

11

12

13

14

Erfolgsbericht
2023





Inhalt

- 4 | 5 **Erfolgsgeschichten**
Christine Pfister Hadorn, Stiftungsratspräsidentin
Regine Gysin, Direktorin
- 6 | 7 **Neues Behandlungsangebot für junge Suchtbetroffene**
Katrin Schneider, Leiterin Projekt switch-on
- 8 | 9 **Stopp HIV und virale Hepatitis – Wissen ist «Trumpf»**
Dr. med. Martin Weber, Leitender Arzt
Fabienne Gerber, Co-Leiterin Info-Gruppe Hepatitis und HIV
- 10 | 11 **«Kreativ-Vitamine» für Körper und Geist**
Claudia Weibel, Vizedirektorin und Bereichsleiterin Beratung/Therapie
- 12 | 13 **Die Ressourcen im Fokus – gemeinsam gegen Food Waste**
Andrea Eichmüller, Leiterin Gastronomie
Reto Kämpf, Küchenchef
- 14 | 15 **Sieg seines Lebens – Patientenporträt**
Andrea Eichmüller, Leiterin Marketing
- 16 | 17 **Das Jahr 2023 in Zahlen**
- 18 | 19 **Stiftungsrat und Mitarbeitende**



Erfolgsgeschichten

Was ist Erfolg? Erfolg kann als positives Ergebnis einer Bemühung oder Eintreten einer beabsichtigten, erstrebten Wirkung definiert werden. Andere sprechen von Erfolg, wenn Personen oder Personenvereinigungen die gesetzten Ziele erreichen. Häufige Synonyme für Erfolg sind Errungenschaft, Fortschritt, grosser Wurf, Volltreffer, Triumph, Sieg oder (positive) Bilanz.

Insbesondere die «positive Bilanz» ist eine gängige Messgrösse, um zu beurteilen, ob ein Unternehmen erfolgreich ist. Ist der Output grösser als der Ressourcenverbrauch, spricht man von Erfolg. Daneben gibt es jedoch noch zahlreiche weitere Messgrössen für den Unternehmenserfolg wie beispielsweise die Zufriedenheit von Kund:innen und Mitarbeitenden, die Personalfuktuation, die Dienstleistungsqualität, die Innovationskraft oder Nachhaltigkeit eines Unternehmens.

Welche Messgrösse man auch heranzieht, eines ist klar: Erfolg ist kein Zufall. Er wird gemacht! Bereits Johann Wolfgang von Goethe sagte einst: «Erfolg hat drei Buchstaben: TUN.» Damit dieses Tun aber auch in einem positiven Ergebnis resultiert, sind zahlreiche Schlüsselfaktoren entscheidend. Dazu zählen für uns beispielsweise das frühzeitige Wahrnehmen von Marktveränderungen; der Mut, proaktiv zu handeln, Innovationen anzustossen und Neues auszuprobieren; klare Ziele sowie Beharrlichkeit bei der Zielverfolgung; kompetente und engagierte Mitarbeitende sowie eine gute Vernetzung.

Ein grosser Dank gebührt daher unseren Mitarbeitenden, welche sich mit ihrem Fachwissen, Engagement und Zusammenhalt für die Ziele der Klinik Selhofen einsetzen und diese mittragen. Danken möchten wir aber auch allen Partner:innen im Gesundheitswesen und in der Suchthilfe sowie den Kostenträger:innen, die es uns ermöglichen, unseren Patient:innen ein bewährtes Behandlungsangebot zur Verfügung zu stellen und uns erlauben, Neues zu entwickeln und umzusetzen.

Dass wir auf die richtigen Schlüsselfaktoren setzen, zeigt der vorliegende Erfolgsbericht. Gerne geben wir Ihnen Einblick in unsere kleineren und grösseren «Erfolgsgeschichten». Eine davon ist unser neues Programm switch-on zur Behandlung junger Suchtpatient:innen, welches im Januar 2024 startete. Mehr dazu erfahren Sie auf den Seiten 6/7.

Eine andere Erfolgsgeschichte ist unsere Info-Gruppe Hepatitis und HIV. Lesen Sie auf den Seiten 8/9, wie wir mit diesem Angebot das «Nationale Programm Stopp HIV, Hepatitis B-, Hepatitis C-Virus und sexuell übertragene Infektionen» des Bundes unterstützen und welche (positiven) Ergebnisse wir dabei erzielen. Auf den Seiten 10/11 erfahren Sie zudem, wie wir «Kreativ-Vitamine» für Körper und Geist erfolgreich in der Behandlung unserer Patient:innen einsetzen. Eine kleinere Erfolgsgeschichte findet sich auch auf den Seiten 12/13. Hier erfahren Sie, wie wir mit unserem Projekt «Reduktion Food Waste» einen «Teilsieg» im Kampf gegen die Lebensmittelverschwendung verbuchen konnten. Von einem Sieg handelt auch die Geschichte auf den Seiten 14/15. Hier wartet das beeindruckende Porträt eines ehemaligen Patienten der Klinik Selhofen auf Sie, der sich zurück ins Leben kämpfte. Und zu guter Letzt präsentieren wir Ihnen auf den Seiten 16/17 noch unsere positiven Kennzahlen des Jahres 2023.

Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre!



Christine Pfister Hadorn,
Stiftungsratspräsidentin



Regine Gysin,
Direktorin

In den letzten Jahren nahm die Nachfrage nach Behandlungsmöglichkeiten für Jugendliche und junge Erwachsene mit Abhängigkeitserkrankung deutlich zu¹ – eine Entwicklung, die wir auch in der Klinik Selhofen beobachten. Schweizweit mangelte es bislang jedoch an spezialisierten Behandlungsangeboten für junge Suchtbetroffene. Entzugsbehandlungen fanden daher entweder auf allgemeinen Stationen von Kinder- und Jugendpsychiatrien oder in Suchtfachkliniken für Erwachsene statt. Ein problematischer Umstand, da in diesen Settings zumeist das suchtspezifische bzw. jugendpsychiatrische Fachwissen fehlt.

Jugendliche und junge Erwachsene befinden sich in einem herausfordernden Lebensabschnitt und durchlaufen soziale und neurobiologische Entwicklungsschritte. Dabei sind sie mit neuen und anspruchsvollen Themen konfrontiert, wie beispielsweise mit dem Einstieg ins Berufsleben, der ersten Liebe oder der Abnabelung von den Eltern. Gleichzeitig ist ihr Gehirn noch nicht vollständig entwickelt. Diese «präfrontale Unreife» zeigt sich darin, dass sie Grenzerfahrungen erleben wollen, sich riskant verhalten und ein Motivationsdefizit aufweisen. Zudem haben sie eine begrenzte Fähigkeit zu planen und Konsequenzen abzuwägen.^{2,3} Es sind daher alters- und bedürfnisgerechte Behandlungsangebote gefragt, welche dem Entwicklungsstand adoleszenter Suchtpatient:innen entsprechen.

Ein solches «massgeschneidertes» Behandlungsangebot für junge Suchtbetroffene entwickelten wir im letzten Jahr. Hierzu analysierten wir die vorhandene Literatur und interviewten interne und externe Fachpersonen, junge Patient:innen sowie deren Eltern. Wir führten Gruppenarbeiten und Workshops durch, liessen uns von Fachexpert:innen beraten, hospitierten in spezialisierten deutschen Suchtfachkliniken für junge Betroffene, besuchten Weiterbildungen und Supervisionen. Und das Ergebnis? Unser Spezialprogramm switch-on für junge Suchtbetroffene, welches im Januar 2024 erfolgreich startete!

Programm switch-on

Das Programm switch-on richtet sich an junge Personen bis 25 Jahre mit einer Substanz- und/oder Onlineabhängigkeit.

Ziele

- alters- und bedürfnisgerechte Entzugsbehandlung und Betreuung
- Stärkung wichtiger Lebenskompetenzen und Übernahme von Selbstverantwortung

Behandlungsangebot

Patient:innen des Programms switch-on sind in die Behandlungsstruktur der Klinik Selhofen integriert und nehmen am regulären Programm teil. Zusätzlich profitieren sie von folgenden Programmschwerpunkten:

- engmaschige Betreuung durch Tagesbezugsperson
- starker Einbezug von Angehörigen und weiteren Personen aus dem Beziehungs- und Helfernetz
- Gesprächsgruppe switch-on mit Themen wie Erwachsensein, Risikoverhalten, Zukunftsperspektiven, Freizeitgestaltung

Quellenangabe:

1. Sucht Schweiz. Schweizer Suchtpanorama 2022. Digitaler Wandel und Sucht: Hier tobt der «Wilde Westen» mitten unter uns. Lausanne (CH): Sucht Schweiz; 2022. 36 p.
2. National Institute on Drug Abuse. Principles of adolescent substance use disorder treatment: a research-based guide. Gaithersburg (US): National Institute on Drug Abuse; 2014. 46 p.
3. Chadi N, Bagley SM, Hadland SE. Addressing adolescents' and young adults' substance use disorders. Med Clin North Am. 2018 Jul;102(4):603–20.



QR-Code scannen und mehr über das Programm switch-on erfahren!



Katrin Schneider,
Leiterin Projekt switch-on



Neues Behandlungsangebot für junge Suchtbetroffene



Stopp HIV und virale Hepatitis – Wissen ist «Trumpf»

«Im Minimum en Gummi drum» dürfte für viele von uns bis heute ein Begriff sein. Polo Hofer sang diese Zeile 1987 im Zusammenhang mit der damals vom Bundesamt für Gesundheit erstmals lancierten Präventionskampagne «STOP AIDS», die mit ihren expliziten Botschaften und Darstellungen in der Bevölkerung teils für rote Köpfe sorgte. Ihre Wirkung hat die «ungehörige» Präventionsarbeit des Bundes aber nicht verfehlt: Die Zahl der HIV-Neuinfektionen

hat seit Mitte der 1980er Jahre stetig abgenommen. Auch die Anzahl Neuinfektionen mit Hepatitis C sind seit gut zwanzig Jahren rückläufig und die Gesamtzahl der neu gemeldeten Hepatitis B-Fälle ist seit einigen Jahren stabil.¹

