



Gesundheits-Netz Aargau Ost

magnao

GESUNDHEITSMAGAZIN AARGAU OST

Generationensache.

> Fokusthema ab Seite 4

Von **Genera**tionen für **Genera**tionen.

Im Gesundheitswesen begegnen sich Generationen: Durchmischte Teams treffen auf Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen.

> Seiten 20/21

Spiel und Spass für **Jung und Alt.**

Gemeinsame Aktivitäten im Freien verbinden Generationen. Entdecken Sie Spielplatz-Highlights im Ostaargau.

> Seite 3

Nichts mehr verpassen.

Holen Sie sich die GNAO-App mit allen Infos und Events rund um Gesundheit und Wohlbefinden.





KONZEPTE UND IDEEN, DIE WIRKEN.

KOMMPAKT.CH

Vereint über Generationen.

Liebe Lesende

«Wusstest du, dass du in deiner Grossmutter entstanden bist?» Videos mit diesem Inhalt kursierten vor einiger Zeit in den sozialen Medien. Und sie haben nicht ganz Unrecht: Weibliche Föten entwickeln bereits im Leib ihrer Mutter Eizellen. Ist eine Frau also schwanger mit einer Tochter, trägt sie bereits das Erbgut ihrer potenziellen Enkelinnen und Enkel in sich. Drei Generationen vereint wie in einer verschachtelten Matroschka-Puppe – eine poetische Vorstellung.

Dass Menschen unterschiedlichen Alters ihr eigenes Päckchen an Erfahrungen, Bedürfnissen und Meinungen mitbringen, beschäftigt. Weil wir gerne vereinfacht und in Kategorien denken, teilen wir Menschen in Generationen ein: Babyboomer, Generation X, Millennials, Generation Z und Alpha. Wir vergleichen sie miteinander und oft werden sie gegeneinander ausgespielt. Dabei sind die Übergänge fließend und im Kern vereint uns mehr, als uns trennt. Beim Thema Gesundheit teilen wir denselben Wunsch: eine gute und zuverlässige Versorgung, wenn es uns oder unseren Angehörigen schlecht geht oder wir auf Hilfe angewiesen sind.

Im Gesundheits-Netz Aargau Ost treffen von Neugeborenen über Lernende, erfahrene Berufsleute bis zu pensionierten Freiwilligen und sogar Urgrosseltern zahlreiche Generationen aufeinander und bereichern sich gegenseitig. Solchen Generationengeschichten widmet sich unsere aktuelle Ausgabe. Wir wünschen Ihnen gute Unterhaltung und viel Freude damit.

Herzlich grüsst Ihr



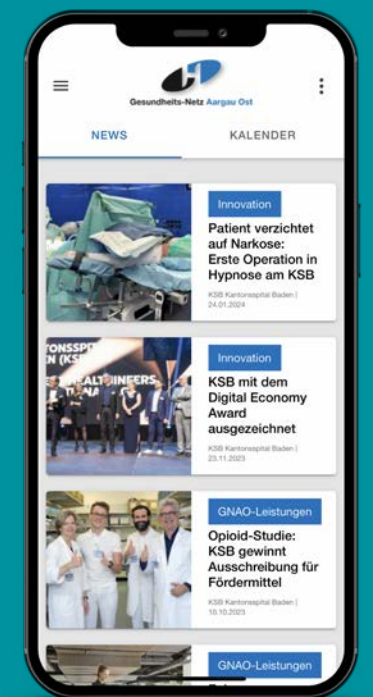
Herausgeberin GNAO – Gesundheits-Netz Aargau Ost
Redaktion, Konzept, Gestaltung, Produktionsleitung KOMMPAKT AG Kommunikation, LSA, Baden
Produktion, Druck und Versand Vogt-Schild Druck AG, Derendingen
Texte Patrick Kirchofer/Spital Muri | Alex Rauber/Rehaklinik Bellikon | Heinz Haug/KSB | Omar Gisler/KSB | Caroline Schneider/Reusspark | Nadine Blum/ZURZACH Care | KOMMPAKT AG Kommunikation, LSA, Baden
Fotos Roland Tännler, S. 10 | Andrea Vogel-Wendel, S. 12 | Nathalie Detsch Southworth, S. 14, 30 | Felix Wey, S. 15 | Vera Koch, S. 21 | Andy Juchli, S. 24 | Daniel Sommerhalder, S.25 | www.Lindner-Group.com, S. 27 | Stefan Wey, S. 32 | Caroline Schneider, S.38 | zVg, S. 2, 8, 16, 22, 26, 27, 29, 30, 34, 35
Auflage 150 300 Ex. | **Verbreitung** Ostaargau
 Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem, FSC®-zertifiziertem Papier

gedruckt in der schweiz

Stets informiert.

Alle Informationen und Angebote rund um Gesundheit und Wohlbefinden vereint! Die GNAO-App informiert Sie übersichtlich über Aktualitäten im Ostaargauer Gesundheitswesen. Im integrierten Eventkalender finden Sie alle wichtigen Termine für die diversen Angebote der 20 GNAO-Partner. In der App sind ausserdem sämtliche Beiträge der bisherigen zwölf magna-Ausgaben und weitere spannende Artikel enthalten.

Nichts mehr verpassen und jetzt die App herunterladen. Kostenloser Download im App Store und Google Play Store.





Das Wissen aller Generationen im Gepäck.

Vom Ungeborenen bis zum Verstorbenen, vom Lehrling bis zur freiwillig engagierten Seniorin: Im Gesundheitswesen sind alle Generationen vertreten. Damit ist wertvolles Wissen in allen Facetten für die bestmögliche Patientenversorgung vorhanden.

Das Gesundheitswesen ist wohl der einzige gesellschaftliche Bereich, in dem man es mit der ganzen Bandbreite des menschlichen Lebens zu tun hat: vom Embryo bis zum Verstorbenen, der über 100 Jahre alt wurde. Sämtliche Entwicklungsstufen des menschlichen Daseins und existenzielle Momente in allen Variationen gehören in den Spitälern, Kliniken, Pflegezentren, Apotheken und Spitexorganisationen zum Alltag. Es ist ein Aufeinandertreffen von Jung und Alt, von vielfältigsten Erfahrungen, die nicht nur durch die Anzahl Lebensjahre, sondern auch durch die kulturellen, sozialen und historischen Kontexte geprägt sind.

Ein integratives Arbeitsumfeld, das beides berücksichtigt, schafft eine positive Atmosphäre und fördert die Zusammenarbeit.

Viele der ältesten Generation haben zum Beispiel noch den Zweiten Weltkrieg erlebt, was vor allem bei den Menschen tief ins Gedächtnis eingegraben ist, die damals nicht in der sicheren Schweiz lebten. Für junge Mitarbeitende hingegen sind solche Erinnerungen Geschichten wie aus Schwarz-Weiss-Filmen. Bereits das Zeitalter ohne Handy liegt für sie gefühlt ein Jahrhundert zurück. Entsprechend digital sind jüngere Menschen unterwegs. Sie reden über Dinge und verfügen über Kompetenzen, die für manche Ältere wie Informationen aus dem All erscheinen.

Unterschiedliche Erwartungen verstehen

Das Jetzt ist für jede Generation eine andere Mischung aus Perspektiven, und das spielt gerade im Gesundheitswesen eine enorm wichtige Rolle: Wer dafür sensibel ist, geht respektvoll mit dem Gegenüber um und weiss um die verschiedenen Erwartungen und Reaktionen – nicht nur im Hinblick auf Patientinnen und Patienten, Bewohnende, Klientinnen und Klienten oder Angehörige, sondern auch mit Blick auf die Mitarbeitenden im beruflichen Alltag. Schulungen zu interkultureller, intergenerativer Kompetenz sowie die Förderung von Empathie und Verständnis, wie dies auch in Institutionen des Gesundheits-Netz Aargau Ost (GNAO) geschieht, weiten die Perspektive.

Das Arbeitsverständnis variiert zwischen den Generationen, und es ist wichtig, diese Vielfalt anzuerkennen und zu nutzen. Während ältere Mitarbeitende oft auf langjährige Erfahrung setzen, sind jüngere Generationen häufig agiler und offen für Veränderungen. Ein integratives Arbeitsumfeld, das beides berücksichtigt, schafft eine positive Atmosphäre und fördert die Zusammenarbeit. Erfahrene Fachkräfte können ihr Know-how an jüngere Kolleginnen und Kollegen weitergeben, während junge Talente innovative Ansätze einbringen. Gezielte Fördermassnahmen wie Mentoring-Programme oder generationenübergreifende Workshops helfen, den Wissenstransfer effektiv zu gestalten.

Wichtiges Mittel gegen den Fachkräftemangel

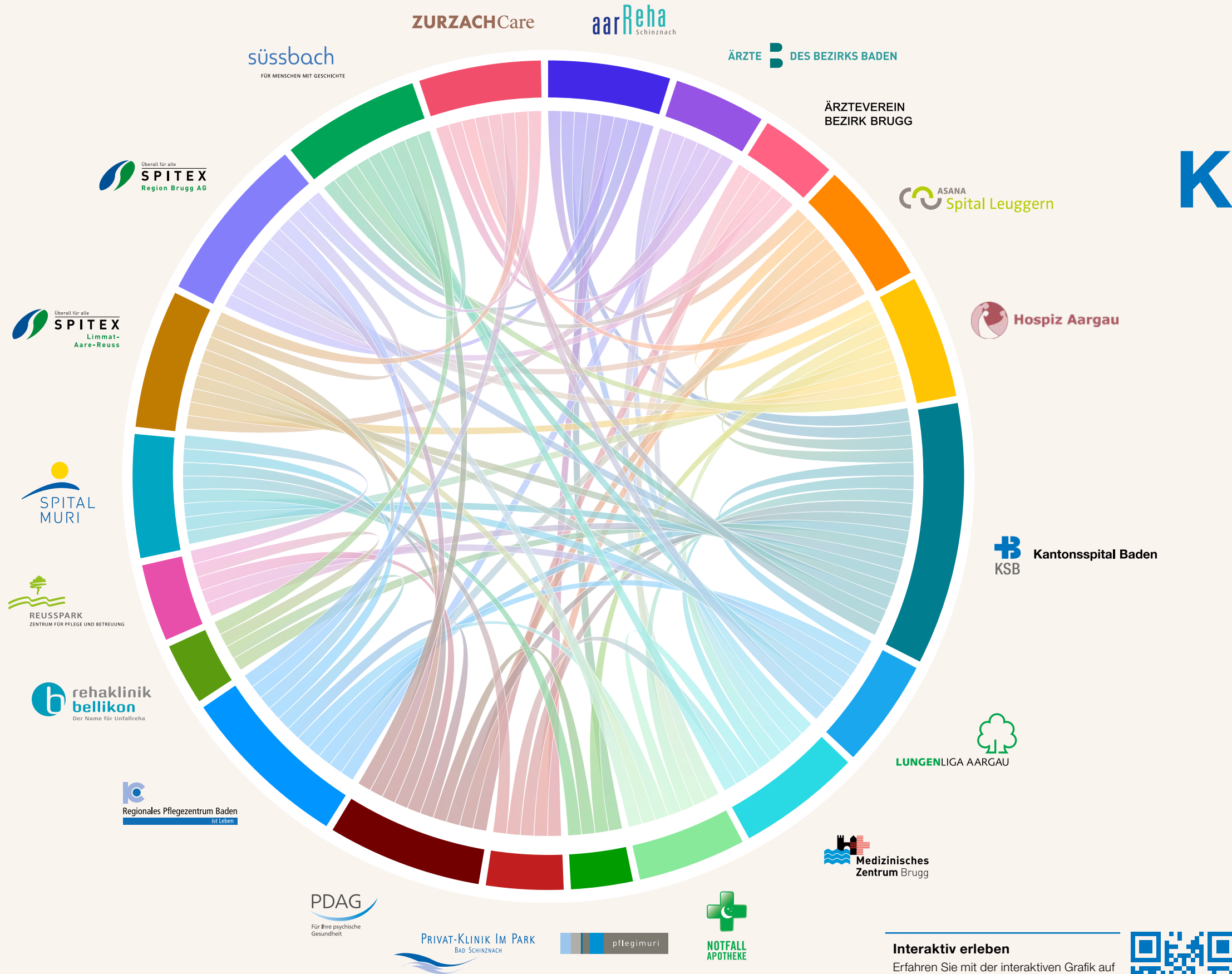
Dieser Austausch zwischen den Generationen spielt eine entscheidende Rolle, um die Qualität der Patientenversorgung zu sichern. Der Einbezug von Fachkenntnissen, Erfahrungen und unterschiedlichen Blickwinkeln verbessert die Qualität der Gesundheitsdienstleistungen und ist schliesslich auch eine wichtige Strategie, dem Fachkräftemangel zu begegnen. Dieser ist nicht nur für das Gesundheitswesen eine ernsthafte Herausforderung, und es ist darum wichtig, alle Generationen gleichermaßen zu fördern und ihre Stärken zu nutzen.

In dieser Ausgabe von «magnao» tauchen wir ein in die bunte Erfahrungswelt von Menschen unterschiedlicher Generationen: in die Begegnung zwischen dem jüngsten Lernenden und der ältesten Mitarbeiterin in der Rehaklinik, in die kreative Welt von Pflegeheim und Kindertagesstätte, oder Eltern und ihre Kinder, die im selben Spital ihre Berufung gefunden haben.

Dieser Austausch zwischen den Generationen spielt eine entscheidende Rolle, um die Qualität der Patientenversorgung zu sichern.



Gesundheits-Netz Aargau Ost



Kooperation wirkt.

Von der eingespielten Zusammenarbeit der mittlerweile 20 Partner-Institutionen des Gesundheitswesens im Gesundheitsnetz Aargau Ost (GNAO) profitiert die gesamte Bevölkerung des Ostaargaus. Das etablierte und effiziente Kooperationsnetzwerk entstand 2012 auf Initiative des Kantonsspitals Baden. In dieser Übersicht zeigen wir Ihnen die wichtigsten Kooperationsverbindungen zwischen den GNAO-Partnern.

