**Mein Jahresrückblick 2024: Mehr Gefühlsschwankungen geht nicht.**

Es war eine **unerwartet lustige Erfahrung, diesen Rückblick** zu schreiben – nicht der Rückblick an sich, sondern die Herausforderung, alles in einem logischen Text zusammenzufassen. Hätte mir **Anfang 2024** jemand gesagt, dass ich so einen **langen Text schreiben** würde, wäre das **Gespräch wohl sofort beendet** gewesen. Doch das **Leben ist der beste Lehrmeister**, und ich bin dankbar, dass [**Yvonne Estermann**](https://yvonne-estermann.ch/) mir die Links von [Judith Peter](https://judithpeters.de/) weitergeleitet hat. Ohne Judith, ihre Tipps und ihre [grossartige Gruppe](https://www.facebook.com/groups/jahresrueckblog2024/?utm_source=ActiveCampaign&utm_medium=email&utm_content=%7BJahresr%C3%BCckblog%7D) hätte ich diese Übung wahrscheinlich abgebrochen.

Irgendwann hat es jedoch begonnen, richtig Spass zu machen – und jetzt, kurz vor der Veröffentlichung, spüre ich tatsächlich eine gewisse Anspannung. Ich liebe Herausforderungen und versuche immer wieder, Dinge zu tun, die mich fordern und aus meiner Komfortzone herausholen. Genau dort bin ich jetzt angekommen. Es ist aufregend, zu sehen, wer diesen Text lesen wird und welche Kommentare kommen könnten.

Mir ist bewusst, dass dieser Blog etwas zu früh kommt, weil meine Homepage und Software noch nicht perfekt darauf abgestimmt sind. Aber wenn der Rückenwind da ist, sollte man die Segel setzen und loslegen!

Beim Lesen fällt mir auf, dass sich manche Themen wiederholen, doch die Sache mit dem Berufsverband ist mir so wichtig, dass ich sie nicht einfach nebenbei behandeln möchte. Bei mir gibt es meistens nur Ganz oder gar nicht! Also, viel Vergnügen beim Lesen – und denk daran: Es ist mein Jahr, meine Entscheidungen, und ich mache es so, wie es mir gefällt!

**Meine Themen und Highlights in 2024**

**Worauf ich stolz bin!**

Ein Bild, das Himmel, draußen, Person, Lächeln enthält.

Automatisch generierte BeschreibungDieses Jahr durfte ich erneut viele Neukunden dazu gewinnen – darunter auch wieder Teams mit schulmedizinischem Hintergrund. Ich bin wirklich extrem Dankbar, dass meine Praxis so läuft, schliesslich ist das nicht nur mein Herzblut sondern auch mein Lebensunterhalt.   
Das hat mich motiviert, meine Arbeit noch ausführlicher zu erklären, damit meine eigenen Prozesse klar und gut verständlich werden.

Besonders berührt es mich, wenn ich erfahre, dass diese Herangehensweise Früchte trägt. Rückmeldungen, die von deutlichen Verbesserungen berichten – etwa Symptome, die abgeschwächt auftreten oder gar verschwinden – empfinde ich als etwas ganz Besonderes. Solche Erfolge sind für mich keineswegs selbstverständlich und erfordern stets Engagement von beiden Seiten.   
  
Der Weg zu solchen Erfolgen erfordert Engagement von beiden Seiten: Das Vertrauen, dass meine Empfehlungen zielführend sind, und die Bereitschaft, diese konsequent umzusetzen.

Ein weiterer Erfolg, der mich besonders stolz macht, ist, dass bestehende Kunden wieder auf mich zugekommen sind. Sie haben mir nicht nur erneut ihr Vertrauen geschenkt, sondern mich auch aktiv in ihrem Umfeld weiterempfohlen – an Kolleginnen, Kollegen und Bekannte. Diese Weiterempfehlungen sind für mich ein wertvolles Zeichen der Anerkennung und Bestätigung meiner Arbeit.

Arvo und ich auf einer Herbstwanderung

Ich habe in diesem Jahr viel an meinen Verschreibungen gefeilt, sie noch klarer und verständlicher formuliert, um die Umsetzung für meine Kunden zu erleichtern. Dieser Fokus auf Klarheit und Verständlichkeit war ein entscheidender Baustein für die positiven Entwicklungen, die wir gemeinsam erreicht haben.

Es erfüllt mich mit Stolz, zu sehen, dass meine Arbeit Früchte trägt – für mich eine Bestätigung, dass sich kontinuierliche Verbesserung und Hingabe immer lohnen.

**Die beste Entscheidung die ich 2024 getroffen habe?**

Ein Bild, das Text, Menschliches Gesicht, Kleidung, Screenshot enthält.

