



Verwaltungsrat Mario Candreia (Tiefencastel) vor der neu gebauten Clinica Holistica Engiadina in Susch.

Ist unsere Gesellschaft total aus dem Gleichgewicht?

Das erste Zentrum für Stressfolgeerkrankungen in der Schweiz wurde im Oktober eröffnet. Der Tiefencastler Mario Candreia ist Mitinitiant, Aktionär und Verwaltungsrat der Burnoutklinik. Die Novitats hat mit dem Albulataler über Ziele, Chancen und Perspektiven der Clinica Holistica Engiadina, gesprochen.

Herr Candreia, Sie wohnen in Tiefencastel, sind dort Gemeindevizepräsident und Sie starten jetzt im Oktober mit der Clinica Holistica Engiadina in Susch. Es ist das erste Zentrum in der Schweiz für die Behandlung von Stressfolgeerkrankungen - oder auf «neu-deutsch» eine Burnout-Klinik. Warum im Engadin und nicht in Mittelbünden?

Mario Candreia: Es standen zwei Standorte zur Auswahl. Die Innerschweiz und das Engadin. Mit Susch haben wir einen Ort gewählt, der prädestiniert ist für ein Zentrum für Stressfolgeerkrankungen. 320 Tage im Jahr ist hier schönes Wetter und wir befinden uns mitten in der Natur. Auch Mittelbünden wäre ideal für eine solche Klinik. Das bin ich mir sicher.

Was war der Grund für eine Burnoutklinik?

Diese Klinik ist ein Bedürfnis. Wir haben pro

Tag zehn Anrufe, oft mehr. Leute spazieren in die Klinik und wollen da bleiben. Verrückt. Sie sehen, wie wichtig dieses Angebot ist. Denn wir sind spezialisiert. Der Kanton Graubünden hat uns die Bewilligung erteilt. Und die Regierung hat beschlossen, uns auf die Spitalliste zu setzen. Dies ist der Beweis, dass wir auf dem richtigen Weg sind.

Die Produktivität pro Arbeitsstunde hat in der Schweiz seit den Sechziger-Jahren um 255% zugenommen.

Mit Holistica formulieren Sie schon im Namen der Klinik, dass es um eine Ganzheitslehre geht, um eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen. Wird der Mensch heute nicht mehr als Einheit von Körper, Seele und Geist wahrgenommen?

Die Wissenschaft hat sich in den letzten 50

Jahren rasant entwickelt. Die Produktivität pro Arbeitsstunde hat in der Schweiz seit den Sechziger-Jahren um 255% zugenommen. Hinzu kommt, dass die Leute in der westlichen Welt zwei Stunden weniger schlafen als noch im letzten Jahrhundert. Mit ein Grund sind die längeren Arbeitswege, der Fernsehkonsum und bestimmt auch das In-

■ NEUE KLINIK FÜR STRESS UND BURNOUT IN SUSCH

Seit dem 4. Oktober wird im Zentrum für Stressfolgeerkrankung in Susch praktiziert. In der Fachklinik für Burnout werden stationäre wie auch ambulante Patienten aufgenommen. Es besteht auch die Möglichkeit, sich präventiv behandeln zu lassen. In der Clinica Holistica arbeiten seit der Eröffnung 25 Personen, unter anderem Ärzte, Psychologen, Physiotherapeuten, Mal- und Sporttherapeuten. Einer der Mitbegründer der neuen Klinik ist der Tiefencastler Unternehmer Mario Candreia. Candreia und der Luzerner Peter Küenzi sind Aktionäre und sitzen im Verwaltungsrat. Der Engadiner Mattias Bulfoni ist Mehrheitsaktionär und Verwaltungsratspräsident.

ternet. Ich denke, die Zeit für unsere Idee ist reif.

Die Leute in der westlichen Welt schlafen zwei Stunden weniger als noch im letzten Jahrhundert.

Was wollen Sie und Ihr Team erreichen?

