

## Zusammenarbeit als grosse Chance

**Winterthur:** Die Rehaklinik Zihlschlacht und das Kantonsspital Winterthur (KSW) arbeiten im Bereich der Patientenbetreuung seit langem zusammen. Das KSW überweist eine grosse Zahl Patienten zur neurologischen Rehabilitation an die Rehaklinik Zihlschlacht. Eine neue Kooperationsvereinbarung wird die Zusammenarbeit ausbauen und die Abläufe in der Patientenbetreuung weiter verbessern.

Zihlschlacht ist eine führende Spezialklinik ausschliesslich für neurologische Rehabilitation. Sie bietet ausgezeichnete medizinische Behandlung, professionelle Therapie und Pflege sowie eine individuelle, von Menschlichkeit und Respekt getragene Betreuung. Die Klinik ist spezialisiert auf die Behandlung von hirn- und nervenverletzten Menschen mit dem Ziel der Wiedereingliederung in den Alltag. Pro Jahr werden in der Klinik rund 1000 Patienten stationär rehabilitiert, wovon 90 Prozent in ihr gewohntes Umfeld zurückkehren können. Das Kantonsspital Winterthur baute den Fachbereich Neurologie mit der Eröffnung einer Stroke-Unit im April 2013 weiter aus und stärkte damit die Versorgung von Patienten mit einem Schlaganfall. Innerhalb eines Jahres wurden bereits 250 Patienten behandelt. Mit der intensivierten Zusammenarbeit zwischen Zihlschlacht und dem KSW wird die Behandlungsqualität am Übergang von der Akut- zur Rehabilitationsphase im Rahmen der integrierten Versorgung weiter verbessert.

Von diesem verbesserten Behandlungspfad profitieren die Patienten. Den Leistungserbringern ermöglicht die koordinierte Planung den optimalen Einsatz von Ressourcen. Die Vertragspartner sind bestrebt, die Zusammenarbeit über diese Kooperationsvereinbarung hinaus nachhaltig zu vertiefen und zugunsten der Patienten sowie der Kostenträger weiterzuentwickeln. red.

### apropos

#### Austausch gesucht

**Winterthur:** Eine Frau aus dem Raum Winterthur sucht Austausch mit Menschen, die in ihrer Kindheit körperliche und seelische Misshandlungen erlebt haben, und möchte eine Selbsthilfegruppe ins Leben rufen. Die Mitglieder sollten sich darin unterstützen, Strategien zur Bewältigung der Schwierigkeiten zu entwickeln. Die Gruppe wird anfangs von einer Mitarbeiterin des Selbsthilfenzentrums begleitet. red.

Weitere Infos: Selbsthilfezentrum Region Winterthur, Telefon 052 213 80 60

# «Du weisst nie, was morgen ist»

Ein Autounfall veränderte das Leben von Sarah Stucki komplett. Die Bernerin erzählte am Montag an der ZHAW über ihre Hirnverletzung. Ihre Botschaft ist deutlich: «Geniesse das Hier und Jetzt.»

**Winterthur/Bern:** Es ist eine Geschichte, die berührt. Am Montag, am Welttag der Ergotherapie, erzählte Sarah Stucki aus Bern an der ZHAW über ihre Hirnverletzung und aus ihrem Leben. Für sie ist es wichtig, dass sich Hirnverletzte öffnen: «Die meisten Menschen wissen nicht, was die Verletzung bedeutet.» Sarah Stucki spricht sehr offen über diese Behinderung, denn sie möchte, dass Informationen und Hinweise über Hirnverletzungen publik werden.

Vor zehn Jahren war Sarah Stucki und drei Freundinnen in Sardinien in den Ferien. Gemeinsam unternahmen sie mit dem Auto einen Ausflug. Erst im Nachhinein erfuhren sie, dass diese Strasse Todesstrasse genannt wird: Wenn die Sonne scheint, blendet es dort so stark, dass man nichts sieht. An einer Kreuzung kamen drei Autos gleichzeitig an – in einem davon sass Sarah Stucki und ihre Freundinnen. Es knallte. «Ich erinnere mich weder an den Unfall, an die Ferien noch an die vorhergeh-

enden drei Monate», sagt die 34-Jährige. Ein deutscher Arzt, «ihr Schutzensgels», belebte Sarah Stucki am Unfallort wieder. Die Bernerin lag für etwas mehr als einen Monat mit einem Schädelhirntrauma im Koma. Anfangs war der Regaltransport in die Schweiz nicht möglich, zu unsicher war ihr Zustand.

