

# rehazeit

Das Magazin der Klinikum Austria Gesundheitsgruppe und der kokon Kliniken für Kinder und Jugendliche.



## Die Werte, die uns leiten.

Mit Co-Kreation, Aushalten,  
Kompetenz, Mut und Neugier  
zum Reha-Erfolg.

ACHTSAM  
LAUFEN

---

ANTIENTZÜNDLICHE  
ERNÄHRUNG

---

PROGRESSIVE  
MUSKELENTSPANNUNG

---

# Unsere Standorte



**1 Klinikum Bad Hall + Bad Schallerbach**  
Standort Bad Schallerbach  
stationäre und ambulante  
orthopädische Rehabilitation

**2 Klinikum Bad Hall + Bad Schallerbach**  
Standort Bad Hall  
für Herz-Kreislauf- und  
neurologische Rehabilitation

**3 Klinikum Bad Gastein**  
für Orthopädie und  
Rheumatologie

**4 Klinikum am Kurpark Baden**  
für Orthopädie und  
Rheumatologie

**5 Klinikum Bad Gleichenberg**  
für Lungen- und  
Stoffwechselerkrankungen

**6 kokon Bad Erlach**  
Reha für junge Menschen

**7 kokon Rohrbach-Berg**  
Reha für junge Menschen

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Klinikum Austria Gesundheitsgruppe GmbH | Trattnerhof 2/104, 1010 Wien | [www.klinikum-austria.at](http://www.klinikum-austria.at)

**Redaktion und Konzept:** Nicholas Eckl, Katharina Greiner, Irene Hanus, Sonja Kurzbauer, Elena Reghenzani

**Gestaltung:** Marko Laitinen

**Druck:** Druckerei Piacek Ges.m.b.H.

**Fotocredit:** Klinikum Austria Gruppe, kokon, shutterstock

Alle Artikel in diesem Magazin wurden mit bestem Wissen und Gewissen gestaltet. Alle Angaben sind ohne Gewähr.

Jegliche Haftungsansprüche, insbesondere aus Angaben zu Krankheitsbildern, Diagnosen und Therapien, sind ausgeschlossen.

**Erscheinungsdatum:** April 2025

## EDITORIAL

# Liebe Leser:innen!

Damit Reha erfolgreich ist, machen sich Patient:innen gemeinsam mit ihren Therapeut:innen, Mediziner:innen, Psycholog:innen, Pädagog:innen und Pflegekräfte auf den Weg. Wir nennen diese Team-Arbeit auch „Co-Kreation“. Und genauso ist es bei unserem Magazin, der rehazzeit.

Den Redaktionsplan schreiben wir – das Kommunikations- und Marketing-Team von kokon und der Klinikum Austria Gruppe. Dann heißt es: neugierig sein, fragen, recherchieren, sammeln. Von Rohrbach-Berg, Bad Hall und Bad Schallerbach über Bad Gastein, Bad Erlach und Baden bis nach Bad Gleichenberg.

Denn das, was wirklich wichtig ist, passiert vor Ort in unseren Kliniken. Dort, wo Co-Kreation, aber auch Mut, Neugier, Kompetenz und Aushalten – kurz: unsere Werte – jeden Tag gelebt werden.

Noch mehr über unsere Werte und unsere Kliniken könnt ihr auf den folgenden Seiten lesen. Und unser Foto, das könnten wir locker um über 1000 Kolleg:innen erweitern.

Viel Freude beim Lesen und eine gute, gesunde Zeit wünscht



Eure  
rehazzeit-  
Redaktion

# Inhalt

## TITELSTORY

Unsere Werte:  
Wie wir tun, was wir tun. 4

## KOMPETENZ

Reha-Ziele als Schlüssel zum Erfolg. 8

## AUSHALTEN

Wenn Räume heilen können. 10

## MUT

Mit Mut neue Lösungen für  
unsere Mitarbeiter:innen finden?  
Können wir! 12

## NEUGIER

Wie innovative Technologien  
die Rehabilitation revolutionieren. 14

## CO-KREATION

Medizin trifft Gestaltung –  
gemeinsam Räume der  
Heilung schaffen. 16

## ENTSPANNUNG

Zur Ruhe kommen mit  
Progressiver Muskelentspannung. 18

## BEWEGUNG

Achtsam Laufen:  
Wie Mindful Running  
Körper und Geist stärkt. 19

## ERNÄHRUNG

Antientzündliche Ernährung 20

## ACHTSAMKEITSÜBUNG

22

## NEWS

Alle Neuigkeiten aus den Häusern 24

## SERVICE

Buchtipps und Social-Media Kanäle 27

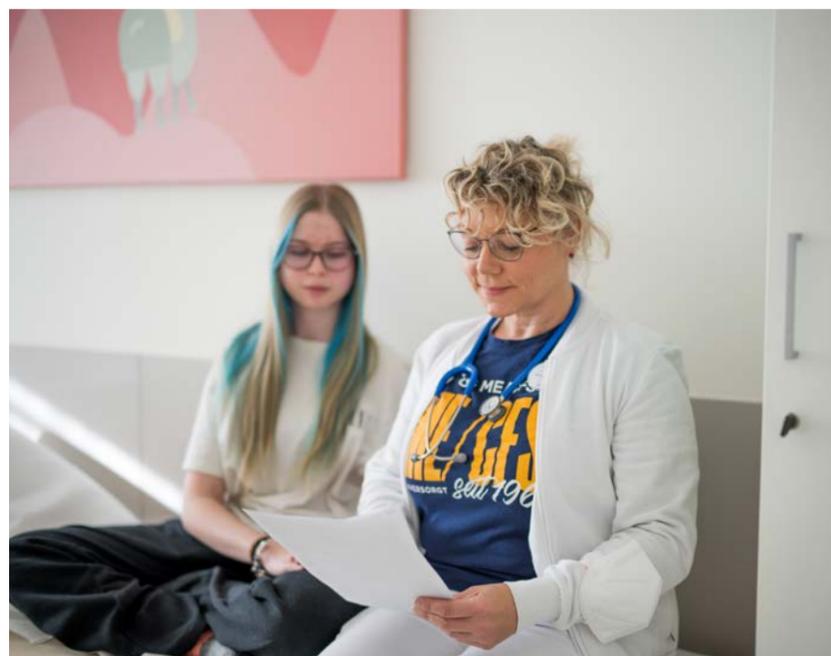
# Unsere Werte: Wie wir tun, was wir tun.

„Menschen dabei unterstützen, ihr Leben nach ihren eigenen Vorstellungen und Vorlieben zu gestalten.“ – Das ist das, was wir in den Kliniken der Klinikum Austria Gruppe und im kokon jeden Tag tun.

Wir sind spezialisiert auf Rehabilitationsmedizin für Patient:innen von 0 bis 99 Jahren. In unseren Kliniken an sieben Standorten bieten wir Leistungen aus den unterschiedlichsten Fach-Disziplinen: Neurologie, Psychiatrie und psychosoziale Gesundheit, Orthopädie, Unfallchirurgie, Rheumatologie, Herz-Kreislauf, Lunge, Stoffwechsel und Onkologie.

Unsere Vision ist es, dass immer mehr Menschen frei und autonom leben können. Und das trotz und mit ihren Erkrankungen und Problemstellungen.

Damit wir dieses Ziel auch erreichen, braucht es klare und verlässliche Leitlinien. Wir nennen sie „Werte“. Sie beschreiben, wie wir miteinander arbeiten wollen.



## Expert:innen gefragt

„Werte wirken als innerer Kompass:  
Sie geben Halt, wenn äußere  
Umstände unklar sind ...“

Dass Werte in Organisationen und Unternehmen immer wichtiger werden, weiß auch Barbara Fiala. Sie leitet die Abteilung für Personal- und Organisationsentwicklung bei Iventa und hat jahrelange Erfahrung in der Begleitung von Change- und Strategie-Projekten im In- und Ausland sowie als Coaching und Sparringpartnerin von Manager:innen und Führungskräften.

