

Margot Schless - Zwitserland

De voorbereiding

Wat was je motivatie om in het buitenland te gaan werken? Waarom heb je voor dit land gekozen? Ben je alleen gegaan?

Als kind heb ik al in het buitenland gewoond met mijn ouders en zusje, zowel in Engeland (een uur ten zuiden van Londen) als in Zuid-Duitsland (regio Bodensee). Dit had te maken met werk van mijn vader. Mijn oma, van mijn moeders kant, heeft altijd internationaal gewerkt en veel gereisd. Mijn grootouders, van mijn vaders kant, hadden veel met de scheepvaart in Nederland en Duitsland te maken. Ook heeft mijn zusje in het buitenland stage gelopen en gewerkt. Safe to say 'wonen en werken in het buitenland runs in the family'. Door deze ervaringen heb ik altijd al graag in het buitenland willen werken.

Na mijn opleiding, heb ik een jaar of 6 in Nederland gewerkt en daarna begon het te kriebelen. Er kwamen veel vacatures voorbij betreffende Zwitserland. Ik vind het interessant om nieuwe culturen en nieuwe mensen te leren kennen. Ik zie het wonen en werken in het buitenland als een verrijking, zowel op werkgebied, als in mijn persoonlijke ontwikkeling. Ik heb 'de stoute schoenen aangetrokken' en ben gaan solliciteren in Zwitserland. Vrij snel kwamen er uitnodigingen binnen en ben ik op 4 sollicitatiegesprekken geweest. Dat waren sollicitaties door heel Zwitserland, wat logistiek nog wel een uitdaging was. Ik heb uiteindelijk gekozen om te gaan werken in Kanton Bern, in de grootste kantonale revalidatie kliniek.

Hoe heb je je voorbereid op het vertrek?

Om te mogen werken in Zwitserland, heb ik mijn in Nederland behaalde diploma's moeten laten erkennen, wat een lang en moeizaam administratief proces geweest is. Al met al ben ik daar een jaar mee bezig ben geweest. Ik zou echt aanraden om hier in Nederland al mee te beginnen en zoveel mogelijk voorwerk te doen. Daarnaast wilde ik mijn kennis van de Duitse taal verbeteren, waardoor ik een taal cursus heb gevolgd, waarover hieronder meer te lezen is. Huisvesting kon ik voorlopig via de kliniek krijgen en ik heb mijn kamer in Nederland opgezegd en mij laten uitschrijven uit het basisregister.

Hoe heb je je de taal eigen gemaakt?

Ik sprak al Duits vanuit mijn kindheid (ik heb in Duitsland gewoond en daar kort op school gezeten - toen ik 6 was zijn we naar Nederland verhuisd). Daarnaast heb ik op de middelbare school Duitse les gehad en op vakanties was ik vaak verplicht om Duits te spreken. Het was echter wel duidelijk dat ik nog geen professioneel Duits sprak. Om in Zwitserland als therapeut te mogen werken, heb je een certificaat B2 (spreken, luisteren, lezen en schrijven) nodig, van bijvoorbeeld het Goethe instituut. Het professioneel werk-Duits spreken, heb ik vooral geleerd tijdens mijn werk. Wel heb ik een aantal weken voor mijn vertrek naar Zwitserland een Duitse cursus gevolgd, bij de Kapito Sprachschule in Münster, om me voor te bereiden op mijn B2 examen. In die periode heb ik in een gastgezin gewoond, wat een superleuke ervaring was en nog een extra boost gaf aan het Duits leren. Toen ik eenmaal in Zwitserland woonde, ben ik vrij snel een cursus Bern-Duits gaan volgen, via de Volkshochschule in Bern, om het dialect en de opbouw hiervan beter te begrijpen. Tegelijkertijd leer je in deze cursus ook meer over de Zwitser - Duitse cultuur. Het is wel aan te bevelen om het Duits goed te beheersen, anders loop je wel vast.

Erkenning diploma

Hoe verliep de erkenning van je diploma? Hoe ging dit in zijn werk?

