

# Blickpunkt **Gesundheit**



Des Alpes:  
Erholungsort  
und Arbeits-  
platz

Rehaklinik Hasliberg  
Chronisch Leidende:  
Weg zur Heilung

Privatklinik Meiringen  
Demenz: Umfeld  
leidet mit

**GHELMA**

**Innovatives Bauen.**



Jobs mit  
Perspektive



Hochbau · Tiefbau · Strassenbau · Gebirgsbau · Untertag- und  
Felsbau · Kleinbau · Transporte  
Meiringen · Brienz · Interlaken · Grindelwald · Sarnen

Ghelma AG Baubetriebe  
+41 33 972 62 62  
www.ghelma.ch

**Ihr Fachmann für Fleisch & Feinkost**



**Metzgerei  
Christian Nussbaum**

Kirchgasse 20 · 3860 Meiringen · Telefon 033 971 10 71  
www.original-gumpesel.ch

**SPEZIALITÄTEN AUS DEM HASLITAL**

## Inhalt

- 4 **Herausforderung Demenz**  
Entlastung für das Umfeld
- 9 **Totalsanierung «Des Alpes»-Gebäude**  
Hohe Standards für Mitarbeitende, Patientinnen und Patienten
- 12 **Rehaklinik Hasliberg**  
Heilung für chronisch Kranke
- 17 **Persönlich**  
Zeynep Yildiz, Leiterin Sozialberatung, Rehaklinik Hasliberg
- 18 **Gesundheitstipps**  
Dank Malen entspannen
- 20 **Stiftung Helsenberg**  
Mehr Selbstbestimmung für beeinträchtigte Menschen
- 21 **Kolumne**  
Standpunkt von Susanne Huber
- 22 **Aktuelles aus der Michel Gruppe**
- 23 **Ansprechstellen**  
Privatklinik Meiringen, Rehaklinik Hasliberg und Stiftung Helsenberg
- 23 **Wettbewerb**

### Impressum

Blickpunkt Gesundheit – Magazin der Michel Gruppe, Meiringen  
November 2024

Titelbild: Daniela Wingeier, stellvertretende Pflegedirektorin der Privatklinik Meiringen, arbeitete im Projekt Sanierung Des Alpes als stellvertretende Leiterin Betriebskommission und Mitglied der Baukommission massgeblich mit.

**Auflage:** 118 000 Exemplare. Wird kostenlos versandt an: Fachärztinnen und Fachärzte sowie Spitäler in der Deutschschweiz; Bevölkerung ausgewählter Regionen im Berner Oberland und im Kanton Luzern sowie der Kantone Obwalden und Nidwalden. ISSN 1663-7194.

**Herausgeberin:** Michel Gruppe AG, Willigen, 3860 Meiringen  
(Privatklinik Meiringen, Rehaklinik Hasliberg, Stiftung Helsenberg Meiringen/Interlaken/Ringgenberg)

**Projektleitung:** Marie-Louise Michel, Michel Gruppe AG

**Redaktion:** Kombiniert-Bar Netzwerk GmbH, Thun, staegertext.com, Brien

**Autorinnen und Autoren:** Sandrina Estrada-Glaser, Andreas Staeger

**Bilder:** David Birri

**Gestaltung:** Atelier KE, Meiringen

**Druck:** Stämpfli Publikationen AG, Bern

**Bezugsquelle:** Michel Gruppe AG, Kommunikation, Willigen, 3860 Meiringen, +41 33 972 82 00, blickpunkt@michel-gruppe.ch

**Copyright:** Nachdruck und elektronische Wiedergabe, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Herausgeberin gestattet.



Liebe Leserinnen und Leser

Wir haben soeben eine intensive Phase der Sanierung unseres Hauptgebäudes abgeschlossen. Dies ist für uns von grossem Stellenwert, weil das «Des Alpes» unser Areal in Willigen baulich dominiert. Der Anspruch in der Ortsplanung der Gemeinde Schattenhalb, «die Dominanz des Klinikgebäudes «Des Alpes» muss gewährleistet bleiben», bezieht sich auf gestalterische sowie dorfbauliche Aspekte, umfasst für uns aber noch sehr viel mehr.

Das «Des Alpes» hat für unsere Region eine erhebliche Bedeutung als Wahrzeichen und wichtiges historisches Gebäude. Als solches soll es weiterhin wahrgenommen werden und seine zentrale Rolle beibehalten. Neue Bauprojekte in der Umgebung haben auf dieses Erscheinungsbild Rücksicht zu nehmen und dürfen die gestalterische Dominanz, die durch Architektur, Fassadenmaterialien oder Farbgebung gewährleistet wird, nicht schmälern.

Das Jugendstilgebäude ist von architektonischer Geltung. Um seine dominierende Stellung im Areal Reichenbach nicht zu gefährden, sollen Bauten in der Umgebung nicht höher oder massiver werden. Das «Des Alpes» bildet einen Orientierungs- und funktionalen Mittelpunkt. Wir achten darauf, ihm diese Rolle auch in der zukünftigen Planung und Entwicklung des Umfelds zu bewahren. Die «Dominanz des «Des Alpes» gewährleisten» heisst insbesondere, seine symbolische Präsenz nicht zu beeinträchtigen und seine Bedeutung zu erhalten.

Andreas Michel

Verwaltungsratspräsident und -delegierter  
der Michel Gruppe



Zentrum für Alterspsychiatrie  
der Privatklinik Meiringen

## Diagnose Demenz: Das Umfeld leidet mit

**Die Betreuung und Behandlung dementer Menschen zählt zu den Schwerpunkten des Zentrums für Alterspsychiatrie der Privatklinik Meiringen. Chefarzt Dr. med. Younes Azizi erklärt, warum sich Angehörige betroffener Patientinnen und Patienten frühzeitig Entlastung holen sollten.**

«Können Sie noch ein Konzert besuchen oder ins Kino gehen, ohne sich dauernd Sorgen machen zu müssen, ob zuhause alles in Ordnung ist?» Diese Kardinalfrage richtet Dr. med. Younes Azizi mitunter an Angehörige von dementen Menschen. Die Antwort erlaubt ihm Rückschlüsse auf den Schweregrad der Erkrankung – und auf die potenzielle Überforderung der Angehörigen.

«Demenz ist eine Krankheit, die nicht nur für die Betroffenen, sondern auch für ihr Umfeld grosse Auswirkungen hat», erklärt der Chefarzt des Zentrums für Alterspsychiatrie der Privatklinik Meiringen. Für den Partner bzw. die Partnerin sei es belastend, wenn der Mensch, mit dem man mehrere Jahrzehnte zusammengelebt hat, Objekte nicht mehr bezeichnen kann oder das Essen mit den Fingern zu sich zu nehmen beginnt. Ebenso könne

es auch für die Nachkommen bedrückend sein, wenn ihr Vater oder ihre Mutter auf einmal ein merkwürdiges Verhalten zeige.

### **Unterschiedliche Ursachen, ähnliche Wirkung**

Unter Demenz versteht man ein Syndrom von degenerativen Nervenveränderungen im Gehirn. Weil die Bevölkerung in der Schweiz wie in anderen Industriestaaten zusehends älter wird, ist das Thema heute weit verbreitet. Demenz kann unterschiedliche Ursachen haben. Im Vordergrund steht dabei die Alzheimer-Krankheit, von der rund zwei Drittel aller dementen Menschen betroffen sind. Weitere Formen können die vaskuläre Demenz oder die frontotemporale Demenz sein; letztere befällt im Unterschied zu anderen Demenzarten vorwiegend Menschen unter 60 Jahren.