**Wir haben mit ihr über Werte und ihre zentrale Rolle in Unternehmen gesprochen:**

Werte wirken als innerer Kompass: Sie geben Halt, wenn äußere Umstände unklar sind, und ermöglichen es Menschen und Organisationen, flexibel zu bleiben, ohne ihre Identität zu verlieren.

Werte stehen dafür, „wie“ etwas getan wird. Beispielsweise das Unternehmensziel, das „Was“, zu erreichen. Sie wirken handlungsleitend und geben damit auch Sicherheit und Orientierung im täglichen Leben; besonders in unsicheren und herausfordernden Zeiten. Wenn Veränderungen zur Normalität werden, hilft eine klare Wertebasis, Entscheidungen zu treffen und handlungsfähig zu bleiben.

Aber damit Werte in einem Unternehmen auch wirklich eine Orientierung für alle darstellen können, braucht es vor allem eins: die Auseinandersetzung mit den Werten auf allen Ebenen des Unternehmens.

**Barbara Fiala erklärt:**

Was bedeuten diese Werte für mich, für uns als Team, im Arbeitsalltag? Woran konkret wird sichtbar, dass ich in meinem Bereich diesen Wert lebe? Zum Beispiel: An welchem Verhalten wird sichtbar, dass ich „Neugier“ lebe? Woran erkenne ich, dass mein:e Kolleg:in neugierig handelt? Die Auseinandersetzung schafft Bewusstsein, was ich konkret zum Unternehmensziel beitragen kann.

**Barbara Fiala betont:**

Werte-Arbeit ist kein einmaliges Projekt, sondern ein kontinuierlicher Prozess. Sie entfaltet ihre Wirkung nicht durch schöne Worte, sondern durch gelebtes Verhalten im Alltag. Besonders in einer werte-orientierten Branche wie dem Gesundheitswesen tragen das bewusste Sichtbarmachen und das Anerkennen von Werten dazu bei, Mitarbeitende langfristig zu binden, ihre Motivation zu stärken und eine Kultur zu schaffen, die ihnen Halt und Orientierung gibt.

Letztlich sind es nicht die festgelegten Werte an sich, die eine Kultur prägen – sondern die Menschen, die sie täglich leben.



**Barbara Fiala**  
Personal- und  
Organisationsentwicklung  
bei Iventa

# Wie wir arbeiten.

Werte in unseren Kliniken.



## KOMPETENZ

**Wir kombinieren Fachwissen mit Menschlichkeit.**

Für uns bedeutet Kompetenz, dass wir unser berufliches Fachwissen mit unseren menschlichen Qualitäten verbinden. Dabei stehen Patient:innen und unsere Beziehung zu ihnen immer im Mittelpunkt. Deshalb ist Kompetenz also nicht nur eine Frage der Expertise, sondern auch des menschlichen Umgangs miteinander.



## NEUGIER

**Wir bewegen die Zukunft.**

Unsere Neugier, miteinander bessere Lösungen zu finden, treibt uns an. Wir sind bereit, neue Wege zu gehen und neuen Verfahren, Ansätzen und Entwicklungen eine Chance zu geben. Dabei geht es immer darum, wie wir Menschen auf ihrem Weg zu mehr Gesundheit und Selbstbestimmung noch besser unterstützen können.



## MUT

**Wir trauen es uns zu.**

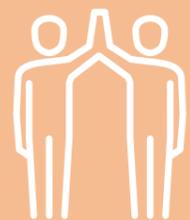
Mut bedeutet für uns, voranzuschreiten, aus unserer Komfortzone hinauszugehen, Neues auszuprobieren und zu entwickeln. Es bedeutet aber auch, unüberwindbare Grenzen zu respektieren. Wir wollen auf Bedürfnisse eingehen und uns selbst weiterentwickeln. Unser Mut soll immer den Menschen dienen, die wir auf ihrem Weg in ein selbstständigeres Leben begleiten.

# Wie wir Werte leben.



**Christian Wiederer,**  
Medizinischer Geschäftsleiter  
kokon & Klinikum Austria Gesundheitsgruppe

Reha ist immer ein Team-Prozess. Deswegen bringt der Wert Co-Kreation die Vorgehensweise in der Reha auf den Punkt. Wenn wir unseren Patient:innen beibringen wollen, wie sie ein freieres, selbstständiges Leben führen wollen, müssen wir ihre Kompetenz mit ins therapeutische Team holen. Denn sie müssen von uns lernen, was sie für sich selbst tun können. Dazu bringt sich jede:r mit der jeweiligen Kompetenz ein.



## CO-KREATION

**Wir schaffen es gemeinsam.**

Reha ist immer ein Miteinander, das zwischen Menschen stattfindet. Wir sehen Patient:innen als Expert:innen ihres eigenen Lebens und verbinden ihre mit unserer Expertise. So trägt jede:r zu einer erfolgreichen Reha bei. Dafür brauchen wir Wertschätzung und Kommunikation auf Augenhöhe. Denn die besten Lösungen entwickeln wir aus einer Vielfalt an Zugängen, Erfahrungen und Kompetenzen.



**Beate Biesenbach,**  
Stv. Ärztliche Direktorin  
kokon Rohrbach-Berg

Wir wollen unseren Patient:innen helfen, ihre eigene Kompetenz im Umgang mit der Erkrankung zu verbessern.

Unseren Patient:innen mit post-akut infektiösen Syndromen wie Long Covid vermitteln wir das Pacing-Konzept, hören zu, nehmen sie ernst, klären ab, therapieren symptomatisch und bieten verschiedenste Therapie-Angebote an.

Wir wollen ihnen aber auch helfen, den Mut zu haben, eigene Grenzen zu kommunizieren, wenn die individuelle Belastungsgrenze gefährdet ist. Was im Übrigen für die meisten sehr schwierig ist.

Für uns als Behandler:innen gilt es, Patient:innen auch in schwierigen Phasen oder Situationen zu begleiten. Ungewisser Verlauf und Prognosen stellen uns immer wieder vor die Aufgabe, diese Phasen medizinisch auch „auszuhalten“. Das kann schwierig, auch belastend, sein. Manchmal ist Aushalten aber das Beste was wir tun können. Schließlich ist dies dann auch die aktuelle Situation der betroffenen jungen Menschen.



**Dominik Feig,**  
Organisationsentwicklung  
kokon & Klinikum Austria Gesundheitsgruppe

Werte entstehen nicht auf dem Reißbrett – sie wachsen aus der gelebten Kultur. Genau diesen Weg sind wir gegangen: In einem intensiven Entwicklungsprozess gemeinsam mit Mitarbeiter:innen aus allen Bereichen der Kliniken haben wir unsere Werte erarbeitet.

Der Roll-out erfolgte in Workshops in allen Kliniken. Hier wurde nicht nur erklärt, was Kompetenz, Mut, Neugier, Aushalten und Co-Kreation für unsere Unternehmen bedeuten, sondern auch beleuchtet, was jede:r Einzelne darunter versteht. Denn die unterschiedlichen Berufsbilder und persönlichen Hintergründe der Teilnehmenden ermöglichen vielseitige Perspektiven. Dieses Teilen von Sichtweisen hat geholfen, unsere Werte nicht nur abstrakt zu definieren, sondern sie mit Leben zu füllen. Durch diesen Prozess sind unsere Werte nicht nur Worte, sondern eine Haltung geworden, die unser tägliches Handeln prägt – sichtbar und spürbar in unserem Miteinander.

