

WINTER/FRÜHLING 2025

VOILÀ

Das Magazin

Kliniken Valens
Zürcher RehaZentren

Seite 02

*Miteinander auf
dem Weg
zur neuen Marke*

 **KLINIKEN VALENS**



Zürcher
RehaZentren

02



EINE GRUPPE. EINE MARKE.
Auf dem Weg zur neuen gemeinsamen Marke...

10



DANKBAR FÜR 30 GROSSARTIGE JAHRE
Interview mit Dr. med. Serafin Beer

34



VOM «SÄLI» ZURÜCK IN DEN ALLTAG
Logopädie in der Rheinburg-Klinik Walzenhausen

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 Eine Gruppe. Eine Marke.**
Auf dem Weg zur neuen gemeinsamen Marke...
- 04 «mitenand» Schritt für Schritt in die Zukunft**
Ein Programm, das die Fusion begleitet
- 12 Ein Jahr spitalnahe Reha in St.Gallen und Chur ...**
... und was das für Patienten und Mitarbeitende bedeutet.
- 32 Meine Laufbahn bei den Kliniken Valens**
Wir stellen verschiedene Laufbahnen bei den Kliniken Valens vor

Im Porträt

- 09 «Ich bringe Menschen zusammen»**
Interview mit Norman Franz
- 10 Dankbar für 30 grossartige Jahre**
Interview mit Dr. med. Serafin Beer
- 14 Mit der Modelleisenbahn in der Reha**
Johann Josef Mannhart im Rehazentrum Chur
- 26 Laura Simona Arca**
Lauras neuer Lebensweg nach dem Schicksalsschlag
- 36 Mein Hobby**
Was tun unsere geschätzten Mitarbeitenden in ihrer Freizeit?

Mittendrin

- 18 Aktuelles**
Rückblick, Ausblick und Erreichtes

Know-how

- 16 COPD: Heimtückische Raucherkrankheit**
Interview mit Dr. Nena Lale
- 30 Miteinander gut und gerne arbeiten**
Wertschätzende Arbeitskultur
- 34 Vom «Säli» zurück in den Alltag**
Logopädie in der Rheinburg-Klinik Walzenhausen

Freiraum

- 28 Gelungene Mitarbeiteranlässe**
Gute Stimmung und ein wertvolles «Mitenand»
- 38 Wanderung zur Farneralp**
Wandertipp von der Klinik Wald

Finale

- 40 Raterunde**
- 41 Agenda**

Schritt für Schritt in die gemeinsame Zukunft



Liebe Leserin, lieber Leser

Seit zwei Jahren gehen die Kliniken Valens und die Zürcher RehaZentren nun schon gemeinsam Schritt für Schritt weiter – und wir tun das voller Tatendrang und Zukunftslust. Wesentlich dazu beigetragen hat das interne Programm «mitenand», das von unserem Leiter des Bereichs «Strategie, Integration und Entwicklung» Norman Franz koordiniert wurde. Was konkret hinter dem Programm steckt, welche Meilensteine wir bereits realisieren konnten und noch realisieren werden, erfahren Sie auf den Seiten 4 bis 9.

Einen wichtigen Meilenstein werden wir im Herbst dieses Jahres erreichen: den gemeinsamen Markenauftritt. Noch treten wir ja mit beiden Logos auf. Das hat einerseits damit zu tun, dass so ein Rebranding-Prozess durchaus seine Zeit braucht. Andererseits war es uns von Beginn an ein Anliegen, zuerst eine neue, gemeinsame Kultur zu schaffen, die sich dann in einer starken Marke widerspiegelt. Wie wir das gemacht haben, können Sie gleich im ersten Artikel «Eine Gruppe. Eine Marke.» lesen.

Das Herzstück unserer Gruppe sind natürlich unsere Mitarbeitenden. Über 2200 sind es mittlerweile – und wir sind laufend auf der Suche nach neuen Talenten. Was diese bei uns erwarten können und welche Karrieremöglichkeiten es bei uns gibt, lesen Sie ebenfalls in dieser Ausgabe. Und falls Sie jemanden kennen oder nach der Lektüre selbst Lust auf einen Job bei uns bekommen haben: Wir freuen uns auf jede und jeden, der Teil unserer Reha-Familie werden möchte.

Tja, und dann gibt es auch Mitarbeitende, von denen wir uns schweren Herzens verabschieden müssen. So zum Beispiel Serafin Beer, der unglaubliche 30 Jahre im Rehazentrum Valens und in der Clinic Bad Ragaz die Patientinnen und Patienten auf dem Genesungsweg begleitet hat. Lieber Serafin, wir danken dir von ganzem Herzen und wünschen dir nur das Beste für deinen wohlverdienten Ruhestand.

Ausserdem in dieser Ausgabe: interessante Berichte aus unseren vielfältigen Fachbereichen, Patientengeschichten, die Mut machen, und vieles mehr. Damit aber genug von meiner Seite und viel Freude mit dem aktuellen Voilà.

Ihr Dr. Till Hornung
CEO Kliniken Valens, Zürcher RehaZentren

Eine Gruppe. Eine Marke.

Mit grossen Schritten schreitet das Zusammenwachsen nach der Fusion zwischen den Kliniken Valens und den Zürcher RehaZentren voran. Voilà-Stammleser haben ja schon mehrfach Einblicke bekommen. Im Hinblick auf den gemeinsamen Auftritt nach aussen ist allerdings noch nichts sichtbar. Was nicht heisst, dass sich nichts tut. Daher blicken wir in dieser Ausgabe mit Dr. Michaela Sonderegger, Leiterin Kommunikation & Marketing, hinter die Kulissen des Projektes «Branding, quo vadis?».

Auf dem Weg zur neuen gemeinsamen Marke...



Vorweg ein kleiner Wermutstropfen: Das neue Logo können wir nicht präsentieren, denn bis zum Go-Live braucht es noch ein wenig Geduld. Das hat unter anderem damit zu tun, dass eine Marke nur so gut ist wie das Fundament, das man im Vorfeld dafür bereitet. Und an dieser Basis wird seit einem Jahr gearbeitet.

Die erste Projektphase zielte darauf ab, eine für die Klinikgruppe zukunftsfähige Markenstrategie zu entwickeln. Wie die Kliniken Valens und die Zürcher RehaZentren in Zukunft nach innen und aussen auftreten, muss auf einer fachlichen Analyse beruhen. Nur so kann man sich objektiv für einen geeigneten Weg entscheiden. Ist das der Fall, kann die Strategie schlussendlich jenes Fundament bieten, das eine starke Marke benötigt. Eine Marke, die nicht nur für die Klinikgruppe passt, sondern auch für alle Standorte und vor allem für die Mitarbeitenden stimmig ist. Doch was passt, was ist richtig und stimmig? Und kann man es überhaupt allen recht machen?

Marke als Qualitätsversprechen

«Wir alle haben unsere subjektiven Präferenzen und jeder hat für sich den perfekten Markenauftritt im Kopf», gibt Michaela Sonderegger zu bedenken. Die Marketingleiterin weiss, dass eine neue Markenstrategie immer Veränderung bedeutet: für manche etwas mehr, für andere etwas weniger. Wichtig dabei sei, «das Ziel nicht aus den Augen zu verlieren, denn wir wollen etwas schaffen, das Wert hat, das unser Qualitätsversprechen wiedergibt und uns hilft, auf den vielen Ebenen der Begegnung mit unseren Interessengruppen, wie etwa Patienten und Angehörigen, Zuweisenden, Mitarbeitenden und potenziellen Mitarbeitenden, so wahrgenommen zu werden, wie wir sind. Wir alle sind ein wichtiger Teil unserer Kultur und entwickeln diese durch unser Tun tagtäglich weiter. Unsere Kultur ist nicht nur darin erkennbar, wie wir sind und wie wir uns geben, sondern auch in unserer Markenpersönlichkeit und darin, wofür die Marke steht.»

Der Weg zur neuen Markenstrategie

Auf dem Weg hin zu einer neuen und nachhaltigen Markenstrategie hat die Klinikgruppe einen externen Partner beauftragt. Im Rahmen einer Ausschreibung und anschliessenden Wettbewerbspräsentation konnte die Zürcher Agentur Scholtysik überzeugen.

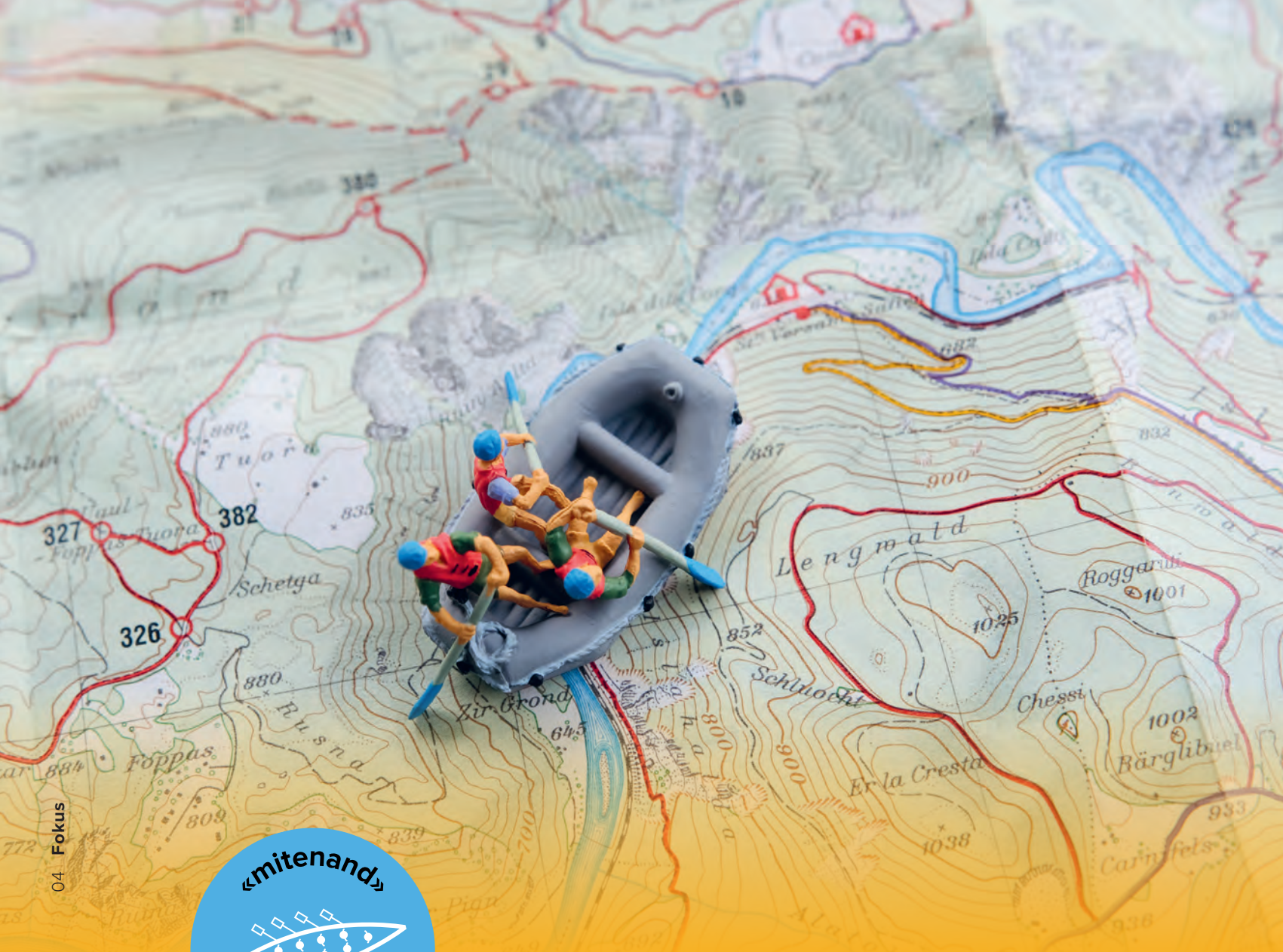
Gemeinsam startete man somit vor rund einem Jahr in die Analysephase. Denn bevor etwas Neues geschaffen werden kann, muss man sich erst einmal darüber klar werden, was bisher gut bzw. nicht so gut war. Dabei wurden selbstverständlich beide Unternehmen unter die Lupe genommen, schliesslich wird nach wie vor daran festgehalten, das Beste aus beiden Welten zusammenzubringen.

Im Laufe mehrerer Wochen wurden zahlreiche qualitative Interviews geführt. Neben internen und externen Interessengruppen wurde auch die Bevölkerung jener Kantone, in denen die Kliniken Valens und die Zürcher RehaZentren Leistungsaufträge haben, interviewt. Zudem gab es eine quantitative Zuweisendenbefragung. So konnten schlussendlich der Bekanntheitsgrad und das Image der beiden Marken analysiert werden. Mit den Erkenntnissen aus der Befragung sei man, so Michaela Sonderegger, «im Rahmen von Workshops zu folgendem Ergebnis gelangt: Es wird nur noch eine Marke geben. Ausserdem wird diese Dachmarke in Alleinstellung verwendet.»

Next step: Corporate Identity

Neben diesem strategischen Entscheid kristallisierte sich die Markenpersönlichkeit heraus: Wir sind fundiert, herzlich und dynamisch. Und was kann man sich von der Marke erwarten? Auf den Punkt gebracht ist die Klinikgruppe Kompletthanbieter in der Rehabilitation, bietet ganzheitliche Behandlungen – und zwar interdisziplinär, individualisiert und hochintensiv – und ist zudem führend in Forschung, Innovation und Bildung. Zusammen ergibt das die Marken-DNA, die sich künftig wie ein roter Faden durch alle Bereiche ziehen und gelebt werden muss. Die letzten Monate haben gezeigt, dass wirklich alle an einem Strang ziehen. Nicht zuletzt aus diesem Grund wird auch künftig der Leitsatz bzw. der Claim lauten: Gemeinsam Schritt für Schritt weiter.

Seit Herbst 2023 wird nun an der grafischen Umsetzung der Corporate Identity gearbeitet – von der Entwicklung der neuen Bild- und Wortmarke über die Ausarbeitung des kompletten Designs und die Signalistik bis hin zu neuen Websites, Broschüren, Werbeartikeln und so vielem mehr. Die Vorbereitungen für den gemeinsamen Markenauftritt laufen also auf Hochtouren. «Und auch wenn wir das neue Logo noch nicht zeigen dürfen, können wir schon sagen: Es wird toll!», sagt Michaela Sonderegger voller Vorfreude.