Unabhängig von der Ursache weisen die Krankheitsbilder der verschiedenen Demenzformen Ähnlichkeiten auf. Dazu gehören Gedächtnisstörungen, Schwierigkeiten beim Erkennen und Benennen von Gegenständen und Personen, Veränderungen im sozialen Verhalten, insbesondere vermehrte Zurückgezogenheit; nicht selten kann auch eine Depression auftreten.

Eine Demenz entwickelt sich schleichend über viele Jahre hinweg. Die Betroffenen können erste Symptome



Dr. med. Younes Azizi, Chefarzt des Zentrums für Alterspsychiatrie der Privatklinik Meiringen



## Bedarfsgerechte Architektur mit viel Raum

Das Zentrum für Alterspsychiatrie der Privatklinik Meiringen befindet sich im Lenggasshüüs in Meiringen. Dank der Lage am Rand des Ortskerns bietet der Standort Ruhe und Naturnähe, ist aber dennoch gut erreichbar. Im Erdgeschoss verfügt die Einrichtung über eine geschützte Station mit zwölf Betten, darüber befindet sich die offene Station mit 14 Betten. Stationsleiterin ist Renate Häsler, Pflegefachfrau HF.



Das Zentrum für Alterspsychiatrie ist vor drei Jahren aus der früheren Station für Alterspsychiatrie der Privatklinik Meiringen hervorgegangen. Die Verlegung des Standorts vom Klinikareal in Willigen nach Meiringen brachte laut Renate Häsler mehrere Vorteile: «Uns steht am neuen Standort mehr Raum zur Verfügung.» Das betreffe einerseits die höhere Anzahl Betten, andererseits den Umstand, dass nun alle Patientinnen und Patienten über ein Einzelzimmer verfügen. Das Risiko, dass sie sich bei nächtlicher Unruhe gegenseitig stören, konnte dadurch markant reduziert werden. Zugleich verfügt das Zentrum nun über einen demenzgerecht gestalteten Gartenbereich, der von der geschützten Abteilung direkt zugänglich ist. Die Patientinnen und Patienten können den Garten somit selbständig und unbegleitet aufsuchen. Das vermittele ihnen eine gewisse Autonomie und wirke deshalb in Situationen erhöhter Anspannung deeskalierend, erklärt Renate Häsler.



Ruhig und dennoch zentral gelegen:  
Das Zentrum für Alterspsychiatrie  
im Lenggasshüüs in Meiringen.  
Für den Pflegebereich verantwortlich  
ist Stationsleiterin Renate Häsler.

anfänglich oft erfolgreich übertünchen, bis diese immer deutlicher zutage treten und die Lebensqualität zusehends beeinträchtigen. Im Vordergrund steht dabei nicht das Thema Vergesslichkeit, sondern die Frage, ob und wie der Alltag bewältigt werden kann.

### Diagnose und Behandlung

Ob tatsächlich eine Demenz vorliegt, lässt sich mit neuropsychologischen Tests und gegebenenfalls auch mit bildgebenden Verfahren wie Magnetresonanztomografie sowie durch eine Diagnose des Liquors (Nervenwassers) feststellen. An der Privatklinik Meiringen werden entsprechende Untersuchungen regelmässig durchgeführt. Besonders in frühen Stadien ist eine solche Abklärung hilfreich, denn im Unterschied zu anderen psychiatrischen Erkrankungen kann eine Demenz nicht geheilt werden. Je nach Krankheitsform ist jedoch immerhin eine Stabilisierung mittels Medikamenten möglich. Der geistige Abbau lässt sich damit zwar nicht umkehren, aber verzögern. Bei der Alzheimer-Demenz etwa stehe zu diesem Zweck eine (allerdings überschaubare) Auswahl an wirksamen Präparaten zur Verfügung, erklärt Younes Azizi.

Ein neuartiger Ansatz wird mit Antikörper-Therapien verfolgt, die in den USA entwickelt wurden und dort auch bereits zum Einsatz kommen. In der Schweiz und in Deutschland sind die Verfahren noch nicht zugelassen. Die Behandlung sei sehr aufwendig und teuer, sagt Azizi. Zudem sei sie mit zahlreichen, teilweise gravierenden Nebenwirkungen verbunden.

Neben Medikamenten liegt der zweite Schwerpunkt in der Demenzbehandlung auf der Bewegungstherapie. «Bewegung ist für demente Menschen wichtig», erklärt Younes Azizi. Die degenerativen Vorgänge im Gehirn würden sich oft in einem gesteigerten Bewegungsdrang niederschlagen. Im Zentrum für Alterspsychiatrie stehen deshalb regelmässig Ergotherapie, Physiotherapie sowie begleitete Spaziergänge mit den Patientinnen und Patienten auf dem Programm.

### Bedeutung der Prävention

Der Wissensstand im Bereich Demenz galt in Fachkreisen während langer Zeit als stagnierend. Das habe sich in den letzten Jahren geändert. Insbesondere auf dem Gebiet der Prävention gebe es neue Erkenntnisse. So



*«Im Vordergrund steht nicht die Vergesslichkeit, sondern die Frage, ob der Alltag noch bewältigt werden kann.»*

Dr. med. Younes Azizi  
Chefarzt  
Zentrum für Alterspsychiatrie  
Privatklinik Meiringen



«Im Umgang mit dementen Menschen ist es wichtig, deren Defizite nicht noch zu betonen», erklärt Dr. med. Younes Azizi.



Stationsleiterin Renate Häsler und Chefarzt Dr. med. Younes Azizi messen dem interdisziplinären Austausch im Zentrum für Alterspsychiatrie grosse Bedeutung bei.

habe sich gezeigt, dass bestimmte gesundheitliche Probleme wie Diabetes, Bluthochdruck und Schwerhörigkeit die Entwicklung einer Demenz begünstigen. Werden diese Risikofaktoren nicht frühzeitig eingedämmt, dann nimmt die Wahrscheinlichkeit zu, dass die betroffene Person später einmal dement wird. Im Umkehrschluss, so stellt Azizi fest, gilt: «Sind Cholesterin, Blutzucker oder Blutdruck gut eingestellt, dann lässt sich das Demenzrisiko zumindest stabilisieren.»

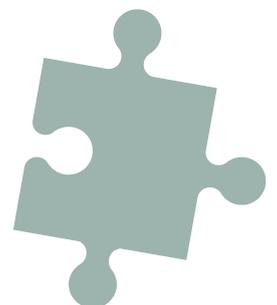
Weil Demenz auch das nahe Umfeld der erkrankten Person stark in Mitleidenschaft zieht, legt das Zentrum für Alterspsychiatrie der Privatklinik Meiringen grossen Wert auf die Angehörigenarbeit. Dabei geht es einerseits um Wissensvermittlung, damit die Angehörigen bestimmte Verhaltensweisen der erkrankten Person verstehen. So könnten diese erkennen, dass wiederholter starker Harnrang ein typisches Merkmal mancher Demenzformen sei, ebenso rastloses Umhergehen. Die Angehörigen werden zugleich dafür sensibilisiert, Defizite des Patienten bzw. der Patientin nicht noch hervorzuheben, sondern vielmehr Lücken im Kurzzeitgedächtnis zu überbrücken, indem z.B. über länger zurückliegende Ereignisse gesprochen wird, bei denen intakte Erinnerungen vorliegen.