# Reha-Ziele als Schlüssel zum Erfolg.

Die Wege in die Reha sind vielfältig. Was aber alle Patient:innen brauchen, damit sie ihre Gesundheit nachhaltig verbessern, sind Reha-Ziele. Diese sind nicht nur Orientierungshilfe und Motivation, sondern die Basis für ihre Erfolge. Doch wie entstehen gute Reha-Ziele, und wie können wir sie erreichen?

## Ohne Reha-Ziele kein Reha-Erfolg

„Reha-Ziele legen wir individuell mit den Patient:innen fest“, berichtet Prim.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Nicola Knogler, stellvertretende Ärztliche Direktorin im Klinikum Bad Hall + Bad Schallerbach, Standort Bad Schallerbach. Sie orientieren sich an deren funktionellen, sozialen und emotionalen Bedürfnissen. Es ist wichtig, sehr konkrete und realistische Ziele zu setzen, die den Betroffenen helfen, ihre Lebensqualität nachhaltig zu verbessern. „Unsere Patient:innen wissen selbst am besten, was sie für ein erfüllteres Leben brauchen. Unsere Aufgabe ist es, dieses Wissen mit medizinischen und therapeutischen Möglichkeiten zu verknüpfen“, erklärt Knogler.

Bestenfalls machen sich die Patient:innen schon vor Beginn des Aufenthalts Gedanken darüber, welche Ziele sie verfolgen möchten. Bei der Aufnahme-Untersuchung konkretisieren sie diese gemeinsam mit dem medizinischen Team.

**„Unsere Aufgabe ist es, dieses Wissen mit medizinischen und therapeutischen Möglichkeiten zu verknüpfen.“**

## Rehabilitation neu gedacht

Die Rehabilitation basiert auf dem biopsychosozialen Modell, das den Menschen ganzheitlich betrachtet – mit allen körperlichen, psychischen und sozialen Aspekten, die untrennbar miteinander verbunden sind. „Deswegen bedeutet Kompetenz für uns, medizinisches Fachwissen mit einer auf die Menschen ausgerichteten und beziehungsorientierten Gesundheitsversorgung zu verbinden“, erläutert Knogler.

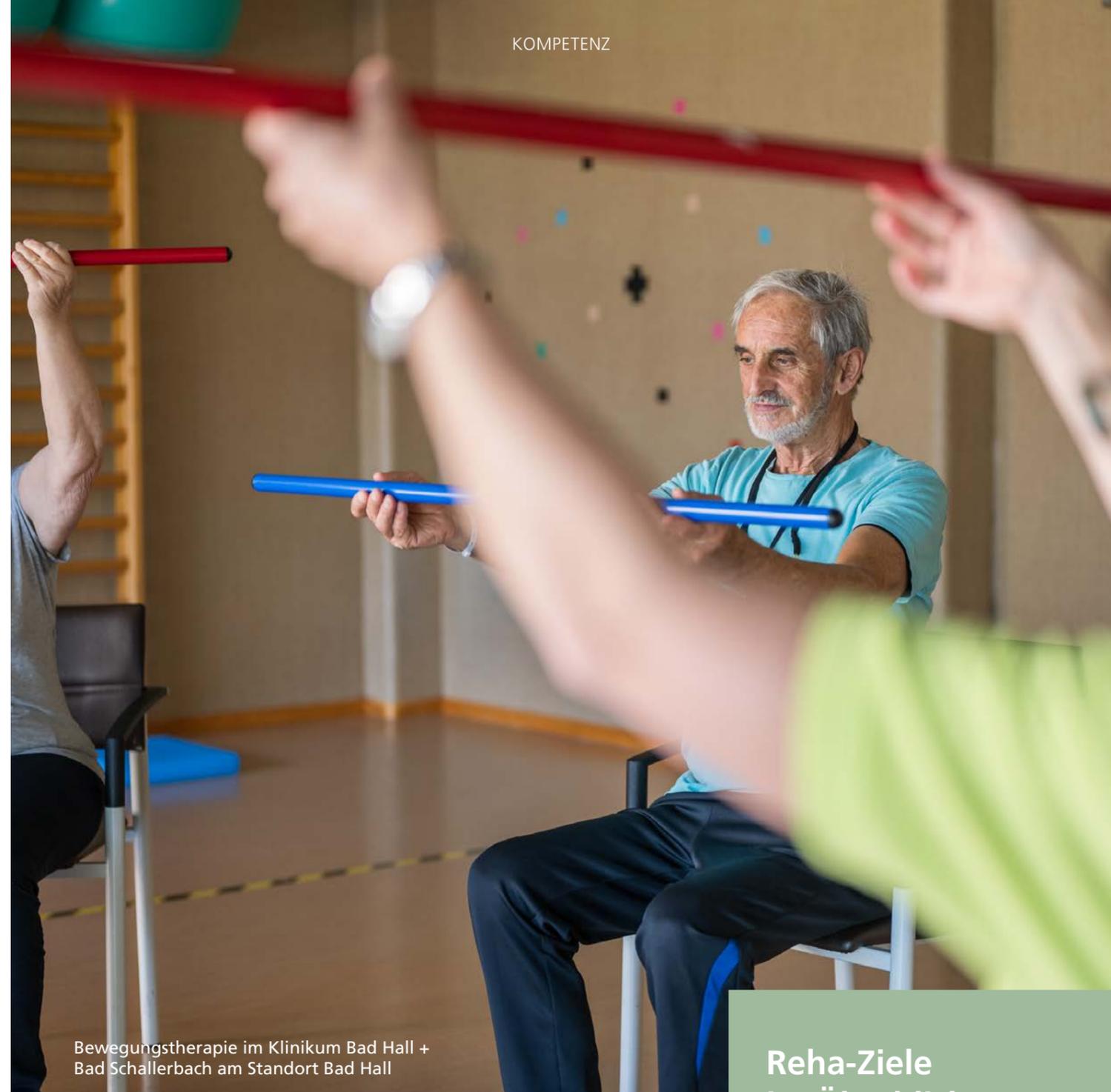
Aber wie gelingt es, dass auch jüngere Patient:innen an ihren Reha-Zielen festhalten und motiviert bleiben? „Die Selbstmotivation junger Menschen ist nicht zu vergleichen mit der von erwachsenen Reha-Patient:innen. Durch einen spielerischen Ansatz gelingt es uns, die Kinder zur Therapie zu motivieren und Freude an ihrer neuen Selbstwirksamkeit zu erfahren. In der gerätegestützten Therapie nutzen wir altersgerechte Computerspiele, in den Gruppentherapien hilft uns das soziale Lernen, das Kinder und Jugendliche sehr motiviert“, beschreibt Prim.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Jutta Falger, Ärztliche Direktorin im kokon Bad Erlach.

## Wie zeigt sich das in der Praxis?

„Durch enge Zusammenarbeit im Team,“ erklärt Falger. „Regelmäßige Besprechungen zwischen Ärzt:innen, Therapeut:innen und Pflegekräften stellen sicher, dass alle Beteiligten über den aktuellen Stand der Reha-Ziele informiert sind und die Therapien flexibel anpassen können. So können wir auch auf kurzfristige Veränderungen oder Herausforderungen schnell reagieren und unseren Patient:innen die bestmögliche Unterstützung bieten.“

## Nachhaltige Reha

Ein erfolgreicher Reha-Aufenthalt endet nicht mit der Entlassung. Damit Fortschritte nachhaltig bleiben, müssen Patient:innen das Gelernte in ihren Alltag integrieren. Routinen, praktische Übungen und die Unterstützung durch das soziale Umfeld sind dabei essenziell. „Familie und Freund:innen können wertvolle Motivatoren sein, etwa bei Bewegung oder Ernährungsumstellungen“, betont Nicola Knogler. Besonders bei Kindern ist die Einbindung der Eltern entscheidend. „Eltern sind durch die Erkrankung ihres Kindes ebenfalls betroffen und müssen aktiv in die Reha einbezogen werden, damit Erlerntes im Alltag Bestand hat“, ergänzt Jutta Falger.



