bergkulisse.

20 Prozent auf Zimmer

Für Mitarbeitende der Schweizer Paraplegiker-Gruppe gibt es 20 Prozent Rabatt auf die Zimmerrate. Profitiere von freiem Zugang zum Wellnessbereich, kostenloser Benutzung des Wanderbusses, einem Welcomedrink und dem Geniesserfrühstück mit regionalen Produkten.

Angebot einlösen:

Melde dich telefonisch beim Hotel Mischun unter der Nummer 081 544 51 11 und erwähne, dass die SPG deine Arbeitgeberin ist. Gültig bis Ende 2025.

+ Weitere attraktive Angebote im Intranet

Ob Freizeitaktivitäten, Shopping oder Versicherungen – die SPG bietet Ihren Mitarbeitenden zahlreiche Vergünstigungen. Mehr Infos findest du hier: [Intranet > Meine Vorteile > Vergünstigungen](#)



Innovation beginnt im Kleinen

Innovation klingt oft nach grossen Ideen, bahnbrechenden Technologien oder spektakulären Produkten. Doch sie beginnt meist viel unscheinbarer – im Alltag, im Kleinen. Genau dort, wo Mitarbeitende der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) tagtäglich mitdenken, mitgestalten und mit kleinen Veränderungen Grosses bewirken. Ob neue Prozesse, verbesserte Dienstleistungen oder clevere Produktideen: Innovation hilft nicht nur Menschen mit Querschnittslähmung, ihr Leben selbstbestimmter zu gestalten – sie erleichtert auch den Arbeitsalltag von uns Mitarbeitenden. Deshalb braucht es ein gemeinsames Bewusstsein dafür, dass jede Idee zählt. Die Geschichte der SPG zeigt es eindrücklich: Was vor 50 Jahren mit einer Vision begonnen hat, ist heute gelebte Realität. Und wer weiss, welche neuen Ideen das Morgen unserer Organisation prägen werden?

Liebe Leserin, lieber Leser, in dieser Ausgabe findest du einige Anhaltspunkte, wohin uns die Zukunft führen könnte. Das Redaktionsteam wünscht dir eine spannende Lektüre.

Andrea Zimmermann
Chefredakteurin Campus

Foto Cover: Adrian Baer; Editorial: Sabrina Kohler

4 **kurz&knapp**

Wissenswertes aus der SPG

6 **Innovation beginnt im Alltag**

Mitarbeitende als Motor

8 **Zukunft entsteht im Jetzt**

Automatisierung von Arbeitsprozessen bei ParaHelp



10 **Fortschritt gestalten**

Drei wirkungsvolle Projekte wie zum Beispiel der OT FOXX K1 (Cover)

11 **Schneller weg von der Maschine**

Neue Möglichkeit zur Entwöhnung von der Beatmungsmaschine

12 **Design, das verbindet**

Innovationen aus Nottwil an der Milano Design Week

14 **Praxis**

Zu Besuch bei der Sportmedizin

17 **Aussenblick**

Popsänger Zian über seine Eindrücke aus Nottwil

18 **Visite**

Andreas Gautschi entwickelt Produkte für Betroffene

20 **Seitenwechsel**

Einblicke in den Alltag auf der IPS

23 **Expertentipp**

5 Tipps für kreative Lösungen und neue Ideen



24 **Applaus**

Mit dem Velo nach Nottwil

26 **Nachgefragt**

Pro Jahr jobbedingt rund 25000 Kilometer unterwegs

27 **Medienspiegel**

Das wurde über die SPG berichtet

Impressum

Campus Sommer 2025, 5. Jahrgang
Das Magazin für Mitarbeitende der Schweizer Paraplegiker-Gruppe

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

Redaktion: Andrea Zimmermann (Redaktionsleitung), Cathérine Gasser (Stellvertretende Redaktionsleitung); **Redaktionelle Mitarbeit:** Helen Affolter, Peter Birrer, Stefanie Eichler, Carina Röthlisberger, Nadja Sägger, Sonja Helfenstein; **Konzept:** Agentur Guido Von Deschwanden; **Gestaltung:** Andrea Federer (Leitung Visuelle Kommunikation SPS), Daniela Erni; **Fotos und Illustrationen:** Adrian Baer, Jan Bättig, Gianmarco Di Leonardo, Walter Eggenberger, Sabrina Kohler, Stefan Vecsey, istockphoto

Druck: Wallimann Medien und Kommunikation AG, Beromünster; Auflage: 2500 Exemplare

Papier: Refutura, Recycling, matt; das Magazin wird klimaneutral gedruckt
Copyright: Abdruck nur mit Genehmigung der Herausgeberin

Themeneingabeschluss Ausgabe 3/25: 4. Juni 2025; das Magazin erscheint vierteljährlich



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

myclimate
Wirkt. Nachhaltig
Drucksache
myclimate.org/01-25-986400



SPS-Mitgliedschaft jetzt auch für Partnerinnen und Partner

Alle Mitarbeitenden der SPG mit einer unbefristeten oder über einjährigen Anstellung sind automatisch Mitglied bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS). Neu profitieren auch im gleichen Haushalt lebende Partnerinnen und Partner von der Mitgliedschaft. Bisher galt dies nur für Ehepartnerinnen und -partner.

Erfasse deine Familienmitglieder (Partner*in und Kinder) direkt online unter paraplegie.ch/mitgliederdaten. Falls du deine Mitgliedernummer nicht kennst, reicht die Angabe des Namens der Gesellschaft, für die du arbeitest. Bereits bezahlt? Dann gilt die kostenlose Mitgliedschaft ab 2026.

Fragen? Schreib an:
firmen@paraplegie.ch



Neues BGM-Fokusthema

Generationenmix im Berufsalltag

Babyboomer, Generation X, Millennials oder Gen Z – in der SPG arbeiten Menschen aus unterschiedlichen Generationen zusammen. Alle bringen eigene Erfahrungen, Werte und Arbeitsstile mit. Und genau dort setzt das neue Jahresthema des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) an: Generationenmix im Berufsalltag. Im Laufe des Jahres soll durch Impulse und Mitmachangebote der Austausch gefördert, das gegenseitige Verständnis gestärkt und das Potenzial dieser Vielfalt sichtbar gemacht werden. Sei gespannt!

Schon gesehen?



Seit Mitte Mai begegnet dir die Arbeitgeberkampagne der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) online, auf Social Media, auf Plakaten, an grösseren Bahnhöfen sowie in Bussen und Zügen in der Zentralschweiz. Ziel der Kampagne ist es, die Bekanntheit der SPG als attraktive Arbeitgeberin zu steigern und Fachkräfte durch die Botschaft «Werde Teil von etwas Grösserem» zu einer Bewerbung zu motivieren.

Mehr Infos auf:

[+ paraplegie.ch/karriere](https://paraplegie.ch/karriere)



2158 Kilometer für eine gute Sache

Beim diesjährigen Wings for Life World Run am 4. Mai waren in Zug insgesamt 149 Personen im Team der Schweizer Paraplegiker-Stiftung dabei. Unter ihnen Fussgängerinnen und Fussgänger sowie Rollstuhlfahrende. Gemeinsam legte das Team 2158 Kilometer zurück und erreichte damit weltweit den 40. Rang. Insgesamt nahmen dieses Jahr rund 310 000 Personen in 170 Ländern teil. Alle Startgelder kommen der Rückenmarkforschung zugute, womit heuer 8,6 Millionen Euro zusammenkamen.

1045

stationäre Patientinnen und Patienten mit Querschnittlähmung wurden im Jahr 2024 im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) behandelt – 56 % waren von einer Tetraplegie und 44 % von einer Paraplegie betroffen.

Weitere spannende Zahlen zur Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) findest du im frisch erschienenen Jahresbericht unter:

[+ report.paraplegie.ch/2024](https://report.paraplegie.ch/2024)

Sommer 2025

Agenda

27. Juni

JubiAir – Personalfest mit Friends

16 bis 23 Uhr Konzerte, Barbetrieb bis 2 Uhr; Campus Nottwil

7. bis 11. Juli

Betreute Ferienwoche für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Campus Nottwil

1. August

25 Jahre Schweizer Paraplegiker-Forschung

25. August

Feierabendbier mit Markus Béchir und Luca Jelmoni

16 bis 18.30 Uhr, Lounge SPZ



6. & 7. September

Tage der offenen Tür

Campus Nottwil

Es beginnt im Alltag

Innovation ist kein Zufallsprodukt, sondern das Ergebnis von Zusammenarbeit und Weiterentwicklung. Mit dem Innovation Hub schafft die SPG die nötigen Strukturen dafür.

Text: Andrea Zimmermann

Fotos: Adrian Baer

Wenn von Innovation die Rede ist, denken viele an bahnbrechende Technologien, futuristische Geräte oder spektakuläre Produkte – und an die Genies, die sie erschaffen haben. Dabei wird oft übersehen, dass selbst die revolutionärsten Ideen im Kleinen entstanden sind und in den seltensten Fällen das Resultat eines Geistesblitzes waren.

