

# Inhalt

Editorial .....	2
Polarity, die Therapiemethode .....	3
Wieder Tritt gefasst .....	5
Polarity im Gesundheitswesen .....	7
Gesunde Ernährung .....	11
Polarity Yoga .....	13
Adressen Polarity Schulen .....	17
Editorial .....	17
Méthode thérapeutique .....	18
Polarity, un complément précieux .....	19
Manger sainement .....	21
Polarity Yoga .....	23

## Impressum

### Redaktion und Texte

Dr. oec. Hans-Peter Studer (hps)  
Sonja Krenger (skr)

### Übersetzungen

Anne-Zoé Dupuis  
Annette Mondada

### Bilder

Polarity Verband Schweiz  
Fotolia

### Auflage

8000 Exemplare

### Herausgeber

Polarity Verband Schweiz  
Hochfarbstrasse 2  
8006 Zürich  
Tel. 043 268 22 33  
www.polarityverband.ch

### Grafik, Layout und Druck

Künzle Druck AG  
Thurgauerstrasse 68  
8050 Zürich

# Liebe Leserinnen und Leser,



Ich freue mich sehr, anlässlich des 15-jährigen Bestehens unseres Berufsverbands diese Sonderausgabe unserer Verbandszeitschrift für Sie zusammengestellt zu haben.

Die Begeisterung, die ich, meine Berufskolleg/innen und Kenner/innen der Methode für Polarity empfinden, kann nur unzureichend in Worte gefasst werden. Vielleicht gelingt es uns aber, Sie neugierig zu machen, eine solche Behandlung einmal selber erleben zu wollen oder an einer Einführungsveranstaltung in einer der anerkannten Polarity Schulen teilzunehmen.

Mit Polarity stellen wir Ihnen ein holistisches Gesundheitskonzept vor, dass nicht nur eine Behandlungsmethode ist, sondern auf vielfältige Art auf alle Aspekte des Lebens eingeht und entsprechend nachwirkt. Es sorgt so bei den Klientinnen und Klienten für einen verständnisvollen, sensiblen Umgang mit sich selbst und ihrer Mitwelt.

Polarity ist von den meisten Krankenkassen anerkannt. Im Moment arbeitet der Berufsverband zusammen mit Vertreterinnen und Vertretern von rund 30 anderen Methoden an einer eidgenössischen Fachhochschul-Anerkennung des Berufs Komplementärtherapeut/in.

Auch im Gesundheitswesen stehen die Zeichen auf Veränderung. Trendforscher wie Matthias Horx bezeichnen die kommenden Jahrzehnte als Zeitalter des Gesundheitsbewusstseins. Vielleicht ist jetzt die Zeit gekommen, in der sich die Schulmedizin, die sich auf das Erkennen und Therapieren von akuten und chronischen Erkrankungen spezialisiert hat, zum Wohle der Patienten auf eine engere Zusammenarbeit mit komplementären (ergänzenden) Therapien einlässt. Dass eine Zusammenarbeit möglich ist, zeigen einzelne Beispiele von innovativen Kliniken und Gemeinschaftspraxen.

Mit Ihrer Stimme zu «Ja – Zukunft mit Komplementärmedizin» an der Volksabstimmung vom 17. Mai 2009 können Sie, liebe Leserinnen und Leser, dazu beitragen, dass Methoden wie Polarity politisch und rechtlich verankert und zukünftig fester Bestandteil im Gesundheitswesen werden.

Mit herzlichen Grüssen

Sonja Krenger

Präsidentin Polarity Verband Schweiz