04 Fokus



«mitenand» Schritt für Schritt in die Zukunft

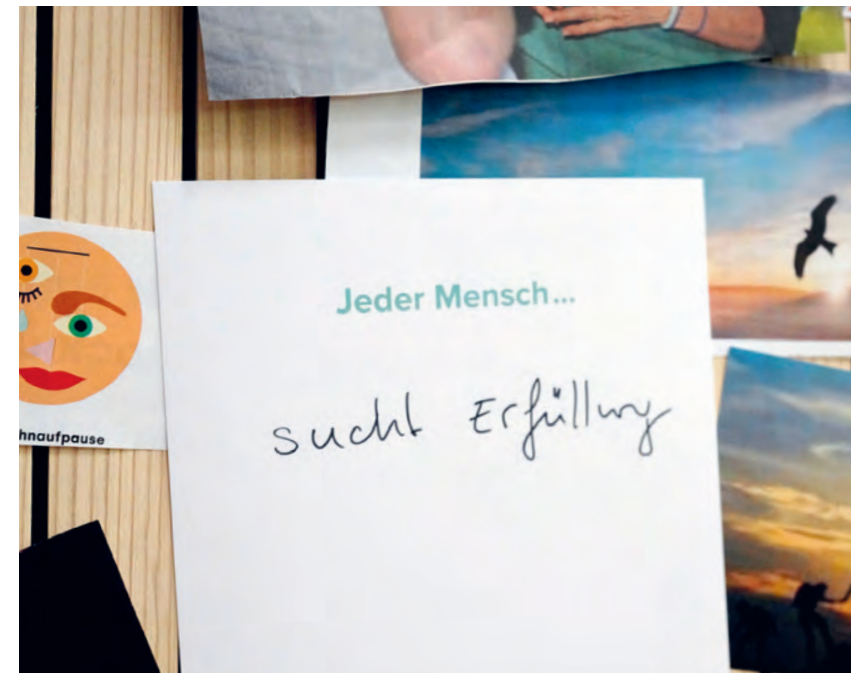
«mitenand» ist der Name und auch das Vorgehen, mit dem die Kliniken Valens und die Zürcher RehaZentren die Fusion umsetzen. Auch das dazugehörige interne Programm trägt den Namen «mitenand» und zielt darauf ab, das Zusammenwachsen der beiden Unternehmen zu begleiten und zu koordinieren. Programmleiter Norman Franz gibt Ein- und Ausblicke.

Im August 2023 haben die Kliniken Valens und die Zürcher RehaZentren offiziell fusioniert. Mit dieser rein technischen Zusammenführung zu einer gemeinsamen Stiftung war es selbstverständlich nicht getan: «Erst wenn die Menschen merken, dass wir eine Gruppe sind, dass wir zusammengehören, kann tatsächlich von einer Fusion, einem Zusammengehen und gemeinsamen Wachsen gesprochen werden. Daher haben wir uns Mitte des letzten Jahres auf den Weg gemacht und die Geschäftsleitung hat das Programm «mitenand» ins Leben gerufen», sagt Dr. phil. Norman Franz, Leiter Strategie, Integration und Entwicklung und federführend für das Programm verantwortlich.

Über 100 Teilprojekte

Ein Programm ist eine Bündelung und übergeordnete Koordination von verschiedenen Projekten und einzelnen Massnahmen, die auf ein gemeinsames grösseres Ziel hinarbeiten. Wichtig ist dabei eine gemeinsame Haltung, ein Spirit, denn es gibt unzählige Bereiche und Themen, die zusammengeführt und gemeinsam weiterentwickelt werden sollen. Manche Projekte oder auch einzelne Massnahmen waren und sind weniger umfassend und in wenigen Wochen oder Monaten realisierbar. Andere wiederum – wie etwa strategische Themen zur Angebotsausrichtung, die Schaffung einer gemeinsamen IT oder die Entwicklung eines neuen Markenauftritts – sind indes sehr umfangreich.

Und auch wenn das Programm «mitenand» wie vorgesehen etwa Mitte 2025 beendet sein wird, werden wohl manche der aufwendigeren Projekte oder Massnahmen eher gegen Ende des Jahres oder gar erst 2026 abgeschlossen sein. Bei einem derart umfassenden und langen Vorhaben war es für Norman Franz von Anfang an wichtig, die Mitarbeitenden regelmässig über den Fortschritt in den laufenden Teilprojekten zu informieren. Letzteres passiert unter anderem durch das alle zwei Monate erscheinende MITENAND, das allen Mitarbeitenden per E-Mail zugeschickt wird. Auch dies ist übrigens ein Produkt des Zusammengehens, schliesslich hatten beide Unternehmen zuvor eigene Mitarbeitenden-Infos. Zudem erhielt das Programm ein eigenes Symbol: einen blauen Button mit einem Ruderboot, sodass man immer gleich weiss, dass es sich um ein «mitenand»-Projekt oder -Thema handelt. Das Symbol ist sehr bewusst gewählt, sind doch die Kliniken Valens und die Zürcher RehaZentren nun gemeinsam in einem Boot und möchten zusammen auch weiter gut vorankommen. So oder so kommt es jedoch auf jede und jeden Einzelnen an, wenn es darum geht, miteinander die Herausforderungen zu meistern. Wie beim Rudern oder Rafting muss man manchmal zusammen stark rudern, um das Ziel zu erreichen. Dann wieder geht es gelassener und ruhiger zu. Und hin und wieder trifft man auf eine unvorhergesehene Welle und muss gut aufpassen und sich konzentrieren, um die Richtung zu halten oder nicht ins Wasser zu fallen.



«Erst wenn die Menschen merken, dass wir eine Gruppe sind, dass wir zusammengehören, kann von einer Fusion, einem Zusammengehen und gemeinsamen Wachsen gesprochen werden.»

Dr. phil. Norman Franz, Leiter Strategie, Integration und Entwicklung

Umgelegt auf die Anzahl der Projekte und Einzelmassnahmen könnte man von über 100 Booten sprechen, die da unterwegs sind. Bei dieser Anzahl darf man natürlich nicht den Überblick verlieren, weiss Norman Franz: «Daher haben wir die Vorhaben in drei grosse Themenbereiche gebündelt: Meta-Themen & IT, Klinische Prozesse – also medizinische, pflegerische und therapeutische Leistungen – und Supportleistungen & Zentrale Dienste. Jeder dieser Themenbereiche besteht aus mehreren Projekten und bzw. oder verschieden grossen Einzelmassnahmen, für die wiederum unterschiedliche Kolleginnen und Kollegen mit ihren Teams verantwortlich sind. Mir obliegt die Aufgabe, dieses quirlige Mitenand zu koordinieren und zu unterstützen, wo es mich braucht.»

05 Fokus

1 Programm, 3 grosse Themenbereiche und über 100 Einzelmassnahmen

Meta-Themen & IT

- ▶ Leistungsportfolio
- ▶ IT-Strategie und -Harmonisierung
- ▶ Organisation der Geschäftsleitung
- ▶ Branding
- ▶ Gemeinsame Strategie
- ▶ Führungsleitbild
- ▶ Nachhaltigkeitsstrategie
- ▶ Gemeinsames Human Resources
- ▶ Patientenbeirat
- ▶ Organisation Zentrale Dienste
- ▶ Personalwohnungen



Klinische Prozesse

- ▶ Ärztlicher Dienst
- ▶ Pflegedienst
- ▶ Therapie & Robotik
- ▶ Apotheke und Pharma-Versorgung
- ▶ Interne Diagnostik
- ▶ Labor
- ▶ Hygiene
- ▶ Rehaverständnis
- ▶ Ausbildung
- ▶ Fort- und Weiterbildung
- ▶ Forschung und Entwicklung



Supportleistungen & Zentrale Dienste

- ▶ Rechnungswesen und Controlling
- ▶ Medizincontrolling
- ▶ Patientenadministration
- ▶ Vertragsabgleich und -optimierungen
- ▶ Immobilienstrategie und -management
- ▶ Innovationsmanagement
- ▶ Projektmanagement
- ▶ Qualitätsmanagement und Datenschutz
- ▶ Dispo und Partnermanagement
- ▶ Mehrleistungskonzept
- ▶ Einkauf und Logistik
- ▶ Patiententransporte
- ▶ Hotellerie
- ▶ Wäscheversorgung



Beim Sommerfest 2024 zeigte sich:
Wir können auch miteinander feiern.

Bewährtes aus beiden Welten

Da es sich um eine Fusion von zwei grossen und alteingesessenen Rehaspezialisten auf Augenhöhe handelt, wurde alles daran gesetzt, die Projekte paritätisch anzugehen. Soll heissen: Es gibt immer eine Verantwortliche oder einen Verantwortlichen seitens der Kliniken Valens und ebenso vonseiten der Zürcher RehaZentren – quasi ein Tandem. Die Verantwortlichen und ihre Teams haben die umzusetzenden Massnahmen eigenständig definiert und aufgelegt, um sie schlussendlich zu etwas Gemeinsamen zu verschmelzen. Dabei wurde überdies versucht, Bewährtes aus beiden Welten zu nehmen. Und manchmal galt es nach eingehender Prüfung, komplett neue Wege zu gehen.

«Mir war und ist wichtig, dass alles sehr niederschwellig abläuft, dass es von meiner Seite bzw. vonseiten der Geschäftsleitung abgesehen von einem gewissen Zeitrahmen keine starren Vorgaben gibt und dass die Projekte in das tägliche Tun einfließen können. Ich denke, das ist uns im Grossen und Ganzen gut gelungen. Das heisst nicht, dass es keine klare Struktur gab und gibt. Im Gegenteil. Ich bin oft strukturierend unterwegs. Das gibt uns Menschen in einer grossen Organisation Halt und Sicherheit. Wichtig ist allerdings, dass man da, wo es möglich ist, auch Dynamik und Kreativität zulassen kann, um nicht einengend zu sein. Ausserdem ist ein Steuerungstool nötig. Einerseits, um zu wissen, wo wir stehen, andererseits, um frühzeitig reagieren zu können, wenn es beispielsweise Probleme gibt», erklärt Norman Franz, der sich seit dem Start des «mitenand»-Programms etwa einmal im Quartal mit den Verantwortlichen der Projektteams austauscht. Der gebürtige Deutsche,

der schon vor über 20 Jahren in der Schweiz seine zweite Heimat gefunden hat, ist somit nicht nur Programmleiter, sondern sieht sich vor allem auch als Sparringspartner. Im regelmässigen gemeinsamen Austausch finden sich mitunter sogar für scheinbar eingefahrene Probleme Lösungen und neue Ansätze oder man merkt, dass man etwas bisher ganz übersehen hat.

Umgang mit Veränderung

Dass es bei einer Fusion immer Personen gibt, die nicht mitkönnen – ob gleich zu Beginn oder erst im Laufe der Zeit –, ist für Norman Franz normal, schliesslich bringe eine Fusion Veränderungen mit sich und damit gehe jede und jeder anders um: «Die einen sind stets offen für Neues. Die anderen wollen das Alte bewahren. Manche neigen eher dazu, sich Gedanken bzw. Sorgen zu machen. Generell sind Ängste etwas ganz Natürliches – beim einen treten sie häufiger auf, beim anderen weniger.» Hier gelte es, Vertrauen aufzubauen. Wobei auch das bei manchen einfacher möglich ist als bei anderen. Die einen können sich aufeinander einlassen, andere tun sich damit schwerer. Und dann komme es eben vor, meint Norman Franz, «dass der eine oder die andere nicht weiter mitmachen möchte, sich vom Unternehmen verabschiedet und einen neuen Job sucht. So wie sich Menschen im Leben verändern, verändert sich auch eine Organisation immer wieder – selbst dann, wenn man nicht eine derartige Fusion durchläuft.»

Jedoch sei an dieser Stelle betont: Die Mehrzahl der Mitarbeitenden sitzt nach wie vor fest im Boot und manche von ihnen haben neue Aufgabenbereiche oder neue Positionen innerhalb der Organisation übernommen.

Spür- und sichtbar zusammenwachsen

Themen und Projekte, die anfangs noch Teil des Programms «mitenand» waren, sind zwischenzeitlich zu Alltagsthemen geworden. Das sind Fragestellungen oder Aufgaben, die auch ohne eine Fusion auf uns zugekommen wären. Für die Mitarbeitenden, die täglich Patientinnen und Patienten behandeln, therapieren und pflegen, ist die Fusion ohnehin weitaus seltener ein Thema, als das etwa bei den Zentralen Diensten oder auf den Führungsebenen der Fall sei, ist Norman Franz überzeugt: «Die Durchführung und Implementierung der Fusion ist unsere Aufgabe. Genauso wie es unsere Aufgabe ist, dass all jene, die täglich an den Patientinnen und Patienten arbeiten, so wenig wie möglich davon beeinträchtigt werden. Ihre Aufgabe ist es, die Menschen auf ihrer Rehabilitation zu begleiten und zu unterstützen. Wir müssen die Struktur bereitstellen, damit das täglich möglich ist.»

Dass das Zusammenwachsen gut vorangeht, zeigt sich in unterschiedlichsten Situationen und Bereichen. Für Norman Franz war etwa der Workshop zur Erarbeitung des gemeinsamen Rehaverständnisses im April 2024 ein sicht- und spürbares Beispiel: «Knapp 100 Personen von allen Standorten und aus verschiedenen Fachbereichen und Berufsgruppen haben sich in Walenstadt getroffen und in bunt gemischten Gruppen ihre Ansichten, Meinungen und Haltungen zu den wichtigsten Aspekten eines guten Rehabetriebes zusammengetragen, diskutiert und präsentiert. Dabei war es komplett egal, aus welchem der beiden ehemaligen Unternehmen man kam.»

Was bleibt ...

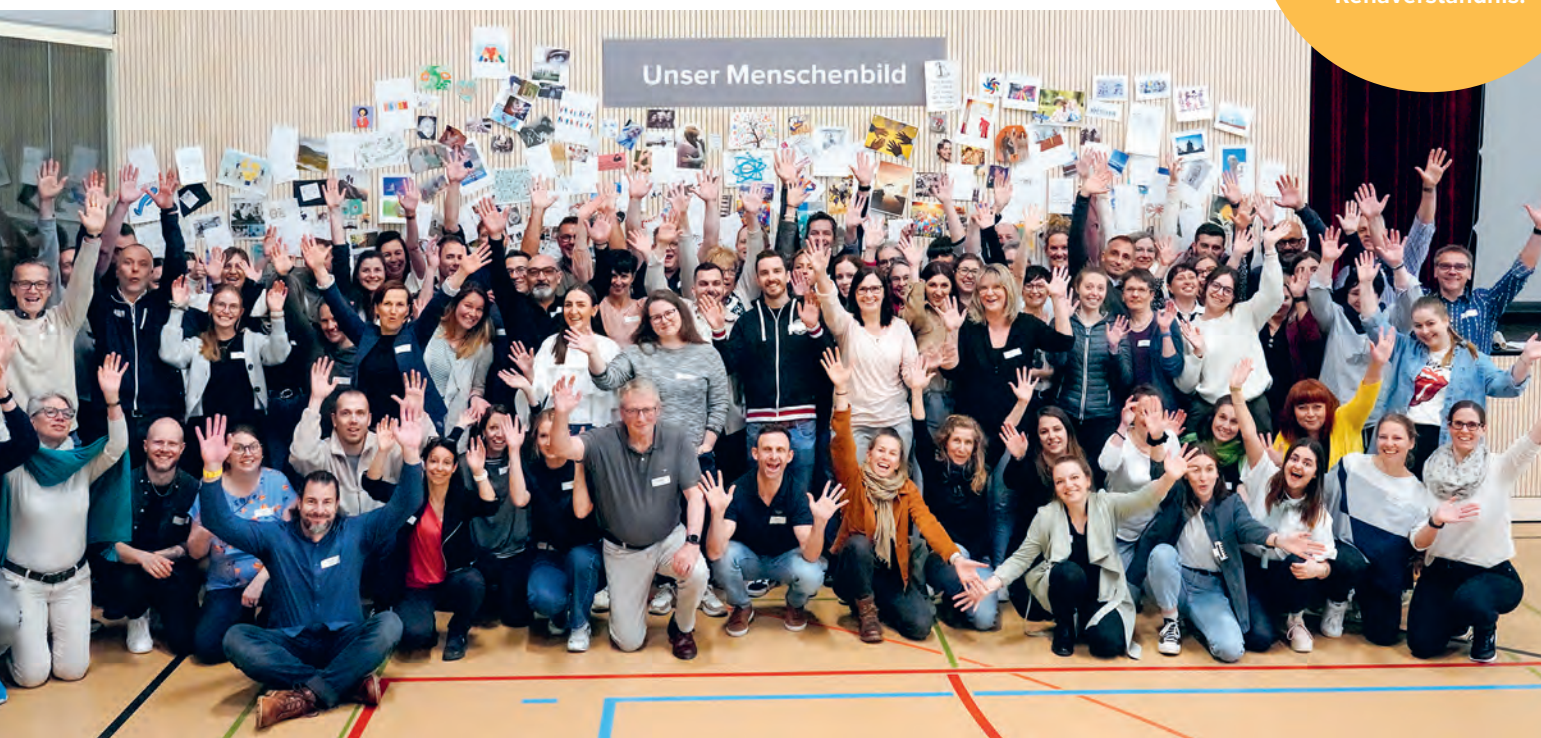
Und dann kann sich Norman Franz noch an einen weiteren schönen Moment erinnern, der einerseits zwar sehr persönlich war, andererseits aber in gewisser Weise auch das gesamte Programm geprägt hat. Als er nämlich im Herbst 2023 das erste Mal nach fast 20 Jahren und in seiner neuen Funktion nach Davos kam, wurde er von einigen Personen sofort wiedererkannt. «Für mich war das ein Zeichen, dass schlussendlich sehr vieles über den persönlichen Kontakt und den Eindruck geht. Dass man positive Erlebnisse mitnimmt und dass das «Mitenand» immer mit positiven Erlebnissen in Verbindung gebracht werden soll. Es sind die Begegnungen und Gespräche, auf die es ankommt. Es ist das Zusammentreffen, das gestärkt gehört. Und damit nicht zuletzt das Menschliche, das wir leben wollen.»



