

Wie Studenten gesund bleiben möchten

Die Stiftung Höhere Fachschule Gesundheit Valais-Wallis in Visp tritt dem «Schulnetz21» bei.

Raniero Clausen

Lernen für Prüfungen und wenig Bewegung während des Unterrichts – der Schulalltag kann manchmal sowohl für Studenten als auch für Dozenten anstrengend und zermürbend sein. So auch an der Höheren Fachschule Gesundheit Valais-Wallis, die ihren Standort in Visp hat.

Um die Gesundheit und Nachhaltigkeit zu fördern, ist die Höhere Fachschule dem Schweizerischen Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen beigetreten. «Das macht mich sehr stolz», sagt Sabine Rothe nach der Übergabe des Labels am Mittwoch. Sie ist Dozentin und Leiterin des deutschsprachigen HF-Bildungsgangs Pflege. Überreicht wurde das Label von Denise Ruffiner von der Gesundheitsförderung Wallis. Das Walliser Netzwerk wird vom Departement für Bildung und Sicherheit und dem Departement für Gesundheit, Soziales und Kultur finanziert.

Voraussetzung für die Zertifizierung ist, dass Studenten und Verantwortliche hinter dem Projekt stehen, so Ruffiner. Erst danach würden erste Gespräche mit

den Schulverantwortlichen geführt. In diesen wird abgeklärt, welche Ziele die Schule erreichen möchte. Ruffiner sagt, dass sei in einigen Fällen schnell erledigt. Denn: Studenten wie auch Lehrkräfte würden bereits Massnahmen umsetzen, ohne sich dessen bewusst zu sein. Beispielsweise verzichten die Dozenten an der Fachschule bereits seit einiger Zeit auf den Aufzug und nehmen stattdessen die Treppen. Ruffiner sagt: «An Beispielen wie diesen können wir andocken und diese in den Massnahmenplan integrieren.»

Die Studenten an der Fachschule in Visp haben sich bereits in zwei Projektwochen mit gesundheitlichen Themen befasst. Die Ergebnisse stellten sie am Mittwoch vor. Eine Gruppe beschäftigte sich mit dem Thema Bewegung im Studienalltag. Dafür erstellten sie ein Übungsheft, das in den Schulzimmern direkt angewendet werden kann. Eine weitere Gruppe setzte sich mit Stressbewältigung im Schulalltag auseinander. Eine andere Gruppe kreierte ein Kochbuch mit Gerichten, die unter 30 Minuten gekocht werden können.

Die diesjährigen Projektwochen würden das Leitmotiv «Ge-

sundheit lehren und lernen» der Höheren Fachschule Gesundheit widerspiegeln, sagt Ruffiner. Durch den Beitritt zum Schulnetz21 werde dieses Leitmotiv nun erweitert zu: «Gesundheit lehren, lernen und leben».

Die Höhere Fachschule in Visp ist die 29. Schule im Oberwallis, die im Schulnetz21 aufgenommen wurde. Zuletzt erhielt die Schulregion Stalden das Label für die Förderung eines verantwortungsvollen Umgangs mit sozialen Medien. Die Aufnahme bedeute für die Verantwortlichen der Schule auch zusätzliche Arbeit, sagt Leiterin Rothe. In den nächsten drei Jahren arbeiten die Dozenten und Studenten an einer Strategie, wie die psychosoziale Gesundheit innerhalb der Schule gefördert werden kann.

Weiter setzen sie einen Schwerpunkt auf «Nachhaltiges Lernen für lebenslanges Lernen». Das bedeutet, dass Ressourcen bereitgestellt und Weiterbildungen angeboten werden. Damit soll sichergestellt werden, dass nicht nur Fachwissen erworben wird, sondern auch die Fähigkeit zu einem lebenslangen Lernen gewährleistet ist.

Leiterin Rothe nennt ein Beispiel, wie das Nachhal-



Das Zertifikat in der Hand: Fabrice Costaz, operativer Direktor der Stiftung HF Gesundheit Valais-Wallis, Sabine Rothe, Leiterin Bildungsgang Pflege, Denise Ruffiner, Gesundheitsförderung Wallis, und Luigi Biblekaj, Wissenschaftlicher Mitarbeiter (von links).

Bild: pomona.media

tigkeitsziel konkret umgesetzt wird. Die Schule sei sehr praxisorientiert. Aus diesem Grund benötigten die Studenten Arbeitskleidung. Wie Rothe erklärt, werde nun besonders darauf geachtet, dass diese von

Klasse zu Klasse weitergegeben werde.

Die Gesundheitsförderung ist bereits Teil des Lehrplans. Als Teil vom Schulnetz21 werde nun noch mehr Zeit in dieses Thema investiert. Konkret ent-

wickeln die Studenten Projekte zur Gesundheitsförderung, die leicht in den Alltag integriert werden können. Auch die Dozenten werden Kurse und Weiterbildungen zu diesem Thema besuchen, sagt Rothe und denkt noch einen Schritt weiter: «Wenn wir die Studenten für die Themen Gesundheit und Nachhaltigkeit sensibilisieren, wird sie das länger im Beruf halten.» Das komme auch der Gesellschaft zugute, wenn gesunde und nachhaltig denkende Arbeitskräfte in der Gesundheitsbranche arbeiteten.