### Entlastung für Angehörige

Andererseits soll im Rahmen der Angehörigenarbeit aufgezeigt werden, wie sich der Partner bzw. die Partnerin sowie die Kinder der Betroffenen entlasten können, indem sie durch externe Kräfte wie Spitex unterstützt werden. «Wenn sich Menschen aus dem nahen Umfeld bei der Betreuung bis zur Erschöpfung verausgaben, können sie auch der an Demenz erkrankten Person nicht mehr helfen», weiss Younes Azizi. Ein scheinbar nebensächliches, aber aufschlussreiches Indiz in dieser Richtung ist dann beispielsweise das Unvermögen, sich zu einem Konzertbesuch durchzuringen.

### Kontakt:

Privatklinik Meiringen  
Willigen  
3860 Meiringen  
+41 33 972 81 11  
[privatklinik-meiringen.ch](http://privatklinik-meiringen.ch)



Totalsanierung «Des Alpes»-Gebäude der Privatklinik Meiringen

# Moderne Pflege-Standards in Jugendstilgebäude

**Seit 1919 werden im Klinikgebäude «Des Alpes» Patientinnen und Patienten betreut. Während sich die Therapieformen über die Jahrzehnte immer weiter entwickelten, ist der Jugendstil-Bau als Wahrzeichen der Privatklinik Meiringen erhalten geblieben. Seit 2022 ist das Gebäude einer umfassenden Sanierung unterzogen worden, damit es den heutigen Anforderungen weiterhin gerecht werden kann. Dabei wurde darauf geachtet, den historischen Charme zu erhalten.**

Das Haus «Des Alpes» wurde Anfang des 20. Jahrhunderts als Hotel erbaut und bereits wenige Jahre später zu einem Klinikgebäude umgenutzt. Bis zur aktuellen Sanierung beherbergte es drei Stationen, verteilt auf vier Stockwerke. Nun wurde der Innenbereich vollständig modernisiert und erhielt eine zeitgemässe Einrichtung. Die Sanierung ging weit über frühere Massnahmen hinaus. Dennoch konnten das wertvolle Äussere und der Grandhotel-Charme erhalten bleiben.

Das Areal der Privatklinik Meiringen befindet sich in der Klinikzone, die dem «Des Alpes»-Gebäude einen dominanten Charakter zuschreibt. Die Sanierung erfüllt diese Anforderungen und unterstreicht, warum auf einen Neubau verzichtet wurde, obwohl dieser baulich womöglich einfacher gewesen wäre. «Das Haus hat für uns einen emotionalen Wert, der in die Entscheidung eingeflossen ist. Aber auch das Arbeitsumfeld unserer Mitarbeitenden ist uns wichtig», sagt Andreas Michel, Verwaltungsratspräsident der Privatklinik Meiringen.

Unter der Leitung von CEO Matthias Güdel wurden mit einem Nutzungskonzept die Grundlagen für die zukünftigen Arbeits- und Pflegeprozesse sowie die Aufteilung der Räumlichkeiten geschaffen. Daniela Wingeier, stellvertretende Pflegedirektorin der Privatklinik Meiringen, war gemeinsam mit den beiden «Des Alpes»-Stationsleiterinnen von Anfang an massgeblich in die Konzeption eingebunden. Ihre Aufgabe war es, die Betriebsabläufe optimal zu planen, um das Arbeitsumfeld der Mitarbeitenden nachhaltig zu verbessern, das Arbeitsklima weiter zu stärken und auch das Wohlbefinden der Patientinnen und Patienten zusätzlich zu steigern.



Daniela Wingeier, stellvertretende Pflegedirektorin der Privatklinik Meiringen, war im Projekt für optimale Betriebsabläufe verantwortlich.

**Umfassende Modernisierung:  
Neue Stationen und optimierte Räumlichkeiten**

Zunächst erfolgten Renovationsarbeiten im Untergeschoss und im Erdgeschoss. Dort befinden sich Behandlungs-, Gruppen- und Büroräume, die teils aufgefrischt und neu eingerichtet wurden. Im Rahmen der nachfolgenden zwei grossen Bauetappen entstanden zwei neue Stationen. Eine davon ist eine Privatstation im ersten und zweiten Stock mit 29 Betten und einer Suite. Diese Station ist speziell auf die Bedürfnisse von Zusatzversicherten oder Selbstzahlenden ausgerichtet. Es wird grosser Wert darauf gelegt, hohe Ansprüche an Komfort und medizinische Dienstleistungen zu erfüllen. Hier wird ein breites Spektrum an psychiatrischen Erkrankungen behandelt.

Im dritten und vierten Stock werden Patientinnen und Patienten mit affektiven Erkrankungen betreut. Insgesamt stehen hier 27 Betten zur Verfügung. Neu eingerichtet wurden auf jedem Stockwerk grosszügige, rollstuhlgängige Pflegezimmer. Im Zuge des Umbaus

sind moderne und helle Räume mit einer zeitgemässen Einrichtung, zum Verweilen einladende Aufenthaltsräume, neue Stationsküchen, Entspannungsbäder sowie ein Mutter-Kind-Zimmer entstanden.

**Einheitliche Infrastruktur und  
wohnliches Ambiente für alle**

«Wir haben die Infrastruktur auf den Stationen einheitlich gestaltet, um den Alltag für die Mitarbeitenden zu erleichtern, insbesondere bei einem Wechsel zwischen den Stationen», erklärt Wingeier. Gleiche Standards und die identische Gestaltung der Stationsbüros tragen dazu bei, die Zusammenarbeit zu vereinfachen und mögliche Fehlerquellen zu minimieren. Gleichzeitig wurde darauf geachtet, ein angenehmes und wohnliches Ambiente zu schaffen. «Es war wichtig, dass die Mitarbeitenden eine moderne Arbeitsumgebung erhalten und die Qualität der medizinischen Versorgung auf einem hohen Niveau gehalten werden kann. Dabei sollten gleichzeitig der Grand-

*«Das Haus ‹Des Alpes› ist mehr als nur ein Gebäude – es ist ein stiller Zeuge der Zeit. Es bleibt das Herz des Areals, getragen von unserer Verpflichtung, es für die kommenden Generationen zu bewahren.»*

Andreas Michel



Andreas Michel, Verwaltungsratspräsident und -delegierter der Privatklinik Meiringen, und Matthias Güdel, CEO der Privatklinik Meiringen, vor dem Haus ‹Des Alpes› auf dem Areal der Privatklinik Meiringen.

hotel-Charme beibehalten und der Eindruck eines traditionell-nüchternen Spitalgebäudes vermieden werden. Ebenfalls war es uns wichtig, genügend Aussenbereiche zu schaffen», fügt sie hinzu. Zur harmonischen und hochwertigen farblichen Abstimmung von Einrichtung und Ausstattung erhielt die Betriebskommission Unterstützung von Marie-Louise Michel, der Beauftragten für Kunst und Kultur in der Michel Gruppe.

### **Komfort für höchste Ansprüche**

Der Ausbaustandard beider Stationen ist weitgehend identisch und bietet hotelähnlichen Komfort für alle Versicherungsstufen. Das Dienstleistungsangebot für halb-privat oder privat versicherte Patientinnen und Patienten sowie für Selbstzahlende ist etwas erweitert worden. Die Suite, ausgerichtet auf Selbstzahlende und Zusatzversicherte sowie Personen aus dem Ausland, bietet zusätzliche Annehmlichkeiten für gehobene Ansprüche. Eine Projektgruppe arbeitet derzeit an den Details in Bezug auf die weiterführenden Leistungen für Zusatzversicherte, die beispielsweise Angebote wie Massagen und Chefarztbehandlungen umfassen.

