FRÜHLING/SOMMER 2022

# VOILÀ

Das Magazin
der Kliniken Valens

Seite 02

## *Personalentwicklung heisst, Potenziale optimal zu fördern*

02

**PERSONALENTWICKLUNG**
Potenziale optimal fördern

08

**BERUF: KÖCHIN**
Angela Graf im Porträt

12

**DIAGNOSE: MULTIPLE SKLEROSE**
Roland Frei und sein Umgang mit der Krankheit

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) weitgehend verzichtet. Die teilweise verkürzte Sprachform hat ausschliesslich redaktionelle Gründe, sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermassen für alle Geschlechter.

## Fokus


**02** **Personalentwicklung**
Potenziale optimal fördern
**14** **Meine Laufbahn bei den Kliniken Valens**
Wir stellen verschiedene Laufbahnen bei den Kliniken Valens vor
**24** **Ambulante Reha Triemli Zürich**
Die grosse Eröffnung steht vor der Tür


## Im Porträt


**07** **Beruf: Musiktherapeut**
Andreas Vuissa im Porträt
**08** **Beruf: Logopädin**
Alexandra Liebs im Porträt
**10** **Beruf: Köchin**
Angela Graf im Porträt
**11** **Beruf: Informatikerin**
Lorena Pfiffner im Porträt
**12** **Diagnose: Multiple Sklerose**
Roland Frei und sein Umgang mit der Krankheit
**20** **Beruf: Ergotherapeutin**
Christina Janssen im Porträt
**28** **Beruf: Gebäudereiniger**
Luis Sa Tavares im Porträt


## Know-how


**26** **Rehab Academy**
Fort- und Weiterbildung in den Kliniken Valens


## Mittendrin


**16** **Aktuelles**
Rückblick, Ausblick und Erreichtes
**22** **Ambulante Reha St.Gallen**
Neue Räume und ein breiteres Angebot
**29** **Zukunftstag in den Kliniken Valens**
Ein Tag mit vielen Eindrücken


## Freiraum


**30** **Unser Ausflugstipp**
Hoch über dem Walensee


## Finale


**32** **Such mal**
**33** **Agenda**




# Gemeinsam vorwärts. Arbeiten bei den Kliniken Valens.

**Liebe Leserin, lieber Leser**

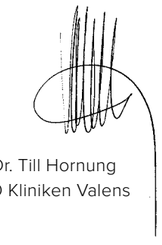
Wie ist es eigentlich, bei den Kliniken Valens zu arbeiten? Was tut die Klinikgruppe dafür, neue Mitarbeitende zu gewinnen und bestehende zu halten? Wie können wir Zufriedenheit und Motivation schaffen, sie erhalten und fördern, um gemeinsam vorwärts zu gehen? – Ein Thema, das wir in dieser Ausgabe etwas genauer beleuchten: Im Fokusartikel auf den Seiten 2 bis 5 plaudert unsere Personalleiterin aus dem Nähkästchen und erzählt unter anderem von unseren Bemühungen rund um die Karriere- bzw. Laufbahnplanung.

Ein anderer Scheinwerfer erhellt die Berufe und Funktionen, in denen die Mitarbeitenden der Kliniken Valens arbeiten. Dabei kommt zum Vorschein, welch grosse Vielfalt an beruflichen Möglichkeiten in unserer Rehaklinik-Gruppe steckt. Einige dieser Berufe stellen wir Ihnen im Rahmen von Mitarbeitenden-Porträts vor. Die vielen, vielen weiteren haben wir so gut es ging aufgelistet. Das Ergebnis überrascht – und findet sich auf Seite 6.

Wer unser Magazin kennt, weiss, dass wir in jeder Ausgabe Patientinnen und Patienten vorstellen und deren (Erfolgs-)Geschichten erzählen – diesmal lernen Sie Roland Frei kennen, der als MS-Patient seit 27 Jahren regelmässig ins Rehazentrum Valens kommt und zu einem Experten rund um seine Krankheit geworden ist.

Wie immer lernen Sie aber auch Menschen kennen, die Patienten wie Roland Frei behandeln und begleiten. Oder solche, die im Hintergrund agieren. Denn viele Tätigkeiten passieren hinter den Kulissen, sind aber für den Betrieb unserer Kliniken und für das Wohlergehen unserer Patientinnen und Patienten unerlässlich. In den jüngsten Ausgaben standen Mitarbeitende aus dem ärztlichen und pflegerischen Bereich im Zentrum, und auch auf die Neuropsychologie, die Robotik, die MS- und Parkinsonforschung oder die Spitalhygiene haben wir bereits das Scheinwerferlicht gerichtet. Dieses Mal erhalten Sie Einblicke in den Arbeitsalltag eines Musiktherapeuten, einer Logopädin, einer Köchin, eines Gebäudereinigers, einer Ergotherapeutin und einer Lernenden in der IT.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und vielleicht den einen oder anderen Aha-Moment bei der Lektüre.



Ihr Dr. Till Hornung
CEO Kliniken Valens

01 Originalton

# «Personalentwicklung heisst, Potenziale optimal zu fördern.»

**Rund 1300 Mitarbeitende arbeiten an den sieben – in Kürze acht – Standorten der Kliniken Valens. Die Klinikgruppe zählt damit zu den grössten Arbeitgebern der Region – was auch bedeutet, dass es laufend offene Stellen zu besetzen gilt. Warum dies meistens sehr gut funktioniert, und welche Rolle die Personalentwicklung dabei spielt, darüber hat die Voilà-Redaktion mit der Leiterin HR gesprochen.**

**Manuela, wie schwierig ist es für eine Klinikgruppe unserer Grösse, gute Mitarbeitende anzuziehen und sie dann zu halten?**

Ich würde nicht sagen, dass es schwierig ist, vielmehr ist es eine spannende Aufgabe. Wir haben eine gute Grösse, um sowohl Leute anzuziehen, die gerne in grossen Unternehmen arbeiten, als auch solche, die übersichtliche Strukturen schätzen. In unseren Bewerbungsgesprächen, in Inseraten oder auf den Fach- und Personalmessen, an denen wir regelmässig teilnehmen, präsentieren wir unsere Vielfalt: Die unterschiedlichen Standorte «auf dem Land» und in der Stadt haben alle ihre Vor- und Nachteile – und alle haben ihren individuellen Charme. Was es aus meiner Sicht sehr attraktiv macht, für die Kliniken Valens zu arbeiten, sind die Perspektiven, die dadurch entstehen, dass Mitarbeitende z.B. zwischen den Standorten wechseln können. Sie können sich innerhalb der Gruppe beruflich verändern, wenn ihre Lebenssituation sich verändert oder sie eine Führungsposition besetzen möchten. Durch unsere Grösse sind wir in der Lage, vieles möglich zu machen, was Arbeitszeitmodelle, Stellen- und Standortwechsel oder Weiterbildungen und Karriereplanung betrifft.

**Manuela Schudel**
Leiterin HR

*«Fachkräftemangel entsteht, wenn man nicht bereit ist, in die Mitarbeitenden zu investieren und diese ihren Fähigkeiten und Wünschen entsprechend einzusetzen.»*

**Was heisst denn Karriereplanung und wie ist sie in den Kliniken Valens gemeint?**

Der Kern der aktiven Karriereplanung ist das Bestreben, freie Stellen – wenn immer möglich und sinnvoll – mit bestehenden Mitarbeitenden zu besetzen. Das sichert einerseits die personelle Zukunft, weil stets ein qualifizierter Mitarbeiterstamm da ist, andererseits tun sich immer wieder motivierende Perspektiven für die Mitarbeitenden auf, und das bindet wichtige Leistungsträger ans Unternehmen. Dazu müssen die Mitarbeitenden aber gefördert und weitergebildet werden. Denn Fachkräftemangel entsteht, wenn man nicht bereit ist, in die Mitarbeitenden zu investieren und diese ihren Fähigkeiten und Wünschen entsprechend einzusetzen.

**Gibt es spezielle Karriereprogramme, die die Mitarbeitenden durchlaufen?**

Ja, wir haben vor ein paar Jahren beispielsweise das Karrierestufenmodell der Pflege und Therapien entwickelt. Es bildet detailliert die Möglichkeiten ab, die eine entsprechende Fach- oder Führungskarriere in den Kliniken Valens bietet. Die Karrierestufenleiter in den Therapien und der Pflege besteht aus den 6 Ebenen Assistenzaufgaben, Aufgabenverantwortung, Fachexperte, Bereichsexperte, Fachbereichsleitung und Bereichsleitung – und auf jeder Stufe gibt es verschiedene Möglichkeiten zur Weiterbildung und zum Aufstieg. Das bedeutet, jede und jeder kann sehen, für welche Funktion welche Qualifikation nötig ist und welche Fachverantwortung sich daraus ergibt. Wenn jemand motiviert ist, Verantwortung zu übernehmen und das nötige Rüstzeug mitbringt, unterstützen wir diese Person dabei, sich in die gewünschte Richtung zu entwickeln. In Zukunft wollen wir diese Praxis noch verstärkt im Sinne einer aktiven Förderung von Veränderungsprozessen und eines Potenzial- und Talentmanagements ausbauen.

**Und wie genau werden Mitarbeitende unterstützt, die eine Weiterbildung machen möchten?**

Wir übernehmen die Weiterbildungskosten, unterstützen mit flexiblen Arbeitszeiten und/oder rechnen einen Teil der Weiterbildungstage als Arbeitszeit an. Insgesamt investieren wir 1% der Lohnsumme in die Aus-, Fort- und Weiterbildung unserer Mitarbeitenden. Die Weiterbildungsoptionen ergeben sich aus der jeweils angestrebten Stelle oder den Kenntnissen, die sich der oder die Mitarbeitende aneignen möchte – sei es um in seinem oder ihrem Job weiterzukommen oder um eine andere Richtung einzuschlagen (Anmerkung Red.: siehe beispielhaft die Laufbahnen einiger Mitarbeitenden auf S. 14–15). Denn die Personalentwicklung sollte insbesondere auf eines abzielen: Potenziale optimal zu fördern. Wenn Mitarbeitende die Möglichkeit haben, sich im eigenen Unternehmen weiterzuentwickeln oder sich beruflich umzuorientieren, dann bleiben sie dem Unternehmen erhalten und wir schlagen zwei Fliegen mit einer Klappe: Der oder die Mitarbeitende ist zufrieden und motiviert – und das wertvolle, oft langjährig aufgebaute Know-how bleibt im Unternehmen.

Besonders stolz sind wir diesbezüglich auch auf unseren «hauseigenen» CAS-Lehrgang, den es seit 2019 gibt: der «CAS in Leadership und strategischer Führung (im Gesundheitswesen) der Kliniken Valens». Wir haben ihn gemeinsam mit der OST – Ostschweizer Fachhochschule entwickelt und bieten ihn im Zwei-Jahres-Rhythmus an. Die Dozierenden der Fächer Führung/Leadership, Spitalfinanzierung, Personalführung und Finanzielle Führung kommen aus den Kliniken Valens. Und wir haben bereits eine Handvoll Absolventinnen und Absolventen innerhalb der Kliniken Valens, die diesen Lehrgang erfolgreich absolviert haben, um eine Führungsposition zu erreichen oder sich in ihrer Führungsfunktion neue Fähigkeiten anzueignen.

