

Farben beeinflussen unsere Stimmungslage

Rot wirkt vitalisierend, Blau beruhigend, Violett öffnet das Spirituelle und so weiter. Die Farblichtbehandlung von Spectrum Light 7 ist nichtmedikamentös und lindert Beschwerden durch die Anwendung farbigen Lichts.

Der Mensch sehnt sich nach Licht und erfreut sich an den Farbenspielen der Natur. Farben wirken durch ihre Schwingungen auf der emotional-geistigen und physischen Ebene. Dieser Effekt lässt sich in einer Farbbehandlung nutzen, um einen positiven Einfluss auf das eigene Befinden zu nehmen und bestimmte Reaktionen hervorzurufen. Doch welche Wirkung erzeugen Farben wie Grün, Gelb oder Violett? Bei welchen Beschwerden helfen die Kräfte der Farben?

Was ist eine Farblichtbehandlung?

Farben stellen eine Form der Energie dar, die als Lichtwellen und Farbwellen auf den Menschen einwirken. Die unterschiedlichen Farbtöne haben einen anregenden, beruhigenden oder regenerierenden Effekt. In der Farblichtbehandlung kommt farbiges Licht zum Einsatz, um psychische und körperliche Beschwerden zu lindern oder die Selbstheilungskräfte zu



CEO Ed Kribbe demonstriert seine Spectrum-Light-7-Lampe in Lachen.

Bild pd

mobilisieren. Die Farbenergien wirken wissenschaftlichen Erkenntnissen zufolge nicht nur über die Augen, sondern auch über andere Strukturen im Körper. Der Einfluss auf das vegetative Nervensystem ist besonders stark, was Auswirkungen auf das gesamte Körpersystem hat. Die Farblichtbehandlung

soll Störungen im Energiefluss beseitigen und Energien wieder in Balance bringen.

Bei welchen Beschwerden?

Ist Ihre Haut oft fahl oder Ihr Haar kraftlos? Dann können dies Anzeichen für Disharmonien sein. Seelische,

emotionale oder körperliche Ungleichgewichte sind häufig die Auslöser für Unwohlsein, Schmerzen oder Erkrankungen. Die Farblichtbehandlung kann die Zellen im Organismus anregen sowie Organe und Nerven positiv beeinflussen. Eduard Kribbe, Erfinder und Entwickler von Spectrum Light 7, ist überzeugt, dass die verschiedenen Farbstrahlen chemische Umwandlungsprozesse im Körper aktivieren.

Die Farblichtbehandlung wirkt bei Beschwerdebildern wie Schlafstörungen, Stress, Depressionen, Energiedefizite, Konzentrationsproblemen, Ängsten, Stoffwechselstörungen, Entzündungen, Einschränkung der Körperfunktionen oder einer geschwächten Immunabwehr. Farblichtbehandlungen basierten ursprünglich auf der Heilkraft des Sonnenlichts, das bereits antike Kulturen zur Heilung verschiedenster Beschwerden einsetzten.

Gerne beraten wir Sie telefonisch unter 078 906 99 22 oder über www.spectrumlight7.com. Die Praxis ist an der Oberdorfstrasse 40 in Lachen. (pd)

Ganzheitliche Fitness

Körper, Seele und Geist trainieren – mit vitaswiss.

Die ganze Welt befindet sich in einer ausserordentlichen Lage. Die Situation der Corona-Erkrankungen in der Schweiz ist momentan stabil. Damit es so bleibt, müssen wir die Vorgaben des Bundes weiterhin befolgen.

Der Verband vitaswiss nimmt diese Verantwortung ernst und hat versucht dazu beizutragen, dass sich die Verbreitung des Virus verlangsamt und dadurch das Gesundheitssystem entlastet und Risikogruppen geschützt werden. In Zusammenarbeit mit Dozentin Francine Brand ist innert Kürze das Projekt «vitaswiss Emotion Fibel» realisiert worden. In regelmässigen Abständen werden Videos mit Bewegungsprogrammen auf der vitaswiss-Website aufgeschaltet.

Atme dich in deine Kraft

Wie du dich fühlst, kannst du durch richtige Atmung beeinflussen. Der Atem spielt eine ganz entscheidende Rolle im «Gesamtsystem Mensch». Der Einbezug des Zwerchfells (Muskel zwischen Brust und Bauchhöhle) bei der Atmung wirkt sehr entspannend und beruhigend und lässt dich wieder zu Kraft kommen.