«So wie sich Menschen verändern, verändert sich auch eine Organisation immer wieder.»

Dr. phil. Norman Franz, Leiter Strategie, Integration und Entwicklung

Knapp 100 Personen von allen Standorten und Fachbereichen erarbeiteten im April 2024 das neue gemeinsame Rehaverständnis.



«Ich bringe Menschen zusammen»



Seit Februar 2023 ist Norman Franz Leiter des Bereichs «Strategie, Integration und Entwicklung» und als solcher federführend für das Programm «mitenand» verantwortlich, das die Fusion der Kliniken Valens und der Zürcher RehaZentren lenkt und koordiniert. Für den gebürtigen Deutschen ist es in seiner beruflichen Laufbahn bereits die dritte Fusion und er weiss: «Gerade in so einer Situation ist es wichtig, den Menschen klare Strukturen zu geben und ihnen gleichzeitig Spielraum für eigene Entscheidungen und Kreativität zu lassen.»



Neben dem Programm «mitenand» betreut und koordiniert er in seinem Aufgabenbereich die Projekte FlexPool 2.0, OptiDispo, die Entwicklung neuer Berufsprofile oder die Konzeptionierung der spitalnahen Reha. Sprich: alles, wobei es um strategische Unternehmensentwicklung geht. Abgesehen davon ist er designierter Klinikdirektor der im Bau befindlichen Rehaklinik Triemli in Zürich. Für Norman Franz eine Chance, die man nur einmal im Leben bekommt: «Immerhin baue ich mir sozusagen eine Klinik», sagt er augenzwinkernd.

Von Davos über Zürich nach Valens

An sich ist Norman Franz Pflegefachmann, wenngleich es Krankenpfleger hiess, als er die Ausbildung in Bamberg absolvierte. 2000 beschloss er, Pflegemanagement zu studieren, und er arbeitete zu jenem Zeitpunkt auch als Springer weiterhin in einem Akutspital. Als er sich für einen Praktikumsplatz bewerben musste, tat er das ausschliesslich bei Rehakliniken in den Schweizer Bergen: «Mich interessierte der Bereich Rehabilitation. Ausserdem fand ich es spannend, wie Hotellerie und Medizin in der Schweiz unter einem Dach funktionieren. Und ich wollte unbedingt in den Bergen wohnen.» Und so kam er in die Rehaklinik Davos, wo er sein Praktikum bei Klaus Büttner, heute Leiter des Qualitätsmanagements bei den Zürcher RehaZentren, absolvierte.

Anfangs pendelte er zwischen den Schweizer Bergen und Bayern, auch um sein Studium noch abzuschliessen. Als man ihm aber eine fixe Stelle in Wald anbot, entschied er sich, ganz in die Schweiz zu ziehen – wenngleich er recht bald wieder ein Pendlerdasein pflegte, da er in Wien seine Doktorarbeit im Bereich Organisationswissenschaften schrieb. Es sei ein interessantes Thema gewesen und doch war für Norman Franz klar: «Der wissenschaftliche Weg ist nicht meiner. Ich mag es, in Organisationen und mit Menschen zu arbeiten und sie weiterzubringen.»

So traf es sich gut, dass die Zürcher Höhenklinik Wald 2004 einen Klinikmanager für die Kardio-/Pulmonale Rehabilitation suchte. Er blieb bis 2008 und wechselte als Leiter der Gesundheitszentren zur Medbase-Gruppe und 2012 schliesslich ins Stadtspital Zürich. Dort war er über zwölf Jahre in unterschiedlichen Positionen tätig und lernte die Verantwortlichen der Kliniken Valens im Rahmen des Projekts zum Aufbau der Rehaklinik am Stadtspital kennen und schätzen. 2023 schliesslich kam er zu den Kliniken Valens, die zu dem Zeitpunkt kurz vor der Fusion mit den Zürcher RehaZentren standen. In gewisser Weise ist der mit seiner Frau in Zürich lebende Vater von zwei Buben also nach fast 20 Jahren wieder dorthin zurückgekehrt, wo sein Leben in der Schweiz angefangen hat.



Dankbar für 30 grossartige Jahre

Dr. med. Serafin Beer, Stv. Chefarzt Neurologie im Rehaszentrum Valens, geht Ende Juni 2025 in Pension. Bevor uns Serafin Beer nach 30 Jahren unermüdlichem Einsatz für unsere Patientinnen und Patienten verlässt, konnten wir uns mit ihm noch über sein Steckenpferd Neurologie, Sprache und seine Zukunftspläne unterhalten.

Lieber Serafin, wie lange bist du schon bei uns und wie bist du überhaupt zur Rehabilitationsmedizin gekommen?

Ich bin seit 30 Jahren im Rehaszentrum Valens tätig. Zuvor habe ich meine neurologische Ausbildung im Kantonsspital St.Gallen und am Inselspital Bern absolviert. Meine erste Anstellung war im Inselspital, was mein Interesse an der Neurorehabilitation geweckt hat. Die Tätigkeit in der krankheitsbasierten, rehabilitativen Medizin in Kombination mit den Erkenntnissen in den Neurowissenschaften hat mir die Möglichkeit gegeben, mich mit den faszinierenden Funktionen des Gehirns eingehender zu beschäftigen. Ein vielleicht noch gewichtigeres Argument war, dass die Rehabilitationsmedizin in einem multidisziplinären Team eine längerfristige Begleitung und Betreuung der betroffenen Patienten ermöglicht – das hat mich von Anfang an fasziniert.

Du warst viele Jahre Stellvertreter von Prof. Dr. med. Jürg Kesselring. Wie kam es dazu?

Ich lernte Jürg Kesselring während meiner Studienzeit in Bern kennen, konnte meine Dissertation zur Multiplen Sklerose mit ihm schreiben und danach gleich unter seiner Leitung arbeiten. Jürg Kesselring hatte einen entscheidenden Einfluss auf meine weitere Tätigkeit in der Neurologie und der Neurorehabilitation. Nach Abschluss meiner Neurologie-Ausbildung hat er mich 1995 nach Valens geholt, wo ich, zunächst als Oberarzt und später als Leitender Arzt bzw. Stv. Chefarzt, über 25 Jahre mit ihm zusammengearbeitet habe. Durch unsere gemeinsamen Publikationen und Aktivitäten in verschiedenen Gremien (u. a. Schweizerische MS-Gesellschaft) waren wir auch neben dem klinischen Alltag eng verbunden.

Hast du ein Steckenpferd oder Thema in der Neurologie, das dir besonders am Herzen liegt?

Bereits während meiner Ausbildung war es immer mein Ziel, einen möglichst umfassenden Überblick über alle Krankheitsbilder und diagnostischen Möglichkeiten zu bekommen. Auch wenn ich nach meiner Dissertation zur MS sicherlich ein besonderes Interesse dafür beibehalten habe, habe ich in all den Jahren versucht, meine fachliche Kompetenz auch in den anderen neurologischen Störungsbildern zu erweitern. Noch wichtiger als die fachspezifischen Aspekte war mir aber immer der persönliche Umgang mit den Betroffenen.

Viele deiner Patientinnen und Patienten waren froh, dass sie mit dir in ihrer Muttersprache Rätoromanisch sprechen konnten.

Dass Sprache weit mehr ist als Worte, dürfte allen klar sein: Neben der kulturellen Bedeutung hat insbesondere die eigene Muttersprache einen hohen emotionalen Aspekt, der sich auch in der Kommunikation von Arzt zu Patient zeigt. Ich denke, es geht insbesondere auch darum, durch die gleiche Sprache eine Vertrauensbasis aufzubauen. Und diese ist meines Erachtens für das Verhältnis zwischen Behandler und Behandelten und damit auch für den Behandlungserfolg entscheidend. Dafür, dass ich meinen rätoromanischen Landsleuten in meist schwierigen Phasen beistehen durfte, bin ich sehr dankbar.

Wie hat sich die Neurologie und Neurorehabilitation in all den Jahren entwickelt?

Die Kenntnisse über die Krankheitsbilder und die therapeu-

tischen Möglichkeiten in der Neurologie haben sich enorm entwickelt. Der Neurologe galt früher zwar als diagnostisch versierter Fachspezialist, jedoch mit nur sehr limitierten Therapiemöglichkeiten. Das hat sich in den letzten Jahrzehnten dramatisch geändert: Die Schlaganfall-Behandlung mit den neuen Lyse-Therapien und Stroke Units und die Einführung der immunmodulierenden Therapien bei der MS haben den Verlauf und die Prognose dieser Krankheitsbilder entscheidend verändert. Eindrücklich sind auch die positiven Entwicklungen in der Rehabilitation. Entscheidend dafür war die Forschung, zu der auch das Rehaszentrum Valens entscheidende Beiträge leisten konnte und auch in Zukunft durch das Forschungsteam leisten wird.

Wie hast du die Entwicklung des Unternehmens Kliniken Valens im Alltag gespürt?

Die Anzahl der betriebenen Betten und betreuten Patienten ist, wie auch die Zahl der Mitarbeitenden in allen Disziplinen, enorm gewachsen. Aus einem früher familiären Betrieb, in dem jeder jeden kannte und die Patienten nicht selten über sechs Monate bei uns waren, ist eine grosse Institution geworden mit sehr kurzen Aufenthaltszeiten der Patienten. Sowohl im ärztlichen Bereich unter der Leitung von Roman Gonzenbach wie auch in den anderen Fachbereichen ist es gelungen, diese besondere Valenser Atmosphäre für die Patienten und Mitarbeitenden zu erhalten, und das wollen wir auch in Zukunft weiterpflegen.

Über viele Jahre warst du auch im Medizinischen Zentrum Bad Ragaz tätig.

Genau. Die Tätigkeit im medizinischen Zentrum in Bad Ragaz ergab sich aus der Notwendigkeit, ein EMG-Gerät zu organisieren, das mir freundlicherweise der damalige Neurologe Dr. Guy Filippa für meine Untersuchungen zur Verfügung stellte. Daraus hat sich dann seit 1996 eine regelmässige Sprechstundentätigkeit entwickelt. Nach der Übernahme des Betriebes der Clinic Bad Ragaz durch die Kliniken Valens 2017 war ich zusätzlich als Chefarzt Neurologie tätig. Diese Tätigkeiten ermöglichten mir über die Jahre, einen sehr engen freundschaftlichen Kontakt mit meinen Kolleginnen und Kollegen des Medizinischen Zentrums und dem Therapeuten-Team aufzubauen.

Wo warst du konsiliarisch tätig?

Seit 1996 war ich als neurologischer Konsiliararzt und später auch im Stroke-Pikettdienst im Kantonsspital Graubünden in Chur tätig. Ich war damit weiterhin mit der Akutneurologie verbunden und hatte auch dort das Glück, mit Fachspezialisten verschiedener Disziplinen eng zusammenzuarbeiten. Dies ermöglichte uns, einerseits Patienten aus der Akutklinik möglichst rasch in den Rehabilitationsprozess bei uns einzugliedern. Andererseits hatten wir für spezifische Probleme unserer eigenen Patienten in Valens persönlichen Zugang zu kompetenten Ansprechpartnern aus allen Fachbereichen.

Nun zum privaten Serafin Beer. Welche Hobbys pflegst du?

Fussball ist seit der Kindheit meine Leidenschaft. Nach einer längeren Pause nach meinem Studium hatte ich das Glück, bei unserem Umzug nach Bad Ragaz mit den hiesigen Senioren und Veteranen mitspielen zu dürfen. Eine weitere Leidenschaft ist die Musik: Dies liegt sicherlich auch daran, dass uns im rätoromanischen Kulturkreis

Gesangs- und Kirchenmusik von klein auf begleitet und prägt. Seit einigen Jahren habe ich nun wieder Zeit gefunden, regelmässig in einem Chor mitzusingen. Daneben macht es mir auch Freude, an Familienanlässen und anderen Veranstaltungen bei Gesangsbeiträgen mitzumachen. (Anm. Redaktion: Einen grossen Auftritt hatte Serafin Beer 2017 beim Fest zur Verabschiedung und Pensionierung von Jürg Kesselring mit einer eigens kreierte Valenser Version des «Schacher Seppli».)



«Singen ist nicht nur aus musikalischer Sicht grossartig, sondern auch gut fürs Gehirn und die Seele.»

Dr. med. Serafin Beer

Nun steht deine Pensionierung vor der Tür. Welche Zukunftspläne hast du?

Nachdem ich mein Arbeitspensum sukzessive reduziert habe, merke ich, dass ich an meinen freien Tagen teilweise kaum mit den vielen Terminen nachkomme. Meine Aktivitäten in verschiedenen Vereinen sowie mein grosser Familien- und Freundeskreis füllen mein Leben aus. Und so fühle ich mich, trotz des Todes meiner Frau Isabella vor zehn Jahren, nie allein und von sehr vielen guten Menschen getragen.

Was möchtest du uns abschliessend noch sagen?

Ich bin sehr dankbar für die grossartige Zeit, in der ich im Valenser Team arbeiten durfte. So konnte ich von sehr vielen meiner ehemaligen und heutigen Mitarbeitenden aus allen Fachbereichen profitieren und mich weiterentwickeln. Es war für mich immer eine Freude und Ehre, Teil dieses Teams zu sein.

Danke!

Lieber Serafin, wir danken dir für deinen Einsatz und deine Zeit für dieses Interview. Mitarbeitende des Rehaszentrums Valens werden Serafin Beer am 19. Juni 2025 mit einem Fest verabschieden.



Ein Jahr spitalnahe Reha in St.Gallen und Chur

Im Februar 2024 eröffneten die Kliniken Valens in St.Gallen das erste spitalnahe Rehaszentrum, im Mai folgte Chur. Doch was heisst eigentlich spitalnah – für die Mitarbeitenden und die Patienten?



Daniel Büche

den anhaltenden Trend reagiert, dass Patienten immer weniger Zeit im Akutspital verbringen und, sofern nötig, immer früher in Rehakliniken verlegt werden.

