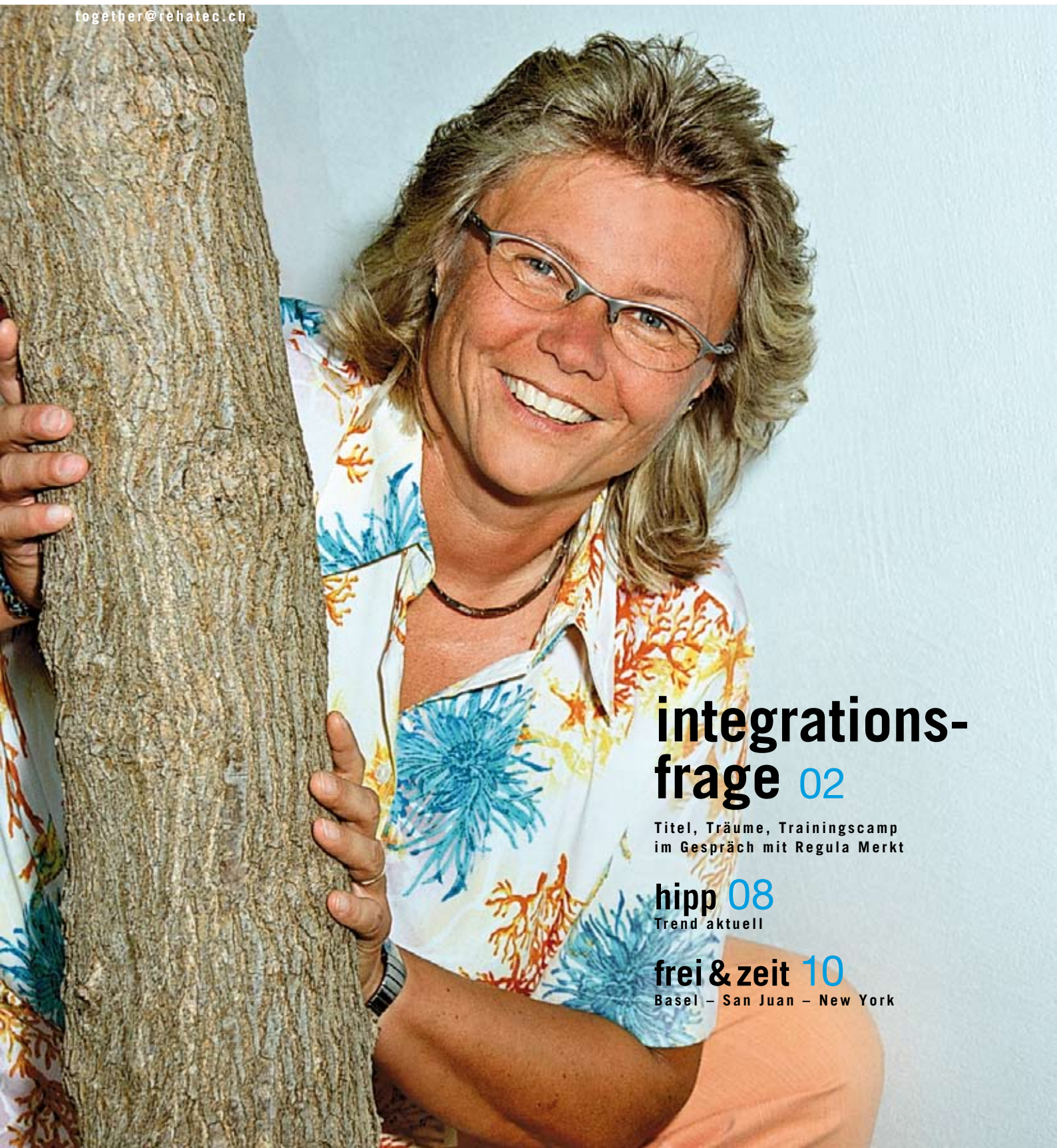


# together

DAS INFO-MAGAZIN DER REHATEC

together@rehatec.ch



**integrations-  
frage 02**

Titel, Träume, Trainingscamp  
im Gespräch mit Regula Merkt

**hipp 08**  
Trend aktuell

**frei & zeit 10**  
Basel – San Juan – New York

# integrationsfrage

**Träume nicht dein Leben, sondern lebe deinen Traum  
Im Gespräch mit Regula Merkt**

## **Betrachten Sie das Titelbild dieses Magazins. Wen sehen Sie?**

Eine Hausfrau, die sich und ihrem Ehemann ein gemütliches Heim schafft, eine Managerin, die als «1-Frau-OK» Integrationsturniere für einen guten Zweck auf die Beine stellt, eine Lehrerin, die die Arbeit mit ihren Kids als Geschenk sieht, eine Künstlerin, die aus Glasbruch wahre Meisterwerke schafft, oder eine Trainerin, die Rollstuhlathleten für die Paralympics fit macht? Sie können sich nicht entscheiden? Müssen Sie auch nicht! Alle Antworten sind richtig und das ist noch längst nicht alles. Ich habe Regula Merkt, die Frau mit den vielen Facetten, in ihrem gemütlichen Heim in Weiningen besucht.