Bewegungstherapie im Klinikum Bad Hall + Bad Schallerbach am Standort Bad Hall

## Reha-Ziele im Überblick

**Teilhabeziele:**  
Wiedereinstieg in Beruf, Schule oder Kindergarten – für soziale und berufliche Integration.

**Aktivitätsziele:**  
Fähigkeiten wie eigenständige Mobilität oder sichere Fortbewegung.

**Funktionsziele:**  
Wiederherstellung körperlicher Funktionen, z. B. Gelenkbeweglichkeit oder Koordination.



Prim.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Jutta Falger,  
Ärztliche Direktorin  
im kokon Bad Erlach



Prim.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Nicola Knogler,  
Stv. Ärztliche Direktorin  
im Klinikum Bad Hall +  
Bad Schallerbach, am Standort  
Bad Schallerbach

# Wenn Räume heilen können.

Ob Menschen mit einer Krankheit leben, oder nach einer Verletzung oder OP zu uns kommen: Reha bedeutet harte Arbeit. Aber ohne Erholung kann Fortschritt nicht gelingen. Neben dem Therapie-Alltag braucht es Raum für Regeneration – im wahrsten Sinne des Wortes.



oben: Therapie im Snoezelenraum kokon Rohrbach-Berg.  
rechts: Maria Fradler, Kaufmännische Direktorin  
und Pflegedirektorin im Klinikum Bad Gleichenberg  
entspannt ebenfalls gerne im Snoezelen-Raum.

## Eine wertvolle Auszeit

Eine Ressource, die wir Mitarbeiter:innen und Patient:innen gleichermaßen zur Verfügung stellen, ist der neu geschaffene „Raum für mein Wohlbefinden“, auch Snoezelen-Raum genannt, im Klinikum Bad Gleichenberg. Es handelt sich dabei um einen speziell gestalteten Rückzugsort, der als Oase der Ruhe und Erholung konzipiert und mit viel Liebe zum Detail eingerichtet ist.

## Die wohldurchdachte Ausstattung

Eine Ruhe-Liege und eine Infrarot-Liege sorgen für tiefe Entspannung von Körper und Geist. Ein Massage-Sessel hilft dabei, die von der Reha beanspruchten Muskeln zu lockern. Eine Zungentrommel trägt mit ihren wohltuenden Tönen zur mentalen Erholung bei. Abgerundet wird das Interieur durch sanfte Lichter und beruhigende Klänge. Das wohldurchdachte Ambiente hilft, Stress abzubauen und die Seele baumeln zu lassen.

## Elemente, die beruhigen

Eine reizarme Umgebung bedeutet nicht automatisch kahle, leere Räume. Vielmehr wird auf die Art und den Umfang der Reize geachtet und welche Auswirkungen diese auf unsere jungen Patient:innen haben. Daher ist der Snoezelen-Raum mit besonders angenehmen Dingen ausgestattet. Es gibt unter anderem ein Wasserbett, ein Sitzkissen, eine Blasensäule und Wasserinstallationen, einen LED-Lichtvorhang sowie farbwechselnde Lampen, Lichtprojektoren, eine Spiegelkugel, sanfte Musik und beruhigende Klänge, viele interaktive Elemente sowie Pölster und Decken.

## Für wen ist der Snoezelen-Raum gedacht?

„Das Besondere an diesem Raum ist, dass er für all unsere Patient:innen hilfreich und nützlich sein kann. So profitieren zum Beispiel Kinder und Jugendliche, die mit neurologischen Erkrankungen leben und in ihrer Wahrnehmung beeinträchtigt sind, enorm von den vielfältigen Sinneserfahrungen“, erklärt Romana Wagner, Stv. Pflegedirektorin im kokon Rohrbach-Berg. „Hier können sie in einem geschützten Raum verschiedene Reize erleben und diese gezielt, ohne Ablenkung, verarbeiten“, so Wagner weiter.

## Wie wird der Raum genutzt?

Die Ergotherapie nutzt den Raum bewusst für jüngere Kinder, um neben ihren mentalen auch ihre motorischen Fähigkeiten zu stimulieren und zu fördern. Elisabeth Hellauer, Ergotherapeutin im kokon, erzählt: „Unsere jungen Patient:innen sind meist so fasziniert von den Lichtern und Farbspielen, dass sie schnell auf Entdeckungstour gehen. Ein besonderes Highlight sind für viele die Tasten der Wassersäule, bei der sie „Ursache und Wirkung“ lernen. Drücken sie drauf, so geht das Licht der Säule an und die Luftblasen steigen auf. Lassen sie die Taste los, geht beides wieder aus. Diese einfache Bewegung fördert nicht nur ihre Feinmotorik, die Patient:innen erleben auch ihre Selbstwirksamkeit und die Freude am Entdecken.“

Der Snoezelen-Raum wird jedoch auch von vielen weiteren Berufsgruppen im kokon genutzt. Die Psychologie nutzt ihn für die Entspannungsgruppe, die Diätologie für das Genussstraining, das Pflege-Team für die aktivierende Pflege, die Massage-Therapeut:innen für die Baby-Massage-Gruppe usw. So sorgen wir dafür, dass möglichst viele Patient:innen den therapeutischen und entspannenden Effekt des Snoezelen-Raums für ihr Wohlbefinden, ihre Entwicklung und Genesung nutzen können.

## Ein Raum als Symbol für die ganzheitliche Rehabilitation

Sowohl der „Raum für mein Wohlbefinden“ in Bad Gleichenberg als auch der Snoezelen-Raum im kokon Rohrbach-Berg sind der Ausdruck unseres Verständnisses für Rehabilitation. Diese Räume zeigen: Heilung betrifft nicht nur den Körper, sondern auch den Geist und die Seele.



# Mit Mut neue Lösungen für unsere Mitarbeiter:innen finden? Können wir!

„Hinter den 7 Bergen“ liegt unser Klinikum Bad Gastein. Ein großer Vorteil, wenn es um die Behandlung der Patient:innen geht. Die Luft, die Berge, die Natur – all das trägt zur Gesundheit bei, wie Studien immer wieder belegen. Aber nicht nur Patient:innen, auch unsere Mitarbeiter:innen profitieren von der besonderen Lage.



Unseren Mitarbeiter:innen stellen wir in Bad Gastein komfortable Dienstwohnungen zur Verfügung.

Warum? Das Leben und Arbeiten fern von Abgasen und Verkehr fördert das Wohlbefinden und die Produktivität. Die reine Bergluft und die beeindruckende Natur senken Stress, stärken die mentale Gesundheit und steigern die Kreativität. Das bestätigt auch Patrick Ebeling, der seit 2022 als Pflegedirektor im Klinikum Gastein tätig ist. 2023 hat der gebürtige Berliner zudem noch die Kaufmännische Leitung übernommen.

haben wir direkt gedacht: Wie sagen wir das nur unseren Mitarbeiter:innen? Wie können wir es schaffen, dass wir mit möglichst all unseren Mitarbeiter:innen gut durch diese Zeit kommen?“ Er betont: „Schnell war klar, dass es nur eine Strategie geben kann: Mit innovativen und mutigen Lösungsansätzen proaktiv auf unsere Mitarbeiter:innen zugehen und individuelle Lösungswege anbieten!“

## „Die Nähe zur Natur ermöglicht Regeneration und fördert eine nachhaltige Balance zwischen Arbeit und Erholung.“

Die besondere Lage stellte die Reha-Klinik jedoch vor eine große Herausforderung: „Wir wurden bereits Ende 2023 von der ÖBB informiert, dass der Tauerntunnel saniert werden muss – und dass die Bauarbeiten fast ein ganzes Jahr dauern werden. Schon zu diesem Zeitpunkt war klar: Für viele Mitarbeiter:innen würde das für viele Monate einen Umweg von rund vier Stunden täglich bedeuten“, berichtet Ebeling. „In der Kollegialen Führung

Mut, der sich gelohnt hat. Nachdem die Sperre nun seit Oktober 2024 Realität geworden ist, hat Ebeling für alle acht betroffenen Mitarbeiter:innen individuelle Lösungen gefunden: von flexiblen Arbeitszeiten, über Block-Arbeit, Home-Office und Dienstwohnungen vor Ort. „Leider gab es auch Kündigungen. Diese haben wir einvernehmlich gelöst und eine Wiedereinstellungszusage angeboten“, so Ebeling.