### **Reibungsloser Umbau und Umzug dank frühzeitiger Konzeption**

Um die Sanierung während des laufenden Klinikbetriebs durchführen zu können, mussten einige Patientinnen und Patienten vorübergehend in andere Gebäude der Privatklinik Meiringen verlegt werden. Dank einer durchdachten Planung und proaktiven Kommunikation verliefen die Umzüge reibungslos und ohne Qualitätseinbussen bei der Pflege und dem restlichen Klinikbetrieb. «Alle Mitarbeitenden haben grossartig zusammengearbeitet, sodass wir die betroffenen Personen gut betreuen konnten», so die stellvertretende Pflegedirektorin.

Der Planungsprozess begann frühzeitig: Bereits im November 2021 starteten innerhalb der Geschäftsleitung die Arbeiten am Nutzungskonzept, das als Leitfaden für die gesamte Sanierung diente. Auch die Stationsleiterinnen waren aktiv an den Vorbereitungen beteiligt, was eine praxisorientierte Umsetzung sicherstellte. Dank dieser Teamarbeit verliefen Planung und Umzug reibungslos. Das Ergebnis ist ein durchdachtes, modernes Gebäude, das sowohl den Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten als auch den Anforderungen der Mitarbeitenden gerecht wird. Zusätzlich wurde sowohl bezüglich Ambiance als auch hinsichtlich der Akustik das Optimum aus dem Gebäude herausgeholt, ohne dass dieses seinen historischen Charme verlor.

Die hellen, stilvoll eingerichteten Räume mit abgestimmter Farb- und Materialgestaltung vermitteln eine wohnliche, hotelähnliche Atmosphäre und lassen den Klinikcharakter in den Hintergrund treten.



Während der CSS-Therapie behält das ärztliche Fachpersonal das Wohlbefinden der Patientinnen und Patientinnen jederzeit im Fokus und stellt ein individuell passendes Therapieprogramm zusammen.



Programm für das Central-Sensitivity-Syndrom an der Rehaklinik Hasliberg

# Neue Hoffnung für chronisch Leidende

**Schwindel, Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen und Erschöpfung – viele Menschen kennen diese Symptome. Für manche Betroffene jedoch stellen sie eine chronische Belastung dar, oft ohne klare Diagnose. Das Central-Sensitivity-Syndrom fasst schwer diagnostizierbare Erkrankungen zusammen und ist eine Herausforderung für die medizinische Praxis. Die Rehaklinik Hasliberg hat darauf reagiert und ein Therapieprogramm ins Leben gerufen.**

Wenn der Körper ohne Diagnose leidet: Erkrankte reagieren auf Reize wie Schmerz, Licht, Geräusche oder Geschmack intensiver als gesunde Menschen. Oftmals erhalten sie von der Ärztin oder dem Arzt keine erklärende Diagnose oder werden manchmal gar mit Verlegenheitsdiagnosen nachhause geschickt. Die intensive Wahrnehmung von Reizen kann zu einer starken Überlastung des gesamten Organismus und zu grosser Ermüdung bei gleichzeitig hoher Anspannung führen. Dr. Christian Dungal, leitender Arzt an der Rehaklinik Hasliberg, und Irina Wulf, stellvertretende Leiterin Therapien, ordnen die Diagnose Central-Sensitivity-Syndrom (CSS) ein, geben einen Überblick zum Behandlungspfad und machen Betroffenen und ihrem Umfeld Mut.

## **Wenn Stärke an Grenzen stösst**

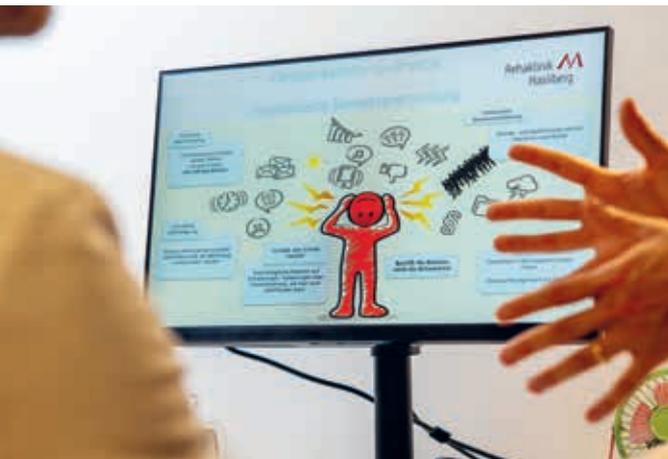
Meist sind hochempfindliche Menschen betroffen, die oft viel mit Widrigkeiten zu kämpfen hatten, eine schwere Krankheit überstanden haben oder einen Schicksalsschlag hinnehmen mussten sowie fleissige, perfektionistische oder sehr fürsorgliche Personen. Sie zeichnen sich häufig durch hohen Durchhaltewillen mit der Bereitschaft und Tendenz zur Verausgabung aus. Sie kämpfen schon lange mit Symptomen, versuchen dabei, diese im beruflichen und privaten Alltag bewährten Stärken einzusetzen, und verstehen nicht, warum ihre Bemühungen zur Genesung keinen Erfolg zeigen. Sie definieren sich stark über ihre Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit. Die Erkenntnis, dass ihnen diese Fähigkeiten nicht mehr im

### CSS und Burnout – Verwechslungsgefahr

Das Central-Sensitivity-Syndrom (CSS) wird häufig mit einem Burnout oder einer Erschöpfungsdepression verwechselt, was auf den ersten Blick nachvollziehbar scheint, da die Symptome der Erkrankungen vor allem anfangs ähnlich wirken. Die Ursache der Krankheiten liegt jedoch biologisch auf verschiedenen Ebenen; bei CSS zeigen sich bei den Zellen im gesamten Organismus strukturelle Veränderungen. Burnout ist eher als eine Reaktion auf situative Umstände zu sehen, während bei CSS der Körper meist auf Bedrohungen oder Grenzüberschreitungen von aussen wie Infektionen, schwere Erkrankungen oder Traumata reagiert. Sowohl die Genesungs- und damit die Therapiedauer als auch die Art der Behandlung unterscheiden sich teilweise deutlich. Eine Fehldiagnose kann deshalb grosse Auswirkungen haben.



In Gesprächen mit den Betroffenen wird gemeinsam definiert, welcher Weg zur Genesung Schritt für Schritt eingeschlagen werden soll.



gewohnten Rahmen zur Verfügung stehen, führt oft zu einer starken Schwächung des Selbstwertgefühls.

#### Der Weg zur Diagnose

Die Diagnose zu stellen, fordert ein hohes Mass an Einfühlungsvermögen. «Wer zur Ärztin oder zum Arzt geht, wünscht sich eine klare Diagnose. Oft ist CSS ein so abstraktes Konzept, dass man mit einem grösseren Fragezeichen nach Hause geht, als man gekommen ist», erklärt Irina Wulf. «Zumal sollte CSS nicht als Ausschlussdiagnose gesehen werden; oft tritt es reaktiv bei entzündlichen Grunderkrankungen auf», ergänzt der leitende Arzt. Steht die Diagnose oder zumindest der Verdacht, werden Betroffene an die Rehaklinik Hasliberg überwiesen. Die Leidensgeschichte mancher ist jahrzehntelang, andere erfahren zeitnah durch Empfehlungen oder Foren vom Programm.

#### Ganzheitliche Therapie

Der stationäre Aufenthalt erstreckt sich über einen Zeitraum von rund sechs bis acht Wochen, mit dem zusätzlichen Angebot einer ambulanten Nachsorge. Beim Eintritt sind die Patientinnen und Patienten meist sehr motiviert, haben jedoch Mühe, ihren aktuellen Zustand und ihre – im Alltag stark schwankenden – Belastbarkeits-



grenzen abzuschätzen. «Wir teilen ihnen bei der Ankunft behutsam mit, dass sie nach dem stationären Aufenthalt noch nicht vollständig geheilt sein werden», erklärt die stellvertretende Leiterin Therapien.