«Innovation gelingt in der Regel nur durch Teamarbeit, interdisziplinären Austausch und schrittweise Optimierung», erklärt Stefan Stalder, Leiter Digitalisierung Innovation Transformation (DIT) im Schweizer Paraplegi-

ker-Zentrum (SPZ). Und sie zeigt sich in vielen Facetten: in neuen Prozessen, verbesserten Dienstleistungen oder cleveren Produktideen. «Ihnen gemeinsam ist in der Regel, dass sie Antworten auf Bedürfnisse darstellen, die sich aus dem Alltag heraus ergeben», so Stefan weiter.

Ohne Risiko kein Fortschritt

«Innovativ zu sein bedeutet, etwas zu schaffen, was es vorher noch nicht gegeben hat», erklärt Stefan. Der 45-Jährige und sein Team wissen, dass der Weg zu Neuerungen selten geradlinig

verläuft und der Erfolg oft lange auf sich warten lässt. «Hin und wieder zu scheitern ist kein Rückschritt, sondern Teil des Prozesses», sagt er. «Wer nicht den Mut hat, auszuprobieren, kommt auch nicht ans Ziel.» Dabei ist genau das für Unternehmen wie die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) wichtig, um langfristig erfolgreich zu bleiben.

«Innovation ist für uns ein strategisches Unternehmensziel, denn wir sind den Betroffenen gegenüber verpflichtet, in Forschung und Entwicklung zu investieren, die ihre Lebensqualität steigert», sagt Stefan. Doch auch Mitarbeitende profitieren von Innovation – etwa durch effizientere Abläufe im Arbeitsalltag. Langfristig stärkt sie das Profil der Organisation als zukunftsorientierte und innovative Arbeitgeberin –



Fast wie draussen unterwegs zu sein: Elektrostimulation mit VR-Brille.

Deine Idee zählt

Du hast eine zündende Idee, die den Alltag von Betroffenen oder Kolleginnen und Kollegen erleichtern könnte? Oder siehst du ein Problem, das dringend eine Lösung braucht?

Dann bring dich ein – alle Infos findest du unter:

[+ paraplegie.ch/innovation](https://www.paraplegie.ch/innovation)



Während neurowissenschaftlicher Untersuchungen über die Alpen oder die Sahara fliegen – ein in Nottwil entwickelter Deckenbeamer macht es möglich.

ein entscheidender Faktor, um neue Talente zu gewinnen und bestehende Mitarbeitende zu inspirieren.

Mitdenken und mitgestalten

Damit Innovation gedeihen kann, braucht es eine Unternehmenskultur, die Ideen zulässt und fördert. «Eine Kultur, in der Mitarbeitende mitdenken und mitgestalten dürfen», so Stefan. Um genau das zu ermöglichen, hat die SPG vor vier Jahren den Innovation Hub ins Leben gerufen. Mitarbeitende sowie externe Fachleute aus allen Bereichen – von Hochschulen oder Start-ups – können dort nicht nur Ideen einreichen, sondern auch Probleme melden, für die sie eine Lösung wünschen. Auf diese Weise sind in den vergangenen Jahren rund fünfzig Projekte entstanden, von denen fünf in der Box nebenan vorgestellt werden.

Fünf Highlights aus dem Innovation Hub

Druckverteilung dank Luftkammern

Sitzkissen sind für die Gesundheit von Menschen mit Querschnittslähmung essenziell, weshalb sie Gegenstand zahlreicher Innovationsprojekte sind. Eines davon ist das Sitzkissen Reliyoo, das eine innovative Technologie zur Druckverteilung und Entlastung gefährdeter Gesässbereiche nutzt. Es verfügt über Luftkammern, die Druckunterschiede ausgleichen und die Durchblutung fördern. Sensoren überwachen alle Funktionen in Echtzeit, um Dekubitus zu verhindern. Das Produkt ist bereits auf dem Markt erhältlich. Mehr Infos unter reliyoo.com.

Die Sitzbettung aus dem 3D-Drucker

Sitzbettungen korrigieren Fehlhaltungen und sollen vor Dekubitus schützen. In Nottwil wird derzeit daran gearbeitet, die Körperform eines Menschen digital zu erfassen und individuelle Sitzbettungen am Computer zu modellieren, die mit 3D-Druckern hergestellt werden können. Dabei sollen auch unterschiedliche Weichheitsgrade in die Sitzbettung eingearbeitet werden, sodass druckstellengefährdete Areale weicher und für die Sitzposition stützende Areale härter konzipiert sind. Erste Prototypen befinden sich bereits in der Testphase.

An der kalifornischen Küste Velo fahren

Für viele Menschen mit Querschnittslähmung gehören Therapien zum Alltag. Daher ist es umso wichtiger, diese so angenehm und kurzweilig wie möglich zu gestalten. Am Inter-

national FES Centre in Nottwil trainieren Patientinnen und Patienten deshalb seit einiger Zeit mit VR-Brille. Es hat sich nämlich gezeigt, dass sie länger und besser leistungsfähig sind, wenn sie das Gefühl haben, mit dem Velo draussen unterwegs zu sein statt in einem Therapieraum.

Über die Alpen fliegen

Für die Patientinnen und Patienten sind neurowissenschaftliche Untersuchungen nicht nur zeitaufwendig, sondern auch unangenehm. Ziel eines Innovationsprojekts, das bereits erfolgreich abgeschlossen werden konnte, war es deshalb, den Betroffenen das Prozedere so angenehm wie möglich zu machen. Der Ansatz: Ein Beamer projiziert Videos von Drohnenflügen an die Decke, die den Patientinnen und Patienten beim Abschalten und Entspannen helfen.

Im Liegen wiegen

Studierende der Hochschule Luzern (HSLU) Wirtschaft haben eine Innovationswoche im Schweizer Paraplegiker-Zentrum verbracht. Das Ergebnis ist ein neues Produkt, mit dem sie sogleich ein Start-up gründeten. Es trägt den Namen «Airscale» und ist eine Waage für bettlägerige Patientinnen und Patienten, die Transfers zum Wiegen überflüssig macht. Die Betroffenen können bequem im Bett liegen bleiben, während ihr Gewicht auf Knopfdruck ermittelt wird. Das spart Zeit und Energie und entlastet auch die Pflegenden.

Mehr Zeit für das, was wirklich zählt

Thanh Nguyen steigert mit robotergestützter Prozessautomatisierung Effizienz und Sicherheit. ParaHelp ist eine der ersten Organisationen der SPG, die davon profitiert: Der Datenaustausch mit Kosten- und Leistungsträgern läuft nun automatisiert.

Text: Andrea Zimmermann

Foto: Walter Eggenberger

Pflegerische Beratung und Schulung – ParaHelp begleitet Menschen mit Querschnittlähmung auf ihrem Weg zu mehr Selbstständigkeit. Gemeinsam mit Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonen entwickelt das Team Lösungen zur Prävention und zum Umgang mit lähmungsbedingten Komplikationen. Doch neben der anspruchsvollen Beratungsarbeit wächst ein anderer Bereich stetig: der administrative Aufwand.

Die Einholung von Verordnungen, die Erstellung von Leistungsplänen und die Kommunikation mit Ärztinnen, Ärzten und Versicherungen kostet Zeit. Viel Zeit. Und die wird immer knapper: War der administrative Aufwand im Jahr 2021 noch auf vier Kantone beschränkt, sind es heute bereits 23 – bald sogar die ganze Schweiz. Und gleichzeitig blieb die Zahl der administrativen Mitarbeitenden unverändert. «Damit waren wir gezwungen, effizienter zu werden», sagt Markus Stock, Co-Geschäftsführer bei ParaHelp.

Potenziale ausschöpfen

Die Lösung: ein Roboter. Genauer gesagt: die Automatisierung repetitiver Prozesse, die Zeit in Anspruch nehmen und kaum jemandem Freude bereiten. Markus ist seit Jahren von digitaler Transformation fasziniert. Dank zahlreicher Weiterbildungen erkannte er

«Wir haben gelernt, darauf zu vertrauen, dass der Roboter seine Arbeit gut macht.»

**Markus Stock,
Co-Geschäftsführer
ParaHelp**

das Potenzial neuer Technologien früh und begann zu prüfen, welche Vorteile die Digitalisierung für ParaHelp mit sich bringt. Sein Ziel: die Mitarbeitenden entlasten. «So können sie sich auf komplexere Fälle konzentrieren», erklärt er.

Unterstützt wurde er dabei von Thanh Nguyen, einer ausgebildeten Fachfrau Gesundheit, die vor zwei Jahren durch ein Studium in Medizinformatik als Quereinsteigerin zur IT des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) gekommen ist und mittlerweile für Prozessautomatisierungsprojekte innerhalb der gesamten SPG zuständig ist.