Man fühlt sich sofort wohl bei ihr. Bei einer Tasse Kaffee und selbst gemachten Windbeuteln, die liebevoll auf einem ebenso selbst gemachten Glasteller angerichtet sind, beginnt Regula sofort zu plaudern.

Angefangen hat alles vor gut 20 Jahren. Mit Mitte 20 kam Regula Merkt zum Rollstuhlsport. Nach zwölf Knieoperationen musste sie sich damals selbst schmerzlich eingestehen, dass es mit der Interclub Badminton-Karriere wohl vorbei ist. Dann nimmt die auf den Rollstuhl angewiesene Mutter einer Schülerin sie mit in einen Behindertensportclub. Regula staunt: «Wow, selbst im Rollstuhl kann man Badminton spielen!» Kurz darauf tritt Regula dem Rollstuhlclub Zürich (RCZ) bei. Sie fühlt sich dort sofort wohl,

schätzt den gegenseitigen Respekt und die Rollis mögen ihre pragmatische, hilfsbereite Art. 1987 wird die damals 27-Jährige Präsidentin des Clubs. «Eine monsternässige Herausforderung», lacht sie, «es war eine ungemein spannende Zeit, die Zusammenarbeit mit dem Schweizer Paraplegiker-Verband, der Aufbau von Nottwil.» Die Zusammenarbeit mit Nottwil bleibt bestehen.

Nach zehn Jahren gibt Regula die Präsidentschaft ab und widmet sich leidenschaftlich ihrer Aufgabe als Sportchefin, auch wenn sie sich nicht gern auf einen Bereich reduzieren lässt. Wenn es um Sozial- und Rechtsberatung geht, hilft sie auch, wo Not am Mann bzw. an der Frau ist. Anträge stellen, finanzielle Lösungen suchen, Aufenthaltsgenehmigungen einholen, Regula macht alles ehrenamtlich.

Durch die jahrelange Zusammenarbeit mit den Rollstuhl-Athleten ist eine richtige Sportfamilie entstanden. Die ehrgeizige Sportchefin begleitet ihre Athletengruppe in Trainingscamps ins Ausland. Zu dieser Gruppe gehörten auch der 14-fache Olympiasieger und 19-fache Weltmeister Franz Nietlispach, der Weltmeister im Rollstuhlbadminton Walter Rauber sowie der Schweizer Meister Yousef Hussein. Seit 15 Jahren betreut sie den Rollstuhl-Leichtathleten Guido Müller, Mitglied der Schweizer Nationalmannschaft und mehrfacher Medaillengewinner an Paralympics und Weltmeis-

terschaften. Bei der WM 1992 in Berlin entstand zwischen Athlet und Trainerin eine intensivere Zusammenarbeit. Regula konnte etwas gegen seine Phantomschmerzen tun. Seitdem sind die beiden ein perfektes Team. Vertrauen und Respekt bilden die Basis der erfolgreichen Zusammenarbeit zwischen Sportler und Coach, welche sich auf die gesamte Familie Müller ausgeweitet hat. Als Guidos Tochter Nicole schwer an Knochenkrebs erkrankt, wird Regula zum Gotti der Familie Müller. Heute geht es Nicole – Gott sei Dank – so gut, dass der tapfer kämpfende Teenager im Sommer eine Ausbildung beginnen kann.

## **Kaffeeklatsch bei Rehatec**





Als Trainerin war Regula auch bei Future Rolli in Nottwil unter Vertrag. Ein besonderer Erfolg gelang ihr mit der damals 21-jährigen Rollstuhl-Leichtathletin Simone Buess, die sie in nur knapp zwei Jahren zum Teilnehmen an den Paralympics 2004 in Athen brachte. Nächstes Traumziel: Peking 2008!

Ein wichtiges Anliegen ist Regula die Integration von Rollifahrern und Fussgängern: «Nicht nur darüber reden, sondern Integration leben, das ist eine ganz wichtige Aufgabe.» So lädt sie Guido mit seinem Handbike zum Schulausflug ein, lässt ihre Unihockey-Rollimannschaft am internationalen Fuss-

gängerturnier in der Saalsporthalle aufspielen, betreut ihre Athleten bei einem internationalen Anlass in Tägerhard auf umgebauten Spinning-Velos oder organisiert das gemeinsam vom Fussgängerclub BC Käferberg und vom RCZ ausgetragene Badminton-Integrationsturnier in Windisch.