**Ein weiterer Baustein in der Fort- und Weiterbildung ist die Rehab Academy. Wo liegt hier der Fokus?**

In der Rehab Academy bieten wir nicht nur gruppenweit unseren Mitarbeitenden, sondern auch Fachinteressierten, Patientinnen und Patienten und deren Angehörigen ein sehr vielseitiges Fort- und Weiterbildungsprogramm an. Mit dem Kursangebot streben wir die Entwicklung beruflicher und persönlicher Handlungs-

## Die Kliniken Valens bieten laufend Ausbildungsplätze in folgenden Berufen an:

- Diätköchin / -koch
- Fachfrau / -mann Gesundheit
- Fachfrau / -mann Betriebsunterhalt
- Hauswirtschaftspraktiker / in
- Informatiker / in
- Kauffrau / -mann
- Köchin / Koch
- Medizinische / r Praxisassistent / in
- Pflegefachfrau / -mann
- Psychologe / Psychologin

**Mögliche Praktika in verschiedenen Bereichen:**

- Bewegungstherapie
- Ergotherapie
- Ernährungsberatung
- Forschung und Entwicklung
- HR
- IT
- Logopädie
- Medizinische Massage
- Pflege
- Pflegeentwicklung
- Physiotherapie
- Sozialberatung / Sozialdienst
- Sporttherapie
- Technischer Dienst

kompetenzen an (Anmerkung Red.: Mehr zum Kursangebot auf den Seiten 26–27). Auch Fachsymposien und Vorträge werden von der Rehab Academy organisiert, womit wir immer wieder namhafte Referentinnen und Referenten an unseren Standorten zu Gast haben. Anfang Mai hatten wir zudem unseren jährlichen Schulungstag in Valens, an dem jeweils zwei Fachmittelschulklassen der Kantonsschulen Sargans & Wattwil einen praktischen Einblick in die Fachbereiche der Rehabilitation erhalten. Wir versuchen, das Programm jeweils so vielfältig wie möglich zu gestalten: mit Vorträgen, Führungen, Patientenvorstellungen und Workshops. Auch hier möchten wir jungen Menschen die Gelegenheit geben, authentische Einblicke in mögliche Berufsfelder zu erhalten.

**Was ist dir persönlich wichtig in der Personalarbeit?**

Neben der Aus- und Weiterbildung ist mir die Begleitung des Generationenwechsels ein Anliegen: Das fängt beim Zukunftstag an, an dem wir den Kindern unserer Mitarbeitenden unsere Arbeitswelt näherbringen und das Interesse an einer späteren Anstellung wecken. Und es endet noch lange nicht beim Pensionierungskurs «Späte Freiheit», den wir unseren Mitarbeitenden ab 55 anbieten: Das Demografiemanagement muss früh genug ansetzen, damit wir Zeit haben, das Know-how der «Älteren» an die «Jungen» weiterzugeben.

Möglich ist beispielsweise die Altersteilzeit, in der das Wissen noch im Unternehmen ist und weitergegeben wird, während der oder die Mitarbeitende Schritt für Schritt Platz macht für die nächste Generation. Oder jemand gibt seine oder ihre Führungsfunktion etwas früher ab und tritt zugunsten eines Nachfolgers bzw. einer Nachfolgerin die Stufenleiter wieder ein Stück hinunter. Solche Lösungen sind immer eine Win-Win-Situation. Denn so schaffen wir unseren eigenen Kreislauf: Mit der Ausbildung bilden wir Nachwuchskräfte aus, mit der Weiterbildung fördern wir die Zufriedenheit der Mitarbeitenden und gewinnen unsere Expertinnen und Experten und unsere Führungskräfte aus den eigenen Reihen. Und mit dem erwähnten Umgang mit den älteren Mitarbeitenden, die in Richtung Pensionierung gehen, schaffen wir einen guten Übergang vom Erwerbsleben in die Rente – und retten damit einen grossen Erfahrungsschatz hinüber in die nächste und übernächste Generation.

**Stichwort Ausbildung: Welche Berufe können junge Menschen bei den Kliniken Valens erlernen?**

Wir bieten Ausbildungsplätze in ganz unterschiedlichen Bereichen an. So haben wir im Unternehmen laufend Lernende als Fachfrau bzw. Fachmann Gesundheit EFZ, Diplomierte Pflegefachfrauen und -männer HF und FH, Koch / Köchin sowie IT-Fachmänner und -frauen. Nicht zu vergessen die Assistenzärztinnen und -ärzte, die wir in fast allen unseren Fachbereichen ausbilden. Insgesamt bilden wir pro Jahr an die 100 Personen aus bzw. bieten Ausbildungs- und Praktikaplätze in rund 25 Berufen an. Gerade auch in der Ausbildung stecken wir uns hohe Ziele: Junge Menschen sollen bei uns eine qualitativ hochwertige, umfassende Ausbildung erhalten, die eine solide Basis für ihr ganzes weiteres Berufsleben ist. Ganz unabhängig davon, ob sie nach ihrer Ausbildung im Unternehmen bleiben, etwas Neues sehen wollen und/oder vielleicht irgendwann wieder zurückkehren.

**Was sollte ein Bewerber bzw. eine Bewerberin unbedingt über die Kliniken Valens wissen?**

Er oder sie sollte wissen, dass auf uns Verlass ist. Es geht familiär und kollegial zu, trotz der Grösse, die wir inzwischen erreicht haben. Und wir pflegen eine Du-Kultur. Eine gute Führung der einzelnen Teams ist das, was die Dinge im Kleinen und Grossen zusammenhält. Wenn wir Probleme früh erkennen, können wir sie gemeinsam aus dem Weg räumen. Deshalb ist unsere Kultur des Miteinanders auch in unserem Führungsleitbild festgeschrieben. Unsere Führungskräfte sollen coachen, lenken, unterstützen und steuern, nicht «verwalten». Ich sage immer «Was man sät, das erntet man».

Manuela, danke für das Gespräch und die spannenden Einblicke in die Personalarbeit!

## 1 Klinikgruppe, 150 Berufe und Funktionen

Die Berufe aufzuzählen, die in den Kliniken Valens ausgeübt werden, ist eine knifflige Aufgabe. Was daran so schwierig ist, das zeigt ein Beispiel anhand des Berufes der Diplomierten Pflegefachfrau bzw. des Diplomierten Pflegefachmannes: Hier gibt es nach der Grundausbildung eine Reihe von Weiterbildungen und Spezialisierungen, mit denen man sich für eine zusätzliche Tätigkeit oder eine bestimmte Funktion qualifiziert. Eine Diplomierte Pflegefachfrau wird damit beispielsweise Stationsleiterin in einem bestimmten Fachgebiet auf einer der zahlreichen Stationen an einem unserer fünf stationären Standorte. – Und so verhält es sich mit vielen Berufen, sei es in der Pflege, der Therapie, der Medizin, der IT oder der Verwaltung.

Dies alles lückenlos aufzuzählen, wäre also nur schwer zu bewerkstelligen, und Sie als Leserinnen und Leser fänden eine seitenlange Liste wohl auch nur mässig spannend. Wir geben somit gerne zu, dass unsere Aussage «150 Berufe» und unsere Aufzählung auf Seite 6 bloss eine Annährung ist – mit der wir allerdings etwas ganz Wichtiges zeigen möchten: Um eine Reha-Klinikgruppe gut und nachhaltig betreiben zu können, braucht es eine grosse Vielfalt an Menschen und Fachkenntnissen!

Ein paar dieser Menschen und ihre Berufe, Funktionen und Fachkenntnisse stellen wir in dieser Ausgabe näher vor. Sie stehen stellvertretend für die geballte Kompetenz, die es tagtäglich braucht, damit jene Menschen, für die wir alle arbeiten, auf ihrem Weg der Rehabilitation Fortschritte machen und sich gut aufgehoben fühlen: unsere Patientinnen und Patienten.

## Kliniken Valens in Zahlen

**Standorte der Gruppe Kliniken Valens:**
7 (ab Juni 2022: 8)

**Anzahl Mitarbeitende:**
rund 1300

**Berufe / Funktionen in den Kliniken Valens:**
ca. 150

**Nationalitäten unserer Mitarbeitenden:**
45

**«Beste Arbeitgeber Schweiz»**
2020, 2021, 2022

**«Friendly Work Space»**
seit 2021

### Interessiert?

Sie möchten bei uns arbeiten?
Hier Vorteile und Benefits ansehen:
kliniken-valens.ch/jobs-karriere

# Berufe und Funktionen in den Kliniken Valens

Hätten Sie das gedacht? In den Kliniken Valens sind Menschen mit etwa 150 Berufen und Funktionen beschäftigt. Nicht alles ist hundertprozentig auseinanderzuhalten, manches überschneidet und ähnelt sich, manches fehlt vielleicht auf unserer Liste. Aber es sind in jedem Fall eine ganze Menge Fachrichtungen und Kompetenzen.

**A**
Abteilungsarzt/-ärztin
Administrative ärztliche/r Fallassistent/in
Ärztliche Standortleitung
Aktivierungstherapeut/in
Arztsekretär/in / Assistent/in Klinikdirektor
Ärztlicher Direktor / Chefarzt
Assistent/in (diverse Fachbereiche und Abteilungen)
Assistenzarzt/-ärztin (diverse Fachbereiche)
Ausbildner/in Pflege
Ausbildungsverantwortliche/r (Therapien, Pflege)
Aushilfe

**B**
Badefachangestellte/r
Bademeister/in
Berater/in für Infektionsprävention
Bereichsleiter/in (diverse Fachbereiche)
Bewegungstherapeut/in

**C**
CEO (Chief Executive Officer)
CFO (Chief Financial Officer)
Chefarzt/-ärztin
Chefarztsekretär/in
Chef de Service
Chefpsychologe/-psychologin
Coiffeuse/Coiffeur
Concierge
Controller/in
COO (Chief Operating Officer) / Stv. CEO
Co-Teamleiter/-leiterin Pflege
Co-Chefarzt/-ärztin

**D**
Datenschutzbeauftragte/r
Departementsleiter/in Innere Medizin
Diabetesfachberater/in
Diätkoch/-köchin
Direktionsassistent/in
Direktor/in Pflege
Direktor/in Therapien

**E**
Elektriker/in
Ergotherapeut/in
Ergotherapeut/in mit Zusatzfunktion Patientencoach
Ernährungsberater/in

**F**
Facharzt/-ärztin (diverse Fachbereiche)
Fachexperte/-expertin (Ergotherapie, Infektionsprävention, Pflege)
Fachfrau/-mann Gesundheit
Fachfrau/-mann Betreuung
Fachfrau/-mann Hauswirtschaft
Fachfrau/-mann Neuropsychologische Diagnostik
Fachfrau/-mann Betriebsunterhalt
Fachleiter/in (diverse Fachbereiche)
Fachverantwortliche/r (diverse Fachbereiche)
Facility Mananger/in
Fusspfleger/in

**G**
Gärtner/in
Gastarzt-/ärztin
Gebäudereiniger/in
Gruppenkoordinator/in Therapien
Gruppenleiter/in Reinigung

**H**
Hilfskoch/-köchin
Hotelfachangestellte/r
Hotelfachangestellte/r Room Service
HR-Assistent/in
HR Business Partner

**I**
ICT-Supporter/in
ICT System- und Netzwerk-Administrator/in (-Techniker/in, -Specialist/in)
IT System Engineer

**K**
Kinaesthetics-Trainer/in
Klinikdirektor/in
Klinische/r Linguist/in
Klinische/r Psychologin/Psychologe
Koch/Köchin / Stv. Küchenchef/in
Kostengutsprachen-Manager/in
Krankenpfleger/in FA SRK
Kreativtherapeut/in
Kunsttherapeut/in

**L**
Leitende/r Arzt/Ärztin
Leitende/r Chefarzt/-ärztin
Leitende/r Psychologe/Psychologin
Leiter/in (diverse Fachbereiche und Teams)
Logistikfachmann/-frau
Logopäde/Logopädin

**M**
Marketingassistent/in
Medizincontroller/in
Medizininformatiker/in
Medizinische/r Codierer/in
Medizinische/r Masseur/in
Medizinische/r Praxisassistent/in
Mitarbeiter/in (diverse Administrations- und Dienstleistungsbereiche)

**N**
Nachtarzt/-ärztin
Nachtportier
Neuropädagoge/-pädagogin
Neuropsychologin/-psychologe

**O**
Oberarzt/-ärztin (diverse Fachbereiche)
Oberpsychologe/Oberpsychologin
Orthoptist/in

**P**
Patientenbegleiter/in
Patientencoach
Pâtissiere
Personalfachfrau/-mann
Personalhausverantwortliche
Pferdebetreuer/in
Pflegeassistent/in
Pflegeexperte/-expertin
Pflegefachfrau/-mann
Pflegehelfer/in SRK
Pflegespezialist/in Cancer Fatigue
Pharmaassistent/in
PhD-Kandidat/in und Mitarbeiter/in Therapien
Physiotherapeut/in
Praktikumsverantwortliche/r Therapien
Psychologe/Psychologin