Automatisch generierte BeschreibungIch treffe gerne Entscheidungen, und 2024 gab es davon einige, die mich und meine Arbeit spürbar vorangebracht haben.   
Ein Bereich, auf den ich besonders stolz bin, ist mein elektronischer Auftritt – sowohl auf Social Media als auch auf meinen Homepages.

Ich habe meine Online-Präsenz mehrfach überarbeitet und gezielt angepasst. Dabei stand stets eine zentrale Frage im Fokus: Was interessiert meine Kunden? Was müssen sie sehen, um meine Dienstleistungen wirklich zu verstehen und mit mir in Kontakt zu treten?

Diese Überlegungen haben mir geholfen, meinen Auftritt stetig zu verbessern. Denn am Ende läuft mein Angebot nur mit Menschen, die Vertrauen in mich setzen und meine Leistungen in Anspruch nehmen.

Ob auf [beat-hug.ch](http://beat-hug.ch) oder [nothelferkurs-hunde.com](https://nothelferkurs-hunde.com) – gerade im Onlinebereich ist es entscheidend, die Vorteile meiner Angebote klar und überzeugend darzustellen. Ebenso wichtig ist es, mögliche Ängste oder Unsicherheiten bei potenziellen Kunden abzubauen, damit sie sich gut informiert und sicher fühlen.

Diese stetige Optimierung ist ein entscheidender Faktor dafür, dass ich meine Arbeit erfolgreich gestalten kann – ein Prozess, der mich nicht nur fordert, sondern auch viel Freude bereitet.

**Mein Weg in der Imkerei – Lernen durch Beobachtung und Erfahrung**

Ein Bild, das Honigwabe, Bienenstock, Insekt, Honigbiene enthält.

Automatisch generierte BeschreibungIn der Imkerei habe ich mich intensiv mit den vielen Faktoren beschäftigt, die das Wohl der Bienen beeinflussen können. Dabei habe ich unter anderem beobachtet: Wie wirkt sich eine vollständige Bestrahlung der Beute durch die Sonne aus? Was passiert bei Temperaturschwankungen im Inneren des Stockes? Und wie verhält sich Feuchtigkeit, die nicht aus der Beute entweichen kann? etc.

Diese und ähnliche Fragen haben mich dazu gebracht, über Möglichkeiten nachzudenken, wie solche Umwelteinflüsse entschärft werden können. Ein zentraler Ansatz war, die natürlichen Behausungen von Bienen als Vergleich heranzuziehen. Sie geben spannende Hinweise darauf, wie man Erkenntnisse aus der Natur in die bestehende Imkerei integrieren könnte.

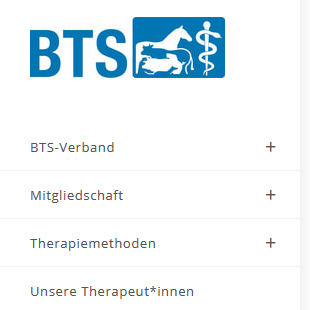
Ein erster Schritt in diesem Prozess ist der Bau von Testmodellen, um verschiedene Ideen auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln. Natürlich verlief nicht alles reibungslos – auch ich habe in den letzten Jahren einige Rückschläge erlebt. Auch wenn man erfahrenen Leuten glaubt, die «Erfindungen» erklären können und entsprechende Anweisungen geben, die mir auch einleuchten, zuhause umgebaut und siehe da, die Erklärung hinkt – funktioniert in der Praxis nicht. Doch genau diese Herausforderungen haben mir gezeigt, wie wichtig es ist, offen für neue Ansätze zu bleiben und kontinuierlich dazuzulernen. Mein Ziel bleibt es, eine Umgebung zu schaffen, die den Bedürfnissen der Bienen besser gerecht wird und ihnen langfristig zugutekommt.

Bienenwabe nach Nadeltest August 2024

**Mein erstes Mal: ich habe im 2024 die Präsidentschaft des Berufsverbandes übernommen**

Bienenwabe nach Nadeltest im August 2024

Homepages des Verbandes

**1 Jahr als Leiter des Berufsverbands der Tierheilpraktiker\*innen Schweiz**

Ausblick in der sächsischen Schweiz

Der Berufsverband der Tierheilpraktiker\*innen Schweiz ([tierheilpraktikerverband.ch](https://tierheilpraktikerverband.ch/)) besteht seit 1998, und ich bin der vierte Leiter – sowie der erste Mann in dieser Rolle. Vor mir hatte Nathalie Heuer über 15 Jahre lang die Leitung inne und führte den Verband mit Routine und grossem Können. Von Anfang an war mir bewusst, dass ich nicht einfach in ihre Fussstapfen treten kann und dass mein Ansatz sich in vielen Aspekten unterscheiden wird.

