



AKTUELLES

Mein vielfältiger Einstieg in die Berufslehre und meine Erlebnisse

Sadmira Sadiki, FaGe-Lernende im 1. Lehrjahr, gewährt uns einen Einblick in ihr Berufsleben und erzählt, welche Erwartungen sie an die Ausbildung hat.

Wie war der Übergang von der Schule ins Berufsleben?

Der Übergang von der Schule ins Berufsleben war sehr aufregend für mich, er entsprach absolut meinen Erwartungen. Ich absolvierte ein einjähriges Praktikum, bevor ich mit der Lehre als FaGe begann. Dabei konnte ich mir einen Einblick ins Berufsleben verschaffen. Von Anfang an fühlte ich mich wohl und stellte fest, dass es wirklich der Beruf war, den ich gerne lernen wollte.

Wie erleben Sie die drei Lernorte Betrieb, Schule und ÜK?

Diese erlebe ich als sehr vielfältig und spannend. Innert Wochenfrist kann ich mein praktisches sowie mein individuelles Wissen steigern. Den ÜK besuche ich gerne, denn da kann ich an einem einzigen Tag sehr viel Theorie und Praxis lernen.

Entspricht die Ausbildung Ihren Vorstellungen?

Als ich endlich die Lehre begonnen hatte, stieg meine Freude an der Ausbildung weiter. Denn unser Betrieb ist sehr vielfältig, da wir die Möglichkeit haben, mehrere Aussenpraktika zu machen. Ich war z. B. einen Monat in der integrierten Psychiatrie und drei Monate im Kantonsspital Winterthur. Alle sechs Monate wechseln wir in eine andere Abteilung oder ein anderes Haus. Unser Betrieb hat vier Aussenhäuser für Menschen, die betreut werden müssen, und ein Haus für demenzkranke Bewohner. Vom gesamten Team, von den Berufsschullehrern und den ÜK-Instruktoren erhalte ich sehr viel Unterstützung.

In welcher Abteilung arbeiten Sie zurzeit?

Zurzeit arbeite ich im Zentrum Wiesental für betreutes Wohnen. Die Bewohner sind bei uns in einer Gemeinschaft geborgen, wo sie ihre persönlichen Ruhe- und Rückzugsinseln haben. Sie nehmen sich so viel Gemeinschaft und Privatsphäre, wie sie möchten.

Was gefällt Ihnen besonders gut, was eher weniger?

Besonders gut gefällt mir, dass die Bewohner sehr viele Freiheiten in ihrem Alltag haben. Es gibt keine Aufstehzeiten und Duschpläne. Auch zum Mittagessen kommen die Bewohner nach ihrem Bedürfnis. Dieses Modell gefällt mir sehr gut, da jeder Bewohner seinen Alltag individuell gestalten kann. Zu bemängeln habe ich zurzeit nichts.

Hatten Sie bereits ein spezielles Ereignis mit den Bewohnern, das Sie selber organisieren durften?

Für einige Mitarbeiter und Bewohner durfte ich im Praktikum einen Ausflug organisieren. Wir gingen nach Rorschach zum Mittagessen und am Nachmittag am Hafen spazieren. Die Bewohner wirkten sehr zufrieden und es war für mich eine von mehreren schönen Erfahrungen. Meine Aufgabe, selbständig etwas zu organisieren, ist mir sehr gelungen.

Was ist Ihnen im Allgemeinen wichtig?

Mir ist es wichtig, den pflegebedürftigen Menschen einen angenehmen Aufenthalt zu ermöglichen. Dieser soll so weit wie möglich auf die Lebenssituation, die persönlichen Bedürfnisse und die Lebensgeschichte ausgerichtet sein. Das Wort «persönlich» ist mehr als ein Schlagwort. Ich bin sehr dankbar für alles und freue mich auf die weitere lehrreiche Zeit in meiner Ausbildung.
fc

Mit Begeisterung und Neugier im Dienste der Bildung

Agnes Martin ist Leiterin Bildung im Spital Bülach und Cheffexpertin für die IPA in Zürich.