Das Netzwerk fördert den Austausch und die Zusammenarbeit über Fachgrenzen hinweg. Das sichert die umfassende Gesundheitsversorgung, sei es eine nahtlose Verlegung in eine andere Institution, eine ambulante Betreuung nach einem stationären Aufenthalt oder eine grössere Auswahl an möglichen Behandlungen. So steigern wir die Behandlungsqualität massiv und senken die Kosten, was der gesamten Gesellschaft, insbesondere den Patientinnen und Patienten, zugutekommt.

Viele der Kooperationsprojekte verlaufen unsichtbar hinter den Kulissen – sie verbessern Abläufe, ermöglichen den Austausch von Lernenden oder halten Fachtagungen. Das Netz der GNAO-Kooperationen ist zu umfassend, um alle vorzustellen. Deswegen zeigen wir Ihnen in dieser Grafik die jeweils wichtigsten Kooperationspartner der Institutionen.

Interaktiv erleben

Erfahren Sie mit der interaktiven Grafik auf gnao.ch mehr zu den wichtigsten Kooperationen im Gesundheits-Netz Aargau Ost. www.gnao.ch/partner



Gemeinsam für die nächste Generation.

Viele Eltern kennen das Problem: Einen Kinderarzt oder eine Kinderärztin in ihrer Nähe zu finden, ist schwierig. Grund dafür ist der Rückgang der Kinderärztdichte, wie er auch im Freiamt deutlich zu spüren ist. Um die medizinische Versorgung der jüngsten Generation und ihrer Eltern sicherzustellen, hat das Spital Muri in Kooperation mit dem Kantonsspital Baden (KSB) per Februar 2024 eine neue Kinderarztpraxis in Muri eröffnet.

Ähnlich wie bei den Hausärztinnen und Hausärzten kann auch in der Pädiatrie nur mit Mühe und Not neues Fachpersonal gefunden werden. Umso erfreulicher, dass in Lilian Suter, Oberärztin Kinder- und Jugendmedizin, eine motivierte und kompetente Kinderärztin für die neue Kinderarztpraxis im Spital Muri gefunden wurde. Die frischgeborene Mutter wurde selbst im Spital Muri geboren, wuchs im Freiamt auf und findet jetzt nach ihrem Studium, ärztlichen Wanderjahren und ihrer Zeit im kinderärztlichen Team im KSB ihren Weg wieder zurück nach Muri.

Umfassendes Angebot durch gute Zusammenarbeit

Mit der neuen Kinderarztpraxis wird eine wichtige Lücke in der Gesundheitsversorgung für Kinder und Jugendliche im Freiamt geschlossen. Da die Praxis im Spital angesiedelt ist, wird eine umfangreiche Versorgung für die Kleinsten ermöglicht: Durch die unmittelbare Nähe sind bei Bedarf professionelle Bildgebungen (z. B. Röntgen, Ultraschall) sowie ein breiteres Spektrum an Laboruntersuchungen vor Ort vorhanden. Zudem wird Neugeborenen und ihren Eltern eine direkte Anschlusslösung geboten, wenn das Baby in der Geburtsabteilung des Spitals Muri zur Welt kommt.

Das Angebot für die künftigen Patientinnen und Patienten der Praxis reicht von Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen bis hin zu Behandlungen bei akuten Erkrankungen oder kleineren Unfällen. Bei spezialärztlichen Fragestellungen wird die Kinderärztin von ihren Kolleginnen und Kollegen vom KSB unter der Leitung von Chefarzt

Guido Laube unterstützt. Ermöglicht wird das alles durch die Kooperation von Spital Muri und KSB, welche bereits mit dem Brustzentrum Aargau, dem Fachbereich Onkologie/Hämatologie, der Dialysestation sowie der Spital-Apotheke erfolgreich zusammenarbeiten. Guido Laube freut dieser Schulterschluss: «Durch diese weitere Kooperation können wir noch näher zusammenarbeiten und eine noch bessere Betreuung für unsere jungen Patientinnen und Patienten sicherstellen und uns gemeinsam unterstützen.»

Von Klein bis Gross

Somit finden Patientinnen und Patienten in der Region Freiamt von ihrer Geburt bis zum 16. Lebensjahr wieder eine medizinische Grundversorgung. Die breite Altersspanne, die von Neugeborenen bis hin zu Jugendlichen reicht, erfordert eine differenzierte Herangehensweise und eine einfühlsame Betreuung. Auch deswegen schwärmt Lilian Suter für ihren Beruf: «Es ist eine Freude, Kinder in ihrer Entwicklung zu begleiten und in jedem Lebensabschnitt einen Beitrag zur Gesundheit leisten zu dürfen.»

Für die Zukunft gerüstet

Die Eröffnung der Kinderarztpraxis spiegelt die Entschlossenheit und das gemeinsame Bestreben der Kooperationspartner wider, die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen nachhaltig zu fördern. Dieses Vorhaben steht stellvertretend für eine Zukunft, in der die bestmögliche Betreuung und Unterstützung für die nächste Generation gewährleistet wird. Denn kurze Wege und gute Versorgung bedeuten mehr Lebens-

qualität für die Kinder und die Eltern. Der noch jungen Geschichte soll schon bald ein weiteres Kapitel hinzugefügt werden: Lilian Suter und das Team des KSB Baden sind auf der Suche nach weiteren Kinderärztkolleginnen und -kollegen, um die Praxis zu erweitern.

Kindernotfall: Was tun?

- 1. Ambulanznotruf 144**
in lebensbedrohlichen Situationen.
- 2. Kinder- oder Hausarzt**
bei allen anderen Notfällen.
Falls nicht erreichbar, eine der folgenden Nummern wählen:
- 3. Ärztliche Notrufnummer Aargau 0900 401 501***
oder Beratungstelefon Medgate Kids Line 0900 131 131*
*kostenpflichtig
- 4. Auch ohne Anmeldung können Sie zum Notfall Kinder und Jugendliche im KSB kommen**
Bitte mitbringen: Krankenkassenskarte, Gesundheitsheft mit Impfausweis, falls vorhanden weitere medizinische Unterlagen und verordnete Medikamente.



Mehr Informationen:
[www.kantonsspitalbaden.ch/
Fachbereiche/Notfall-fuer-Kinder-
und-Jugendliche/index.html](http://www.kantonsspitalbaden.ch/Fachbereiche/Notfall-fuer-Kinder-und-Jugendliche/index.html)

GNAO-PARTNER

Spital Muri

T 056 675 11 11
info@spital-muri.ch
www.spital-muri.ch



Kantonsspital Baden AG

T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch



Lilian Suter,
Oberärztin Kinder- und
Jugendmedizin

«Familie zu haben ist heute kein so dominanter Wunsch mehr.»



Wenn Generationen zusammenkommen, profitieren alle – so auch Maria Schmid und Linus Zendel.

Sie begegnen sich regelmässig auf den Fluren der aarReha Schinznach, zwischen ihnen liegen 57 Berufsjahre: Mitarbeiter Linus Zendel ist seit August letzten Jahres in der Lehre zum Fachmann Gesundheit. Maria Schmid begleitet seit fünfzehn Jahren als Freiwillige Patienten. Der 17-Jährige und die 74-Jährige tauschen ihre Gedanken zum Berufsleben aus.

Linus, warum wolltest du Fachmann Gesundheit werden?

Linus: Meine Mutter arbeitet im Gesundheitswesen, sie studierte Psychologie. Sie schickte mich zum Schnuppern in ein Spital und in eine Rehaklinik, und hier gefiel es mir sofort. Ich schaute mir keinen anderen Beruf an.

Maria, warum hast du dich damals für das KV entschieden?

Maria: Ich war das siebte Kind von acht. Wir wuchsen in einem Bündner Bergdorf auf, dort waren alle Bauern. Mein ältester Bruder fand, ich habe so gute Noten, ich müsse eine Lehre machen. 1966 waren Lehren bei uns

für Mädchen aber nicht vorgesehen. Mein Vater fand, eine Lehre sei für die Katz, wenn ich danach eh heirate. Ich machte sie trotzdem.

Linus, hat sich bei dir irgendwer Gedanken gemacht, ob dein Lehrberuf zu einem Jungen passt?

Linus: Einige Kollegen machten dumme Sprüche, weil sie fanden, ich würde einen Frauenberuf erlernen. Aber das war mir egal, und für meine Eltern war das überhaupt kein Thema. Mein Ziel ist es, Sanitäter zu werden. Ich möchte gern in einer Ambulanz unterwegs sein. Die Action daran reizt mich. Aber mein jetziger Beruf gefällt mir auch.

Maria: Das finde ich schön, dass du schon genau weisst, wie es weitergehen soll. Die Möglichkeiten heute sind toll. Ich blickte damals nicht so weit in die Zukunft. Es war klar: Mit 23 werde ich heiraten und eine Familie gründen. Die berufliche Karriere endete damit für die meisten Frauen, der Mann war Alleinernährer und Chef der Familie.

Linus: Das ist heute ganz anders. Man schaut, dass Frauen und Männer gleichberechtigt sind. Und das ist gut so. Ich kann mir gar nicht vorstellen, dass eine Frau heute nicht den Beruf wählen kann, den sie möchte.

Was gibt, respektive gab euch der Beruf?

Linus: Ich geniesse es, selbstständig zu sein und Verantwortung zu tragen. Wenn ich aus dem Haus gehe, schlafen alle noch. Auch finde ich es schön, mein eigenes Geld zu verdienen und für später beiseitezulegen.

Maria: Ich war immer mit voller Überzeugung dabei und machte meine

Arbeit gern. Und ich genoss den Kontakt zu den Menschen. Ich denke, der Wunsch nach Selbstverwirklichung ist in Linus' Generation aber grösser als in meiner. Zu heiraten und Kinder zu haben ist nicht mehr der einzige mögliche Weg durchs Leben.

Linus: Ich glaube auch, dass eine Familie kein so dominanter Wunsch mehr ist. Ich selbst stelle es mir schwierig vor. Schon Erstklässler sind heute frech. Darauf habe ich keine Lust.

Maria, was würdest du heute deinem 16-Jährigen selbst mit auf dem Weg geben?

Maria: Dranbleiben. Und alle interessanten Chancen packen. In der Schweiz kann man enorm viele Berufswege gehen, das ist ein Privileg! Ich freue mich, dass sich Linus schon überlegt, was ihn sonst noch interessiert. Man soll das machen, woran man Freude hat.

Linus: Herauszufinden, was man will, kann aber auch ein Problem sein, wenn

die Auswahl so gross ist. Ich bin froh, dass ich sofort wusste, was ich will.

Linus, über deine Generation wird oft gesagt, sie würde gut darauf achten, dass ihr Leben nicht nur aus Erwerbsarbeit besteht.

Linus: Ich glaube, viel arbeiten zu wollen ist immer noch für viele eine Motivation, weil sie dann mehr Geld verdienen. Aber ich finde es gut, dass es heute viele Möglichkeiten gibt, sein Leben zu gestalten.

Maria: Mein Sohn arbeitet auch zugunsten von seiner Familie Teilzeit. Das finde ich richtig, das Leben besteht nicht nur aus Arbeit. Was ich aber in deiner Generation beobachte, Linus, ist, dass ihr alles habt. Wir hatten damals kaum Geld und mussten für vieles kämpfen, das ist bei euch nicht mehr so. Viele Eltern sagen, ihre Kinder dürften den Lehrlingslohn behalten. Sie finanzieren ihre Kinder voll, damit diese sich verwirklichen können.

Linus: Also ich muss die Hälfte meines Lehrlingslohns meiner Mutter geben. Und mindestens 100 Franken lege ich auf die Seite. Auch wurde mir nicht jeder Wunsch erfüllt. Ich hatte einen Jugendlohn, mit dem ich Essen, Coiffeur und den öV zahlen musste. Für bestimmte Dinge musste ich sparen.

Maria: Das finde ich gute Grundwerte! Damit bist du gut gerüstet. Das Beste aus einer Situation machen: Ich glaube, da ticken wir genau gleich.

GNAO-PARTNER

aarReha Schinznach
T 056 463 85 11
info@aarreha.ch
www.aarreha.ch

aarReha
Schinznach



Möchtest du im Job lächeln können?

Wir haben tolle Stellen für dipl. Pflegefachleute.



Einscannen und mehr erfahren
www.spital-muri.ch/stellen





Kinderstimmen im Pflegezentrum.

Im Regionales Pflegezentrum Baden (RPB) begegnen sich die Kinder der Kinderkrippe Kolibri und die Bewohnerinnen und Bewohner fast täglich beim Malen, gegenseitigen Besuchen – und bald im Kontakt mit Tieren.

Vor einer Glastür im Haus «Palace» des RPB steht eine Bewohnerin auf ihren Rollator gestützt und blickt lächelnd durch die Scheibe in den langen Flur. Dort sitzen acht kleine Kinder auf dem Boden und singen mit drei Kleinkindbetreuerinnen ein Lied. Leise sind die hellen Stimmen und das Händeklatschen durch die Türe zu hören.

Seit die Kinderkrippe Kolibri im August 2023 ins «Palace» gezogen ist, finden die Begegnungen zwischen der jüngsten und der ältesten Generation intensiver statt. Nicht nur, weil die Räumlichkeiten für die Bewohnenden und für die Kinder näher beieinanderliegen, sie unternehmen nun auch immer mehr zusammen. So besuchen

die Kinder einmal pro Woche die Abteilungen, singen in den Begegnungsräumen, begrüßen alle und wagen ab und an ein Schwätzchen. Während die Bewohnenden grosse Freude zeigen und die Kinder kaum wieder gehen lassen wollen, sind Letztere noch etwas schüchtern. Jedoch: «Sie werden immer mutiger», sagt die stellver-

tretende Krippenleiterin Bettina Siegfried. «Durch die Besuche kennen sie langsam die Gesichter und trauen sich mehr, ein paar Worte mit den Bewohnenden zu wechseln.»

Verschiedene Generationen

In der Langzeitpflege ist die ganze Bandbreite an Generationen vertreten: von den ältesten, zum Teil über 100 Jahre alten Bewohnenden bis zu den jüngsten 15-jährigen Auszubildenden. Damit sich dabei alle besser verstehen, bietet das RPB seit zwei Jahren interaktive Workshops zum Thema «Generationen» an. Die Workshops sollen für Unterschiede und Strategien im Umgang miteinander sensibilisieren. Zielpublikum im RPB sind vorerst die Kadermitarbeitenden und die Berufsverantwortlichen mit ihren Stellvertretungen. Künftig werden alle Mitarbeitenden teilnehmen können.

