

## Präventologen im Porträt: Silvia Brodde



### Körper und Seele zum Schwingen bringen

*Silvia Brodde ist geprüfte Präventologin, Klangmassagetherapeutin und seit Anfang 2010 Mitglied im Berufsverband Deutscher Präventologen. Die 53-Jährige lebt und arbeitet in Braunschweig. Schwerpunkte ihrer präventologischen Praxis sind Kurse und Workshops in Bewegung und Entspannung mit Bellicon Trampolinen. Darüber hinaus bietet sie seit einiger Zeit Gründungscoaching für den Fachbereich Trampolin an.*

„Der Anfang war schwer“, sagt Silvia Brodde. Die Niedersächsin ist nach langer Familienzeit und kurzfristiger Rückkehr in ihren erlernten Beruf als Zahnarzthelferin vor einigen Jahren beruflich noch einmal neu durchgestartet. „Ich wollte etwas tun, wo Kopf, Herz und Bauch im Einklang sind“, erklärt die Mutter dreier erwachsener Kinder und mehrfache Großmutter. Das Thema Gesundheit lag ihr schon lange am Herzen. Mit einer Ausbildung zur Klangmassagetherapeutin nach Hess hatte sie erste Schritte in diese Richtung getan. Dann erfuhr sie aus den Medien vom Fernstudium zur Präventologin, das sie Ende 2009 erfolgreich abschloss. Ihren jetzigen Schwerpunkt lernte Silvia Brodde auch während des Studiums kennen. Mit der neu entdeckten „Freude an der Bewegung“ war sie sofort von den sanft schwingenden Trampolinen fasziniert.

Sie entschloss sich zur Selbstständigkeit und startete vor zwei Jahren, gut vorbereitet durch betriebswirtschaftliche Seminare für Existenzgründer, mit ihren Trampolin-Kursen und Workshops. „Das wichtigste war der Aufbau eines beruflichen Netzwerkes“, erklärt die Präventologin, die auch deshalb Mitglied des Berufsverbandes wurde. „Jetzt, nach zwei Jahren, trägt die Arbeit der Anfangszeit deutlich Früchte“, freut sich die Braunschweigerin.



Mittlerweile hat sie in das Kursprogramm auch ihre Erfahrungen mit tibetanischen Klangschalen integriert und bietet Kombinationskurse als „Wohlfühl-Fitness“ für Körper und Seele an. „Das Schwingen des Körpers auf den soften Trampolinen und das Schwingen der Seele zu den sanften Klängen der Klangschalen ist eine perfekte Einheit zum Bewegen und Entspannen“, sagt Silvia Brodde, die ihr Wissen seit einiger Zeit auch als Coach im Bereich Trampolinarbeit weitergibt. Eine solide Perspektive habe sie sich schaffen wollen, sagt Brodde. Und das hat sie erreicht – mit positiven Schwingungen.