Regula bezeichnet sich selbst als «Ideenspinnerin», sie knüpft an ihrem Kontaktnetz, schafft Verbindungen. Sie liebt die Herausforderung. «Es gibt immer einen Weg zum Ziel, man muss nur bereit sein ihn zugehen», meint Regula. Ideen für den Weg zum Ziel gehen ihr nie aus. «Die besten kommen mir beim Bügeln»,

gesteht sie. Sie ist glücklich, wenn sie anderen Menschen Wege eröffnen, ihnen auf dem Weg zum Erfolg zur Seite stehen kann. Die Energie dafür geht ihr nie aus. «Ich bin ein Momentgeniesser», lächelt sie und nimmt genüsslich einen Schluck aus ihrer Tasse Kaffee. Regula hat ihr Motto umgesetzt: «Träume nicht dein Leben, sondern lebe deinen Traum.»

Die Rehatec AG gratuliert Regula Merkt und ihrem Team zum gewonnenen Handbike-Mannschaftszeitfahren bei den Europameisterschaften in Louny (CZE).

**Mit Guido im Training  
Im Gespräch auf der Rollivision  
Regula gemütlich zu Hause**



# wort und bild

Editorial, Jean-Marie Filz

Liebe Leser,  
Im neuen together, welches Sie gerade in den Händen halten, geht es besonders sportlich zu. Was ist eigentlich Sport? Laut Definition von Swiss Olympic ist Sport «jede körperliche Betätigung, die freudebetonte, spielerische und leistungsorientierte Eigenschaften aufweist und Möglichkeiten einer verantwortungsbewussten Auseinandersetzung mit sich selbst, mit andern und mit der Natur bietet.»

Die Freude am Spiel ist auch beim Rollstuhlclub Zürich immer der Gewinner. Die Trainerin und Sportchefin Regula Merkt erzählt uns, wie Fussgänger und Rollifahrer gemeinsame Erfolge feiern.



Unabhängigkeit und Mobilität – diese Schlagworte sind im Leitbild der Stiftung SEREI in den Kantonen Neuenburg und Jura fest verankert. Wir haben mit dem Direktor dieser Institution gesprochen. Im Espace Santé Bellevue bei Genf erfahren Menschen unter physiotherapeutischer Anleitung, wie man körperliche Schwachstellen stärkt und somit chronischen Leiden vorbeugt. Wir stellen Ihnen diesen Gesundheitstempel vor. Viel Spass beim Lesen! Vielleicht lassen Sie sich auch zu sportlichen Höhenflügen oder auch einfach zu einem stimmungsvollen Herbstspaziergang inspirieren.

Ihr Jean-Marie Filz  
Geschäftsleiter

# persönlich

Treffen mit Olivier Boillat,  
Direktor der Stiftung serei, und  
Jean-Luc Perriard, Abteilungs-  
leiter Hilfsmittel bei serei

## Eine traditionsreiche Stiftung in neuem Gewand

**together:** Herr Boillat, könnten Sie unseren Lesern kurz die Geschichte von serei aufzeichnen?

**OB:** Alles begann 1972, als Bernard Froidevaux den Verein serei gründete. Am Anfang funktionierte dieser in enger Zusammenarbeit mit der Schweizer Invalidenvereinigung. Erst 1993 wurden die Geschäftsräume in Crêt-du-Loche bezogen. Danach entwickelte sich serei immer weiter. Als ich 1995 zum Direktor ernannt wurde, war mein erstes Projekt die Umwandlung des Vereins in eine Stiftung, um eine nachhaltige Struktur zu schaffen. Im August 2005 haben wir dann unsere neuen Räumlichkeiten in La-Chaux-de-Fonds eingeweiht, wo wir jetzt über 900 Quadratmeter zur Verfügung haben. Ein zweites Geschäft in Bassecourt betreut die Kunden aus dem Jura. Heute arbeiten insgesamt 13 Personen im serei.

**together:** Welches sind die Hauptaktivitäten der Stiftung?

**OB:** serei bedeutet übersetzt «Regionaler Service zur gegenseitigen Hilfe und Information». Die Stiftung gliedert sich in drei Bereiche: Hilfsmittel, Rechtsberatung, für die ich übrigens zuständig bin, und ein Reisebüro. Die beiden Letzteren werden vom Bundesamt für Sozialversicherung unterstützt, während der Verkauf, der Verleih und die Reparatur von



links: Jean-Luc Perriard  
rechts: Olivier Boillat

Hilfsmitteln einen eigenständigen gewinnbringenden Sektor bilden, der uns auch langfristig die völlige finanzielle Eigenständigkeit bringen soll.

