



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

Shiatsu Newsletter – 225/2015

(31. Jänner 2015)

1. Informationen aus dem österreichischen Dachverband für Shiatsu (ÖDS)..... 1
2. Ergänzende Informationen zur Wirtschaftskammer-Wahl 2
3. Informationen aus der Shiatsu-Ausbildungen Austria..... 3
4. Was gesund ist, bestimmt der Verdauungstrakt 5
5. Mikrowelle – Ein Krankmacher?..... 6
6. Praxis in 1020 Wien (tageweise) zu mieten 6

1. Informationen aus dem österreichischen Dachverband für Shiatsu (ÖDS)

1.1. Wirtschaftskammerwahl 2015 (23.-26.2.2015)

(Aussendung des ÖDS vom 26.1.2015)

Deine Stimme zählt!

Als selbständig tätige Shiatsu-PraktikerInnen sind wir alle Pflichtmitglieder in der Wirtschaftskammer (Innung der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur) und zahlen jährlich die Kammerumlage. Was allerdings mit diesen Einkünften geschieht, inwieweit Öffentlichkeitsarbeit für Shiatsu unterstützt und (mit)finanziert wird und wie die berufliche Zukunft unserer Arbeit unterstützt wird ... über all das entscheiden die gewählten Ausschussmitglieder.

Die Wirtschaftskammer ist die gesetzliche Interessensvertretung der gewerblichen Wirtschaftstreibenden. In der sogenannten Urwahl werden die Mitglieder der Fachgruppenausschüsse gewählt, wobei der Listenplatz von Bedeutung ist, wer – abhängig von der Anzahl der errungenen Mandate – in den Ausschuss gewählt wird.

Die zur Wahl antretenden Fraktionen sind der Wirtschaftsbund ÖWB (eine Teilorganisation der ÖVP), der der SPÖ nahestehende Sozialdemokratische Wirtschaftsverband (SWV), der Ring Freiheitlicher Wirtschaftstreibender (RFW), die Grüne Wirtschaft (GRÜNE), die Unos (Unternehmerisches Österreich, NEOS) und die Industrieliste der Österreichischen Industriellenvereinigung.

Ausschussmitglieder, die aus dem Bereich von Shiatsu kommen, kennen die Bedürfnisse, Wünsche und Probleme derer, die diese Methoden praktizieren und können sie kompetent vertreten.



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

Drei unterschiedliche Berufsgruppen sind in „unserer“ Innung zusammengefasst: die Fußpfleger, die Kosmetiker und die Masseur. Die Bestellung des Ausschusses ist allerdings ausschließlich von den Ergebnissen der Wirtschaftskammerwahl abhängig und die gewählten Fraktionen entscheiden auf Basis der von ihnen errungenen Mandate, wen sie in den Ausschuss entsenden. Die Berufszugehörigkeit spielt dabei keine Rolle.

Das bedeutet, dass Anliegen von MasseurInnen, ebenso wie die von FußpflegerInnen und KosmetikerInnen, immer von der Mehrheit im Ausschuss bestimmt werden – und oftmals auch von parteipolitischen Motiven ... Erfahrungsberichte von Eduard Tripp, Iris Meinhart, Helga Barbier, David Dapra auf unserer Website.

In der Wahl vom 23. bis 26. Februar 2015 haben wir die Chance, die Weichen für die nächsten Jahre zu stellen: Je mehr Shiatsu-PraktikerInnen wählen gehen und für „unsere“ Shiatsu-VertreterInnen stimmen (KandidatInnen mit Shiatsu-Hintergrund), umso mehr Möglichkeiten entstehen, etwas zu bewegen und die zur Verfügung stehenden Mittel (auch) für Shiatsu-Anliegen zu verwenden.

Deine Stimme abzugeben kostet nichts außer ein bisschen Zeit und bringt uns allen viel! Jede Stimme zählt!

Einfach, bequem und ohne viel Zeitaufwand – quasi von der Couch aus – kannst Du Deine Stimme mit der Wahlkarte sprechen lassen. Die Formulare für die Anforderung der Wahlkarte (geordnet nach Bundesländern) findest Du ebenfalls auf unserer Webseite . Und bitte achte darauf, die Wahlkarte rechtzeitig zu beantragen.

Gemeinsam können wir viel bewirken!