*«Auch wenn es keine schnelle Lösung gibt, ist ein langfristiger Therapieprozess lohnenswert. Es geht um eine nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität und nicht um kurzfristige Ergebnisse.»*

Dr. Christian Dungal  
Leitender Arzt  
Rehaklinik Hasliberg

Der Beginn der Therapie erfolgt idealerweise schon vor dem Eintritt in Form eines persönlichen Gesprächs, um eine Vertrauensbasis zu schaffen und über das Behandlungsmodell zu informieren. «Mit unserem interdisziplinären, multimodalen Therapie-Programm versuchen wir, der Komplexität und Vielschichtigkeit der Grundproblematik gerecht zu werden», informiert Dungal. Nach seiner Erfahrung ist mit einer zielgerichteten Therapie und durch anhaltende Veränderungen in der Alltagsgestaltung eine nachhaltige Besserung möglich. Hierfür ist es essenziell, den betroffenen Menschen therapeutisch ins Zentrum zu stellen und das Programm bestmöglich zu individualisieren. Ebenso ist eine enge kommunikative Begleitung wichtig.

«Wir haben verlernt, auf Feedbacks unseres Körpers zu hören, und nehmen körperliche Signale stattdessen eher als Bedrohung wahr», stellt Wulf fest. Oft braucht es eine Anpassung der bisherigen Lebensweise sowie der Einstellung zum eigenen Körper. Dies ist meist ein schmerzhafter Prozess, gefolgt von einer emotionalen Krise. Besonders dann, wenn die Erkrankten ihren Wert zeitlebens über ihre Aufgabe oder Funktion definiert haben und realisieren, dass die Heilung möglicherweise länger dauert, dass es grundlegender Veränderungen im Alltag bedarf und nicht einfach alles «wie früher» sein wird.

In diesem Prozess spielen auch die Angehörigen und das Arbeitsumfeld eine wichtige Rolle. Neben der Erfahrung, vom Umfeld ernst genommen zu werden, sind Vertrauen und eine gute Kommunikation wichtig. Zur Sensibilisierung bietet die Rehaklinik Hasliberg Angehörigengespräche an. Zusätzlich lernen die Patientinnen und Patienten, zu reflektieren, ihre Situation zu kommunizieren und wahrzunehmen, ob ihr Umfeld bereit ist, zuzuhören und Verständnis zu zeigen.

Während der Therapie sollen Betroffene mit anderen in Kontakt treten. In Gruppensitzungen stellen Patientinnen und Patienten fest, dass Personen mit unterschiedlichen Grunderkrankungen ähnliche Symptome erleben können. Gemeinsam erkennen sie, dass es nicht nur um

den Verursacher ihrer Beschwerden geht, sondern um die beeinflussbare körperliche Reaktion darauf. Die Krankheit ist real und die körperlichen Symptome folgen biologischen Gesetz- und Regelmässigkeiten. Es gilt zu lernen, sich selbst mit Verständnis und Wertschätzung zu begegnen und wieder eine harmonische Beziehung zum eigenen Körper aufzubauen. «Wir begleiten die Leute auf ihrem Weg. Sie sollen aber zur eigenen Fachperson in ihrem Genesungsprozess werden», stellt Dungal klar. Ein aktives, dynamisches Pausenmanagement ist von grosser Wichtigkeit. Der Therapieprozess findet somit weniger in therapeutischen Sitzungen statt, sondern vielmehr in der Zeit dazwischen. Eine kontinuierliche Fürsorge für sich selbst ist unerlässlich. «Wir gehen auch nicht einmal jährlich zur Zahnärztin oder zum Zahnarzt, um Karies zu behandeln. Uns ist bewusst, dass regelmässige Pflege sinnvoll und wichtig und vor allem nachhaltig ist», betont Wulf. Es geht um Prävention und Achtsamkeit, sich selbst gegenüber. Die Erwartung, dass eine sofortige Wirkung nach einer Behandlung eintritt, ist unrealistisch. Es ist ein langer Weg, der aber schrittweise Erfolge aufweist. Am Hasliberg erhalten Betroffene somit die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen zu erkunden, was für sie funktioniert und was nicht. Die eigentliche Therapie findet nach dem Aufenthalt im vertrauten Umfeld statt, so Christian Dungal: «Auch wenn es keine schnelle Lösung

gibt, ist ein langfristiger Therapieprozess lohnenswert. Es geht um eine nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität und nicht um kurzfristige Ergebnisse.»

#### **Von der Erkrankung zur Genesung**

«Genesung ist möglich. Es braucht aber Geduld und Verständnis von den Patientinnen und Patienten und deren Umfeld.» Irina Wulf macht die Erfahrung, dass Betroffene oft möglichst viele Therapien in kurzer Zeit absolvieren möchten, um schnell gesund zu werden. «Das funktioniert nicht. Es braucht Ruhepausen. Patientinnen und Patienten mit CSS müssen lernen, wieder zur Ruhe zu kommen, damit sie die Gelegenheit erhalten, sich zu fragen, wie es ihnen geht und was sie brauchen.» Eine aktive Haltung im Umgang mit den Symptomen ist ein gutes Zeichen für die Prognose. Eine vollständige Rückkehr zum vorherigen Zustand ist selten, aber eine signifikante Verbesserung der Lebensqualität und ein grösseres Mass an Selbstbestimmung sind realistische und erstrebenswerte Ziele.

#### **Kontakt:**

Rehaklinik Hasliberg  
6083 Hasliberg Hohfluh  
+41 33 533 91 00  
rehaklinik-hasliberg.ch



In der Rehaklinik Hasliberg finden Betroffene einen Ort des Verständnisses und der Hoffnung auf Genesung.



Zeynep Yildiz, 1988 am Bodensee aufgewachsen, hat nach ihrem Studium zur Sozialarbeiterin sechs Jahre in der Psychiatrie als Sozialberaterin mit Spezialgebiet komorbide Störungen (Sucht/Depression/Psychose) gearbeitet. Davor war sie in verschiedenen sozialarbeiterischen Bereichen tätig, unter anderem als Mediatorin im Täter-Opfer-Ausgleich für die Jugendhilfe im Strafverfahren und Bewährungshilfe. Zusätzlich hat sie eine Supervision/Coaching- und Mediationsausbildung und setzt ihre Fähigkeiten bei der Beratung gezielt ein.

Mitarbeitende der Michel Gruppe:  
Zeynep Yildiz, Leiterin Sozialberatung, Rehaklinik Hasliberg

## Mit Herz und Hingabe

«Ich habe das Glück, mit wunderbaren Menschen zusammenzuarbeiten. Denn damit meine Arbeit gelingt, ist die Unterstützung meiner Kolleginnen und Kollegen unerlässlich. Als Teil eines interdisziplinären Teams, das jede Patientin und jeden Patienten individuell und ganzheitlich betreut, sehe ich mich als Rädchen im Getriebe, das seinen Beitrag zur Genesung oder Gesunderhaltung leistet.

Niemand hat sich seine Krankheit ausgesucht. Mir ist es wichtig, dass sich die Patientinnen und Patienten bei uns wohlfühlen und wir sie nach dem biopsychosozialen Ansatz behandeln können. Das bedeutet, dass wir psychologische, medizinische und soziale Faktoren gleichermaßen berücksichtigen. Ein Beispiel: Einmal betreute ich einen Patienten, der keinen Magen mehr hatte. Um ihn optimal unterstützen zu können, war ich sowohl auf die Informationen des zuständigen Arztes und der Ernährungsberatung als auch auf die Unterstützung des behandelnden Psychologen angewiesen. So konnte ich vorausschauend handeln und gezielt mit der Invalidenversicherung bzw. dem Arbeitgeber zusammenarbeiten und eine Perspektive aufbauen.

