

OSNABRÜCK. Vier Frauen aus dem Heil- und Gesundheitsbereich bündeln ihre Kräfte, um die Selbstheilungskräfte ihrer Klienten zu aktivieren. Jede bietet Techniken zur Entspannung und zur Vermeidung von Burn-out an. Da war doch was? Richtig: Auch Schalke-Trainer Ralf Rangnick leidet unter Burn-out-Syndromen.

Die beste Heilung verschafft sich der Mensch selbst, meint das Quartett. Es will Menschen vorbeugend zeigen, wie das funktioniert. Dafür haben sie nun das „Osnabrücker Netzwerk für Stressbewältigung und Burn-out-Prophylaxe“ gegründet. Die Gesundheitsberaterin Irene Loose, die ganzheitliche Lebensberaterin Kadna Greve, die Ernährungsberaterin und Entspannungspädagogin Marianne Bert-Meller sowie die Diplom-Sozialpädagogin und Heilpraktikerin für Psycho-Therapie Barbara M. Jakob haben sich zusammengetan, um ein Netzwerk aufzubauen, das alternative Heilmethoden forciert und offen für weitere Teilnehmer ist. Es soll eine Verbindung zwischen spiritueller Medizin und Schulmedizin sein.

Alle vier Frauen haben bisher in ihren eigenen Tätigkeitsbereichen gearbeitet. Barbara M. Jakob arbeitet mit Menschen mit seelischen und körperlichen Erkrankungen. Sie führt sie in die Entspannung ein und macht Übungen mit ihren Klienten, um ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Irene Loose operiert mit Klangschalen über das Hören und Fühlen. Sie bietet ei-



Existenzgründer

ne tiefe Entspannung an. „Einfach die Seele baumeln lassen“, sagt sie. Sie löst tief sitzende Verspannungen und Blockaden. Ihre Klientel besteht aus Kindern mit ADHS, Autismus oder Spastiken, Schlaganfallpatienten oder werdenden Müttern. Sie will ihren Klienten zudem zu einer persönlichen Weiterentwicklung verhelfen.

Marianne Bert-Meller bietet Ernährungs- und Entspannungsberatung an. Sie berät Menschen mit Nahrungsmittel-Allergien, Übergewicht oder Ess-Störungen. Sie arbeitet mit ihren Klienten vor Ort – in deren Küchen. Zudem macht sie autogenes Training oder Atemübungen mit gestressten Menschen.

Kadna Greves Gebiet ist Entspannung und Stressprophylaxe. Sie will Lebensfreude vermitteln. „Mein Weg ist es, den Menschen wieder zu sich selbst zu bringen“, sagt sie. Sie sollen sich wohlfühlen im eigenen Leben und nicht auf das hören, was die Eltern, der Ehepartner oder der Chef sagt. Zu ihr kommen Studenten und vor allem Frauen.

„Viele Menschen sagen, sie wissen nicht, was gut für sie ist“, berichtet Kadna Greve. Die vier Frauen wollen Menschen auffangen, bevor sie umgefallen sind. Kadna Greve verweist auf das Beispiel



Zusammen für die Gesundheit ihrer Klienten wollen Irene Loose, Barbara M. Jakob, Kadna Greve und Marianne Bert-Meller (von links) wirken. Dafür haben sie das Osnabrücker Netzwerk für Stressbewältigung und Burn-out-Prophylaxe gegründet.

Foto: Thomas Wübker

des ausgebrannten Fußball-Trainers Ralf Rangnick. Solche Burn-out-Syndrome würden ebenso zunehmen wie depressive Verstimmungen oder Bore-out-Syndrome, die entstehen, wenn Menschen mit sich nichts anzufangen wissen, sagt sie. Alle vier Frauen werden auch weiterhin auf eigene Faust arbeiten.

Infos unter der Nummer 05 41/80 25 33.

Existenzgründer

Osnabrück ist voller Neumacher, Ideengeber, Idealisten. In loser Folge stellen wir in dieser Serie Menschen vor, die mit ihren Geschäftskonzepten am Wirtschaftsstandort

Osnabrück durchstarten wollen. Da sind junge Leute, die sich direkt nach dem Studium mit einer frischen Idee selbstständig machen. Dann ist es jemand, der

nach Jahren des Zauderns und Sparens seinen Traum verwirklicht – oder es sind Frauen und Männer, für die der Schritt in die Selbstständigkeit der letzte Ausweg ist.