



AKTUELLES

Ausstellung prämierter Vertiefungsarbeiten am ZAG

Die ausgewählten Abschlussarbeiten zum Thema «Engagement» sind am ZAG, Zentrum für Ausbildung im Gesundheitswesen, ausgestellt, prämiert und gefeiert worden.

Im Rahmen des Schullehrplanes Allgemeinbildung (FaGe, AGS, MEAB) haben sich die Lernenden im letzten Jahr ihrer Ausbildung mit einem vorgegebenen Abschlussprojekt auseinandergesetzt. Die besten Abschlussarbeiten der Lernenden werden jährlich am ZAG Winterthur durch eine Fachjury ausgezeichnet. Dieses Jahr ist vom ZAG das Thema «Engagement» gewählt worden.

Für die Lernenden waren die Arbeiten mit einer intensiven Vorbereitung verbunden. Während der Durchführungsphase folgten Recherchen, Interviews, Gespräche, Anfragen und Dokumentationen. Anschliessend wurden Erfahrungsberichte zum ausgewählten Thema geschrieben. Die Lehrpersonen begleiteten die Lernenden dabei und unterstützten sie tatkräftig.

Die Fachjury bewertete die Arbeiten nach Facheigenschaften und Bezug zum vorgegebenen Thema. Zusätzliche Kriterien der Beurteilung waren Art und Besonderheit der Umsetzung.



Wie jedes Jahr entstanden ganz verschiedene interessante Arbeiten. Ein Lernender ermöglichte z. B. beim Thema «An Bord der Africa Mercury» durch aktive Spenden einen Creweinsatz auf einem Schiff der Hilfsorganisation Mercy Ships. Sie betreibt Spitalschiffe, um das Leben

in Entwicklungsländer zu verbessern. Beim Thema «Glücksmütchen für krebskranke Kinder» ging es darum, Kindern mit Haarverlust nach Chemotherapie mit selbst genähten Mütchen eine Freude zu bereiten. Und bei der Vertiefungsarbeit «Abfall im Pflegealltag» sollte man sich bewusst werden, wie viel Abfall täglich im Gesundheitswesen produziert wird.

Insgesamt sind elf Arbeiten aus verschiedenen Bereichen ausgezeichnet worden.

Die traditionelle Ausstellung und die Vernissage haben dieses Jahr in vereinfachter und virtueller Form stattgefunden.

Mit der Ausstellung und Prämierung zeigt das ZAG seine Wertschätzung gegenüber den Lernenden. Die Leistung, das Engagement und die Kompetenzen der Lernenden wurden damit anerkannt.

Die OdA Gesundheit Zürich unterstützt die Ausstellung jährlich mit einem Sponsorenbeitrag. [fc](#)

Die einzelnen Arbeiten zeigen, wo es sich überall lohnt, sich zu engagieren. Wir wünschen viel Freude bei der «Vernissage to go».





Petra Morosini, Leitung Bildung

«Was tun, wenn's brennt?»

Das Wichtigste im Brandfall ist es, Ruhe zu bewahren.

Das Kurszentrum ist mit Rauchmeldern ausgestattet und verfügt über automatisierte Löschanlagen.

Ertönt der Signalton, ergreifen Sie Ihre persönlichen Gegenstände und verlassen ruhig und ohne Panik das Gebäude über das Treppenhaus. Bleiben Sie bei Ihrer ÜK-Gruppe und achten Sie auf Ihre Mitlernenden. Befolgen Sie die Anweisungen Ihrer Lehrperson. Besammeln Sie sich vor dem «e-flizzer», Maneggplatz 44. Sie werden dort von einer Mitarbeitenden der OdA Gesundheit erwartet und erhalten weitere Informationen. Orientieren Sie sich bereits jetzt, wo sich der Sammelplatz in Greencity befindet. [pm](#)

Testen Sie Ihr Wissen: Können Sie die wichtigsten Telefonnummern auswendig?

- Polizei?
- Feuerwehr?
- Rettungssanität?
- Notruf über ein gesperrtes Handy (oder europäische Notrufnummer)?

Auflösung auf Seite 4

«Ruhe bewahren. Verlassen Sie ruhig das Gebäude über das Treppenhaus und befolgen Sie die Anweisungen Ihrer Lehrperson.»