Wertvolle Begegnungen

Seit Oktober sind Alt und Jung zudem ein Mal pro Monat zusammen kreativ. Die gesamte Maltherapiegruppe trifft sich jeweils einen Morgen lang mit den Kindern. Gemeinsam arbeiten sie an Bildern, die thematisch zur Saison passen, etwa «Ostern» oder «Sommer». Zehn bis zwölf Bewohnerinnen und Bewohner sitzen an Tischen den Kindern gegenüber und malen. «Die Kinder bleiben sitzen, so lange wie sie Lust haben», erzählt die Maltherapeutin Erika Ott. «Das ist manchmal nicht sehr lang, sie sind ja noch klein. Aber die kurzen Begegnungen sind sehr wertvoll für beide Seiten.»

Ott und das Team Aktivierung haben noch weitere Ideen für Projekte, in denen Kinder und Bewohnende zusammenkommen: zum Beispiel eine Musik- oder Rhythmusgruppe oder auch eine

gemeinsame Bewegungsstunde. Erika Ott: «Wir werden das eine oder andere ausprobieren und schauen, wie es ankommt.» Regelmässig kommen auch Therapietiere zu Besuch. Künftig sollen auch die Kinder dabei sein. «Tiere sind für alle Generationen faszinierend und ein guter Anknüpfungspunkt, um miteinander in Kontakt zu sein», sagt Bettina Siegfried. Der Erfolg dürfte garantiert sein.

GNAO-PARTNER

Regionales Pflegezentrum Baden AG
T 056 203 81 11
info@rpb.ch
www.rpb.ch

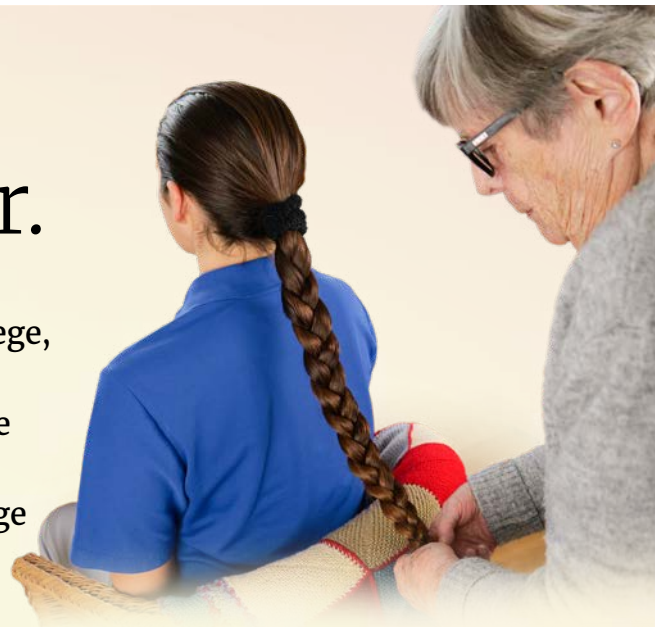


Nicht daheim
und doch
zu Hause

pfl egimuri
achtsam.anders.

Im Dutzend billiger.

«Biografiekenntnis ist zentral in der Langzeitpflege, denn sie hilft, einen Menschen ganzheitlich zu betreuen.» Das sagt Raphael Stolz. Der 29-jährige Fachmann Gesundheit arbeitet im Pflegezentrum Süssbach auf jener Pflegestation, wo die 96-jährige Erika Häring daheim ist.



«Wissen Sie, mit welchem Staat wir früher die Vaterlandsmelodie teilten?», fragt Erika Häring unverhofft, nachdem sie Raphael Stolz schon so einiges aus ihrem Leben erzählt hat: Etwa vom Wäschewaschen der 15-köpfigen Familie im Zuber über dem Feuer; von der Arbeit als Magd beim Grossbauer statt der nicht finanzierbaren Lehre als Coiffeuse; vom neuartigen, strengen Rapsanbau. «Genau, Grossbritannien. Ich war richtig hässig, als wir zur heutigen Landeshymne wechseln mussten», erklärt die stets direkte Seniorin und vollzieht erneut einen Gedankensprung. «Ja, der Willi», erinnert sie sich. «Jeden Abend sass er zusammen mit einem meiner Brüder vor unserem Haus auf dem Mistmäuerchen. Auch als eine Staffel der Royal Air Force über Niederlenz flog und es Fliegeralarm gab», so die Viertjüngste von dreizehn Geschwistern. «Erst als mein Bruder mich fragte «Was glaubst du, warum der Willi dauernd hier sitzt?», fiel bei mir der Groschen.» Am 26. März 1949 heirateten sie und wurden bald zu dreifachen Eltern. Erika Häring widmete sich mit Leib und

Seele ihrer Mutterrolle. Ausgleich fand sie beim Stricken und Radiohören. «Und beim Kochen: Schweinsbraten, Kartoffelstock und eine Badewanne voll Salat, zum Dessert Apfelschnitze», verrät sie ihr Lieblingsmenü.

Sich dem Gewordensein zuwenden

Vieles vom Gehörten klingt für Raphael Stolz nach Museum. Nun finden die beiden beim Kochen einen Anknüpfungspunkt. «Was kochen Sie denn gerne?», will sie von ihm wissen. «Rösti.» Erika Häring hakt nach: «Kehren Sie sie einmal?», «Nein mehrmals.», «Sehr gut und verwenden Sie Anke?» Auch diese Frage beantwortet der Fachmann Gesundheit zur Freude der Süssbach-Bewohnerin kopfnickend.

Als es bei Raphael Stolz um die Berufswahl ging, lebte seine Grossmutter im Pflegeheim. Er besuchte sie oft und fand Gefallen an diesem Umfeld. Dem Familienvater kommt im Beruf seine Ausgeglichenheit zugute, zudem schätzt er den generationenübergreifenden Alltag. Und er ist ein geduldiger Zuhörer.

«Nein», ist dennoch seine ehrliche Antwort auf die Frage, ob er immer nachvollziehen könne, von was ihm die um Jahrzehnte älteren Menschen berichten. «Ich bin zwar interessiert an Geschichte. Aber vieles ist zu weit weg von meiner Realität.» Foodwaste sei beispielsweise so ein Thema. «Für die Kriegsgeneration unvorstellbar.» Und wie sieht es umgekehrt aus? Erika Häring: «Wir verwendeten in der Schule noch Tafel und Kreide. Jetzt gibt es nur noch diese Tablets. Das ist mir total fremd. Den Compi brauche ich lediglich zum Jassen.»

Biografiearbeit

Die biografiesensible Begleitung ermöglicht biografische Arbeit situativ im Alltag. Die Biografiearbeit ist eine angeleitete und strukturierte Auseinandersetzung mit der Lebensgeschichte eines Menschen. Beides unterstützt, den roten Faden im Leben zu erkennen und weiterzuspinnen. Den begleitenden Personen helfen diese Methoden, um mit mehr Verständnis und Interesse auf die Bedürfnisse der Betreuten einzugehen.

GNAO-PARTNER

Pflegezentrum Süssbach AG
T 056 462 61 11
info@suessbach.ch
www.suessbach.ch

süssbach
FÜR MENSCHEN MIT GESCHICHTE



Raphael Stolz und die 1928 geborene Erika Häring. Sie begann vor Jahren, ihr Leben schriftlich festzuhalten. Der Titel des anvisierten Buches, «Im Dutzend billiger», der an ihre grosse Geschwisterschar erinnert, durfte für diesen Artikel ausgeliehen werden.



Samuel schätzt die Gelassenheit seines Ausbilders: «Christoph ist innerlich jung geblieben. Das liegt sicher daran, dass er schon viel gesehen und erlebt hat.»



Devin stört der Generationenunterschied nicht: «Sie erklärt mir immer alles tiptopp.» Handumkehrt hilft er gerne mal bei einem Computer-Problem.

Stets offen für Neues.

Es ist Jahrzehnte her, seit Nadia Russo und Christoph Banz in die Lehre gingen. Gleichwohl hielten sie Schritt mit den Entwicklungen in ihren Berufen. Dazu trug auch die Zusammenarbeit mit den Lernenden der pfligmuri wie Devin Weibel und Samuel Frey bei.

Der von ihm aus Jux geworfene Sellerie fliegt quer durch die Küche. Prallt bei der Landung auf ein Reinigungsmittel, das über dem Spülbecken steht. Die offene Flasche kippt um und deren Inhalt leert sich prompt über einen Topf mit Spargeln, die kurz davor fein säuberlich geschält wurden. Christoph Banz weiss sofort: «Jetzt bin ich dran.»

Über vierzig Jahre ist dieses Malheur her. Christoph Banz war damals in der Kochlehre im «Waldheim» in Hermetschwil-Staffeln. Auf die Ausbildung folgten die weltweiten Wanderjahre. Seit Frühling 2022 leitet er das Küchenteam der pfligmuri. «Ich hatte strenge, aber gute Vorbilder; kochte immer mit Herzblut; vermochte Schlechtes auszublenzen und den Blick aufs Gute, auf den Spass zu richten.» Und ganz wichtig: «Ich war stets offen für Neues», so der heute 60-Jährige. Duldete früher ein Küchenchef keine Widerrede, fährt Christoph Banz eine gemässigte Linie. Vis-à-vis von Christoph Banz sitzt Samuel Frey, 18 Jahre jung und im ers-

ten Lehrjahr als Koch in der pfligmuri. Er hört den «Räbergeschichten» seines Ausbilders zu und findet: «Christoph ist innerlich jung geblieben. Das liegt sicher daran, dass er schon viel gesehen und erlebt hat.» Samuel, der sich in seiner Freizeit als Jungwacht-Leiter engagiert, kann nach wenigen Monaten Lehre noch nicht sagen, wohin des Weges es beruflich einmal gehen soll. «Ich bin ein spontaner Mensch und lasse es auf mich zukommen.» Dass in der pfligmuri eine Bandbreite von Generationen unter einem Dach lebt und arbeitet, ordnet er so ein: «Auch ich werde älter und sehe das, was früher war, laufend anders. Es braucht Verständnis und Respekt von allen.»

Sich den Veränderungen stellen

Ebenfalls in der Pfligküche fusst die langjährige Verbundenheit von Nadia Russo mit der pfligmuri. «Meine Mutter arbeitete 25 Jahre lang im hiesigen Reinigungsteam und verschaffte mir einen Sackgeld-Job in der Abwaschküche.» Ausbilden liess sie sich zur Kosme-

tikerin, arbeitete jedoch nicht lange im Beruf, sondern sattelte in den Zahlungsverkehr einer Bank um. Seit Mai 2001 gehört die heute 55-Jährige zum Team der Bewohneradministration. «Veränderungen belasten mich nicht und bei Unklarheiten bin ich mir nie zu schade, nachzufragen» – auch nicht, bei einem Compi-Problem den Lernenden um Rat zu bitten. Devin Weibel ist im zweiten Lehrjahr seiner kaufmännischen Ausbildung. Dass er im Team von Kolleginnen wie Nadia Russo umgeben ist, die seine Mutter sein könnte, stört ihn gar nicht. «Sie erklärt mir immer alles tiptopp.»

Auf die Frage, wo sich am ehesten der Altersunterschied zeigt, sind sich Nadia Russo und Devin Weibel rasch einig: So nimmt der Auszubildende zwar gerne Telefonanrufe entgegen, muss sich jedoch stets überwinden, jemanden anzurufen. Wohingegen die Routiniere das Telefonieren zu ihren Lieblingsaufgaben zählt.

GNAO-PARTNER

pfligmuri
T 056 675 92 00
info@pfligmuri.ch
www.pfligmuri.ch

pfligmuri



Über den Tresen hinaus: ein Beruf mit Perspektive.

Die Vindonissa Rotpunkt Apotheke in Windisch engagiert sich für die Ausbildung von Lernenden. Fast 20 Prozent der Belegschaft sind in Ausbildung. Die Lernende Lena Lüthy ist überzeugt, dass Fachfrau Apotheke genau der richtige Beruf für sie ist. Apothekerin und Geschäftsführerin Sarah Ali erläutert, warum die Ausbildung von jungen Erwachsenen eine Herzensangelegenheit ist.

Warum haben Sie sich für die Ausbildung zur Fachfrau Apotheke entschieden?

Lena Lüthy: Es ist für mich die perfekte Mischung aus Menschen helfen, Abwechslung und frühem Berufseinstieg. Ich lerne täglich etwas Neues über Symptome, Krankheitsbilder und Medikamente. Privat kann ich dieses Wissen nutzen und meine Familie und Freunde beraten. Dank dem modularen Ausbildungssystem stehen mir danach alle Wege offen. Im Vergleich zu meinen Kolleginnen und Kollegen, die die Matur absolvieren, verdiene ich bereits mein eigenes Geld und bin dadurch früher unabhängig.

Welche Eigenschaften sind für diesen Beruf essenziell?

Sarah Ali: Neben einem grossen Interesse an Naturwissenschaften, Gesundheit und Medizin sind soziale Fähigkeiten entscheidend. Gutes Zuhören, Empathie und Kontaktfreudigkeit sind Schlüsselkompetenzen.

Nicht alle Apotheken bilden Lernende aus. Ihre Apotheke zeichnet sich durch eine hohe Quote an Lernenden aus. Warum?

Sarah Ali: Seit fünfzehn Jahren bilde ich Lernende aus. Es macht mir Freude, ihre Entwicklung zu begleiten, ihnen ein attraktives Lernumfeld zu bieten und sie zu fordern und zu fördern. Die Begleitung ist so individuell wie die Persönlichkeit der Lernenden selbst. Gefragt sind unterschiedliche Lehr- und Lernmethoden, ein Verständnis für die unterschiedlichen Bedürfnisse jedes Einzelnen, gute kommunikative Fähigkeiten, Geduld und Empathie.

Mir ist es ein grosses Anliegen, dass junge Erwachsene diesen tollen Beruf

wählen, der vom Fachkräftemangel betroffen ist. Denn die Apothekerberufe sind eine wichtige Stütze im Gesundheitswesen, und das macht diesen Beruf so sinnstiftend.

Was macht die Ausbildung zur Fachfrau Apotheke für Sie besonders attraktiv?