Zoals ik al eerder benoemde, was het erkennen van het diploma een lang en moeizaam proces. Dit proces loopt via de SRK - Schweizer Rotes Kreuz. Je moet eerst een pré-check doen. Daarmee zie je of je diploma erkend wordt en welke documenten je moet aanleveren. Veel documenten moeten

beëdigd (begläubigt) vertaald worden opgestuurd. Als het enigszins mogelijk is zou ik dit altijd in Nederland laten doen, vanwege de kosten. Het gehele proces is kostbaar. Het is dus raadzaam, als je naar Zwitserland gaat verhuizen, om al vroeg met dit proces te beginnen. Ondanks dat we als Nederlanders veel moeten aanleveren, hebben we het voordeel dat de opleiding 4 jaar heeft geduurd en dat we niet nog wetenschappelijk onderzoek moeten doen. Vele Duitse collega's waren verplicht een 10 - daagse cursus te doen en de daarbij behorende opdracht, op eigen kosten. Sommige werkgevers of bemiddelingsbureaus nemen de kosten van de diploma erkenning over, maar dat verschilt per werkgever. Veel werkgevers accepteren vaak dat je alvast start, als het erkenningsproces nog niet is afgerond, vaak wordt er dan een afspraak gemaakt dat je de erkenning binnen een bepaalde periode moet hebben - meestal krijg je hiervoor een jaar de tijd. Ik heb er zelf voor gekozen om dit proces zo snel mogelijk af te ronden toen ik eenmaal in Zwitserland woonde, zodat ik me snel op andere (leuke) zaken kon richten.

In het land - werken

Waar werk je? Heb je makkelijk een baan kunnen vinden?

Ik woon nu al bijna 8 jaar in Zwitserland. Er worden erg veel ergotherapeuten gezocht en er zijn ook veel banen. Mijn ervaring is dat, wanneer je gemotiveerd bent, maar nog geen ervaring hebt met een doelgroep of werkplek, en je past binnen het team, je toch aangenomen wordt. Er is een grote bereidheid om vaardigheden aan te leren. Toen ik in Zwitserland begon, ben ik gestart met werken in een groot kantonaal revalidatiecentrum, waar zowel volwassen als geriatrische patiënten werden opgenomen. Ik werkte daar vooral op de orthopedie/ traumatologie en geriatrische orthopedie. Daarnaast ondersteunde ik op andere stationaire afdelingen als pneumologie, cardiologie, interne geneeskunde en oncologie. Ook heb ik kennis mogen maken met het werken op de intensive care unit. In Zwitserland en Duitsland noemen ze dit de IPS - Intensives Pflege Station. Inmiddels werk ik in een acuut kliniek/ ziekenhuis, welke volledig gericht is op geriatrie, waar we zowel een afdeling hebben voor acute patiënten als voor revalidatie. Ik werk zelf hoofdzakelijk op de acute afdeling, dat vind ik ontzettend leuk en geeft veel voldoening, maar je leert ook veel over verschillende ziektebeelden. We hebben een team van 12 ergotherapeuten, met meerdere nationaliteiten, wat het geheel erg gezellig maakt.

Wat zijn de verschillen in het werken in de ergotherapie met Nederland en wat zijn overeenkomsten?

Wanneer je over ergotherapie in Zwitserland spreekt, wordt er, zowel door specialisten, als in de volksmond direct gesproken over handtherapie. Op deze wijze staat ergotherapie bekend en heel erg goed aangeschreven. De handchirurgen verwijzen bijna standaard naar de ergotherapeut door - daar hebben ze goed aan terrein gewonnen.

Ergotherapie heeft in Zwitserland soms meer raakvlakken/ overlappings met de fysiotherapie. Er wordt heel duidelijk gekeken naar wat de patiënt nodig heeft, als lopen of transfers maken het belangrijkste is, wordt daar door alle therapeuten op ingezet. Als dat beter gaat, dan komen andere doelen in beeld. Binnen de mobilisatie kun je ook je eigen draai eraan geven en cognitieve trainingsaspecten meenemen.