Petra Morosini, Leiterin Bildung

«Warum gibt es Fötzelgruppen?»

Littering ist leider auch an der OdA ein Thema.

An sich gehen wir davon aus, dass jede Person, die im Kurszentrum ein und aus geht, ihren Abfall unaufgefordert in den dafür vorgesehenen Behälter entsorgt.

Der Alltag im und um das Kurszentrum zeigt jedoch ein anderes Bild: Einige Lernende lassen ihren Abfall, z.B. Zigarettenstummel, PET-Flaschen und vieles mehr, achtlos liegen.

Wenn Sie Mitlernende beobachten, die ihren Abfall unkorrekt entsorgen, machen Sie sie auf den nächsten Abfallkübel aufmerksam. Vielleicht können wir dann wieder auf das Fötzelämtdli verzichten. Uns wäre nichts lieber als das!

Denn «last but not least» tragen Sie auch ausserhalb Ihres Betriebs mit Ihrem Verhalten zum Image Ihres Berufsstandes bei.

«Weil wir uns nicht auf die Eigenverantwortung der Einzelnen verlassen können.»

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

Agnes Martin ist 1979 in die Pflege eingestiegen. Vom FaSRK über Pflegefachfrau HF zu Intensivpflegefachfrau sowie diversen Weiterbildungen im pädagogischen Bereich bis zum MAS Ausbildungsmanagement hat sie viel Fach Erfahrung für ihre jetzigen Herausforderungen sammeln können.



120 verschiedenen Lernenden / Studierenden in ihrer Aus- und Weiterbildung zu begleiten. Als Leiterin bin ich mit meinen Gedanken viel in der Zukunft und überlege, was man noch entwickeln könnte.

Was sind Ihrer Meinung nach Motivationsfaktoren?

Ein ungewöhnliches Motivationsbuch las ich kürzlich:

«Fish!» von S.C. Lundin, H. Paul

und J. Christensen. Motivationsfaktoren:

- Die eigene Einstellung
- Das eigene Vertrauen
- Eine Aufgabe spielerisch angehen und dabei Spass haben
- Jemandem eine Freude bereiten
- Präsent sein für Anliegen, Probleme, Leitungsaufgaben und Fragen

Was raten Sie jungen FaGe nach der Lehre?

Nach der Lehre als FaGe nie aufhören zu lernen, sich weiterbilden und stets neugierig bleiben. **cb**

Agnes Martin gab OdA inside ein Interview:

Was oder wer hat Sie auf Ihrem Berufsweg unterstützt?

Begeisterungsfähige Vorgesetzte, die mich forderten und förderten; meine Familie und selbstverständlich alle Mitarbeitenden, die mit mir zusammengearbeitet haben.

Was ist das Schönste an Ihrer jetzigen Tätigkeit?

In meiner jetzigen Tätigkeit als Leiterin Bildung ist es das Schönste, die über



TIPPS & TRICKS

Topfit im Kopf: natürliche Mittel für die Konzentration

Frische Luft

Unser Gehirn braucht viel Sauerstoff. Gehen Sie deshalb in der Pause für einige Minuten an die frische Luft oder nehmen Sie mehrere tiefe Atemzüge am weit geöffneten Fenster.

Durchblutung anregen

Kaugummi-Kauen erhöht die Durchblutung des Gehirns um ca. 20%.

Schnelle Energie für das Gehirn

Die Glukose in Form von Traubenzucker und Süsseem hält nicht lange vor. Daher ist Obst wie Banane oder Apfel besser, da es die Energie gleichmässiger abgibt.

Ohrmassage

Die Ohren zwischen Daumen und Zeigefinger einige Minuten massieren. Dies fördert die Durchblutung und stimuliert. Am Ohr läppchen befindet sich der Punkt für den Kopf. **fc**



Kümmert sich gerne um ältere Menschen: Choekyi Koryabaro

FOKUS

Choekyi nutzt ihre zweite Chance

Choekyi Koryabaro, 30, hat einen langen Weg hinter sich. Sie kommt aus Tibet und lebte drei Jahre alleine in einer Asylunterkunft.