**DGKP Patrick Ebeling, BA, MA**  
Kaufmännischer Direktor  
und Pflegedirektor im  
Klinikum Bad Gastein



## Mut, wichtige Themen anzusprechen ... das gibt es im Klinikum Bad Gastein!

Derzeit läuft unter dem Namen „Hinschauen, handeln, schützen“ ein Projekt zur Gewalt-Prävention. Dieser Schwerpunkt soll Mitarbeiter:innen für das Thema sensibilisieren und nachhaltig bei der Gewaltprävention im beruflichen aber auch privaten Umfeld unterstützen. Gut zu wissen: Das Klinikum Bad Gastein ist mit rund 160 Mitarbeiter:innen der größte Arbeitgeber im Gasteiner Tal. Die Reha-Klinik ist auf die Behandlung von orthopädischen und rheumatischen Erkrankungen wie Morbus Bechterew spezialisiert.



## Neugier als Antrieb: Wie innovative Technologien die Rehabilitation revolutionieren.

„Stillstand gibt es in der Rehabilitation nicht“, so Marianne Fuchs, Therapieleitung in unserem Klinikum Bad Hall + Bad Schallerbach, am Standort Bad Schallerbach. Sie weiß: Wer den Patient:innen die bestmögliche Therapie bieten möchte, muss bereit sein, Neues auszuprobieren, bestehende Konzepte zu hinterfragen und Innovationen eine Chance zu geben.

Der Einsatz von Robotik in der Rehabilitation erfordert Mut und Offenheit, aber auch ein starkes Team, das bereit ist, diese Innovationen in den Alltag zu integrieren. Marianne Fuchs beschreibt die Herausforderungen, mit denen ihr Team konfrontiert war: „Die größte Herausforderung war, ein gesamtes Team so zu schulen, dass alle Expert:innen in der Bedienung des Gangroboters werden. Doch unsere Neugier und Offenheit für Innovationen haben uns geholfen, diese Hürde zu meistern.“

### Gangroboter & High-Tech-Therapie

Heute wird der Therapie-Roboter erfolgreich bei Patient:innen mit neurologischen Erkrankungen wie Schlaganfällen oder Multipler Sklerose eingesetzt. Besonders berührend sind die Momente, in denen Patient:innen, die nach einem Krankheitsgeschehen nicht mehr gehen können, durch den Roboter wieder das Gefühl des Gehens erleben. „Die Freude in den Gesichtern unserer Patient:innen, wenn sie nach langer Zeit wieder aufrecht stehen und Schritte machen, zeigt uns, wie wertvoll diese Technologie ist.“

Auch in unseren kokon Kliniken ist die Neugier auf innovative Technologien ein zentraler Bestandteil der therapeutischen Arbeit. Kinder und Jugendliche benötigen nicht nur gezieltes Training, sondern auch Motivation und Freude an der Therapie. Nicole Plöb, Teamleitung und Physiotherapeutin im kokon Bad Erlach, hebt hervor, dass digitale Medien für junge Patient:innen längst zum Alltag gehören: „Mit den Tyromotion-Geräten holen wir die Kinder dort ab, wo sie sich wohlfühlen.“

### „Die spielerische Komponente sorgt dafür, dass sie gar nicht merken, wie intensiv sie trainieren.“

Diese spielerische Herangehensweise zeigt sich auch im Alltag der Therapeut:innen im kokon Rohrbach-Berg, wo eine Vielzahl an Tyromotion-Geräten zum Einsatz kommt. Katharina Stelzer, Physiotherapeutin in Rohrbach-Berg, beschreibt, wie entscheidend der Spaßfaktor für den Therapieerfolg ist: „Die Kinder sehen die

Therapie nicht als mühsame Übung, sondern als Spiel. Dadurch steigern wir die intrinsische Motivation enorm und erzielen oft bessere Fortschritte als mit klassischen Methoden.“

Besonders beeindruckend ist der Lexo-Gangtrainer, der es auch schwer beeinträchtigten Kindern ermöglicht, aufrecht zu stehen und das Gefühl des Gehens zu erleben. Die Therapie-Erfolge ihrer jungen Patient:innen sind für die Therapeut:innen eine große Motivation, sich immer wieder mit neuen Ansätzen auseinanderzusetzen.

Neugier spielt nicht nur in der direkten Arbeit mit Patient:innen eine Rolle, sondern auch innerhalb der Teams. Die Möglichkeiten, die moderne Technologien bieten, sind enorm – doch sie erfordern auch eine stetige Weiterentwicklung und Anpassung. Katharina Stelzer bringt es auf den Punkt: „Nicht nur die Kinder, sondern auch wir Therapeut:innen haben Spaß an den Geräten. Den Therapie-Erfolg zu sehen und unsere Patient:innen spielerisch aus der Reserve zu locken, macht unsere Arbeit besonders spannend.“



**Marianne Fuchs,**  
Therapieleiterin  
im Klinikum Bad Hall +  
Bad Schallerbach,  
am Standort Bad Hall,  
betont die Kooperation im Team:

„Das Team hier im Klinikum ist dynamisch und offen für alle Innovationen, die es in der Neuroreha gibt. Die erfahrenen Therapeut:innen können sehr gut vergleichen, wie sich die Erfolge bezüglich gehen mit dem Gangroboter in Kombination mit konventioneller Physiotherapie verbessern.“



**Nicole Plöb,**  
Teamleitung und  
Physiotherapeutin  
im kokon Bad Erlach,  
hebt hervor, dass digitale Medien  
für junge Patient:innen längst  
zum Alltag gehören:

„Mit den Tyromotion-Geräten holen wir die Kinder dort ab, wo sie sich wohlfühlen. Die spielerische Komponente sorgt dafür, dass sie gar nicht merken, wie intensiv sie trainieren.“



**Katharina Stelzer,**  
Physiotherapeutin  
im kokon Rohrbach-Berg,  
beschreibt, wie entscheidend  
der Spaßfaktor für den  
Therapieerfolg ist:

„Die Kinder sehen die Therapie nicht als mühsame Übung, sondern als Spiel. Dadurch steigern wir die intrinsische Motivation enorm und erzielen oft bessere Fortschritte als mit klassischen Methoden.“

„Ein Zuhause auf Zeit“ nennen die Mitarbeiter:innen ihr Klinikum am Kurpark Baden. Kein Wunder: Verbringen die Patient:innen immerhin drei Wochen in der Reha-Klinik. 2024 ist in diesem Zuhause fast kein Stein auf dem anderen geblieben.

„Wir haben sämtliche Bereiche des Klinikums verschönert, von den Patient:innen Zimmern angefangen, über Therapie-Räumlichkeiten, unseren Speisesaal, die Lobby und Rezeption, bis hin zum Pflege-Stützpunkt“, berichtet Sonja Witzmann. Sie ist stellvertretende Kaufmännische Direktorin im Klinikum und war für die reibungslose Abwicklung der Renovierungsarbeiten vor Ort zuständig.

Das Ergebnis? „Das Klinikum ist total schön in ansprechenden Farben und mit sehr bequemem Sitz-Mobiliar. In unserem Gesundheitssystem ist das außergewöhnlich!“, fasst die Patientin Ursula Aumayr zusammen.