**Q**
Qualitätsbeauftragte/r
QM-Coach

**R**
Radiologiefachfrau/-mann

**S**
Sachbearbeiter/in
Seelsorger/in (evang. und kath.)
Sekretär/in
Senior Consultant
Servicefachangestellte/r
Sous-Chef/in
Sozialarbeiter/in
Sozialberater/in
Spitalfacharzt/-ärztin
Sporttherapeut/in
Springer/in Pflege
Stationsleiter/in Pflege
Stationssekretär/in
Stifungsrat/Stiftungsrätin

**T**
Teamleiter/in (div. Fachbereiche und Teams
Therapieassistent/in

**U**
Unterassistent/in (Neurologie, Rheumatologie)

**V**
Verantwortliche/r Warenwirtschaft

**W**
Wissenschaftliche/r Mitarbeiter/in
Wund- und Stomaberater/in

# Beruf: Musiktherapeut

**Andreas Vuissa ist Diplom-Musiktherapeut, verfügt über den Master of Advanced Studies in klinischer Musiktherapie der Hochschule der Künste Zürich und hat sich in systemischer Beratung, der Achtsamkeitslehre, in Progressiver Muskelrelaxation (PMR) und Feldenkrais aus- und weitergebildet. Anlässlich einer Klangmeditation für Patienten der Kardiologie durften wir ihn in der Klinik Gais begleiten und näher kennenlernen.**

**Andreas, wie bist du zu deinem Beruf gekommen?**
Musik faszinierte mich schon immer. Bereits als Kind habe ich oft gesungen, mit 16 Jahren lernte ich Schlagzeug spielen und engagierte mich einige Jahre in einer Rockband. Es folgten Studium, Aus- und Weiterbildungen. Auch war ich lange Zeit als dipl. sozial- und heilpädagogischer Fachbetreuer tätig, bevor ich mich als Musiktherapeut selbstständig machte.

**Welche Instrumente spielst du?**
Wenn man mich fragt, welche Instrumente ich spiele, sage ich zumeist mit einem Schmunzeln: Alle, im wahrsten Sinne des Wortes. Beherrschen tu ich keines. Und damit motiviere ich auch Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Musiktherapie, sich spielerisch den Instrumenten anzunähern. Die Geschichte und die Spielweise der einzelnen Instrumente zu entdecken, macht mir grosse Freude. Der Rhythmus, die Melodie oder die Dynamik von laut und leise sind nur einige der Komponenten, die Musik so spannend machen. Wertvoll ist es auch, zu beobachten, was die Musik mit mir macht.

**Ein Schwerpunkt deiner Tätigkeit in der Klinik Gais ist die Klangmeditation. Welche Wirkweisen siehst du in dieser Therapie?**
Die Klangmeditation kann bei der Schmerzlinderung und Entspannung helfen. Die Patienten können zur Ruhe kommen und die Klangmeditation kann somit auch Oase sein in der auf Leistung ausgerichteten Rehabilitation. Sie hilft, Krankheiten zu verarbeiten, und unterstützt das Wiedererlangen von Vertrauen in den eigenen Körper.

**Ist Musiktherapie – und Klangmeditation im Besonderen – für alle Patientinnen und Patienten geeignet?**
Nein, hier klären wir sorgfältig ab, welche Therapieform für welches Krankheitsbild und welchen Patienten geeignet ist. Gute Erfolge mit der Klangmeditation verzeichnen wir in der Psychosomatik, in der Kardiologie und der Onkologie. Körperliche Entspannung, zur Ruhe kommen im Kopf und das Wiedererlangen des Vertrauens stehen dabei im Vordergrund. Die Klangmeditation eignet sich deshalb auch sehr gut für Patientinnen und Patienten mit neurologischen Krankheitsbildern.

**Was macht Andreas Vuissa in seiner Freizeit?**
Da bin ich oft in der Natur unterwegs, im Wald oder an einem Bach. Ich lese sehr gerne, treibe Sport und, wie könnte es anders sein, mache Musik und singe.

## Zur Person

Andreas Vuissa ist selbstständiger Musiktherapeut mit eigener Praxis in Wolfhalden AR und arbeit in einem Teilzeitpensum in der Klinik Gais. Weitere Informationen über ihn und zu seinen Angeboten unter: www.einklang.ch

## Klangmeditation

Für eine Klangmeditation scheint das Monochord – ein Musikinstrument mit mehreren Saiten, die parallel über einen Resonanzkörper gespannt und auf denselben Ton gestimmt sind – prädestiniert zu sein. In einer angenehm ruhenden Position lässt die Patientin / der Patient die Musikimprovisationen zur Tiefenentspannung auf sich wirken. Eine anschliessende Reflexionsphase ergänzt die Meditation. Die Therapie mit Einführung, Meditation und Reflexion dauert rund eine Stunde.

**Hier wird der Titel dieses Artikels ausgesprochen. Finden Sie ihn heraus?**

**Beruf: Logopädin**

**Haben Sie es verstanden? Können Sie sich ein Leben ohne Kommunikation vorstellen? Laut Wikipedia kommt das Wort «Kommunikation» aus dem Lateinischen «communicatio» und steht für «Mitteilung». Kommunikation ist der Austausch oder die Übertragung von Informationen, die auf verschiedene Arten (verbal, nonverbal) und auf verschiedenen Wegen (Sprechen, Schreiben, Mimik, Gestik) stattfinden kann.**

Was, wenn die Kommunikation durch eine Krankheit oder einen Unfall beeinträchtigt ist? Logopädinnen und Logopäden können bei Schwierigkeiten in der Kommunikation hilfreiche Unterstützung bieten. Wir geben Ihnen gerne einen Einblick in deren wichtige Aufgabe im Reha-Alltag.

**Unterschiedliche Arten von Störungen**

Wie unsere Patientinnen und Patienten kommunizieren, ist abhängig vom Störungsbild. Patienten mit Sprachstörungen (meist Aphasien) haben in der Regel auch Schwierigkeiten, gesprochene und geschriebene Wörter zu verstehen und ihr Sprachverhalten an die Fähigkeiten des Gegenübers anzupassen. Patienten mit Sprechstörungen verstehen ihr Gegenüber gut, sie haben eine rein motorische Beeinträchtigung ihrer Sprechfunktionen. Patientinnen mit Schluckstörungen haben nur selten Einschränkungen in der Kommunikation und wenn, dann in Kombination mit einer Sprechstörung.

Es gibt kaum eine neurologische Erkrankung, bei der ein logopädischer Behandlungsbedarf auszuschliessen ist. Hauptsächlich behandeln wir Patientinnen und Patienten nach Schlaganfällen, Schädel-Hirn-Traumata sowie Patientinnen und Patienten mit degenerativen Erkrankungen wie MS, Parkinson oder ALS – und seit Beginn der Corona-Pandemie auch viele Patienten, die nach einer Covid-Erkrankung an Schluckstörungen leiden.

**Ablauf einer logopädischen Behandlung und Therapie**

Am Anfang einer Patientenbehandlung steht die Diagnostik. Das Störungsbild wird mit spezifischen normierten oder informellen Tests erfasst, ebenso die Patientenwünsche. Die anschliessende Therapie ist individuell auf die Fähigkeiten und Interessen des Patienten zugeschnitten und orientiert sich am Störungsbild. Bei Sprachstörungen zielt die Therapie auf die Verbesserung von Verstehen, Lesen, Sprechen und Schreiben, bei Sprechstörungen auf die Verbesserung der sprechmotorischen Funktionen und eventuell auf den Einsatz von Kommunikationshilfen. Bei Schluckstörungen ist das Ziel, die orale Ernährung zum Beispiel mit einer angepassten Kostform zu erreichen. Dazu müssen unter Umständen Muskelfunktionen verbessert, Strategien zu sicherem Schlucken eingeübt oder auch Reinigungstechniken erlernt werden. Bei allen Störungsbildern lassen sich Fortschritte erzielen. Je nach Erkrankung ist aber nicht immer eine vollständige Erholung zu erwarten.

**Logopädie an den Standorten der Kliniken Valens**

Im Rehazentrum Valens, in der Rheinburg-Klinik Walzenhausen und in der Ambulanten Reha St.Gallen arbeiten insgesamt 13 Logopädinnen und Logopäden und eine klinische Linguistin. Die sieben Logopädinnen des Rehazentrums Valens decken auch die Logopädie-Einsätze in der Clinic Bad Ragaz und im Rehazentrum Walenstadtberg ab.

**Alexandra Liebs**
Leitende Logopädin des Rehazentrums Valens

*«Ich liebe meinen spannenden Beruf als Logopädin, der mich in Kontakt mit den unterschiedlichsten Menschen und Erkrankungen bringt.»*

## Wie werde ich Logopädin oder Logopäde?

**Nach erfolgreich abgeschlossener Matura:**

- 6 Semester Studium mit Abschluss Bachelor, Masterstudium möglich

**Das Studium ist an folgenden Institutionen möglich:**

- Schweizerische Hochschule für Logopädie in Rorschach – www.shlr.ch
- Pädagogische Hochschule der FHNW, Institut Spezielle Pädagogik und Psychologie ISP in Muttenz BL – www.fhnw.ch/ph/isp
- Universität Freiburg, Departement für Sonderpädagogik – www.unifr.ch
- Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik (HfH) – www.hfh.ch
- Ab September 2022 gibt es erstmals den Bachlorstudiengang Logopädie in der Zentralschweiz – im Rahmen einer Kooperation der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich (HfH) und der PH Luzern – www.phlu.ch

Praktika sind in den Kliniken Valens möglich, in der Regel sind dies Abschlusspraktika, also Praktika, welche gegen Ende der Ausbildung stattfinden.

# Beruf: Köchin

**Angela Graf arbeitet als Köchin in der Rheinburg-Klinik Walzenhausen. Ihr Spezialgebiet sind Patisserie und Desserts. Wir durften sie in der Küche besuchen und mehr über sie und ihre Arbeit erfahren.**

Am Tag des Interviews durften sich die Patientinnen und Patienten auf eine frische Cremeschnitte freuen.

**Angela, warum hast du diesen Beruf gewählt?**

Während der Sekundarschulzeit verbrachte ich im Sommer einige Tage auf einer Alp oberhalb von Walenstadt bei einer Bekannten. Dort durfte ich im Service und in der Küche eines kleinen Alprestaurants mitanpacken und lernte so die Arbeit in der Gastronomie kennen. Die vielfältigen Tätigkeiten gefielen mir ausgesprochen gut, sodass mein ursprünglicher Wunsch, Floristin zu werden, in den Hintergrund rückte und mein Interesse am Beruf Köchin wuchs. Nach diesen lehrreichen Tagen im Alprestaurant kam es dazu, dass ich mich um eine Lehrstelle als Köchin im Spital Heiden bewarb. Tatsächlich erhielt ich die Lehrstelle – und merkte schnell, dass meine Entscheidung die richtige war. Seit dem Lehrabschluss arbeite ich nun mittlerweile sechs Jahre als Köchin in der Rheinburg-Klinik.

**Was macht es besonders, in einer Rehaklinik als Köchin zu arbeiten?**

Die Vielfältigkeit: Bei uns gibt es keine fixe Speisekarte, sondern täglich wechselnde Menüs. So haben alle Teammitglieder bei der Menüauswahl grosse Mitgestaltungsmöglichkeiten und können sich kreativ einbringen. Da ich für die Patisserie zuständig bin, habe ich noch mehr kreativen Spielraum, denn bei einem Menü ist die Kombination von Stärkebeilagen, einer Proteinquelle und Gemüse vorgegeben. Bei der Patisserie hingegen sind der Kreativität fast keine Grenzen gesetzt, was mir besonders viel Freude an der Arbeit bereitet.

