

News aus dem Ganzheitlichen Gesundheitszentrum

Haben Sie gewusst, dass bei uns Ganzheitlichkeit nicht nur im Namen steckt? Wir sind daran neue Tools der Zusammenarbeit zu erarbeiten. So suchen wir Wege, wie wir Therapeuten gemeinsam mit der Läbeswärchestatt Bedürfnisse der Menschen stillen können, so dass Leib, Seele und Geist nicht unabhängig voneinander, sondern möglichst gleichzeitig und unmittelbar gegenseitig geholfen werden kann. Wie in allem können wir das nicht einfach «machen», wir sind angewiesen auf die Führung von oben und Seinen Zeitplan. Wir sind schon sehr gespannt zu welchen Angeboten dieser Weg führen wird.

Beim **Gesundheitstag zum Thema Humor** haben wir wegen der Pandemie zwar nicht so viele Teilnehmer verzeichnen können wie letztes Jahr angemeldet gewesen wären, aber Dank der Tatsache, dass wir keine Masken tragen mussten, war es bedeutend angenehmer. **Gisella Bächli wusste mit ihrer zu Herzen gehenden Art und der langjährigen Erfahrung als Begegnungscloownin uns alle zutiefst zu berühren.** Ihr fast unerschöpfliches Wissen, das mit zahlreichen Studien unterlegt ist, hätten wir gerne noch länger aufgesogen.

Wenn wir von ihr gelernt haben:

- dass Lachen unser Immunsystem stärkt und
- dass Humor ein Mittel der Kommunikation ist, das einen Dialog auf Augenhöhe ermöglicht und
- wenn angewendet das Gegenüber nicht AUF sondern IN den Arm nimmt,

haben wir für die aktuell schwierige Zeit etwas Grandioses gelernt.

Die Workshops am Nachmittag haben uns vor Augen geführt, dass Humor so vielseitig ist wie die Menschen auch. **Salome Guggisberg hat mit ihrem Workshop eine ganz andere Ader geweckt in uns.** In einem Lachtraining erarbeitete Aussagen in herausfordernden Situationen benutzt, schafft verblüffende, witzige Momente, die zu überraschend neuen Lösungen führen können. Ein bisschen unsere Komfortzone verlassen fordert uns heraus aber hilft, lockerer mit unseren Grenzen und unserem 'Anderssein' umgehen zu können. «Eh, übrigens: stört es Sie, dass ich anders bin?»

Nächster Gesundheitstag

Ganzheitliche Therapie von chronischen Schmerzpatienten.

Vor zwei Jahren haben wir das Thema Schmerz schon einmal behandelt. Das Thema bleibt ein Dauerbrenner, weil sehr viele Menschen von Dauerschmerzen geplagt sind und ihren Tag nur mit Medikamenten, die wiederum mit Nebenwirkungen belasten, erleben können. Roland Burgener ist prädestiniert, diese Schulung, die in erster Linie an Betreuende gerichtet ist, durchzuführen.

Für Betroffene, Therapeuten, Psychologen, Ärzte, Seelsorger und Interessierte

Ausstellungen im GGZG

Ab März 2022 wird Kurt Binggeli mit seinen wunderschönen Spiegelfenstern unsere Gänge erhellen.