Die Nähe zum Akutspital hat wesentliche Vorteile, wie Dr. med. Daniel Büche, Chefarzt des Rehasentrums St.Gallen, erklärt: «Patientinnen und Patienten können nicht nur rasch mit der Reha starten, sondern bei allfälligen Komplikationen auch wieder in kürzester Zeit in das Akutspital zurückverlegt oder von den entsprechenden Akutmedizinern direkt im Rehaszentrum behandelt werden. Wir bilden mit den Fachpersonen des Spitals ein Team und stimmen unsere

Arbeitsprozesse ab. In St.Gallen ist es überdies möglich, dass etwa Krebspatienten die Zeit zwischen zwei Chemotherapien bei uns verbringen. Durch die Reha sinkt das Infektionsrisiko, sie verlieren weniger Muskelmasse und vertragen alles in allem die Therapie besser.»

Rückverlegungen vermeiden

Das Rehaszentrum St.Gallen verfügt ausserdem über eine Station für Früh- und Überwachungsrehabilitation. Durch die Monitorüberwachung können die Vitalparameter der Patientinnen und Patienten 24 Stunden überwacht werden. Im Rehaszentrum Chur ist das ebenfalls geplant, aktuell aber noch nicht der Fall. Dies bedeutet allerdings nicht, dass in Chur nicht ebenso komplexere Fälle behandelt werden können. Eine frühzeitige Weiterverlegung sei nicht nur im Sinne der Akutspitäler, weiss Pflegeleiterin Janine Galliard: «Auch die Patientinnen und Patienten wollen, dass es weitergeht. Das ist verständlich, manchmal aber sind sie einfach noch nicht so weit. Es ist immer wieder ein Thema, dass Patienten einen besonderen Bedarf haben, der im Reha-Setting nicht bedient werden kann – sei es die Gabe spezieller Medikamente, seien es körperliche oder kognitive Beeinträchtigungen. In wenigen Fällen kann es dann, wie in allen Häusern, zu Rückverlegungen kommen.»



Janine Galliard

Pilotprojekt zum Übertrittsmanagement

Seit Januar 2023 nimmt man sich im Rahmen eines Pilotprojektes dieser Thematik an. In einem ersten Schritt wurden die Pflegeleitungen der spitalnahen Rehaszentren Chur und St.Gallen mit der Aufgabe betraut, den Übertritt vom Akutspital in die Rehaklinik gruppenweit zu optimieren: «Schon im Vorfeld klären wir unter anderem ab, ob die Patienten spezielle Bedürfnisse haben. So können wir einerseits das Risiko einer Rückverlegung minimieren und andererseits verhindern, dass die Patienten unzufrieden sind, weil wir den Voraussetzungen nicht gerecht werden können, die sie je nach Stadium der Genesung benötigen», so Janine Galliard. Das Teilprojekt ist vielversprechend, jedoch war schnell klar: Neben der täglichen Arbeit können die Pflegeleiterinnen von Chur und St.Gallen diese Aufgabe nicht stemmen. Denn wenngleich die Reha-Koordination von den spitalnahen Zentren ausgeht, agieren sie gruppenweit. Daher wurde etwa in Chur im September 2024 eine sogenannte Reha-Koordinatorin eingestellt, die zusätzlich für 20 Prozent als Pflegefachfrau tätig ist. Beim wöchentlichen Austausch mit den Dispo-Teams erfährt sie beispielsweise, wie es um die Belegzahlen an den einzelnen Standorten bestellt ist. So kann noch besser geplant und sichergestellt werden, dass etwa Patienten mit speziellen Bedürfnissen in dafür geeignete Häuser verlegt werden.

Reha mitten in der Stadt

Während sich die meisten Rehaszentren der Kliniken Valens in höheren Lagen, umgeben von viel Natur, guter Luft und meist mit herrlicher Aussicht, befinden, sind die spitalnahen Rehaszentren mitten in der Stadt angesiedelt. Das sei natürlich ein Wermutstropfen, gibt Onkologe Daniel Büche zu: «Es ist unumstritten, dass die Natur einen positiven Effekt auf die körperliche und mentale Gesundheit hat. Immerhin haben wir in St.Gallen einen schönen Therapiegarten, in dem die Patientinnen und Patienten nicht nur spazieren, sondern auch trainieren können.» Und Letzteres ist auf jeden Fall Teil des Therapieplans: So können die Patienten dort unter Anleitung des geschulten Fachpersonals Bewegungs-, Koordinations- und Kraftübungen sowie Geh- und Gleichgewichtstrainings durchführen. Zudem finden sie dort vom Gehbaren bis zum Gleichgewichtsparcours unterschiedliche therapeutische Hilfsmittel und können mithilfe von Schrägen das Bergauf- und Bergablaufen trainieren. Zu guter Letzt bereiten unterschiedliche Treppen und Bodenbeläge, die allesamt auch in der Stadt St.Gallen vorzufinden sind, einmal mehr auf den Alltag nach der Reha vor.



Roger April

Spitalnah ist für manche zugleich wohnortnah. «Das schätzen auch die Angehörigen, da die Anfahrtszeit für Besuche natürlich kürzer ist», weiss Therapeute Roger April. Es sei ausserdem von Vorteil, wenn im Anschluss an die stationäre Reha ambulante Therapien auf dem Plan stehen: «Die Patienten kennen dann bereits die Räumlichkeiten und das Team. Das ist auf jeden Fall ein Vorteil und trägt durchaus zur Therapietreue bei.»



Behandlungspfad mit Start im spitalnahen Rehaszentrum



In unmittelbarer Nähe zum Akutspital starten die Patientinnen und Patienten in St.Gallen und Chur in die Rehabilitation. Sofern nötig, können Verlaufsuntersuchungen oder zusätzliche Therapien, die ausschliesslich im Akutspital durchgeführt werden, ohne grossen Transportaufwand vonstattengehen. Das bedeutet weniger Kraftaufwand für die Patienten. Da zudem der zeitliche Aufwand gering ist, geht auch keine wertvolle Therapiezeit verloren.

Sind die Behandlungen im Akutspital weitestgehend abgeschlossen und ist das Rückverlegungsrisiko ins Akutspital deutlich gesunken, ist die Spitalnähe nicht mehr indiziert. Für manche geht es dann direkt nach Hause. Andere benötigen jedoch eine weiterführende Rehabilitation in einem auf die neuen Bedürfnisse spezialisierten Rehaszentrum der Kliniken Valens – selbstverständlich in Absprache mit den Betroffenen und deren Angehörigen. Um organisatorische Belange kümmern sich die Mitarbeitenden, sodass sich die Patientinnen und Patienten weiter auf den Genesungsprozess und damit auf die Rückkehr in den gewohnten Alltag konzentrieren können.



Mit der Modelleisenbahn in der Reha

Einer der ersten Patienten im neu eröffneten Rehaszentrum in Chur war im Mai 2024 Johann Josef Mannhart. Der 76-jährige Flumser, der schon lange in Liechtenstein (Schaan) lebt, kam nach vielen Wochen Akutspital mit Geduld und Humor im Gepäck in die Reha.

Johann Josef Mannhart hatte einen Unfall mit seinem E-Trotti. An Ostern 2024 ist er in einen Pfosten gefahren. Dabei hat er sich beide Beine gebrochen. Er mache eben ganze Sachen, meinte der Patient im Interview. Das rechte Sprunggelenk war gebrochen, im linken Kniegelenk hatte er einen Trümmerbruch und es musste eine Metallplatte eingesetzt werden. Nach der Operation gab es Komplikationen mit Bakterien. Die notwendige Antibiotika-Therapie erreichte zwar die Bakterien im Körper, nicht aber die auf der Metallplatte. Diese musste in einer zweiten Operation gewechselt werden.



Nach dem Aufenthalt im Akutspital wurde Herr Mannhart zur Pflege ins LAK Vaduz verlegt, bevor er zur Reha nach Chur kam. Auch wenn er schon seit Wochen im Spital bzw. einer Pflegeeinrichtung war, ist Johann Josef Mannhart so weit zufrieden. Dass er sich lange Zeit nicht selbst fortbewegen konnte, war für ihn mühsam und sehr einschränkend. Er hätte es lieber anders, aber es sei erträglich.

Was ihm dabei hilft, ist seine grosse Leidenschaft für Modelleisenbahnen. Zu Hause besitzt er eine Anlage im und um sein Haus herum. Stundenlang werkelt er an den Bahnanlagen und setzt auch die Gebäude aus Architekturkarton zusammen. Für die Reha hat er sich extra eine mobile Modelleisenbahn in einem grossen Koffer angeschafft. Eine Märklin von NOCH im Modellbahnkoffer. Zu Hause besitzt er eine Anlage Spur N, die im Haus steht, und den Garten ziert eine Märklin Spur 1.

«Das Rangieren und Fahren mit der Modelleisenbahn hat für mich einen fast meditativen Charakter.»

Johann Josef Mannhart

Privat ist er eher mit dem Auto unterwegs – oder eben mit dem E-Trotti. Mit Letzterem will er auf jeden Fall wieder fahren können, sobald er wieder sicher auf den Beinen ist. Während seines Reha-Aufenthaltes konnte Mannhart von den vielen Therapien und der unterstützenden Pflege profitieren. Bei seiner Entlassung aus der Reha ist er noch auf zwei Gehstöcke angewiesen.

Weiterführende Therapie nach dem Reha-Aufenthalt

Und heute? Rund acht Monate nach seinem Reha-Aufenthalt in Chur ist Mannhart meist noch mit zwei Stöcken unterwegs. Auto fahren kann er wieder, dadurch ist er wieder selbstständiger. In der Küche kann er kleinere Strecken ohne Hilfsmittel bewältigen; wenn es nur geradeaus geht, genügt ihm ein Stock. Und so kann er auch seinem zweiten Hobby, dem Kochen, wieder nachgehen. Schmerzen verspürt er nur, wenn er es mal wieder übertreibt. Dann lässt er es eine Weile wieder ruhiger angehen.

Einmal pro Woche geht er zur Physiotherapie und zweimal pro Woche ins Fitnesstraining. Dort absolviert er ein mit der Therapeutin abgesprochenes Programm. Auch hier kann er Fortschritte feststellen – und so das, was er in der Reha gelernt hat, weiterentwickeln und an seine Bedürfnisse anpassen. Johann Josef Mannhart ist überzeugt, dass er sich eines Tages wieder normal bewegen kann und die Verletzungen ausgeheilt sind. Was er neben dem Training weiterhin braucht, ist Geduld. Und auf dem Weg zur Genesung helfen ihm auch weiterhin seine Modelleisenbahnen.



COPD: Heimtückische Raucher- krankheit



In der Schweiz leiden 400 000 Menschen an COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease), der obstruktiven Lungenerkrankung, umgangssprachlich auch Raucherbronchitis oder Raucherhusten genannt. Wobei die Dunkelziffer viel höher liegen dürfte, weil Erkrankte oft gar nicht wissen, dass sie betroffen sind. Wir haben mit Dr. med. Nena Lale, Oberärztin Pneumologie im Rehaszentrum Walenstadtberg, gesprochen und einige wichtige Erkenntnisse über diese Lungenkrankheit zusammengetragen.

Die Kliniken Valens betreuen lungenfachärztlich an drei Standorten Patientinnen und Patienten mit Lungenerkrankungen (Walenstadtberg, Davos Clavadel und Wald). Von der Pneumologischen Rehabilitation in Walenstadtberg etwa profitieren Patientinnen und Patienten mit verschiedenen Krankheitsbildern. Darunter die COPD, das Asthma bronchiale, schwere Verläufe von Lungenentzündung, u. a. durch Grippeviren (Influenza), Covid 19 oder andere virale und bakterielle Infekte. Auch nach Lungenoperationen, etwa nach einer Emphysemreduktion oder Tumoroperationen der Lunge, kommen Menschen zur Reha nach Walenstadtberg.

Raucher mit COPD sind die grösste Patientengruppe

Die grösste Patientengruppe, so Nena Lale, sind aber langjährige Raucherinnen und Raucher mit einer fortgeschrittenen COPD. Die Erkrankung ist besonders unter Rauchern sehr häufig, obschon es auch andere Ursachen gibt – wie etwa Inhalation von Staub, Chemikalien oder Dämpfen bei der Arbeit in der Landwirtschaft oder Industrie. Die Patientinnen und Patienten kommen meist nach einer akuten Verschlechterung ins Akutspital und anschliessend zur Reha. Oft auch mit einer nicht-invasiven Beatmung zur Entlastung der Atemmuskulatur, insbesondere in der Nacht. Dann gilt es, den Umgang mit Beatmungs- und Inhalationsgeräten zu schulen und mit einem individuellen Therapie- und Trainingsplan den Allgemeinzustand wieder zu verbessern. Bei fortgeschrittener Erkrankung können über eine Kostengutsprache danach jährlich sowohl stationäre als auch ambulante Reha-Programme absolviert werden.

AHA – Früherkennung kann weitere Schädigungen bremsen

«Leider ist COPD nicht heilbar, die Lungenschäden sind irreversibel. Da die Krankheit schleichend fortschreitet, wird die Erstdiagnose nicht selten erst in Stufe 3 oder 4 gestellt. Betroffene mit COPD Stufe 4 sind beim höchsten Schweregrad angelangt, bei dem die Lungenfunktion (FEV1) weniger als 30 Prozent beträgt und bereits sehr schwer beeinträchtigt ist. Nicht selten sind diese Menschen den Grossteil des Tages an ein Sauerstoffgerät gebunden.» Zwar wäre die Erkrankung schon viel früher diagnostizierbar, so Nena Lale weiter, doch häufig würden die Patientinnen und Patienten ihre Symptome negieren, sie auch dem Hausarzt nicht berichten. Die Frage nach der Raucheranamnese erfolgt weiterhin zu selten, ebenso Lungenfunktionstestungen, sodass die Krankheit eben lange unentdeckt bleibt.

«Eine neue Generation von Lungenkranken wächst gerade heran.»

Dr. med. Nena Lale, Oberärztin Pneumologie im Rehaszentrum Walenstadtberg



Umso wichtiger ist es also, das Bewusstsein für die Symptome dieser Erkrankung zu schärfen: Personen, die die sogenannten AHA-Symptome bei sich bemerken – Auswurf, Husten, Atemnot –, sollten unbedingt eine Lungenfunktionstestung erhalten.

Unverzüglicher Rauchstopp als erste Massnahme

Als erste und wichtigste Massnahme bei COPD gilt ein kompletter Rauchstopp. Im Rehaszentrum Walenstadtberg hilft ein interdisziplinäres Team von Medizinerinnen, Therapeuten und Psychologen dabei, einen Weg aus der Sucht zu finden. Nena Lale: «Bei COPD sind regelmässige Lungenfunktionsuntersuchungen und eine Inhalationstherapie nötig. Letztere wird allerdings zu Hause oft falsch angewendet; dann gelangen die Inhaltsstoffe nicht in die Bronchien und die Therapie kann nicht wirken.» Hier gibt es Abhilfe: Inhalationsschulungen werden von Pneumologen und anderen medizinischen Fachkräften sowie von Hausärzten und Apotheken angeboten.

Wie Nena Lale berichtet, hört sie betreffend Rauchstopp von den Patientinnen und Patienten immer wieder: «Ich habe schon reduziert!» Das sei – hinsichtlich der Nikotinmenge – schön und gut, doch: Das Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall bleibt gleich, egal ob man 5 oder 20 Zigaretten rauche. Und Nena Lale lässt auch aufhorchen, wenn sie über den steigenden E-Zigaretten-Konsum spricht: Man müsse «die Idee verwerfen», man könne sich das Rauchen abgewöhnen bzw. «gesünder rauchen», indem man den Zigarettenqualm teilweise durch die Chemikalien der E-Zigarette ersetzt. Der sogenannte «Dual Use» verstärke nämlich die schädlichen Auswirkungen, da sich die Schadstoffe beider Produkte kumulieren. Besonders bedenklich findet die Medizinerin, dass die E-Zigarette in ihren vielen stylischen Varianten vor allem bei jungen Menschen beliebt ist. Dabei sind die langfristigen Folgen des E-Zigaretten-Konsums noch weitgehend unbekannt. Man müsse deshalb davon ausgehen, «dass gerade eine neue Generation Lungenkranker heranwächst».