«Ich weiss, wie wichtig es Pflegenden ist, möglichst viel Zeit für die Patientinnen und Patienten aufzuwenden», sagt sie. Doch nicht nur in der Pflege, sondern auch in anderen Bereichen der SPG sieht sie Optimierungspotenzial.

Fehlerquote minimieren

Was ist ihre grösste Herausforderung? «Innovativ sein bedeutet, über die Vorstellungskraft hinauszugehen», meint Thanh. Viele könnten sich unter roboterunterstützter Automatisierung schlicht nichts vorstellen – oder hätten Angst, durch eine Maschine ersetzt zu werden. Aber: «Es geht darum, Menschen zu entlasten – nicht darum, sie zu ersetzen.» Nicht jede Aufgabe eignet sich für die Automatisierung. Nur klar strukturierte, repetitive Prozesse lassen sich zuverlässig an einen Roboter übergeben. «Meistens sind es monotone Tätigkeiten, die kaum jemand vermisst», so Thanh. Der grosse Vorteil neben dem Zeitgewinn: Gerade bei komplexen Abläufen mit vielen Beteiligten kann Automatisierung helfen, Fehler zu vermeiden.

Dazu findet in einem ersten Schritt eine Prozessanalyse statt. Danach prüft Thanh, welche Daten und Tools bereits vorhanden sind. «Ein Roboter ist nicht immer die beste Lösung», betont sie. Oft lasse sich mit bestehenden Mitteln viel erreichen – wenn man sie richtig nutze.

Es braucht digitales Mindset

ParaHelp gehört zu den ersten Organisationen der SPG, die von der roboterunterstützten Prozessautomatisierung profitieren: Der Datenaustausch zwi-



Prozesse optimieren, um mehr Zeit für das Wesentliche zu gewinnen: Thanh Nguyen hat Markus Stock und sein Team von ParaHelp dabei unterstützt, zeitaufwendige Arbeiten zu automatisieren.

«Innovativ sein bedeutet, über die Vorstellungskraft hinauszugehen.»

**Thanh Nguyen,
RPA und Business Engineer
SPZ**

schen Kosten- und Leistungsträgern läuft nun automatisiert. «Markus und sein Team haben wertvolle Vorarbeit dafür geleistet», sagt Thanh. Denn: Die Qualität der Datengrundlage sei entscheidend für den Erfolg.

Die Optimierungen entlasten nicht nur die Administration, sondern auch die Beraterinnen und Berater. «Davon profitieren letztlich auch unsere Klien-

tinnen und Klienten», freut sich Markus. Bis dahin dauerte es rund eineinhalb Jahre. Wie Markus erzählt, waren die grössten Herausforderungen nicht alleine technischer, sondern auch kultureller Natur. Die Mitarbeitenden mussten verstehen, dass Automatisierung ihre Arbeit unterstützt und nicht konkurrenziert. Gleichzeitig sei es wichtig, Kontrolle abgeben zu können: «Wir haben gelernt, darauf zu vertrauen, dass der Roboter seine Arbeit gut macht.»

Für Markus ist klar, dass der Wandel bei ParaHelp noch nicht abgeschlossen ist. Es geht nun darum, ein «digitales Mindset» bei den Mitarbeitenden zu fördern – eines, das Prozesse hinterfragt und aktiv mitgestaltet. Denn eines bleibt weiterhin: «Wir alle werden immer mehr Arbeit haben, als Ressourcen, um sie zu bewältigen.»

Was kann der Roboter für dich tun?

Gibt es in deinem Team wiederkehrende Aufgaben oder Prozesse, die viel Zeit in Anspruch nehmen – Zeit, die ihr lieber in Wichtigeres investieren würdet? Dann ist Thanh Nguyen die richtige Ansprechperson: Sie unterstützt dich dabei, Potenziale zur Optimierung oder Automatisierung zu identifizieren und gemeinsam umzusetzen.

Wende dich an:
thanh.nguyen@paraplegie.ch

Fortschritt gestalten

Innovation hat viele Facetten. Drei Beispiele zeigen die Wirkungskraft von Projekten aus der SPG.

Text: Andrea Zimmermann

Mehr Zufriedenheit durch optimierte Spätdienste

Innovationen entstehen nicht selten aus den Bedürfnissen des Arbeitsalltags. Dies zeigt auch das Beispiel der Pflegestation B des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ), wo sich im vergangenen Jahr eine Arbeitsgruppe damit beschäftigt hat, wie die Spätdienste optimiert werden können, damit weniger Überzeit anfällt. «Im Spätdienst konnten wir fast nie pünktlich Feierabend machen», sagt Rolf Bachmann, Fachverantwortlicher Pflege. «Das ist auf Dauer natürlich frustrierend.»

Die Lösung des Problems bestand schliesslich darin, den Beginn und das Ende des Spätdienstes um eine halbe Stunde zu verschieben. Das klingt banal, war aber eine organisatorische Herausforderung. Rolf erklärt: «Der spätere Dienstbeginn darf keine Auswirkungen auf die Versorgung der Patientinnen und Patienten haben.» Da sich der Spätdienst mit dem Frühdienst überschneidet, war es zudem wichtig, die Rollen und Verantwortlichkeiten zu klären, damit alle Arbeitsabläufe reibungslos funktionieren. Nach einer Testphase im Frühjahr

«Wir konnten nicht nur die Überstunden reduzieren, sondern auch die Arbeitszufriedenheit steigern.»

Rolf Bachmann,
Fachverantwortlicher Pflege
SPZ

wurde der optimierte Spätdienst im vergangenen Sommer definitiv eingeführt – und im Frühjahr 2025 auch von anderen Stationen übernommen.

«Mit der neuen Regelung konnten nicht nur die Überstunden reduziert, sondern auch die Arbeitszufriedenheit gesteigert werden», sagt Rolf. Das Engagement, das zu dieser Verbesserung geführt hat, wurde von der SPG entsprechend honoriert: Im Rahmen der Team Trophy hat die Station B 5000 Franken für einen Teamevent gewonnen.

Freiheit neu erleben

Orthotec hat gemeinsam mit dem Schweizer Formel-1-Unternehmen Sauber Technologies und dem Rollstuhlhersteller Pro Activ ein Mountain Handbike entwickelt, mit dem querschnittgelähmte Menschen problemlos offroad unterwegs sein können. «Wir legten grossen Wert auf die Berichte von betroffenen Personen, aber auch von Ergotherapeutinnen, Bike-Spezialisten und eigenen Mitarbeitenden», sagt Fabian Gafner, Leiter Entwicklung und Produktmanagement bei Orthotec. «Entstanden ist ein zuverlässiges Bike, das die aktive Fitness fördert und Freiheitsgefühle weckt.» Die beiden Orthotec-Mitarbeiter Maurice Amacher (Berater Rehathechnik) und Peter Reichmuth (Leiter Verkauf) konnten den neuen OT FOXX K1 bereits testen (auf Cover).

Mehr Infos:

[+ paraplegie.ch/mountainhandbike](https://paraplegie.ch/mountainhandbike)

KI-Tools für mehr Effizienz

KI-Tools halten immer mehr Einzug in den Arbeitsalltag. Doch welche sind mit den hohen Datenschutzanforderungen der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) vereinbar? Neben Microsoft Copilot haben Mitarbeitende der SPG auch Zugang zu zwei hauseigenen Chatbots. Einerseits ist dies der SPG-Bot, der Wissen aus allen QMS-Dokumenten, Daten aus dem Intranet und weiteren internen Quellen, wie bald auch der Lernplattform ParAcademy, generiert. Zum anderen der neue Bibliothek-Bot, der laufend mit der neuesten medizinischen Fachliteratur gefüttert wird.

Schneller weg von der Maschine

Künstlich beatmete Patientinnen und Patienten gehören auf der IPS zum Alltag. Die Entwöhnung von der Beatmungsmaschine ist oft ein langer Weg. Dank STIMIT soll das nun anders werden.



Interview: Helen Affolter
Foto: Sabrina Kohler

Gabi, wieso macht ihr dieses Projekt?

Das Problem bei künstlicher Beatmung ist, dass das Zwerchfell – unser wichtigster Atemmuskel – inaktiv bleibt und sich rasch abbaut. Schon nach ein bis drei Tagen ist die Hälfte der Muskelmasse verloren. Beim sogenannten Weaning, der Entwöhnung von der Beatmung, muss der Muskel mühsam wieder aufgebaut werden. STIMIT will das Zwerchfell aktiv halten, um den Abbau zu verhindern. Bereits kurze Therapieeinheiten von zweimal 15 Minuten täglich können Wirkung zeigen.

Und wie funktioniert das?

Man nutzt den Phrenikusnerv, der vom Hals zum Zwerchfell führt. Wird dieser Nerv am Hals mit elektromagnetischen Impulsen angeregt, beginnt das Zwerchfell zu arbeiten, wodurch Patientinnen und Patienten wieder aktiv atmen. Voraussetzung ist, dass der Nerv intakt ist. Dass das Prinzip funktioniert, hat unsere erste Pilotstudie in Zusammenarbeit mit der Anästhesie und SIRMED im SPZ gezeigt.