Während Choekyi auf ihre Aufenthaltsgenehmigung wartete, kam sie zum Projekt 1:1, das Geflüchtete mit hiesigen Freiwilligen zu einem Tandem zusammenbringt. Mit Hilfe ihrer Mentorin machte sie sich mit dem Schweizer Ausbildungssystem vertraut, während sie in einer Sprachschule Deutsch lernte.

Ihr Wunsch war es, eine Ausbildung im Gesundheitswesen zu absolvieren. Damit steht sie ganz in ihrer Familientradition, denn ihr Grossvater war ein anerkannter tibetischer Mediziner.

Die Ausbildung ist nicht nur in beruflicher Hinsicht wertvoll für sie. Insgesamt ist sie ein wichtiger Schritt für die Integration: «Vorher war ich draussen, nun bin ich drin.»

Ihre Tätigkeit als FaGe-Lernende empfindet sie nicht als Arbeit, zu helfen sei ihre zweite Natur und der Respekt vor Älteren fest in der tibetischen Kultur verankert. Selbst in ihren Arbeitspausen geht sie zu den Bewohnerinnen des Heims, singt mit ihnen oder unterhält sie.

In der Berufsschule kommt sie besser als erwartet mit: «Ich lerne gerne und arbeite die Inhalte zu Hause nach, um alles zu verstehen.» Mit grossem Erfolg. «Bisher habe ich immer mehr wie die Note 5 bekommen», sagt sie stolz.

An den ÜK schätzt sie, dass sie pflegerische Tätigkeiten an sich und anderen Lernenden ausprobieren kann. «Das erhöht meine Selbstsicherheit.»

Nach den Unterschieden zwischen dem Leben in der Schweiz und dem in Tibet befragt: «Warum fragen mich alle nach den Unterschieden? Wenn man nach den Unterschieden schaut, werden Grenzen erkennbar. Man sollte über das nachdenken, was uns verbindet, dann entsteht eher etwas wie Empathie.» Und ganz in diesem Sinne ergänzt sie: «Die Schweiz ist wie Tibet – voller Berge.» **bb**

Tibet

Tibet wird als das Dach der Welt bezeichnet, denn es liegt im Hochland von Zentralasien. Das Land war lange Zeit ein selbständiger Staat, heute ist es in die Volksrepublik China integriert, was völkerrechtlich umstritten ist.



WAS
BEDEUTET
WAS

Littering

Abfälle im öffentlichen Raum achtlos wegwerfen oder liegen lassen.

Unter Littering werden Verunreinigungen von Strassen, Parkanlagen, Plätzen oder öffentlichen Verkehrsmitteln durch absichtlich oder unbedacht fallen oder liegen gelassene Abfälle verstanden.

Auch wenn insgesamt gesehen vergleichsweise kleine Mengen von Abfällen auf dem Boden liegen bleiben, so empfindet dies doch die Mehrheit der Bevölkerung als störend.

Littering beeinträchtigt die Lebensqualität und das Sicherheitsgefühl im öffentlichen Raum, führt zu hohen Kosten bei den Reinigungsdiensten und schadet dem Ruf eines Ortes.

Der durch Littering in den Gemeinden und im öffentlichen Verkehr verursachte Reinigungsaufwand betrug im Jahr 2010 rund 192 Mio. Franken. Hiervon entfielen 144 Mio. Franken auf die Gemeinden (75%) und knapp 48 Mio. Franken auf den öffentlichen Verkehr (25%).

Eine viel beachtete Littering-Studie der Uni Basel, Programm MGU, hat im April 2004 folgende Aufschlüsselung nach Müllkategorien des Litterings publiziert:

Take-away:	35%
Zeitungen und Flyer:	25%
Diverses:	19%
Getränkeverpackungen:	16%
Tragtaschen:	5%
Haushaltabfälle:	0%

Wie viel Liter Wasser verschmutzt ein Zigarettenfilter? In einem stehenden Gewässer verschmutzt er ca. 60 Liter Wasser.