1.2. Shiatsu-Tage 2015

Die Shiatsu-Tage 2015 werden 3. bis 11. Oktober 2015 stattfinden.

2. Ergänzende Informationen zur Wirtschaftskammer-Wahl

2.1. Antrag auf Wahlkarte

Das Formular (Antrag auf Wahlkarte) ausfüllen, an die Wirtschaftskammer schicken und dann die Wahlkarte in Ruhe ausfüllen, unterschreiben und abschicken:

- Postalisch an: Wirtschaftskammer Wien, Stubenring 8-10, 1010 Wien
- Per Fax: 01 514 50 1468
- Per Email: Einscannen und an wkwahl2015@wkw.at schicken



Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

2.1. Fristen

- Die Wahlkarte muss bis spätestens 17. Februar per Wahlkartenantrag angefordert werden.
- Die unterschriebene Wahlkarte muss bis zum 19. Februar bei der Hauptwahlkommission eingelangt sein, damit die Stimme gültig ist.

2.2. Mitgliedsnummer

Die Mitgliedsnummer, die man für den Wahlkarten-Antrag benötigt, findet sich auf vielen Zusendungen der Wirtschaftskammer, z.B. auf der Vorschreibung der Grundumlage oder man kann sie telefonisch unter 0800 221 223 erfragen.

2.3. Wahllokale

Wer lieber direkt ins Wahllokal gehen möchte: die Liste der Wahllokale

2.4. KandidatInnen in Wien

In Wien kandidieren Peter Ecker, Innungsmeisterin-Stellvertreter und Ehrenmitglied des Dachverbandes für Shiatsu, und Eduard Tripp, berufsrechtlicher Vertreter des Dachverbandes, mit Unterstützung der Grünen Wirtschaft.

Nähere Informationen dazu unter <http://www.gruene-masseurinnen.at>

3. Informationen aus der Shiatsu-Ausbildungen Austria

3.1. Umsiedlung der Schule mit April

Mit Ende März schließt die Praxisgemeinschaft Cristallin, und die Schule Shiatsu-Ausbildungen Austria zieht vom 2. in den 7. Bezirk. Der neue Standort der Ausbildung ab April ist das Seminarzentrum Sangha (<http://www.zentrumsangha.at>), Stuckgasse 15 (Ecke Burggasse), 1070 Wien.

Es war eine gute und schöne Zeit im 2. Bezirk unter der Gastfreundschaft von Nicole, beim Augarten, am Karmelitermarkt ...

... und wird sicher fein am neuen Standort!



Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

3.2. Save the date

Am 20. Juni ab 19 Uhr ist eine "Housewarming-Party" geplant - ein offizieller Start in den neuen Abschnitt!

Und wir würden uns freuen, wenn viele Freunde, Schüler und Kollegen kommen :-)

3.3. Termine zur Ausbildung

Neue Termine werden demnächst veröffentlicht, bislang online ist der nächste Kurs "Grundlagen von Shiatsu und Traditioneller Fernöstlicher Medizin" (22. bis 26. Juni) - http://shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_3.htm (für Einsteiger und Fortgeschrittene)

3.4. Die derzeit aktuellen Termine

Studienabend "Kopfschmerz und Migräne" (Eduard Tripp): 10. Februar 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_13.htm - für Fortgeschrittene und Weiterbildung

Meridian-Massage Wochenkurs (Eduard Tripp, Manuela Landrock): 16. bis 20. Februar 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_2.htm - für Einsteiger und Fortgeschrittene

Shiatsu als Weg zur Selbstermächtigung (Oskar Peter): 21. und 22. Februar 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_55.htm - für Fortgeschrittene und Weiterbildung

Shiatsu am Arbeitsplatz (Josef Ernst): 21. und 22. Februar 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_e1.htm - für Fortgeschrittene und Weiterbildung

Barfuß-Shiatsu (Gabriele Gattinger, Richard Palfalvi): 28. Februar 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_17.htm - für Fortgeschrittene und Weiterbildung

Basistechniken im Shiatsu (Eduard Tripp, Gernot Souri): 06 bis 08. März 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_35.htm - für Einsteiger und Fortgeschrittene

Zen-Shiatsu (Eduard Tripp): 16. bis 20. März 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_1.htm - für Einsteiger und Fortgeschrittene