*«Wer gerne kreativ und mit frischen Lebensmitteln arbeitet, sollte sich den Beruf genauer anschauen.»*

**Kochst du auch in deiner Freizeit gerne und verrätst du uns dein Lieblingsrezept?**

Wenn ich den ganzen Tag in der Klinik gekocht habe, lasse ich mich in meiner Freizeit auch gerne mal bedienen oder koche einfache Gerichte. In den Ferien nehme ich mir aber gerne Zeit zum Kochen. Wenn ich mit meinem Freund zusammen koche, merke ich, dass ich ein anderes Arbeitstempo und andere Kochabläufe habe – Spass macht es aber trotzdem! Mein absolutes Lieblingsrezept ist der Cheesecake. Das Rezept ist auch für Nicht-Köche und Nicht-Köchinnen zu empfehlen und Genuss ist auf jeden Fall garantiert!

## Cheese Cake

**Vorbereitung**
Boden der Form (Springform ø 24 cm) mit Backpapier belegen, Rand fetten

**Teig für den Boden**
125 g Butter, weich
125 g Zucker
schaumig rühren

½ Ei beigeben

200 g Mehl
5 g Backpulver
100 g Kakaopulver
mischen, beigeben, alles zu einem glatten Terig rühren. Teig auswallen, etwas grösser als die Form (ca. ø 30 cm), in die vorbereitete Form legen und leicht andrücken, anschliessend kühl stellen.

**Masse für die Füllung**
250 g Butter, weich
200 g Zucker
schmelzen

40 g Cremepulver
2 ½ Eier
verrühren und unter das Butter-Zucker-Gemisch rühren.

500 g Doppelrahm-Frischkäse
25 g Limettensaft
beigeben und zu einer glatten Masse verrühren. Nun die Masse in die mit dem Teig ausgelegte Form füllen und in den vorgeheizten Backofen schieben.

**Backen**
180° C, ca. 35–45 Minuten

# Beruf: Informatikerin

Der Serverraum im Rehazentrum Valens: Lorena Pfiffner kennt sich trotz der Unmenge an Kabeln bestens aus.

**Lorena Pfiffner ist im dritten von insgesamt vier Lehrjahren in der Ausbildung zur Informatikerin. Sie und ihre Teamkolleginnen und -kollegen sorgen über die gesamte Klinikgruppe für eine einwandfrei funktionierende IT-Infrastruktur.**

**Warum hast du diesen Beruf gewählt?**

Mich fasziniert die Technologie und ihre Wirksamkeit. Ich wollte bereits vor meiner Lehrzeit wissen, was hinter den Geräten (Laptop/Switch/Server) steckt und wie sie funktionieren. Aus diesem Grund habe ich oft YouTube-Videos zu diesem Thema geschaut und mir so selbst Wissen angeeignet. Während der Schnupperlehre merkte ich schnell, dass die Arbeit ziemlich genau meinen Vorstellungen entsprach, und so festigte sich mein Wunsch, Informatikerin zu werden. Ich bin immer noch überzeugt, damit die richtige Entscheidung getroffen zu haben.

**Wie sieht dein Arbeitstag als Informatikerin aus? Was sind deine Aufgaben?**

Die Informatik bietet ein grosses Spektrum an verschiedenen Tätigkeiten und mein Aufgabenbereich ist daher sehr vielfältig. Während meiner Lehrzeit erhalte ich in verschiedene Bereiche Einblick – vom Support über das System Engineering bis hin zum Netzwerk. Neben der Bearbeitung von Supportanfragen von Mitarbeitenden arbeite ich oft mit Servern und weiteren Netzwerkkomponenten. Zudem betreue ich Projekte, die mich zum Teil über einen längeren Zeitraum beschäftigen. Bei der Berufslehre zur Informatikerin werden drei Fachrichtungen unterschieden: die Systemtechnik, Applikationsentwicklung und Betriebsinformatik. Da meine Ausbildung den Schwerpunkt Systemtechnik hat, beschäftige ich mich häufig mit der Hardware, also mit den physischen Geräten.

**Was gefällt dir am besten an deinem Beruf?**

Die abwechslungsreiche Arbeit gefällt mir besonders und zudem begeistert mich der enorme Fortschritt, der dank der Technologie gemacht wird. Aufgrund deren Schnelllebigkeit lerne ich immer Neues dazu – und das macht riesigen Spass. Diese Schnelllebigkeit hat auch zur Folge, dass die vierjährige Informatiklehre in 32 Module gegliedert ist, die man im Laufe der einzelnen Lehrjahre abschliesst. Eine klassische Lehrabschlussprüfung gibt es nicht, weil sich das Gelernte aus dem ersten Lehrjahr in der Zeit bis zum Ausbildungsende bereits wieder grundlegend verändert haben könnte und dann nicht mehr dem neusten technologischen Stand entspricht. Wir schliessen unsere Lehre deshalb mit einer Arbeit ab, die einen direkten Bezug zu einer Fragestellung aus dem Lehrbetrieb hat.

**Gibt es etwas, was dir aus deiner bisherigen Lehrzeit besonders in Erinnerung geblieben ist?**

Besonders in Erinnerung geblieben ist mir mein erster grösserer Auftrag, bei dem ich die Power Distribution Unit, also das Gerät zur Stromverteilung und -steuerung, im Rechenzentrum konfigurieren musste. Dieser Auftrag war für mich zwar wie ein Sprung ins kalte Wasser, aber umso mehr konnte ich dabei lernen. Allgemein bleiben mir die Arbeiten mehr in Erinnerung, bei denen die Herausforderung grösser ist und ich selbstständig «tüfteln» muss, um zu einem erfolgreichen Abschluss zu kommen. Es gibt in der Theorie zwar ein Vorgehensmodell zur Lösung von «Informatikproblemen», doch auch das Ausprobieren kann in manchen Fällen zur Problemlösungsfindung beitragen.

**Wie ist es für dich als Frau, in einem Umfeld zu arbeiten, in dem die Mehrheit Männer sind?**

Mir ist ein respektvoller und harmonischer Umgang im Team sehr wichtig, und dann spielt es für mich keine Rolle, ob ich mit Männern oder Frauen zusammenarbeite. Unser Teamspirit ist super, wir lachen viel und ich fühle mich sehr wohl im Team.

**Welche Eigenschaften sollte man deiner Meinung nach mitbringen, wenn man Informatiker/in werden möchte?**

Um Informatiker/in zu werden, braucht man sicherlich ein grosses Interesse an der Technologie. Die Branche ist sehr schnelllebig und man sollte deshalb bereit sein, laufend Neues zu lernen, um auf dem aktuellsten Stand zu bleiben. Die Arbeit kann unglaublich Spass machen, ist manchmal aber auch herausfordernd und braucht in gewissen Situationen Geduld.

# «Probiert mal, eine Fussspitze zu heben, ohne die Wade anzuspannen.»

**Roland Frei ist (fast) immer gut gelaunt. Er lebt seit 27 Jahren (meistens) friedlich mit seiner Multiplen Sklerose zusammen. Er hat sich vieles erkämpfen müssen, ist (inzwischen) aber ein regelrechter Experte für alle Themen rund um MS. Die Wörtchen «fast, meistens und inzwischen» sind den Aufs und Abs geschuldet, die ein Leben mit einer chronischen Krankheit zwangsläufig mit sich bringt.**

Mit seiner humorvollen Art schafft er es spielend, auch über Themen zu reden, über die sonst Stillschweigen herrscht.

«Als ich die Diagnose MS bekam, wusste ich nichts darüber. Damals hatte ich ein Jahr lang immer wieder Blasenentzündungen. Dass das an einer neurologischen Krankheit liegen könnte, darauf wäre ich nie gekommen. Mein Arzt gab mir damals Videos mit, in denen die Krankheit genauer erklärt wurde, und ich bekam eine Therapie. Besorgt war ich aber nicht, ich merkte ja nicht viel. Das war 1995, ich war 36 und hatte mit meiner Frau schon unsere drei Kinder. Mit 40 war ich dann zum ersten Mal zur Reha in Valens.»

**In 24 Jahren 28-mal auf Reha in Valens**

Bei diesem einen Mal sollte es nicht bleiben: Kürzlich war Roland – er bietet uns gleich das Du an – sage und schreibe zum 28. Mal im Rehazentrum Valens. Jedes Jahr mindestens einmal. Und immer habe er viel Positives mitnehmen können. Allein schon der Austausch mit anderen Betroffenen sei wichtig, besonders für die Psyche: «Körperlich musst du natürlich schauen, dass du so viel wie möglich aufbauen kannst in den drei Wochen.» In Valens sei er noch nie enttäuscht worden: «Ärzte, Therapie, Pflege, Patientencoaches, Reinigungskräfte – alle geben sich die grösste Mühe und reden mit den Patienten auf Augenhöhe. Noch nie gab es eine Unfreundlichkeit. Am besten wäre ja, ich könnte zweimal im Jahr für vier Wochen kommen, damit könnte man noch einiges mehr erreichen, aber das liegt nicht drin.»

**Der Fussheber machte als erstes Schwierigkeiten**

Die erste grössere Einschränkung, die Roland hatte, war eine Fussheberschwäche, die bei MS häufig auftritt. Ein gesunder Mensch denkt nicht darüber nach, was im Körper alles funktionieren muss, damit er laufen kann; wohl deshalb sagt Roland im Gespräch: «Probiert mal, eine Fussspitze anzuheben und loszulaufen, ohne die Wade anzuspannen.» Machen wir. Und bewegen uns nicht vom Fleck.

Was Roland natürlich längst weiss und am eigenen Leib erfahren hat: Damit das Laufen reibungslos funktioniert, muss das Gehirn Impulse ans Rückenmark senden, von wo aus Bewegungssignale an die Nerven im Bein gehen. Das erste wichtige Signal

*«Kommunizieren ist wichtig – und immer positiv bleiben, dann kannst du das Leben trotz allem geniessen.»*

geht an den Wadenbeinnerv, der für das Anheben der Fussspitze zuständig ist. Bei dieser Aufgabe kam es bei Roland MS-bedingt zu Unterbrechungen. In der Reha konnte er jeweils Verbesserungen erzielen, und mit viel Fleiss konnte er diese auch zu Hause eine Zeitlang halten.

Dennoch musste er nach 10 Jahren den ersten Rollstuhl anschaffen. «Ich habe ihn zuerst nur im Auto mitgeführt, zur Sicherheit. Aber für weitere Strecken, wenn ich irgendwo nicht nah genug am Eingang parkieren konnte, musste ich ihn benutzen. Das hat mich genervt, aber das Gehen mit Stöcken war mir seit einem bösen Sturz auch nicht mehr geheuer. Damals bin ich mit den Stöcken umgeknickt und mit voller Wucht aufs rechte Knie gefallen. Dann schon lieber der Rollstuhl.»

**Am MS-Stammtisch werden auch Tabus angesprochen**

Alle Jahre wieder: zurück nach Valens. Roland kommt am liebsten im Herbst, wie einige andere auch – und so trifft er stets auf bekannte Gesichter. Ein beliebter Treffpunkt ist der runde Tisch im Restaurant Zanai, auch MS-Stammtisch genannt. «Nicht immer geht es um MS, aber oft. Man teilt eben das gleiche Schicksal, auch wenn es bei jedem anders verläuft. Und kommunizieren ist wichtig, und immer positiv bleiben, dann kannst du das Leben trotz allem geniessen.»

Kommunikativ ist Roland allemal. Mit seiner humorvollen Art schafft er es spielend, auch über Themen zu reden, über die sonst Stillschweigen herrscht: «Der ganze Körper und das ganze Leben können betroffen sein, wieso sollte man dann Blaseninfekte, Inkontinenz oder Sexualstörungen verschweigen? Ich merke immer wieder, dass MS-Patienten über gewisse Dinge nicht reden – oft nicht einmal mit ihrem Arzt.» So erzählt uns Roland, dass er am Stammtisch schon dem einen oder der anderen, mehr oder weniger diskret, intime Tipps gegeben habe. Man müsse über alles reden, wenn man über alle Möglichkeiten Bescheid wissen wolle.

