
Weihnachten neu denken - Zeit schenken - Freude teilen

Veröffentlicht am: 10.12.2018, 17:19

Pressemitteilung von: **Berufsverband der Präventologen e.V.** // **Dorothee Remmler-Bellen**

Berlin, 11. Dezember 2018 - Dinge von Wert kennzeichnet vor allem eines: Sie sind knapp. Mit zu den wertvollsten Dingen, die einem Menschen gehören, zählt demnach die Zeit. Sicherlich die wenigsten werden von sich behaupten, Zeit im Überfluss zu haben. Termindruck, hohe Arbeitsbelastung und dazu noch ein prall gefüllter privater Terminkalender sorgen dafür, dass viele Menschen das Gefühl haben, dass für die schönen Dinge im Leben kaum noch Raum bleibt. Dazu zählen insbesondere die gemeinsamen Momente mit der Familie, dem Partner oder Freunden. Wer zu Weihnachten also etwas Besonderes verschenken möchte, kommt an "Zeit" gar nicht vorbei. Ein Geschenk, das sich einem Vergleich mit materiellen Dingen völlig entzieht.

Wer schon ein wenig seiner Lebenszeit verschenken möchte, kann diese Gelegenheit vielleicht auch dazu nutzen, einmal über den eigenen Schatten zu springen. Und die viel zitierte Besinnlichkeit, die sich die Menschen zu den Feiertagen gegenseitig so gerne wünschen, tatsächlich zuzulassen: Vielleicht besinnen wir uns auf den ein oder anderen eingeschlafenen persönlichen Kontakt, der es wert ist, aktiviert zu werden? Oder der eigenen inneren Größe, um nach einer Meinungsverschiedenheit wieder auf jemanden zuzugehen und den Ausgleich zu suchen. Vielleicht auch eines alleinstehenden Menschen in der Nachbarschaft, bei dem wir "eigentlich" schon immer mal vorbeischauchen wollte aber nie die Zeit fanden oder es "morgen" günstiger erschien?

Es kann eine wohltuende Erfahrung sein, die eigenen Bedürfnisse ein wenig zurückzunehmen. Und sich eines anderen Menschen zuliebe auf Dinge einzulassen, die derjenige höher schätzt, als wir selbst. Oder auf Dinge, denen wir "eigentlich" lieber aus dem Wege gingen. Aber es lohnt sich, denn fast immer bekommen wir mehr zurück, als wir geben. Und das wertvolle Zeitgeschenk bekommt eine überaus angemessene Verpackung: Freude.

Sich besinnen, innehalten, eine andere Perspektive einnehmen und sich vom starken Strom zahlreicher Routinen nicht (wieder) mitreißen lassen: Weitere Anregungen oder Unterstützung bei der Umsetzung von neuen persönlichen Zielen finden Menschen bei Präventologinnen und Präventologen, die wissen, wie ein solcher Perspektivwechsel und die Besinnung auf die wichtigen Dinge im Leben gelingen kann.

Pressekontakt

Frau Dorothee Remmler-Bellen
Vorstand

Berufsverband der Präventologen e.V.

Gneisenastr. 42
10961 Berlin, Berlin

Telefon: 030-21234193
E-Mail: info@praeventologe.de
Website:

Firmenportrait

Präventologen sind Experten der Prävention und Gesundheitsförderung. Sie tragen kompetent und wirksam zur Gesundheitsförderung jedes Einzelnen bei. Zum Berufsverband der Präventologen gehören Menschen, die ein gesundes Leben in Deutschland ermöglichen und die dafür nötigen Voraussetzungen schaffen oder verbessern wollen. Zum Berufsverband gehören geprüfte Präventologen, Studierende des Fernstudienganges, Angehörige der unterschiedlichen Gesundheits- und Sozialberufe, Unternehmen der Gesundheitswirtschaft sowie interessierte Einzelpersonen. Der Verband versteht sich als lernende Gemeinschaft, die ihr Wirken kontinuierlich reflektiert, um stetige Verbesserungen zu erreichen.

Unser Verband wurde im April 2001 in Hannover gegründet und setzt sich seitdem für Gesundheitsförderung und Prävention und die Interessen der Präventologen und Mitglieder des Berufsverbandes ein. Die wichtige Aufgabe des Präventologen beinhaltet die gezielte, individuelle Beratung der Menschen über gesundheitsfördernde und präventive Maßnahmen. Er steht für eine ressourcenorientierte, interdisziplinäre, ganzheitliche Haltung in sozialer Verantwortung.

Seit 15 Jahren qualifiziert der Berufsverband erfolgreich Präventologinnen und Präventologen. Hierbei handelt es sich um eine staatlich zugelassene Fernausbildung, die ohne medizinische Vorkenntnisse berufsbegleitend absolviert werden kann und deren Abschluss Sie berechtigt, den Titel "Geprüfte Präventologin" zu führen.

Der Berufsverband ist als Maßnahmenträger von einer unabhängigen Zertifizierungsstelle geprüft und zertifiziert worden.

Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Presseportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Presseportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.de/haftungsausschluss>