

Jakob Bretbacher, Vital- und Heilmasseur war am 10. September 2013 zu Gast beim Redlhamer Wirtschaftstalk

Seit 01.05.2012 betreiben Sie in der Ortschaft Tuffeltsham eine Massagepraxis.



Welche Bilanz ziehen Sie nach gut einem Jahr Selbständigkeit?

Bis Ende 2012 habe ich die Massagepraxis nur zwei Tage pro Woche betrieben. Seit 01.01.2013 bin ich zu 100 % selbständig und ausschließlich als Masseur tätig. Die Arbeit und der Umgang mit Menschen machen mir Spaß. Es freut mich, wenn ich zur Gesundheit oder zur Genesung anderer beitragen kann und gleichzeitig habe ich meinem Arbeitsleben eine neue positive Richtung gegeben, die meinem Lebensstil und meiner Lebenseinstellung entspricht.

Die Selbständigkeit war die richtige Entscheidung – der neue Beruf bedeutet für mich mehr Lebensqualität.

Welchen Beruf haben Sie gelernt und was waren Ihre Beweggründe für eine Umschulung und für die Selbständigkeit?

Ich habe 1983 in Hollabrunn an der HTL für Elektrotechnik maturiert und war dann im Sondermaschinenbau im Hard- und Softwarebereich tätig. Zuletzt war ich bei der Firma Fronius als Programmierer beschäftigt.

Das Thema Massage hat mich immer schon interessiert. Im Jahre 1991 habe ich meinen ersten Massagekurs absolviert und dieses Wissen für den „Hausgebrauch“ eingesetzt.

Erst mit 45 Jahren habe ich dann den Schritt gewagt und berufsbegleitend die

Ausbildung zum medizinischen Masseur am BFI in Ried im Innkreis begonnen. Ein medizinischer Masseur darf am Kranken arbeiten, aber nur innerhalb eines Dienstverhältnisses (zB bei der Gebietskrankenkasse). Die Ausbildung dauerte 1 ½ Jahre.

Von Oktober 2010 bis November 2011 ließ ich mich an der Body & Health Academy in Linz zum Heilmasseur ausbilden. Ein Heilmasseur darf als Selbständiger am Kranken arbeiten, der Patient muss aber eine Überweisung eines Arztes vorlegen.

Damit man auch gesunde Menschen behandeln darf, musste ich noch die Befähigung zum gewerblichen Masseur erwerben. Die Ausbildung zum Akupunkt-Therapeut nach Penzel beim Penzelinstitut habe ich im Juni 2013 abgeschlossen.

Die Kosten dieser umfangreichen Ausbildung belaufen sich auf ca. 12.000,- Euro.

Auf welche Massagetechniken haben Sie sich spezialisiert? Was ist Ihr persönlicher Gesundheitstipp?

Ich habe mich grundsätzlich auf drei Schwerpunkte festgelegt.

Zum einen wende ich in meiner Praxis die klassische Massage an. Diese kann als vorbeugende Maßnahme, aber auch zur Schmerzbehandlung und bei Muskelverspannungen angewendet werden.

Eine weitere Behandlungsform ist die Lymphdrainage. Durch diese sanfte Technik wird der Lymphfluss verbessert und man kann den Heilungsprozess nach Operationen (zB am Bewegungsapparat, aber auch nach Krebsoperationen) positiv beeinflussen.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Akupunktmassage nach Penzel, die die Energie im Körper zum Fließen bringt und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Die Akupunktmassage kann bei jedermann und in jedem Alter angewendet werden. Gute Erfahrungen gibt es



damit bei der Schwangerschaftsbetreuung (von der Planung einer Schwangerschaft über die Betreuung der Schwangeren bis hin zur Behandlung von Neugeborenen).

80 % meiner Kunden kommen mit einer Überweisung bzw. auf Grund einer Erkrankung oder Beschwerden zu mir, 20 % genießen vorbeugend eine Wellnessbehandlung.

Mein persönlicher Tipp an alle MitbürgerInnen ist, den Bewegungsapparat zu trainieren, um die Mobilität und die Koordination zu erhalten. In Zeiten, wo viele einer „sitzen“ Tätigkeit nachgehen, ist es ganz besonders wichtig einen körperlichen Ausgleich zu schaffen. Dazu braucht es kein komplexes Training oder eine spezielle Sportart – spazieren gehen, strecken, dehnen, balancieren, Treppen steigen usw.. Nicht immer gleich das Auto starten, viele Wege können zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurückgelegt werden. Auch Menschen, die

einer körperlich anstrengenden Tätigkeit nachgehen, brauchen diesen Ausgleich.

Arbeiten im eigenen Wohnhaus – wie funktioniert das?

Mein Behandlungsraum ist im Erdgeschoss und somit vom Wohnbereich getrennt. Das Arbeiten zu Hause funktioniert perfekt, ich bin viel flexibler und kann terminfreie Zeiten optimal nutzen. Auch für die Patienten bringt diese Flexibilität große Vorteile, weil ich im Notfall zB kurzfristig am Abend einen Termin vergeben kann.

Was sind Ihre Zukunftsperspektiven? Werden Sie weitere Ausbildungen absolvieren?

Ich möchte meinen Kundenstamm weiter ausbauen. Für eine optimale Betreuung könnte ich max. 6 Patienten pro Tag behandeln, das wäre vorerst mein Ziel.

Wenn der Bedarf vorhanden ist, könnte ich mir auch weitere Ausbildungen vorstellen zB Faszientechnik, spezielle Schmerztherapie.