**Mit gesundheitlichen Auf und Abs leben gelernt**

Doch auch er ist schon durch tiefe Täler gewandert. Am Anfang waren bei Roland nur einige wenige Nerven betroffen, später kamen ein paar Muskeln dazu, heute sind es eine Reihe von Muskeln, deren Funktion beeinträchtigt ist. Vor sieben Jahren hatte Roland dann auch noch einen Herzinfarkt. Aber nicht nur körperlich und psychisch geht es für ihn und seine Familie auf und ab, auch organisatorisch ist es fordernd: «Man braucht eine starke Psyche, wenn man auf der einen Seite mit der Krankheit kämpft und auf der anderen mit den Versicherungsanträgen für die Reha, den IV-Formularen und den RAV-Anträgen.»

**Bürokratische und finanzielle Hürden gemeistert**

Die bange Frage war immer, wie es finanziell weitergeht, wenn Roland das Arbeitspensum verringern oder die Arbeit ganz aufgeben muss. «Die Patientencoaches und der Sozialdienst im Rehazentrum Valens sind bei vielem behilflich, aber um alles können sie sich auch nicht kümmern. Ich war immer selber aktiv und habe alle Stellen angeschrieben, von denen ich erfahren habe.»

Nicht zuletzt wegen seiner Beharrlichkeit brachte es Roland auf bisher 28 Reha-Aufenthalte in Valens. Und auch sein Einkommen habe er immer irgendwie geregelt. Zehn Jahre arbeitete er trotz MS im Vollzeitpensum, dann musste er auf 50 Prozent reduzieren, erhielt eine IV-Halbrente, später eine IV-Dreiviertelsrente. Heute setzt sich sein Einkommen aus Geldern der IV, des RAV und des Sozialdienstes zusammen. «Nächstes Jahr werde ich pensioniert, dann ist sowieso wieder alles anders. Aber ich werde weiter aktiv bleiben, es gibt noch viel zu tun. In Valens feiere ich ja bald meinen Dreissiger.» Und schelmisch setzt er nach: «Bin mal gespannt, ob's ein Gschänggli gibt.»

## Zur Person

Roland Frei ist 63 Jahre alt, verheiratet, Vater von drei erwachsenen Kindern und Grossvater von drei Enkelkindern. Als gelernter Bauschreiner war er früher oft und lange auf Montage. Die Hotelbauten, an denen er beteiligt war, stehen etwa in Berlin, in Genf oder in der Karibik. Später war er 28 Jahre lang bei einem Zulieferer für die Autoindustrie tätig.

## Weiterführende Infos

Mehr zur Multiplen Sklerose erfahren Sie bei der Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft unter **www.multiplesklerose.ch.**

Serie

# Meine Laufbahn bei den Kliniken Valens

## Unterstützung durch die Kliniken Valens

Volle oder teilweise Kostenübernahme der Weiterbildungen; flexible Arbeitszeiten je nach Erfordernis; Teile der Weiterbildungszeiten werden als Arbeitszeit angerechnet; bei Bedarf werden zusätzliche Ferien ermöglicht. Bei kostspieligen Weiterbildungen werden Weiterbildungsvereinbarungen getroffen, um eine Bindung an das Unternehmen zu gewährleisten.

## Fortsetzung folgt

Als «Serienstart» haben wir für diese Voilà-Ausgabe vier Personen ausgewählt, deren Laufbahn wir vorstellen. Um weitere spannende Laufbahnen aus den Kliniken Valens zeigen zu können, werden wir diese Rubrik in den nächsten Ausgaben weiterführen.

**Björn Janssen**
Chefarzt Muskuloskelettale und Internistische Rehabilitation
Rehazentren Valens und Walenstadtberg

*«Ich wollte beruflich weiterkommen und Führungsverantwortung übernehmen.»*

**2012**
Einstieg als Assistenzarzt
(Einige Monate, danach Facharztausbildung in anderen Schweizer Kliniken)

**2015**
Wiedereinstieg als Oberarzt in Valens

**2015–2017**
Weiterbildung: Zertifizierter medizinischer Gutachter

**2016**
Beförderung zum Oberarzt mbF Muskuloskelettale und Internistische Rehabilitation

**2018**
Leitender Arzt in Valens

**2019–2022**
CAS in Leadership und strategischer Führung (im Gesundheitswesen) der Kliniken Valens

**2020/2021**
Chefarzt Walenstadtberg und Valens

**Sabrina Hälg**
Stationsleitung Pflege B1
Rehazentrum Valens

*«Die Arbeit als Stationsleitung bot mir die Chance, mich in meinen Stärken und Schwächen selbst herauszufordern.»*

**2009**
Einstieg als Fachfrau Gesundheit (FaGe) EFZ

**2013**
Ausbildung zur Diplomierten Pflegefachfrau

**Weiterbildungen**
Kinästhetics-Aufbaukurs, Link Nurse für Infektionsprävention, F.O.T.T. Grundkurs, CAS in Leadership und strategischer Führung, Trachealkanülen-Management

**2016**
Pflegefachfrau Station B1

**2019**
Stationsleitung B1

**Denis Mayinger**
Bereichsleiter Therapien
Rehazentrum Walenstadtberg

*«Der eigene Ehrgeiz und die Möglichkeit der Mitgestaltung des Klinikalltags haben mich dazu bewegt, immer wieder neue Funktionen und Positionen anzustreben und auszufüllen.»*

**2017**
Einstieg als Physiotherapeut

**2018**
Zusatzfunktion als Patientencoach

**2019**
Fachverantwortlicher Gruppen- und Trainingstherapie

**2021**
Teamleiter Physiotherapie

**Weiterbildung**
CAS in Leadership und strategischer Führung, (im Gesundheitswesen) der Kliniken Valens

**2022**
Bereichsleiter Therapien

**Nicole Eugster**
Fachfrau Gesundheit EFZ mit Zusatzfunktion Berufsbildnerin
Rheinburg-Klinik Walzenhausen

*«Nach der Ausbildung wurde mir angeboten, den Berufsbildner-Kurs zu machen, was mich sehr gefreut hat.»*

**2017**
Einstieg als Lernende Fachfrau Gesundheit (FaGe) EFZ

**2020**
Abschluss der Ausbildung und Arbeit als FaGe EFZ

**2021**
Zusatzfunktion Berufsbildnerin für angehende FaGe

**Weiterbildung**
Kurs für Berufsbildende in Lehrbetrieben

# Aktuelles

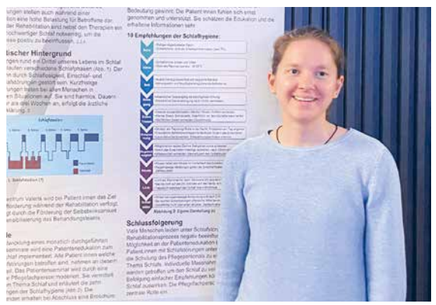
*Kurzgeschichten, Rückblick, Erreichtes und Aktuelles aus den Kliniken Valens.*

## Posterpräsentationen am Pflegesymposium in Zürich und am Pflegekongress in Bern

Lilian Zech, Pflegefachfrau im Rehazentrum Valens, hat am 22. März 2022 am Pflegesymposium «Rehabilitation Care» in Zürich teilgenommen und das Poster zu einem Projekt im Rahmen ihrer Masterarbeit präsentiert. Darin forschte sie zum Thema «Freiheitsbeschränkende Massnahmen in einem Rehazentrum am Beispiel der Sitzhose». Diese Massnahme wird häufig verwendet, um Menschen in Pflegeheimen, Spitälern und Rehakliniken vor einem Sturz aus dem Rollstuhl zu schützen; doch ein Sturz kann mit der Sitzhose kaum verhindert werden – in jedem Fall schränkt sie aber die Freiheit und Würde der Betroffenen ein. Ziel und Ergebnis des Projektes war es daher, Möglichkeiten und Methoden zu erarbeiten, um den Einsatz der Sitzhose im Rehazentrum Valens weiter zu reduzieren.

Lilian Zech mit Poster

Und auch am Schweizer Pflegekongress des Berufsverbandes Pflege SBK am 4./5. Mai 2022 in Bern waren die Kliniken Valens vertreten: Veronica Heis, Fachverantwortliche Pflege der Station B2 im Rehazentrum Valens, präsentierte ein Poster zum Thema Schlaf, das sie für die internen Patientenseminare erstellt hat. Mit ihrer Arbeit zeigte sie auf, wie das Thema Schlaf bei Patientinnen und Patienten mit Schlafstörungen von Seiten der Pflege aufgegriffen wird und welche Interventionen eingeleitet werden. Konkrete Schlafempfehlungen werden dabei in 10 Bereichen ausgesprochen: Ruhe, Klima, Bett, Bewegung, Essen und Trinken, Entspannung, Regelmässigkeit, Rituale, Licht, Schlafmittel.



Veronica Heis mit Poster

## Startschuss für Elektronisches Patientendossier (EPD)

Im Rahmen des Schweizer Digitaltages am 10. November 2021 starteten die Kliniken Valens offiziell mit der Eröffnung von elektronischen Patientendossiers (EPD). Damit können nun stationäre Patientinnen und Patienten der Klinikgruppe ein EPD eröffnen. Die Kliniken Valens gehören zu den 20 Spitälern und Kliniken, die beim Start des EPD des Vereins «eSANITA» dabei waren.

## Wechsel an der Spitze des Stiftungsrates der Kliniken Valens

Christoph Glutz tritt nach 18 Jahren als Stiftungsratspräsident der Kliniken Valens altershalber auf den 31. Mai 2022 zurück. Neu zum Präsidenten des Stiftungsrates wurde André Zemp (Bild) gewählt. Er hat mehr als 30 Jahre Erfahrung im Gesundheitswesen, ist ehemaliger Spitaldirektor des Stadtspitals Triemli und aktuell Spitalratspräsident des Universitätsspitals Zürich. Wir heissen André Zemp auf das Herzlichste willkommen!

## Wiederanerkennung als Ausbildungsbetrieb für diplomierte Pflegefachpersonen HF

Die Höhere Fachschule Pflege in Sargans hat den Kliniken Valens die Wiederanerkennung als Ausbildungsbetrieb auf Stufe Höhere Fachschule verliehen. Die Klinik-Gruppe bildet seit 2006 jährlich durchschnittlich sechs Pflegefachpersonen HF im praktischen Teil ihrer Ausbildung aus und wird dies dank der Wiederanerkennung auch in Zukunft tun.

## 23. Frühlingssymposium in Valens

Am 12. Mai 2022 fand in Valens das 23. Frühlingssymposium statt. Das Thema diesmal: Knie- und Rückenschmerzen in der Rehabilitation. Wiederum waren namhafte Referentinnen und Referenten vor Ort, um ein wichtiges Thema aus dem therapeutischen Alltag aus allen Blickwinkeln der Rehabilitationsmedizin zu beleuchten.

## Neues Psychosomatik-Angebot in der Ambulanten Reha St.Gallen

Die Ambulante Reha St.Gallen wurde Anfang des Jahres um den Fachbereich Psychosomatik und Psychiatrie erweitert. Das zuvor bestehende Ambulatorium der Klinik Gais wurde aufgelöst und in das Ambulatorium der Kliniken Valens integriert. Das Angebot in den neuen Räumlichkeiten umfasst ambulante Psychotherapie im Einzelsetting, ergänzende Gruppentherapien sowie Vorgespräche zur Vorbereitung einer stationären psychiatrischen Behandlung in der Klinik Gais. Die Fachbereiche, die am Standort St.Gallen bereits etabliert sind – Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Neuropsychologie – können nun mit der Psychosomatik und Psychiatrie noch enger zusammenarbeiten.

## Neuer Klinikdirektor für Rehazentrum Valens und Clinic Bad Ragaz

Per 1. Mai 2022 startete Stefan Noll als neuer Klinikdirektor im Rehazentrum Valens und der Clinic Bad Ragaz. Er war zuletzt Direktor im Tschuggen Grand Hotel in Arosa und freut sich darauf, seine Erfahrung in der Hotellerie und in der Führung von Mitarbeitenden nun im Gesundheitswesen einzubringen. Stefan Noll ist 45 Jahre alt, hat einen 9-jährigen Sohn und lebt in Chur. Wir begrüssen Stefan auf das Herzlichste bei den Kliniken Valens und wünschen einen guten Start!