Lena Lüthy: Ich konnte mich nach kurzer Zeit einbringen und verantwortungsvolle Aufgaben übernehmen. Bereits nach sechs Monaten bediene ich die telefonischen Anfragen. Meine Lehrmeisterin begleitet mich sehr gut und schenkt mir



Geschäftsführerin Sarah Ali und die Lernende Lena Lüthy haben in der Apotheke ihre Berufung gefunden

Choose your Impact

Das Gesundheitssystem braucht die Apotheken und das Fachwissen sowie die Dienstleistungen der Apothekenteams mehr denn je. Der Schweizerische Apothekenverband hat eine Informationskampagne rund um die Apothekenberufe lanciert. Die Website «Choose your Impact» bietet Informationen über die vielseitigen und sinnstiftenden Berufsmöglichkeiten in der Apotheke.

choose-your-impact.ch



Vertrauen. Sie gibt mir viele abwechslungsreiche Aufgaben und sorgt für ein gutes Mass an Herausforderung.

Welche Benefits bietet dieser Beruf?

Sarah Ali: Die jüngere Generation legt hohen Wert auf eine gesunde Work-Life-Balance. In diesem Beruf ist Teil-

zeitarbeit sehr gut möglich. Als offener und flexibler Betrieb bieten wir Homeoffice-Möglichkeiten an und fördern individuelle Weiterbildungen.

Welche Entwicklungsmöglichkeiten bietet der Beruf Fachfrau Apotheke?

Sarah Ali: Dieser Beruf hat grosses Entwicklungspotenzial. Möchte man die Apothekerin respektive den Apotheker in betriebswirtschaftlichen Aufgaben unterstützen und Führungsaufgaben übernehmen, bietet der Beruf der Pharma-Betriebsassistentin eine attraktive Möglichkeit. Holt man die Berufsmatur nach, kann man Pharmazie studieren und Apothekerin oder Apotheker werden. Zudem gibt es eine breite Palette an fachlichen Spezialisierungen: vertiefungen in Naturheilkunde, Spagyrik, Ernährung, Homöopathie, anthroposo-

phischer Medizin, Alternativmedizin, Serviceleistungen wie Impfen oder eine Ausbildung in Qualitätsmanagement. Der Beruf Fachfrau oder Fachmann Apotheke ist sehr lebendig und vielfältig, da die Gesundheitsbranche dynamisch ist und sich das medizinische Know-how stetig verändert. Er bietet so viele Karrieremöglichkeiten, dass es einem bestimmt nicht langweilig wird.

GNAO-PARTNER



Notfallapotheke

T 0800 300 001
www.notfallapotheken.ch



Wir suchen Dich!

Start nach Vereinbarung

INITIATIVBEWERBUNG JE NACH BEDARF 40-100%

Wir freuen uns auf Bewerbungen aus den Bereichen Somatik, Pflege, Psychiatrie, Spezialisten aus verschiedensten Bereichen und Back-Office. Wiedereinstieg ist möglich. Wir bieten attraktive Anstellungsbedingungen und ein modernes Team genauso wie Arbeitsumfeld.

Detaillierte Infos zum Betrieb findest du unter www.spitex-lar.ch.

Andrea Fanaj, HR Leiterin, freut sich auf deine Bewerbung unter bewerbungen@spitex-lar.ch oder deinen Anruf.

Spitex Limmat Aare Reuss AG

Steigstrasse 20 | 5300 Turgi | Tel.: 056 203 56 00 | www.spitex-lar.ch



ZURZACHCare

Akutnahe Rehabilitation

Stroke Unit

Hand in Hand für eine schnelle Genesung.

Mit der Rehabilitation nach einem Schlaganfall kann schon begonnen werden, wenn der Patient oder die Patientin noch im Spital ist. So lässt sich die Lebensqualität raschestmöglich verbessern und die Selbstständigkeit fördern. Das Kantonsspital Baden und ZURZACH Care führen mit der Akutnahen Rehabilitation ein hochgradig integriertes Angebot für schwer oder schwerst Betroffene.

Inge Z. war kurz vor der Pensionierung, als eines Morgens ihre Welt von einem Moment auf den anderen kopfstand. Beim Gang zu den Nasszellen auf ihrem geliebten Campingplatz in den Walliser Bergen sah sie plötzlich alles verschwommen. Sie bekam hämmernde Kopfschmerzen, alles drehte sich, und sie konnte nicht mehr sprechen. Freun-

de erkannten, dass ein Notfall vorlag, und riefen sofort die Ambulanz. So retteten sie Inge Z. vermutlich das Leben.

Alle 30 Minuten erleidet in der Schweiz ein Mensch einen Schlaganfall, er ist die dritthäufigste Todesursache. Überlebende müssen mitunter mit schweren Beeinträchtigungen zurechtkom-

men. Das Beispiel von Inge Z. zeigt: Je früher ein Schlaganfallpatient behandelt werden kann, desto besser sind die Gesundungschancen. Das gilt nicht nur für die Phase der Versorgung durch die Ambulanz und im Akutspital, sondern auch für den Rehabilitationsprozess. Das Kantonsspital Baden (KSB) und ZURZACH Care, eine Unternehmens-

gruppe für medizinische Rehabilitation sowie soziale und berufliche Reintegration, spannen deshalb eng zusammen. Ein gemeinsames Behandlungskonzept deckt den ganzen Patientenpfad ab: vom Notfallzentrum über Neuroradiologie, Intensivstation und Stroke Unit (eine spezielle Abteilung zur Erstbehandlung von Schlaganfällen) bis hin zur Akutnahen Neurorehabilitation und der weiterführenden stationären Rehabilitation. Und das alles vor Ort im Spital.

Rund um die Uhr betreut

Die Akutnahe Rehabilitation ist eine multidisziplinäre Herangehensweise von Fachleuten. Nebst spezialisiertem medizinischem Personal sind das Physio-, Ergo- und Sprachtherapeutinnen und -therapeuten. «Durch die Nähe zur Akutstation können wir einen fließenden Übergang zwischen den notwendigen Behandlungen schaffen, wodurch Betroffene ihre motorischen, sprachlichen und geistigen Fähigkeiten schnellstmöglich wiedererlangen können», sagt Peter Sandor, Chefarzt Neurologie und Ärztlicher Direktor von ZURZACH Care sowie Titularprofessor an der Uni Zürich. Er betreut die Mehrheit seiner Patientinnen und Patienten direkt im KSB. Es sei erwiesen, dass eine neurorehabilitative Therapie umso erfolgreicher sei, je früher sie in Angriff genommen werde.

«Die enge Zusammenarbeit der Fachpersonen des Akutspitals und der Rehabilitation ist elementar», sagt Alexander Tarnutzer, Leitender Arzt Neurologie und Ärztlicher Leiter Stroke Unit. «Die räumliche Nähe ermöglicht, dass Akut- sowie Rehabilitationsneurologinnen und -neurologen die Rehabilitationsbedürftigkeit am Patientenbett gemeinsam einschätzen können.» Ebenso würden im Rahmen der kombinierten wöchentlichen Visite Akutneurologie und Neurorehabilitation auf der Stroke Unit wichtige Weichen gestellt und Therapieziele definiert. Die ambulante Nachsorge findet schliesslich im ambulanten Kompetenzzentrum Neurologie, einem Kooperationsprojekt von KSB und ZURZACH Care, statt.

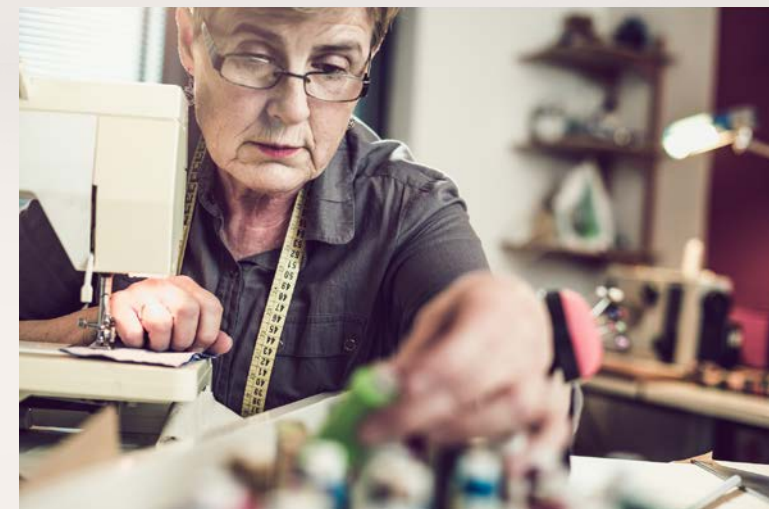
Gemeinsam in der Forschung

Die beiden Institutionen spannen auch in der Forschung zusammen. Im November 2023 starteten sie gemeinsam mit der ETH Zürich ein weiteres Projekt. Mit einer App sollen Patientinnen und Patienten mit leichten traumatischen Hirnverletzungen Schlafprobleme und Stress reduzieren können, was verhindern könnte, dass die Beschwerden chronisch werden. Die Tele-Rehabilitation bietet wissenschaftlich basierte therapeutische und hypnotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten. Die App soll 2026 bereitstehen.

Delir-Risiko in der Rehabilitation erkennen

Ein Delir ist ein Zustand akuter Verwirrtheit, der die Sterblichkeit erhöht. Das Bewusstsein, die Aufmerksamkeit, Wahrnehmung und Orientierung sind beeinträchtigt. Manche Betroffene zeigen auch körperliche Symptome wie Unruhe, Zittern und Herzrasen. Die Ursachen sind vielfältig und reichen von Infektionen, Unfällen, Operationen über Störungen des Stoffwechsels bis hin zum Substanzentzug. Häufig entwickeln sich Delirien im Spital oder in der Rehabilitation. Es ist wichtig, sie rasch zu erkennen und die Ursache zu behandeln.

Eine Doktorarbeit unter der Begleitung von ZURZACH Care hat Risikofaktoren identifiziert und ein klinisches Prognosemodell zur Abschätzung eines Delir-Risikos entwickelt. Der Spitalpharmazeut Marco Ceppi wurde während des Pharmazie-Studiums auf die erheblichen Auswirkungen von Delir aufmerksam und widmete seine Dissertation diesem Thema. Dank dieser konnten neue rehaspezifische Delirrichtlinien entwickelt und bei ZURZACH Care implementiert werden, mit dem Potenzial, Delir zu verhindern und Reha-Resultate erheblich zu verbessern.



Handwerkliche Tätigkeiten wie Nähen können dabei helfen, motorische Fähigkeiten wiederzuerlangen.

GNAO-PARTNER

ZURZACH Care AG
T 056 269 51 51
info@zurzachcare.ch
www.zurzachcare.ch

ZURZACHCare

Kantonsspital Baden AG

T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch

Kantonsspital Baden
KSB





Spielplätze verbinden die Generationen.

Spielplätze sind Oasen der Begegnung, in der unterschiedlichste Generationen zusammenkommen: Kinder, Jugendliche, Eltern und Grosseltern profitieren gleichsam vom vielseitigen Angebot. Der Spielspass prägt nicht nur wertvolle gemeinsame Momente, sondern hilft gerade auch älteren Menschen, ihre Fitness zu trainieren oder sich im Gleichgewicht zu üben. Hier zeigen wir Ihnen einige der tollsten Spielplätze im Ostaargau.

Leuggern
Spielplatz Sportcenter
Spiellandschaft für Kleinstkinder

Nussbaumen
Rumpelpflotsch
Wasserspiele

Vogelsang
Spielplatz beim Schulhaus
Tschutti- und Beachvolleyplatz inklusive

Ehrendingen
Spielplatz Weiher
Schöne Natur mit Weiher

Brugg
Spielplatz Brugg Aare
Spielplatz am Fluss in Sanddüne

Baden
Spielplatz im Graben
Kugelbahn

Lupfig
Spielplatz Birrfeld
direkt beim Flugplatz Birrfeld

Fislisbach
Spielplatz Tannenburg
Hexenhaus

Niederrohrdorf
Baumhaus, Seilbahn, direkt beim Pumptrack

Niederwil
Spielplatz beim Reusspark
Kleintierzoo angrenzend, sehr lange Röhrenrutsche

Villmergen
Obere Mühle
Abenteuerspielplatz mit Tieren und Natur

Muri
Murimoos
Tolle Baumhäuser, Bächli

Muri
Spital Muri
Wunderschöne Aussicht

Generationenpark Obere Mühle, Villmergen
Generationenspielplätze dienen als Brücke zwischen den Altersgruppen und sind spezifisch dafür ausgelegt, dass nicht nur Kinder, sondern auch Erwachsene und Seniorinnen und Senioren spielend und an der frischen Luft gefordert und gefördert werden. Im «Sinnespark» laden beispielsweise verschiedene Geräte zu Geschicklichkeitsübungen ein. Auch Schaukeln, Kleintierpark und Natur-Parcours begeistern alle Generationen.

«Hier weiss ich, wie der Karren läuft.»

Heinrich Haus erblickte im Spital Leuggern das Licht der Welt, wie auch zwei seiner Kinder. Heute lebt er wenige Meter von seinem Geburtsort im Pflegeheim. Mit der Umgebung vertraut zu sein, half ihm beim Umzug vom geliebten Zuhause ins Heim.

«Vor 85 Jahren bin ich wenige Meter von hier geboren, drüben im Spital. Jetzt verbringe ich auf dem gleichen Flecken Erde meinen Lebensabend im Pflegeheim Zum Johanniter, aus dem Fenster meines Zimmers sehe ich das

Spital. Dass ich im Spital zur Welt kam, war damals nicht selbstverständlich. Die meisten Frauen gebären ihre Kinder zu Hause, ich war der Erstgeborene, es zeichnete sich eine schwierige Geburt ab. Nach meiner Geburt am

1. April 1939 stellten die Ingenbohrer Schwestern, die damals das Spital betrieben, fest, dass meine Lungen nicht in Ordnung sind. Niemand glaubte, dass ich die erste Nacht überlebte, es fand eine Nottaufe statt. Doch ich überlebte, wie man sieht. Das war sozusagen mein erster Aprilscherz im Leben. Die schwachen Lungen blieben aber ein Thema, ich verbrachte als kleines Kind deswegen sechs Monate in Siat im Kanton Graubünden.