**together:** Herr Perriard, Sie sind Abteilungsleiter Hilfsmittel in La-Chaux-de-Fonds. Wie wollen Sie diesen Bereich weiterentwickeln?

**JLP:** In Zukunft möchten wir uns noch mehr nach aussen öffnen und auch selbst in die Heime und Einrichtungen gehen. Wir wollen beispielsweise Seminare für Ergotherapeuten und Pflegekräfte anbieten. Wir sind daran, das didaktische Material vorzubereiten, ausserdem haben wir hier einen schönen Konferenzraum und einen grosszügigen Showroom, wo wir solche Veranstaltungen durchführen können. Ich habe festgestellt, dass besonders das Spitex-Personal oft sehr wenig über die Produkte weiss. Wir geben ihm die Möglichkeit, die Artikel auszuprobieren.

**together:** Sie sind also ein echter Partner in der Region Jura und Neuchâtel?

**OB:** Das stimmt. Wir wollen, dass die Menschen den «serei-Reflex» haben. Deshalb haben wir auch eine Ladenfläche mitten in der Stadt. Gerne würden wir draussen noch ein Schild anbringen, damit man uns schon von der Hauptstrasse aus sehen kann. Wir haben unseren Internetauftritt, den Katalog und alle Werbemittel im gleichen Design gestaltet, um eine einheitliche Marke

aufzubauen. Mit den Hilfsmitteln wenden wir uns an Kunden, die in ihrer Bewegungsfreiheit eingeschränkt sind, wobei die Senioren in dieser Gruppe immer bedeutender werden. Das Reisebüro und die Rechtsberatung richten sich an alle Menschen mit Behinderungen, seien es körperliche, geistige, psychische oder sensorische.

**together:** Wie verläuft eine Reise mit serei?

**OB:** Wir bieten einen Reisekatalog mit allen möglichen Zielen an, von Rimini über Heidelberg bis nach Afrika, je nach Selbstständigkeitsgrad des Behinderten. Unsere Reisefachfrauen rekrutieren ehrenamtliche junge Leute, meistens Studenten, als Begleitpersonal. Diese werden dann von uns in einem Tageskurs intensiv ausgebildet: Recht, Personenschutz, Organisation, Verwaltung, Psychologie, Pflege und gegebenenfalls auch der korrekte Umgang mit dem Rollstuhl stehen auf dem Programm. Wir wählen absichtlich hoch motivierte und engagierte Freiwillige, die beruflich jedoch nichts mit Behinderten zu tun haben, um eine gewisse Spontaneität zu gewährleisten. Unser Ziel: den Behinderten die Ferien zu ermöglichen, die jeder gerne machen würde. So reisen jedes Jahr 900 Personen aus der gesamten Welschschweiz mit serei, aber immer in Kleingruppen von höchstens 20 Personen, begleitet von vier bis fünf Helfern.

**together:** Wenn Sie auf die letzten zehn Jahre und die Entwicklung von serei

zurückschauen, dann müssen Sie doch extrem stolz sein, oder?

**OB:** Wenn ich auf etwas stolz bin, dann auf meine Mitarbeiter. Ohne sie hätte ich das nie aufbauen können. Es stimmt, dass serei am Anfang ein bunt gemischter Verein war, wo jeder das dazu beigetragen hat, was er mochte. Aber gerade diese Flexibilität macht heute unsere Stärke aus. Ich habe beispielsweise auch schon selber Betten gereinigt und sogar den ersten Elektrorollstuhl verkauft. Wir sind ein Team von Spezialisten und ich lege grossen Wert darauf, meinen Angestellten sehr viel Verantwortung zu übertragen. Wir leben aber gerade von diesem Ideenaustausch, zum Beispiel bei den regelmässigen Treffen der Abteilungsleiter: Jean-Luc Perriard für die Hilfsmittel in La-Chaux-de-Fonds, Marc-Henri Zwahlen, sein Pendant in Bassecourt, Aline Ballaman für das Reisebüro und ich in meiner Funktion als Direktor und Verantwortlicher für die Rechtsberatung. Wir funktionieren heute wie ein KMU.

**JLP:** Meine grösste Befriedigung ist die wunderbare Umgebung, in der wir hier arbeiten dürfen. Der Showroom ist so gross und luftig angelegt, dass Mitarbeiter wie Kunden sich einfach wohlfühlen müssen. Es macht mir grossen Spass, mit einem Chef wie Olivier und einem so guten Team zusammenzuarbeiten, in dem gegenseitige Hilfe Tag für Tag gelebt wird.