Wesentlich zu diesem erfreulichen Ergebnis beigetragen hat – nebst «schamlosen Aufklärungskampagnen» und medizinischen Neuerungen in Prävention und Behand-

lung – das «Nationale Programm HIV und andere sexuell übertragbare Infektionen (NPHS)» des Bundes. Dieses wird nun abgelöst durch das «Nationale Programm Stopp HIV, Hepatitis B-, Hepatitis C-Virus und sexuell übertragene Infektionen (NAPS)», welches neu auch Hepatitis B und C umfasst. Ziel des neuen Programms ist es, dass es bis 2030 keine Übertragungen von HIV und viraler Hepatitis (B und C) mehr gibt und die Inzidenzen sexuell übertragener Infektionen sinken.¹

Dieses Ziel des Bundes unterstützen wir in der Klinik Selhofen, indem wir Aufklärungsarbeit leisten. Hierzu haben wir vor einiger Zeit die Info-Gruppe Hepatitis und HIV ins Leben gerufen, welche mittlerweile fester Bestandteil unseres Behandlungsangebots ist und von einer diplomierten Pflegefachperson geleitet wird. Unser Ziel ist es, dass alle Patient:innen mindestens einmal während ihres stationären Aufenthalts die Gruppe besuchen und so Basiswissen über Hepatitis und HIV erhalten. Ein lohnendes Ziel, wie wir immer wieder feststellen. Denn während HIV mittlerweile vielen Patient:innen ein Begriff ist – nicht zuletzt aufgrund der vergangenen Präventionsbemühungen des Bundes – fehlt es ihnen bezüglich Hepatitis B und C jedoch oftmals an fundamentalem Grundwissen. So assoziieren beispielsweise viele Hepatitis ausschliesslich mit Alkoholmissbrauch – dass es nebst der alkoholischen Hepatitis aber noch weitere, hochansteckende virale Hepatitis-Varianten gibt, ist nur den wenigsten bekannt.

In der Info-Gruppe Hepatitis und HIV räumen wir mit solchen Irrtümern auf. Wir informieren unsere Patient:innen darüber, was HIV und Hepatitis B und C ist, wie die Infektionen übertragen werden können, welche präventiven Schutzmöglichkeiten bestehen, wo sie sich beraten, impfen oder testen lassen können und welche (frühzeitigen) Behandlungsmöglichkeiten es im Falle einer Ansteckung gibt. Dadurch wollen wir sie in ihrer Handlungskompetenz stärken und sie befähigen, sich gegen HIV, Hepatitis B- und C-Virus-Infektionen besser zu schützen.

Jeweils zu Beginn jeder Gruppensitzung sammeln wir das vorhandene Wissen unserer Patient:innen. Hierzu nutzen wir Kärtchen mit Fakten zu HIV, Hepatitis B und C, welche die Patient:innen den drei Infektionen zuordnen. Im Laufe der Gruppensitzung korrigieren wir zusammen falsch platzierte Kärtchen und ergänzen die Fakten mit fachlichen Inputs. So schaffen wir eine lebendige Lerngelegenheit, fördern eine aktive Auseinandersetzung mit der Thematik und erhalten als Resultat eine visuelle Übersicht über das Thema. Daneben bieten wir den Teilnehmenden aber auch

Raum für (persönliche) Fragen, die bei Bedarf in einem Einzelgespräch vertieft werden können sowie eine Plattform für den persönlichen Austausch. Nicht selten kommt es vor, dass Betroffene diese nutzen und offen über ihr Schicksal berichten. Damit leisten sie nicht nur einen sehr geschätzten und glaubwürdigen Beitrag zur Aufklärung und Wissensvermittlung, sondern tragen auch entscheidend zur Enttabuisierung des Themas bei.

Hepatitis C-Screening

Zusätzlich zu der Info-Gruppe Hepatitis und HIV bieten wir unseren Patient:innen ein Hepatitis C-Screening an. Bei gegebener Indikation führen wir in Zusammenarbeit mit dem Regionalspital Emmental eine weiterführende Diagnostik durch und leiten nötigenfalls eine entsprechende Therapie ein. So können wir Infektionen frühzeitig erkennen, selbst dann, wenn infizierte Personen noch keine Symptome aufweisen und schnell eine geeignete Behandlung veranlassen.

Quellenangabe:

1. Bundesamt für Gesundheit BAG. Nationales Programm (NAPS) Stopp HIV, Hepatitis B-, Hepatitis C-Virus und sexuell übertragene Infektionen. Bern (CH): Bundesamt für Gesundheit BAG; 2023. 72 p.