Mit dem Spital hatte ich in meiner Kindheit und Jugend trotz allem zum Glück wenig zu tun. Den zweiten und dritten existenziellen Moment im Spital Leuggern erlebte ich erst, als meine Tochter und mein Sohn hier zur Welt kamen. Auch dieser atmete nicht sofort. Die Hebamme hielt ihn an den Füssen hoch und tätschte dem blau angelauenen Buben auf den Po. Ein Arzt oder eine Ärztin waren auch damals, in den Sechzigerjahren, nicht dabei.

Durch die Erfahrung ausgebildet

Nach der Geburt der ersten zwei Kinder verliessen wir für 33 Jahre die Region und liessen uns in Fislisbach nieder. Ich arbeitete unter anderem in einem Eisenwarengeschäft, im Holzhandel und im Büro. Auch war ich eine Zeit lang Lastwagenfahrer. Leider konnte ich keine Ausbildung machen, nach der Schule musste ich sofort Geld verdienen. Durch die vielen Erfahrungen in unterschiedlichen Betrieben habe ich dennoch viel gelernt.

Im Männerchor Fislisbach lebte ich zudem eine grosse Leidenschaft, das Singen im Chor. Leider machten irgend-

Die Entscheidung fürs Pflegeheim fiel Heinrich Haus leicht: Schliesslich kannte er dort schon Team und Bewohnende.

wann die Stimmbänder nicht mehr mit. Zum Glück konnte ich meinen beiden anderen Passionen weiterhin nachgehen: Ich sammelte Briefmarken und verbrachte im Winter gerne Zeit im Keller mit einer grossen Märklin-H0-Modelleisenbahn, die ich eigenhändig und mit viel Liebe zum Detail aufgebaut hatte.

Beide die gleiche Diagnose

Nach der Pensionierung zogen wir zurück hierher, respektive nach Kleindöttingen. Dort verbrachten wir schöne Jahre, wurden Grosseletern. Leider erlitt uns vor einigen Jahren beide die gleiche Krankheit, etwas zeitverschoben. Sie zeigte sich bei meiner Frau anders als bei mir. Sie merkte vor fünf Jahren, dass ihre Beine auffallend schwächer wurden. Die Diagnose ergab Parkinson. 2019 musste sie ins Pflegeheim ziehen, hierher, wo ich nun wohne. In dieser Zeit liess ich mich

wegen meinen zitternden Händen untersuchen, und ich bekam die gleiche Diagnose. Solange ich alles alleine machen konnte, blieb ich daheim wohnen, besuchte aber meine Frau jeden Nachmittag hier im Pflegeheim. Sie starb 2021, nach dem Mittagessen schlief sie ruhig ein.

Am 7. August 2021 zog schliesslich auch ich ins Pflegeheim um. Das war in Ordnung für mich. Ich mochte nicht mehr alles allein machen und alleine sein. Dass ich das Heim und Leute aus dem Pflgeteam schon kannte, machte den Schritt leichter. Hier im Johanniter weiss ich, wie der Karren läuft. Ich nehme an vielen Aktivitäten teil: Turnen, Spiele, Hirntraining, Ausflüge. Letztens gewannen ein Mitbewohner, den ich von früher kenne, und ich den Pokal beim Kegeltturnier. Wir kegeln hier etwas anders, auf einer Playstation. Den Pokal könnte man dem Pfar-

rer geben, er sieht aus wie die Kelche, aus denen der Wein getrunken wird. Durch die vielen Aktivitäten ziehen die Tage schnell vorüber.

Viel Widerstandskraft

Im 2024 geben meine Tochter und ich wahrscheinlich ein grosses Fest. Sie wird 60, ich 85. Sie hatte mal als kleines Mädchen so hohes Fieber, dass der Arzt sagte, man könne nur noch beten. Das hiess es bei meiner Geburt ja auch. Dafür haben wir es ganz schön weit gebracht!»

GNAO-PARTNER

Asana Spital Leuggern AG
T 056 269 40 00
info@spitalleuggern.ch
www.spitalleuggern.ch

ASANA Spital Leuggern



Wir begleiten Sie zurück in den Alltag.

Ob nach einem Unfall, einer Operation oder einer schweren Krankheit: In unseren Rehakliniken begleiten wir Sie kompetent auf Ihrem Weg zurück in Ihre Selbständigkeit und in ein gesundes Leben.

zurzachcare.ch

ZURZACHCare

Im Westen gibt's Neues.

Ende Januar ging die 65-jährige Evi Waser in Pension und die 27-jährige Loredana Vecchio übernahm von ihr die Teamleitung des Aussenstandorts West der Spitex Region Brugg AG. In Bezug auf die generationenübergreifende Zusammenarbeit sind sie sich einig: «Jede im Team kann etwas dazu beitragen, damit wir für die Klientin oder den Klienten das Optimum herausholen können.»

«Hauptsächlich Belletristik. Am liebsten die ganz dicken Schunken», verrät Evi Waser lachend. «Ich mag alles, querbeet», sagt Loredana Vecchio, als sie auf ein gemeinsames Hobby, das Lesen, zu sprechen kommen. Auch verbindet die beiden Pflegefachfrauen HF die Fähigkeit, einerseits engagiert im Berufsalltag zu stehen, sich andererseits gut abgrenzen zu können. «Ich versuche, in der Freizeit nicht zu viele Verpflichtungen einzugehen, um jeweils schauen zu können, was es im Moment grad braucht zur Selbstsorge», so Loredana Vecchio. Für Evi Waser bedeutet Erholung: «Freundschaften pflegen, Wandern und ein aktives Grosi sein.»

Stets mit Herzblut dabei

Evi Waser stand die letzten vierzehn Jahre mit Leib und Seele für die Spitex, ihre Klientinnen und Klienten

im Einsatz. Am Anfang für die Spitex Schenkenbergtal, bis diese 2015 in die Spitex Region Brugg AG überführt wurde. Heute ist deren Aussenstandort in Schinznach. «Pflegefachfrau war der ideale Beruf für mich», bilanziert sie. «Die Spitex ist ein Setting, wo ich mich einbringen konnte mit meinem breiten Wissen und meinen Führungsqualitäten. Ich durfte Verantwortung übernehmen und entscheiden.» Ab 2021 war Evi Waser Teamleiterin West. «Der Altersmix im 20-köpfigen Team von der 17- bis 67-Jährigen gefiel mir besonders. Die unterschiedlichen Fähigkeiten und Erfahrungen machten es möglich, dass wir uns sowohl auf der persönlichen Ebene sehr schätzten als auch unsere Talente im Fachlichen gezielt einsetzen konnten. Das trug zum stets hohen Level unserer Bezugspersonenpflege bei.» Zu wissen, dass das Berufs-

leben bald ausklingen wird, machte der Engagierten durchaus zu schaffen. «Die Abschiedsphase war anfänglich gar nicht so einfach. Nun aber habe ich gut abgeschlossen und bin parat für den neuen Lebensabschnitt.»

Umsichtige Nachfolge

Loredana Vecchio stiess Anfang 2022 zur Spitex Region Brugg AG und hatte ab November 2022 die stellvertretende Teamleitung im Zentrum inne. «Als Teamleiterin ist es mein Ziel, mich für unsere Spitex einzusetzen und die Fachkräfte im Job zu behalten», benennt sie einen Motivationsgrund. Dass auf Urgestein Evi Waser eine um Jahrzehnte Jüngere folgte, löste im Team natürlich Unsicherheit aus: Wie ist sie? Wie sehen wohl ihre Dienstpläne aus? Tickt sie, was Arbeitsmoral und ethische Vorstellungen betrifft, gleich wie wir? Loredana Vecchio relativiert: «Auch ich spürte eine gewisse Anspannung, was mich erwartete.»

Die Arbeit in altersdurchmischten Teams sind beide gewohnt und sehen sie als grosses Plus. Evi Waser: «Aus Sicht vieler Klientinnen und Klienten wird ein gewisses Alter der Pflegefachperson geschätzt.» Loredana Vecchio: «Als junger Mensch in diesem Beruf ist es eine Chance, von der Erfahrung der Älteren zu lernen. Doch ist das Hinterfragen der Routine durch die jüngere Generation ebenso wichtig, damit sich eine Organisation weiterentwickeln kann.»

GNAO-PARTNER

Spitex Region Brugg AG
T 056 556 00 00
info@spitex-region-brugg.ch
www.spitex-region-brugg.ch

Überall für alle
SPITEX
Region Brugg AG



Sind sich einig: die neue Teamleiterin Loredana Vecchio und Vorgängerin Evi Waser.

Von der Apparateschwester zur Beraterin für respiratorische Erkrankungen.

Zwischen Monika Rösli (links) und Karunja Anantharajah liegen 31 Berufsjahre und viele Veränderungen in der täglichen Arbeit der Lungenliga Aargau.

Schon die Berufsbezeichnung verrät den Entwicklungssprung in ihrer Arbeit: Als Monika Rösli 1992 bei der Lungenliga Aargau einstieg, um in einem Teilzeitpensum die Wartung und Abgabe von Inhaliergeräten im Bezirk Bremgarten zu übernehmen und auf Hausbesuchen kontrollierte, ob die Patientinnen und Patienten richtig inhalierten, hiess ihr Job schlicht «Apparateschwester».

Monika Rösli ist inzwischen 62 Jahre alt. Bei ihren Erzählungen von damals muss Karunja Anantharajah schmunzeln. Die 27-Jährige hat ihre Arbeit bei der Lungenliga Aargau vor anderthalb Jahren aufgenommen. Sie machen beide das gleiche, beide sind diplomierte Pflegefachfrauen. Im Jahr 2024 unterstreicht die Bezeichnung ihrer Funktion aber selbstverständlich ihre Professionalität. Die «Apparateschwester» liegt längst in der Mottenkiste, Anantharajah und Rösli's Beruf heisst heute «Beraterin für respiratorische Erkrankungen.»

Tablet statt Handzettel

Die beiden Frauen tauschen sich im Sitzungszimmer des Hauptsitzes in Aarau über die 31 Berufsjahre aus, die zwischen ihnen liegen. In dieser Zeit hat sich auf ihrem Arbeitsgebiet viel getan. Die Beratenden kooperieren heute eng mit Arztpraxen, Rehabilitationen und Spitälern, leisten Triage und vermitteln Sozialberatung. Stark geändert hat sich

die Administration: Hielt Monika Rösli in den Neunzigerjahren auf Handzetteln die Infos zu Patientinnen und Patienten in einer Tabellenzeile fest, so führen die Beratenden der Lungenliga heute stets ihre Tablets mit sich und dokumentieren laufend ihre Tätigkeiten sowie die Diagnose und Medikamente eines Patienten, seine Lebenssituation und die Geräte, welche die Lungenliga ihm zur Verfügung stellt. Rösli: «Heute wissen wir über unsere Patientinnen und Patienten viel mehr als damals. Und das ist für eine optimale Begleitung auch sehr wichtig.»

Die technische Weiterentwicklung betrifft auch die Geräte. Sauerstoffgeräte sind leiser geworden, auch gibt es mobile Geräte für unterwegs. Karunja Anantharajah weiss: «Heute sind Personen mit Atemwegserkrankungen mobiler. Viele wollen trotz ihrer Einschränkungen arbeiten und reisen. «Die Scham, mit einem Atemgerät in der Öffentlichkeit unterwegs zu sein, ist kleiner geworden.» «Zum Glück!», ergänzt Monika Rösli. «Hinausgehen und aktiv sein stärkt die physische und seelische Gesundheit.»

Eine Frage für die nächste Generation

Eins vermisst Monika Rösli ganz und gar nicht: «Früher geschah es ab und zu, dass sich ein Patient in meiner Gegenwart eine Zigarette anzündete.» Das passiere kaum noch, vor allem seitdem die Schweiz 2010 das Rauchverbot in öffentlichen Innenräumen erlassen habe. «Anders als früher sage ich heute, dass die Person das Rauchen unterlassen soll, solange ich da bin.» Das gelte auch, wenn jemand eine E-Zigarette raucht. Apropos: Welche Langzeitfolgen die E-Zigaretten haben, wird wohl erst die nächste Generation Beraterinnen und Berater der Lungenliga wissen.

PRESENTING-PARTNER

Lungenliga Aargau
T 062 832 40 00
info@llag.ch
lungenliga-ag.ch

LUNGENLIGA AARGAU





Ein neues Zuhause für die ambulante Psychotherapie.

Mit dem Umzug ins Badener Konnex haben die Psychiatrischen Dienste Aargau (PDAG) ihr ambulantes Angebot im Herzen des Kantons erweitert. Mehrere Bereiche teilen sich das neue Gebäude. Der neue Standort ist für Patientinnen und Patienten eine grosse Erleichterung.

Ein Besuch in einer ambulanten Sprechstunde beginnt nach kurzer Anmeldung meist im Wartezimmer. Dass im zweiten Stock des Konnex der Bereich Kinder und Jugendliche angesiedelt ist, merkt man sofort: Eine Spielecke mit reichlich Plüschtieren lädt zum Erkunden, Austoben oder Beruhigen ein und der pastellige Aquamarinton der Wände mit Holzakzenten lässt sogleich ein heimeliges Gefühl aufkommen. «Unser Wartezimmer, das Spielzimmer und die Therapieräume sind ganz auf die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen ausgerichtet», freut sich Oberpsychologin Simone Stamm, die in Co-Leitung mit der Oberpsychologin Martina Bhend den Standort im Bereich Kinder und Jugendliche führt. «Endlich haben wir Platz, all unsere Spielsachen auszubreiten. So fühlen die Kinder sich

wohler. Früher mussten sie mit den Eltern am Tisch sitzen, jetzt können sie neben uns malen und spielen.»

Synergien nutzen

Auch einen Stock weiter unten ist man mit dem neuen Standort höchst zufrieden. Nach zwei Jahren Provisorium mit Baustellentrubel in nächster Nähe hat sich die Situation jetzt beruhigt. Erika Lang leitet das interdisziplinäre Team des Erwachsenenbereichs des Ambulatoriums. «Das Zentrum für Abhängigkeitserkrankungen wurde erweitert und teilt sich nun mit unserem Bereich die Räumlichkeiten. Und das Zentrum für Psychotherapie wurde im September bei uns eröffnet», erzählt die Leitende Ärztin. «Dadurch, dass wir an einem Ort sind, entstehen mehr Synergien. Die nutzen wir natürlich gerne

Erika Lang und Gabriela Sasse vom Erwachsenenbereich freuen sich über das viele Licht am neuen Standort.