**www.serei.ch**

# nachgefragt

## Funktionale Rehabilitation

### Welche Schlüsselfaktoren gilt es zu beachten?

**Ruth Aukia, diplomierte Ergotherapeutin und zertifizierte Handtherapeutin SGHR, Praxis für Handrehabilitation Zürich:**

«Funktionale Rehabilitation beinhaltet schon in der Bezeichnung den Weg und das Ziel der Rehabilitation. Die Funktion bedeutet die leichte, reibungslose Bewältigung des Alltags, der Selbstversorgung, der Arbeit und des sozialen Zusammen-seins mit den Mitmenschen. In der Therapie begegnen wir Menschen, die durch Unfall oder Krankheit in dieser Funktion erheblich eingeschränkt sind. Mit Fachwissen, Geschick und Empathie begleiten wir diese Patienten in die höchstmögliche Unabhängigkeit und Selbständigkeit.»

**Christine Fernholm, Occupational Therapist, OTR, B Sc und Produktmanagerin DeRoyal Schweden:**

«Aktive funktionale Rehabilitation ist Aktivität und Teilnahme. Information – Diskussion – Strategie zur Bewältigung. Den Patient zur Aktivität als Training bewegen. Sich des Problems bewusst sein und darauf achten. Dazu benötigt man Motivation seitens des Patienten und Empathie seitens des Behandelnden. Beide brauchen Wissen. Das richtige Mass ist für die Bedürfnisse des Patienten unerlässlich.»

**Khelaf Kerkour, Leiter der Physiotherapie am Hôpital du Jura, Delémont:**

Die Rehabilitation ist ein breit gefächertes Gebiet, bei dem jeder Therapeut (Physiotherapeut, Ergotherapeut, Logopäde, Musiktherapeut, Psychologe...) bestrebt ist, mit seinen fachlichen Kompetenzen dem Patienten zu helfen und ihn in seinem Heilungsprozess zu unterstützen. Planung individueller therapeutischer Schritte oder die Gruppendynamik unterstützen dabei den Heilungsprozess des Patienten. Die Rehabilitationsprogramme werden regelmäßig geprüft. Somit können Verbesserungen und Weiterentwicklungen auch auf längere Sicht gewährleistet werden. Die Betreuung der Patienten ist so ausgerichtet, dass sie optimal begleitet werden und somit bald wieder eine Wiedereingliederung in den Alltag und in die Gesellschaft möglich ist.

**Gabi Weisskopf, Mitglied Leitungsteam Physiotherapie Rennbahnklinik Muttenz**

Funktionelle Reha bedeutet...

- Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit des Patienten angepasst zu trainieren, um das individuelle Ziel erreichen zu können;
- möglichst von Beginn an sportspezifische oder alltagsspezifische Bewegungsabläufe zu trainieren, um die Muskulatur in den gewohnten Abläufen zu schulen.
- Begleitung des Patienten bis zur vollständigen Genesung und Reintegration in seine sportliche oder / und berufliche Tätigkeit.



Ruth Aukia



Christine Fernholm



Khelaf Kerkour



Gabi Weisskopf

# wieso weshalb warum

## Termine, Tipps & Links



2. November 10. Kongress der Schweizerischen Gesellschaft für Handtherapie in Luzern; Thema: Karpaltunnelsyndrom und Frakturen  
**www.sghr.ch**

**Und wo sind Sie?**  
Schicken Sie uns Ihre Veranstaltungen, Tipps und Links an [together@rehatec.ch](mailto:together@rehatec.ch)

Die nächste Ausgabe von together erscheint Ende März 2007.



3.–4. November Gemeinsamer Kongress IVO und APO, Basel.  
Der internationale Verband der Orthopädienschuhmeister und die Schweizer Arbeitsgemeinschaft Prothesen und Orthesen laden zum Erfahrungsaustausch an der Messe Basel ein.  
**www.ivo-2006.ch**

5. November Fototreff in der Aula des SPZ Nottwil. Anmeldung und Information bei der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung, Gabi Bucher, Telefon 041 939 54 24,  
**www.spv.ch**



10.–12. November CIS Marin Indoors, Rollstuhltennisturnier  
**www.paralympic.org**

16.–17. November Pflegesymposium Nottwil  
**www.paranet.ch**

31. März 2007 Rollivision im SPZ Nottwil  
**www.rollivision.ch**

# hipp

Trend aktuell



## Gesundheit und Wohlbefinden – Espace Santé Bellevue

450 000 Schweizer, also 6,5 % der Bevölkerung, gehen regelmässig ins Fitness-Studio. Zusammen mit den Engländern sind die Schweizer die Fitness-Könige Europas. Seit die Krankenkassen Prävention fördern, haben diese Studios ihr Muckibuden-Image abgelegt. In den letzten 20 Jahren haben mehr als 600 Kleinunternehmer und einige grosse Ketten Fitnesscenter in der Schweiz eröffnet und so von einem wachsenden Markt profitiert. Aber die Zeit des schnellen Geldes ist vorbei. Heute braucht es schon ein originelles Konzept, um sich von der Konkurrenz abzuheben.