Dr. med. Martin Weber,
Leitender Arzt



Fabienne Gerber,
Co-Leiterin Info-Gruppe
Hepatitis und HIV



«Kreativ-Vitamine» für Körper und Geist

Kunst hat eine wohltuende Wirkung auf die Gesundheit, wie zahlreiche Studien belegen. Durch das Rezipieren von Kunst – sei es beispielsweise durch das Betrachten eines Gemäldes oder Hören von Musik – setzt das Gehirn bestimmte Neurotransmitter und Hormone frei, die sich positiv auf das seelische und körperliche Wohlbefinden der Rezipient:innen auswirken. Zu diesen gehören etwa die «Glückshormone» Dopamin und Serotonin, welche positive

Gefühle, Zufriedenheit und Wohlbefinden fördern oder Endorphine, die nicht nur die Stimmung verbessern, sondern auch Schmerzen lindern oder Stress abbauen.^{1,2}

Die Liste der positiven Effekte von «Kunstgenuss» auf den menschlichen Organismus ist lang – Risiken und Nebenwirkungen so gut wie keine bekannt. Was hat das nun für Implikationen für die Behandlung von Patient:innen?

Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahre führen sich 1–2-mal täglich einen Monet, Van Gogh oder Gauguin zu Gemüte und wiederholen dies – falls erforderlich – alle 4–8 Stunden? Was nach einer abstrusen Packungsbeilage klingt, ist alles andere als eine abwegige Idee! So wurde beispielsweise in Montreal unlängst das Testprogramm «Museum Prescription» von den Médecins francophones du Canada und dem Montreal Museum of Fine Arts durchgeführt. Ärzt:innen, welche an diesem Testprogramm teilnahmen, konnten ihren Patient:innen bei gegebener Indikation kostenlose Museumsbesuche verschreiben.

In der Klinik Selhofen verschreiben wir zwar (noch) keine Museumsbesuche, von der positiven Wirkung des Konsums von «Kreativ-Vitaminen» auf das körperliche und seelische Wohlbefinden sind aber auch wir überzeugt. Unsere Klinikräumlichkeiten zieren daher zahlreiche grossformatige Ölgemälde, welche Brasiliens vielfältige Naturlandschaften und Menschen porträtieren:³ Prachtige Farben unter der subtropischen Sonne übertragen die sprühende Lebensfreude Südamerikas in unsere Räumlichkeiten und schaffen so eine wohltuende Atmosphäre.

*«Ich bin sehr gerne im Kreativatelier.
Ich kann dort viel machen und
Neues lernen. Das Angebot schafft
einen Ausgleich für Körper und Geist.
Ich fühle mich danach meistens gut.»*

Patientenzitat

«Kreativ-Vitamine» wirken aber auch, wenn man sich selbst kreativ betätigt. Zu diesem Schluss kommt unter anderem ein Bericht der Weltgesundheitsorganisation. Ein Forscherteam wertete über 900 Studien aus, welche kreative Beschäftigung im Zusammenhang mit der Gesundheit untersuchten. Es zeigte sich, dass kreative Tätigkeiten wie Musizieren, Tanzen, Singen oder Malen sowohl die psychische als auch physische Gesundheit positiv beeinflussen können. Das Forscherteam schlussfolgert daher, dass die Beschäftigung mit kreativen Tätigkeiten das Wohlbefinden und die Zufriedenheit erhöht, was sich wiederum positiv auf die Gesundheit auswirkt. Ebenfalls können solche Tätigkeiten Stress und Ängste reduzieren und das Selbstwertgefühl, die Selbstakzeptanz, das Selbstvertrauen und den Selbstwert erhöhen.⁴

Die Bedeutung der Künste für die Gesundheit und Resilienz ist immens. Dessen sind auch wir uns bewusst. Unseren Patient:innen steht daher ein gut ausgestattetes Kreativatelier zur Verfügung, welches ihnen eine Fülle an kreativen Tätigkeiten ermöglicht. Das Angebot erstreckt sich von Zeichnen, Malen, Collagieren, über plastisches und textiles Gestalten, bis hin zu Drucken, Buchbinden oder Holz- und Steinarbeiten. Im Kreativatelier finden unsere Patient:innen nicht nur einen Ausgleich zur «kopflastigen» Therapiearbeit, sondern können auch schrittweise Neues lernen oder ihre Kreativität wiederentdecken – falls gewünscht unter Anleitung. Dadurch erfahren sie Mut zur Kreativität, wodurch sie ihr Selbstwertgefühl stärken können. Unser Ziel ist es, bei unseren Patient:innen die Motivation und Freude an kreativer Betätigung zu wecken, welche sie im Idealfall nach Klinikaustritt als Freizeitbeschäftigung fortführen.

Quellenangabe:

1. Chatterjee A, Vartanian O. Neuroaesthetics. Trends Cogn Sci. 2014 Jul;18(7):370–5.
2. Dunbar RI, Kaskatis K, MacDonald I, Barra V. Performance of music elevates pain threshold and positive affect: implications for the evolutionary function of music. Evol Psychol. 2012 Oct;10(4):688–702.
3. Georges Rechberger: georgesrechberger.com
4. Fancourt D, Finn S. Health evidence network synthesis report. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen (DK): World Health Organization, Regional Office for Europe; 2019. 133 p. Report No.: 67.