## Assistenzärztinnen und -ärzte bewerten Weiterbildung in den Kliniken Valens mit Bestnoten

Die Assistenzärztinnen und -ärzte der Kliniken Valens haben die Weiterbildungsqualität 2021 zum wiederholten Mal als überdurchschnittlich gut bewertet. Die Klinikgruppe ist vom SIWF (Schweizerisches Institut für ärztliche Weiter- und Fortbildung) als Weiterbildungsstätte zertifiziert. Für angehende Fachärztinnen und -ärzte stehen in einer Reihe von medizinischen Fachrichtungen, aufgeteilt auf alle Standorte, 30 Weiterbildungsplätze zur Verfügung.

## Studie bestätigt die Effektivität der Rehabilitation nach einer Covid-19-Erkrankung

Eine Studie der Kliniken Valens hat gezeigt, dass Patientinnen und Patienten mit oder nach Covid-19 von einer Rehabilitation stark profitieren. Es ist schweizweit die erste Studie, die die Covid-Rehabilitation nicht isoliert untersucht, sondern einen Vergleich zur Rehabilitation von Patientinnen und Patienten ohne Covid-19 anstellt. Die Resultate dieser Studie wurden in der Fachzeitschrift für «Physikalische Medizin, Rehabilitation und Kurortmedizin» des Thieme Verlags Stuttgart veröffentlicht.

## Weltmeisterin Blazenka Bandur

Blazenka Bandur, Leiterin Pflegedienst der Rheinburg-Klinik Walzenhausen, ist seit vier Jahren Mitglied in der Schweizer Nationalmannschaft im Eisstocksport. Bei der Weltmeisterschaft, die vom 22. bis 27. Februar 2022 im italienischen Klobenstein/Ritten über die Bühne ging, holte sie mit ihrem Team die Goldmedaille im Mannschaftsspiel der Gruppe B. Wir gratulieren und wünschen weiterhin viel Freude und Erfolg!

## Spendenfrankenaktion der Mitarbeitenden

Mit einem freiwilligen Spendenfranken unterstützen Mitarbeitende der Kliniken Valens seit über 20 Jahren soziale Einrichtungen. Im Jahr 2021 spendeten die Mitarbeitenden insgesamt CHF 5000 an die Stiftung Scalottas. Diese betreibt in Scharans (GR) ein Sonderschul- und Wohnheim für Kinder und Erwachsene mit einer Behinderung.

## Fachexpertin für Infektionsprävention

Claudia Brülisauer hat Anfang 2022 die Ausbildung zur «Fachexpertin Infektionsprävention im Gesundheitswesen mit eidg. Diplom» abgeschlossen. Wir gratulieren herzlich!

Claudia wechselte 2019 von der Stationsleitung Pflege in der Rheinburg-Klinik in die Spitalhygiene der Kliniken Valens und startete mit der Ausbildung bei H+ Bildung in Aarau. Die Klinische Infektionsprävention ist ein Teilgebiet der Hygiene und sie hat das Ziel, Patientinnen und Patienten, Mitarbeitende und Besuchende vor übertragbaren Krankheiten zu schützen. Inhalte der Ausbildung sind unter anderem Grundlagen der Epidemiologie, Infektiologie und Mikrobiologie. Zitat Claudia: «Man muss Mikroorganismen mögen.»

Zu ihrem Aufgabengebiet gehören Beratungen und Schulungen an den Standorten, das Überwachen von Infektionsrisiken sowie das Planen und Umsetzen von Präventionsmassnahmen. (Wir berichteten auch in der Voilà-Ausgabe Sommer 2020) Wir wünschen Claudia weiterhin viel Freude und Erfolg!

# Beruf: Ergothera-peutin

**Eigentlich wollte Christina Janssen Logopädin werden, aber im Praktikum traf es sich, dass sie mehr in der Ergotherapie mitarbeitete als in der Logopädie – und die Arbeit gefiel ihr ausgesprochen gut. Sie machte die Ausbildung zur Ergotherapeutin und arbeitete viele Jahre im stationären Bereich. Heute ist sie Leiterin der Ergotherapie in der Ambulanten Reha St.Gallen und noch immer mit ganzem Herzen dabei.**

Man spürt die Faszination für den Beruf, wenn Christina anfängt zu erzählen: «Auch nach vielen Jahren im Beruf ist es immer noch spannend und schön. Die Arbeit verändert sich, es gibt immer neue Erkenntnisse und Methoden, mit denen wir unseren Klientinnen und Klienten helfen können, in ihrem Alltag wieder zurechtzukommen.» Christina ist auch Mitherausgeberin der Zeitschrift «ergopraxis» und sehr engagiert und motiviert, wenn es darum geht, die Ergotherapie als Fachgebiet und als Beruf voranzubringen. Wir haben ihr einige Fragen gestellt, um das Berufsbild der Ergotherapeutin besser verständlich zu machen.

**Christina, was ist Ergotherapie?**

Im Zentrum steht bei der Ergotherapie die Fähigkeit der Klientin oder des Klienten, sich in ihrem oder seinem Alltag so gut wie möglich wieder zurechtzufinden. Wobei wir unter «Alltag» alles verstehen, was zum Leben einer Person dazugehört. Da geht es um die Selbstversorgung, das häusliche Leben, den Beruf oder das wichtigste Hobby, aber auch um private administrative Dinge wie ein Bankgeschäft abwickeln. In der Therapie versuchen wir, die Fähigkeiten für diese alltäglichen Aufgaben wiederherzustellen oder zu verbessern. Manchmal kommen auch Hilfsmittel zum Einsatz, wie zum Beispiel eine adaptierte PC-Tastatur.

**Welche Klientinnen und Klienten kommen zu dir?**

In der Ambulanten Reha St.Gallen bieten wir vor allem Ergotherapie für neurologisch erkrankte Klienten an, deshalb kommen unter anderem Menschen mit Multipler Sklerose oder Morbus Parkinson. Aber auch Klientinnen und Klienten, die beispielsweise nach einer Hirnverletzung oder einem Schlaganfall zuerst in einem Akutspital und anschliessend stationär in einer Rehaklinik behandelt wurden, bevor sie bei uns weiter an ihren Fortschritten arbeiten.

**Und wie läuft eine ambulante Ergotherapie ab?**

Zu Beginn machen wir einen Befund, welche Einschränkungen die Person im Alltag hat und welche Aktivitäten sie wieder zurückerlangen oder verbessern möchte. Anhand dessen definieren wir gemeinsam mit der Klientin oder dem Klienten die Ziele, an denen wir arbeiten wollen. Hier ist eine gute therapeutische Einschätzung wichtig, um keine unrealistischen Erwartungen zu wecken. Wenn wir sehen, dass die Ziele noch nicht realistisch sind, definieren wir

**Christina Janssen**
Leiterin Ergotherapie und Stellvertretende Leiterin Ambulante Reha St.Gallen im Bereich Therapien

Teilziele und trainieren ganz spezifisch eine bestimmte Funktion. Da unsere Klientinnen und Klienten häufig mit mehreren Einschränkungen und Zielen zu uns kommen, hat es sich bewährt, die zwei wichtigsten auszusuchen. Das ist auch das Besondere an der ambulanten Arbeit: Die Klienten kommen mit einem sehr spezifischen Problem zu uns, das sie in ihrem Alltag haben und an dem wir gezielt arbeiten können.

**Hast du ein konkretes Beispiel?**

Aktuell arbeite ich mit einer Klientin, deren rechter Arm nach einem Schlaganfall teilweise gelähmt ist. Sie hat gelernt, damit umzugehen und kommt im Alltag schon gut zurecht. Manche Dinge gehen in der Küche noch nicht so gut, aber auch da sind wir auf einem guten Weg. Jetzt ist sie allerdings Grossmutter geworden und wünscht sich, das Baby sicher in den Armen halten zu können. Dafür kann sie hauptsächlich ihren gesunden linken Arm benutzen, aber sie braucht auch die Unterstützung des rechten Armes. Wir arbeiten jetzt gezielt darauf hin, ihre Kraft und Koordination so weit zu verbessern, dass die Klientin ihren Arm als aktive Stütze beim Halten des Babys benutzen kann. Dazu trainiert sie intensiv, die Hand aufzumachen und flach unter das Baby zu führen. Damit wir diese Funktion wirklich so zielgerichtet wie möglich trainieren können, verwenden wir für die Übungen eine Babypuppe, die mit Gewichten beschwert ist.

**Und wie gehst du damit um, wenn ein Klient etwas erreichen will, was du als Therapeutin als wenig realistisch einschätzt?**

Da braucht es eine gute Abstimmung mit dem gesamten Reha-Team. Wir sprechen uns ab, welche Ziele wir als erreichbar ansehen, damit wir nicht unterschiedliche Aussagen treffen und falsche Hoffnungen wecken. Ich denke da an einen unserer Klienten, der einen Neglect hat, also eine Aufmerksamkeitsstörung, bei der eine Körperhälfte vernachlässigt wird. Hinzu kommt eine Hemianopsie, was den Ausfall einer Hälfte des Gesichtsfeldes zur Folge hat. Da das ein Ausschlusskriterium fürs Autofahren ist, wollte der Klient stattdessen gerne Motorrad oder Scooter fahren. Aber auch dafür braucht man eine ungestörte Rundumsicht, eine schnelle Reaktionsfähigkeit und einen guten Gleichgewichtssinn. Wir konnten den Klienten davon überzeugen, damit noch zu warten, und arbeiten vorerst an seiner Aufmerksamkeits- und Konzentrationsfähigkeit. Dafür haben wir computerunterstützte Programme, bei denen er beispielweise einen Knopf drücken muss, wenn etwas Bestimmtes auf dem Bildschirm auftaucht. Er macht gute Fortschritte, aber er weiss auch, dass er sich noch Zeit geben muss.

**Das klingt auch psychologisch anspruchsvoll. Ist das etwas, auf das man in der Ausbildung vorbereitet wird?**

Nur im Ansatz, aber man lernt im Berufsalltag damit umzugehen. Die Krankheitsverarbeitung ist ein grosses Thema, und manchmal empfehlen wir unseren Klientinnen und Klienten auch, sich psychologische Unterstützung zu holen, die wir ja auch im Haus haben.

**Was gefällt dir besonders an deiner Arbeit in der Ambulanten Reha St.Gallen?**

Wir sind ein kleines Team, alle sind motiviert und offen für Neues. Daher werden Entscheidungen schnell getroffen und neue Abläufe oder Verbesserungen rasch umgesetzt. Wir haben also sehr viel Spielraum und Einfluss auf unsere tägliche Arbeit. Mir gefällt auch, dass wir stark interdisziplinär arbeiten. Es gibt viele Überschneidungen mit anderen Berufsgruppen im Haus, und von diesem Miteinander und den kurzen Wegen profitieren wir ebenso wie unsere Klientinnen und Klienten.

## Wie wird man Ergotherapeut/in?

Voraussetzung ist ein Bachelorstudium, das direkt nach der Matura begonnen werden kann. Während des Studiums sind 3 Praktika mit der Dauer von je 3 Monaten zu absolvieren. In der Deutschschweiz wird die Ausbildung an der ZHAW in Winterthur angeboten. Aktuell gibt es pro Jahr 78 Ausbildungsplätze, die mittels Auswahlverfahren vergeben werden.

## Nach der Ausbildung

Die Ergotherapie ist vielfältig. Nach der Ausbildung gibt es die Möglichkeit, sich auf verschiedene Fachbereiche zu spezialisieren, beispielsweise auf die Ergotherapie mit Kindern, auf die Orthopädische Ergotherapie, die Handtherapie oder die Neurologische Ergotherapie. In der Ambulanten Reha St.Gallen wird neurologische Ergotherapie angeboten.