Die beiden Physiotherapeuten Donald Zurcher und Thierry Marcante, Betreuer des Schweizer Davis-Cup-Teams, sowie der Fitnesstrainer Alain Fleury haben gemeinsam ein solches Konzept entwickelt, welches Physiotherapie, Fitness und spezielle Beratung verbindet, um den Kunden ganzheitlich zu begleiten.

Am 1. September 2004 eröffnen die drei Geschäftspartner den Espace Santé Bellevue in idyllischer Lage über dem Genfer See. Die grüne Umgebung, die Holzkonstruktion, die warmen Farbtöne

und die gemütliche, herzliche Atmosphäre gehören zum Konzept. «Wir wollten eine wahre Wohlfühl-Oase schaffen», so Thierry Marcante. Die 1600 Mitglieder aller Altersgruppen und sozialen Schichten bestätigen, dass dies gelungen ist, wie auch die vielen Abo-Erneuerungen zeigen.

Zwölf Physiotherapeuten, fünf Gesundheits-Fitnesstrainer und sieben paramedizinische Spezialisten sind unter einem Dach vereint, um den Kunden eine perfekte Synergie zu bieten: eine Diätassistentin, ein Osteopath, ein Masseur für Lymphdrainage, eine Akupunkteurin und Phytotherapeutin, ein Sophrologe, eine Podologin und Reflexologin, sowie seit Neuestem eine Thai und Shiatsu Masseurin. An der Bar werden gesunde Menus und frische Früchtecocktails serviert.

Ein Teil der Patienten kommt nach einem Unfall oder einer Krankheit in der Reha-Phase. Die Physiotherapeuten begleiten den Geschwächten auf dem Weg zur Eigenständigkeit. Schon während der Reha dürfen bestimmte Patienten in den Fitnessraum gehen, jedoch immer unter fachmännischer Kontrolle. «Jeder Patient ist anders, wir respektieren seinen Rhythmus und beziehen alle

Faktoren seines Lebens ein: Arbeit, Hobbys, Familienleben», erklärt ein überzeugter Thierry Marcante. Andere Mitglieder kommen, weil sie einen Ausgleich zum täglichen Sitzen vor dem Bildschirm schaffen wollen. Bevor ein neuer Kandidat mit dem Training beginnt, muss er sich einem halbstündigen Fitnessstest unterziehen. Der Therapeut deckt die Schwachpunkte auf und entwickelt dann ein individuelles Trainingskonzept. Zehn Stunden pro Woche steht ein Physiotherapeut im Fitnessraum zur Verfügung. Zusätzlich gibt es eine Diätberaterin. Thierry Marcante: «Wir wollen, dass man uns Fragen stellt. Wir haben unser Ziel erreicht, wenn der Patient lernt, bewusst mit seinem Körper umzugehen.»

**Aktiven Sportlern, die ihre Schwachstellen während des Trainings schützen wollen, empfiehlt das Team des Espace Santé Bellevue in Genf die Bandagen von DeRoyal.**

Espace Santé Bellevue  
Chemin des Limites 1A  
CH-1293 BELLEVUE  
Tel. +41 22 959 70 70  
Fax +41 22 774 29 45  
www.espace-sante-bellevue.ch



# ¡hola! what?

## Sprachkurs



«Was ich mir wünsche? Ich hab ja alles – oder doch: ein Verwöhn-Wochenende wär super!»

«Meinst du Wellness oder Fitness?

Möchtest du in ein Spa oder in ein Hammam gehen? Entspannst du dich besser bei Ayurveda oder bei Shiatsu?» Da braucht's wohl eine kleine Einstiegshilfe in den Wortschatz der Wellness- und Fitnesswelt:

**Spa** steht für Einrichtungen, die den Einklang und die Harmonie von Körper, Geist und Seele anstreben. Zum Angebot gehören Fitness-, Ernährungs- und Regenerationsprogramme sowie Körper- und Gesichtsbehandlungen.

**Hammam** ist eine Art Sauna im arabischen Raum und ein wichtiger Bestandteil der islamischen Badekultur. Auch bekannt unter dem Namen «türkisches Dampfbad».

Eine **Sauna** kann auch als Schwitzstube oder finnisches Bad bezeichnet werden und ist ein beheizter Raum mit Trockentemperaturen von 80–100 °C. Tiefere Temperaturen zwischen 40 und 50 °C findet man in der Biosauna.

