

in

in-online.ch



Seelenbalsam

Die ganze Welt umarmen

Mit ein bisschen Charme kann man in einer Stunde 50 wildfremde Personen umarmen.

Die IN-Crew hat es ausprobiert und erfreute sich in Basels Shoppingstrassen einer regen Beteiligung.

Trotz hektischer Einkaufsstimmung haben Männer und Frauen, egal welchen Alters, wenig Scheu vor der spontanen Umarmung mit einem Fremden gezeigt.

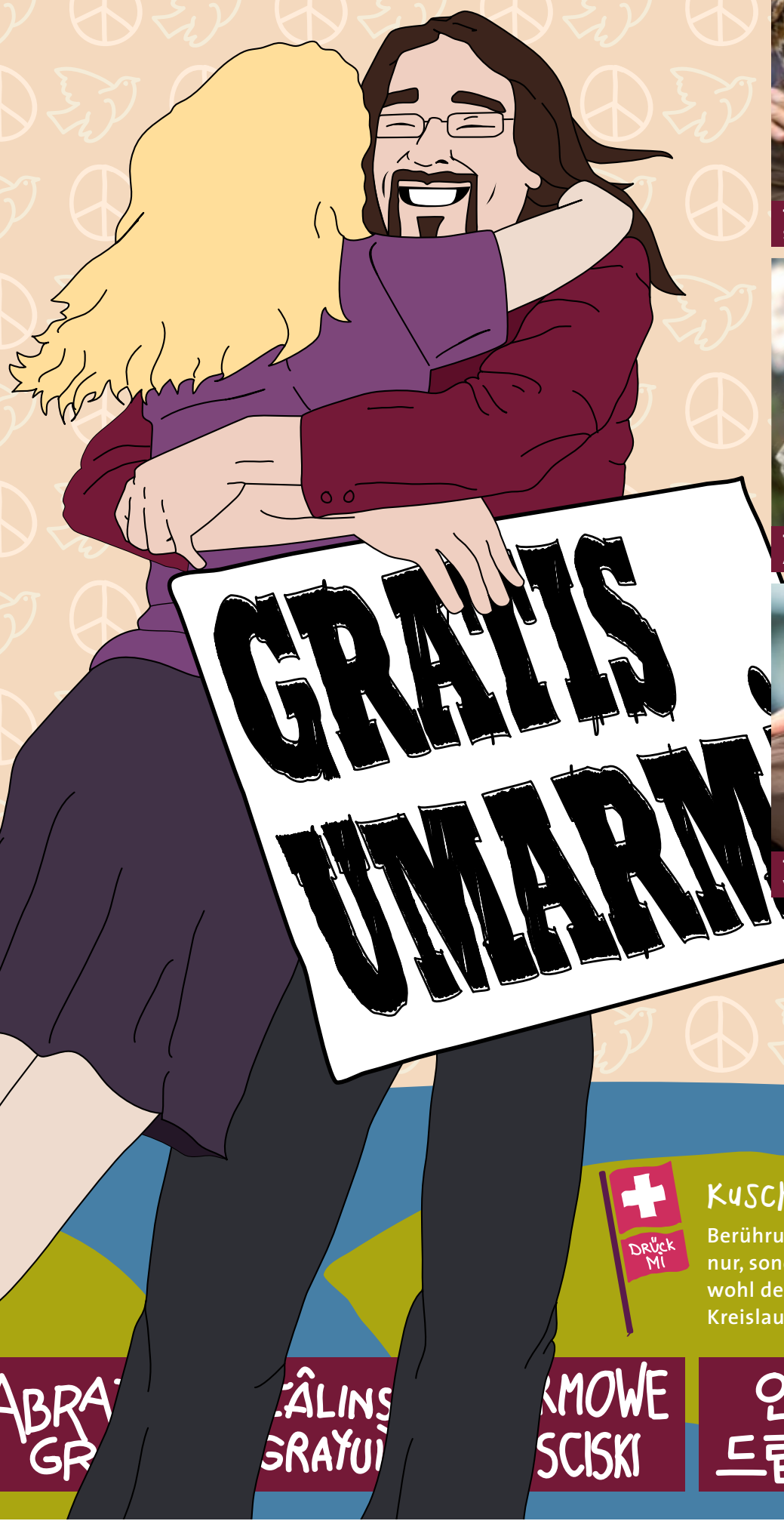
Free Hugs (Englisch für «Gratis-Umarmungen») nennt sich die Geschichte – und macht unheimlich Spass. Mit einfachen Plakaten geht es ab aufs Pflaster. Das Ziel ist eindeutig: das Anpreisen von Gratis-Umarmungen an Passanten, einfach so aus Spass – und Menschenliebe. Die Free-Hugs-Idee existiert schon seit mehr als fünf Jahren und verbreitet sich über den ganzen Globus. Ein Hippie-Revival?