– gerade fürs Psychotherapieangebot fungieren wir auch als Zuweiser.»

Grosse Nachfrage bei Traumatherapien

Gabriela Sasse ist Oberärztin im Psychotherapieangebot des Ambulatoriums. Ihr Bereich ist spezialisiert auf Traumafolge- und Persönlichkeitsstörungen sowie chronische Depressionen. «Besonders viele Zuweisungen erhalten wir für Traumafolgestörungen, hier gibt es einen Mangel an spezialisierten Therapieplätzen», berichtet sie. Kein Wunder: Traumatherapien sind ressourcenaufwändig. Es ist für die Patientinnen und Patienten besonders wichtig, Termine engmaschig wahrzunehmen, damit sie sich auf die Behandlung einlassen können. Die Traumatherapie wird mit biografischer Arbeit und Vorbereitungsübungen sorgfältig eingeleitet. Die ganze Behandlung dauert nicht selten Jahre. Dieses Jahr wird deswegen ein zusätzliches Gruppentherapieangebot eingeführt. Patientinnen und Patienten, die noch auf ihren Einzeltherapieplatz warten, lernen hier Techniken und Übungen, die ihnen im Alltag bereits helfen und sie auf die Therapie vorbereiten.

Das Leben wieder selbst in die Hände nehmen

Während im Bereich Kinder und Jugendliche Menschen im Alter von fünf bis 18 Jahren behandelt werden, spannt sich der Erwachsenenbereich von 18 bis 65. Danach spricht man von der Alterspsychiatrie. «Wir behandeln bei uns viele junge Patientinnen und Patienten, die uns direkt nach Erreichen des Erwachsenenalters zugewiesen wurden. Aber sonst sind wir recht durchmischt», so Gabriela Sasse. «Weil wir die Menschen über lange Zeit behandeln, können wir mit ihnen miterleben, wie sie Fortschritte machen. Es gibt nichts Schöneres, als zu sehen, wie sie ihr Leben wieder vermehrt selbst in die Hände nehmen können.»

IRRT: eine Technik der Traumatherapie

Die Abkürzung IRRT steht für «Imagery Rescripting and Reprocessing Therapy». Bevor die Therapie beginnt, werden in einigen Sitzungen vorbereitende Übungen durchgeführt, beispielsweise Techniken, um im Hier und Jetzt zu bleiben. Erst danach folgen die Traumabehandlungen. In einem ersten Durchgang beschreibt die betroffene Person ihr Trauma in Gegenwartsform von Anfang bis Ende. Bei einem zweiten Durchgang wird das Erlebnis überschrieben und so verarbeitet: Das heutige Ich wird in die Szene gesetzt und konfrontiert die Täterin oder den Täter, um ihn oder sie zu entmachten. Das kann dabei helfen, das Trauma zu verarbeiten und es in der Vergangenheit zurückzulassen.



Die neuen Räumlichkeiten bieten auch Kindern eine ansprechende Umgebung.

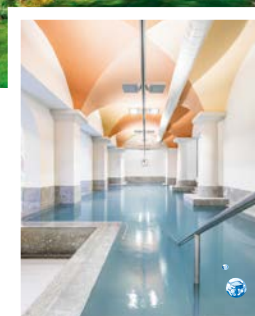


Simone Stamm und Martina Bhend leiten zusammen den Bereich Kinder und Jugendliche.

GNAO-PARTNER

Psychiatrische Dienste Aargau AG
 T 056 462 21 11
 info@pdag.ch
 www.pdag.ch

PDAG
 Für Ihre psychische Gesundheit

PRIVAT-KLINIK IM PARK BAD SCHINZNACH

Das Ideale Umfeld für Ihre Genesung

Die Privat-Klinik Im Park hat sich als anerkannte Rehabilitationsklinik auf die Betreuung von Patientinnen und Patienten mit akuten oder chronischen Erkrankungen oder nach Operationen des Bewegungsapparats, altersbedingten Erkrankungen sowie mit neurologischen Beschwerden spezialisiert. Sie liegt inmitten der historischen Kurlandschaft vom Bad Schinznach – einer einzigartigen Umgebung, die Rekonvaleszenz und Rehabilitation begünstigt.

Leistungsaufträge Spitalliste Kt. Aargau

- muskuloskeletale Rehabilitation
- geriatrische Rehabilitation
- neurologische Rehabilitation

Begleitpersonen profitieren von Sonderkonditionen bei Übernachtung im Begleitbett oder im 4*Kurhotel Im Park



Privat-Klinik Im Park
 Badstrasse 50 · CH-5116 Schinznach-Bad
 Tel. 056 463 77 63 · patientenaufnahme@bs-ag.ch

WETTBEWERB

Jetzt mitmachen und einen von 30 Salongutscheinen à 100 Franken gewinnen.

offeriert von **COIFFURE Grimm**

Wie nennt man Puppen, die man ineinander verschachteln kann?

- Har Ningyo
- Er Karagöz
- Ge Matroschka

Wofür steht die Abkürzung KSB?

- Fah Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde
- mein Kantonsspital Baden
- mo Kantonsschule Baden

Weshalb ist das Jahr 2024 besonders?

- nie Es gibt eine Sonnenfinsternis in der Schweiz.
- schaft Es ist ein Schaltjahr.
- rung Der Freitag fällt öfter auf einen Dreizehnten als sonst.

Finden Sie die richtigen Antworten und senden Sie uns das Lösungswort bis am **30. Mai 2024** an wettbewerb@гнао.ch.

Oder beantworten Sie die Fragen online: www.гнао.ch/wettbewerb
Viel Glück!



Lösungswort

Coiffure Grimm verlost 30 Salongutscheine im Wert von je CHF 100.

Der Gewinner oder die Gewinnerin wird unter den richtigen Einsendungen ausgelost und persönlich kontaktiert. Zum Wettbewerb kann keine Korrespondenz geführt werden, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Mitarbeitenden der GNAO-Kooperationspartner sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

COIFFURE Grimm

Baden (Zentrum)
Badstrasse 4, 5400 Baden
Telefon 056 210 10 10
info@coiffure-grimm.ch

Mo 09.00 – 18.00 Uhr
Di, Do, Fr 08.00 – 18.00 Uhr
Mi 08.00 – 19.00 Uhr
Sa 07.00 – 17.00 Uhr

Kantonsspital Baden (KSB)
Im Ergel 1, 5400 Baden
Telefon 056 470 07 81
info@coiffure-grimm.ch

Mo 13.00 – 18.00 Uhr
Di – Fr 08.00 – 18.00 Uhr
Sa 07.30 – 16.00 Uhr

HAVE A GOOD HAIR DAY.
www.coiffure-grimm.ch

TERMIN ONLINE BUCHEN

COIFFURE Grimm

Baden (Zentrum)
Badstrasse 4, 5400 Baden
Telefon 056 210 10 10
info@coiffure-grimm.ch

Mo 09.00 – 18.00 Uhr
Di, Do, Fr 08.00 – 18.00 Uhr
Mi 08.00 – 19.00 Uhr
Sa 07.00 – 17.00 Uhr

Kantonsspital Baden (KSB)
Im Ergel 1, 5400 Baden
Telefon 056 470 07 81
info@coiffure-grimm.ch

Mo 13.00 – 18.00 Uhr
Di – Fr 08.00 – 18.00 Uhr
Sa 07.30 – 16.00 Uhr

HAVE A GOOD HAIR DAY.
www.coiffure-grimm.ch

TERMIN ONLINE BUCHEN

Armenbad, Kurort, Rehaklinik.

Die Privat-Klinik Im Park blickt zurück auf eine bewegte Geschichte. Seit über 370 Jahren dient das heilende Wasser in Schinznach-Bad Menschen als Quelle der Gesundheit. Das soll auch in Zukunft so bleiben.

«Die Privat-Klinik Im Park ist wahrscheinlich die jüngste Rehaklinik im Kanton», sagt Daniel Bieri, CEO der Bad Schinznach AG, der auch die Rehaklinik angehört. «Sie wurde 1993 mit einem muskuloskelettalen Leistungsauftrag eröffnet.» Die Heilgeschichte des Ortes geht aber weit zurück. Als im 17. Jahrhundert die Thermalquelle zu sprudeln begann, stand das Gebiet noch unter Hoheit der Berner. Diese schickten ihre Anwohnenden ins damalige «Armenbad» zur Kur nach Schinznach. Was also eher bescheiden begann, entwickelte sich im 19. Jahrhundert während der sogenannten Belle Époque zu einem modernen Kurort, der auch insbesondere Gäste aus dem Ausland anzog. Mit den beiden Weltkriegen brach dieser Trend abrupt ab, es war Zeit für eine Neuausrichtung.

Entwicklung zur Rehaklinik

Ärztfamilien wie die Familie Amsler oder die Familie Heinemann prägten ab da bis zur Eröffnung der Privat-Klinik Im Park die Geschichte des Areals. Inzwischen stehen in der weitläufigen Parkanlage die Klinik, ein Thermalbad, ein Hotel und auch die GNAO-Partnerin aarReha. Auch organisatorisch hat

sich einiges verändert: «Wir konnten von früher 27 Betten auf 59 Betten erweitern. Ausserdem haben wir zwei zusätzliche Leistungsaufträge erhalten: Wir betreuen auch Menschen, die aufgrund geriatrischer oder neurologischer Diagnosen zu uns kommen», so Daniel Bieri. «Und wir arbeiten nur noch mit leitenden Ärztinnen und Ärzten. Unsere Patientinnen und Patienten schätzen das sehr.»

Für zukünftige Generationen

Damit die Vorteile des heilenden Wassers auch zukünftigen Generationen erhalten bleiben, wird Nachhaltigkeit bei der Privat-Klinik Im Park grossgeschrieben. Dank Wärmepumpen kann die Energie des Wassers auch in ande-

ren Bereichen genutzt werden, weswegen die Klinik fast CO₂-neutral ist. Auch wird das Angebot der Klinik ausgebaut: «Im nächsten Jahr beginnen wir mit einem grossen Bauprojekt. Es soll ein neues Hotel entstehen, das dank optimierter Infrastruktur auch jüngere Anspruchsgruppen abholt», erzählt der CEO. «In einem zweiten Schritt wandeln wir das alte Hotel in einen Teil des Klinikbereiches um. 21 Personen mehr können wir dann hier aufnehmen.» Die Geschichte geht weiter...

GNAO-PARTNER

Bad Schinznach AG · Privat-Klinik Im Park
T 056 463 77 63
info@bs-ag.ch
www.bad-schinznach.ch

PRIVAT-KLINIK IM PARK
BAD SCHINZNACH



Therapieraum 1



Sie tauchen ein in eine völlig andere Welt der medizinischen Versorgung – und das nur ein Gebäude weiter. Die Lernenden Fachfrauen und Fachmänner Gesundheit beim Medizinischen Zentrum Brugg (MZB) und beim Pflegezentrum Süssbach wechseln im vierten Ausbildungssemester für ein halbes Jahr in die jeweils andere Institution.



Austausch mit kurzen Wegen.

Vor elf Jahren entstand die Idee dieses Austauschs – ein System, das sich bewährt hat und nach wie vor begeistert. Heute stehen Andrea Keil vom MZB und Dominik Jäggi vom süssbach an der Spitze dieser Initiative mit Alma Hasanovic im Team. Sie organisieren gemeinsam die Austauschpraktika der beiden Betriebe und eröffnen den Lernenden im vierten Lehrjahrssemester die Möglichkeit, die vielfältigen Facetten des Gesundheitswesens kennenzulernen – eine Erfahrung, die weit über das Fachliche hinausgeht.

Shania Rolli, Sie sind wieder aus Ihrem Austausch zurück im süssbach. Gibt es einen Moment, an den Sie sich besonders erinnern?

Shania Rolli: Ja, die ersten paar Mal die Medikamentspritze aufziehen. Das musste ich im süssbach nicht machen, dementsprechend war ich gar nicht gut

darin. Ich habe geübt, geübt, geübt, bis ich es endlich konnte. Jetzt bin ich sehr schnell. Ah, und ich war froh, dass es im MZB keinen Wochenenddienst gibt. Während des Austauschs wurde ich volljährig, und so konnte ich in vollen Zügen feiern gehen (lacht). Eigentlich mag ich aber die Spätschichten und Wochenenddienste im süssbach, die Stimmung ist dann etwas ruhiger.

Was haben Sie aus dem Austausch mitgenommen?

Shania Rolli: Besonders in der Medizinaltechnik konnte ich während meiner Zeit im MZB viel lernen, ich kenne jetzt mehr Materialien und andere Geräte als davor. Als ich wieder zum süssbach zurückkam, musste ich mich erst wieder eingewöhnen. Im ersten Moment habe ich mich gefragt, ob ich überhaupt noch pflegen kann, und ich war unsicher. Also habe ich um Unterstützung gebe-

ten, die ich natürlich erhalten habe. Persönlich habe ich mich während des Wechsels sehr verändert; ich bin offener geworden. Jetzt kann ich einfacher auf Menschen zugehen. Das liegt sicher daran, dass ich im MZB jeden Tag neue Patientinnen und Patienten kennengelernt habe.

Celia-Chiara Wernli, Sie stehen kurz vor Ihrem Austausch im süssbach. Wie fühlen Sie sich dabei?

Celia-Chiara Wernli: Natürlich bin ich ein bisschen nervös. Veränderungen mag ich generell nicht so und ich hänge sehr an meinem Team hier im MZB. Und ich habe etwas Respekt vor dem Aspekt der Körperpflege, den habe ich bisher nur im Übungskurs gelernt. Eigentlich bin ich aber vor allem gespannt: Meine Oberstiftin hat sehr von ihrem Austausch im süssbach geschwärmt. Ausserdem habe ich mich schon etwas

vorbereitet und gehe mich bald kurz persönlich vorstellen. So weiss ich am ersten Tag, wo ich genau hinmuss und wo ich mich melden soll.

Was erhoffen Sie sich vom Austausch?

Celia-Chiara Wernli: Die Beziehung zu den Bewohnenden im süssbach ist sicher eine andere als die, die wir im MZB mit unseren Patientinnen und Patienten haben. Bei uns kommen und gehen die Leute ja täglich, im Pflegeheim wohnen sie über lange Zeit. Also freue ich mich darauf, engere Beziehungen zu Bewohnerinnen und Bewohnern aufzubauen.

