

Mein Tag

Gesund durch richtige Farbwahl

Sigrid Kandler klärt die Landfrauen über Bunt und Eintöniges auf

„Jede Farbe hat ihre Bedeutung, aber die Menschen wissen das leider nicht“, sagt Sigrid Kandler (Foto: privat). Um die wertvolle Wirkung von Farben „für Körper, Geist und Seele“ stärker ins Bewusstsein zu rufen, engagiert sich die 50-jährige Dachauerin mittlerweile seit 25 Jahren. In der Stadt bietet sie im eigenen Studio persönliche Farb-Stil-Typ-Beratungen an, mit Workshops und Vorträgen ist sie in ganz Bayern unterwegs. Unter dem Titel „Farben sind ein Weg zu mehr Schönheit, Lebensfreude und Gesundheit“ referiert Kandler am Dienstag, 16. November, beim traditionellen Herbstbrunch der Ortsbäuerinnen – ein Thema, das bei den Landfrauen offenbar gut ankommt, denn die Veranstaltung war binnen weniger Tage ausgebucht.

Wie Farben ein Schlüssel für das persönliche Wohlbefinden und sogar zur Gesundheitsvorsorge sein können, „habe ich bei meiner Heilpraktikerausbildung erkannt“, erzählt Kandler. Allerdings sei dieses Wissen in der heutigen Gesellschaft größtenteils in Vergessenheit geraten. Die Mode etwa lebe nun mal vom Trend. Die Farbexperte hat aber ihre Zweifel, ob denn alles, was modern ist, auch zugleich sinnvoll ist. Der graue Alltag werde als abschreckend empfunden, wer schwarz sieht, gelte als Pessimist. „Dennoch tragen wir gerade im Winter grau und schwarz.“ Im Berufsleben unterstütze passende Kleidung ein kompetentes Erscheinungsbild. Keine Selbstverständlichkeit mehr, seit verbindliche Dresscodes in vielen Branchen abgeschafft sind, wie die Farbspezialistin bedauert. Auch die farblichen Gestaltung des Umfelds wirke. Wenn Schleifen und Kugeln an Adventskranz oder Christbaum zum Beispiel traditionell rot gefärbt sind, habe das einen tieferen Sinn. Auch wenn jährlich wechselnde Farbtrends für mehr Umsatz sorgten. In der Stadt erntet Kandler oft großes Erstaunen, auf dem Land dagegen sind ihrer Erkenntnisse über Traditionen stärker lebendig. „Da rennt man offene Türen ein“, freut sich Kandler, die fest überzeugt ist, „dass Farben unser Leben wirklich verändern können“. *Petra Schafflik*

Mein Tag

Gesund durch richtige Farbwahl

Sigrid Kandler klärt die Landfrauen über Bunt und Eintöniges auf

„Jede Farbe hat ihre Bedeutung, aber die Menschen wissen das leider nicht“, sagt Sigrid Kandler (Foto: privat). Um die wertvolle Wirkung von Farben „für Körper, Geist und Seele“ stärker ins Bewusstsein zu rufen, engagiert sich die 50-jährige Dachauerin mittlerweile seit 25 Jahren. In der Stadt bietet sie im eigenen Studio persönliche Farb-Stil-Typ-Beratungen an, mit Workshops und Vorträgen ist sie in ganz Bayern unterwegs. Unter dem Titel „Farben sind ein Weg zu mehr Schönheit, Lebensfreude und Gesundheit“ referiert Kandler am Dienstag, 16. November, beim traditionellen Herbstbrunch der Ortsbäuerinnen – ein Thema, das bei den Landfrauen offenbar gut ankommt, denn die Veranstaltung war binnen weniger Tage ausgebucht.

Wie Farben ein Schlüssel für das persönliche Wohlbefinden und sogar zur Gesundheitsvorsorge sein können, „habe ich bei meiner Heilpraktikerausbildung erkannt“, erzählt Kandler. Allerdings sei dieses Wissen in der heutigen Gesellschaft größtenteils in Vergessenheit geraten. Die Mode etwa lebe nun mal vom Trend. Die Farbexperte hat aber ihre Zweifel, ob denn alles, was modern ist, auch zugleich sinnvoll ist. Der graue Alltag werde als abschreckend empfunden, wer schwarz sieht, gelte als Pessimist. „Dennoch tragen wir gerade im Winter grau und schwarz.“ Im Berufsleben unterstütze passende Kleidung ein kompetentes Erscheinungsbild. Keine Selbstverständlichkeit mehr, seit verbindliche Dresscodes in vielen Branchen abgeschafft sind, wie die Farbspezialistin bedauert. Auch die farblichen Gestaltung des Umfelds wirke. Wenn Schleifen und Kugeln an Adventskranz oder Christbaum zum Beispiel traditionell rot gefärbt sind, habe das einen tieferen Sinn. Auch wenn jährlich wechselnde Farb-

...um zum Beispiel traditionell rot gefärbt sind, habe das einen tieferen Sinn. Auch wenn jährlich wechselnde Farbtrends für mehr Umsatz sorgten. In der Stadt erntet Kandler oft großes Erstaunen, auf dem Land dagegen sind ihrer Erkenntnisse über Traditionen stärker lebendig. „Da rennt man offene Türen ein“, freut sich Kandler, die fest überzeugt ist, „dass Farben unser Leben wirklich verändern können“. *Petra Schafflik*