



POWERWOMAN



Bettina Zünkeler

Werdenden Müttern mit Leidenschaft zur Seite stehen



Um eine gute Mutter, Partnerin und Geschäftsfrau zu sein, muss man sich manchmal auch eine Auszeit gönnen, weiß Bettina Zünkeler aus eigener Erfahrung.

Wer Leben schenkt, sollte sich auch mal etwas zurückholen – ein wirklich schöner Spruch der das einzigartige Programm von Bettina Zünkeler bestens umschreibt. 2010 entwickelte sie das Behandlungskonzept „Mama Wellness“ und wurde damit prompt nicht nur für den Wellness Innovation Award des Deutschen Wellness Verbandes nominiert, sondern errang auch den 2. Platz. Die staatlich anerkannte Physiotherapeutin, Lymphtherapeutin und Kosmetikerin hat mit „Mama Wellness“ den Nerv vieler werdenden und Neumütter getroffen. „Die Schwangerschaft ist eine wunderbare Zeit, in der sich aber auch vieles ändert“, so die 45-Jährige. „Der Rücken tut weh, die Füße werden dicker, die Haut verändert sich.“ Doch statt jetzt von einem Spezialisten zum nächsten zu rennen, geht man in Bochum einfach ins Institut „Auszeit“ und wird rundum professionell und liebevoll behandelt. Die „Auszeit“ (www.institut-auszeit.de) mit ihren Angeboten aus Schön-

heitspflege und Gesundheitsangeboten war schon immer ein Herzenswunsch von Bettina Zünkeler. Dabei hält die Ur-Bochumerin nichts von halben Sachen. Wenn die Mutter einer dreijährigen Tochter einmal etwas anpackt, dann richtig. Und so gibt es längst nicht mehr nur die „Mama Wellness“. Inzwischen hat sie ein Mutter-Kind-Netzwerk etabliert, arbeitet mit einer Hebamme und Stillberaterin zusammen, organisiert ein Mutter-Kind-Shopping und lädt zu „Mommy's Dinner & Talk“. Dabei trifft man sich in einem Restaurant, welches nach den Lehren der 5-Elemente-Küche kocht und gezielt auf die gesundheitlichen Bedürfnisse von Schwangeren oder frisch gebackenen Müttern eingeht. Bleibt bei all dem Engagement auch noch genügend Zeit für sich selbst? „Ja, die nehme ich mir ganz bewusst“, so Bettina Zünkeler. Und das habe nichts mit Egoismus zu tun. „Je besser es mir selbst geht, umso besser geht es auch den Menschen um mich herum.“ ■

Franka Hänig