Bewegung ist ein fundamentales Mittel zur Verbesserung der physischen und geistigen Gesundheit und gewinnt in der aktuellen Zeit noch mehr an Bedeutung. Bewegung und konzentrierte Atmung regen den Energiefluss an und haben eine positive Wirkung auf die verschiedenen Organe und deren Funktionen.

Damit die Übungen für jedermann machbar sind und die Zwerchfellatmung richtig geführt wird, stellen wir Ihnen auch das Video mit dem Bewegungsablauf und die Erklärung über Zwerchfellatmung zur Verfügung (www.vitaswiss.ch). (pd)

Neuer Hornbach-Mietservice

Hornbach Schweiz lanciert einen neuen Mietservice. Hobby- und professionelle Handwerker können ihr Wunschgerät unkompliziert in einem der sieben Schweizer Hornbach Märkte oder direkt online ausleihen. Gemietet werden kann praktisch alles, vom Winkelschleifer bis hin zum Raupenbagger. Seit März steht das ausgearbeitete Angebot in den Startlöchern. Aufgrund des Lockdowns hat sich die Inbetriebnahme des Mietservices verzögert.

Abholung oder Lieferung

Umso glücklicher ist der Geschäftsführer von Hornbach Schweiz, Alessandro Pellegrini, dass es endlich los geht: «Wir wollen unsere Kunden in allen Belangen unterstützen. Denn es kann nicht sein, dass Projekte wegen fehlenden Werkzeugen nicht umgesetzt werden können.» Seit letztem Jahr ist Hornbach dabei, den Mietservice umzustrukturieren. Die Mietartikel werden in zwei Kategorien eingeteilt. Einerseits in das Sortiment für Heimwerker, das vor allem Elektrowerkzeuge wie Kreis- oder Stichsägen bietet. Kunden können, solange vorrätig, die Maschinen direkt im FastRent-Terminal buchen und abholen oder online reservieren. Das erweiterte Sortiment andererseits umfasst die Schwergewichte. Hier können Profikunden dringend benötigte Baumaschinen mieten, wie beispielsweise einen Vorderkipper. Bagger können nicht direkt ab Platz mitgenommen werden. FastRent lagert und wartet die Maschinen und liefert diese dann direkt zum Einsatzort. (pd)

Vorderthal geht mit positivem Frauenanteil voran

Künftig reden mehr Frauen in den Schwyzer Gemeinden und Bezirken mit.

Paritätisch vertreten sind die Geschlechter in den kommunalen Behörden aber noch lange nicht.

Die Bilanz der vergangenen Gemeinde- und Bezirksratswahlen ist aus Frauensicht durchzogen. Zwar nimmt der Frauenanteil insgesamt zu, aber nur minim. Im besten Fall sitzen nach dem zweiten Wahlgang ab Sommer 2020 dann 50 Frauen auf den total 223 Gemeinderatssitzen. Dies entspricht einem Frauenanteil von 22,4 Prozent. Gegenwärtig beträgt der Frauenanteil 17,2 Prozent.

Vier Gemeinden ohne Frauen

In rund der Hälfte der 30 Schwyzer Gemeinden liegt der Frauenanteil in den Räten nach den kommunalen Wahlen vom 17. Mai unter einem Viertel.

In acht Gemeinden führte der Wahlsonntag zu einem höheren Frauenanteil, namentlich in Alpthal (neu 3/davor 2), Feusisberg (2/1), Sattel (3/2), Schübelbach (3/1), Schwyz (3/2),

Steinen (1/0), Steinerberg (3/0) und Tuggen (2/1). Freienbach, Lachen und Küssnacht könnten sich dazugesellen. Dort mischen mit Verena Vanomsen, Christina Zunkel und Sibylle Hofer starke Kandidatinnen beim zweiten Wahlgang mit. Werden alle drei Frauen gewählt, wächst der Frauenanteil in Freienbach von zwei neu auf drei Frauen an, in Lachen von null auf eine Frau und in Küssnacht von einer Frau auf zwei Frauen.

Zwei Gemeinden verzeichnen einen Rückgang beim Frauenanteil: Arth (2/3) und Gersau (1/2). In 17 Gemeinden bleibt der Frauenanteil unverändert. Beschämend ist, dass es auch 2020 im Kanton Schwyz immer noch Gemeinden gibt, die komplett in Männerhand sind: So Altendorf, Galgenen, Reichenburg und Riemenstalden. Die Gemeinde Vorderthal sticht positiv

heraus: Vier der sieben Sitze sind von Frauen besetzt. Sie ist damit die einzige Gemeinde, die in der Exekutive mehr Frauen als Männer aufweist.