Was sind die Nachteile der künstlichen Beatmung?

Bei künstlicher Beatmung wird Luft in die Lunge gepresst. Der Druck kann die Lunge schädigen. Ein weiteres Problem ist der erwähnte Verlust der Muskelmasse. Je schwächer das Zwerchfell, desto länger dauert das Weaning. Das verlängert den Spitalaufenthalt und verursacht höhere Kosten. Zudem belastet es die Patientinnen und Patienten stark.

Wo steht das Projekt aktuell?

In Kanada ist das Gerät soeben zugelassen worden, in den USA steht die Zulassung bevor. So weit sind wir in der Schweiz allerdings noch nicht. Hier arbeiten die Ingenieure von STIMIT und den Partnerinstitutionen an der Weiterentwicklung, unter anderem an einer Halterung, damit die Stimulatoren nicht mehr von Hand gehalten werden müssen. Nächstes Jahr sollte STIMIT bereit sein für eine Pilotstudie auf der IPS und an Patientinnen und Patienten im SPZ über mehrere Stunden eingesetzt werden.

Gabi Müller Verbiest, Co-Leiterin der Forschungsgruppe Cardio-metabolic and Respiratory Research (SPF), erklärt im Interview, wie STIMIT funktioniert.

Dank Kooperationen zum Erfolg

Die Abkürzung STIMIT steht für «stimulate it» und ist ein Projekt des Bieler Start-ups STIMIT in Zusammenarbeit mit der SPF, der Berner Fachhochschule und dem Switzerland Innovation Park Biel. Es wird von Innosuisse mit über einer Million Franken gefördert.

Die Ergebnisse der ersten Pilotstudie findest du hier:

[+ bit.ly/stimit-pilotstudie](https://bit.ly/stimit-pilotstudie)

Design, das verbindet

Inklusive Innovationen aus Nottwil auf der internationalen Bühne:
An der diesjährigen Milano Design Week war ein Team aus Mitarbeitenden verschiedener Organisationen der SPG mit einer Ausstellung vertreten, um ein Zeichen für inklusives Design zu setzen.

Text: Cathérine Gasser

Fotos: Jan Bättig, zvg

Im Rahmen der Kollektivausstellung im House of Switzerland in Mailand hat ein Team der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) die Installation «Rings of Collaboration» präsentiert. Sie machte erlebbar, wie inklusive Gestaltung und interdisziplinäre Zusammenarbeit innovative Lösungen für Menschen mit Querschnittlähmung ermöglichen. Gemeinsam mit Mode Suisse (Projekt ADAPT by SPF), dem Design Preis Schweiz und Augment IT (Plattform ParaVerse) wurden kreative Ansätze vorgestellt, die das Leben Betroffener nicht nur erleichtern – sondern oft auch ein Stück schöner ma-

chen. Über 25 000 Besucherinnen und Besucher entdeckten im April das House of Switzerland – und damit auch das Nottwiler Engagement für ein Design, das niemanden ausschliesst.

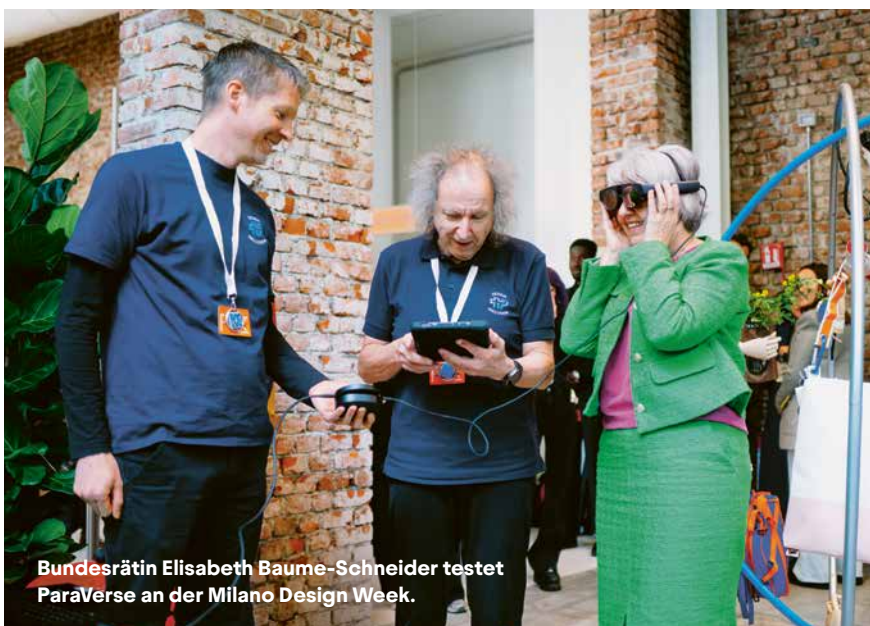
Teamarbeit macht es möglich

Die Konzeption der Ausstellung lag in den Händen von Uli Kössl (Digitalisierung Innovation Transformation). Er wurde vom engagierten DIT-Team, Renata Pitaci (AC), Nadia Dell’Oro alias Giordi (Peer Support & Angehörigenarbeit) sowie den ParaWork-Kolleg*innen Jasmin Meier, Jan Bättig und Sarah Hossli unterstützt. Giordi, die das Pro-

jekt ADAPT by SPF seit 2022 tatkräftig als Inputgeberin und Model begleitet, erinnert sich gerne an die intensiven Tage in Mailand: «Wir konnten die Plattform hervorragend nutzen, um unser Engagement für inklusives Design sichtbar zu machen», sagt sie. «Der Dialog mit den internationalen Besuchenden war bereichernd – viele zeigten grosses Interesse und Offenheit. Es war schön zu sehen, wie wir Menschen aus unterschiedlichsten Designsparten für unser Anliegen sensibilisieren konnten.»

Lob von Bundesrätin

Ein besonderes Highlight war der Besuch von Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider, die dieses Engagement in ihrer Eröffnungsrede würdigte: «Mit grossem Interesse habe ich den Beitrag der Schweizer Paraplegiker-Stiftung und ihre Ausstellung «Rings of Collaboration» entdeckt. Sie zeigt, dass Design sehr wohl inklusiv sein kann – und dabei den spezifischen Bedürfnissen von Menschen mit Behinderung gerecht wird. Ich bin stolz, dass Design dem Wohl und der Würde aller dient – unabhängig davon, ob man im Rollstuhl sitzt oder zu Fuss unterwegs ist.»



Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider testet ParaVerse an der Milano Design Week.

Erfahre mehr über
«Design for Inclusion»:

+ paraplegie.ch/design

Inklusion trifft Innovation

Design Preis Schweiz

Der renommierte Design Preis Schweiz zeichnet seit über dreissig Jahren herausragende kreative Leistungen aus. In Zusammenarbeit mit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung wurde die neue Kategorie «Inclusive Design» ins Leben gerufen. Sie fördert Ideen, Produkte und Dienstleistungen, die die Lebensqualität von Menschen im Rollstuhl verbessern. Bereits über hundert Designstudierende aus der ganzen Schweiz haben sich in Nottwil mit Betroffenen ausgetauscht. Daraus sind spannende Projekte entstanden, die nun von der internationalen DPS-Fachjury bewertet werden. Die Preisverleihung findet am 8. November in Langenthal statt. Die Gewinnerin oder der Gewinner erhält die Möglichkeit, das Projekt samt Businessplan dem Innovation Board der Schweizer Paraplegiker-Stiftung vorzustellen – mit Aussicht auf finanzielle Unterstützung für die Umsetzung.

ADAPT by SPF

Seit zwei Jahren engagieren sich die Schweizer Paraplegiker-Stiftung und Mode Suisse gemeinsam mit Designer*innen, Modehochschulen und Studierenden für inklusive Mode. In diesem Jahr entsteht keine abgeschlossene Capsule-Kollektion. Stattdessen werden alle Designer*innen, die im September an der Mode Suisse teilnehmen, dazu ermutigt, adaptive Looks zu entwerfen – präsentiert von Models im Rollstuhl. So wird die grösste Modeschau der Schweiz noch inklusiver und vielfältiger.

ParaVerse

In Zusammenarbeit mit Augment IT hat das Schweizer Paraplegiker-Zentrum die Plattform ParaVerse entwickelt. Sie ermöglicht Tetraplegiker*innen und Menschen mit eingeschränkter Handfunktion einen barrierefreien Zugang zur digitalen Welt. Dank Extended-Reality-Brillen können Betroffene allein über Augensteuerung mit digitalen Inhalten interagieren – ein grosser Schritt in Richtung digitale Teilhabe.