**Ayurveda** ist die Bezeichnung für eine traditionelle indische Heilkunst. Sie beinhaltet Ernährungs-, Massage- und Behandlungslehre. Ayurveda hat einen ganzheitlichen Anspruch, da sie die physischen, mentalen, emotionalen und spirituellen Aspekte für Krankheit resp. Gesundheit in die Behandlung einbezieht.

**Shiatsu** ist eine in Japan entwickelte Körpertherapie. Wörtlich übersetzt heisst es «Fingerdruck». Im Gegensatz zur Akupressur stimuliert Shiatsu nicht einzelne Punkte, sondern die Behandlung erfolgt mit Fingerdruck entlang der verbindenden Meridiane.

**«Oder bleibe ich doch einfach bei der täglichen Dusche und nehme mir Zeit für meinen Körper, meine Haut, Zeit für mich selbst?»**

Dazu bietet die Rehatec AG neue Lifestyle-Produkte von Supracore an, mit welchen Sie während des Duschens Ihre Haut sanft massieren und viel bewirken können. Interviewpartnerin ist Marlise Jent, dipl. Physiotherapeutin.

**Frau Jent, aus welchem Material sind diese Stimulite Lifestyle-Produkte?**

Das Material ist ganz einzigartig. Nicht zu vergleichen mit Sisal, Schwamm oder Kautschuk. Es ist ein spezieller Basisstoff, der so verarbeitet wird, dass aus feinen Schichten Wabenstrukturen entstehen. Diese natürliche Struktur ist sehr stabil und extrem luft- und wasserdurchlässig.

**Welche Arten von Massageprodukten gibt es?**

Es gibt beispielsweise den klassischen Massagehandschuh, welcher sich hervorragend für alle gut erreichbaren Körperstellen eignet. Wenn man besonders den Rücken behandeln möchte, empfehle ich ein Massageband. Für den Nacken gibt es das spezielle Kissen für den

Badewannenrand. Ganz elegant finde ich die Stimulite-Sandalen, welche bei jedem Schritt die Fusssohlen massieren.

**Welche Rolle spielt die Hygiene bei Massageprodukten?**

Viele bekannte Massagehilfen entwickeln nach einigen Anwendungen einen unangenehmen Geruch. Dieser entsteht durch Bakterienwachstum bei anhaltender Nässe oder Feuchtigkeit. Die Stimulite Lifestyle-Produkte trocknen sehr schnell und können bei Bedarf auch in der Waschmaschine gewaschen und im Tumbler getrocknet werden. Dies verhindert Bakterienwachstum und garantiert Ihnen somit höchste Hygiene ohne unangenehmen Geruch.

**Welchen Effekt haben die Stimulite Lifestyle-Produkte?**

Bei der Anwendung werden abgestorbene Hautzellen wegmassiert und die Bildung von neuen Zellen angeregt. Ebenfalls werden die Mikrozirkulation der Hautgefäße und der Blutfluss allgemein stimuliert. Diese Stimulation führt zu einem erhöhten Abtransport von Mikroablagerungen. Durch diese Effekte fühlen Sie sich frischer, strahlender und Ihre Haut dankt es Ihnen durch Elastizität und Reinheit.



Impressionen der Reise



# frei & zeit

Basel – San Juan – New York

## «Unbeschadet durchs Bermudadreieck!»

Mit dem Flugzeug ist New York in ein paar Stunden erreicht. Dass es auch noch andere Wege zum Big Apple gibt, zeigt uns die Reise eines Ehepaars aus Basel. Seine Route führte es durch das Bermudadreieck bis ins neue Hafenterminal in Brooklyn. Begleitet wurde das Ehepaar von Herrn Büttner von Rollstuhl-Reisen UMBC und einer Pflegeassistentin aus seinem Team.

Die Reise beginnt in Puerto Rico. Kilometerlange, weisse Sandstrände, Regen-

wälder und Berge prägen das Erscheinungsbild. San Juan, die Hauptstadt der Insel, liegt im Nordosten und befindet sich direkt am Meer. Dank der Zeitverschiebung konnten sie bereits am Abend ihrer Abreise den imposanten Kreuzer, welcher für die nächsten Tage ihr Zuhause sein wird, bestaunen. Ein schwimmendes, durchgehend rollstuhlgängiges Hotel mit viel Komfort und allen für eine Rollstuhlfahrerin und ihre Begleitung notwendigen Annehmlichkeiten. Restaurants, Lifts, Sonnendecks, Swimming-

pools mit Behindertenlifts und eine Schiffscrew, die immer freundlich auf besondere Bedürfnisse reagierte. Die Inneneinrichtung mit viel Holz und Messing gab einem, trotz der Grösse und Modernität des Kreuzfahrtschiffes, immer das Gefühl, «auf See» zu sein, wozu auch die angenehme, wohlige Schiffsbewegung beitrug.