Shania Rolli: Es wird toll. Du kannst dich darauf freuen!

Andrea Keil: Der Fokus und der Aufbau unserer Institutionen sind sehr anders. Der süssbach hat ein viel grösseres Team und die Pflegenden arbeiten im 24-Stunden-Schichtbetrieb. Dies ist auch eine neue wertvolle Erfahrung für unsere Lernenden vom MZB.

Alma Hasanovic: Die Lernenden gewinnen nicht nur Wissen, sondern auch

Lebenserfahrung. Es ist gut, sich früh an Wechsel zu gewöhnen und zu lernen, sich auf Neues einzustellen. Durch den Austausch erhalten die Lernenden Einblick in einen ganz anderen Bereich des Berufs, was ihnen bei Karriereentscheidungen in der Zukunft helfen wird.

Wie sorgen Sie dafür, dass der Austausch für die Lernenden eine positive Station in ihrer Laufbahn wird?

Andrea Keil: Ein guter Einstieg ist enorm wichtig, also ist die Vorbereitung das A und O. Bevor es überhaupt losgeht, organisieren wir einen Termin mit der Stationsleitung und der Berufsbildung, denn ein erstes Kennenlernen schon vor Praktikumsbeginn räumt Ängste und Unsicherheiten aus dem Weg und bereitet die Lernenden optimal auf das Praktikum vor. Ein bekanntes Gesicht am ersten Tag hilft beim Einstieg. Gerade am Anfang nehmen wir die Lernenden fest an der Hand, es ist immer eine diplomierte Pflegefachperson mit ihnen eingeteilt, um Fragen oder Rückmeldungen sofort zu begegnen.

GNAO-PARTNER

Pflegezentrum Süssbach AG

T 056 462 61 11
info@suessbach.ch
www.suessbach.ch

süssbach
FÜR MENSCHEN MIT GESCHICHTE



Medizinisches Zentrum Brugg



v. l. n. r.: Alma Hasanovic, Berufsbildnerin Pflege (süssbach); Shania Rolli, FaGe-Lernende (süssbach); Celia-Chiara Wernli, FaGe-Lernende (MZB); Andrea Keil, Leitung Tagesklinik und Empfang im Top-Sharing/Ausbildungsverantwortliche (MZB)

Alma Hasanovic: Das sehen wir genauso. Wir achten darauf, dass es jederzeit eine Ansprechperson gibt. Mit einer Einführungscheckliste stellen wir sicher, dass nichts vergessen geht und wir führen ein Einführungsgespräch. Ausserdem stellen wir die Austauschlernenden bei den Bewohnenden vor. Das schätzen sie sehr – zuerst sind sie vielleicht etwas scheu, aber dann tauen sie auf. Auch die Bewohnenden schätzen dies sehr.

Andrea Keil: Was sicher zusätzlich hilft, ist, dass wir gleich nebenan sind. Die Wege sind kurz, wir sehen unsere ausgetauschten Lernenden manchmal in der Pause.

Gibt es einen umgekehrten Kulturschock, wenn die Lernenden wieder bei ihrer Ursprungsinstitution ankommen?

Alma Hasanovic: Das kann man so sagen. Sie müssen sich auf jeden Fall wieder von vorne eingewöhnen. Gerade, weil die Lernenden im süssbach auch auf eine neue Station wechseln als die, die sie damals verlassen haben. Man merkt, dass sie fachlich gereift und auch stolz auf ihr neues Wissen sind. Gerade in der Medizinaltechnik können sie im MZB viel lernen.

Andrea Keil: Auch bei uns müssen die Lernenden wieder ankommen. Sie haben in dem halben Jahr enorme Fortschritte gemacht und sind nicht nur fachlich gewachsen, sondern auch menschlich. Es macht Freude, das zu beobachten.

Der Apfel fällt **nicht weit vom Stamm.**

Assistenzärztin Rachel Pesce und die angehende Fachfrau Gesundheit Laura Busslinger haben in ihren Müttern überzeugte Fachfrauen zum Vorbild. Das Positive aus ihrem Tätigkeitsfeld am Kantonsspital Baden, das die Pflegefachfrauen HF Marianne Wittwer beziehungsweise Andi Busslinger stets nach Hause trugen, inspirierte die Töchter bei der Berufswahl.

«Space Dream» hiess die Musicalproduktion, die Ende der 1990er-Jahre in Baden über die Bühne ging. Andi Busslinger sang dort im Chor mit. «Ein sehr zeitaufwändiges Engagement», erinnert sie sich. «Weil ich in Sins aufgewachsen bin, schnupperte ich am Spital Muri. Um jedoch Ausbildung und Hobby besser vereinbaren zu können, entschied ich mich für die Lehre am Kantonsspital Baden (KSB).» Danach arbeitete sie auf der dortigen Chirurgie, seit acht Jahren ist sie Teil des Intermediate-

Care-Teams (IMC). Auf der IMC werden instabile Patientinnen und Patienten überwacht, die keine Intensivpflege benötigen, aber noch nicht auf der Normalstation betreut werden können. Die Pflegefachfrau HF durchlief am KSB nicht nur Aus- und Weiterbildungen, Andi Busslinger hat in dieser Zeit auch geheiratet und wurde Mutter von zwei Töchtern. Rückblickend auf die letzten 25 Jahre sagt die 44-Jährige: «Es gibt keinen passenderen Beruf für mich. Überdies schaut das KSB gut zu seinem Personal.»

Auch für Marianne Wittwer war «Krankenschwester» seit jeher der Traumberuf. «Die Umstände erlaubten mir jedoch damals diese Lehre nicht, darum liess ich mich zur Gärtnerin ausbilden.» Mit der Geburt der drei Kinder fokussierte die heute 56-Jährige auf die Familienarbeit. Wie der Nachwuchs selbstständiger wurde, packte Marianne Wittwer die Nachholbildung zur Fachfrau Gesundheit (FaGe) an und anschliessend am KSB die Höhere Berufsbildung zur Pflegefachfrau HF. Seit zehn Jahren arbeitet sie auf der Gynäkologie und verantwortet dort als Fachexpertin die Pflegequalität.

Voneinander lernen

«Natürlich war Mami manchmal nachts weg und schlief tagsüber. Dann mussten wir ruhig sein», erzählt Laura Busslinger. «Ich fand es aber stets spannend, was sie aus ihrem Arbeitsalltag berichtete.» Also begleitete sie ihre Mutter im Rahmen eines Zukunftstags erstmals bei der Arbeit im KSB. «Als Laura mir zuschaute, wie ich Blut abnahm, wurde sie kreidebleich», verrät Andi Busslinger lachend. Diese Ersterfahrung hielt Laura jedoch nicht davon ab, sich für eine Ausbildung im Gesundheitswesen

«Wenn wir bei der Familienzusammenkunft ins Fachsimpeln verfallen, kann es für den Rest der Familie schwierig werden», gesteht das Duo amüsiert. Marianne Wittwer arbeitet seit zehn Jahren im KSB auf der Gynäkologie, ihre Tochter Rachel Pesce ist Assistenzärztin auf dem KSB-Notfall.

zu interessieren. Nach dem bestandenen Selektionsverfahren ist sie aktuell im ersten FaGe-Ausbildungsjahr samt Berufsmatur auf der Viszeralchirurgie. «Alle unterstützen mich: das Team, die Stationsleitung und meine Berufsbildnerin – es gefällt mir mega.» Andi Busslinger kann durch die Anteilnahme am Lernprozess ihrer Tochter die Berufskennnisse auffrischen; Laura war schon öfters froh, hatte ihr Mami dank ihres reichen Erfahrungsschatzes eine Eselsbrücke auf Lager. «Weil ich mit dem Velo zur Arbeit fahre und Laura den Bus nimmt, merken wir sonst aber kaum, dass wir am gleichen Ort tätig sind.» Was die beiden auf jeden Fall verbindet, ist die Vorfreude aufs neue Spital: «Laura wollte schon immer in einem Spital mit Rolltreppe arbeiten», neckt die Mutter die Tochter. «Wir beide finden die Aussicht auf den Neubau echt cool.»

«Wer erlebt schon einen Umzug in ein neues Spital?», fragen Marianne Wittwer und ihre Tochter Rachel Pesce rhetorisch. Auch bei ihnen ist die Vorfreude auf die grosse Züglete unüberhörbar.

Rachel Pesce durchlief einen Teil ihrer Ausbildung am KSB, arbeitet seit Dezember als Assistenzärztin auf dem Notfall. Sie hätte sich auch gut vorstellen können, Lehrerin oder Köchin zu werden. «Zumal wir von den Eltern mitbekommen haben, dass Herausforderungen zum Leben gehören, machte ich mich an den Eignungstest für das Medizinstudium.» Mittlerweile hat sie die Prüfung zur Fachärztin Innere Medizin erfolgreich bestanden, Ende Jahr wird sie den praktischen Teil abgeschlossen haben. «Ich bewundere Rachel, wie sie die Ausbildung ohne Pause durchgezogen hat», findet Marianne Wittwer. Dass auch deren Schwiegertochter Irina als medizinische Praxisassistentin in der KSB-Notfallpraxis arbeitet, verstärkt die innerfamiliäre Beziehung. «Wenn wir bei der Familienzusammenkunft ins Fachsimpeln verfallen, kann es für den Rest der Familie schwierig werden», gestehen die beiden Frauen amüsiert.


Ansteckende Begeisterung

Beide Mutter-Tochter-Gespanne pflegen einen offenen Umgang. So sagt

Andi Busslinger, die aktuell ein CAS in Palliative Care macht, frei raus, dass sie FaGe zwar eine super Grundausbildung fände, «aber ich hätte Mühe, würde sich Laura nach dem Lehrabschluss nicht weiterbilden». Marianne Wittwer hat ein Auge auf einen heiklen Punkt: «Ich möchte nicht, dass Rachel eine Ärztin wird, die den Pflegefachkräften von oben herab begegnet.» Rachel Pesce: «Als Ärztin habe ich keine Erfahrung im pflegerischen Bereich, trage aber die Verantwortung für die Patientinnen und Patienten. Gegenseitiges Verständnis für die unterschiedlichen Berufsgruppen hilft extrem und trägt zur guten Zusammenarbeit bei.»

GNAO-PARTNER

Kantonsspital Baden AG
T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch

 **Kantonsspital Baden**



«Gegenseitiges Verständnis hilft extrem und trägt zur guten Zusammenarbeit bei.»

Rachel Pesce



«Wir beide finden die Aussicht auf den Spitalneubau echt cool.»

Laura und Andi Busslinger



Andi Busslinger über die Berufswahl ihrer Tochter: «Ich freue mich riesig, dass meine Begeisterung für den Pflegeberuf und Arbeitsort KSB auf Laura übergeschwappt ist.»

Damals und heute.

2024 feiert die Rehaklinik Bellikon ihr 50-jähriges Bestehen. Ein guter Zeitpunkt, um einmal zurückzublicken und einen Vergleich zu ziehen: Wie sah der Therapiealltag vor 50 Jahren aus, und was hat sich seither verändert?

Wir schreiben das Jahr 1974. In der neu eröffneten Rehaklinik Bellikon – damals noch «Nachbehandlungszentrum Bellikon» genannt – turmt eine Physiotherapeutin vor einer versammelten Patientengruppe ein Trainingsprogramm vor. Damals lag der Fokus der Physiotherapie oft auf passiven Techniken wie Massagen und manueller Therapie sowie auf Gruppengymnastik, bei der beispielsweise alle Kniepatienten die gleichen Übungen machten. Dass die Gruppenteilnehmenden verschiedenartige Verletzungen am Knie haben, fällt 1974 noch nicht ins Gewicht.

Damals: Massagen, Wickel, Aufgüsse

Das Eröffnungsjahr der Rehaklinik Bellikon fällt in eine Zeit, in der die Rehabilitation nach Unfall oder Krankheit sich gerade erst professionalisierte. Erst wenige Jahre zuvor machte sich beispielsweise die Erkenntnis breit, dass es für Menschen nach einem Unfall nicht die beste Methode ist, sich einfach auszurufen und das Bett zu hüten. Aktivierung und Training war plötzlich gefragt. Dennoch kamen immer noch überwiegend passive Therapieprogramme zum Einsatz: Massagen, Wickel, Aufgüsse. Mehr Kur als aktives Training.

Zurück in das Jahr 2024. Die Rehaklinik Bellikon hat 50 Jahre Erfahrungswerte gesammelt, professionalisierte und entwickelte sich in dieser Zeit stetig weiter zur führenden Klinik für komplexe Unfallrehabilitation. Ihre Patientinnen und Patienten durchlaufen von der Frührehabilitation über den stationären oder ambulanten Aufenthalt bis hin zur beruflichen und sozialen Wiedereingliederung den kompletten Rehaprozess – alles aus einer Hand und unter einem Dach. Ein interdisziplinäres Team aus Fachspezialistinnen und -spezialisten arbeitet eng mit ihnen zusammen und arbeitet auf individuelle Ziele hin.

Heute: Aktive Mitarbeit bringt den Erfolg

Schaut man in den therapeutischen Alltag, sieht man nicht mehr viele Parallelen zu 1974. Statt auf sperrige physikalische Trainingsmaschinen stösst man beispielsweise auf spielerische Therapieansätze mit Videospiele oder auf Laufroboter mit intelligenter Gewichtsentslastung.



Gangtraining heute und vor 50 Jahren.



Therapeutische Aktivierung damals, roboterunterstütztes Armtraining heute.



Das Ganze findet in hellen, lichtdurchfluteten Räumen statt, in denen sich die Patientinnen und Patienten wohlfühlen, was ebenfalls Einfluss auf die Genesung hat.

Und: Reha-Therapie hat nicht mehr diesen passiven Kur-Charakter. Die Patientinnen und Patienten folgen einem gestaffelten Tagesprogramm,

machen individuelle aktive Übungen, leisten viel und tragen so sehr viel mehr aktiv zu ihrer Genesung bei wie noch 1974. Medizin, Therapie, Pflege und die Patientinnen und Patienten sorgen gleichermaßen dafür, dass Letztgenannte am Ende wieder selbstständig im Leben stehen und ihren angestammten oder neuen Beruf wieder ausüben können.



Die Therapieformen sind im Laufe der Jahre aktiver geworden.