Die Breite motivieren, die Spitze fördern

Was im Kleinen anfang, ist heute sichtbar und unverzichtbar: die Sportmedizin. Ein Blick hinter die Kulissen zeigt, wie das Team Leistungssportlerinnen und -sportler ebenso begleitet wie Menschen, für die Bewegung ein neuer Anfang ist.

Text: Peter Birrer
Fotos: Sabrina Kohler

Der Widerstand wächst, aber der Mann beweist Durchhaltevermögen. Pierre-Alain Tercier investiert, was seine Oberarme hergeben. Er sitzt schon seit ein paar Minuten an der Handkurbel, und Fabian Ammann feuert ihn an. Der Leistungsdiagnostiker schaut auf den Bildschirm, liest die Entwicklung der Kurve und weiss: Es geht auf das Ende zu, der Athlet benötigt Unterstützung. «Weiter so!», ruft Fabian. «Versuch, die Frequenz zu halten!» – «Gib nochmals alles!» – «Jawohl!» Die Motivation wirkt. Die Resultate fallen positiv aus.

Schauplatz an diesem Donnerstagvormittag im Mai ist die Sportmedizin des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ). Das Kader des Schweizer Rollstuhl-Curling-Teams, zu dem der Freiburger Pierre-Alain Tercier zählt, absolviert in Nottwil einen sogenannten Testing Day, bestehend aus einer Reihe von Untersuchungen, angefangen bei der Blutprobe.

Steigerung mit Feinjustierungen

Der Leistungstest ist ein aufschlussreicher Teil. Daneben geht es beispielsweise um das Thema Ernährung. Und

Fabian Ammann, Leiter Diagnostik und Performance, bereitet den Athleten Pierre-Alain Tercier auf den Leistungstest vor.





Leitet die Sportmedizin in Nottwil seit rund zehn Jahren: Phil Jungen.

eine Umfeldanalyse wird erstellt: Ein detailliertes Gespräch mit den Expertinnen und Experten soll Erkenntnisse liefern, welche Feinjustierungen im Trainingsalltag oder im Beruf ratsam sind, um das individuelle Potenzial zu steigern.

Was 1995 als kleines Labor für Lungenphysiologie angefangen hat, (Claudio Perret), hat sich zu einem nationalen- und internationalen Kompetenzzentrum für Sportmedizin entwickelt. Bis 2021 befand sich die Sportmedizin im GZI, danach fand sie im SPZ ihre neue Heimat mit deutlich mehr Platz. Sie ist nicht nur kontinuierlich gewachsen, sondern auch immer relevanter geworden. Leiter ist Phil Jungen, bald 60 und seit 2015 dabei. Er hält gleich einmal ein Plädoyer für seine Abteilung: «Wir leisten einen wertvollen Beitrag, damit sich der Schweizer Roll-

stuhlsport langfristig auf Weltklasseniveau bewegen kann.»

Mehrere Fachleute bilden das Team, das sich jedoch nicht nur mit Hingabe um den Leistungssport kümmert. Zum Alltag gehört auch die Zusammenarbeit mit querschnittgelähmten Menschen, für die Sport ein Hobby ist. Oder überhaupt kein Thema.

Der Nottwiler Standard sieht vor, dass Betroffene nach zwölf Wochen stationärer Behandlung zu einem Basis-Ausdauerstest aufgebeten werden. Nicht mit der Absicht, eine Sportkarriere zu lancieren, sondern um eine Bestandsaufnahme ihrer körperlichen Verfassung zu machen. Und um aufzuzeigen, was für positive Auswirkungen die Bewegung im Alltag hat. «Sie steigert die Lebensqualität und erhöht die Selbstständigkeit», betont Robert Werder, neben Jungen der zweite Facharzt in-

nere Medizin mit Fähigkeitsausweis in Sportmedizin.

Die Sporttherapeuten erhalten die erhobenen Leistungsdaten mit Trainingsempfehlungen zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit. Gut vier Wochen vor dem Abschluss der Reha machen die Betroffenen das gleiche Programm bei der Sportmedizin nochmals durch. Der Zweck: eruieren, ob und in welcher Form sie Fortschritte erzielt haben.

Ein gefragtes Ärzteduo

Phil ist der Mann, der im Auftrag der Sportverbände die Schweizer Delegation jeweils an die Paralympics begleitet. Werder, seit einem Jahrzehnt in Nottwil tätig und mit seinen zwei Metern Körpergrösse unübersehbar, hat ebenfalls einen Sonderauftrag. Der passionierte Tennisspieler ist jeweils der



In Nottwil werden Athleten auf eine Zukunft im Rollstuhlsport vorbereitet: Fabian Ammann führt Tests mit Tim Harder durch.

verantwortliche Mediziner des Schweizer Teams, wenn eine Universiade stattfindet – die internationale Grossveranstaltung für Studierende findet im Zweijahresrhythmus statt.

Nottwil, das Leistungszentrum und «Magglingen» des nationalen Rollstuhlsports, trägt auch den Titel «Swiss Olympic Medical Center». Das Label erhält nur, wer die Auflagen des Nationalen Olympischen Komitees erfüllt. «Für uns ist das eine Auszeichnung und Anerkennung», sagt Robert, «wir haben in der Branche einen sehr guten Ruf.»

Das Team betreut alles in allem rund hundert Rollstuhl-Elite-Sportlerinnen und -Sportler aus 14 verschiedenen Sparten. Zudem werden Aspiranten des Grenzwachtkorps Basel hier auf ihre sportmedizinische Tauglichkeit ebenso geprüft wie Feuerwehrleute, Berufstaucher und die Polizeitauchenden der Kantonspolizei Luzern.

Sporternährung und Sportpsychologie

Neben Robert und Phil beschäftigen sich Céline Knopfli und Fabian Ammann mit der Leistungsdiagnostik – sowohl von Menschen mit einer Querschnittslähmung oder einer neurologisch bedingten Erkrankung als auch von Personen ohne Einschränkung. Angestellt sind mit Alexander Stravs und Marco von Ow ausserdem zwei Athletiktrainer. Wilma Schmid ist für alle Themen der Sporternährung eine ausgewiesene Fachfrau, Romana Feldmann ist in der Welt der Sportpsychologie daheim. Und den Überblick behalten die drei medizinischen Praxisassistentinnen Eliane Arnold-Küng, Melanie Bühler und Eva Rieder: Sie bilden die Schaltzentrale der Sportmedizin und führen Untersuchungen wie beispielsweise Ruhe-EKG, Lungenfunktionsprüfungen, entnehmen Blut und

«Bewegung steigert die Lebensqualität und erhöht die Selbstständigkeit.»

**Robert Werder,
Leitender Arzt Sportmedizin
SPZ**

koordinieren Termine. Wie eben an diesem durchgetakteten Donnerstag mit den Para-Curlern. Pierre-Alain Tercier hat die Anstrengung gemeistert. Er atmet tief durch und setzt ein Lächeln auf: «Alles gut gegangen.» Fabian Ammann signalisiert mit einem Lächeln und Kopfnicken: Alles ok. Und weiter gehts. Der nächste Sportler wartet bereits.

Wissen, wofür man aufsteht



Der 32-jährige Popmusiker Zian bei seinem Besuch in Nottwil.

Bei meinem Besuch im Schweizer Paraplegiker-Zentrum habe ich viele inspirierende Menschen getroffen. Zum einen Betroffene, die einen Schicksalsschlag erlitten haben und ihr Leben neu ausrichten müssen. Ihre Willenskraft und ihr Lebensmut haben mich tief beeindruckt. Das Thema Querschnittlähmung war für mich immer weit weg, auch weil ich keine Betroffenen in meinem Umfeld habe. Der Besuch in Nottwil hat mich angeregt, mich vertieft mit den Herausforderungen und Bedürfnissen von Menschen mit Querschnittlähmung auseinanderzusetzen.

Andererseits sind mir in Nottwil auch die Mitarbeitenden aufgefallen – alle waren freundlich, offen und hilfsbereit. Man spürt sofort, dass hier ein grosses Mitein-

ander herrscht. Ich bewundere Menschen, die sich für andere einsetzen und ihnen helfen, auch in schwierigen Zeiten nicht aufzugeben. Es gibt viele sinnlose Jobs, aber nicht in Nottwil. Ich bin überzeugt: Wer hier arbeitet, weiss, wofür er oder sie jeden Morgen aufsteht.

Mit meinem Song «Fire to the Sky» möchte ich daran erinnern, dass in uns allen mehr steckt, als wir zunächst glauben. Das zeigt sich vor allem in Momenten, in denen wir über uns hinauswachsen. Zum Beispiel, wenn wir etwas Besonderes geleistet oder etwas geschafft haben, das wir uns nie zugetraut hätten. Das sind jene Momente, in denen aus einem kleinen Funken ein unbändiges Feuer wird.