# Ambulante Reha St.Gallen

**Die Kliniken Valens konnten ihre Räumlichkeiten und ihr Angebot an der Wassergasse 42/44 in St.Gallen erweitern. Nebst den bisherigen Behandlungsfeldern der neurologischen, muskuloskelettalen und der internistisch-onkologischen Rehabilitation wird neu Psychosomatik und Psychiatrie angeboten. Das Angebot richtet sich an Personen, die ihre individuellen Problemfelder ambulant bearbeiten möchten oder ein Vorgespräch zu einer stationären Aufnahme in der Klinik Gais wünschen.**

## Kursangebot

Verschiedene Angebote im Gruppensetting erweitern und ergänzen die ambulante Rehabilitation des Fachbereichs Psychosomatik und Psychiatrie:

- **Entspannungsgruppe PMR und Imagination**
  Donnerstag 10.00 – 11.00 Uhr
- **Behandlung chronischer Depressionen (CBASP)**
  Montag 15.00 – 16.30 Uhr
- **Qi Gong und Bodyscan**
  Dienstag 15.00 – 16.15 Uhr
- **Resilienz und psychische Gesundheit am Arbeitsplatz**
  Freitag 15.00 – 16.30 Uhr

www.ambulantereha-stgallen.ch

# Ambulante Reha Triemli Zürich

**Die Kliniken Valens eröffnen am 7. Juni 2022 die Ambulante Reha Triemli Zürich. Patientinnen und Patienten profitieren am neuen Standort von der gewohnt hochstehenden Rehabilitation der Kliniken Valens. In hellen und modernen Therapieräumen des Stadtspitals Zürich am Standort Triemli wird ein umfassendes ambulantes Leistungsspektrum der Rehabilitation angeboten.**

Das medizinische und therapeutische Behandlungskonzept basiert auf dem selben bewährten und hochstehenden Konzept, wie es auch an den anderen Standorten in Valens, Walenstadtberg, Walzenhausen, Gais und Bad Ragaz erfolgreich angewendet wird.

Ärztinnen, Physiotherapeuten, Ergotherapeutinnen, Logopäden und Neuropsychologinnen arbeiten Hand in Hand. Das Ziel dabei ist, das bestmögliche Ergebnis für die Patientinnen und Patienten zu erreichen.

**Neubau für stationäre Rehabilitation ab 2026**

Geplant ist zudem der Bau einer Rehabilitationsklinik auf dem Areal des Stadtspitals Triemli durch die Kliniken Valens. Die neue Rehaklinik soll 120 Betten umfassen und folgende Fachgebiete abdecken: Muskuloskelettale Rehabilitation, Neurologische Rehabilitation, Kardiologische Rehabilitation und Internistisch-Onkologische Rehabilitation.

## Reha-Fachbereiche

An unserem neuen Standort an der Birmensdorferstrasse 497 in Zürich bieten wir ambulante Rehabilitation in folgenden Fachbereichen:

- Neurologische Rehabilitation
- Muskuloskelettale Rehabilitation
- Internistisch-Onkologische Rehabilitation
- Pulmonale Rehabilitation

Für weitere Informationen und Anmeldungen: www.reha-triemli.ch



**Ambulante Reha im Triemli – mein Weg zurück in den Alltag.**

Neu ab 7. Juni 2022: Ambulante Reha der Kliniken Valens in den Räumen des Stadtspitals Zürich am Standort Triemli.

www.reha-triemli.ch

AMBULANTE REHA
TRIEMLI ZÜRICH

# Rehab Academy

## Fort- und Weiterbildung in den Kliniken Valens

Für die Verantwortlichen der Kliniken Valens ist die stetige Fort- und Weiterbildung der Mitarbeitenden wichtig. Neben den regelmässig stattfindenden Brandschutzübungen absolvieren alle Mitarbeitenden der Kliniken Valens eine BLS-Schulung (= Basic Life Support). Hier erlernen die Teilnehmenden das Erkennen und Beurteilen von Notfallsituationen inkl. Herzinfarkt und Schlaganfall. Sie lernen Problemlösungen in Notfallsituationen, Bewusstlosenlagerung, Herzdruckmassage und Beatmung.

Die Rehab Academy organisiert laufend attraktive Kursangebote und Symposien für interne und auch für externe Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

### Im Detail

Hier findest du die detaillierten Kursbeschreibungen: www.rehab-academy.ch



**Für Fachkräfte bietet die Rehab Academy unter anderem folgende Kurse an:**

### Grundkurs – Schwindel 2022

**Zielpublikum**
Dipl. Ergo- und Physiotherapeutinnen und -therapeuten, Ärzte/Ärztinnen

**Lerninhalte**
- Theoretische Grundlagen, Anamnese, klinische Untersuchung, Evidenz und Behandlung
- BPLS, zentral und peripher vestibuläre Dysfunktionen, reduzierte Somatosensorik/Wahrnehmung
- Theoretische Grundlagen, Anamnese, klinische Untersuchung, Evidenz und Behandlung
- Verwendung visueller Fixpunkte, Gleichgewichtsstörungen, zervikogener Schwindel, Herz/Kreislauf/Orthostase, Pacing, multifaktorieller Schwindel, Assessments, Patientenvorstellung

### Bobath Grundkurs – IBITA-anerkannt 2023–2024

**Zielpublikum**
Physio- und Ergotherapeutinnen und -therapeuten, Erfahrung mit neurologischen Patienten von Vorteil, Logopädinnen und Logopäden sowie Ärztinnen und Ärzte nach Absprache mit der Kursleitung

**Lerninhalte**
- Definition/Entwicklung des Bobath-Konzeptes
- Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit (WHO), Behinderung und Gesundheit – ICF und deren Bedeutung sowohl für den Befund als auch für die Behandlung
- Neurophysiologie nach neusten bewegungswissenschaftlichen Erkenntnissen

### Energiemanagement-Schulung für Menschen mit Fatigue 2022

**Zielpublikum**
Ergotherapeutinnen und -therapeuten

**Lerninhalte**
- Patienten-Schulung und Empowerment
- Verhaltensänderungen begleiten
- Strategien des Energiemanagements (Pausenmanagement, Betätigungsgleichgewicht, Ergonomie, Tätigkeitsanalyse, Kommunikation, Zielformulierung)
- Gruppenleitung/Gesprächsführung

### Handlungsorientierte Diagnostik und Therapie (HoDT) 2022

**Zielpublikum**
Fachpersonen aus den Bereichen Ergotherapie, Physiotherapie, Pflege, Logopädie, Neuropsychologie, die Menschen in allen Phasen der neurologischen Rehabilitation sowie zu angrenzenden Fachgebieten wie Geriatrie und Pädiatrie behandeln.

**Lerninhalte**
- Einen Überblick über physiologisches neuronales Processing (von der Reizaufnahme bis zur Bewegung/Handlung)
- Grundlagen, um die Handlungslogik und subjektive Erlebniswelt von Menschen mit neuropsychologischen Störungen (im Speziellen Neglect, Störungen der Raumauffassung, Apraxie, Pusher-Symptomatik) zu verstehen
- Methoden der HoDT für die Befunderhebung in Alltagssituationen und die Entwicklung individueller und spezifischer Therapieinterventionen

### Anmeldung/Auskunft

**Kliniken Valens**
Rehab Academy
Taminaplatz 1
7317 Valens
T +41 81 303 15 44
www.rehab-academy.ch

# Beruf: Gebäudereiniger

**Luis Sa Tavares ist Gebäudereiniger im Rehazentrum Valens. Er ist – wie er sagt – im Team der Hauswirtschaft eher für die «groben Sachen» zuständig. Als Gebäudereiniger kümmert er sich vor allem um die Grundreinigung von Fenstern, Fassaden, Böden oder bei Umbauten und Renovationen auch um die Baureinigung.**

Luis liebt die Abwechslung in seinem Job. Mal ist er unterwegs mit der Bodenputzmaschine, mal mit dem Strato-Gerät am Fensterputzen oder mit dem Unterhalt der Maschinen beschäftigt. Wenn immer möglich, will er die Maschinen selber warten und pflegen. Seine Einsätze und Arbeiten plant Luis selber und er ist auch immer bereit, in der Unterhaltsreinigung auszuhelfen. In verschiedenen Schichten zu arbeiten, bereitet ihm keine Mühe, ob morgens von 6 bis 15 Uhr oder in der Spätschicht bis 22 Uhr.

Er hat den Anspruch, immer alle Arbeiten perfekt machen zu können und Gebäude und Räumlichkeiten sauber zu halten. Doch wenn manchmal Personal fehlt, Mitarbeitende krankheitsbedingt ausfallen, leidet die Qualität darunter und auch er muss Abstriche machen. Priorität haben immer die patientennahen Räume. Durch viele Ausfälle während der Coronapandemie waren die zwei Mitarbeitenden der Gebäudereinigung oft in der Unterhaltsreinigung eingespannt. Dort war und ist der tägliche Reinigungsaufwand pandemiebedingt viel höher, eine einwandfreie Hygiene das wichtigste Kriterium. Daher hat es Luis 2021 nicht geschafft, alle Fenster am Klinikgebäude wie vorgesehen zu reinigen.

**Verantwortungsvolle Position**

Ein besonderes Projekt bereitet ihm aktuell Freude. Für die neuen Räumlichkeiten der Ambulanten Reha Triemli Zürich ist das Team der Reinigung aktuell daran, unterschiedliche Bodenbeläge auf deren Einsatzfähigkeit zu prüfen. Getestet wird mit Crèmes, Ölen, Ketchup, Desinfektionsmitteln – einfach mit allem, womit die Böden einer Klinik in Kontakt kommen können. Auf der Grundlage dieser Tests können die Entscheidungsträger einen Bodenbelag wählen, der den Anforderungen des Einsatzortes entspricht.

Kurz vor Drucklegung dieser Voilà-Ausgabe informiert uns Luis, dass er mit seiner Familie Ende Juni die Schweiz in Richtung Heimatland Portugal verlassen wird. Sie möchten ihren Sohn gerne in Portugal einschulen und zudem für ihre älter werdenden Eltern unterstützend da sein. Wir wünschen Luis und seiner Familie alles Gute für diesen Schritt und danken für seinen langjährigen Einsatz für unser Unternehmen.

## Die drei Bereiche der Reinigung im Rehazentrum Valens:

- **Grundreinigung:** Böden, Fassaden, Fenster etc. in der Regel mit Maschinen, ganze Räume von oben nach unten – durch die Gebäudereiniger
- **Zwischenreinigung:** gründlicher als die Unterhaltsreinigung, z. B. Zimmerreinigung bei Patientenwechsel – durch Mitarbeitende der Hauswirtschaft, Mithilfe Gebäudereiniger
- **Unterhaltsreinigung:** die täglichen Reinigungsarbeiten von Zimmern, Nasszellen etc. – durch Mitarbeitende der Hauswirtschaft, bei Bedarf Unterstützung durch Gebäudereiniger





# Der Zukunftstag in den Kliniken Valens

**Am Donnerstag, 11. November 2021 fand der jährliche Nationale Zukunftstag statt. Dieser soll Schülerinnen und Schülern den Beruf eines Elternteils oder einer anderen Bezugsperson näherbringen. Auch in den Kliniken Valens standen die Türen an diesem Tag für die jungen Besucherinnen und Besucher offen.**

**Ein Tag mit vielen Eindrücken**

An den verschiedenen Standorten der Klinik-Gruppe erhielten die Kinder Einblick in die unterschiedlichsten Bereiche und lernten so gleich mehrere Berufe kennen. Am Standort Gais erwartete die jungen Gäste nach der Begrüssung eine Führung durch die Klinikküche. Unter der Aufsicht von Küchenchef Heinz Ruckstuhl durften sie gleich selbst Hand anlegen und ihren eigenen, kleinen Zopf flechten und backen. In Valens erklärte Stationsleiterin Sabrina Hälg den neugierigen Gästen altersgerecht, wie wichtig Hygiene im Gesundheitswesen ist und worauf man beim Hände desinfizieren achten sollte. Unter dem Schwarzlichtgerät konnten die Kinder überprüfen, wie gut sie ihre Hände tatsächlich desinfiziert hatten. Auch in Walenstadtberg und Walzenhausen durften die Schülerinnen und Schüler einen abwechslungs- und lehrreichen Vormittag erleben. Nach dem «leckeren Mittagessen» – so das Feedback der Kinder zur Verpflegung – konnten sie den Beruf eines Elternteils oder ihrer Bezugsperson näher kennenlernen, was auch von den Mitarbeitenden geschätzt wurde: «Der Zukunftstag war ein grosser Erfolg! Den Kindern konnten viele Einblicke hinter die Kulissen gewährt und aufzeigt werden, was die Kliniken Valens – neben der Betreuung der Patienten – alles noch zu bieten haben. Von der Grossküche bis zum begehbaren Weinschrank sind viele bleibende Eindrücke mit nach Hause genommen worden. Danke für die grossartige Organisation!», so Jens Bansi, Leiter Forschung und Entwicklung.

