



Foto: diephotonodesigner.de/www.beingorn.de

Mit praktischen Tipps lässt sich die Belastung im Geschäft und in den Aufenthaltsräumen minimieren. Dass es manchmal stressig zugeht, lässt sich nicht vermeiden – doch das Arbeitsklima sollte stimmen.

Arbeitsplätze die glücklich machen

Mitarbeiter im Parfümeriebereich haben ganz besondere gesundheitliche Belastungen zu tragen. Ihr Arbeitsplatz ist insgesamt ein schöner, aber auch ein gesundheitlich anspruchsvoller Arbeitsplatz. Er ist fast immer klimatisiert, die Aufenthaltsräume werden aufgrund der hohen Mietpreise oftmals stiefmütterlich behandelt oder, wie in vielen Einkaufszentren, im Keller untergebracht. Hohe Lagerbestände, vor allem in der Vorweihnachtszeit, müssen in den Ruhe- und Aufenthaltsräumen verstaut werden. Unregelmäßige Arbeitszeiten erschweren den Biorhythmus und das Privatleben und die Anforderungen zu stressigen Zeiten fordern oftmals einen überproportionalen Einsatz der Arbeitskräfte. Bleibt noch zu erwähnen, dass Mitarbeiter in Parfümerien besonderen Luftverhältnissen ausgesetzt sind. Die Duftstoffe der Parfums und Cremes setzen sich oft aus chemischen Substanzen zusammen, die täglich in erhöhtem Maße versprüht und vercremt werden. Allergien werden dadurch geför-

dert und lassen so manches Auge tränen. Auch das ständige Ausprobieren von Warenproben erfordert ein „dickes Fell“ der Mitarbeiter. Das Tüpfelchen auf dem i ist dann die übermäßige Belastung durch Elektrosmog, wie sie in vielen Parfümerien messbar festzustellen ist. Die nachfolgenden Tipps können wesentlich dazu beitragen, das Arbeitsklima zu verbessern.

► Klimaanlage

Sie werden zwar meist regelmäßig gewartet, doch lässt das Ergebnis in der Regel zu wünschen übrig. Klimaanlage verursachen sehr schnell Schimmelbildungen, wenn Sie nicht richtig und regelmäßig gereinigt werden. Man kann immer wieder feststellen, dass trotz Reinigung und Wartung die Abzüge der Klimaanlage dunkel verfärbt sind. Ist dies der Fall kann man mit hoher Wahrscheinlichkeit sagen, dass die Schimmelbildung zu hoch ist. Vorsicht: Schimmelpilze sind extrem belastend für die Atemwege, die in der Parfümerie oh-

nehin schon reichlich in Mitleidenschaft gezogen werden.

► Aufenthaltsräume

Wenn der Aufenthalts- oder Arbeitsraum von Tageslicht gesegnet ist, so gilt das in vielen Parfümerien schon als Luxus. Was kann man tun, um einen Aufenthaltsraum aufzuwerten und zum Ruhe- und Erholungsraum werden zu lassen? Nach Feng Shui Kriterien geht es darum, ausreichend Qi in die Räume zu bringen. Liegt ein Raum im Keller, ist das oftmals nicht gegeben. Man ermüdet sehr schnell in diesen Räumen und kann sich nicht erholen. Verwenden Sie gelbe oder grüne Wandfarbe. Gelb als Farbe aktiviert den Körper und bewirkt eine Steigerung des Konzentrationsvermögens. Es symbolisiert dazu im Unterbewusstsein Sonnenlicht und wirkt daher auch aufheitend. Gelbe Farbe wirkt zudem auf unser Körpersystem und die Körperzellen sehr positiv und ist gerade für Räume ohne Tageslicht besonders wohltuend. Grüne Farbe harmonisiert

Körper und Geist. Grün ist nach Feng Shui Kriterien die Farbe der Heilung und der Herzenergie. Vor allem ein zartes Lindgrün wirkt sehr ausgleichend und harmoniebringend auf den Menschen. Kommunikation wird erleichtert und unterstützt. Grün erinnert uns unterbewusst an die Natur und die frische Luft. Es beruhigt, ohne jedoch müde zu machen. Grün ist daher eine ideale Pausenfarbe.

Bilder haben eine große Wirkung auf unsere Wahrnehmung und können sehr hilfreich sein, Energie und frisches Qi in Räumen zu kreieren. Bitte verwenden Sie Bildmotive mit Morgen- oder Mittagsstimmung. Sonnenuntergänge in der Seelandschaft sind mehr für das Zuhause nach Feierabend geeignet und sedieren den Körper und den Geist. Gerade in Kellerräumen sind Wassermotive sehr zu empfehlen. Am besten in Kombination mit einem kleinen Wasserbrunnen. Wasser reinigt die Raumluft und entspannt die Atemwege durch die erhöhte Luftfeuchtigkeit. Wichtig ist hier nur, dass die Handhabung des Brunnens praktikabel ist. Das Wasser muss regelmäßig gereinigt werden, denn sonst verpufft der Effekt und kehrt zum Gegenteil. Geeignet sind kleine runde Kugelbrunnen aus Metall oder Keramik, die in jedem Möbel- oder Feng Shui Geschäft zu erwerben sind. Aufenthaltsräume sollten immer aufgeräumt sein. Nach einem anstrengenden Arbeitsabschnitt fehlen oft die Kraft und der Sinn für das äußere Umfeld. Wem es schwerfällt Ordnung zu halten, dem sei das Buch von Caren Kingston, „Feng Shui gegen das Gerümpel im Alltag“ empfohlen. Besonders für Aufenthaltsräume ohne Tageslicht ist eine Beleuchtung mit True-light Vollspektrumlicht empfohlen. Das Original-Vollspektrumlicht entspricht dem Farbspektrum des Tageslichtes und