Die Rolle von Ernährung, Sport und Wetterlage

Neben dem Rauchstopp spielt auch eine ausgewogene Ernährung eine grosse Rolle; ebenso wie ausreichend Bewegung in Form von Kraft- und Ausdauertraining. Insbesondere ein Krafttraining der grossen Muskelgruppen verbessert die Sauerstoffaufnahme und stärkt den Atemapparat.

Nena Lale: «COPD-Erkrankte spüren, wenn etwa mehr Feinstaub in der Luft liegt oder ein Wetterumschwung ansteht. Auch feuchtes und warmes Wetter macht ihnen zu schaffen; die chronisch eingengten Bronchien reagieren empfindlich. Dann ist es wichtig, sich die Energien gut einzuteilen und genau zu steuern, was man sich an dem Tag an Aktivitäten zumutet.»

Impfungen sind bei COPD ein Muss

Das Bundesamt für Gesundheit empfiehlt Menschen ab 60 Jahren, chronisch Lungenkranken sowie Menschen mit einem geschwächten Immunsystem eine Handvoll Schutzimpfungen: einmalig gegen Pneumokokken, das RSV-Virus und Keuchhusten sowie jährlich gegen Influenza und die neuen Corona-Stämme. Denn die genannten Erreger können in dieser Patientengruppe schwer verlaufende Lungenentzündungen verursachen, die mitunter zum Tod führen.

Nena Lale beantwortet die Frage, die im Raum steht: «Ja, mit der Impfung kann man den Infekt trotzdem bekommen, aber man darf mit einem milden Verlauf rechnen. Und die Wahrscheinlichkeit, auf der Intensivstation zu landen, reduziert sich enorm.»

Früherkennung von COPD

Für die Früherkennung von COPD achten Sie auf die AHA-Symptome:

- ▶ Auswurf
- ▶ Husten
- ▶ Atemnot bei Anstrengung

... und lassen Sie bei Verdacht Ihre Lungenfunktion überprüfen. Je früher COPD entdeckt wird, desto früher kann die Schädigung der Lunge eingebremst werden.

Massnahmen für die Lungengesundheit

- ▶ Inhalation von Schadstoffen meiden
- ▶ Nicht rauchen – weder Zigarette noch E-Zigarette
- ▶ In die Lunge gehört nur frische Luft
- ▶ Ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung (Kraft- und Ausdauertraining)
- ▶ Hygiene-Etikette: in Ellenbeuge niesen und husten, Hände waschen
- ▶ Schutzimpfungen für Lungenkranke, für Personen ab 60 und für Gesundheitspersonal

Anlaufstellen, Informationen und Kurse



Mehr Informationen zu Diagnostik und Therapie sowie Ansprechpartnern und Kurse finden Sie auf der Website der Lungenliga:
www.lungenliga.ch/krankheiten-therapien/copd



Auch das Bundesamt für Gesundheit BAG publiziert regelmässig Informationen zur Prävention von Atemwegserkrankungen:
<https://bit.ly/copd-infos>

Aktuelles

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



Ein Team von «Südostschweiz» hat im Rehaszentrum in Valens hinter die Kulissen geschaut. Hier gehts zum Video: <https://bit.ly/suedostschweizberichtet>

Kliniken Valens: Bester Arbeitgeber der Schweizer Spitalbranche

Die Kliniken Valens haben beim Swiss Arbeitgeber Award 2025 den 3. Platz in der Kategorie «Unternehmen mit über 1000 Mitarbeitenden» erreicht – und gelten damit als bester Arbeitgeber der Schweizer Spitalbranche. Diese Auszeichnung beruht auf den Bewertungen der eigenen Mitarbeitenden, die besonders die Mitarbeitendenförderung und den Umgang mit Veränderungen hervorheben. Ein Erfolg, der uns stolz macht – und ein Ansporn, weiterhin ein attraktiver Arbeitgeber zu sein. Danke an alle unsere Mitarbeitenden für dieses tolle Ergebnis!

Hier unsere Medienmitteilung lesen: <https://bit.ly/swissarbeitgeberaward>



Kliniken Valens bleiben ein «Friendly Work Space»

Die Kliniken Valens haben sich 2024 gemeinsam mit den Zürcher RehaZentren erfolgreich für das Label «Friendly Work Space» rezertifizieren lassen – und haben mit einer herausragenden Punktzahl von 4,3 von 5 möglichen Punkten abgeschnitten. Das Label der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz zeichnet Unternehmen mit exzellentem Betrieblichem Gesundheitsmanagement (BGM) aus.

2021 erhielten die Kliniken Valens erstmals das Label «Friendly Work Space», schon damals war das Betriebliche Gesundheitsmanagement stark im Unternehmen verankert. Und auch in Zukunft bleibt die Weiterentwicklung des BGM ein zentrales Anliegen – für gesunde, moderne und attraktive Arbeitsbedingungen, die sowohl den Mitarbeitenden als auch den Patientinnen und Patienten zugutekommen.



Hier weiterlesen: <https://bit.ly/friendly-work-space>



CEO Dr. Till Hornung, Dr. Nicolaus Michael und Dr. Roman Gonzenbach bei der Übergabe der Chefarztposition im Rehaszentrum Valens.

Chefarztwechsel im Rehaszentrum Valens



Seit dem 1. September leitet Dr. med. Nicolaus Michael die Neurologie und Neurorehabilitation des Rehaszentrums Valens. Er übernahm die Position von Dr. med. Dr. sc. nat. Roman Gonzenbach, der sich nunmehr auf seine Rolle als Ärztlicher Direktor der Gruppe Kliniken Valens konzentriert.

Nicolaus Michael ist seit vielen Jahren stellvertretender Chefarzt in Valens und bringt umfassende Erfahrung sowie grosses Engagement für Patienten und Teams mit. Sein Ziel: die hohe Behandlungsqualität und das gute Arbeitsklima weiter pflegen.

Dr. Gonzenbach bleibt dem Standort verbunden und wird sich bei Bedarf klinisch einbringen. CEO Till Hornung betont: «Mit diesem Wechsel gewinnen sowohl die Gruppe als auch der Standort Valens.»

Neue Leitung im Rehaszentrum und in der Geriatrischen Klinik St.Gallen

Seit Januar 2025 leitet Dr. med. Dana Zemp das Rehaszentrum St.Gallen. Sie folgt auf René Alpiger, der das Unternehmen Anfang Januar verlassen hat. Neben dieser neuen Aufgabe bleibt sie weiterhin Direktorin der Rheinburg-Klinik Walzenhausen.

Dana Zemp bringt umfassende medizinische und administrative Erfahrung mit und war bereits beim Aufbau des Rehaszentrums ein zentraler Sparringspartner. Ihre Ernennung durch den Stiftungsrat der Kliniken Valens wurde einstimmig beschlossen. Ziel ist es, die enge Verbindung zwischen der Rheinburg-Klinik und dem Rehaszentrum St.Gallen weiter zu stärken.



Die neuen Klinikdirektoren in St.Gallen seit Januar 2025: Dr. med. Dana Zemp und Matthias Mayrhofer mit Dr. Till Hornung, CEO Kliniken Valens.

Auch die Geriatrische Klinik St.Gallen AG wird seit Jahresbeginn neu geführt: Matthias Mayrhofer hat dort die Position als Direktor und Vorsitzender der Geschäftsleitung übernommen. Beide neuen Direktoren betonen die Bedeutung einer noch intensiveren Zusammenarbeit zwischen ihren Häusern und mit dem Kantonsspital St.Gallen, um Synergien optimal zu nutzen.

Rehazentrum Valens eröffnet Kompetenzzentrum für Hippotherapie

Am 22. Oktober 2024 eröffnete das Rehazentrum Valens sein neues Kompetenzzentrum für Hippotherapie. Neben modernisierten Ställen und einem erweiterten Leistungsangebot steht nun auch der hochmoderne Reitsimulator «Sir Waldo» zur Verfügung, der Patientinnen und Patienten eine zusätzliche Behandlungsmöglichkeit bietet. Zur Eröffnungsfeier kamen zahlreiche Gäste, darunter Schirmherrin Charlotte Lenherr, amtierende Schweizer Meisterin im Dressurreiten.

Die Verbindung bewährter Therapieformen mit innovativen Technologien ist ein fester Bestandteil der Rehabilitationsarbeit der Kliniken Valens. So wird die klassische Hippotherapie im Rehazentrum Valens seit über 30 Jahren erfolgreich bei neurologischen und muskuloskelettalen Erkrankungen eingesetzt. Neben den bewährten Vorteilen der Therapie mit echten Pferden ermöglicht nun der Reitsimulator auch Menschen, die nicht an der regulären Hippotherapie teilnehmen können, von den Trainingseffekten zu profitieren: Bewegungen des Pferderückens oder des Simulators stärken die Rumpfmuskulatur, verbessern das Gleichgewicht und lösen Verspannungen.



Details zum Kompetenzzentrum Hippotherapie gibt es hier:
<https://bit.ly/hippotherapie-valens>



Charlotte «Tiggy» Lenherr mit ihrem Siegerpferd «Sir Stanley»
Schweizer Meisterin im Dressurreiten
Sir Waldohaus in Fribourg, Kompetenzzentrum Valens

Bei der Eröffnungsfeier durfte der Reitsimulator ausgiebig getestet werden.



Neue Panorama-Therapieräume der Rheinburg-Klinik eröffnet

Nach einem sechsmonatigen Umbau eröffnete die Rheinburg-Klinik Walzenhausen im Juni letzten Jahres ihre modernen Therapieräume. Ende August wurde der rund 675 m² grosse Bereich mit einer feierlichen Veranstaltung offiziell eingeweiht. Die Öffentlichkeit konnte beim Tag der offenen Tür die lichtdurchfluteten Räumlichkeiten mit Bodenseeblick besichtigen. Die renovierten und erweiterten Therapieräume bieten durch modernste Geräte wie chipkartenbasierte MTT-Geräte, C-Mill oder Robotiklösungen zusätzliche Behandlungsansätze. Eine neue Therapieküche ermöglicht es den Patientinnen und Patienten, alltagsrelevante Fertigkeiten zu trainieren.



Mehr Infos hier:
<https://bit.ly/rheinburg-therapie>



Valenser Reha-Sprechstunde im Spital Grabs gestartet

Seit Oktober 2024 bietet das Rehazentrum Valens im Spital Grabs eine wöchentliche Reha-Sprechstunde an. Dieses neue Angebot richtet sich an Patientinnen und Patienten mit neurologischen Erkrankungen wie Schlaganfall, Parkinson oder Multipler Sklerose. Die Beratung umfasst Rehabilitationsmöglichkeiten, Übungen für den Alltag und Fragen zur Arbeitsfähigkeit.

Die Sprechstunde ergänzt die bewährte Rehasite und schafft eine wichtige Verbindung zwischen Akutmedizin und spezialisierter Rehabilitation. Ziel ist es, gemeinsam die beste Lösung für Betroffene zu finden.



Dr. med. Roxana Pönisch und Prof. Dr. med. Christian Berger
im Spital Grabs.



Füreinander Sorge tragen

Beim 8. Symposium «Ethik in der Medizin» im Kantonsspital St.Gallen KSSG stand das Thema «Füreinander Sorge tragen» im Fokus. Über 130 Teilnehmende diskutierten über ethische Fragen, die in der modernen Medizin eine zentrale Rolle spielen. Organisiert wurde die Veranstaltung von der Klinik für Medizinische Onkologie und Hämatologie, der Klinik Gais und weiteren Partnern, darunter das Ethikforum des Kantonsspitals Münsterlingen.

Ein Höhepunkt war sicher der Vortrag von Prof. Dr. Andreas Heller, der die hospiz-palliative Idee als Kern einer sorgenden Gesellschaft präsentierte. Er betonte, dass die Art, wie wir mit schwer kranken und sterbenden Menschen umgehen, viel über unsere Gesellschaft aussagt. Sein Appell: mehr Mitgefühl und gegenseitige Fürsorge in einer zunehmend leistungsorientierten Welt. – Ein inspirierender Nachmittag, der erneut zeigte, wie wichtig ethisches Handeln in der Medizin ist



Mehr Infos, Bilder und Referenten:
<https://bit.ly/medizin-ethik>



Spitalnahe Reha bei «Gesundheit heute»

Das Team von «Gesundheit heute» hat sich im Rehasentrum St.Gallen ein Bild von der spitalnahen Reha gemacht. Dabei begleiteten sie eine Patientin zu ihren Therapien, sprachen mit Physiotherapeut David Müller, waren bei einem Arztgespräch dabei und fuhren im unterirdischen Verbindungstunnel ins Kantonsspital St.Gallen.

Im Studiogespräch mit Dr. Jeanne Fürst sprachen René Alpiger (Klinikdirektor bis 31.12.2024) und Chefarzt Dr. med. Daniel Büche im Anschluss darüber, wie die Patientinnen und Patienten von der Nähe zum Akutspital profitieren. Sie zeigten ausserdem auf, welche finanziellen Vorteile die Spitalnähe bringt und wohin es generell im Rehabereich geht.

Abschied nehmen...

Per 1. Januar 2025 endete in gewisser Weise eine Ära, denn Markus Gautschi verabschiedete sich in den Ruhestand. Er war nicht nur Stellvertretender CEO der Kliniken Valens und Direktor der Klinik Davos Clavadel, sondern seit 2017 auch CEO der Zürcher RehaZentren. Er hat dadurch wesentlich zur erfolgreichen Entwicklung der Kliniken Davos Clavadel und Wald beigetragen. Auch bei der Fusion konnte er seinen grossen Erfahrungsschatz aus mehr als 30 Jahren Spitalführung einbringen.

Markus Gautschi ist ein Mensch, der sich Zeit nimmt für das Wichtige, und der stets einen fördernden und kooperativen Führungsstil pflegte. Auch in seiner Freizeit engagiert er sich für soziale und gesellschaftliche Belange, etwa als Mitglied des Lions Club Davos-Klosters, bei dem er ab Juli 2025 die Präsidentschaft für ein Jahr übernehmen wird.

Danke!

Wir wünschen Markus Gautschi alles Gute und danken ihm für sein Wirken und sein vorbildliches und unermüdliches Engagement!



Die Patientinnen und Patienten unterhielten sich rege mit Till Hornung und Roman Sonderegger.

Patienten im Fokus: Austausch auf Augenhöhe bei «Meet the Patient»

Unter dem Motto «Meet the Patient» hatten Roman Sonderegger, CEO der Helsana AG, und Dr. Till Hornung, CEO der Kliniken Valens, im Herbst die Gelegenheit, direkt mit Patientinnen und Patienten des Rehasentrums St.Gallen ins Gespräch zu kommen. Dabei standen die persönlichen Erfahrungen der Patienten im Mittelpunkt – ein wertvoller Austausch, um Rückmeldungen zur Zusammenarbeit zwischen Krankenversicherer und Klinik zu sammeln. Ein Rundgang durch das Rehasentrum machte deutlich, wie eng die Kliniken Valens mit dem Kantonsspital St.Gallen zusammenarbeiten. Beide Partner verfolgen ein gemeinsames Ziel: die Patientenversorgung kontinuierlich zu verbessern.



Spende an Theater Hora

Die Kliniken Valens haben mit Freude CHF 3000 an das Theater Hora in Zürich gespendet – ein wunderbares Projekt, das Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen kreative Freiräume bietet. «Das Theater Hora zeigt eindrucksvoll, wie Kunst Inklusion auf eine ganz neue Ebene hebt», sagte unser CEO Till Hornung bei der Scheckübergabe. Mit dieser Spende bekräftigen die Kliniken Valens ihr Engagement für Inklusion und soziale Verantwortung.