Gerne können Sie weitere Fragen und Themen rund um die OdA via E-Mail einsenden:
petra.morosini@oda-g-zh.ch

Eine Laufbahn im Sterilisationswesen

Mario Rocha Sampaio ist Abteilungsleiter der Aufbereitungseinheit für Medizinprodukte (AEMP) in der Schulthess Klinik, sowie ÜK-Lehrperson an der OdA Gesundheit Zürich. Zukünftig übernimmt er das Amt des Präsidenten beim SGSV D/CH.

Welche beruflichen Stationen haben Sie in Ihrer Karriere zurückgelegt?

Nach der Lehre als Flexodrucker führte mich mein Weg in die Zentrale Sterilgutversorgungsabteilung (ZSVA). Nach einigen Jahren suchte ich eine neue Herausforderung und ging zur Gewerkschaft. Später begann ich erneut an einer AEMP zu arbeiten. Da ich beim Unterrichten erst richtig merkte, wie sehr mir dieser Beruf gefiel, entschied ich mich, wieder mein ganzes Herzblut in das Sterilisationswesen zu stecken.

Wie kam es zu Ihrem Entscheid, im Bereich der Sterilgutversorgung zu arbeiten?

Dies war einerseits Zufall und das Glück, einen ehemaligen Chef mit viel Nerven zu haben, der Potential in mir sah. Nach meiner Ausbildung wollte ich einfach Geld verdienen. Dass mir dieser Beruf Jahre später immer noch so gefallen würde, hatte ich zu Beginn nie gedacht.

Was ist für Sie das Spannendste an Ihrer Arbeit?

Die Arbeit mit verschiedenen Menschen und das Lösen von Herausforderungen, das Ganze gepaart mit der höchsten Stufe an Verantwortung für die Mitmenschen.

Diesen Sommer wurde der erste Lehrgang MPT abgeschlossen. Was ist Ihnen von diesem Pilotlehrgang am meisten in Erinnerung geblieben?

Die stets gut gelaunten und wissbegierigen Lernenden, die uns mit ihnen wachsen liessen. Ich vermisse die Klasse jetzt schon!

Was sind für Sie die zukünftigen Herausforderungen im Bereich Bildung/Ausbildung?

Die grössten Hürden werden der grosse Ansturm auf die nächsten Kurse und die Anpassung an Neuerungen sein.

Was geben Sie angehenden MPTs mit auf den Weg?

Lasst euch auf den Beruf ein. Er ist vielseitiger, als man auf den ersten Blick sieht. Schaut über den Tellerrand hinaus und bleibt offen für verschiedene Vorgehensweisen. [nr](#)



TIPPS & TRICKS

Resilienz: Bedeutung – Stärken

Resilienz kommt vom lateinischen Wort «resilire», was so viel wie «zurückspringen» oder «abprallen» bedeutet. Gemeint ist damit die Fähigkeit, Krisen im Lebenszyklus und Herausforderungen im Alltag mithilfe von persönlichen und sozialen Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen. (Zitat: Rosmarie Welter-Enderlin)

Konkrete Bedeutung und mögliche Fragestellungen zur Stärkung der Resilienz:

- Fähigkeit, eigene Emotionen zu lenken, nicht zu unterdrücken und zu überwinden. «Wie könnte ich anders über die Situation denken?»
- Optimistisches Denken führt zum Glauben, dass sich Dinge zum Positiven wenden, und führt eher ans Ziel. «Was sind drei gute Seiten an der Situation?»
- Resilienz bedeutet, klare Ziele zu setzen und wenn nötig anzupassen. «Was ist gerade wichtig und was kann ich überhaupt beeinflussen?» [fc](#)



Johanna Hochstrasser, ehemalige MPT-Lernende im USZ, bei einem Livestream für puls-berufe.ch.

FOKUS

Johannas Weg zur Medizinproduktetechnologin EFZ

Johanna Hochstrasser ist eine von 30 Medizinproduktetechnologinnen und -technologien EFZ, welche diesen Sommer als Erste überhaupt diese Ausbildung abgeschlossen haben. Wie sie dazu gekommen ist und wie es ihr in den drei Ausbildungsjahren ergangen ist, erfahren Sie hier.