Der Initiant, Präsident und Mehrheitsaktionär Mattias Bulfoni hat es geschafft, etwas Neues für das Engadin, für Graubünden, für die Schweiz und unsere Nachbarländer, auf die Beine zu stellen. Dieses Projekt zu realisieren brauchte Mut. Seit über drei Jahren planen wir Schritt für Schritt und haben es geschafft, ein motiviertes Team auf die Beine zu stellen. Sie alle tragen unsere Vision, die eines Zentrums für Stressfolgeerkrankungen. Unser gemeinsames Ziel ist es jetzt, dass sich die Clinica Holistica Engiadina stetig entwickelt.

Und wie wollen Sie das tun?

Wir haben ein Konzept und eine Strategie und sind überzeugt, dass sich diese Idee durchsetzen wird. Es braucht in der Schweiz ganz einfach eine Klinik wie wir sie sind. Das bestätigen uns Fachspezialisten sowie unser wissenschaftlicher Beirat, bestehend aus Professoren der Universitäten Zürich, Basel und Bern.

Die Häufung von Burnouts ist nicht von der Hand zu weisen. In Chur startet Ende Oktober eine Selbsthilfegruppe zum Thema Burnout, die FDP Graubünden hat am 6. Oktober einen Themen-Parteitag zum Thema Work-Life-Balance durchgeführt. Ist unsere Gesellschaft total aus dem Gleichgewicht?

Diese Frage ist berechtigt. Ich lese zur Zeit das Buch «Stress bewältigen mit Achtsamkeit». Es stellt sich immer die Frage, wie wir die Welt wahrnehmen. Und auch, ob wir z.B. den Menschen mit einem Lächeln begegnen. Wir kön-

nen in unserem Leben selber sehr viel steuern. Und auch die innere Ruhe finden.

Es gibt auch Personen, die sich bei uns präventiv behandeln lassen.

Sie bieten ambulante und stationäre Behandlungen an?

Nicht nur. Es gibt auch Personen, die sich bei uns präventiv behandeln lassen. Das sind Selbstzahler. Wenn sie spüren, dass etwas nicht stimmt, dann kommen sie zu uns nach Susch in die Clinica Holistica Engiadina. Stationäre und ambulante Patienten werden mit der Krankenkasse abgerechnet.

Wie kann man persönlich einem Burnout vorbeugen?


Möglicherweise, wenn man in seinem eigenen Leben Strukturen schafft und gesund lebt. Und auch lernt, mit seinen Ressourcen umzugehen.

Burnout – Eine neue Selbsthilfegruppe

pd. Burnout ist in der heutigen hektischen Zeit eine weitverbreitete Krankheit geworden. Anzeichen für ein Burnout gibt es viele und die Krankheit sieht bei jeder Person anders aus. Prävention ist die beste Medizin. Der Wiedereinstieg nach einem Timeout ins Berufsleben ist mit einigen Hürden zu bewerkstelligen. Die Selbsthilfe Graubünden startet am 27. Oktober mit einer neuen Gruppe zum The-

ma Burnout. Die Zielgruppen sind im Moment erkrankte Burnout-Betroffene sowie Personen nach der Krankheit, die einem Rückfall vorbeugen möchten. In offenen Gesprächen sollen Erfahrungen ausgetauscht werden. Mit neuem Wissen können Präventionsstrategien aufgebaut und das gegenseitige Verständnis erhöht werden. Zusätzlich sind auch interessierte Arbeitge-

ber herzlich eingeladen um ihrerseits die Arbeitnehmer zu diesem Thema zu sensibilisieren. Die neue Selbsthilfe-Gruppe trifft sich jeweils am letzten Mittwoch im Monat von 19.00 bis zirka 20.30 Uhr im Gruppenraum des Teams Selbsthilfe an der Goldgasse 4 in Chur. **Eine Anmeldung für das erste Mal ist erforderlich: Tel: 081 353 65 15, Mail: kontakt@teamselbsthilfe.ch**



Lesevergnügen im Abo

Ich abonniere folgende Lokalzeitung:

Arena Alva

Aroser Zeitung

Novitats

Pöschkli

Rhiiblatt

Schanfigger Zeitung

Ich möchte folgendes Abonnement:

4 Schnuppermonate Fr. 20.–

Jahresabonnement Fr. 93.–

Einsenden an: Südostschweiz Presse und Print AG, Verlagsmarketing, Kasernenstrasse 1, Postfach 85, CH-7000 Chur

Vorname _____

Name _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Datum _____

Unterschrift _____