An meiner Arbeit schätze ich besonders, dass meine vielfältigen Kompetenzen eingesetzt werden können. Natürlich gibt es auch Herausforderungen, vor allem bei der Berücksichtigung komplexer sozialrechtlicher und medizinischer Faktoren, die individuell betrachtet werden müssen. Manche Betroffene haben bereits alle ambulanten Möglichkeiten ausgeschöpft und sind oder waren bis zur Klinikaufnahme noch berufstätig, andere sind

seit zwei Jahren krankgeschrieben. Die Aufgabe besteht darin, die individuellen Bedürfnisse und Ressourcen zu erkennen und passgenaue Lösungen zu finden.

Seit 2021 arbeite ich als Sozialberaterin bei der Michel Gruppe. Nach einer Umstrukturierung wurde ich dauerhaft am Standort Hasliberg angestellt. Seit 2023 leite ich offiziell die Abteilung Sozialberatung. Neben der Begleitung von Patientinnen und Patienten sowie von deren Angehörigen während der Rehabilitation und des Austritts sowie bei der Bewältigung der Krankheit und deren Folgen bin ich auch für den Aufbau der Abteilung und die Entwicklung von Prozessen verantwortlich.

Die Sozialberatung der Abteilung ist zu 100 % durch mich abgedeckt, mit einer Betreuung von rund 30 Patientinnen und Patienten. Momentan bewältige ich das Arbeitspensum dank meiner langjährigen Erfahrung und effizienter Arbeitsweise bestens. Auch die Häufigkeit der Gespräche ist unterschiedlich: Manche brauchen nur eine kurze Beratung, andere wünschen eine intensivere Betreuung.

Ich teile und präsentiere gerne die schönen Dinge des Lebens. Als vielseitig interessierter Mensch habe ich auch privat immer wieder Projekte, die mir den perfekten Ausgleich bieten. Ich organisiere regelmässig Table-Art-Essen, jedes Mal unter einem bestimmten Motto. Gäste aus der ganzen Schweiz besuchen mich gerne auf dem Hasliberg. Mit dieser Hingabe kann ich meine Begeisterung für kulinarische Erlebnisse und gehobene Gastlichkeit verbinden und gleichzeitig meine Work-Life-Balance wahren.»

Christina Auf der Maur, diplomierte Kunsttherapeutin an der Privatklinik Meiringen, stellt Mal-Prozesse für den Alltag vor. Mit einem kleinen Notizbuch können die Übungen auch unterwegs gemacht werden.



Kunsttherapie als Wegbegleiter im Alltag

## Wie Kunst Gefühle sichtbar macht



**Zur Ruhe kommen, Grenzen erkennen und neue Ressourcen wecken – die Kunsttherapie in der Privatklinik Meiringen ermöglicht es den Patientinnen und Patienten, durch Farben und Materialien Gedanken loszulassen, in sich einzutauchen und ihre Werke wertfrei zu geniessen. Auch zu Hause hilft der Mal-Prozess zu entspannen, und den Alltag für einen Moment hinter sich zu lassen.**

«Viele Patientinnen und Patienten, die zu mir in die Therapie kommen, glauben, nicht malen zu können», schildert Christina Auf der Maur. Es sei schön zu sehen, wie sie im Therapieprozess entdecken, dass es nicht so ist. Oft erkennen sie, dass das kreative Schaffen ihnen guttut. Das motiviert die diplomierte Kunsttherapeutin, die Patientinnen und Patienten Schritt für Schritt auf dem Weg zu dieser Erkenntnis zu begleiten. Sie hilft ihnen, Gedanken und Gefühle durch kreative Prozesse sichtbar und erlebbar zu machen. Die Teilnehmenden werden von ihr während des Prozesses aktiv begleitet; sie fragt nach ihren Gefühlen und warum sie bestimmte Farben oder Formen gewählt haben. Es sei wichtig, eine enge Verbindung aufrechtzuerhalten, damit sie sich aufgehoben und verstanden fühlen. Auch ohne aktive Begleitung der Kunsttherapeutin ebnet der Mal-Prozess den Weg, um zur Ruhe zu kommen und sich auf sein Inneres zu fokussieren.

Durch die wiederholten Bewegungsabläufe – ob mit offenen oder geschlossenen Augen, auf grossformatigem Papier oder in einem kleinen Notizbuch – wird die Aufmerksamkeit beim Malen auf den Moment gelenkt, auf das Hier und Jetzt. Gedanken lösen sich, Zeit und Raum werden vergessen. Farben und Formen fließen intuitiv auf das Papier, und erst später wird klar, wie viel geschaffen wurde und welche Farbkombinationen sich ergeben haben. Dabei entstehen wahre Kunstwerke oder faszinierende Formen, manchmal bleiben die Werke schlichter – doch das ist nicht entscheidend. Vielmehr geht es darum, im kreativen Fluss zu bleiben und das innere Wohlbefinden zu fördern. Auf diese Weise gelingt es, die Aussenwelt, den Alltag sowie Probleme und Herausforderungen für eine gewisse Zeit auszublenden. Anschliessend kann man ihnen mit neuer Energie und innerer Zentrierung wieder begegnen.



### Individuelles Arbeiten

Für die Übungen zu Hause benötigen Sie kein professionelles Atelier. Christina Auf der Maur zeigt Ihnen, wie Sie diese auch in den eigenen vier Wänden oder unterwegs umsetzen können.

Sie benötigen einfach Papier oder ein Notizbuch, Stifte und ein paar Farben. Um das Gehirn noch mehr zu entlasten, versuchen Sie, die Übungen mit der ungeübten Hand auszuführen. Jede Übung sollte mindestens 15 Minuten dauern. Am Ende betrachten Sie Ihre Arbeit und reflektieren, warum Sie bestimmte Farben oder Formen gewählt haben.



### 1. Der Stabilisierungs-Kreis

Setzen Sie sich und wählen Sie eine Farbe, bei der Sie sich wohl fühlen. Mit dieser Farbe beginnen Sie den ersten Kreis. Wichtig ist, dass Sie die Kreise langsam malen und diese mit verschiedenen Farben immer grösser werden lassen. Diese Übung bewirkt, dass durch die Kreisbewegung die Gehirnhälften entlastet werden, Sie sich entspannen und wieder zentrieren.

### 2. Das Stabilisierungs-Quadrat

Diese Übung eignet sich, wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie mehr Struktur in Ihrem Leben brauchen. Setzen Sie sich hin und wählen Sie eine Farbe, bei der Sie sich wohl fühlen. Dann beginnen Sie, unterschiedlich grosse Quadrate übereinander zu malen. Die Übung kann auch unterwegs in einem Notizbuch mit Bleistift oder Kugelschreiber durchgeführt werden.

### 3. Das Atembild-Kritzeln

Nehmen Sie einen Bleistift in jede Hand, schliessen Sie die Augen und machen Sie während ein bis zwei Minuten bei jeder Einatmung kreisende Bewegungen. Es ist hilfreich, das Papier zu fixieren. Es entstehen Formen und Flächen, die Sie anschliessend ausmalen können. Das «Kritzeln» tut gut, weil sich ohne Nachdenken auf einfache Weise Entspannung einstellen kann.