Ich möchte diesen Song allen Menschen mit Querschnittlähmung widmen, aber auch allen Mitarbeitenden der Schweizer Paraplegiker-Gruppe, die sich Tag für Tag für sie einsetzen. Wenn ihr den Song im Radio hört, wünsche ich mir, dass ihr daran denkt, was eure Organisation in den letzten 50 Jahren geleistet hat, und dass ihr stolz seid, ein Teil davon zu sein. Ohne euch wäre das nicht möglich gewesen!



Tizian «Zian» Hugenschmidt,
Basel
Pop-Musiker

+ paraplegie.ch/zian

Lösungen ohne Schnickschnack

GUIDO A. ZÄCH INSTITUT

EINGANG



Andreas Gautschi entwickelt als Projektleiter Innovation bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung gemeinsam mit Betroffenen und Fachleuten neue Lösungen, die den Alltag erleichtern. Sein Antrieb: praktische Ideen, die wirklich etwas bewirken.

Text: Stefanie Eicher

Foto: Sabrina Kohler

Was bedeutet Innovation für dich persönlich?

Mit Freude Ideen umsetzen und Lösungen schaffen, die anderen helfen. Seit meinem Unfall habe ich mein Leben im Rollstuhl immer innovativ gedacht. In der Reha habe ich gemerkt: So wird es bleiben – also will ich das Beste daraus machen.

Worauf bist du besonders stolz?

Seit vielen Jahren arbeite ich daran, den Alltag von Betroffenen und Pflegenden zu verbessern – zum Beispiel mit Schulungskonzepten oder Hilfsmitteln. Besonders stolz bin ich auf die 3D-Visualisierung der Wirbelsäule im ParaForum und darauf, dass ich das Projekt des elektronisch gesteuerten Anti-Dekubitus-Sitzkissens Reliyo mit angestossen habe. Es passt sich durch Luftkammern automatisch dem Körper an.

Wie bist du zu deiner jetzigen Tätigkeit gekommen?

Vor meinem Unfall habe ich in der Holzbranche gearbeitet und mich im Verkauf weitergebildet. Danach war ich im Rollstuhlvertrieb tätig und machte mich selbstständig. Als bei der SPS immer mehr Anfragen nach neuen Hilfsmitteln kamen, entstand meine heutige Rolle. Zusammen mit dem Innovationsteam der Stiftung und der DIT-Abteilung (Digitalisierung, Innovation, Transformation) des SPZ gestalte ich Innovationsprozesse aktiv mit.

Und was motiviert dich dazu?

Mein sportlicher Ehrgeiz hat viel ausgelöst. Im Rollstuhlbasketball habe ich Stühle für Mannschaftskollegen optimiert. Auch mein Handbike hat mich inspiriert – ich wurde sechs Mal

Schweizer Meister und trainierte intensiv. Weil ich im Strassenverkehr oft Respekt hatte, begann ich Offroad-Touren zu organisieren. Dabei entstanden viele Ideen, und ich konstruierte mein eigenes Mountain-Handbike.

Worauf achtest du bei der Entwicklung neuer Ideen?

An erster Stelle steht die Benutzerfreundlichkeit. Ich bevorzuge einfache, funktionale Lösungen ohne Schnickschnack. Ein leichter Rollstuhl nützt nichts, wenn er durch Zubehör wieder schwer wird. Lösungen, die die Selbstständigkeit erhöhen, mag ich besonders.

Welche Rolle spielen Betroffene?

Sie können als Ideengebende aktiv mitarbeiten oder Rückmeldungen geben. Wir prüfen die Machbarkeit, finden Umsetzungspartner und suchen nach Finanzierungsmöglichkeiten. Ein 40-köpfiges Soundingboard hilft uns bei der Entscheidung für oder gegen eine Projektidee und testet bei Bedarf Prototypen. Mir ist wichtig, dass die Betroffenen nicht nur Zielgruppe sind, sondern auch selbst Innovationen vorantreiben – sie kennen ihre Bedürfnisse am besten.

Was war der schönste Moment deiner bisherigen Arbeit?

Eine junge Snowboarderin konnte sich ihr Leben als Sportlerin im Rollstuhl nicht mehr vorstellen. Ich organisierte Handbike-Touren und konnte sie dazu bewegen, mitzukommen. Auf einer Tour sah ich sie weinen – Freudentränen. Da hat sie gemerkt, dass trotz Rollstuhl vieles möglich ist.

«Mir ist wichtig, dass die Betroffenen nicht nur Zielgruppe sind, sondern auch selbst Innovationen vorantreiben.»

**Andreas Gautschi,
Projektleiter Innovation
SPS**

Über Andreas

Andreas lebt seit über 35 Jahren mit dem Rollstuhl und wohnt mit seiner Frau Moni in Wallisellen (ZH). Mit ihrem Wohnwagen reisen die beiden am liebsten nach Südfrankreich. Dort finden sie Freiheit, Bewegung und Ruhe. In seiner Freizeit treibt der 61-Jährige gerne Sport, wobei er mit Vorliebe mit dem Mountain-Handbike unterwegs ist. Nicht schneller, höher, weiter – sondern bewusster und gelassener zu sein und das Leben aktiv gestalten, lautet seine Devise.

«Das verdient grossen Respekt»

Monserrat Thalmann, Fachbereichsleiterin Reisen bei der SPV, schaut Intensivpflegefachfrau Hanife Sakanarski bei ihrer Arbeit im SPZ über die Schulter – und bekommt ein neues Bild von der IPS.

Text: Peter Birrer
Fotos: Sabrina Kohler

Zielsicher steuert Hanife Sakanarski durch die Gänge des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ), biegt links ab und erledigt in der Stationsapotheke einen Routineauftrag. Sie richtet eine Infusion: Dazu gehört nicht nur der Inhalt, sondern auch die Beschriftung mit allen notwendigen Informationen. Jeder Handgriff sitzt, und Hanife, von allen «Hani» genannt, tut das mit der ihr eigenen Unaufgeregtheit.

«Strukturiertes Denken und Handeln ist eine wichtige Voraussetzung in unserem Alltag», sagt die 53-jährige Intensivpflegefachfrau, als sie in der Lounge der Abteilung sitzt. «Wir müssen sehr exakt arbeiten, um beispielsweise zu vermeiden, dass Medikamente verwechselt werden.» Vis-à-vis hört ihr Monserrat Thalmann aufmerksam zu – sie, die in einem völlig anderen Bereich tätig ist: Die 49-Jährige ist Fachbereichsleiterin der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung (SPV).

Erinnerungen als Patientin

Bevor der Seitenwechsel für Monserrat losgeht, laufen Bilder in ihrem Kopf ab. Die dreifache Mutter erinnert sich an eine Zeit, in der sie – vor vielen Jahren – nach einem Autounfall auf der Intensivpflegestation (IPS) im Berner Inselspital lag. Dauerpiepsen, Schläuche, Monitore, dunkle Räume – damit verbindet sie seither eine IPS. Und sie stellt sich auch eine gewisse Hektik auf der Station vor.

Doch davon ist auf der IPS des SPZ, wo sich das Pflegepersonal aktuell um zehn Patientinnen und Patienten kümmert, nichts spürbar. Von einer Zimmertür springt ein Spruch ins Auge: «Ein Lächeln ist die kürzeste Entfernung zwischen zwei Menschen.» Darunter: ein Smiley. Die Botschaft an einer anderen Tür lautet: «Höhepunkt des Glücks ist es, wenn der Mensch bereit ist, das zu sein, was er ist.» Hani liebt ihre Aufgabe. Das muss so sein, sonst



wäre sie nicht schon bald acht Jahre in Nottwil und bereits mehr als ihr halbes Leben in diesem Bereich tätig. Für die Frau mit türkischen Wurzeln, aufgewachsen im norddeutschen Lübeck, ist ihr Beruf eine Berufung. Ihr Antrieb, Menschen in einer schwierigen Lebenssituation so gut wie möglich zu helfen, hat nie nachgelassen. Im Gegenteil.

Zu Glücksmomenten verhelfen

Sie ist dankbar für die Wertschätzung, die ihr von jenen Menschen entgegengebracht wird, denen sie Gutes tut.

Hanife Sakanarski (links) gewährt Monserrat Thalmann einen Blick hinter die Kulissen der IPS.



«Wenn ich nach Hause gehe, gewinne ich gedanklich rasch Distanz.»

Hanife Sakanarski,
Intensivpflegefachfrau
SPZ

«Manchmal braucht es so wenig, um jemandem zu einem Glücksmoment zu verhelfen, zum Beispiel mit Haarewaschen», erzählt sie, «wenn jemand nicht in der Lage ist, selber zu reden, sehe ich der Person an, dass sie Freude hat.»