**Wo die Zukunft beginnt**

«Seit einigen Jahren führen wir den Zukunftstag mit einem gemeinsamen Vormittags- und einem individuellen Nachmittagsprogramm durch. Das hat sich sehr bewährt, denn so können die Kinder an diesem Tag gleich mehrere Berufsgruppen kennenlernen und soziale Kontakte mit anderen Kindern knüpfen. Die gewonnenen Eindrücke können auch bei der späteren Berufswahl wertvoll und hilfreich sein», betont Manuela Schudel, Leiterin HR der Kliniken Valens.

**40 Kinder im Alter von 9 bis 13 Jahren haben die Kliniken Valens im Rahmen des Zukunftstags besucht. Die Rückmeldungen waren sehr erfreulich:**

*«Die Musiktherapie war sehr entspannend.»*

*«Die Abwechslung hat mir gut gefallen.»*

*«Ich fand es toll, dass wir einen Zopf in der Küche backen durften.»*

*«Die Physiotherapie war wirklich schön.»*

# Unser Ausflugstipp

## Eine lohnende Wanderung mit Einkehrmöglichkeiten: die Rundtour «Palfries – Stralrüfi – Sennis» – hoch über dem Walensee

Ausgangspunkt der Wanderung ist die Hochebene Palfries. Eine 3 km lange Pendelseilbahn führt über einen imposanten Wasserfall des Ragnatscherbaches und überwindet 1'200 Höhenmeter bis Palfries.

Die Wanderung führt ein kurzes Stück auf einer asphaltierten Strasse bis zum Berghaus Palfries. Von dort geht es weiter auf einer Naturstrasse bis zum Bergrestaurant Stralrüfi. Ab hier führt der Weg über die Alpen Alpeli und Castilu bis zum Berggasthaus Sennis-Alp. Unterwegs bietet der Aussichtspunkt «Luegi» einen herrlichen Ausblick in die weite Bergwelt, ins Seeztal und zum Walensee.

Vom Berggasthaus Sennis-Alp fährt ein Bus die Wanderer zurück zur Talstation der Palfriesbahn. Für den Platz im Bus ist eine Reservation notwendig.

## Steckbrief

**Anforderung an die Wanderung:** leicht
**Wanderzeit ab Bergstation:** ca. 2 ½ – 2 ¾ Std.
**Ideale Wandersaison:** Juni bis Oktober

Das Hochplateau Palfries bietet aber auch viele weitere Wander- und Spaziermöglichkeiten hoch über dem Walensee.

Die Reservation der Berg- und bei Bedarf der Talfahrt ist unbedingt zu empfehlen.

Weitere Informationen unter:
**www.seilbahn-palfries.ch**

## Geschichte der Palfriesbahn

Die Hochebene Palfries (Gemeinde Wartau) ist Teil der Festung Sargans, die ab 1938 und vor allem während des Zweiten Weltkrieges zur Sicherung des Rheintals errichtet wurde. Dieses Gebiet wird seit 1941 durch eine Pendelbahn von Ragnatsch (Gemeinde Mels) her erschlossen. Wie viele militärische Seilbahnen der Schweiz wurde auch diese Bahn von der Firma Oehler in Aarau hergestellt und diente primär der Kriegsnotversorgung der Reduit Nordfronttruppen (Infanterie).

Der Betrieb der Seilbahn wurde nach der Ausserdienststellung der Festung Palfries 1998 eingestellt. Woraufhin die Genossenschaft Seilbahn Palfries ins Leben gerufen wurde, mit dem Ziel, die Seilbahn für zivile, touristische Zwecke wieder in Betrieb zu nehmen.

Nach diversen Anpassungen hat die Genossenschaft Seilbahn Palfries am 4. November 2015 die kantonale Bewilligung (Kanton St.Gallen) für den Betrieb erhalten.

Am 28. Mai 2016 erfolgte das Eröffnungsfest und die Seilbahn Palfries konnte den fahrplanmässigen Betrieb für die Öffentlichkeit aufnehmen.




VOILÀ FRÜHLING/SOMMER 2022

# Such mal

**Wie viele Berufe verstecken sich hier?**

| D | Q | F | A | I | M | G | A | T | N | L | U | T | F | T | I | B | C | F | E | S | X | M | L | P | V | Z | V | S | E |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| X | F | M | N | V | T | R | E | D | S | W | X | C | G | Z | T | F | B | H | Z | A | M | A | L | H | G | Z | V | C | U |
| H | J | Z | B | E | D | X | Z | B | G | U | N | B | J | I | N | H | G | A | R | F | D | C | V | H | T | G | F | D | D |
| R | E | C | O | N | T | R | O | L | L | E | R | U | T | F | T | G | B | R | T | F | E | E | M | P | L | O | K | I | B |
| H | G | Z | T | G | F | V | A | T | V | F | G | U | T | V | F | D | C | Z | R | T | G | E | W | S | X | C | V | R | B |
| U | Z | G | F | Z | T | F | D | B | N | M | L | O | P | L | O | I | J | T | I | U | H | G | U | Z | G | F | T | E | E |
| D | C | A | W | S | X | S | A | A | F | W | T | D | N | F | U | R | W | V | Q | B | D | Z | T | A | J | Z | F | K | M |
| D | Q | F | P | I | M | G | A | D | N | L | U | T | F | T | I | B | C | F | E | S | X | M | L | P | V | Z | V | T | E |
| X | F | M | F | V | T | R | E | E | S | W | X | C | G | Z | T | F | B | H | Z | A | M | A | L | H | G | Z | V | O | U |
| H | J | Z | L | E | D | X | Z | M | G | U | N | P | S | Y | C | H | O | L | O | G | I | N | V | H | T | G | F | R | D |
| R | E | D | E | G | B | N | M | E | O | I | U | Z | G | F | T | G | B | H | T | F | E | E | M | P | L | O | I | A | B |
| R | G | Z | G | G | F | V | A | I | V | F | G | U | T | V | F | D | C | X | R | T | G | E | W | S | X | C | V | N | B |
| U | Z | G | E | Z | T | F | D | S | N | M | L | O | P | L | O | I | J | H | I | U | H | G | U | Z | G | F | T | R | E |
| D | C | A | F | S | X | S | A | T | F | W | T | D | N | F | U | R | W | V | Q | B | D | Z | T | A | J | L | F | B | M |
| D | Q | F | A | I | M | G | A | E | N | L | U | T | G | A | E | R | T | N | E | R | A | Z | L | P | V | O | V | S | E |
| Z | F | M | C | V | T | R | E | R | S | W | X | C | G | Z | T | F | B | H | Z | A | M | A | L | H | G | G | V | C | U |
| H | J | Z | H | E | D | X | Z | A | G | U | N | B | J | I | N | H | G | T | R | F | D | C | V | H | T | O | F | R | D |
| R | E | D | F | G | B | N | M | T | O | I | U | Z | G | F | T | G | B | H | T | F | E | E | M | P | L | P | K | N | B |
| H | G | Z | R | G | F | V | A | U | V | F | G | U | T | V | F | D | C | X | R | T | G | E | W | S | X | A | V | N | B |
| Q | Z | G | A | Z | T | F | E | R | G | O | T | H | E | R | A | P | E | U | T | I | N | A | U | Z | G | E | T | R | E |
| D | C | A | U | S | X | S | A | A | F | W | T | D | N | F | U | R | W | V | Q | B | D | Z | T | A | J | D | F | B | M |
| D | Q | F | G | I | M | G | A | T | N | L | U | T | F | T | I | B | C | F | E | S | X | M | L | P | V | I | V | S | E |
| X | F | M | Z | V | T | R | E | D | S | W | X | C | G | Z | T | F | B | H | Z | A | M | A | L | H | G | N | V | C | U |
| H | J | Z | A | E | D | X | N | A | C | H | T | P | O | R | T | I | E | R | E | R | A | C | V | H | T | W | F | R | D |
| T | E | D | U | G | B | N | M | K | O | I | U | Z | G | F | U | G | B | H | T | F | E | E | M | P | L | U | K | N | B |
| H | G | Z | T | G | F | V | A | T | V | F | G | U | T | V | F | D | C | X | R | T | G | E | W | S | X | I | V | N | B |
| U | Z | G | F | Z | T | F | D | C | N | M | L | O | P | L | O | I | J | H | I | U | H | G | U | Z | G | F | T | R | E |
| E | C | A | W | S | X | S | A | A | F | W | T | D | N | F | U | R | W | V | Q | B | D | Z | T | A | J | Z | F | B | M |
| R | K | O | C | H | B | N | M | K | O | I | U | Z | G | F | C | O | I | F | F | E | U | S | E | A | R | Z | K | N | B |
| H | G | Z | T | G | F | V | A | T | V | F | G | U | T | V | F | D | C | X | R | T | G | E | W | S | X | C | V | N | B |

**Gewinnen Sie ein Billet für die Sennis-Rundtour**
Bergfahrt Palfriesbahn und Retourfahrt mit Bus, siehe Ausflugstipp Seite 30

**Schicken Sie Ihre Lösung bitte per E-Mail an:** voila@kliniken-valens.ch
**oder per Post an:**
Rehabilitationszentrum Valens
VOILÀ-Magazin-Marketing
Taminaplatz 1, 7317 Valens

*Einsendeschluss: 31. August 2022*

# Agenda

*23. Juni 2022*
**Wanderhalbtag für Mitarbeitende der Klinik Gais**

*26. August 2022*
**Sommerfest im Appenzellerland für Mitarbeitende der Kliniken Valens**

*2. September 2022*
**Wanderhalbtag für Mitarbeitende des Rehazentrums Walenstadtberg**

*7. und 15. September 2022*
**Wanderhalbtage für Mitarbeitende der Rheinburg-Klinik Walzenhausen**

*16. September 2022*
**Wanderhalbtag für Mitarbeitende des Rehazentrums Valens**

*9. November 2022*
**9. Mini-Symposium Rehazentrum Walenstadtberg**

## Kursprogramm

Das aktuelle Kursprogramm der Rehab Academy finden Sie unter:
**www.rehab-academy.ch**

FRIENDLY WORK SPACE

BESTE ARBEITGEBER 2022 SCHWEIZ

THE SWISS LEADING HOSPITALS approved by SQS

KLINIKEN **VALENS**

**Ihre Partner für Rehabilitation mit Weitblick.**

**Rehazentrum Valens** 7317 Valens **Rheinburg-Klinik Walzenhausen** 9428 Walzenhausen
**Rehazentrum Walenstadtberg** 8881 Walenstadtberg **Klinik Gais** 9056 Gais
**Clinic Bad Ragaz** 7310 Bad Ragaz **Ambulante Reha St.Gallen** 9000 St.Gallen
**Ambulante Reha Chur** 7000 Chur **Ambulante Reha Triemli Zürich** 8063 Zürich

**IMPRESSUM**
**Herausgeber** Kliniken Valens **Redaktionsteam** Luana Jäger, Silvia Pederiva, Eveline Scheidegger, Michaela Sonderegger
**Bilder** Florian Brunner, Kliniken Valens, Seilbahn Palfries, istock, Adobe Stock **E-Mail** voila@kliniken-valens.ch
**Konzept und Gestaltung** Schalter & Walter, St.Gallen **Druck** B&O Druck, Bad Ragaz **Auflage** 5000 Ex. / 2x jährlich

# Weitblick für Reha und meine Karriere.

**Mehr Infos unter**
kliniken-valens.ch/jobs-karriere

KLINIKEN VALENS