Von San Juan verlief die Reise über Antigua, wo man auf Deck herrlich die Pelikane bei ihrer Nahrungssuche beobachten konnte. Weiter ging die Fahrt bis





St. Thomas auf den Virgin Islands. Wie die meisten karibischen Inseln begeistern auch die Virgin Islands mit einer atemberaubenden Landschaft. Saint-Martin oder auch St. Maarten genannt, bildete den letzten Zwischenstopp auf ihrer Reise, bevor Kurs auf den Hafen von New York genommen wurde. Besonderheit dieser Insel ist, dass der nördliche Teil zu Frankreich und der südliche zu Holland gehört. Deshalb auch die doppelte Namensgebung. Besonders eindrücklich war dann auch der Ab-

schluss der Kreuzfahrt. In der Morgendämmerung ging es vorbei an der Freiheitsstatue und der beleuchteten Skyline von New York ans neue Pier in Brooklyn. Nach den Tagen auf hoher See galt es nun New York City zu erkunden. Neben Sightseeing und Shopping bei Tiffany und auf der Fifth Avenue standen auch ein Musicalbesuch und die Besichtigung des Guggenheim-Museums auf dem Programm. Um auch in New York einen komfortablen und sicheren Transport gewährleisten zu können, wurde derselbe,

speziell für Rollifahrer konzipierte Club-Van gemietet, welcher von Rollstuhl-Reisen UMBC auch in der Schweiz angeboten wird. Nach abwechslungsreichen Tagen in New York hiess es dann aber Abschied zu nehmen und an die Rückkehr zu denken.

Mit nur zwei etwas anstrengenden Reisephasen konnten alle Beteiligten die Reise geniessen und am Schluss bleibt nicht nur die grosse Genugtuung, dass man es geschafft hat: Für die Beteiligten hat es sich bestätigt, dass auch im dritten Lebensabschnitt – und mit einer Behinderung – ganz individuelle Reiserouten möglich sind, vorausgesetzt, diese werden sorgfältig geplant und die Reisenden kompetent betreut.

**Doch es muss nicht zwingend Übersee sein.**

Vor einigen Jahren hat Herr Büttner in den USA einen Chrysler Voyager gekauft, diesen entsprechend umbauen lassen und in die Schweiz importiert. Damit kann man sich von Herrn Büttner oder einer Pflegeassistentin auch für Reisen in der Schweiz und Umgebung begleiten lassen.

**Für weitere Informationen:**

Rollstuhl-Reisen UMBC  
Telefon 061 312 21 94  
Mobil 076 412 17 76  
[www.umbc-health.ch/rollstuhl-reisen](http://www.umbc-health.ch/rollstuhl-reisen)



# plus+/-minus

Positiv, negativ aufgefallen



Was ist Ihnen positiv oder negativ aufgefallen? Schreiben Sie an [together@rehatec.ch](mailto:together@rehatec.ch) oder rufen Sie uns an: 061 487 99 11.



**Positiv aufgefallen** ist unser Mitarbeiter Eric Nobel. Er hat im vergangenen Juni erfolgreich die Reha-Techniker-Prüfung der Fasmed absolviert. Ihm und seinen Kollegen übermittelt das gesamte Rehatec-Team die herzlichsten Glückwünsche!

**Positiv aufgefallen** ist auch unser Schürmann-Slogan «Mode, die Spass macht». Wir haben uns gefreut, dass die Rollivision Modenschau mit diesen Worten angekündigt wurde. Überhaupt war die Messe für uns ein voller Erfolg. Das Schürmann Team hat den ganzen Tag Mass genommen, beraten und anprobiert. Der Andrang am Stand lag sicher nicht nur an den leckeren Würstchen, die Brigitta Schürmann eigens aus Niedersachsen in die Schweiz gebracht hatte.

**Negativ aufgefallen** ist uns, dass das Thema Inkontinenz immer noch ein Tabu-Thema darstellt. Auch wer unter Blasenschwäche leidet, muss sich nicht zwingend in seiner Freiheit einschränken. Mit Premia bietet die Rehatec ein Produkt, welches dank den verwendeten Materialien Komfort, Sicherheit und Diskretion im Alltag bietet.



Im nächsten together geht es um unsere Kleinen.

## Impressum

**Herausgeber:** Rehatec AG, Ringstrasse 13, 4123 Allschwil,  
Tel. 061 487 99 11, Fax 061 487 99 10, E-Mail [together@rehatec.ch](mailto:together@rehatec.ch)

**Redaktion:** Simone Ernst

**Auflage:** deutsch 1300 Exemplare, französisch 700 Exemplare

**Konzept und Grafik:** Dialog Lucky Lack AG