Berühren sie die Schicksale nicht so stark, dass sie Mühe hat, nach Feierabend abzuschalten? «Ich glaube, ich täte mich damit sehr schwer», sagt Monserrat, «wie ist das bei dir? Schaffst du das problemlos?» Hani nickt und erzählt, dass es ihr gelinge, bei der Schichtablösung einen Schlusstrich

Intensivpflegestation (IPS) Das solltest du wissen

Das Tandem-Prinzip

Auf der IPS werden Tandems aus Pflegenden mit verschiedenen Berufsabschlüssen eingesetzt (Skill-Grade-Mix). Dies fördert den Nachwuchs und leitet einen Kulturwandel ein. Es hilft auch, Personalengpässe zu bewältigen, ohne die Qualität zu beeinträchtigen.

So läuft die Ausbildung

Die Ausbildung zur Pflegefachperson HF dauert vier Jahre. Nach einer dreijährigen FaGe-Lehre kann das Studium auf zwei Jahre verkürzt werden. Anschliessend sind sechs Monate Berufserfahrung im Akutbereich erforderlich, um das zweijährige Nachdiplom-Vollzeitstudium für Intensivpflege zu beginnen.

Speziell in Nottwil

Auf der IPS werden Menschen und deren Angehörige in herausfordernden Lebenssituationen betreut, unter ihnen Frischverletzte mit Querschnittslähmung, Personen in lebensbedrohlichen Situationen und Menschen im Sterbeprozess. Im Praxisalltag steht die interprofessionelle Zusammenarbeit im Vordergrund. Zeitgemässe Arbeitsbedingungen fördern die Mitarbeiterzufriedenheit und die Sinnhaftigkeit im Berufsalltag.



Hanife Sakanarski
Intensivpflege-
fachfrau SPZ



Monserrat Thalmann organisiert und verkauft seit November 2021 Reisen für Mitglieder der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung. Die 49-Jährige, deren Mutter aus Spanien stammt, zieht es selber immer wieder in die Ferne. Abstecher ans Meer gehen immer. Gleichzeitig mag sie es idyllisch: Monserrat lebt mit ihrer Familie auf einem Bauernhof in Hergiswil bei Willisau. In ihrer Freizeit ist sie oft im Garten anzutreffen, einem bunten Reich mit vielen Blumen.



Hani Sakanarski zeigt Monserrat Thalmann das Materiallager der IPS.

unter den Arbeitstag zu ziehen. «Alle berichten beim grossen Rapport über den aktuellen Stand und wie der Tag verlief», sagt sie, «wenn ich nach Hause gehe, gewinne ich gedanklich rasch Distanz.» Daheim wartet Abwechslung auf sie: Hani ist Mutter von vierzehnjährigen Zwillingstöchtern. Und bei Spaziergängen mit ihrem Hund kommt sie ebenfalls auf andere Gedanken.

Empathisch und gelassen

Monserrat ist beeindruckt von der positiven Ausstrahlung der Pflegefachfrau, auch von ihrer empathischen und gelassenen Art. «Nach so vielen Jahren im Beruf noch über so viel Energie zu verfügen – das verdient grossen Respekt», sagt sie, «und ich glaube, dass sich diese Einstellung auf die Menschen, die sie pflegt, überträgt.»

Hani kennt ihre Grenzen allerdings sehr wohl. «Sobald ich merke, dass es jemandem psychisch schlecht geht, hole ich Fachleute hinzu», sagt sie. Alles, was in ihrem Bereich des Möglichen liegt, ist für sie weder unangenehm noch mühsam, sondern einfach eine Selbstverständlichkeit.

Das Team als Stütze

Monserrat begleitet sie ins Lager, in dem auf mehreren Regalen das Material für IPS bereitliegt. Hani erklärt ihr, wie der Nachschub funktioniert. Und sie zeigt ihr das Beatmungsgerät, das auf der IPS von zentraler Bedeutung ist. Nur eines bringt sie nicht übers Herz: das Gerät abzustellen, selbst wenn eine Patientenverfügung vorliegt. In solchen Extremsituationen weiss sie: «Das Team ist meine grosse Stütze.»

Auf der IPS betreut Hani in der Regel zwei bis drei Personen – nicht allein, sondern meistens in einem Trio. Oft sitzt sie in der Nische, aus der sie freien Blick in zwei Zimmer hat, und bespricht sich dort immer wieder mit den Kollegen. «Die Arbeit kann sehr streng sein», sagt sie, betont aber noch einmal: «Ich kann mir keinen besseren Beruf vorstellen.»

Mitte Nachmittag ist es geworden, der Rapport steht an, an dem Hani sagt, wie ihr Tag war. Dann verabschiedet sie sich. Und Monserrat kehrt zur SPV zurück – mit einem neuen Bild über die IPS: «Ich bin beeindruckt, wie es dort zu und her geht.»

+ Hast du Fragen an unseren Experten?
 Ulrich Kössl,
 Verantwortlicher Design und agile Methoden (SPZ)
 ulrich.koessler@paraplegie.ch
 T 4456

So kommst du weiter



Innovation ist der Schlüssel zum Erfolg.
 Mit diesen fünf Tipps entwickelst du kreative
 Lösungen und neue Ideen.

#1

Verstehe das Problem

Beginne damit, das Problem zu verstehen. Führe Interviews, beobachte und sammle so viele Informationen wie möglich. Je besser du das Problem verstehst, desto gezielter kannst du Lösungen entwickeln.

#2

Definiere klare Ziele

Halte die Bedürfnisse und Wünsche deiner Zielgruppe klar und präzise fest. Ein gut definierter Problemrahmen hilft dir, den Fokus zu behalten.

#3

Brainstorme grenzenlos

Lass deiner Kreativität freien Lauf und entwickle so viele Ideen wie möglich. Beim Brainstorming gibt es keine schlechten Ideen – jede Idee kann zu einer innovativen Lösung führen.

#4

Erstelle Prototypen

Setze deine Ideen in greifbare Modelle um. Prototypen helfen, Ideen zu visualisieren und zu testen. Sie müssen nicht perfekt sein – es geht vor allem darum, Feedback zu erhalten und Verbesserungen vorzunehmen.

#5

Teste und verbessere

Teste deine Prototypen mit echten Nutzerinnen und Nutzern und sammle Feedback, um deine Lösungen kontinuierlich zu verbessern.

«Velofahren ist Psychohygiene»

Täglich mit dem Velo von Engelberg (OW) nach Nottwil? Für Mauri Merloni (SPZ) ist das völlig normal. Wie es dazu kam – und warum der 67-Jährige am liebsten auf zwei Rädern unterwegs ist.

Über 50 000 Kilometer hat Mauri Merloni in den letzten 16 Jahren mit dem Velo auf dem Weg zur Arbeit zurückgelegt. Die Reise von Engelberg (OW) nach Nottwil dauert mit dem Zug rund 1 Stunde und 40 Minuten. Eines Tages stellte der 67-Jährige fest, dass es mit dem Velo genauso lange geht. Und so fährt er rund 200 Kilometer pro Woche. Früher tat er das bei jedem Wetter, heute muss das aber nicht mehr sein. Mauri arbeitet als Ergotherapeut auf der Akut- und der Intensivstation des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ). Am 1. Mai 2024 wurde er

pensioniert, arbeitet aber seither in einem kleinen Pensum als Ferienvertretung weiter.

Mehr als ein Sportgerät

Für Mauri ist das Velo mehr als nur ein Sportgerät. Es ist sein tägliches Pendlerfahrzeug – schnell, unabhängig und gut für die Gesundheit. Dank dem Velo-GA kann er sein Gefährt problemlos im ÖV mitnehmen. Auch der Gedanke der Nachhaltigkeit spielt für ihn eine wichtige Rolle. Die Infrastruktur der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) für Velofahrende und die finanzielle Unter-

stützung durch das Mobilitätsabo sieht er dabei als grosse Vorteile.

«Velofahren ist für mich auch Psychohygiene», erklärt er. Seine Aufgaben im SPZ können fordernd sein. Gewisse Schicksale oder Ereignisse müssen verarbeitet werden – und das tut er auf dem Velo auf dem Nach-hauseweg. «Wenn ich ein paar Tage nicht fahren kann, fehlt mir der Ausgleich», sagt er, «ohne Velo geht es einfach nicht.»

Text: Nadja Sägesser

«Ohne Velo geht es einfach nicht, dann fehlt mir der Ausgleich.»

Mauri Merloni,
Ergotherapeut Akut- und
Intensivstation SPZ



«Unterstützte Kommunikation ist meine Welt»



Nadia Moosbrugger (39) ist als Beraterin bei Active Communication (AC) viel unterwegs und lebt im Berner Seeland.

Nadia, ist das Auto sozusagen dein rollendes Büro?

Ich verbringe viel Zeit auf der Strasse. Pro Jahr kommen jobbedingt rund 25 000 Kilometer zusammen. Die Büroarbeit muss trotzdem gemacht werden. Ich setze mich am Waldrand oder an einem See auf meinen Campingstuhl und erledige Administratives.

Hast du kein Problem damit, stundenlang allein zu sein?