#### Ein zweites Leben geschenkt

Die Lehrerin erhielt ein einzigartiges Geschenk: ein zweites Leben. Was einerseits ein Wunder war, bedeutete andererseits für Sarah Stucki viel Arbeit. «Ich war wieder wie ein Säugling.» Die leidenschaftliche Freizeitsportlerin musste alles neu erlernen: lesen, rechnen, fahren mit dem Rollstuhl, sprechen. Keine leichte Aufgabe für die damals 24-Jährige. «Einmal wollte ich mich bei Freunden für einen Besuch im Spital bedanken», erinnert sich Sarah Stucki. «Aus meinem Mund kam aber grundlos: Der Lift ist voll.»

Während eines Jahres war sie in zwei Rehabilitationskliniken im Kanton Bern. Schritt für Schritt lernte sie in den Therapien, das was früher ein Kinderspiel für sie war. «In der Ergotherapie musste ich Symbole erkennen, etwas suchen oder schulte meine Feinmotorik.»

Ihre Erinnerungen an dieses Jahr bestehen nur aus einzelnen Bildern, ihr Gehirn musste damals zu viel Neues aufnehmen. Als Sarah Stucki aus der Rehabilitation

entlassen wurde, fiel sie in ein Loch: Nach einer Hirnverletzung kann man nicht dort weiterfahren, wo man verblieben war. Sie war und ist heute noch invalid. Ihr Beruf als Lehrerin fehlte ihr, Sport war unmöglich und ihre Freunde arbeiteten tagsüber. Sie wurde dann mit der Langweile und der Leere konfrontiert und rutschte in Depressionen.

#### «Wieso laufen Sie so blöd?»

Heute blickt sie mit viel Dankbarkeit auf die Unterstützung, die sie damals erhalten hat, zurück. «Meine Mutter sagte mir: Du hast das schönste Geschenk, ein zweites Leben, erhalten.» Aber nicht nur die Familie stand immer hinter ihr. Auch die Vereinigung für Menschen mit Hirnverletzung «Fragile Suisse» und eine Neuropsychologin halfen Sarah Stucki, dass Leben wieder schmackhaft zu machen.

Das war etwas vom Wichtigsten, das sie gelernt hat: «Ich geniesse die Gegenwart, jeden Tag aufs Neue.» Mittlerweile arbeitet Sarah Stucki 20 Prozent in einer Tagesschule. Mehr ist nicht möglich, zu schnell kommt die Müdigkeit und zu schnell verschwindet die Konzentration und Aufmerksamkeit. «Nach einigen Stunden bin ich so erschöpft, dass ich mich ein bis zwei Tage erholen muss.»

Sarah Stucki arbeitet gerne mit den Kindern und schätzt ihre ehrliche und direkte Art. «Wenn sie mich fragen, wieso ich so blöd laufe, kann ich von meinem Unfall erzählen und sie verstehen es.» Bei Erwachsenen sei das anders, die urteilen und schubladisieren ohne etwas, über sie zu wissen. Ein Passant, frühmorgens am Bahnhof Bern, hielt Sarah Stucki wegen ihres Laufstils für eine Drogensüchtige und warf ihr an den Kopf, dass sie in die Hölle komme. «Ich habe keine Probleme auf Fragen zu antworten, aber wenn jemand einfach über mich urteilt, bricht es mir das Herz.»

#### Aufgaben ist keine Option

Neben der Arbeit als Lehrerin engagiert sich Sarah Stucki ehrenamtlich bei «Fragile Suisse». «Ich habe gemerkt, dass Reden besser ist als Probleme hinunterzuschlucken.» So hört sie anderen Hirnverletzten bei deren Sorgen zu. «Ich mache es gerne und denke, dass ich helfen und ich damit etwas bewirken kann.»