Damit die Ziele erreicht werden, begleitet Denise Ruffiner von der Gesundheitsförderung Wallis das Projekt. Sie wird auch Weiterbildungen und Schulungen vor Ort organisieren. Beispielsweise wird kommenden Mai eine Weiterbildung mit dem Namen «Gesund arbeiten – erfolgreich lehren» stattfinden. Ein Angebot, welches sich an alle der 29 Mitgliedsschulen von «Schulnetz21» im Oberwallis richtet.

Nach drei Jahren werden die beschlossenen Ziele evaluiert, sagt Ruffiner. Je nachdem werden diese dann erneuert oder zusätzliche Ziele definiert.

PUBLIREPORTAGE

In den Bleiken bei Ried-Brig tut sich was!

Wer in letzter Zeit in den Bleiken bei Ried-Brig ins Speiserestaurant Zer Mili einkehrte, stellte dies unschwer fest. Es wird emsig gebaut, und das gesamte Quartier verändert und modernisiert sich. Vor etwas mehr als zwei Jahren haben sich die ehemaligen Besitzer des bestens etablierten Restaurants Zer Mili entschieden, den Betrieb nach erfolgreichen Jahren abzugeben und in den verdienten Ruhestand zu treten. Die neuen Besitzer rund um Dr. Wolfgang Schröder haben das Potenzial erkannt und schaffen wertvollen neuen Wohnraum.

Bereits auf Ende Juni ist es nun so weit. Das erste Haus **Zer Mili 1** steht und beeindruckt. Das unter ökologisch hochstehenden Grundsätzen konzipierte Haus mit fünf grosszügigen Eigentumswohnungen zeigt hohe architektonische Merkmale. Nachhaltiges Bauen und klare Bekenntung zur Natur und zum Bauen in Holz vermischen sich mit modernem Wohnen. Die grossen Wohnungen mit markanten Terrassen sind bereits verkauft und es geht weiter.

Mit dem zweiten Projekt der Bauherren Schröder & Keller entstehen im **Zer Mili 2** nochmals fünf Eigentumswohnungen, die ebenfalls mit fantastischer Aussicht auf Berg und Tal überzeugen. Wie Marco Keller, Geschäftsführer der renommierten Immobilienfirma Schröder & Keller aus Zürich, mitteilt, wird die Philosophie des naturnahen Bauens in den Bleiken fortgesetzt. Wir haben uns direkt in diese Gegend verliebt. Mit einer sehr guten Anbindung an den öffentlichen Verkehr lebt man hier mitten in der Natur und bleibt trotzdem gut erreichbar. So wird Zer Mili zum beliebten Standort für junge Familien und Sportbegeisterte.

Marco Keller führt an, dass hier aber auch Feriengliebhaber des Wallis fündig werden. Derzeit ist der Erwerb als Zweitwohnung in Ried Brig noch möglich und das Konzept mit unterschiedlichen Wohnungsgrössen zielt in diese Richtung. Wer sich also im Wallis nach einer Ferienwohnung inmitten reinsten Natur umsieht, wird in Zer Mili 2 fündig. Alwin Sarbach, BMV Wallis, teilt mit, dass der Verkauf sehr gut begonnen hat. Es sind derzeit aber noch spannende Wohnungen verfügbar. Man rechnet mit Bezug auf Anfang 2025.

Schröder & Keller verfolgen ihre Ziele im Wallis weiter. So haben auch weitere Bautätigkeiten die-

ser Bauherrschaft im Oberwallis begonnen. In Glis bei der ehemaligen Garage Gesell stehen schwere Baumaschinen. Hier entstehen nebst Geschäftsflächen elf Mietwohnungen, die als Bestandesimmobilie ein klares Bekenntnis der Bauherren zur Region beweist. Modernes Design im **GLISER68** soll städtisches Flair und Entspannung bei der Suche nach Mietwohnungen bringen. Eine weitere Mietimmobilie ist derzeit in Gamsen in Vorbereitung.

Marco Keller beteuert, dass weitere Verkaufswohnungen im Gstipfji und im Holzachra-Quartier in Glis kurz vor der Baubewilligung stehen. Auch hier verfolgen wir unsere Ziele und bauen modernste und grossflächige Wohnungen. Gerade hier sollen junge Familien auf der Suche nach ihren Traumwohnungen unterstützt werden.



Schröder & Keller AG

Kontakt

BMV Wallis GmbH
Alwin Sarbach
Englisgruss Strasse 14
+41 76 295 29 79
www.bmvwallis.ch



Zer Mili 2, Aussenansicht.

Bilder: zvg



Zer Mili 2, Terrasse.



Alwin Sarbach, BMV Wallis GmbH, und Marco Keller, Schröder & Keller AG.



Zer Mili 2, Aussenansicht.