Afhankelijk van de regio wordt ergotherapie meer of minder voorgeschreven. Het is nog wisselend hoe bekend (1^e lijns) ergotherapie is bij specialisten. Je merkt wel dat er steeds meer door de ergotherapie en de beroepsvereniging aan de weg getimmerd wordt en dat er meer en meer focus komt op het dagelijks handelen en de cognitie.

Wat zijn de cultuurverschillen en wat zijn overeenkomsten met Nederland?

De Zwitser is erg familie georiënteerd. Het is hier gebruikelijk, vooral op het platteland, dat de ouders in de boerderij verhuizen naar het kleinere appartement op de 1^e verdieping en de kinderen met hun familie in het grote appartement gaan wonen en daarmee het bedrijf overnemen en ook hun ouders kunnen ondersteunen.

Middagpauze is hier erg belangrijk, veel winkels, apotheken en artspraktijken sluiten tussen 12.00 en 13.00 - 13.30. Dat is iets waar ik aan het begin erg aan heb moeten wennen en daarmee heb ik ook nog wel eens voor een dichte deur gestaan.

Zondag is een echte familiedag. Vaak gaan mensen wandelen/ de bergen in en daarna met elkaar middageten. Er zijn op zondag geen winkels open, het wordt echt als rust- en familiedag gezien. De uitzonderingen zijn Interlaken (vanwege het toerisme) en de benzinestations.

In het land – leven/ wonen

Hoe kwam je aan huisvesting?

Ik heb via de kliniek waar ik werkte een leuk appartement kunnen huren, wat erg fijn was. Ik zou dit ook aanraden als je er net gaat wonen. Het geeft je tijd om je te oriënteren, waar je uiteindelijk zou willen wonen. Ook kom je makkelijker van een appartement af, als je het echt niet leuk zou vinden en je terug zou willen naar Nederland. Als je deze mogelijkheid niet hebt, zijn er veel websites zoals Comparis, Flatfox en New home. Ook kun je woningen vinden via Facebook Marketplace of via verkoopsites van 2dehands spullen, zoals Tutti en Ricardo. Vaak is er bij de grotere klinieken wel iemand aanwezig die over Liegenschaften gaat en je tips kan geven of je in de goede richting kan wijzen.

Kon je makkelijk sociale contacten maken?

De Zwitsers zijn stugge mensen, waardoor het lastiger is en langer duurt, voordat je een vriendschap opbouwt. Zelfs de Zwitsers onder elkaar spreken elkaar na jaren nog aan met meneer, mevrouw en u. Het moet hier heel specifiek uitgesproken worden, om elkaar met voornaam aan te spreken, door elkaar bijvoorbeeld de hand te schudden of te proosten met een glas wijn.

Wat mij geholpen heeft om mensen te ontmoeten, is om mij aan te sluiten bij expat verenigingen. Vaak sluiten ook Zwitsers zich aan bij deze verenigingen, soms omdat ze zelf ook in het buitenland hebben gewoond. Daarnaast is het aan te bevelen jezelf bij een sportvereniging aan te sluiten, op deze manier kom je sneller aan contacten.

Een voorbeeld waar je mensen kunt ontmoeten is “Internations” - online community voor expats, die veel activiteiten organiseert zoals borrels, wandelingen etc. Andere voorbeelden zijn “Meet-up” en “Gemeinsam Erleben”. Dit zijn allemaal apps die je kunt downloaden.

Wat hier nog een verschil is, is dat je veel meer doet privé met je collega's – het kan natuurlijk wel wat verschillen per werkplek. In het begin word je ook veel uitgenodigd door collega's, daar kun je ook je voordeel mee doen.

Wat heb je als positief ervaren en wat waren uitdagingen?