Der Betrag stammt aus der Aktion, die im Rahmen der Zuweiserbefragung 2024 durchgeführt wurde: Dabei lobten die Kliniken Valens pro Teilnehmer CHF 50 für das Theater aus. Dies ergab CHF 2600, die aufgerundet wurden.



Und hier zum Theater Hora: <https://hora.ch>



Spendenfranken für «Pfadi Trotz Allem»

Die Rheinburg-Klinik Walzenhausen und die Klinik Gais übergaben im November einen symbolischen Scheck über CHF 6000 an «Pfadi Trotz Allem» in Altstätten. Der Betrag stammt aus der Aktion «Spendenfranken», bei der Mitarbeitende der Kliniken Valens freiwillig monatlich einen Franken oder mehr spenden.

Mit diesen Mitteln unterstützt die Pfadi Kinder und Jugendliche mit körperlicher oder geistiger Beeinträchtigung, bietet ihnen wertvolle Erlebnisse und fördert Inklusion. Jährlich ermöglicht die Aktion «Spendenfranken» der Kliniken Valens die Unterstützung zweier sozialer Einrichtungen. Neben «Pfadi Trotz Allem» wurde 2024 auch das Frauenhaus Graubünden bedacht.



Gratulation zum Abschluss!

Im Herbst durften wir wieder den Abschluss von drei Absolventinnen der Ausbildung zur Dipl. Pflegefachfrau HF feiern! Mit ihrem Fachwissen und Engagement sind sie bestens darauf vorbereitet, die Zukunft der Pflege aktiv mitzugestalten.

Liebe Lara, Sandra und Fitnete, wir gratulieren herzlich, wünschen euch viel Erfolg auf eurem weiteren Weg und freuen uns, dass zwei von euch weiter bei uns bleiben und wir eure weiteren Meilensteine in der Pflege miterleben dürfen. **Vielen Dank für euren geschätzten Einsatz und auch ein herzliches Danke an unsere Ausbilderinnen!**



Wolfgang Kilga, Leiter Ausbildung Kliniken Valens (links), freut sich mit den Absolventinnen und Ausbilderinnen der Standorte über die erfolgreichen Abschlüsse.

Lauras neuer Lebensweg nach dem Schicksalsschlag

Nach einer plötzlichen Lähmung fand Laura Simona Arca im Rehaszentrum Valens zurück ins Leben und zu neuer Kraft. Heute inspiriert sie mit ihrer Lebensfreude und künstlerischen Leidenschaft andere.



Laura Simona Arca (geboren am 4. Juli 2000 in Glarus) hat zum Rehaszentrum Valens eine besondere Verbindung. Im Jahr 2022 wachte die damals 22-Jährige mit einer halbseitigen Lähmung auf und verbrachte anschliessend knapp drei Monate in der Rehabilitation in Valens. Ihr Schicksal meistert sie bemerkenswert positiv und sie hat seither ein enges Verhältnis zu den Kliniken Valens.

Es dauert. Die Servicekraft im Valenser Restaurant Zanai mustert Laura Simona Arca von Kopf bis Fuss. Noch immer ist ihr Blick ungläubig. Dann schüttelt sie den Kopf und sagt leise: «Ich hätte dich nicht mehr erkannt.»

Laura lächelt. Auch wenn man ihre Schiene mit den künstlichen Brillanten am Bein sieht, so kann inzwischen – nach gut zwei Jahren – kaum jemand abschätzen, welch steiniger Weg hinter ihr liegt. Laura nickt schliesslich zustimmend und antwortet: «Wie auch, 2022 bin ich noch im Rollstuhl da gewesen.»



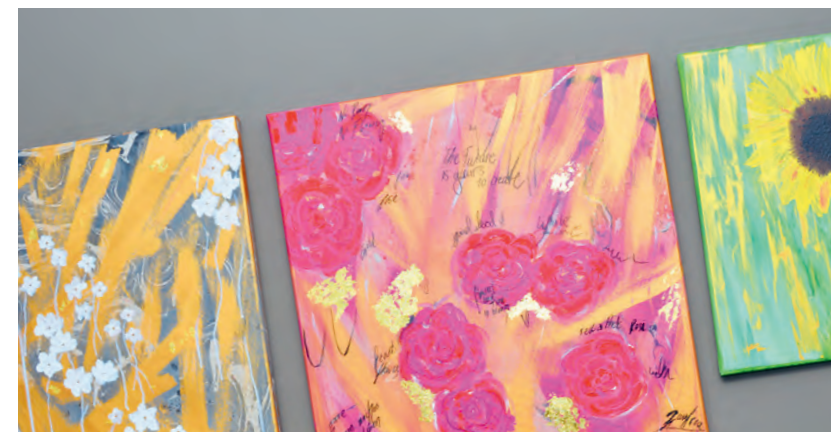
Das Jahr 2022 war für Laura einschneidend. Schicksalhaft ist vermutlich zutreffender. Eigentlich war ihr Leben bis zu diesem Zeitpunkt perfekt. Laura hatte gerade ihre Ausbildung als Coiffeuse abgeschlossen. Voller Lebenslust, Zukunftsplänen und Ideen wollte sie nun durchstarten. Dann wachte die damals 22-Jährige eines Morgens mit einer halbseitigen Lähmung auf – und sämtliche Pläne waren über den Haufen geworfen. Nichts war mehr, wie es sein sollte. Es folgte ein Klinikaufenthalt und anschliessend verbrachte Laura rund drei Monate im Rehaszentrum Valens.

Vieles hat sich durch die Therapien seither verbessert. Doch ein paar Hürden muss sie trotzdem täglich meistern. Unter anderem ist ihr linkes Bein nicht mehr so stabil. Das Knie würde ohne die Orthese wegnicken. Die Feinmotorik in ihrer linken Hand ist noch nicht hundertprozentig wiederhergestellt. Sie nimmt Medikamente gegen die Spastiken und ihre Blase hat keine Funktion mehr. Mit einem Katheter muss sie täglich mehrmals ihre Blase entleeren. Harnwegsinfektionen und Nierenschäden sind eine laufende Gefahr. Regelmässig ist Laura noch in ambulanter Behandlung, beispielsweise in der Praxis Malgaroli, bei Giulia in Mels.

Woher die Lähmung auf der linken Seite kam, ist selbst zwei Jahre nach der Erkrankung noch nicht abschliessend geklärt. «Es gibt immer noch Untersuchungen», sagt Laura. Trotz all dieser Einschränkungen meistert sie ihr Schicksal bemerkenswert. Sie ist ein ausgesprochen lebensfroher Mensch. Lacht viel und gerne – und blickt wieder positiv in die Zukunft. «Natürlich gab es auch dunkle Stunden», gibt sie zu. «Aber dieser Lebensabschnitt hat mich stärker gemacht.» Ihre Zukunftspläne haben sich zwangsläufig geändert. Doch Laura sieht das ganz und gar nicht negativ. «Manchmal zeigt das Schicksal einen anderen, wunderschönen Weg», sagt sie und lacht.

Durch die Krankheit zur Malerei gefunden

So hat sie durch die Krankheit ihre Liebe zur Malerei vertieft. 2024 stellte Laura zum zweiten Mal ihre Bilder im Rehaszentrum Valens aus. 2023 zeigten Lauras Bilder noch Einflüsse der mexikanischen Künstlerin Frida Kahlo. Die zweite Ausstellung, deren Vernissage im Oktober 2024 war, stand unter dem Motto «Blumen». Das Thema habe viel mit ihrem Leben, ihrer Krankheit und ihrer Entwicklung nach der halbseitigen Lähmung zu tun. «Eine Blume wächst, blüht auf und ist standfest», sagt die junge Frau. Denn trotz ihres Schicksalsschlags hat Laura ihr «neues» Leben als Chance begriffen und will mit ihrer enormen positiven Ausstrahlung auch anderen Menschen Mut machen.



«Dieser Lebensabschnitt hat mich stärker gemacht.»

Auch beruflich haben sich neue Wege für Laura eröffnet. In einem Alters- und Pflegeheim trägt sie aktuell dazu bei, die Lebensqualität von demenzkranken Menschen mit Singen und Malen zu bereichern. Dazu studiert Laura im ersten Semester Mal- und Kunsttherapie. Ihr langfristiges Ziel ist es, einmal als diplomierte Mal- und Kunsttherapeutin zu arbeiten.

An ihre Zeit in Valens hat Laura nur die besten Erinnerungen. Viele Freundschaften pflegt sie noch heute. «Meine Familie und Freunde haben mich während dieser schweren Zeit bestärkt», sagt sie. «Dazu gehören aber auch andere Patienten, Therapeuten und Pflegekräfte in Valens. Sie alle waren das Gesamtpaket für mich, um dort hinzukommen, wo ich jetzt bin. Sie sind alle meine Herzensmenschen.»

So wie die Servicekraft im Restaurant Zanai. Nach ihrem ungläubigen Blick nehmen sich die beiden Frauen herzlich in den Arm. «Schön, dass du wieder einmal vorbeischaust», sagt die Servicekraft. «Du hast ja wahnsinnige Fortschritte gemacht.»

Der Weg, der hinter Laura liegt, war steinig – aber die 24-Jährige meisterte ihr Schicksal bemerkenswert positiv. Ein Beispiel, das andere Menschen inspirieren kann.



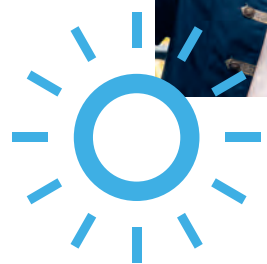
Gelungene Mitarbeiteranlässe

28 Freiraum

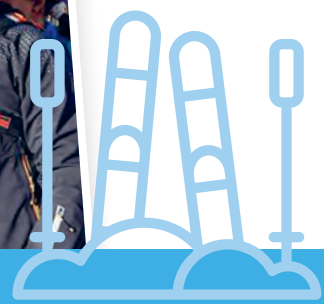
Das Sommerfest 2024 stand unter dem Motto «Piratenparty am Walensee». Über 640 Mitarbeitende aus allen Klinikstandorten haben am Anlass in der sagibeiz Murg teilgenommen. Gerne lassen wir die Bilder sprechen:



Fotos Sommerfest: Ariane Totzke / azibene AG



29 Freiraum



Ein grosses Dankeschön geht an die Mitglieder der Geschäftsleitung, die diese für die Kultur und das «Miteinander» wichtigen Mitarbeiterfeste überhaupt ermöglichen.

Das nächste Sommerfest für die Mitarbeitenden der Kliniken-Valens-Gruppe findet am Freitag, 29. August 2025, statt.



Miteinander gut und gerne arbeiten



Wir sind davon überzeugt: Eine Kultur des Miteinanders bietet Stabilität, trägt zum Erfolg bei und führt dazu, dass Menschen gut und gerne arbeiten. Dass dazu auch attraktive Arbeitsbedingungen und Benefits gehören, versteht sich von selbst.

Bei den Kliniken Valens und den Zürcher RehaZentren wird eine Kultur des Miteinanders gelebt – und zwar in vielfacher Hinsicht: So wird nicht nur innerhalb der Teams auf enge Zusammenarbeit gesetzt, sondern auch auf interdisziplinäres und interprofessionelles Zusammenwirken über die einzelnen Fachbereiche hinaus. Um nämlich die besten Reha-Ergebnisse für die und mit den Patientinnen und Patienten zu erzielen, müssen Medizin, Therapie und Pflege im stetigen Austausch sein und miteinander arbeiten.

«Gemeinsam Schritt für Schritt weiter» ist der Leitsatz des grössten Schweizer Reha-Anbieters und gilt auch im Hinblick auf das Führungsverständnis: «Menschen wollen motiviert und inspiriert werden. Zum einen bedeutet das, dass wir die Kultur des Miteinanders auf Führungsebene vorleben. Zum anderen ist es uns ein Anliegen, Mitarbeitende in Entscheidungen miteinzubeziehen und sie selbstständig arbeiten zu lassen, ihr Tun wertzuschätzen und ihre Entwicklung – beruflich und privat – zu fördern», erklärt Manuela Schudel, die als Leiterin Human Resources für rund 2200 Mitarbeitende verantwortlich zeichnet.

Sicherheit in unsicheren Zeiten

In einer Welt, die von stetigem Wandel, unsicheren Entwicklungen und zunehmender Komplexität geprägt ist, liege es in der Verantwortung des Arbeitgebers, «den Mitarbeitenden Vertrauen und Verständnis, Offenheit und Orientierung zu bieten sowie transparent zu agieren», betont Till Hornung. «Ausserdem», so der CEO der Kliniken Valens weiter, «braucht es eine klare Vision, die Sicherheit vermittelt und dennoch die Möglichkeit lässt, agil

zu bleiben, damit wir schnell und adäquat agieren und reagieren können. Bei alledem ist es uns ein echtes Anliegen, dass unsere Mitarbeitenden jeden Tag gerne zur Arbeit kommen.»

Nicht zuletzt wegen dieser Haltung sind die Kliniken Valens auch Träger verschiedener Arbeitgeber-Auszeichnungen: So tragen sie etwa die Labels «Beste Arbeitgeber» und «Friendly Work Space» und haben beim Swiss Arbeitgeber Award den 3. Platz erreicht. Dass diese Auszeichnungen mehr sind als Labels, die man sich nach einem jährlichen Assessment auf die Fahnen heftet, zeigt sich in der geringen Fluktuation, an wenigen Krankheitstagen oder auch daran, dass jedes Jahr zahlreiche Mitarbeitende zweistellige Firmenjubiläen feiern und junge Talente bereits Führungspositionen innehaben.

Fördern und wertschätzen

Mit der Rehab Academy bieten die Kliniken Valens zudem ein vielseitiges, praxisnahes und fundiertes Fort- und Weiterbildungsprogramm. Dieses zielt sowohl auf die Stärkung von Führungs-, Sozial-, Selbst- und Methodenkompetenzen als auch auf die Entwicklung beruflicher und persönlicher Handlungskompetenzen ab. Um die täglichen Herausforderungen zu meistern, profitieren die Mitarbeitenden ausserdem von einem vielseitigen Angebot an Benefits.

Till Hornung ist jedenfalls davon überzeugt, die besten Köpfe zu haben: «Unsere Mitarbeitenden sind unser grösstes Kapital. Ohne sie wären unsere Kliniken nur leere Gebäude, ohne Seele, ohne Leben. Wir möchten, dass sie sich wohl und wertgeschätzt fühlen, Spass an ihrer Arbeit haben und diese als sinnstiftend erleben.»

Arbeiten beim grössten Reha-Anbieter der Schweiz



Weitere Infos und offene Stellen unter kliniken-valens.ch/jobs-karriere



Die Kliniken Valens und Zürcher RehaZentren sind mit zehn stationären und drei ambulanten Standorten von Zürich bis Davos der grösste Reha-Anbieter der Schweiz und bieten ihren Mitarbeitenden nicht nur attraktive Arbeitsbedingungen, sondern auch zahlreiche Benefits. Dies schafft eine Balance zwischen beruflichem Engagement und persönlichem Wohlbefinden, sorgt für ein attraktives Arbeitsumfeld und trägt zur Förderung der Lebensqualität und Gesundheit der Mitarbeitenden bei.