Aber wie gelingt eine Renovierung bei laufendem Betrieb – und in einem Haus, in dem Bereiche zu ganz unterschiedlichen Zeiten entstanden und teilweise denkmalgeschützt sind?

Die Leiterin des Bau-Managements, Sabine Rekar erklärt: „Wir haben versucht, mit den Dingen, die gegeben waren, zu spielen. So haben wir das eher düster wirkende Grün in den alten Bereichen mit einem moderneren Olivton kombiniert. Das Alte und Neue verbindet sich somit gut – und gleichzeitig haben wir nun das Gefühl, uns in einem zeitgenössischen Gebäude zu befinden.“

Sabine Rekar hat mit ihrem Team die Bau-Etappen gemeinsam mit Sonja Witzmann präzise geplant. Alle Mitarbeiter:innen und Patient:innen wurden ab dem ersten Tag auf dem Laufenden gehalten. So gab es auch keinerlei Beschwerden aufgrund von Lärm und kleinen Änderungen im gewohnten Tagesablauf.

Feierlicher Abschluss des Projekts war der österreichweite Kunstwettbewerb. Im Rahmen des Wettbewerbs hatten wir Künstler:innen aus ganz Österreich dazu aufgerufen, sich mit ausgewählten Werken zu bewerben, um die Räume im frisch renovierten Klinikum zu verschönern.

Gewonnen haben Fotografien von Pamela Rußmann, Lukas Ackermann, Mihai Pop und Elke Schoder-Fessler. Die eindrucksvollen Werke laden in den Gemeinschaftsräumen zum Verweilen ein und bereichern auch die 54 renovierten Patient:innen-Zimmer.

„All das wäre nicht möglich gewesen, hätten wir nicht alle an einem Strang gezogen“, so Sonja Witzmann. „Wir hatten tolle Professionist:innen, aber auch sehr verständnisvolle Patient:innen und Kolleg:innen. Es ist ein Gemeinschaftswerk!“

Medizin trifft Gestaltung –  
gemeinsam Räume der  
Heilung schaffen.



oben: Klinikum am Kurpark Baden nach der Renovierung.  
Vernissage der Kunstausstellung.



**Sabine Rekar**  
Projektleitung Bau-Management  
im Klinikum am Kurpark Baden



**Sonja Witzmann**  
Stv. Kaufmännische Direktorin  
im Klinikum am Kurpark Baden

# Zur Ruhe kommen mit Progressiver Muskelentspannung.

Entspannung – ein Begriff, der in unserem hektischen Alltag oft zu kurz kommt, obwohl sie für unser körperliches und seelisches Wohlbefinden so wichtig ist. Eine effektive, leicht erlernbare Methode zur Stressbewältigung ist die Progressive Muskelentspannung (PME). Doch was steckt dahinter, und warum ist sie so wirksam? Psychologin Mira Herber-Schrenk verrät Anwendung und Vorteile dieser bewährten Methode.

Die Progressive Muskelentspannung wurde in den 1930er-Jahren von Dr. Edmund Jacobson entwickelt. Ihr Prinzip ist einfach: Durch bewusstes Anspannen und anschließendes Lösen bestimmter Muskelgruppen wird ein Zustand tiefer Entspannung erreicht. „Das Besondere ist ihre Einfachheit. PME erfordert keine Vorkenntnisse und kann fast überall durchgeführt werden – ob zu Hause, bei der Arbeit oder sogar zwischendurch im Alltag“, erklärt Mag.<sup>a</sup> Herber-Schrenk.

Die Wirkung der PME ist vielfältig. Sie aktiviert den Parasympathikus, einen Teil des Nervensystems, der für Entspannung zuständig ist, und hilft so, Stresssymptome zu reduzieren. Gleichzeitig kann sie körperliche Beschwerden wie Spannungskopfschmerzen oder muskuläre Verspannungen lindern. „Viele Menschen berichten, dass sie durch PME nicht nur ruhiger schlafen, sondern auch besser mit innerer Unruhe und belastenden Situationen umgehen können“, so Mag.<sup>a</sup> Herber-Schrenk.

Doch PME stärkt nicht nur den Körper, sondern auch die Körperwahrnehmung. Der bewusste Wechsel zwischen An- und Entspannung hilft, Spannungszustände frühzeitig zu erkennen und gezielt aufzulösen. „Besonders für Menschen mit chronischen Schmerzen oder psychosomatischen Beschwerden ist es eine wertvolle Technik“, erläutert die Psychologin.

## In einfachen Schritten zu mehr Entspannung

Die Durchführung ist unkompliziert und erfordert nur wenig Vorbereitung. In bequemer Kleidung und einer entspannten Sitz- oder Liegeposition konzentriert man sich nacheinander auf einzelne Muskelgruppen, beginnend bei den Händen, über die Schultern bis zu den Füßen. Jede Muskelgruppe wird für etwa fünf bis zehn Sekunden angespannt und dann bewusst losgelassen. „Wichtig ist, dass man sich dabei ganz auf den Unterschied zwischen Anspannung und Entspannung konzentriert. So wird nicht nur der Körper, sondern auch der Geist ruhiger“, betont Herber-Schrenk.

In der Rehabilitation stellt die Progressive Muskelentspannung eine wertvolle Ergänzung zu anderen therapeutischen Maßnahmen dar. Patient:innen lernen, die Technik gezielt einzusetzen, um den Alltag nach der Reha besser bewältigen zu können. Besonders bei Stresssymptomen wie Schlafproblemen, Konzentrationsstörungen oder Nervosität bietet PME eine wirkungsvolle Unterstützung. „Entspannung ist kein Luxus, sondern ein unverzichtbarer Bestandteil von Gesundheit. Die Progressive Muskelentspannung ist ein Werkzeug, das jede:r nutzen kann, um Stress abzubauen und die eigene Lebensqualität zu steigern“, fasst Herber-Schrenk zusammen.



Mag.<sup>a</sup> Mira Herber-Schrenk  
Psychologin im Klinikum Bad  
Hall + Bad Schallerbach,  
Standort Bad Hall

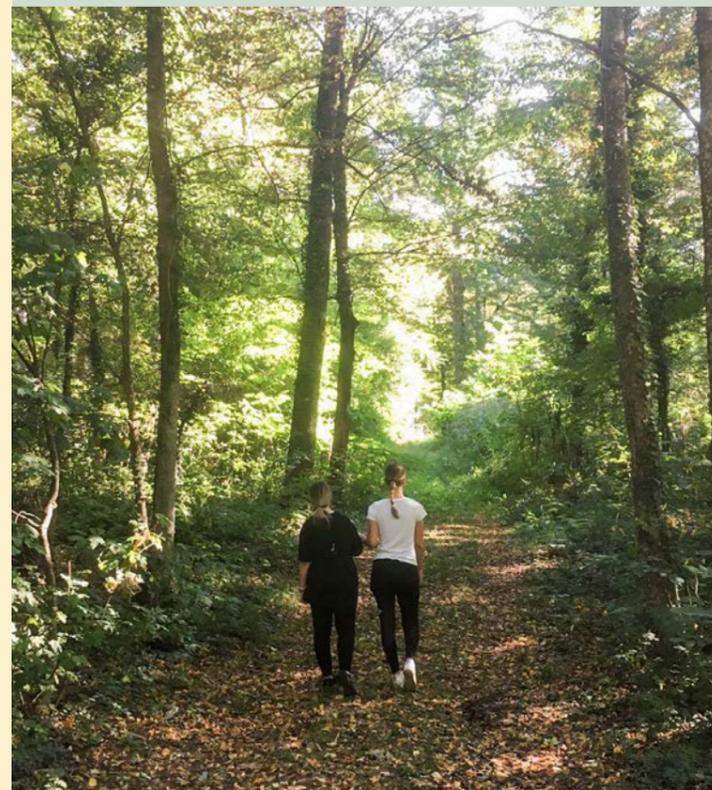
Scannen und  
Übungen zu mehr  
Entspannung  
entdecken



# Achtsam Laufen: Wie Mindful Running Körper und Geist stärkt.

Eine der neuesten Trendsportarten ist Mindful Running. Doch was ist das genau und was bewirkt es? Eine kurze Recherche zu „Mindful“ ergibt:

**achtsam;** Adjektiv, gehoben; **Bedeutung:** aufmerksam, gründlich, umsichtig, wachsam



Mindful Running ist also eine bewusste und achtsame Art der Bewegung. Ob ihr besonders schnell oder langsam lauft, ist dabei nebensächlich. Wichtig ist, dass ihr euch eurer Körper, eurer Atmung und eurer Gefühle währenddessen bewusst seid oder werdet. Was das bewirkt, wie das aussehen kann und einige Tipps unserer Psycholog:innen und Sportwissenschaftler:innen aus der kokon Kinder- und Jugend-Reha, haben wir hier für euch zusammengefasst.