ELEKTROSMOG EINDÄMMEN

Um die Elektrosmogbelastung im Geschäft zu verringern, bedarf es einer Messung und Harmonisierung. Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, die jedoch individuell auf die Räumlichkeiten abzustimmen sind.

Im Büro und Aufenthaltsraum können die folgenden Regeln meist problemlos umgesetzt werden. Sie vermindern die Strahlungen effektiv und kostengünstig:

1. Bündeln Sie die Kabel der Geräte und verpacken Sie sie möglichst in einen Kabelkanal. Gebündelte Kabel verringern das Strahlungsfeld erheblich. Kabel, die unsortiert unter dem Schreibtisch liegen, belasten überproportional das Immunsystem.
2. Im Fußbereich sollten sich keine Stromkabel befinden. Der Server ist möglichst weit vom Körper und den Füßen entfernt zu platzieren. Die Füße bilden das gesamte Organsystem des Körpers ab. Strom an den Füßen transportiert über das Körperwasser die gesamte Strahlung in alle unsere Organe und schwächt diese je nach persönlicher Konstitution. Übrigens: Durch Seidenstrümpfe wird der Effekt noch verstärkt.
3. Drucker und Faxgeräte sollten soweit als möglich vom Körper entfernt aufgestellt werden, da diese Geräte vermehrt toxische Substanzen produzieren.
4. Schreibtischlampen sollten nicht auf den Kopf gerichtet sein. Halogenlampen im Schreibtischbereich sind tabu, da sie ein ausgesprochen ungünstiges Strahlungsfeld haben.
5. Auf metallische Materialien am Schreibtisch sollte verzichtet werden, da Metall leitet. Dies gilt vor allem für den Bürostuhl. Dieser sollte ein Gestell aus Kunststoff haben und mit einem Baumwollbezug gepolstert sein. Regale sind aus Holz oder Kunststoff zu empfehlen.
6. Wenn es die Raumverhältnisse ermöglichen, ist ein Wasserbrunnen in kleinen Büroräumen immer zu empfehlen, da Wasser die Raumluft verbessert und Schadstoffe vor allem aus den Druckern bindet. Allerdings muss täglich frisches Wasser aufgefüllt werden.

ist daher sehr aktivierend für die Körperzellen. Informationen hierzu finden Sie im Internet. Achten Sie auch auf bequemes Mobiliar: Holzstühle mit Kissen darauf sind nicht geeignet als Ruheplatz für Menschen, die den ganzen Tag auf den Beinen stehen müssen. In einen guten Pausenraum einer Parfümerie gehören Stuhlhocker zum Ausruhen.

► Gegen Elektrosmog

In Parfümerien sind die Arbeitsplätze und Büros oftmals sehr klein bemessen, da die Mitarbeiter in der Regel nicht ständig in diesen Räumen arbeiten. Dafür werden Faxgeräte, Drucker, Server, Sicherheitskameras, Scanner und Telefonanlagen auf engstem Raum untergebracht. Zum Ar-

beiten selbst bleibt oft nur noch ein Plätzchen für den Bürostuhl übrig. Gerade in kleinen Räumen ist es jedoch sehr wichtig, die Elektrosmogbelastung zu reduzieren, um „nicht unter Strom zu stehen“. Wenn Sie doch mal „unter Strom stehen“, gönnen Sie sich ein Bad aus Meersalz. Es entgiftet sehr stark und ist wohltuend. Elektrosmog ist ein Zeitgeistthema. Viele Menschen reagieren sehr empfindlich, vor allem wenn das körperliche System geschwächt ist. Es ist oftmals einfach und kostengünstig, diese Strahlungen zu vermindern, wenn ein paar Regeln beachtet werden (siehe Kasten). Wenn Sie diese leicht umzusetzenden Tipps berücksichtigen, können Sie schon sehr viel für sich und Ihr Immunsystem tun. ●

Gabriele Fröhlich



SPEZIALISTIN IN SACHEN FENG SHUI

Gabriele Fröhlich, Geschäftsführerin von RaumKraft®, beschäftigt sich mit der Wirkung, Wahrnehmung und Ausstrahlung von Räumen und Menschen. Mithilfe von Feng Shui-Kriterien und Geomantie-Techniken schafft sie „kraftvolle“ Arbeitsplätze und erfolgreiche Geschäftsräume. Ihr Wissen, bei zahlreichen Lehrern und Feng Shui-Meistern erlernt, vermittelt sie auch in Seminaren. Nächster Termin: 15. Oktober 2011, Feng Shui am Arbeitsplatz. Informationen und weitere Termine unter www.raumkraft.de