Tiefes Shiatsu (Eduard Tripp, Gabriele Gattinger): 10. bis 16. Mai 2015 - http://www.shiatsu-austria.at/ausbildung/kurs_4.htm - für Fortgeschrittene

4. Was gesund ist, bestimmt der Verdauungstrakt

Ob ein Mensch zu Übergewicht neigt oder fettleibig wird, hängt - so zeigt die aktuelle Forschung - weniger von den spezifischen Nahrungsmitteln, die man zu sich nimmt, und ihren Inhaltsstoffen ab als man bisher angenommen hat. Abgesehen von bestimmten Erkrankungen, die durch zu viel Fett, Salz, Zucker, Rauchen oder mangelnde Bewegung begünstigt werden, ist (auch) die individuelle Zusammensetzung unserer Darmbakterien von großer Bedeutung. Diese entscheidet beispielsweise, ob Pommes frites als "Kalorienbombe" wirken oder aber gar nicht "ansetzen". Wahrscheinlich bestimmt die Art der Bakterien in unserem Darm, wie viel Energie wir aus einem Lebensmittel gewinnen.

Dass es nicht die Essgewohnheiten allein sind, konnten Wissenschaftler der Washington University's School of Medicine in einem Experiment zeigen: Sie transplantierten den Stuhl eines fettleibigen Menschen und seines schlankeren Zwillings in vollkommen keimfreie Mäuse. Dabei zeigte sich, dass die Maus, die den Stuhl (und damit die Mikrobekultur) aus dem Bauch des dicken Menschen erhalten hatte, rasch zunahm. Die zweite Maus hingegen wuchs zu einem schlanken Tier heran.

Da Mäuse Kot fressen, gingen die Forscher zudem davon aus, dass sie auch die Darmbakterien austauschen, und brachten die Tiere deshalb zusammen. Nach wenigen Tagen ballaststoffreicher Ernährung vermischte sich die Darmflora der dickeren Maus mit jener der dünneren - und die Gewichtszunahme verlangsamte sich. Sobald die Ernährung allerdings auf kalorienreich umgestellt wurde, gelang der Mikrobenaustausch nicht mehr.

2012 gelang niederländischen Forschern, wie in Science voriges Jahr publiziert wurde, ein ähnlicher Nachweis, dass die Zusammensetzung der Darmflora, der sogenannte "Shitprint", den Stoffwechsel steuert: Kot-Transplantation von einem gesunden Menschen in die Gedärme eines fettleibigen Patienten reduzierten dessen Insulinresistenz und damit auch seine Gefahr, an Typ-2-Diabetes zu erkranken.

Gewürze als Verdauungshilfe

Aromastoffe des Thymians und der Gewürznelken, so konnten deutsche Wissenschaftler nachweisen, wirken im Magen-Darm-Trakt. Es gibt, so die Forscher, zumindest für die Aromastoffe des Thymians und der Gewürznelken Rezeptoren auch in den so genannten Sensorzellen der Schleimhaut im Magen-Darm-Trakt. Gewürze, zumindest bestimmte Gewürze, machen Speisen bekömmlicher: In ihren Experimenten stimulierten die Forscher die Schleimhautzellen mit Gewürzen und beobachteten, wie dadurch der Botenstoff Serotonin ausgeschüttet wurde. Serotonin steuert im Verdauungstrakt die Muskelbewegungen und die Ausscheidung von Verdauungssäften.

(Quellen: Der Standard, 21. Jänner 2015
Der Standard, 2. Juli 2014
Der Standard, 9. Oktober 2007)

5. Mikrowelle – Ein Krankmacher?

Eine inzwischen schon zwanzig Jahre alte Studie, deren Veröffentlichung lange Zeit durch Schweizer Gerichte verhindert wurde, zeigt, so "Zentrum der Gesundheit am 12. Jänner 2015 (<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/mikrowelle.html#ixzz3Pp61JiCF>), auf, dass Nahrung aus der Mikrowelle problematische Veränderungen im menschlichen Blut verursacht - und dass Mikrowellenherde ein Risiko für die Gesundheit bedeuten können.

Bei den Teilnehmern, die Nahrung aus der Mikrowelle zu sich genommen hatten, wurden in der Studie problematische Veränderungen im Blut festgestellt, nämlich ein Rückgang aller Hämoglobin- und Cholesterinwerte. Nach dem Mikrowellen-Essen war zudem ein auffälliger Rückgang von Lymphozyten (weiße Blutkörperchen) zu beobachten, nicht jedoch bei normal zubereiteter Nahrung.