Im August 2018 war es so weit, nach intensiver Planungs- und Vorbereitungszeit startete der erste Lehrgang der Medizinproduktetechnologinnen und -technologien EFZ (MPT) mit insgesamt 32 Lernenden – 17 in der Deutschschweiz, 12 in der Westschweiz und 3 im Tessin. Eine davon war die damals siebzehnjährige Johanna Hochstrasser. Dass sie zu diesem Beruf kam, war eher ein Zufall. Ihr Interesse galt zwar schon immer dem Gesundheitswesen, aber auch das Handwerkliche interessierte sie. Deshalb schnupperte sie als FaGe sowie auch als Schreinerin. Von einer Berufsbildnerin wurde sie dann auf die neue Ausbildung Medizinproduktetechnologin/-technologie EFZ aufmerksam gemacht. Der Beruf gefiehl ihr auf Anhieb, sie bewarb sich und erhielt eine von zwei Ausbildungsstellen im Universitätsspital Zürich.

Anfangs war das Tragen der Schutzkleidung für Johanna etwas gewöhnungsbedürftig. Für gewisse Bereiche und Tätigkeiten in der Sterilisation sind Kittel, Haube, Visier, Handschuhe sowie Mundschutz vorgeschrieben. Auch dass man sich hin und wieder kleine Verletzungen an spitzen oder scharfen Gegenständen zuzieht, gehört laut Johanna zum Beruf und stört sie inzwischen nicht mehr.

Ein grosses Anliegen von Johanna ist es, dass die Sterilisationen der Spitäler mehr

Aufmerksamkeit erhalten, denn sie leisten einen äusserst wichtigen Beitrag zur Gesundheit der Patientinnen und Patienten. Gäbe es keine Fachkräfte in der Sterilisation, könnten keine Operationen oder sonstigen Versorgungen von Patientinnen und Patienten mehr durchgeführt werden. Diese grosse Verantwortung und Sinnhaftigkeit ihres Berufes gefällt Johanna sehr. Nach der Ausbildung startete sie direkt als Berufsbildnerin. Sie freut sich darauf, ihr Wissen an Lernende weitergeben zu können. Denn während ihrer Ausbildung war es ihr manchmal nicht möglich, ihre Berufsbildenden bei fachlichen Themen um Rat zu fragen, da diese ja noch keine Ausbildung als MPT hatten. In den überbetrieblichen Kursen, durch die Fachlehrer der Berufsschule oder mithilfe von Fachliteratur erhielt Johanna aber immer Antworten auf ihre Fragen. Dieser «Pioniergeist» half ihr durch die drei Ausbildungsjahre, welche sie diesen Sommer als Jahrgangsbeste mit der Note 5,7 abschloss. Wir gratulieren Johanna herzlich und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute. [nr](#)

Den gesamten Livestream mit Johanna finden Sie hier:



WAS
BEDEUTET
WAS

Handyfreie Zeit

Einige von uns kennen sie, die wöchentliche Push-Benachrichtigung auf dem iPhone: «Ihre Bildschirmzeit war diese Woche durchschnittlich bei zwei Stunden und 46 Minuten am Tag.»

Wie viel Zeit verbringen Sie am Handy? Mehr als zwei Stunden pro Tag? Die selbst geschätzte Nutzungsdauer des Handys liegt bei den Jugendlichen am Wochenende sogar bei fünf Stunden täglich. Zu viel Handykonsum kann negative Folgen mit sich bringen, wie z. B. Stimmungsschwankungen, Gereiztheit oder auch Schlafmangel.

Doch was kann man gegen übermässigen Konsum tun? Als Möglichkeit gäbe es das Digital Detox. Auf Deutsch übersetzt heisst das «digitale Entgiftung». Dabei steht die Reduktion des Gebrauchs von digitalen Geräten und Medien im Vordergrund.

Vier mögliche Ansätze für ein Digital Detox:

Push-Nachrichten ausschalten

Durch das Ausschalten der Push-Benachrichtigungen kann die Konzentration gesteigert werden. Denn Push-Nachrichten verhindern, dass man in einen Flow kommt, was einen unproduktiver und unzufriedener macht.