QR-Code scannen und Einblick in das kreative Schaffen unserer Patient:innen erhalten.



Claudia Weibel, Vizedirektorin und Bereichsleiterin Beratung/Therapie

Die Ressourcen im Fokus – gemeinsam gegen Food Waste



Das vergessene und mittlerweile schrumpelige Rüebl in der Gemüseschublade, die zu viel gekochten Spaghetti, welche im Kühlschrank vergeblich auf ihr «Revival» warten oder die abgelaufene Milch, die einem entgegenplopt – was haben sie gemeinsam? Alle erleiden (höchstwahrscheinlich) das gleiche Schicksal ... sie landen im Abfall.

In Schweizer Haushalten werden jährlich 778 000 Tonnen Lebensmittel weggeworfen. Hinzu kommen alle zu kleinen, zu krummen oder zu dicken Rüebl, welche es aufgrund ihrer «Anomalien» nicht in den Verkauf schaffen, Tellerreste in Kantinen und Restaurants sowie sämtliche Produkte, die trotz «Preis reduziert»-Aufkleber Ladenhüter bleiben. Insgesamt 2.8 Millionen Tonnen Lebensmittel werden in der Schweiz jährlich weggeworfen oder gehen auf dem Weg «vom Acker bis zum Teller» verloren. Dies entspricht 330 Kilogramm pro Person und Jahr!¹

Dieser sogenannte «Food Waste» (zu deutsch «Lebensmittelverschwendung») ist nicht nur ethisch schwer vertretbar, sondern belastet auch die Umwelt – insbesondere dann, wenn er am Ende der Lebensmittelkette anfällt. Mit anderen Worten: Es macht einen Unterschied, ob ein:e Landwirt:in eine Kartoffel kompostiert oder ob ein:e Konsument:in eine Banane wegwirft, welche schon etliche ressourcenintensive Prozessschritte wie Produktion, Verarbeitung, Verpackung und Transport durchlaufen hat. Dies erklärt auch, warum Haushalte und Gastronomie zusammen zwar «nur» 35 % Food Waste vom Gesamttotal generieren, jedoch aber für mehr als die Hälfte der Umweltbelastung (52 %) verantwortlich sind. Die Vermeidung von Food Waste in Haushalten und der Gastronomie ist daher besonders wichtig.¹

In der Klinik Selhofen arbeiten wir lösungs- und ressourcenorientiert. Wir sind überzeugt, dass sich eine Situation verändern und verbessern lässt und dass bereits eine kleine Veränderung weitreichende Auswirkungen nach sich ziehen kann. Wir haben uns daher zum Ziel gesetzt, einen Beitrag zur Reduktion von Food Waste zu leisten.

Um dieses Ziel zu erreichen, sammelten wir im Frühling 2023 während drei Wochen alle weggeworfenen Lebensmittel, sortierten sie nach Kategorien und wogen sie. Das Ergebnis: In der Klinik Selhofen wurden im Erhebungszeitraum pro Woche durchschnittlich rund 33 Kilogramm Lebensmittel weggeworfen. Davon waren 54 % Tellerreste (Rücklauf) und 46 % zu viel produzierte Nahrungsmittel und Getränke (Überproduktion). Um diesen Umstand zu ändern, definierten wir – ausgehend vom Messergebnis – folgende Massnahmen:

Massnahmen zur Reduktion des Rücklaufs

- Wir schöpfen kleinere Portionen und weisen auf die Möglichkeit von Nachschlag hin.
- Wir sensibilisieren Mitarbeitende und Patient:innen für das Thema «Food Waste» durch entsprechende Kommunikationsmassnahmen.

Massnahme zur Reduktion der Überproduktion

Wir bieten Mitarbeitenden bei Überproduktion, die nicht anderweitig verwendet werden kann, einen kostenlosen Take-away-Service.

Die definierten Massnahmen wurden gegenüber Mitarbeitenden und Patient:innen entsprechend kommuniziert und im Anschluss während vier Monaten umgesetzt. Im Herbst 2023 erfolgte die Erfolgsmessung. Das Ergebnis: Der in der Klinik Selhofen generierte Food Waste konnte mit den getroffenen und umgesetzten Massnahmen pro Woche um durchschnittlich 12 Kilogramm reduziert werden. Dies entspricht einer Abnahme von 36 % gegenüber der ersten Messung. Ein erfreuliches Ergebnis, wie wir finden. Aber erst ein kleiner Schritt in die richtige Richtung.

Um Food Waste zu vermeiden und Ressourcen zu schonen, müssen wir uns alle auf den Weg machen. Und die Reise wird lang. Aber wie Laotse bereits sagte: «Eine Reise von tausend Meilen beginnt mit dem ersten Schritt.» Wir haben die Reise nun gestartet. Am Ziel angekommen sind wir noch nicht. Es werden weitere Schritte folgen und wo nötig «Kurskorrekturen» vorgenommen.