GNAO-PARTNER

Rehaklinik Bellikon
T 056 485 51 11
info@rehabellikon.ch
www.rehabellikon.ch

rehaklinik bellikon
Der Name für Unfallreha



Gut und schmerzfrei schlafen heisst gesund schlafen

www.schlafexperte.ch

form+wohnen
holistic interior design

Wenn junge Menschen sterben.

Mit 27 Jahren kam Alex* nach seinem Physikdoktorat aus Deutschland in den Aargau, um eine neue Stelle anzutreten. Mit Schmerzen im Bauch landete er auf dem Notfall – Diagnose: unheilbarer Krebs. Das Palliativteam von Kantonsspital Baden (KSB) und Hospiz Aargau begleiteten ihn auf seiner letzten Reise.

«Er hatte so tiefe, hellblaue Augen und einen klaren Blick, das ist selten», erinnert sich Tilly Nothhelfer, die Alex als leitende Ärztin Onkologie beim KSB über fast ein Jahr immer wieder behandelte. «Ich war es, die ihm damals mitteilen musste, dass ihm aufgrund der Metastase eher Monate als Jahre bleiben.» Obwohl seine Familie in Deutschland wohnte, entschied sich Alex für eine Behandlung in der Schweiz. Seine Partnerin pausierte ihr Arztpraktikum in Bayern und suchte sich gemeinsam mit ihm eine Wohnung in der Umgebung, um noch möglichst viel Zeit gemeinsam verbringen zu können.

Ambulant und stationär

Annett Ehrentraut, leitende Ärztin der Palliativmedizin, blickt zurück: «Alex konnte nicht gut schlafen, die Situation hat ihn sehr belastet. Als Wissenschaftler wollte er immer alles ganz genau wissen. Er und seine Familie haderten natürlich mit der Diagnose. Wenn jemand so junges totkrank ist, ist das für alle furchtbar.» Immer wieder wechselte Alex zu einer stationären Behandlung und nahm auch das Angebot der Palliativspitex in Anspruch. Aufgrund starker Schmerzen war eine Versorgung zu Hause irgendwann aber nicht mehr möglich. «Seine Freundin

und er haben dann noch entschieden, sich zu heiraten. Wegen den Schmerzen konnte er danach aber nicht einmal zum Essen gehen. Wie die beiden das gemeistert haben, war sehr eindrücklich», so Tilly Nothhelfer.

Letzte Station Hospiz

Die Frage, wie es nach dem Spitalaufenthalt weitergeht, ist gerade für junge Palliativpatientinnen und -patienten nicht einfach zu beantworten: Alters- oder Pflegeheime sind aufgrund ihrer Ausrichtung nicht ideal und auch finanziell fallen junge Menschen durch die Maschen des Systems. Ohne Recht auf Ergänzungsleistungen und eine langwierige IV-Abklärung führt es bei Akutfällen oft dazu, dass die Familie einen Hospizaufenthalt aus eigener Tasche bezahlen muss. Bei Alex war die Überführung ins Hospiz nur möglich, weil Eltern und Grosseltern zusammenlegten. «Frau Ehrentraut hat damals persönlich bei uns angerufen und gesagt, dass sie einen Patienten für uns hat»,

Symbolbild

erinnert sich Michaela Schlegel vom Hospiz Aargau. «Seine Frau bekam auch ein Bett in seinem Zimmer. Sie war ja Ärztin in Ausbildung und wollte viel mithelfen, was sie auch durfte. Es war schwierig für sie, als Angehörige in so einer Situation zu sein», erinnert sich die Pflegerin. Alex wollte so lange wie möglich noch anwesend sein und nahm dafür auch Schmerzen in Kauf. «Der Autonomieverlust und der schrittweise Abschiedsprozess fällt gerade jungen Patientinnen und Patienten schwerer», erklärt Dieter Hermann, Geschäftsführer des Hospizes.

«Ich lebe heute anders»

Vor einem halben Jahr besuchte Alex' Vater das Hospiz nochmal und brachte ein Herz, welches der Grossvater aus Naturmaterial gefertigt hatte. «Es trifft einen schon anders, wenn jemand ins Hospiz kommt, der nicht so alt ist wie die Grosseltern, sondern wie man selbst



Im Hospiz erinnert dieses Herz an Alex. Sein Grossvater hat es als Andenken gefertigt.

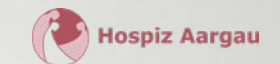
oder gar das eigene Kind», sinniert Dieter Hermann. «Natürlich beeinflusst das auch die Trauerarbeit mit den Angehörigen.» Michaela Schlegel pflichtet bei: «Als Pflegerin gehe ich professionell damit um und versuche, Patientinnen und Patienten sowie Angehörigen auf ihrem Weg genau die Unterstützung zu bieten, die sie benötigen. Aber privat

beeinflussen mich solche Schicksale schon. Ich lebe mein Leben viel intensiver als früher. Zum Beispiel unternehme ich Dinge sofort, anstatt sie in die Zukunft zu verschieben.»

*Name in Absprache mit der Familie geändert

GNAO-PARTNER

Hospiz Aargau
T 056 521 20 00
verein@hospiz-aargau.ch
www.hospiz-aargau.ch



Kantonsspital Baden AG

T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch



GNAO-Partner

aarReha Schinznach
T 056 463 85 11
www.aarreha.ch

Ärztverband Bezirk Baden
T 056 200 86 06

Ärzteverein Bezirk Brugg
T 056 444 86 94

Asana Spital Leuggern AG
T 056 269 40 00
www.spitalleuggern.ch

Genossenschaft Notfallapotheke
T 0800 300 001
www.notfallapotheke.ch

Hospiz Aargau
T 056 521 20 00
www.hospiz-aargau.ch

Kantonsspital Baden AG
T 056 486 21 11
www.ksb.ch

Medizinisches Zentrum Brugg AG
T 056 462 61 60
www.mz-brugg.ch

pfligmuri
T 056 675 92 00
www.pfligmuri.ch

Bad Schinznach · Privat-Klinik Im Park
T 056 463 77 63
www.badschinznach.ch

Psychiatrische Dienste Aargau AG
T 056 462 21 11
www.pdag.ch

Regionales Pflegezentrum Baden AG
T 056 203 81 11
www.rpb.ch

Rehaklinik Bellikon
T 056 485 51 11
www.rehabellikon.ch

Reusspark
T 056 619 61 11
www.reusspark.ch

Spital Muri
T 056 675 11 11
www.spital-muri.ch

Spitex Limmat Aare Reuss AG
T 056 203 56 00
www.spitex-lar.ch

Spitex Region Brugg AG
T 056 556 00 00
www.spitex-region-brugg.ch

Pflegezentrum Süssbach AG
T 056 462 61 11
www.suessbach.ch

ZURZACH Care AG
T 056 269 51 51
www.zurzachcare.ch

Tages- und Nachtzentren
Regionales Pflegezentrum Baden AG
T 056 203 81 11
Reusspark Niederrwil
T 056 619 67 00

Lungenliga Aargau (Publikationspartner)
T 062 832 40 00
www.lungenliga-ag.ch





Generationen im Dialog.

Im Reusspark, Zentrum für Pflege und Betreuung, schlagen Auszubildende und Bewohnende eine Brücke zwischen Generationen. Es ist ein Ort, an dem Lebensgeschichten auf frische Perspektiven treffen.

Fabrice Renfer, gerade mal sechzehn Jahre alt, steht am Anfang seiner Reise in der Welt der Pflege. Er ist im zweiten Lehrjahr zum Assistenten Gesundheit und Soziales (AGS). «Ich wusste schon als Kind, dass ich den Pflegeberuf erlernen möchte.» Die Spuren zu seiner Berufung wurden früh gelegt: «Meine Grossmutter hat sich früher als Freiwillige für den Reusspark engagiert. Als kleiner Bub begleitete ich sie oft auf ihre Einsätze.» Er erinnert sich, wie er mit den Bewohnerinnen und Bewohnern tanzte und es genoss, Kuchen und Geschichten mit ihnen zu teilen. Seine Mutter ist selbst in der Pflege tätig und unterstützte sein Interesse am Pflegeberuf.

Der 16-Jährige mag Menschen. Und er ist gerne für andere da. Der Akutbereich in einem Spital habe ihn nie interessiert. «Hier im Reusspark ist jeder Tag geprägt von persönlichen Gesprächen und gegenseitigem Austausch. Die Bewohnerinnen und Bewohner, die ich pflege, bringen spannende Lebensbiografien mit und teilen ihre Lebenserfahrung. Es ist wie ein Eintauchen in eine andere Welt, wenn sie von früher erzählen, als vieles anders war.» Fabrice Renfer sieht in seinen jungen Jahren, was viele erst später erkennen. Dass Pflege ein Echo ist: ein Lächeln, ein Händedruck, ein dankbares Nicken, ein stummes Verständnis, eine Geste, die mehr sagt als tausend Worte. Das sind

die wahren Löhne in einem Beruf, der oft unterschätzt wird, aber unermesslich wertvoll ist. «So viel Dankbarkeit kriegst du wohl bei keinem anderen Job.» Herausfordernd wird es für Fabrice Renfer, wenn jemand traurig ist. «Das sind für mich schwierige Momente, weil es mich auch bedrückt, wenn jemand leidet.» Oder dann sind da noch

Vielfalt und Offenheit

Der Reusspark ist bunter Lebensraum und ein Treffpunkt der Generationen, der zum Austauschen, Verweilen und Teilen einlädt. Auf dem Gelände finden Jung und Alt viele Attraktionen: Zwei Spielplätze, ein Kleintierpark, eine KITA, ein Schaugewächshaus, das Restaurant Gnadenthal mit seiner einladenden Terrasse, verschiedene Wanderwege an der Reuss, die Klosterkirche, das Museum Gnadenthal, ein Klangweg und ein Baumhoroskop laden zum Entdecken ein.

Über sechzig Jahre Altersunterschied liegen zwischen Erika Portmann und Fabrice Renfer. Der gegenseitige Austausch ist ein Geschenk für beide.

gewisse Gerüche, an die er sich noch nicht gewöhnt hat. Aber er findet, das stehe in keinem Verhältnis zu all dem Positiven, das er hier erfahre.

Die Bewohnerin Erika Portmann erzählt von einem Wandel in der Altenpflege, der weit mehr ist als ein Imagewechsel. «In meiner Generation verstand man unter Altenpflege «Füdl putze» und «Futter eingeben». Altersheime waren Abschiedsdomizile.» Das sei heute anders und habe sich mit der Pandemie noch mehr verändert, findet die 77-Jährige. Die Pflege hat sich professionalisiert und die Gesellschaft respektiert den Pflegeberuf mehr. «Im Pflegejob kannst du es zu etwas bringen. Die Karrieremöglichkeiten sind vielfältig.» Allerdings hänge vieles von der Haltung und der Einstellung des Elternhauses gegenüber dem Pflegeberuf ab. Auch

das Bild über die Alten habe sich verändert, findet Erika Portmann. «Wir sind nicht mehr auf dem Abstellgleis. All die Errungenschaften, die wir im letzten Jahrhundert erreicht haben, haben die jetzigen Alten hervorgebracht. Wir haben mitgeholfen, dass die Welt da ist, wo sie heute steht», sagt sie. «Die jungen Pflegerinnen und Pfleger sehen uns als Individuen mit einer reichen Vergangenheit. Sie sind interessiert zu erfahren, wie die Welt früher war und ich interessiere mich für die Weltanschauungen und Einstellungen der heutigen Jugend.» Erika Portmann schätzt die anregenden Zwiegespräche und den Respekt, der ihr entgegengebracht wird.

In diesem Zusammenspiel von Jung und Alt offenbart sich die wahre Essenz des Reusspark: Es ist ein Ort, an dem das

Teilen von Lebenserfahrungen und Weisheiten das Leben aller bereichert. Fabrice Renfer, der noch am Anfang seiner beruflichen Laufbahn steht und Erika Portmann, die auf eine lange Lebensreise zurückblicken kann, stehen sinnbildlich für die Brücke zwischen den Generationen. Sie sind Teil eines Dialogs des Lebens, der Erfahrungen und der gegenseitigen Wertschätzung.

GNAO-PARTNER

Reusspark
T 056 619 61 11
info@reusspark.ch
www.reusspark.ch



Agenda

Veranstaltungen

27. März



Offenes dialogisches Forum: Offene Psychiatrie | PDAG

Das offene dialogische Forum findet jeden Monat zu einem anderen Thema statt. Betroffene, Angehörige und Fachpersonen tauschen sich aus, wie sie psychische Erschütterung und psychische Krankheit erleben. Die Begegnung mit Menschen, die eine andere Perspektive auf die eigene Situation haben, wird professionell begleitet. Ohne Anmeldung, kostenlos. Weitere Termine, Themen und Informationen: www.pdag.ch 18.30 bis 20.30 Uhr, Areal Königsfelden in Windisch, Begegnungszentrum (O.1)



27. April

Gleichgewichtstestung in Windisch | aarReha Schinznach

In verschiedenen Übungsstationen testen Sie Ihre Gleichgewichtsfähigkeit unter Anleitung von Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten. In einer anschliessenden Beratung erfahren Sie, wie hoch Ihr Sturzrisiko ist und wie Sie dieses minimieren können und wie Sie Ihre Muskelkraft und Ihre Gleichgewichtsfähigkeit erhalten oder verbessern können. Informationen und Anmeldung: www.aarreha.ch/gleichgewicht

27. April



Einblicke hinter die Kulissen (Tag der offenen Tür) | Reusspark

An verschiedenen Ständen stellen wir Ihnen unsere Angebote und Dienstleistungen in der ambulanten und stationären Pflege vor. Erfahren Sie zudem mehr über den Reusspark als attraktiven Arbeitgeber und als Ausbildungsstätte. Spannende Rundgänge runden den informativen Nachmittag ab. 13.00 bis 16.00 Uhr, Saal Hauptgebäude, keine Anmeldung erforderlich

Sämtliche Veranstaltungen finden Sie auf der GNAO-App. Gratis-Download im Apple Store und Google Play Store.



VOGT-SCHILD / DRUCK

ch media print

Marktführer in der industriellen Herstellung von hochwertigen Zeitungen, Magazinen und Werbedrucksachen.

www.vsdruk.ch www.chmediaprint.ch