

Liebe Tierfreunde,

noch vor einigen wenigen Monaten wurde die dritte Strophe des Volksliedes „Auf, du junger Wandersmann“ ignoriert, wenn es beim herbstlichen Wetter um die Empfehlung ging, mit dem Hund ausgiebige Wanderungen oder Spaziergänge an der frischen Luft einzuplanen. Doch wenn es jetzt draußen eisig friert, hagelt und schneit, kann man den massiv eingeschränkten Bewegungsdrang in der beliebten Volksweise – „Mancher hinterm Ofen sitzt und gar fein die Ohren spitzt, kein Stund' vors Haus ist kommen naus, ... der noch nirgends ist gewest, nur gesessen in sei'm Nest“ – schon einsehen und vielleicht sogar gutheißen.



Eure Bärbel & Moritz

Hunde schützen das Herz

Ein neuer Trend in der medizinischen Forschung konzentriert sich auf die Beziehungen zwischen Menschen und ihren Haustieren sowie deren Auswirkungen auf das körperliche Wohlbefinden der Tierbesitzer. Beeindruckend sind dabei die Forschungsergebnisse, die Herzerkrankungen mit psychologischem Stress in Verbindung bringen.

Denn neben einer ungesunden Lebensweise verursacht vor allem Stress koronare Herzerkrankungen. US-Forscher fanden jetzt in einer Studie heraus, dass das Herz-Kreislauf-System durch Vierbeiner wieder in Schwung gebracht werden kann. Verblüffend dabei ist: Nicht nur die erhöhte körperliche Aktivität durchs Gassigehen, sondern vielmehr auch die emotionale Bindung und die soziale Unterstützung durch

den Hund wirken sich schützend auf das Herz-Kreislauf-System aus.

Auch Musiker Thomas D. von den „Fantastischen Vier“ weiß, dass Hunde gut fürs Herz sind. Mit Hündin Jill ist er immer aktiv unterwegs.

In der ARD stellt er regelmäßig die heimische Tier- und Pflanzenwelt in „Wissen vor Acht“ vor.



Foto: ddp images/Steffens

Tier-Yoga voll im Trend

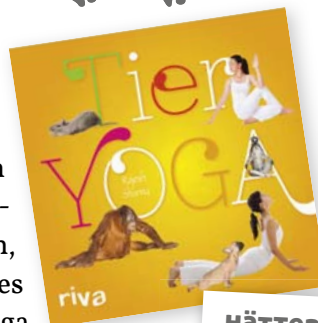
Yoga ist in den letzten Jahren sehr populär geworden. Immer mehr Menschen praktizieren die altindische Bewegungslehre regelmäßig und können sich der heilsamen Wirkung nicht mehr entziehen. Entspannung, Linderung von Muskelschmerzen, mehr Energie, geistige Klarheit und ein neues Selbstvertrauen – alles Dinge, die durch Yoga erlangt werden können.

Doch wie ist das, wenn der Stubentiger plötzlich den „nach unten schauenden Hund“ praktiziert oder der Mops mit der „Kobra“ seine Nackenmuskulatur kräftigt?

Dann sind die Tiere in der weltweit ersten Tier-Yoga-Schule. Rajesh Sharma leitet in Bielefeld die „Yoganimal“ und ist begeistert, mit welcher großen Hingabe Haustiere die Yogaübungen mitmachen.



Foto: ddp images



Mehr zum Thema

findet man im Buch „Tier-Yoga“ aus dem riva Verlag München. ISBN 978-3-86882-341-6

HÄTTEN SIE'S GEWUSST?

**Ist es wahr, dass ...
... die Meerkatze eine Katze ist?**

NEIN! Katzen und Wasser passen partout nicht zusammen. Allein deswegen ist es unwahrscheinlich, dass die Meerkatze eine Katze ist. Ist sie auch nicht, sondern ein Affe! Diese Primatenart lebt in der südlichen Sahara. Ob sie zu ihrem Namen dadurch kam, weil die Tiere wie Katzen aussehen? Eher unwahrscheinlich. Die andere Erklärung: Der Name leitet sich von „markat“ ab, was im altindischen Sanskrit „Affe“ bedeutet. Die Niederländer machten daraus die „meerkat“, was im Deutschen dann zur „Meerkatze“ wurde.