Momente geniessen, ohne zu fotografieren

Dies kann dazu führen, dass man sich glücklicher fühlt, denn oft werden Glücksmomente fotografiert und deshalb nicht bewusst wahrgenommen. Dieses Phänomen kann auch zu einer «digitalen Depression» führen.

Bildschirmzeit

Man kann sich seine eigene Challenge aus der Bildschirmzeit machen und versuchen, sich jede Woche selbst zu unterbieten.

Einen Wecker kaufen

So kann das Handy in der Nacht ausserhalb des Schlafzimmers deponiert werden. Die Möglichkeit, von einer Nachricht geweckt zu werden, bleibt so ausgeschlossen und einem erholsamen Schlaf steht nichts mehr im Wege.

Also, es ist Zeit für ein Digital Detox! [ld](#)



«Lebe dein Leben so, dass es sich für dich gut anfühlt!»

TEAM

Wir stellen vor: Hans-Peter Meier

Hans-Peter Meier hat seine Tätigkeit als Pausenaufsicht bei der OdA Gesundheit Zürich im Mai 2021 begonnen. Sein Alltag ist geprägt von vielen schönen Begegnungen mit den Lernenden.

Was ist Ihre Aufgabe an der OdA Gesundheit Zürich?

Ich bin Mitarbeiter und Pausenaufsicht des Kurszentrums. In erster Linie heisst das, für die Lernenden da zu sein und sie zu begleiten. Ich schaue, dass die Lernenden sich an bestimmte Regeln halten, z. B. die Einhaltung der Maskenpflicht oder das Rauchen im «Paffikon». Von morgens bis

abends werde ich gebraucht, deshalb bin ich trotz meines 70-Prozent-Pensums jeden Tag vor Ort.

Was schätzen Sie an Ihrem Job?

Die Vielfalt. Ich bin ein Bindeglied zwischen den Lernenden und dem Empfang. Es gefällt mir, dass ich zur Gemeinschaft der Firma beitragen kann. Auch der

Kontakt zu den jungen Leuten ist mir wichtig. Manchmal habe ich das Gefühl, der «OdA-Onkel» für die Lernenden zu sein. Sie kommen auf mich zu und fragen mich, wie es mir geht. Oft erzählen sie mir, was sie beschäftigt, dann höre ich geduldig zu und bin für sie da. Mir ist wichtig, dass die Lernenden an der OdA ein Umfeld haben, in dem sie sich wohlfühlen.

Welche Hürden müssen bewältigt werden?

Für ein gutes und sicheres Miteinander gilt es einige Regeln einzuhalten. Ich versuche dies in einem guten Rahmen zu vermitteln, ohne das Gefühl zu erwecken, als Pausenpolizist unterwegs zu sein.

Verraten Sie uns einen Ihrer Wünsche?

Ich würde gerne in Monaco leben. [ld](#)

Alternativen zu Netflix & Chillen



Fatboy E-Scooter – Erlebnistag im Tösstal

Der E-Scooter ist Velo und Motorrad zugleich. Eine herrliche Tour an der frischen Luft mit Fahrtwind um die Ohren. Die Ausflüge können zu zweit, mit Freunden oder Familien unternommen werden.



Kartrace on Ice – Kartfahren auf dem Eisfeld

In umgebauten Elektrokarts über das Eisfeld des Hallenstadions driften und sich in verschiedenen Spielen mit Mitspielern messen.

Mehr auf www.kartrace.ch



ZüriPicknick.APP – mit einer App das Picknicken entdecken

Neue Picknickstandorte in der Stadt Zürich entdecken. Sich in der Natur Zeit für sich nehmen, lesen, Federball spielen oder unter freiem Himmel ein Nickerchen halten. Die kleine Auszeit hat den Erholungswert eines Kurzurlaubs.

www.zueripicknick.app [fc](#)



Impressum

Herausgeberin: OdA Gesundheit Zürich

Redaktion: Petra Morosini (pm), Fernanda Calvano (fc), Loredana Di Vito (ld), Natalie Rahm (nr)

Gestaltung: Natalie Rahm; Druck: Mattenbach, das Medienhaus

Kontakt

info@oda-g-zh.ch, Telefon 044 576 86 00

Auflösung von Seite 2: a) 117 b) 118 c) 144 d) 112