Mittlerweile macht die Bernerin wieder Sport, die Bewegung in der Physiotherapie und in Zumba-Lektionen ist ihr sehr wichtig. «Ich habe grosses Glück, dass das möglich ist.»

Sarah Stucki ist sich bewusst, dass es ihr gut geht im Vergleich zu anderen

Hirnverletzten. «Ich kann selbstständig leben, ich kann arbeiten und ich kann Sport machen. Das ist ein Privileg.» Genauso bewusst ist sie sich, dass sie die Gegenwart geniessen sollte. Nur schon ein kleiner Sturz kann bei ihr fatale Folgen haben. Heute, zehn Jahre nach dem Unfall, sind wenige grosse Fortschritte mehr zu erwarten. Um das Risiko für Rückschritte zu minimieren, arbeitet sie hart: «Ich darf mich nicht aufgeben, ich will kämpfen.»

Wenn Sarah Stucki Vorträge über Hirnverletzungen hält, beendet sie diese immer mit der Botschaft: «Geniesst das Leben hier und jetzt! Man weiss nie, was morgen ist.»

Salome Kern

### wissenswertes

#### Welttag der Ergotherapie

Die Ergotherapeuten rund um den Globus feiern am 27. Oktober ihren Welttag. Ziel des Tages ist es, den einzigartigen Beitrag hervorzuheben, den die Ergotherapie für die Gesellschaft leistet. Die Bachelorstudenten des ZHAW-Instituts für Ergotherapie machten mit einem bunten Flashmob auf dem Neumarkt in Winterthur auf ihren Tag aufmerksam.

#### Fragile Suisse

In der Schweiz leben 130 000 Menschen mit einer Hirnverletzung. Fragile Suisse und ihre 11 Regionalen Vereinigungen in der ganzen Schweiz unterstützen Betroffene, ihre Angehörigen und Fachpersonen mit verschiedenen Dienstleistungen:

- Helpline – Kostenlose Beratung unter 0800 256 256
- Begleitetes Wohnen – Daheim statt im Heim leben mit Unterstützung durch Fachpersonen
- Académie Fragile Suisse – Kurse und Weiterbildungen für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen
- Selbsthilfegruppen, Freizeitaktivitäten und Treffpunkte – Hilfe zur Selbsthilfe
- Öffentlichkeitsarbeit – Information und Sensibilisierung der Öffentlichkeit zum Thema

Die Dienstleistungen von Fragile Suisse werden zum grossen Teil durch Spenden finanziert. Seit 1994 ist Fragile Suisse von der Stiftung Zewo als gemeinnützig anerkannt. red.



Sarah Stucki weiss, dass ihr zweites Leben ein einzigartiges Geschenk ist. pd.

# Netzwerk der Psychiatrie spielt

Seit 15 Jahren fördert die Integrierte Psychiatrie Winterthur-Zürcher Unterland die Vernetzung der Leistungserbringer im psychiatrischen Behandlungsprozess. Am 19. November stellen Institutionen und Berufsgruppen in Winterthur Themen der psychiatrischen Versorgung vor.

**Winterthur:** Die integrierte psychiatrische Versorgung ist heute in aller Munde. Einerseits bedeutet sie den geregelten Einbezug der Bezugspersonen von psychiatrischen Patienten bei der Behandlung, andererseits die enge Vernetzung der verschiedenen Leistungserbringer im Behandlungsprozess. Die Integrierte Psychiatrie Winterthur-Zürcher Unterland (IPW) lebt und fördert diese Vernetzung seit nunmehr 15 Jahren, was in Psychiatriekreisen weit herum Beachtung gefunden hat. Mit der Koordinations- und Beratungsstelle hat die IPW eine eigens auf Vernetzungsaufgaben ausgerichtete Abteilung, die auch als Drehscheibe für Informationen und Austausch von Angeboten für psychisch Erkrankte in der Psychiatrieregion dient.