Arbeiten mit attraktiven Rahmenbedingungen

- ▶ Flexible Arbeitszeitmodelle
- ▶ 100 % Lohnfortzahlung des Bruttolohns bei Krankheit und Unfall für die ersten 12 Monate; danach 80 % des Bruttolohns
- ▶ Private Unfallzusatzversicherung weltweit für zusätzliche Sicherheit
- ▶ Fortschrittliche berufliche Vorsorge bietet langfristig finanzielle Sicherheit
- ▶ Ferienanspruch von mindestens 28 Arbeitstagen für eine ausgewogene Work-Life-Balance
- ▶ 16 Wochen bezahlter Mutterschaftsurlaub bei 100 % des Bruttolohns; 20 Kalendertage bezahlter Vaterschaftsurlaub bei 100 % des Bruttolohns
- ▶ Individuelle, auf die persönliche berufliche Entwicklung zugeschnittene Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- ▶ Verschiedene Mitarbeitererevents: vom Ski- und Wanderhalbtage übers Sommerfest bis hin zum Weihnachts- oder Neujahrsapéro
- ▶ Personalunterkünfte an mehreren Standorten

Verpflegung

- ▶ Ermässigung in den Cafeterien, Bistros und Personalrestaurants. Wer lieber selbst gekochte Speisen mitnimmt, kann diese in den Kaffeeküchen aufwärmen.
- ▶ Kulinarische Genüsse in den internen und externen Restaurants

Alles für die Gesundheit und Fitness

- ▶ Freie Nutzung der MTT- bzw. Krafräume ausserhalb der Therapiezeiten
- ▶ Vergünstigungen bei externen Fitnesszentren und die Teilnahme an Group Fitness (z. B. Yoga, House Dance)
- ▶ Teilnahme an Volksläufen und Angeboten wie Bike to Work oder Walk to Work
- ▶ Impfservice und externe Gesundheitsangebote (z. B. Perfect Smile Ragaz AG, Rabatt auf Medikamentenbezüge, Rabatte auf Zusatzversicherungen)

Freizeit und tolle Angebote geniessen

- ▶ Gratisertritt in die Therapiebäder der Kliniken Valens
- ▶ Kostenfreie Nutzung der Sauna und des Mal-Ateliers in der Klinik Gais
- ▶ Rabatt auf Haarschnitt und Styling beim jeweils hauseigenen Coiffeur
- ▶ Zugang zu externen Freizeitangeboten zu vergünstigten Preisen
- ▶ Bücherausleihe in den Patientenbibliotheken der Kliniken Valens
- ▶ Exklusive Sonderpreise beim Kauf eines neuen Fahrzeugs bei verschiedenen Autohändlern
- ▶ Interne und externe Shoppingangebote mit attraktiven Rabatten
- ▶ Geburtstagsgutschein und viele weitere Mitarbeitervergünstigungen

Serie

Meine Laufbahn bei den Kliniken Valens



Róisín Carney

Teamleiterin Physiotherapie Valens; ab 01.03.2025 Bereichsleiterin Therapien, Walenstadtberg und Chur

«Die Rückkehr an den Standort, an dem meine Laufbahn bei den Kliniken Valens begonnen hat, freut mich ganz besonders. Umso mehr, da ich nun die Möglichkeit habe, aktiv an der Gestaltung und Weiterentwicklung der Rehabilitation mitzuwirken und dadurch zur bestmöglichen Versorgung unserer Patient*innen beizutragen.»



Manja Tusche

Administrative Standortleitung, Clinic Bad Ragaz

«Ein möglichst optimales Arbeitsumfeld für Mitarbeitende zu schaffen, ist meine tägliche Motivation. Ich bin sehr dankbar dafür, dass ich das in den Kliniken Valens tun darf und dass ich die Möglichkeit habe, meine Führungsstärken auszubauen, aktiv meinen Teil zu einer guten Arbeitsatmosphäre unserer Mitarbeitenden beizutragen und ihre Stärken zu fördern.»



Ronny Lange

Teamleiter Pflege kardiovaskuläre Rehabilitation und Stv. Bereichsleitung, Pflege Klinik Wald

«Als Teamleiter Pflege ist es mir wichtig, Führung zu übernehmen und Entscheidungen zu treffen, die das Wohl meiner Mitarbeitenden und die Interessen unserer Klinik gleichermaßen berücksichtigen. Gemeinsam gestalten wir die Zukunft unserer Abteilung und sorgen für hochwertige Pflege.»



Wolfgang Kilga

Leiter Ausbildung, Kliniken Valens

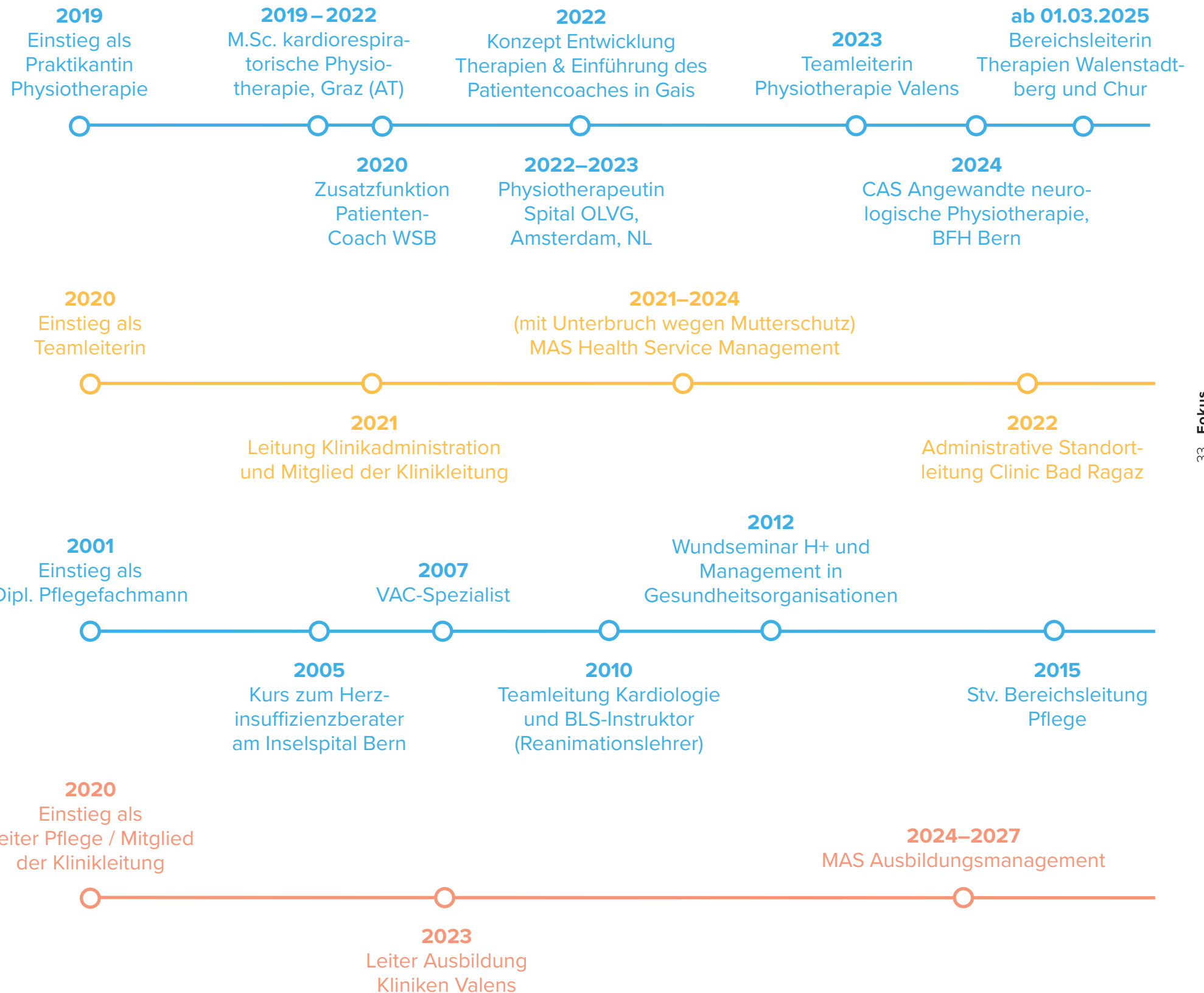
«Die Ausbildung für ein Unternehmen unserer Grösse zu koordinieren, ist eine lohnende Herausforderung. Die grosse Vielfalt an Innovationsmöglichkeiten, die Offenheit der Gruppe, hier voranzuschreiten, und die Zusammenarbeit mit verschiedensten Bereichen machen mein Aufgabengebiet sehr attraktiv für mich.»

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

Dies ist Folge 5 unserer Serie, für die wir wiederum 4 Personen ausgewählt haben. Weitere Laufbahnen aus den Kliniken Valens folgen in der nächsten Ausgabe.



Vom «Säli» zurück in den Alltag

Wie die Logopädie in der Rheinburg-Klinik Walzenhausen die Patientinnen und Patienten unterstützt. Insgesamt vier Logopädinnen arbeiten in der Rheinburg-Klinik Walzenhausen. Mit ihrer Unterstützung sollen die Patientinnen und Patienten wieder am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Dabei gibt es selbst zur Mittagszeit therapeutische Übungen.

Der Blick auf den Bodensee von der Rheinburg-Klinik Walzenhausen ist beeindruckend. Doch für die acht Patientinnen und Patienten, die ihre Mittagspause an diesem Tag im «Säli» verbringen, ist dies nebensächlich. Hinter ihnen liegt eine lange Leidensgeschichte. Nach einem Schlaganfall oder einer Erkrankung an Multipler Sklerose und Parkinson benötigen sie eine individuelle, besondere Betreuung. Neben einer Pflegefachfrau ist deshalb auch eine Logopädin anwesend.

Die Therapie endet auch nicht zur Mittagszeit. Nathalie Greussing schenkt Wasser mit Sirup in das Glas von Tomislav Petkovic. «Siirup», sagt die Leiterin der Logopädie der Rheinburg-Klinik Walzenhausen und zieht das «i» besonders lang. Tomislav Petkovic schaut sie an. «Siirup», wiederholt Nathalie Greussing langsam und deutet auf das Glas. «Sirup», sagt Petkovic mit leicht verwuschener Aussprache und rauher Stimme. «Sehr gut», lobt Nathalie Greussing, die immer wieder kleinere Übungen wie diese mit einstreut.

Maximal zehn Patientinnen und Patienten finden Platz im «Säli». Die Einrichtung wurde in der Rheinburg-Klinik Walzenhausen eigens geschaffen, um jenen Erkrankten gerecht zu werden, die eine besondere Betreuung beim Essen benötigen. Erst wenn sie wieder selbstständig und ohne Unterstützung essen können, werden sie in den grossen Speisesaal verlegt, wo die anderen Reha-patientinnen und -patienten ihre Mahlzeiten einnehmen.

Für das Fachpersonal der Rheinburg-Klinik, das im «Säli» Dienst hat, ist die Mittagszeit fordernd. Sie reden, fragen, unterstützen. Sie dokumentieren, beobachten und servieren das Essen. Dabei achten sie penibel darauf, dass jede Patientin und jeder Patient die für ihn bestimmte Nahrung erhält. Denn jede Mahlzeit ist nach der IDDSI-Klassifikation eingestuft. Nach genau definierten Konsistenzstufen erhalten die Patientinnen und Patienten das Es-



In der Einzeltherapie erfolgen gezielte Übungen für ein effektives Atem- und Sprechtraining.



Die Zungenmuskulatur ist für das effiziente Schlucken enorm wichtig und muss deshalb trainiert werden.

sen und Trinken, damit sie es ohne Schwierigkeiten und gefahrlos schlucken können. So gibt es an diesem Tag eine Cremesuppe und Gulasch mit Kartoffelstampf – alles in unterschiedlichen Garstufen und Festigkeiten.

Vor und nach der Mittagszeit im «Säli» arbeiten die Logopädinnen in Einzel- sowie Gruppentherapien und beraten Angehörige. «Das Ziel der Logopädie und generell der Neurorehabilitation ist es, dass die Patientinnen und Patienten wieder am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können», sagt Nathalie Greussing.

So betreuen die Logopädinnen an der Rheinburg-Klinik Patientinnen und Patienten mit neurologischen Grunderkrankungen, wie nach Schlaganfall oder Schädel-Hirn-Trauma sowie bei neurodegenerativen Erkrankungen wie Morbus Parkinson oder Multipler Sklerose, aber auch Demenz- oder HNO-Patientinnen und -Patienten mit beispielsweise Karzinomen im Mund- und Rachenbereich. Solche Erkrankungen können zu Veränderungen der Sprach- und Sprechfähigkeit, der Stimme und/oder der Schluckfunktion führen.

Anamnese ergibt detailliertes Krankheitsbild

Tomislav Petkovic kam im November 2024 mit einem Hirninfarkt ins Spital. Seine Reha verbringt der 75-Jährige in Walzenhausen. Bei der detaillierten Anamnese fragt Nathalie Greussing auch verschiedenste Dinge ab. «Dabei erfahre ich viel über die Leute und nebenbei auch, wie das Sprechen ist», sagt sie. Nach und nach fragt sie spezifischer, beispielsweise: «Ist das Sprechen wie vorher?» – «Ist Ihre Stimme etwas rauher oder tiefer als vorher?» Dann folgen Sprech- und Zungentraining und auch Übungen zum Wortabruf.

Der Schwerpunkt der logopädischen Arbeit in der Rheinburg-Klinik liegt in der Diagnostik und Behandlung von stationären Patientinnen und Patienten, die als Folge einer neurologischen Erkrankung in ihrer sprachlichen Ausdrucksfähigkeit, dem Schluckverhalten und im mündlichen oder schriftlichen Sprachverständnis eingeschränkt sind. Störungsbilder sind Sprachstörungen (Aphasien), Sprechstörungen (Dysarthrophonien, Sprechapraxien), Schluckstörungen (sogenannte Dysphagien), Fazialispareesen sowie Sprachstörungen bei Demenz.

Angebote für Einzel- und Gruppentherapien

In Einzel- und Gruppentherapien wird versucht, die Patientinnen und Patienten zu unterstützen. Die Einzel- und Gruppentherapien erfolgen nach evidenzbasierten Konzepten, beispielsweise in der CIAT-Gruppe (Constraint-Induced Aphasia Therapy) für Menschen mit Aphasien und/oder kognitiven Kommunikationsstörungen. Dort wird im geschützten, kleinen Setting für den kommunikativen Alltag geübt. Dabei betont Nathalie Greussing vor allem auch das Zusammenspiel mit anderen Fachbereichen: «Für eine gelingende Rehabilitation ist die Zusammenarbeit der unterschiedlichen Disziplinen wie Ergotherapie, Physiotherapie, Neuropsychologie, Ernährungsberatung und des Pflegedienstes von grosser Bedeutung.»

Denn die Teilnahme am «normalen» Alltag ist für alle das Ziel – so auch für Tomislav Petkovic. Zusammen mit ihm definiert Nathalie Greussing das Ziel für die Rehabilitation in Walzenhausen. «Ein Schnitzel essen und die Reha ohne Magensonde verlassen können», notiert sie. Denn «normal» essen und trinken ist nicht nur Genuss, sondern auch Lebensqualität. Aktuell ist das kein Problem für Tomislav Petkovic. «Wenn das weiter so gut klappt, dann können Sie in zwei bis drei Tagen im Speisesaal essen», gibt sich Nathalie Greussing optimistisch. Und von dort kann er dann vielleicht auch den herrlichen Blick auf den Bodensee etwas mehr geniessen.