Quellenangabe:

1. Beretta C, Hellweg S. Lebensmittelverluste in der Schweiz: Umweltbelastung und Vermeidungspotenzial. Wissenschaftlicher Schlussbericht, Oktober 2019. Zürich (CH): ETH Zürich; 2019. 76 p.



Andrea Eichmüller,
Leiterin Gastronomie



Reto Kämpf,
Küchenchef

Die Entwicklung einer Suchterkrankung ist ein Prozess, eine Geschichte, die tief im Leben eines betroffenen Menschen verankert ist. Auf dem Weg aus der Sucht wird eine neue Geschichte geschrieben, die von Herausforderungen, aber auch von kleineren und grösseren Erfolgen handelt. Kilian (Pseudonym, Name der Redaktion bekannt) erzählt uns im Gespräch seine Geschichte.

Kilian ist 28 Jahre alt. Im Jahr 2022 war er stationär in der Klinik Selhofen in Behandlung – was er sich nie hätte träumen lassen. Denn er hatte ein tolles Leben gehabt: eine liebevolle Familie, eine langjährige Partnerschaft, einen Job... Er war mit sich und seinem Leben zufrieden gewesen. Nichts hatte darauf hingedeutet, dass er einmal Patient einer Suchtfachklinik werden würde. Wie also kam es dazu? Kilian holt tief Luft. Vor vier Jahren wurde bei ihm Krebs diagnostiziert. Ein Schlag für ihn. Er war damals 24 Jahre alt und hatte eben eine neue Stelle angetreten. Dann erhielt er die Hiobsbotschaft. Und diese kam nicht alleine. Auf die Krebsdiagnose folgte die Kündigung – Probezeit nicht bestanden. Bäm! Ein weiterer Schlag. Kilian geriet ins Taumeln. Als sich kurz darauf auch seine Freundin von ihm trennte, brachte ihn das zu Fall. Knock-out!

Kilian lag am Boden. Er empfand eine tiefe Ohnmacht und grossen Schmerz. Um der ohnmächtigen Situation zu entfliehen und den Schmerz zu betäuben, begann Kilian zu kiffen. Gekifft hatte er schon als Jugendlicher ab und zu, jetzt aber wurde Kiffen zu seiner «Medizin». Allerdings nicht ohne Nebenwirkungen: Durch seinen exzessiven Cannabis-Konsum geriet Kilian in falsche Kreise und bald schon in Kontakt mit Kokain. Kokain gab ihm Kraft und das Gefühl von Stärke. Mit dem weissen Pulver fühlte er sich gut – selbstbewusst und «Herr der Lage». Vergessen war die Ohnmacht. Doch die «Medizin» hatte ihren Preis – körperlich, psychisch und finanziell. Um seinen Drogenkonsum zu finanzieren, begann Kilian zu dealen. Drogen waren nun sein Alltag – konsumieren und dealen, konsumieren und dealen, konsumieren und dealen, von morgens bis abends, Tag für Tag. Zwei Jahre ging das so. Und Kilian geriet in eine Endlosschleife. Zu akzeptieren, dass er professionelle Hilfe benötigte, fiel ihm lange schwer. Er wäre kein Junkie und in einer Suchtfachklinik hätte er nichts verloren, rechtfertigte sich Kilian lange Zeit gegenüber seinen Angehörigen.

Im Sommer 2022 begab er sich dann aber – auch auf Drängen seiner Familie – in stationäre Behandlung. Rückblickend die beste Entscheidung seines Lebens, so Kilian. Die Zeit in der Klinik Selhofen war intensiv – speziell

während des Entzugs. Er habe sich in «Selhofen» aber sehr wohl gefühlt und vermisse es manchmal sogar ein bisschen – Kilian lacht. Besonders gut in Erinnerung hat er die Gespräche in der Einzel- und Gruppentherapie. Die taten ihm sehr gut. Gut tat ihm auch der Sport. Vor den Drogen hatte er gerne und viel Sport getrieben. Die Teilnahme am Sportangebot der Klinik erinnerte ihn wieder daran – an sein Leben vor den Drogen. Auch ist er froh, dass er am Integrationsprogramm «step-up» teilnahm. Hier fand er wieder Schritt für Schritt zurück ins Leben und konnte einen Neustart wagen.

Der Neustart ist geglückt. Heute – über ein Jahr später – ist Kilian nach wie vor «clean». Rückfälle gab es keine. Er fühlt sich stabil, hat eine Festanstellung und arbeitet wieder auf seinem erlernten Beruf. Dafür ist er unglaublich dankbar. Dankbar ist er auch seiner Familie, die ihn bei seinem Kampf gegen die Drogen unterstützt hat und bis heute hinter ihm steht. Kilian ist für vieles dankbar und hält alles in seinem Dankbarkeitstagebuch fest. Das hilft ihm dabei, die positiven Aspekte im Leben bewusster wahrzunehmen, stimmt ihn glücklich und gibt ihm Halt – gerade in Zeiten, in denen vielleicht nicht alles rund läuft. Halt gibt ihm auch der Sport. Während seines Klinikaufenthalts lernte er durch einen Mitpatienten eine Kampfsportart kennen, woraufhin er zwei Probetrainings besuchte. Seit Klinikaustritt trainiert er fix sechs Mal die Woche. Vergangenen November durfte er bereits zum ersten Mal zu einem Kampf antreten und gewann. Kilian ist nun Schweizermeister und Mitglied des Schweizer Nationalteams. Demnächst fliegt er an die Weltmeisterschaft. Das dunkle Kapitel seines Lebens hat er geschlossen. Kilian fokussiert auf das Positive und blickt optimistisch in die Zukunft.



