

Ein besonderer Besuch im Waldhaus Chur – von meiner persönlichen Erfahrung zur neuen Chance



Am Freitag, 31. Juli 2026, durfte ich als Botschafterin den Verein myPeer im Waldhaus in Chur vorstellen. Für mich war dieser Tag etwas ganz Besonderes – nicht nur, weil ich den Verein präsentieren durfte, sondern auch aufgrund meiner persönlichen Geschichte, die mit diesem Ort verbunden ist.

Als ich im Hauptgebäude des Waldhauses ankam, wurde ich sehr herzlich von einem Pflegeexperten und einer Pflegeexpertin empfangen. Diese offene und freundliche Begrüssung nahm mir einen grossen Teil meiner anfänglichen Anspannung.

Meine erste Präsentation im Waldhaus

Im schönen Arvensaal begann ich anschliessend mit meiner Präsentation. Ich stellte mich persönlich vor und erzählte über den Verein myPeer, unsere Visionen, Ziele und den Nutzen der Peer-Arbeit.



Das Präsentieren vor den beiden Fachpersonen hat mir unglaublich viel Freude bereitet. Ich fühlte mich sicher und merkte, dass ich meine persönlichen Erfahrungen und mein Wissen als zertifizierter myPeer-Coach authentisch vermitteln konnte.

Nach der Präsentation hatten wir einen sehr interessanten und offenen Austausch. Dabei wurden auch anspruchsvolle Fragen gestellt. Eine Frage beschäftigte sich beispielsweise damit, welchen zusätzlichen Nutzen myPeer-Coaches haben, wenn Fachpersonen bereits viele Aufgaben in der Betreuung übernehmen.

Für mich liegt ein wichtiger Unterschied darin, dass ein myPeer-Coach selbst eine psychische Krise erlebt hat und deshalb eine ganz persönliche Erfahrungsperspektive mitbringt.

Ich kann mich an Situationen erinnern, in denen ich selbst sehr verletzlich war. In dieser Zeit war es für mich besonders wertvoll, einen Peer an meiner Seite zu haben –jemanden, der meine Situation aus eigener Erfahrung verstehen konnte und mir auf Augenhöhe begegnete. Ich durfte auch von einer meiner schwersten Zeiten erzählen. Für mich ist es wichtig, dass solche Erfahrungen nicht nur Teil meiner Vergangenheit sind, sondern heute auch etwas Positives bewirken können.

Genau darin sehe ich einen grossen Wert der Peer-Arbeit.

Eine wunderschöne Überraschung

Nach dem Gespräch verteilte ich die neuen MyPeer-Flyer und Visitenkarten, die von Ute John zur Verfügung gestellt worden waren.

Nach unserem Gespräch erhielt ich die Zusage für eine 20%-Praktikumsstelle im Waldhaus oder im Beverin bei den Psychiatrischen Diensten Graubünden (PDGR). Diese Zusage hat mich von Herzen gefreut. Für mich bedeutet diese Möglichkeit sehr viel und ist ein weiterer wichtiger Schritt auf meinem persönlichen und beruflichen Weg.

Ein Rundgang, der mich besonders berührt hat

Zum Abschluss durfte ich noch die Notfallstation besichtigen. Der Rundgang war für mich sehr eindrücklich. Besonders beeindruckt haben mich die hellen, modernen und neu gestalteten Räumlichkeiten. Die Einrichtung empfand ich als sehr ansprechend und freundlich, wodurch eine angenehme und wertschätzende Atmosphäre entstand.

Nach fast zwei Stunden verabschiedeten wir uns voneinander. Ich ging mit einem riesigen Lächeln im Gesicht nach Hause.

Denn dieser Besuch war für mich mehr als nur ein beruflicher Termin.

Von einem schwierigen Ort zu einer neuen Perspektive

Dieser Ort hat für mich eine ganz besondere Bedeutung.



«Hier habe ich früher in meinen schweren psychischen Krisen gesungen. Heute, viele Jahre später, stehe ich wieder hier und weiss: Aus schwierigen Zeiten kann ein Wunder entstehen.»

Wenn ich heute zurückblicke, berührt es mich sehr, dass ich an einem Ort, den ich früher während einer schweren Zeit erlebt habe, heute als Botschafterin von MyPeer stehen darf – und nun sogar die Möglichkeit bekomme, dort ein Praktikum zu absolvieren.

Meine Geschichte zeigt mir immer wieder, dass schwierige Zeiten nicht das Ende sein müssen. Manchmal können gerade aus den schwierigsten Erfahrungen neue Wege, neue Stärken und neue Chancen entstehen.

Für mich ist diese Praktikumsstelle deshalb nicht einfach nur eine berufliche Möglichkeit. Sie ist auch ein Zeichen dafür, wie weit ich auf meinem persönlichen Weg gekommen bin.

Ich bin sehr dankbar für diese Erfahrung, für die offenen Gespräche und für das Vertrauen, das mir entgegengebracht wurde. Ich freue mich sehr auf das, was vor mir liegt.

Laura Melcher

Zertifizierter MyPeer-Coach

Botschafterin Verein MyPeer

ensa Ersthelferin für psychische Gesundheit – Fokus Jugendliche

07.08.2026 laura melcher /ute john