## So hilft euch Achtsamkeitstraining und Bewegung an der frischen Luft konkret

Studien belegen, dass Achtsamkeitstraining wirksam ist. Regelmäßiges Training verbessert eure Fähigkeit mit Stress umzugehen. Das ist gesund für Körper und Geist. Die Bewegung an der frischen Luft bewirkt, dass Stress und Anspannung akut sinken. Im Gegenzug erhöhen sich eure Lebensqualität und euer Wohlbefinden.

## Das hilft euch dabei, achtsam zu sein

Nutzt Affirmationen, um euch im Moment zu verankern. Das sind kurze, positive und einfache Ich-Sätze. Sie fördern Achtsamkeit und halten euren Fokus im Hier und Jetzt, z. B. „Ich bin hier. Ich bin entspannt. Ich spüre meinen Körper. Ich spüre meinen Atem.“

## Dinge, die ihr bewusst vermeiden sollt

Besonders Sorgen, Ängste oder euer Handy können euch ablenken. Eine Möglichkeit, damit umzugehen, ist, dass ihr euch bewusst einen späteren Zeitpunkt vornehmt, zu dem ihr euch damit auseinandersetzt: „Diese Sorgen sind später dran. Jetzt bin ich hier, bei mir. Jetzt laufe ich“. Euer Handy könnt ihr für den Sport in einen entsprechenden Modus schalten.

## Fazit

Mindful Running ist mehr als ein Trend. Es ist eine Einladung, euch selbst und die Welt um euch bewusst wahrzunehmen. Wenn ihr achtsam lauft, nehmt ihr nicht nur euren Körper wahr, sondern auch das, was euch im Alltag vermutlich oft entgeht: im Hier und Jetzt zu sein.

Also dann: Schuhe schnüren, tief durchatmen und achtsam los laufen!

## Darauf sollt ihr beim Mindful Running achten:

Wenn Gedanken auftauchen, lasst sie kommen und ziehen – ohne zu werten.

Konzentriert euch auf eure Atmung: Wie fühlt sich die Luft in eurer Lunge an?

Achtet auf verschiedene Regionen eurer Körper und wie sie sich anfühlen.

Nehmt eure Umgebung aktiv wahr: Was könnt ihr sehen, hören und riechen?

# Antientzündliche Ernährung – wie das richtige Essen Entzündungen im Körper beeinflussen kann.

Entzündungen sind eine natürliche Reaktion des Körpers – sie helfen, Verletzungen zu heilen und Infektionen zu bekämpfen. Doch wenn sich Entzündungen chronisch entwickeln, können sie zur Herausforderung werden und langfristig Krankheiten wie Rheuma oder auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen begünstigen. Hier kann auch die Ernährung eine entscheidende Rolle spielen.

## Welche Lebensmittel wirken entzündungshemmend – und welche nicht?

Bestimmte Nährstoffe können Entzündungen im Körper entweder verstärken oder abschwächen. Ein entscheidender Faktor ist die Wahl der Fettsäuren. Während Omega-3-Fettsäuren, die in fettem Fisch wie Lachs, Hering oder Makrele sowie in pflanzlichen Ölen wie Lein- und Walnussöl enthalten sind, entzündungshemmend wirken, gibt es auch Fettsäuren, die genau das Gegenteil bewirken. Dazu zählt die Arachidonsäure, die vor allem in tierischen Produkten wie fettem Fleisch, Eigelb oder Vollmilch enthalten ist.

„Es ist sinnvoll, den Fleischkonsum zu reduzieren und vermehrt auf pflanzliche Alternativen zu setzen. Eine überwiegend pflanzliche Ernährung mit Milchprodukten – also eine sogenannte laktovegetabile Kost – kann helfen, Entzündungen zu verringern“, empfiehlt Elisabeth Höller, Diätologin im Klinikum Bad Gastein.

Auch stark verarbeitete Lebensmittel, Zucker und ungesunde Fette, die zum Beispiel in Fast Food oder Fertigprodukten enthalten sind, können Entzündungen fördern. Stattdessen sollten frische, unverarbeitete Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte den Speiseplan dominieren.

## Antientzündliche Ernährung im Alltag – Erfahrungen nach dem Reha-Aufenthalt

Auch in unserer Kinder- und Jugendreha im kokon Bad Erlach spielt das Thema Ernährung eine wichtige Rolle. Vanessa, 14 Jahre alt, war aufgrund ihrer Rheuma-Erkrankung bei uns und hat während ihrer Rehabilitation viel über eine entzündungshemmende Ernährungsweise gelernt.

„Ich hatte mit den anderen aus der Gruppe einen Workshop mit den Diätolog:innen im kokon. Besonders überrascht hat mich, dass Sonnenblumenöl Entzündungen fördert – deswegen verwende ich jetzt Olivenöl.“

Seit ihrer Reha hat Vanessa ihre Ernährung bewusst angepasst: „Ich versuche, weniger Fleisch zu essen und verwende beim Kochen oft Linsen als Ersatz. Das ist manchmal schwierig, vor allem in der Schule kann ich mir das Essen ja nicht aussuchen. Zuhause machen meine Eltern aber mit, das hilft sehr.“

## Kleine Veränderungen mit großer Wirkung

Eine entzündungshemmende Ernährung bedeutet nicht, sich strengen Regeln zu unterwerfen, sondern bewusste Entscheidungen zu treffen.

Vanessa hat für andere Kinder und auch Erwachsene, die ihre Ernährung umstellen möchten, einen einfachen Rat: „Ich würde raten, einfach mal andere Lebensmittel auszuprobieren. Auch wenn sie nicht so gut klingen oder ausschauen – oft schmecken sie trotzdem richtig lecker! In meine Spaghetti gebe ich zum Beispiel statt Fleisch Linsen oder Thunfisch. Es ist nicht immer leicht, die Ernährung umzustellen, aber ihr schafft das schon!“



Elisabeth Höller,  
Diätologin im  
Klinikum Bad Gastein



Vanessa,  
14 Jahre alt,  
Rheuma-Patientin  
im kokon Bad Erlach

## 5 einfache Tipps für den Alltag:

**Mehr pflanzliche Lebensmittel:** Viel Gemüse, Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte essen

**Die richtigen Fette wählen:** Lein-, Walnuss-, Raps- oder Olivenöl

**Fisch statt Fleisch:** Fettreiche Seefische wie Lachs oder Makrele und auch heimische Fische wie Saibling oder Forelle

**Verarbeitete Lebensmittel meiden:** Frisch kochen anstelle von Fertiggerichten

**Auf eine gute Calciumversorgung achten:** Milchprodukte, grünes Gemüse und Nüsse integrieren



# kokon ist 5 Jahre alt.



## Über 5 Jahre kokon

Seit 2019 bieten wir im kokon spezialisierte Reha für Kinder und Jugendliche. In Bad Erlach (NÖ) und Rohrbach-Berg (OÖ) haben wir seither rund 17.000 Patient:innen und Begleitpersonen betreut. Unsere beiden Kliniken stellen rund 50 % der Reha-Betten für junge Menschen in Österreich und haben sich als wichtiger Bestandteil der Gesundheitsversorgung etabliert. Die Behandlung (chronisch) kranker Kinder und Jugendlicher bleibt eine komplexe Herausforderung. Ob mit Asthma, Adipositas, Long Covid oder Herz-Erkrankung: Kinder sind keine jungen Erwachsenen und benötigen individuellere und flexiblere Behandlungskonzepte.