QR-Code scannen und weitere
Patientenporträts lesen!



Andrea Eichmüller,
Leiterin Marketing

Sieg seines Lebens – Patientenporträt





Das Jahr 2023 in Zahlen

Kennzahlen 2023 2022

Stationärer Bereich

Pflegetage	11 478	10 417
Fälle	356	348
Entzug abgeschlossen	81 %	76 %

Ambulanter Bereich

Konsultationen	2842	2898
Neubehandlungen	227	213

Personal

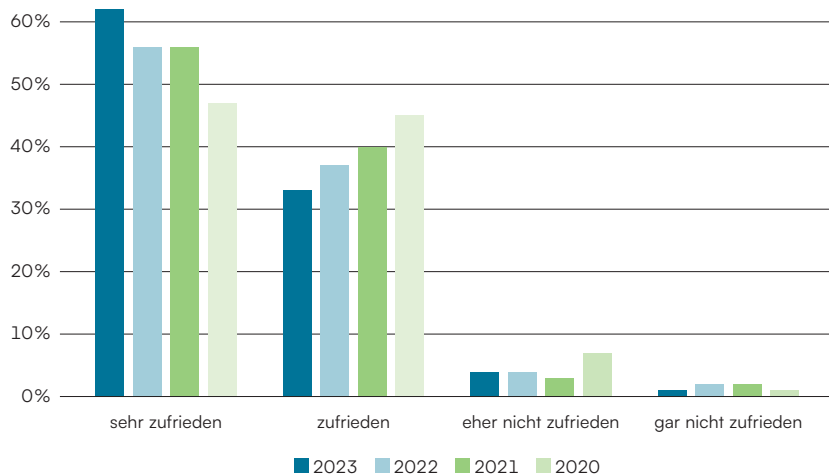
Personalfuktuation	9 %	8 %
--------------------	-----	-----

QR-Code scannen und Jahresrechnung 2023 einsehen!



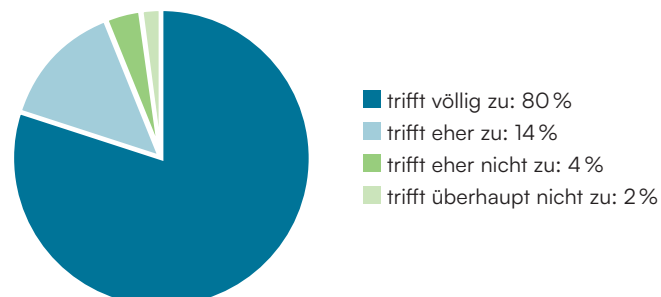
Patientenzufriedenheit 2023

Zufriedenheit mit Klinikaufenthalt:



Weiterempfehlung 2023:

Ich würde Freund:innen die Klinik Selhofen weiterempfehlen:



Patientenzitate 2023:

«Ich bin sehr zufrieden mit dem Aufenthalt und konnte sehr profitieren. Ich finde, Sie haben hier einen wundervollen Ort für Therapie geschaffen.»

«Ein riesiges Lob an alle Mitarbeitenden und ein ganz grosses Dankeschön. Sie alle machen einen super Job. Vielen herzlichen Dank für alles. Macht bitte weiter so. Ihr seid super.»

«In der Klinik Selhofen arbeiten so herzliche Menschen, dass es mir sehr schwerfällt, Abschied zu nehmen. Danke, dass ich Patientin sein durfte.»

«Die Klinik Selhofen ist meiner Meinung nach eine der besten Entzugskliniken! Man fühlt sich hier wohl – tolles Setting. Vielen Dank für alles!»

«Ich kann mich nur wiederholen: «Selhofen» ist ein Meilenstein in meinem Leben.»

«Das Essen und die vielseitigen Gestaltungsmöglichkeiten des Wochenplans heben diese Klinik von allen anderen ab.»