### 4. Die liegende 8

Um im Fluss zu bleiben, zeichnen Sie auf ein Blatt Papier mit verschiedenen Farben eine liegende 8. Die Farbwahl erfolgt intuitiv und lässt einen in sich gehen. Wird die Übung auf einem grossen Blatt Papier auf dem Tisch oder an der Wand durchgeführt, kommt zusätzlich der ganze Körper in Bewegung.

### 5. Gefühlskreis

Finden Sie eine passende Farbe, um Ihre Gefühle auszudrücken. Setzen Sie sich hin und wählen Sie ein Feld aus. Fragen Sie sich, wie Sie sich jetzt fühlen. Sind Sie wütend oder traurig? Welche Farbe hat dieses Gefühl? Die Übung ermöglicht, dass alle Gefühle ihren Platz und ihre Berechtigung haben. Der Kreis muss nicht an einem Tag fertig ausgemalt werden.





John Schmocker,  
Geschäftsführer der  
Stiftung Helsenberg

Stiftung Helsenberg setzt neue Richtlinien um

# Mehr Autonomie für Menschen mit Beeinträchtigung

Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung benötigen Wohn- und Arbeitsmöglichkeiten, die speziell auf ihre Bedürfnisse und Ressourcen zugeschnitten sind. Die Stiftung Helsenberg stellt entsprechende Angebote bereit. Sie betreibt im östlichen Berner Oberland drei Wohnheime und verfügt in ihren Werkstätten über geschützte Arbeitsplätze; zudem bietet sie in Zusammenarbeit mit verschiedenen Betrieben der Region auch externe Arbeitsmöglichkeiten.

Wie andere Institutionen im Gesundheits- und Sozialbereich steht die Stiftung Helsenberg vor einer bedeutenden Umstellung der Finanzierungsgrundlagen. Der Grund dafür ist das Gesetz über die Leistungen für Menschen mit Behinderung (BLG), das Anfang 2024 im Kanton Bern in Kraft getreten ist. Die neuen Bestimmungen führen zu einer umfassenden Neuausrichtung im Bereich der Unterstützung von beeinträchtigten Menschen.

Bisher erhielten Institutionen, die Leistungen für Personen mit physischen und/oder psychischen Beeinträchtigungen erbringen, eine Abgeltung vom Kanton. Neu fließen diese Mittel direkt an die betroffenen Menschen, damit sie die benötigten Leistungen selbst bezahlen können. Die Höhe der Vergütung wird auf der Basis einer individuellen Bedarfsermittlung festgelegt.

«Die neue Regelung bringt Menschen mit einer Beeinträchtigung deutlich mehr Selbstbestimmung», sagt John Schmocker, Geschäftsführer der Stiftung Helsenberg. «Eine Person, die Unterstützung benötigt, kann nun

selbst entscheiden, wo und in welcher Form sie die Leistungen bezieht, die sie braucht.» Das ermöglicht gemäss den Kantonsbehörden deutlich mehr Flexibilität als mit der bisherigen, auf Pauschalabgeltungen basierenden Regelung. Grosse Lücken wies das bisherige System zudem bei unterstützungsbedürftigen Menschen auf, die zuhause statt in einer Institution leben. Diesen Mangel hebt das BLG ebenfalls auf, indem der Kanton neu auch ambulante Leistungen vergütet.

Die Umstellung auf das neue System erfordert initial einen beträchtlichen Anpassungsaufwand. Sie erfolgt deshalb etappiert. Die Stiftung Helsenberg sieht den Wechsel für Anfang 2026 vor. John Schmocker rechnet damit, dass auch die Bedarfsermittlungen, die in Zukunft vorzunehmen sind, zu höherem Aufwand führen werden. Er erkennt darin jedoch klare Vorteile: «Auf diese Weise können wir unsere Angebote noch besser auf die individuellen Bedürfnisse unserer Klientinnen und Klienten ausrichten.»

## Kontakt:

Stiftung Helsenberg  
Willigen  
3860 Meiringen  
+41 33 972 81 15  
stiftung-helsenberg.ch



Susanne Huber ist Geschäftsführerin der Volkswirtschaft Berner Oberland. Sie hat als Gemeindepräsidentin von Meiringen den Aufbau der Ärztezentrum Oberhasli AG begleitet und ist Präsidentin des Verwaltungsrats der Berner Bildungszentrum Pflege AG, welche die Ausbildung für Pflegefachpersonen HF im Kanton Bern verantwortet. Susanne Huber und ihr Team engagieren sich in Projekten im Berner Oberland, welche die Vernetzung verschiedener Akteurinnen und Akteure im Gesundheitswesen zum Ziel haben.

## Integrierte medizinische Versorgung im Berner Oberland

Eine gute medizinische Grundversorgung ist für einen Wirtschafts- und Lebensraum von grosser Bedeutung. Deshalb engagiert sich die Volkswirtschaft Berner Oberland aktuell mit zwei Projekten in diesem Bereich. Beide Projekte fokussieren auf die integrierte medizinische Versorgung. Auch in unserer Region stehen etliche Hausärztinnen und Hausärzte vor der Pensionierung und haben Schwierigkeiten, eine Nachfolge für ihre Praxis zu finden. Ebenso kämpfen Akutspitäler mit dem Fachkräftemangel und den hohen Kosten. Viele Menschen haben keine Hausärztin oder keinen Hausarzt mehr. Bei medizinischen Problemen suchen sie, ebenso wie die Gäste in unseren Tourismusregionen, den Spitalnotfall auf und müssen dabei, je nach Situation, erhebliche Wartezeiten in Kauf nehmen. Der ärztliche Notfalldienst in den Hausarztpraxen ist bei der jüngeren Generation von Ärztinnen und Ärzten nicht mehr gefragt.

Mit dem Aufbau von Gemeinschaftspraxen konnte in vielen Gemeinden ein Lösungsansatz umgesetzt werden. Das reicht jedoch nicht, um die Abdeckung an medizinischen Fachpersonen in allen Tälern zu sichern. Oft landen Menschen im Spitalnotfall, weil sie bei keiner Hausarztpraxis gemeldet sind oder sich erst ausserhalb der Praxisöffnungszeiten um ihr medizinisches Problem kümmern können oder wollen.

Braucht es immer die ärztliche Fachperson, die den Patienten bzw. die Patientin behandelt? Könnte mit einem gezielten Einsatz von gut qualifizierten Pflegefachleuten eine Entlastung von überlasteten Notfallaufnahmen und Hausarztpraxen gelingen? Wäre es sinnvoll, mit einer Erweiterung von medizinischen Leistungen bei den Patientinnen und Patienten zuhause die anderen Angebote zu entlasten? Werden die neuen technologischen Möglichkeiten bereits genügend eingebunden, um die medizinische Versorgung einfacher und günstiger zu gestalten? Ist der Anreiz da, die Prozesse personenzentriert abzuwickeln?

Die Akteure im Gesundheitswesen engagieren sich für eine gute Versorgung, kämpfen jedoch alle mit zunehmenden Herausforderungen. Mit dem Projekt integrierte Versorgung Berner Oberland will die Volkswirtschaft Berner Oberland einen Beitrag zur vermehrten Zusammenarbeit, zum Austausch und zu einer Anpassung von Rollenbildern und Prozessen leisten. Wir sind überzeugt, dass ein solches Modell aufgrund der geografischen Ausprägung unserer Region mit ihren verzweigten Tälern ein wichtiger Bestandteil einer guten Gesundheitsversorgung ist. Damit unsere Vision Realität werden kann, braucht es die Offenheit und die Bereitschaft der verschiedenen Akteure im Gesundheitswesen, gemeinsam neue Lösungen zu suchen und umzusetzen.