Anfänglich war es eher eines, jetzt nicht mehr. Ich kann Teil eines Teams sein, ohne ihm physisch zu begegnen. Ich telefoniere regelmässig mit Arbeitsgspänli und rede mit ihnen über Berufliches und auch Privates – wie in einer normalen Znünipause. Wir Beraterinnen und Berater der AC pflegen ein freundschaftliches Miteinander.

Zu erzählen hast du ja einiges, zum Beispiel von deiner ausgeprägten Laufbegeisterung. Welchen Stellenwert hat für dich der Sport?

Beim Sport kann ich am besten abschalten. Es begann 2019 mit einem Neujahrsvorsatz – wahrscheinlich der erste und einzige in meinem Leben (lacht). Damals war ich 33, übergewichtig, Raucherin, und ich trank gern ein Bier. Ich sagte mir: So kann es nicht weitergehen. Also habe ich mit Rennen begonnen und mittlerweile bereits elfmal einen Marathon bestritten. Ich rauche nicht mehr, mag kein Bier mehr und mein Gewicht ist von 110 auf knapp über 70 Kilo gesunken. Der Laufsport hat meine Leistungsfähigkeit gesteigert und die Selbstdisziplin gefördert. Das hilft mir auch im Beruf. Es gibt Dinge, die einfach gemacht werden müssen, auch wenn es mal spät wird und andere den Feierabend in der Badi geniessen.

Und was macht für dich den Job bei der AC aus?

Unterstützte Kommunikation ist meine Welt. Auch nach mehr als fünf Jahren bei AC freue ich mich, am Morgen aufzustehen und eine neue Herausforderung zu meistern.

Interview: Peter Birrer

Das wurde über die SPG berichtet



50 Jahre SPS

Das Interesse am 50. Geburtstag der Schweizer Paraplegiker-Stiftung war gross: Der Post auf Instagram erhielt rekordverdächtige 900 Likes, und auch in den Medien erschienen zahlreiche Beiträge. Unter anderem gab es ein Radiointerview mit Stiftungsratspräsidentin Heidi Hanselmann auf SRF 1.



Du hast die Sendung verpasst?
bit.ly/morgengast

Hoher Besuch an den ParAthletics

Anlässlich der ParAthletics im Mai war mit Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider eine prominente Persönlichkeit auf dem Campus Nottwil zu Besuch. Bei einem Rundgang mit der Stiftungsratspräsidentin Heidi Hanselmann erhielt sie Einblicke in die Arbeit der Schweizer Paraplegiker-Gruppe. Der Besuch der Bundesrätin stiess auch in den Medien auf Interesse. Zum Beitrag geht es hier:

bit.ly/bundesraetin

Rollstuhlparcours im Verkehrshaus

Mit der neuen Ausstellung «MovAbility – barrierefrei unterwegs» macht das Verkehrshaus der Schweiz in Zusammenarbeit mit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, der Stiftung Cerebral und Infra Suisse die Herausforderungen der Fortbewegung im Rollstuhl im öffentlichen Raum erlebbar. Darüber berichtete auch die Luzerner Zeitung.

Zum Beitrag geht es hier:
bit.ly/rollstuhlparcours

Gästerekord im ParaForum

Anfang Mai berichteten verschiedene Medien über den frisch erschienenen Jahresbericht 2024 der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Besonders hervorgehoben wurde dabei der Gästerekord im ParaForum: 25 237 Besuchende (Vorjahr: 23 478) erkundeten im vergangenen Jahr die interaktive Ausstellung oder absolvierten einen geführten Rundgang durch das Schweizer Paraplegiker-Zentrum. Dieser Rekord verdeutlicht das grosse öffentliche Interesse am Thema Querschnittlähmung.

Zum Beitrag geht es hier:
bit.ly/gaesterekord

Folge uns:



facebook.com/paraplegie



linkedin.com/company/paraplegie



tiktok.com/@paraplegie



youtube.com/ParaplegikerStiftung



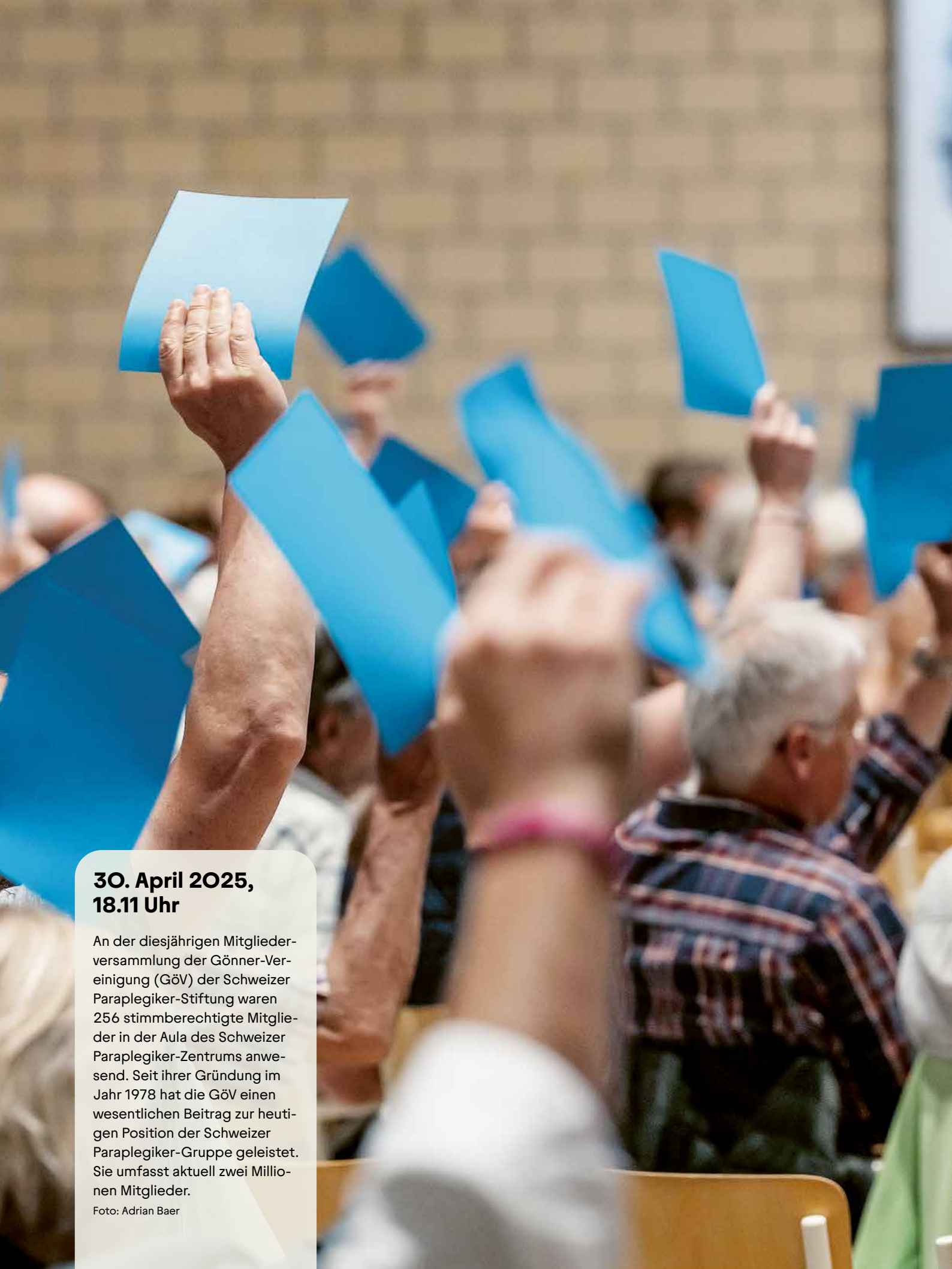
instagram.com/paraplegie

Auf unseren Socials mitwirken?

Hast du Ideen für Social-Media-Beiträge? Wende dich an online@paraplegie.ch

Jetzt Medienspiegel abonnieren

Du willst täglich erfahren, was in den Medien über die SPG und ihre Organisationen berichtet wird? Schreibe eine Mail mit dem Betreff «Medienspiegel» an newsroom@paraplegie.ch

A large group of people, mostly older adults, are seated in a room with a brick wall. Many of them are holding up blue cards or papers, suggesting a voting or survey process. The focus is on the hands and cards in the foreground, with the background slightly blurred.

**30. April 2025,
18.11 Uhr**

An der diesjährigen Mitgliederversammlung der Gönner-Vereinigung (GöV) der Schweizer Paraplegiker-Stiftung waren 256 stimmberechtigte Mitglieder in der Aula des Schweizer Paraplegiker-Zentrums anwesend. Seit ihrer Gründung im Jahr 1978 hat die GöV einen wesentlichen Beitrag zur heutigen Position der Schweizer Paraplegiker-Gruppe geleistet. Sie umfasst aktuell zwei Millionen Mitglieder.

Foto: Adrian Baer