Klar, ein geschäftiger Banker wird Ihre Aufforderung zum Umarmen nicht immer wahrnehmen wollen. Andere halten sich neugierig auf Abstand. Auch die elegante und perfekt geschminkte Geschäftsfrau wird Sie vielleicht lächelnd abweisen. Lassen Sie sich dadurch nicht entmutigen. Offen aufeinander zugehen muss und darf geübt werden.

Wir haben bei den angesprochenen Menschen viel Freude, Verwunderung und herzliche Lacher ausgelöst. Somit ist das Ziel bereits erfüllt. Unser IN-Beitrag zum Weihnachtsrummel hat sich gelohnt.

Ein kurzer Augenblick der Berührung bewegt stärker, als man denkt. Einige Momente Energie tanken und in zwei freudig strahlende Augen eines Menschen blicken, auch wenn wir diesem vielleicht nie wieder begegnen werden, tut beiden Beteiligten gut. Denn eine kleine Berührung bewegt stärker, als man denkt. Versuchen Sie es doch auch einmal:

Wieso nicht schon am nächsten offiziellen Free-Hugs Day, dem 31. Dezember?



THE SURPRISE HUG Eine überraschende, spontane Umarmung.



THE OVER ARM APPROACH Die Arme umfassen die Schultern.



THE RUN HUG Ein Blick – und die Umarmenden rennen aufeinander zu.



THE CUDDLE Eine Umarmung in Abwesenheit von Raum und Zeit.



THE GROUP HUG Eine Lebensbejahende Umarmung. Je mehr, je besser.



PHOTO OPPORTUNITY HUG Ein Fotoporträt zum Anschauen.



THE SWAY Die Umarmen wippen sanft von Seite zu Seite.



THE LAZY HUG Der Umarmen lehnt sich vor.



THE A-FRAME HUG Die Umarmen bilden zusammen ein A.

Wer eine Anleitung zum «Free Hugs» braucht oder gerne mehr über dessen Entstehung erfahren möchte, wird auf www.in-online.ch fündig – gratis versteht sich.



Kuscheln ist gesund

Berührungen bauen das Stresshormon Cortisol ab und wärmen das Herz nicht nur, sondern stärken es auch. Bereits zehn Minuten Händchenhalten sollen sowohl den Blutdruck als auch den Pulsanstieg verringern und dadurch das Herzkreislaufsystem positiv unterstützen.



WETTBEWERB

1. PREIS

Wellness-Weekend

SCB-Auto von Peugeot für ein Wochenende inkl. Übernachtung in einem Wellness-Hotel in Österreich für 2 Personen



2. PREIS

SCB-VIP-Packages

4 VIP-Sitzplätze (2 x 2 Personen) inkl. Abendessen für das Spiel SC Bern - HC Lugano am 30. Januar 2009 (Wert pro Package CHF 250.-)



Seit wie vielen Jahren ist Peugeot Hauptsponsor des SCB?

5 10 19

Name/Vorname

Alter

Beruf

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Tel.

E-Mail

Einsendeschluss: 16. Januar 2009. Zur Teilnahme senden Sie diesen Talon an IN-Media AG, Postfach 450, CH-4018 Basel. Oder Sie gehen auf die Internetseite in-online.ch. Dort finden Sie neben dem Gewinnspiel viele weitere Informationen.

Teilnahmebedingungen: Mindestalter 18 Jahre. Der Wettbewerb ist an keinen Kauf gebunden. Mitarbeitende der IN-Media AG, Peugeot und PostFinance sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Die Verlosung findet unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner/-innen werden persönlich benachrichtigt. Die Gewinner/-innen erklären sich durch die Teilnahme an der Verlosung bereit, namentlich auf der Website in-online.ch sowie in den IN-Foldern genannt zu werden. Barauszahlung ist ausgeschlossen.