## Privatklinik Meiringen



### Verhaltenstherapiewoche 14. bis 16. März 2025

Bereits zum 19. Mal organisiert die Privatklinik Meiringen in Zusammenarbeit mit dem Institut für Gesundheitsförderung IFT München die Verhaltenstherapiewoche. In diesem Jahr steht die Veranstaltung unter dem Schwerpunktthema «Psychotherapie über die Lebensspanne».

Die Verhaltenstherapiewoche ist eine interdisziplinäre, zertifizierte Fortbildungsveranstaltung für Angehörige staatlich anerkannter Berufe aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. Teilnehmen können praktisch tätige Fachpersonen aus den Bereichen Psychotherapie, Psychologie, Medizin und Pädagogik. Praktikerinnen und Praktiker werden mit neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen sowie erprobtem Praxiswissen vertraut gemacht. Die Dozierenden sind in Praxis und Theorie langjährig erfahrene, fachlich und didaktisch qualifizierte Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten aus der Schweiz und Deutschland.

Das Detailprogramm ist bei der Privatklinik Meiringen erhältlich oder auf der Internetseite unter «Veranstaltungen» abrufbar.

+41 33 972 81 11, [privatklinik-meiringen.ch](http://privatklinik-meiringen.ch)

## Rehaklinik Hasliberg

### Rehaklinik Hasliberg hat als Weiterbildungsstätte neu A-Status

Die Rehaklinik Hasliberg hat im Frühling 2024 vom Berufsverband der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH in den Bereichen physikalische Medizin und Rehabilitation den Status einer A-Klinik erhalten. Es wurde ihr unter den schweizerischen rehabilitativen Ausbildungsinstitutionen eine sehr gute Position und lehrreiche Atmosphäre attestiert.

+41 33 533 91 00, [rehaklinik-hasliberg.ch](http://rehaklinik-hasliberg.ch)



### Kryotherapie – neues Angebot an der Rehaklinik Hasliberg

Die Kryotherapie ist eine medizinische Behandlung, die mit Kälte arbeitet. Die Kältetherapie bietet bemerkenswerte gesundheitliche Vorteile: Sie stärkt das Immunsystem, kann Schmerzen lindern und wirkt sich unterstützend auf die Psyche aus. Kalte Temperaturen sind essenziell für die Gesundheit und haben vielfältige positive Effekte auf den Körper.

**Privatklinik**   
Meiringen

**Zentrale, Empfang**

+41 33 972 81 11  
info@privatklinik-meiringen.ch  
Mo-Fr: 08:00-20:00 h  
Sa/So: 08:00-12:30 h, 13:30-18:30 h

**Patientenaufnahme**

+41 33 972 85 65  
pa@privatklinik-meiringen.ch  
Mo-Do: 07:30-17:00 h  
Fr: 07:30-16:30 h

Matthias Güdel, MBA  
CEO  
+41 33 972 82 16  
matthias.guedel@privatklinik-meiringen.ch

Prof. Dr. med. Thomas J. Müller  
Ärztlicher Direktor, Chefarzt  
+41 33 972 82 90  
thomas.mueller@privatklinik-meiringen.ch

Lilian Jäger, MSc OE  
Pflegedirektorin  
+41 33 972 85 80  
lilian.jaeger@privatklinik-meiringen.ch

**Rehaklinik**   
Hasliberg

**Rezeption**

+41 33 533 91 00  
info@rehaklinik-hasliberg.ch  
Mo-Do: 08:00-18:00 h, Fr: 08:00-17:00 h  
Sa/So: 08:30-12:00 h, 13:00-17:00 h

**Bettendisposition**

+41 33 533 91 20  
bettendisposition@rehaklinik-hasliberg.ch  
Mo-Fr: 08:00-12:00 h, 13:00-17:00 h

**Ambulante Physiotherapie**

+41 33 533 92 42  
physio@rehaklinik-hasliberg.ch  
Mo-Fr: 07:30-12:00 h, 13:00-17:00 h

Arton Ramosaj  
Stv. CEO, Leiter Therapien  
+41 33 533 92 40  
arton.ramosaj@rehaklinik-hasliberg.ch

Dr. med. Georgios Kokinogenis  
Stv. Chefarzt, Leiter ZSSM  
+41 33 533 92 08  
georgios.kokinogenis@rehaklinik-hasliberg.ch

Wolfgang Oster, MAS MPH  
Leiter Pflege  
+41 33 533 92 60  
wolfgang.oster@rehaklinik-hasliberg.ch

**Stiftung**   
Helsenberg

John Schmocker  
Geschäftsführer  
+41 33 972 85 70  
john.schmocker@stiftung-helsenberg.ch

**Wohnheim Mosaik Interlaken**

Monika Strauss  
Leiterin  
+41 33 821 14 32  
monika.strauss@stiftung-helsenberg.ch

**Wohnheim Mosaik Ringgenberg**

Petra Frutiger  
Leiterin  
+41 33 821 10 22  
petra.frutiger@stiftung-helsenberg.ch

**Wohnheim Mosaik Meiringen**

Anna Loretan  
Leiterin  
+41 33 971 44 75  
anna.loretan@stiftung-helsenberg.ch



**Wettbewerb**

Gewinnen Sie eine  
Übernachtung inklusive  
Frühstück für zwei Personen  
im Hotel Gasthof zur Post.

**Aussicht und Gastfreundschaft im «Pöstli» Hasliberg Goldern**

Tradition trifft in diesem prächtigen Berner Bauernhaus auf Zeitgemässes und Altbewährtes wird mit neuen Ideen kombiniert. Die Gäste geniessen eine atemberaubende Sicht auf die Wetterhorngruppe und die Engelhörner und werden von der Gastgeberfamilie verwöhnt, die alles daran setzt, ihren Besucherinnen und Besuchern den Aufenthalt im Berner Oberland zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen.

Füllen Sie den nebenstehenden Talon aus und schicken Sie ihn an:  
Michel Gruppe AG, Wettbewerb, Willigen, 3860 Meiringen.  
Oder senden Sie den Lösungsbuchstaben inkl. Ihrer Postanschrift per E-Mail an:  
blickpunkt@michel-gruppe.ch

Einsendeschluss: 28. Februar 2025. Die Gewinnerin oder der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt und in der nächsten Ausgabe von «Blickpunkt Gesundheit» bekannt gegeben. Teilnahmeberechtigt sind Personen ab 18 Jahren, ausgenommen die Mitarbeitenden der Michel Gruppe AG. Der Wettbewerbspreis wird nicht bar ausbezahlt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

In der letzten Ausgabe von «Blickpunkt Gesundheit» lautete die Wettbewerbsfrage:  
Über wie viele Betten verfügt das Psychiatriezentrum für junge Erwachsene in Thun? Die richtige Antwort heisst: (C) 30. Eine Übernachtung inklusive Frühstück für zwei Personen im Hotel Grimselfasshöhe gewonnen hat:  
**Susanne Zwahlen, Unterseen BE.** Wir gratulieren herzlich.

**Welche Zahl soll beim Mal-Prozess liegend auf Papier gebracht werden, um sich zu entspannen?**

(Zutreffende Antwort einkreisen/ankreuzen)

- A 0
- B 6
- C 8

Vorname + Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ + Ort: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

# Du bist der Schlüssel zum Erfolg.

## Komm in unser Team.



Bewirb dich jetzt für eine Stelle  
in der Michel Gruppe.

[michel-gruppe.ch/karriere](https://michel-gruppe.ch/karriere)

Michel Gruppe 

Privatklinik Meiringen · Rehaklinik Hasliberg  
Stiftung Helsenberg · Wäscherei Haslital · Kita Haslital