Ziel der integrierten psychiatrischen Versorgung ist, Ressourcen bei der Be-

handlung der Patienten zu koordinieren und zu bündeln. Wissen und Erfahrungen auszutauschen, Schnittstellen zu vernetzen und Abläufe zu vereinfachen. «Wir wollen uns auf gleicher Augenhöhe begegnen», sagt Andreas Andreae, Ärztlicher Direktor der IPW, «denn letztlich muss der stetige Austausch der Akteure der unbürokratischen und effizienten Behandlung unserer Patienten dienen».

In der Psychiatrieregion Winterthur und Zürcher Unterland tauschen sich auf Initiative der IPW unter anderem Vertreter aus Medizin, Psychotherapie, Selbstsorge, Arbeit, betreutem Wohnen/Wohnen zu Hause, Recht und Finanzen, sozialer Integration, Alter, Jugend und Adoleszenz und Angehörigenorganisationen regelmässig aus. Nebst der laufenden Erarbeitung von Optimierungsmassnahmen werden auch systematische Schulungen und Weiterbildungen organisiert, zum Beispiel um über Krankheitsbilder oder rechtliche Grundlagen zu informieren.

#### Vernetzungsanlass in Winterthur

Um die Vernetzung in der psychiatrischen Versorgung der Region sichtbar und erlebbar zu machen, organisieren Vertreter aus dem Psychiatrienetzwerk einen Anlass. Unter dem Titel «Das Netzwerk spielt» stellen in der Winterthurer Klinik Schlosstal am 19. November über

70 Institutionen und Berufsgruppen anhand von Themeninseln die psychiatrische Versorgung vor. Das Rahmenprogramm bilden Kurzvorträge, Diskussionsrunden und eine musikalische Einlage. Der Anlass richtet sich vorwiegend an Fachpersonen, die im Alltag mit psychisch kranken Menschen zu tun haben, aber auch an weitere Interessierte.

Die Integrierte Psychiatrie Winterthur-Zürcher Unterland ist für die stationäre Psychiatrieversorgung der Region Winterthur und Zürcher Unterland mit rund 430 000 Einwohnern zuständig. Als Pio-

nierin der integrierten Versorgung bietet sie seit vielen Jahren auch eine breite Palette von niederschwelligen ambulanten, tagesklinischen, aufsuchenden und koordinativen Leistungen an insgesamt 14 Standorten an. Mit 783 Mitarbeitenden zählt die IPW im Raum Winterthur-Zürcher Unterland zu den grossen Arbeitgeberinnen und gilt als wichtiger Ausbildungsbetrieb. red.

**Weitere Informationen:**  
Vernetzungsanlass: 19. November  
Klinik Schlosstal Winterthur  
www.ipw.zh.ch



Die integrierte psychiatrische Versorgung fördert die Vernetzung im psychiatrischen Bereich, ein Teil davon ist die Klinik Schlosstal in Winterthur. pd.

# Ein Jugendlohn als Taschengeldersatz?

**Winterthur:** Wie viel Taschengeld soll ich meinem Kind geben? Wann ist der beste Zeitpunkt, damit anzufangen, und was ist eigentlich mit Jugendlohn gemeint? Diese Frage ist Bestandteil des Informationsabends des Zentrums am Obertor in Winterthur. Am 3. November können Interessierte Hintergründe des Modells Jugendlohn kennen lernen und erhalten Ideen und Grundlagen für die Einführung in der eigenen Familie. Denn der Umgang mit Geld ist ein Erziehungsthema, das immer wieder die Gemüter erhitzt und zu endlosen Diskussionen am Familientisch führen kann. Wie aber lernt mein Kind am besten, mit den Versuchungen der Konsumgesellschaft umzugehen? Wie kann ich es dabei unterstützen, Verantwortung zu übernehmen, und wo ist es deshalb sinnvoll, Grenzen zu setzen oder eben freie Hand zu lassen? Diese und weitere Fragen werden an diesem Abend unter der Leitung des Psychologen und Familientherapeuten Urs Abt beantwortet. In der anschließenden Diskussion haben auch Fragen der Erziehungsberechtigten Platz. Es ist eine Anmeldung auf der Homepage erforderlich. red.

**Weitere Informationen:**  
«Jugendlohn – die bessere Alternative zum Taschengeld?», 3. November, 19.30 Uhr  
Zentrum Obertor, Winterthur  
www.obertor.ch