Im Laufe des Jahres hat sich gezeigt, wie wichtig es ist, von Beginn an Veränderungen konsequent anzugehen. Das fordert nicht nur mich, sondern auch den gesamten Vorstand, denn wenn erfahrene Mitglieder den Verband verlassen, entsteht ein Vakuum. Dieses zu füllen, erfordert viel Energie und Aufmerksamkeit. Trotz einer weitgehend stabilen Zusammensetzung im Vorstand war der Start von einem Prozess des gegenseitigen Einfindens geprägt.

Dabei habe ich festgestellt, dass manche Dynamiken oder Herausforderungen erst im Rückblick richtig greifbar werden. Diese zu korrigieren, hat deutlich mehr Energie gekostet, als ich zunächst gedacht hätte. Gleichzeitig bringt der Alltag immer wieder neue Aufgaben mit sich, die schnelle und pragmatische Lösungen verlangen, während sie gleichzeitig langfristige Auswirkungen auf die Zukunft des Verbands haben können.

Wenn ich heute zurückblicke und die Tragweite der Verantwortung reflektiere, frage ich mich manchmal, woher ich den Mut genommen habe, diese Aufgabe anzunehmen. Doch eine wichtige Lektion ist mir besonders klar geworden: Ideen und Visionen allein reichen nicht aus. Ihre Umsetzung ist eine ganz andere Herausforderung – eine, die nur gemeinsam mit dem gesamten Verband und dem Vorstand bewältigt werden kann.

Sommerferien in der Sächsischen Schweiz

**Ich wage mich auf neues Terrain: Ich blogge zum ersten Mal!**

Mein erster Schritt in die Welt des Bloggens, bisher habe ich mich immer wohler dabei gefühlt, meine Gedanken mündlich zu teilen – sei es in Vorträgen oder Schulungen, bei denen ich die Reaktionen und die Resonanz des Publikums direkt miterleben kann. Es ist etwas Besonderes, wenn ein Thema auf offene Ohren trifft, die Zuhörerinnen und Zuhörer spürbar mitreisst, Begeisterung entfacht und einen echten Austausch anregt.

Vielleicht rührt meine Unsicherheit beim Schreiben noch aus meiner Schulzeit, als meine Aufsätze zwar gelesen wurden, aber selten für Begeisterung sorgten. Doch inzwischen habe ich viele Themen, die mir am Herzen liegen und die ich gerne teilen möchte und darum arbeite ich an dieses Thema auf.   
Anstatt mich von den Geistern der Vergangenheit bremsen zu lassen, stelle ich mich ihnen und lasse mich darauf ein, um zu sehen, wohin mich das Schreiben führt.

Deshalb schreibe ich diesen Jahresrückblick und werde ab sofort jeden Monat Gedanken und Erfahrungen teilen – aus meiner Praxis, zu Themen, die mich bewegen, oder auch mit Einblicken in meinen Onlinekurs – und diese veröffentlichen.  
Wenn du Interesse hast, melde dich gerne an und begleite mich auf diesem Weg. Ich bin gespannt, wohin die Schreiberei mich führt!

**Weitere schöne und besondere Momente in 2024**  
  
**Kleine und grosse Auszeiten – Momente der Erholung und Inspiration**

2024 haben wir es geschafft, immer wieder kleine und grosse Auszeiten in unseren Alltag einzubauen. Selbst kurze Wochenenden haben gereicht, um den Rhythmus zu durchbrechen und neue

Drachenfest an der Nordsee

Energie zu tanken. Diese bewussten Pausen haben uns gezeigt, wie wichtig es ist, regelmässig innezuhalten und Kraft zu schöpfen.

Ein ganz besonderes Highlight war unsere Reise zum Drachenfest. Dieses spektakuläre Schauspiel hat uns in seinen Bann gezogen. Die verschiedenen Formen, Farben und die beeindruckenden Flugfähigkeiten der Drachen boten ein Erlebnis, an dem man sich kaum sattsehen konnte. Solche Momente bleiben lange in Erinnerung und machen deutlich, wie viel Inspiration und Freude man aus solchen Auszeiten mitnehmen kann.



Sushi mit Freunden in Wil

10 bis 20 chronologisch sortierte Bilder mit jeweils einer kurzen Bildunterschrift. Schreibe hier: Was ist auf dem Bild zu sehen? Wo warst du da? Mit wem? Was hast du dort gemacht? Achte darauf, dass die Bilder ein einheitliches Format haben, wie z. B. 400 x 600 Pixel. Tipp: Richte deine Bilder mittig aus, das ist meistens besonders harmonisch!