Nathalie Greussing, Leiterin Logopädie

Eine Logopädin oder ein Logopäde arbeitet mit Patientinnen und Patienten, die Schwierigkeiten mit Sprechen, Sprache, Stimme oder Schlucken haben. Sie führen gezielte Therapien durch, um diese Fähigkeiten zu verbessern oder wiederherzustellen. Die Aufgaben einer Logopädin oder eines Logopäden umfassen häufig:

- **Diagnose von Sprach- und Sprechstörungen:** Die Logopädin oder der Logopäde untersucht, wie gut der Patient oder die Patientin sprechen und verstehen kann.
- **Individuelle Therapie:** Es werden spezielle Übungen entwickelt und durchgeführt, um die Kommunikation zu verbessern, wie zum Beispiel Artikulationsübungen, Stimmtraining oder Sprachverständnisübungen.
- **Schlucktherapie:** Bei Patientinnen oder Patienten mit Schluckstörungen arbeitet die Logopädin oder der Logopäde an Techniken, die das sichere Schlucken erleichtern.
- **Beratung und Unterstützung:** Die Logopädin oder der Logopäde gibt den Patientinnen und Patienten sowie deren Familien Tipps und Übungen, die die Kommunikation im Alltag fördern.

Mein Hobby

Was tun unsere geschätzten Mitarbeitenden in ihrer Freizeit? Gerne berichten wir in loser Folge über unsere Mitarbeitenden und ihre Hobbys. In dieser Ausgabe mit Bettina, Janko, Jana und Pädi.

Bettina Hummler
 Psychotherapeutin, Ambulatorium Psychosomatik St.Gallen

Die Klaviertasten entdeckte Bettina, bereits bevor sie richtig gehen konnte. Obschon sie während vieler Jahre klassischen Unterricht hatte und am «geordneten Spiel nach Regeln und Noten» durchaus Freude fand, hing ihr Herz stets an der Improvisation und am «musikalischen Tagträumen». Bis heute dient ihr das Klavierspiel als Alltagsausgleich. Anstatt Tagebuch zu schreiben, nimmt sie ihre Gedanken und Gefühle oft spontan als Melodie auf. Daraus entstehen immer wieder einmal Klaviertagebücher, die sie roh und unbearbeitet lässt, gerade so, wie sie «aus ihr herauskommen». Zwischendurch lässt Bettina diese Melodien in die Welt fliegen (zum Beispiel auf Spotify – Bettina Hummler). Spannenderweise erhält sie oft die Rückmeldung, dass sich diese Melodien gut zum Tagebuchschreiben eignen.

Das Musizieren nahm in den letzten Jahren aber auch anderweitig wieder einen grösseren Stellenwert in Bettinas Leben ein. Seit 2021 ist sie mit der Band «Max Berend», ebenfalls auf Spotify zu finden, unterwegs. Bettina beschreibt es zwar als «manchmal etwas herausfordernd», Job, Proben und Touren unter einen Hut zu bekommen – doch andererseits gibt es ihr unglaublich viel, weshalb sie sehr dankbar ist für dieses bunte Leben.



Foto: Tom Hiller



Janko Zemur
 Assistenzarzt, Rehasentrum Walenstadtberg

Janko hat seine Leidenschaft für Rugby bereits in seiner Kindheit entdeckt und sie hat ihn in seiner sportlichen Karriere als Rugbyspieler bis heute begleitet und vorangetrieben. Im Alter von fünf Jahren ist Janko in seiner Heimatstadt Bergamo das erste Mal mit Rugby in Kontakt gekommen. Seither gehört sein Herz dem Rugby und er übt den Sport mit grosser Faszination aus. Im Laufe der Jahre hat er auf verschiedenen Niveaus und in verschiedenen Mannschaften gespielt und es sogar geschafft, als Kapitän das Trikot seiner Nationalmannschaft, Serbien, zu tragen.

Der Mannschafts- und Kontaktsport entstand vor über 200 Jahren in England und prägt, so Janko, die Grundwerte Respekt, Unterstützung und Altruismus, auch

ausserhalb des Spielfelds. «Der Sport lehrt Teamarbeit und Vertrauen, denn das Ziel – den ovalen Ball im gegnerischen Malfeld abzulegen – ist nur gemeinsam erreichbar», erklärt Janko.

Der angehende Facharzt ist überzeugt, dass diese Werte zu seiner Entwicklung nicht nur als Spieler, sondern auch als Mensch beitragen sowie seinen Berufsalltag bereichern, denn Empathie, Respekt und Unterstützung sind essenziell, um im Gesundheitswesen das Beste zu geben.

Janko empfiehlt jedem, Rugby auszuprobieren – als einen inklusiven Sport für alle; unabhängig von Alter, Geschlecht oder körperlichen Voraussetzungen. Er sieht diese Sportart als eine echte Schule fürs Leben.



Patrick Wild
 Mitarbeiter Technischer Dienst, Klinik Gais

Bereits seit 40 Jahren ist Patrick, besser bekannt als Pädi, dem Eishockey treu. Seinen ersten Kontakt mit dem Sport hatte er beim Eislaufen mit der Schule – er war 10 und war sofort begeistert. Er bekam seine ersten eigenen Schlittschuhe und kurz darauf Handschuhe und einen Stock. Jede freie Minute verbrachte Pädi auf der Eisbahn Lerchenfeld in St.Gallen. Freunde und Schulkollegen fragten ihn damals, ob er nicht auch in den Hockeyclub kommen möchte. «Eine unglaublich ereignisreiche, spannende, anstrengende Phase begann, aber es war die beste Zeit meines Lebens», blickt Pädi heute zurück. Sein Weg führte ihn an viele Stationen, in andere Clubs und unterschiedliche Leistungsklassen. Verschiedene Trainer – mal bessere und mal schlechtere – begleiteten seine Karriere. Irgendwann, sein Körper bestimmte den Zeitpunkt, wechselte Pädi an die Bande.

Heute hilft ihm seine eigene Hockeykarriere bei seiner Tätigkeit als Junioren-Hockeytrainer. Seinen Trainer-Rucksack konnte Pädi bis jetzt schon mit Erfahrungen in einigen Nachwuchsstufen bis hin zur Erwachsenenstufe füllen. Aktuell trainiert er die U17-A-Junioren und -Junioren des HC Eisbären St.Gallen. «Es ist ein wunderbarer Ausgleich zur Arbeit. Als Trainer und als Mitarbeiter im TD-Team von Gais erlebe ich tagtäglich, dass Zusammenarbeit und das Ziehen am gleichen Strick Grundsteine zum Erfolg sind», so Pädi.

Jana Schillinger
 Ergotherapeutin, Ambulante Reha Triemli Zürich

Das Leben im Verein, das Tragen des Vereinshäses (Häs bedeutet im Schwäbischen so viel wie Kostüm oder auch Oberbekleidung), die Pflege, Präsentation und Erhaltung von Traditionen und Brauchtum: All dies sind Tätigkeiten, in denen sich Jana wiederfindet. Schon von klein an begleitete sie ihre Eltern zur Bietinger Dorrfasnacht, der Narrenzunft Biberschwanz. Einst als «Biberle» bei den Umzügen mit dabei, steigerte sie sich zum «Biberfänger» und nahm bei grossen Bühnenauftritten an der Dorrfasnacht teil. Die Kinder- und Jugendarbeit wird in der Narrenzunft Biberschwanz grossgeschrieben. Mittlerweile leitet Jana die Kinder- und Jugendgruppe – die «Biberfänger» – selbst mit viel Spass und Freude. Von Anfang an sind bereits die Kleinsten in

das fasnächtliche Dorfgeschehen eingebunden und nehmen aktiv an der Fasnacht teil.

Ein weiteres besonderes Merkmal des Brauchs ist zweifellos das Häs: «Rund 50'000 bunte Wollfäden zieren das geknüpfte Gewand», weiss Jana. Die Holzmaske, gefertigt in traditioneller Schnitzart, repräsentiert den Biber. Nach den «Biberfängern» präsentiert Jana nun auch die «Biberfrauen» in einem geknüpften orangenen Häs.

Für Jana macht das Eingebundensein ins Dorfleben – das Miteinander – den Reiz der Fasnacht aus. Mit Vorfreude fiebert sie daher jedes Jahr dem 11. November entgegen, um mit dem traditionellen Narrenruf «Narri Narro», dem Erkennungs- und Begrüssungszeichen der Narren, die fünfte Jahreszeit einzuläuten.



Weiter so!



Wir wünschen unseren Mitarbeitenden weiterhin viel Freude bei der Ausübung ihrer Hobbys und danken für den Einblick!

Ausflugstipp

Unser Wandertipp führt dieses Mal ins Zürcher Oberland. Das Postauto bringt uns ab Bahnhof Wald ZH zur Rehaklinik Wald auf den Falzigberg. Das Restaurant der Klinik ist öffentlich und bietet eine wunderschöne Terrasse mit Blick auf den Ober- und Zürichsee und auf die Alpen.



Facts



Höhenmeter:
 ↗ 320 m ↘ 610 m



Dauer der Wanderung:
 ca. 3 Stunden



Strecke:
 9,3 km



Ideale Jahreszeit:
 Frühling bis Herbst



Rehaklinik Wald



Restaurant Farneralp

Route

Gestärkt starten wir die Wanderung über den Chrinnenberg zur Farneralp.

Nach einer wohlverdienten Pause – ob mit Picknick aus dem Rucksack oder im Restaurant Farneralp – führt der Weg weiter, anfangs etwas steil hinab, durchs Sagenraintobel zurück nach Wald.

Tipp:

Unterwegs laden zahlreiche Feuerstellen zum Bräteln ein.

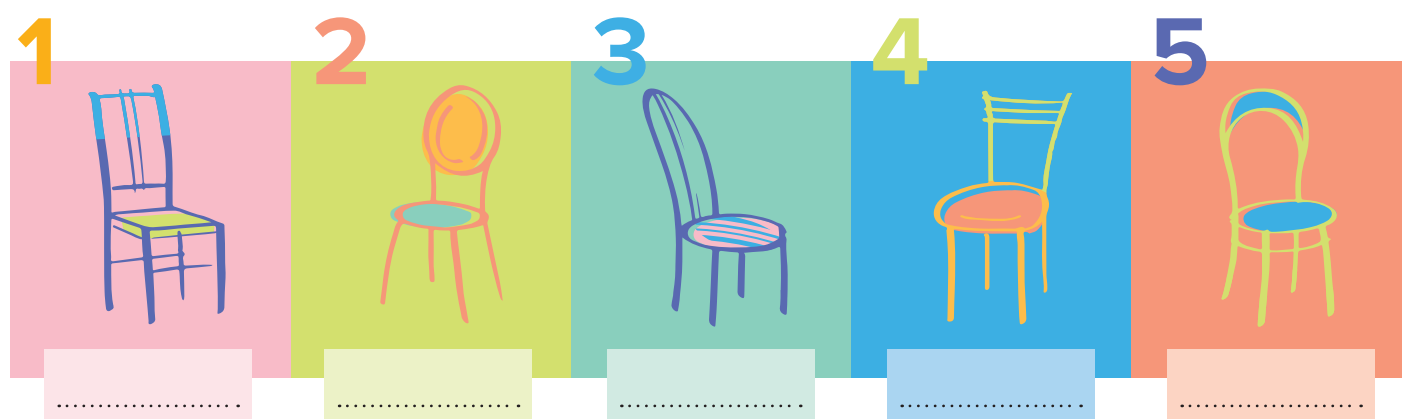
Raterunde «Tischordnung»

Zu gewinnen
gibt es einen
Kliniken-Valens-
Rucksack
Einsendeschluss ist der
30. Juni 2025

An einer Teamsitzung haben
fünf Teilnehmende noch keinen
Platz. Dabei muss Folgendes
beachtet werden:

Stefan soll nicht direkt neben Carmen und Manuela nicht
direkt neben Daniel oder Carmen sitzen.
Carmen sitzt genau wie Manuela nicht neben Monika,
und Daniel soll nicht links von Monika Platz nehmen.

Wer sitzt aus Lesersicht neben wem?



Wenn Sie die korrekte Sitzordnung herausgefunden haben:

Schicken Sie uns die Namen der Teilnehmenden in
der richtigen Reihenfolge bitte per E-Mail an
marketing@kliniken-valens.ch oder per Post an:

Kliniken Valens
Voilà-Magazin
Taminaplatz 1, 7317 Valens

Einsendeschluss ist der 30. Juni 2025

Auflösung Rätsel aus der Ausgabe «Sommer / Herbst 2024»:

Das Lösungswort lautete:
WISSENSAUSTAUSCH

Die glückliche Gewinnerin ist **Ida Walser aus Heiligkreuz**. Sie gewinnt einen Büchergutschein im Wert von CHF 50.–. Herzliche Gratulation!



Agenda

Voilà-Magazin
kostenlos abonnieren
kliniken-valens.ch/medien



Zuweiseranlässe:

- 26. März 2025
Zuweiseranlass Rehazentrum Valens
und Clinic Bad Ragaz
- 25. Juni 2025
Zuweiseranlass Klinik Gais
- 27. August 2025
Zuweiseranlass Rheinburg-Klinik
Walzenhausen
- 25. September 2025
Zuweiseranlass Rehazentren
Walenstadtberg und Chur
- 30. Oktober 2025
Zuweiseranlass Klinik Davos Clavadel
- 13. November 2025
Zuweiseranlass Klinik Wald

Events:

- 25.–27. April und 1.–3. Mai 2025
Messeauftritt «RHEMA» Altstätten
- 19./26. Juni 2025
Wanderhalbtage für die Mitarbeitenden
der Klinik Gais
- 29. August 2025, ab 17:00 Uhr
Grosses Sommerfest für alle Mitarbeitenden
der Kliniken Valens und Zürcher RehaZentren
- 10. September 2025
Wanderhalbtage für die Mitarbeitenden
des RehaZentrums Walenstadtberg
- 12. September 2025
Wanderhalbtage für die Mitarbeitenden
des RehaZentrums Valens



Weitere Informationen über
die Zuweiseranlässe unter:
www.kliniken-valens.ch/zuweiseranlaesse

Kursprogramm

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



Gemeinsam Schritt für Schritt weiter.

Rehazentrum Valens 7317 Valens Rehazentrum Walenstadtberg 8881 Walenstadtberg
Rheinburg-Klinik Walzenhausen 9428 Walzenhausen Klinik Gais 9056 Gais
Rehazentrum St.Gallen 9000 St.Gallen Rehazentrum Chur 7000 Chur
Clinic Bad Ragaz 7310 Bad Ragaz Ambulatorium Psychosomatik St.Gallen 9000 St.Gallen
Ambulante Reha Triemli Zürich 8063 Zürich Klinik Wald 8636 Wald
Klinik Davos 7272 Davos Clavadel Klinik Lengg 8000 Zürich

IMPRESSUM

Herausgeber Kliniken Valens Redaktionsteam Luana Jäger, Christiane Mähr, Silvia Pederiva, Eveline Scheidegger, Timo Schoch, Michaela Sonder-
egger Bilder Florian Brunner, Christof Henco, Timo Schoch, Kliniken Valens, Zürcher RehaZentren, istock, Adobe Stock, Monika Schuler, Farnalip
E-Mail voila@kliniken-valens.ch Konzept und Gestaltung Schalter&Walter, St.Gallen Druck SL Druck + Medien AG, Mels Auflage 6000 Ex. / 2x jährlich



Unsere Extra-Toppings:
28 Tage Ferien,
bezahlte Umkleidezeit,
freie Dienstplanung,
weltweite private Unfall-
zusatzversicherung

**Keine Lust auf
Margherita?**

**Bei uns geht's
nach deinem
Gusto.**



Unsere Zutaten für glückliche Mitarbeitende:
Faire Löhne, wertschätzende Kultur, spannende Patienten,
Interdisziplinarität und Teamwork. Jetzt in weniger als
einer Minute in der **Rehapflege** bewerben:
blitzbewerbung.kliniken-valens.ch/pflege

**Gemeinsam
mit den
Zürcher RehaZentren.**