Sechs Säckelmeisterinnen

Seltenheitswert hat die Wahl von Gabriela Luternauer zur Gemeindepräsidentin von Lauerz. Nebst Lauerz ist das Gemeindepräsidium nur in Ingenbohl und Muotathal weiblich besetzt. 27 der 30 Gemeinden werden in der nächsten Legislaturperiode von einem Mann präsiert.

Das Ressort Finanzen untersteht neu in sechs Gemeinden (davor fünf) einer Frau. Säckelmeisterinnen gibt es in Illgau, Ingenbohl, Oberiberg, Steinerberg, Tuggen und Vorderthal. In den Bezirken Höfe und March steigt der Frauenanteil in der neuen Legislaturperiode. In beiden Räten sitzen neu

zwei Frauen. Im Bezirk Höfe ist zudem erstmals eine Frau in das Amt des Bezirksammanns gewählt worden. Im Bezirk Schwyz finden die Bezirksratswahlen im Juni statt. Die einzige Frau im Bezirksrat muss erst in zwei Jahren wieder zur Wahl antreten.

Mehr Frauen auf die Wahllisten

Auch auf kantonaler und nationaler Ebene sind die Schwyzer Frauen in den politischen Gremien massiv untervertreten. 90 der 100 Kantonsratssitze im Schwyzer Rathaus und fünf der sechs Schwyzer National- und Ständeratssitze im Bundeshaus werden von Männern besetzt. Im Hinblick auf die Wahljahre 2023 und 2024 ist es allerhöchste Zeit, dass die Parteien auf ihren Listen für ein ausgewogenes Geschlechterverhältnis sorgen.

Frauenetz Kanton Schwyz

Kommission für «Geld zurück in den Kanton Schwyz»

Die Initiative «Geld zurück in den Kanton Schwyz» verlangt einen Fonds mit bis zu drei Millionen Franken, mit dem die Energieförderung vorangetrieben wird. Die vorberatende Kommission des Kantonsrats hat nichts auszusetzen.

von Oliver Bosse

Die Energieförderung wird aktuell hauptsächlich vom Bund finanziert. Er bezahlt den Kantonen jährlich einen Beitrag pro Einwohner. Zusätzlich würden Ergänzungsleistungen in doppelter Höhe derjenigen Mittel fließen, die der Kanton selbst in die Energieförderung investiert – nur stellt der Kanton Schwyz hierfür bisher keine Gelder zur Verfügung.

Die Initiative «Geld zurück in den Kanton Schwyz» will dies ändern. Sie fordert einen Energiefonds, der mit einem Teil der Gewinnausschüttung der Schweizerischen Nationalbank

(SNB) an den Kanton Schwyz finanziert wird. Ein Sechstel, maximal jedoch drei Millionen Franken des SNB-Anteils an den Kanton sollen in den Fonds fließen.

Der Regierungsrat unterstützt diesen Vorschlag nicht und hat einen Gegenvorschlag unterbreitet. Er möchte den Fonds nicht mit den SNB-Geldern finanzieren, sondern schlägt einen

Pauschalbeitrag von einer Million Franken aus der Staatskasse dafür vor.

Volk soll letztes Wort haben

Nun hat die kantonsrätliche Kommission für Raumplanung, Umwelt, Energie und Verkehr (Ruvko) sich mit den beiden Varianten auseinandergesetzt. Sie empfiehlt dem Kantonsrat die Initiative anzunehmen.

Auch der Gegenvorschlag wurde gutgeheissen, allerdings mit der Empfehlung, auch bei dieser Variante statt einer gleich drei Millionen Franken im Voranschlag einzustellen. Dies begründet sie damit, dass auf diese Weise das Volk abschliessend über beide Vorlagen entscheiden kann.

Revision Planungs- und Baugesetz

Die Ruvko wurde zudem über den **Stand der laufenden Teilrevision des Planungs- und Baugesetzes** in Kenntnis gesetzt. Aktuell werden unter anderem Begriffe

und **Messweisen des Baurechts vereinheitlicht** und der Interkantonalen Vereinbarung über die Harmonisierung der Baubegriffe angeglichen sowie das

Nutzungsplanungsverfahren neu organisiert. In der **nächsten Etappe** sollen dann verschiedene **Vorstösse aus dem Kantonsrat** bearbeitet werden. (obo)