Iets wat mij heel erg bevalt in Zwitserland is het respect wat mensen voor de natuur hebben. Wat mij opvalt in de zomer, is dat wanneer mensen drinken en eten meenemen, dit ook opruimen of netjes in de prullenbak deponeren. Ook wordt er nog veel ambachtelijk gemaakt, zoals meubels. Wat ook prachtig is in Zwitserland, is dat de seizoenen veel duidelijker zijn dan in Nederland, je ervaart echt grote verschillen en merkt echt de wisselingen. Daarnaast kan het hier ook wel eens flink regenen, maar in mijn beleving is het niet zo donker en grijs als in Nederland.

Er worden in Zwitserland, net als in Nederland, erg veel ergotherapeuten gezocht. Je krijgt hierdoor veel mogelijkheden om ervaring op te doen, ook in werkvelden die je niet kent, als je maar gemotiveerd bent, geven mensen je vaak een kans.

Wat een uitdaging is, zijn de vele regels, het vele papierwerk in Zwitserland. Daar loopt Nederland mijlenver voor. Ook het feit dat er op veel plekken nog cash betaald wordt, is iets waar ik in het begin echt aan moest wennen. Je ziet hierin wel verschuivingen, maar dat gaat langzaam. Zürich loopt hierbij duidelijk voor op de regio Bern.

Blijven wonen of terugkeren naar Nederland

Blijf je voor langere tijd in het buitenland wonen of ben je van plan terug te keren naar Nederland?

Voor nu heb ik het naar mijn zin in Zwitserland. Ik heb een leuke baan met fijne collega's, maar kan mij voorstellen dat ik in de toekomst de beslissing neem terug te komen naar Nederland, dichterbij de buurt van familie.

Tips

Wat zijn je tips voor anderen die deze stappen willen nemen?

- Zeg niet te snel je zorgverzekering en autoverzekering op, zorg dat je een overbruggingsperiode hebt. Je auto kun je meenemen als inboedel, als deze langer dan 6 maanden in je bezit is, na een jaar moet deze officieel worden ingevoerd. De controles om een auto in te voeren, zijn erg streng. Mocht je overwegen een auto te willen kopen, is dat gemakkelijker om dit in Zwitserland te doen.
- Zorg ervoor dat je documenten, welke je nodig hebt voor je diploma erkenning, zoveel mogelijk al in Nederland hebt verzameld. Veel documenten moeten officieel beëdigd vertaald worden en door een notaris voor juist en correct afgestempeld worden.
- Wees erop voorbereid dat je wat geld reserve hebt staan. Ik moest 3 maanden zorgverzekering vooruitbetalen (3x +/- 400 - 450 Sfr). Meestal moet je bij een woning tussen de 1 en 3 maanden borg vooruitbetalen. Een 2 kamer appartement in Bern kost rond 1100 - 1400 SFR. Dat is duur, maar je inkomen is ook hoger.
- Comparis is een meer neutrale website die alle verzekeringen voor je vergelijkt. Ga niet zomaar voor de verzekering die een bekende ook heeft, maar geef je eigen situatie aan, zodat er een passend aanbod voor jou uitkomt.
- Praat met mensen die de stap hebben gezet, om zoveel mogelijk informatie te krijgen, dat je een zo goed mogelijk beeld krijgt van het land en bedenk in welke regio je wil wonen. Bedenk daarbij dat je in Zwitserland realiseert of je in het Duitstalige, Franstalige, Italiaanse of Retro Romaanse gebied wil werken.
- Qua werk is mijn advies om te starten in een kliniek of ziekenhuis (i.p.v. 1^e lijn), daar ben je wat meer ondersteund tijdens de start, kun je makkelijker vragen stellen als er (administratief) het e.e.a. niet soepel loopt.
- Zorg ervoor dat je per sollicitatie/ kliniek minimaal 1-2 dagen mee kunt lopen, zodat je een goed beeld krijgt van de kliniek. Meelopen is heel gebruikelijk in Zwitserland. Vaak begin je 's ochtends om 8h met meelopen en heb je om 15h het sollicitatiegesprek.