Stiftungsrat

Christine Pfister Hadorn, Präsidentin
Annegret Hebeisen-Christen, Vizepräsidentin
Christian Bachmann, Dr. med. Franz Caduff,
Manuela Kocher Hirt

Direktion

Regine Gysin, Direktorin
Andrea Küng, Vizedirektorin
Claudia Weibel, Vizedirektorin

Geschäftsleitung

Regine Gysin, Andrea Küng, Frank Walther,
Dr. med. Martin Weber, Claudia Weibel

Ärztlicher Dienst

in Kooperation mit PZM AG

Dr. med. Martin Weber, Leitender Arzt
med. pract. Daria Egorov, stv. Oberärztin
Dr. med. Ulrike Graf Bigler, med. pract. Renata Lotzkat,
med. pract. Sophia Plum, med. pract. Albulenë Qovanaj,
Dr. med. Samuel Spycher

in Kooperation mit Stiftung Klinik Südhang

med. pract. Thomas Krebs, Dr. med. Lan Novak

Beratung und Therapie

Claudia Weibel, Leiterin Beratung/Therapie
Joëlle Steinmann, stv. Leiterin Beratung/Therapie
André Wittwer, stv. Leiter Beratung/Therapie

Psychotherapie und Fallmanagement

Noah Furrer, Michelle Knuchel, Anna Kronenberg, Isabel
Mani, Laura Mettler, Claudia Ramseier, Veronique Ruppen,
Damian Schmutz, Silja Signer, Joëlle Steinmann, Claudia
Weibel, André Wittwer

Klinikseelsorge

Ursula Wyss

Kreativatelier

Fernanda Bergmann, Silvia Schenk

Pflegedienst

Frank Walther, Pflegedienstleiter
Patrick Keller, stv. Pflegedienstleiter
Andrea Messerli, stv. Pflegedienstleiterin

Tagdienst

Eliane Ackermann, Alexandra Brügger, Fabienne Gerber,
Patrick Keller, Gisela Luder, Andrea Messerli, Corinne
Messerli, Noga Nave, Katrin Schneider, Sara Sterchi,
Melanie von Gunten, Fritz Zaugg

Nachtdienst

Alexandra Brügger, Oona Fuertes, Gisela Luder, Lena
Menzel, Michael Schweingruber

Pikett-Nachtwache

Nicole Leutwyler, Malina Luder, Cornelia Rügger,
Daniel Weingartner

Praktikant:innen und Studierende

Sina Duner, Jaël Tarchini

Finanzen, ICT und Administration

Andrea Küng, Leiterin Finanzen/ICT/Administration

Finanzen (Rechnungswesen und Controlling)

Andrea Küng

ICT

Robin Cairoli, Pia Lack

Betriebs- und Personaladministration

Melanie Bähler, Jennifer Glauser, Melisa Latifi,
Angela Ramseier

Marketing und Hotellerie

Regine Gysin, Leiterin Marketing/Hotellerie
Andrea Eichmüller, stv. Leiterin Marketing/Hotellerie

Marketing

Andrea Eichmüller, Judith Briod

Qualitätsmanagement und Projekte

Katrin Schneider

Gastronomie

Andrea Eichmüller, Reto Kämpf, Gianluca Cassiano

Infrastruktur und Facility Management

Regine Gysin, Marc Peyer, Roger Aldridge, Juana Benegas
Meaurio, Sulma Gonzalez, Ageta Jakovic



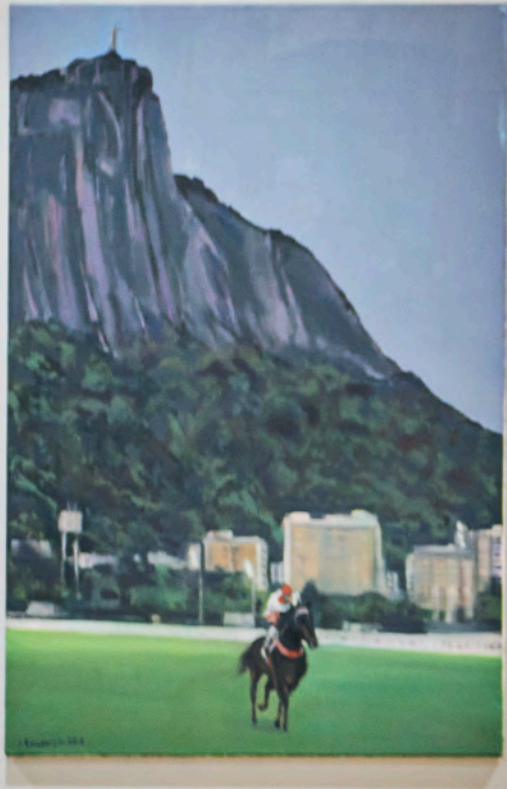
QR-Code scannen und mehr
über unser Team erfahren!

Impressum

Herausgeberin: Stiftung Klinik Selhofen, Burgdorf
Redaktion: Andrea Eichmüller
Erscheinungsdatum: April 2024
Auflage: 6700 Exemplare
Fotografie: Roman Burri Fotografie, Orpund
Gestaltung: Racine & Partner, Biel
Druck: Druckerei Herzog AG, Langendorf



Stiftungsrat und Mitarbeitende



Klinik Selhofen

Emmentalstrasse 8
Postfach 1300
3401 Burgdorf

☎ 034 420 41 41
✉ info@selhofen.ch
🌐 www.selhofen.ch

Ambulatorien in
Burgdorf, Bern und Biel