Zudem wies die Studie auf nicht-thermische Effekte hin, die die Durchlässigkeit der Zellmembran durch die elektrischen Potentiale der Mikrowelle zwischen Innenseite und Außenseite der Zelle verändern - und machen die beschädigten Zellen zu einer leichten Beute für Viren, Schimmelpilze und andere Mikroorganismen. Und auch die natürlichen Reparaturmechanismen der Zellen in den Nahrungsmitteln werden zerstört. Das wiederum zwingt die Zelle auf eine Not-Energieversorgung umzuschalten. Die Zellen schalten von Aerob (auf Sauerstoff gegründet) auf Anaerob (ohne Sauerstoff) um. Statt Wasser und Kohlendioxid zu produzieren, produzieren die Zellen nun Wasserstoffperoxid und Kohlenmonoxid. Das bedeutet: Die betroffenen Zellen schalten von einer gesunden Verbrennung auf einen ungesunden Gärprozess um - und die daraus resultierende Zerstörung oder Veränderung von Nahrungsmolekülen produziert neue radiolytische, chemische Verbindungen, die der Natur und damit dem Körper unbekannt sind.

Blutuntersuchungen von Teilnehmern der Studie bestätigten die Verschlechterung der Blutwerte nach dem Verzehr von Mikrowellennahrung. Bei den Teilnehmern, die Nahrung aus dem Mikrowellenofen gegessen hatten, zeigten sich bereits 15 Minuten nach der Nahrungseinnahme verschlechterte Erythrozyt-, Hämoglobin-, Hämatokrit- und Leukozyt-Werte - Ergebnisse, die den Werten bei Blutarmut ähneln... mehr dazu unter <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/mikrowelle.html#ixzz3Pp61JiCF>

6. Praxis in 1020 Wien (tageweise) zu mieten

Als Klinische Psychologin und Psychotherapeutin arbeitet Elisabeth Loibner 20 Wochenstunden beim PSD Wien, und nebenbei in eigener Praxis.

Sie mag Shiatsu als Behandlungsmethode - und ist auf der Suche nach einer Shiatsu-Praktikerin bzw. einem Shiatsu-Praktiker, die/der Interesse an einer langfristigen Einmietung in ihrer Praxis hätte (in der Praxis dann also zu zweit) - sodass zusätzlich zu ihrer psychotherapeutischen Angebot Shiatsu in der Praxis angeboten bzw. praktiziert wird.



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at



Die Praxis befindet sich in 1020 Karmeliterviertel in der Malzgasse, nur 5 Gehminuten von der U2 Taborstraße entfernt - auch der Augarten ist weniger als 5 Minuten entfernt - im Erdgeschoss; Ruhelage. Sie ist hochwertig, aber bewusst neutral eingerichtet. Außen bei der Klingel sowie innen am Tür-Schild steht 'Praxis'. Es gibt eine Teeküche, einen Wartebereich, ein Bad/WC und Handwaschbecken, sowie einen großzügigen Hauptraum mit einer Gesprächsecke, viel Platz am schönen Natur-Holzboden – und eine moderne Komfort-Fußbodenheizung!

Konkret ist ab April 2015 die Praxis zu den folgenden Zeiten frei:

-) Montag ganztags 7:30 bis 22:00
-) Mittwoch ganztags 7:30 bis 17:30
-) Freitag Nachmittag 14:30 bis 22:00

-) Samstag 7:30 bis 14:30

Elisabeth möchte zwei bis drei der angegebenen Tage langfristig, d.h. dauerhaft, vermieten. Preis und fixe Zeiten nach Vereinbarung - zu fairen Konditionen. Der Preis inkludiert einen Nutzungsvertrag (der beim Finanzamt vorgelegt werden kann), Heizung, Reinigung, einen großen Kasten für Shiatsu-Matte und Pölster o.ä., zusätzlich einen eigenen abschließbaren kleineren Spind für Leintücher und persönliche Dokus, die Praxis-Versicherung, Tee/Kaffee etc.

Weitere Informationen bei Elisabeth Loibner: 0650/7996312 oder elisabethloibner@gmx.at

(Information gemäß erhaltenem Mail)