Wie viele Jahre braucht ein Plastiksack, bis er sich zersetzt? Ca. 1000 Jahre.

Quelle: www.igsu.ch **cb**



«An der Oda G ZH haben wir viel gelernt und zudem hat es auch noch richtig Spass gemacht.»

Die beiden Fünft- und Sechstklässler:
v. l. n. r. Aimee Gotte, 12 Jahre, und Lias van Luijk, 10 Jahre

TEAM

Zukunftstag: Schnuppern an der Oda G ZH

Am Zukunftstag können Kinder der 5. bis 7. Klasse in den Beruf einer Bezugsperson hineinschauen. So lernen sie den Arbeitsalltag von Vater, Mutter, Verwandten oder Bekannten kennen. Das hilft den Schülern und Schülerinnen bei der späteren Berufswahl.

Am 9.11.2017 durften Aimee und Lias den Mitarbeitenden und Instruktoren der Oda G ZH über die Schulter schauen. Lias ist der Sohn unseres Instruktors Jan van Luijk und Aimee ist die Nachbarin der beiden. Am Ende des Tages haben wir die Kinder über ihre Eindrücke befragt.

Wie hat euch der Tag an der Oda G ZH gefallen?

«Ich war das erste Mal an einem Zukunftstag und es hat mir sehr gut gefallen. Cool und spannend ist natürlich, wenn man den eigenen Vater in einer ganz anderen Rolle sieht als sonst», meint Lias.

Was habt ihr an der Oda G ZH erlebt?

Aimee: «Wir waren in verschiedenen ÜKs. Einmal durften wir Patient in einem Kinderspital spielen. Lias hatte den Arm gebrochen und ich hatte eine Blinddarmentzündung. Die Lernenden mussten uns dann pflegen.»

Welche Themen wurden im ÜK behandelt?

«Brandschutz und Beziehung», ruft Lias und Aimee fügt hinzu: «Ja genau, und wir haben gelernt, dass es beim Aufbauen von Beziehungen Akzeptanz, Integration, Vertrauen, Emotionen und Zeit braucht.»



Was wollt ihr später mal werden?

Aimee: «Ich möchte am liebsten Meeresbiologin werden.» Lias weiss es noch nicht so recht, aber irgendetwas Technisches sollte es schon sein. **jv**

«Chill-mal-Dein-Leben-Kartenset»

Die tägliche Dosis Frohsinn

Das Kartenset besteht aus 52 witzig und charmant gezeichneten Inspirationen zur Entstressung des Lebens. Einfach jede Woche eine Karte ziehen und die Botschaft sacken lassen. Das Set eignet sich auch als wunderbares Geschenk für alle überarbeiteten Menschen und andere liebeshungrige Wesen.

Zu beziehen unter
www.karindrawings.de
oder www.amazon.de
bb

Klick dich schlau



Auf der Onlineplattform card2brain.ch gibt es die Möglichkeit, eigene Lernkarten einfach zu erstellen oder von der umfassenden Bibliothek zu profitieren. card2brain.ch ist nach dem «5-Fächer-System» aufgebaut, kostenlos und für alle frei zugänglich. Der Lernstatus wird gespeichert und der Lernerfolg visualisiert. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit, Lernkarten für andere freizugeben oder gemeinsam zu erfassen. Eine App für das Lernen am Smartphone steht auch zur Verfügung. Weitere Infos unter www.card2brain.ch **fc**

Impressum

Herausgeberin: Oda G ZH; Redaktion: Jeannette Vogt (jv), Petra Morosini (pm), Fernanda Calvano (fc), Barbara Büniger (bb), Christian Braunschweiger (cb)

Gestaltung: Jeannette Vogt; Druck: Mattenbach, das Medienhaus

Kontakt

info@oda-g-zh.ch, Telefon 044 306 88 11