## Neue stellvertretende Ärztliche Leitung im Klinikum Bad Gleichenberg

Seit dem 15. Jänner 2025 verstärkt Dr.<sup>in</sup> Adriane Dobaj-Payandeh als stellvertretende Ärztliche Leiterin das Führungsteam des Klinikums Bad Gleichenberg. Die Fachärztin für Innere Medizin bringt nicht nur umfassende medizinische Expertise mit, sondern auch 29 Jahre Erfahrung im Klinikum. Ihre tiefgehende Kenntnis der spezifischen Erkrankungen unserer Indikationen, wie Stoffwechsel- und Lungenerkrankungen, und ihr großes Engagement in der Patient:innen-Versorgung machen sie zu einer unverzichtbaren Stütze unseres Teams.



**Dr.<sup>in</sup> Adriane Dobaj-Payandeh**  
Stv. Ärztliche Leiterin im  
Klinikum Bad Gleichenberg

## E-Learning: Flexibel und individuell lernen

Die Klinikum Austria Gesundheitsgruppe setzt bereits auf digitales Lernen – und auch im kokon startet unsere E-Learning-Akademie bald durch. Der große Vorteil: Mitarbeiter:innen können selbst entscheiden, wann und in welchem Tempo sie lernen.



## INEO-Award: Auszeichnung für innovative Ausbildung

Unser Klinikum Bad Hall + Bad Schallerbach wurde an beiden Standorten mit dem INEO-Award der Wirtschaftskammer Oberösterreich geehrt. Der Preis würdigt unsere herausragende und innovative Lehrlingsausbildung in Küche, Service und Verwaltung.



## Wir sind Top Arbeitgeberin 2025

Die Klinikum Austria Gruppe gehört zu den 300 beliebtesten Arbeitgeber:innen des Jahres. Im Bereich Gesundheit belegen wir Platz 4 in Österreich. Das hat eine unabhängige Befragung des renommierten Umfrage-Instituts Statista gemeinsam mit dem Trend-Magazin und kununu festgestellt.

Sie wollen mehr über die Arbeit bei uns erfahren? Hier geht's zu unserer Mitarbeiter:innen-Seite:



WWW.KLINIKUM-AUSTRIA.AT

# Neue Website für mehr Gesundheit.

Egal, ob Sie als Patient:in von einer Reha profitieren könnten, einen Job mit Sinn suchen, oder ob Sie als Zuweiser:in Ihren eigenen Patient:innen ermöglichen wollen, ein selbstbestimmteres Leben zu führen – auf unserer Website der Klinikum Austria Gesundheitsgruppe kommen Sie Ihrem Ziel einen wichtigen Schritt näher.

## Jobs mit Sinn entdecken:

All unsere Mitarbeiter:innen arbeiten tagtäglich mit Leidenschaft daran, die Lebensqualität unserer Patient:innen zu verbessern. Diese wertvolle und sinnstiftende Arbeit würdigen wir auch auf unserer neuen Website mit einem großen Bereich, der unseren Mitarbeiter:innen und den Vorteilen, die sie bei uns genießen, gewidmet ist. Wie es ist, in den verschiedensten Bereichen unserer Kliniken bereits fünf, zehn oder 15 Jahren zu arbeiten, erzählen sie hier.



## Unsere neue Zuweiser:innen-Seite:

Doch wie kommen Menschen, die mit einer Krankheit leben, oder nach einer Verletzung oder Operation auf Reha angewiesen sind, überhaupt zu uns? Die Antwort: mithilfe engagierter Zuweiser:innen, die den Bedarf ihrer Patient:innen erkennen und Sie mit genauen medizinischen Diagnosen und Nebendiagnosen aufgrund ihrer Indikationen an eine unserer Kliniken überweisen. Als wichtiges Drehkreuz auf dem Weg der Patient:innen zu mehr Gesundheit, Selbstbestimmung und Lebensqualität, haben auch Sie ihren eigenen Bereich auf unserer Website. Dort sind alle für Sie notwendigen und wichtigen Informationen übersichtlich, präzise und auf ihre Bedürfnisse abgestimmt zusammengefasst.



Jetzt entdecken:  
Klinikum Austria  
Gesundheitsgruppe



Jetzt entdecken:  
kokon.rehab



## Hier geht's zu kokon:

**Für junge Menschen ist es wichtig, in einem sicheren, geschützten und heilsamen Raum neue Wege zu finden, mit ihrer Erkrankung umzugehen – genau das bieten unsere kokon Reha-Kliniken für Kinder und Jugendliche.**

Ob Erkrankungen oder Beeinträchtigungen des Stütz- und Bewegungsapparats oder jugendpsychiatrische, entwicklungs- oder sozialpädiatrische Störungen, Erkrankungen der Atemwege, des Herz-Kreislauf-Systems oder des zentralen Nervensystems – wir begleiten Kinder und Jugendliche von 0 bis 18 Jahren dabei, ihren Alltag selbstbestimmter und selbstständiger zu meistern. Von A wie Antrag bis Z wie zurück nach Hause: Alle wichtigen Infos zur Reha-Zeit für Kinder, Jugendliche und ihre Familien gibt es hier:

# Noch mehr Reha? Digitale Einblicke in unseren Klinik-Alltag.



Auf unseren Social-Media-Kanälen zeigen wir, wie unser engagiertes Team Menschen von 0 bis 99+ auf ihrem Weg zu mehr Lebensqualität und Selbstbestimmung begleitet.

Auf Instagram, Facebook und LinkedIn gibt es regelmäßig spannende Einblicke in den Klinik-Alltag, inspirierende Patient:innen-Geschichten sowie wertvolle Tipps rund um Gesundheit und Genesung.

**Einfach den QR-Code scannen, um alle Kanäle auf einen Blick zu entdecken. Ob „Daumen hoch“, „Herzen“ oder eine digitale Umarmung – alles ist willkommen!**



Klinikum Austria  
Social-Media-Kanäle



kokon  
Social-Media-Kanäle



# Reha von 0 bis 99 Jahren ist Ihr Ding?

Dann werden Sie Teil unseres Teams!

Wir sind kokon und die Klinikum Austria Gesundheitsgruppe und gehören zu den führenden Betreiber:innen von Reha-Medizin in Österreich. Wir sind spezialisiert auf die Behandlung von Erkrankungen aus den Bereichen Orthopädie, Rheumatologie, Herz-Kreislauf, Unfallchirurgie, Neurologie, Lunge, Stoffwechsel, Psychologie & Psychiatrie, Entwicklungsverzögerungen sowie Onkologie. An sieben Standorten versorgen wir so über 14.000 Patient:innen im Jahr. Unser Ziel: Sie in ein gesünderes Leben zu begleiten. Machen Sie mit!



Klinikum  
Austria



kokon



QRs scannen und Jobs  
mit Sinn entdecken.

Auszeichnung  
Klinikum Austria:

**trend.**  
**TOP**  
ARBEITGEBER  
**2025**

ÖSTERREICH

IN KOOPERATION MIT  
HUNUNU statista

© 2025 HUNUNU PARTNER