Oder: Schreibe nur Text oder eine Auflistung, ganz ohne Bilder.

**Mein 2024-Fazit**

Was habe ich 2024 über mich selbst gelernt?

Ich habe gelernt, wie gut es mir tut, strukturiert durch die Tage und Wochen zu gehen. Inzwischen plane ich meine Zeit schriftlich im Voraus, damit ich immer im Blick habe, was ansteht – sei es kurzfristige Aufgaben oder längerfristige Projekte.

Lange dachte ich, dass ein strenger Plan meine Kreativität einschränken könnte. Doch das Gegenteil hat sich gezeigt: Diese Struktur gibt mir eine neue Qualität, die ich vorher nicht erwartet hätte. Natürlich war der Weg dorthin nicht immer einfach. Ich habe mehrere Anläufe gebraucht, um dieses System nachhaltig in meinen Alltag zu integrieren, und bin dabei auch mehrfach gescheitert.

Doch das gehört zu grundlegenden Veränderungen dazu. Das Ziel vor Augen zu haben, ist das eine – den echten Nutzen erkennt man oft erst später. Heute bin ich dankbar, dass ich dran geblieben Ein Bild, das draußen, Natur, Baum, Himmel enthält.

Automatisch generierte Beschreibungbin, denn diese Struktur gibt mir Freiheit und Klarheit zugleich.

Was ich noch weiter ausbauen möchte, sind meine regelmässigen Rückblicke auf Wochen, Projekte und Ergebnisse. Diese bewussten Reflexionen würden mir helfen, wertvolle Erkenntnisse aus meinen Erfahrungen zu ziehen und meine Arbeitsweise weiter zu optimieren. Ich bin überzeugt, dass das auch meine Zufriedenheit weiter steigern würde. Soweit habe ich noch keine Routine, aber ich arbeite daran.   
Es ist ein spannender Prozess, immer wieder Neues über sich selbst zu entdecken und dabei Schritt für Schritt den eigenen Weg klarer zu erkennen.

**Was lasse ich im Jahr 2024 zurück und nehme es nicht mit in 2025?**

Ein Bild, das Natur, Höhle, Formgestaltung, Speläothem enthält.

Automatisch generierte BeschreibungDas ist für mich ein entscheidender Faktor. Vor Jahren hat mir eine Coachin ans Herz gelegt: «Wenn du faule Äpfel im Lager lässt, stecken sie die anderen an.»   
Deshalb überlege ich mir immer wieder, was ausgemistet gehört. Und wenn ich im Laufe des Jahres doch wieder zum Schluss komme, dass eine Entscheidung nicht so falsch war, revidiere ich sie und ändere entsprechend.

faszinierende Tropfsteinhöhle

3Faszinierende Tropfsteinhöhle

**Abschied von Ausreden – der Weg zu mehr Klarheit**

Ausblick in der sächsischen Schweiz

2024 habe ich beschlossen, mich endgültig von allen Ausreden zu verabschieden. Sie bringen nichts, ausser Entscheidungen aufzuschieben oder nicht getroffene Entscheidungen zu beschönigen. Statt mir selbst Gründe einzureden, warum etwas nicht klappt, möchte ich Verantwortung übernehmen und klar Position beziehen – auch wenn das manchmal unbequem ist.

Ausreden können wie kleine Stolpersteine wirken, die den Fortschritt bremsen und das eigene Handeln unsichtbar blockieren. Sie schaffen Illusionen, aber keine Lösungen. Für mich bedeutet dieser Schritt, bewusst ehrlicher mit mir selbst zu sein.

Faszinierende Tropfsteinhöhle

Es ist ein Prozess, der Disziplin und Selbstreflexion erfordert. Doch ich bin überzeugt, dass dieser Weg mir mehr Klarheit und Freiheit bringt. Entscheidungen zu treffen – ob gross oder klein – ist der Schlüssel, um meine Ziele zu erreichen und mit meinen Vorhaben voranzukommen.

Keine Ausreden mehr. Dafür mehr Ehrlichkeit, mehr Mut und letztlich auch mehr Erfolg.

**Mein Ausblick auf 2025**

**Ein Bild, das Essen, draußen, Baum, Person enthält.

Automatisch generierte BeschreibungWas ich 2025 anders (besser) mache:**

Frühstück mit Ausblick im Toggenburg

Bei der Erstellung komplexer Therapiepläne ist es mir ein grosses Anliegen, noch effizienter zu arbeiten. Aktuell gibt es Fälle, bei denen ich 2–3 Nächte darüber schlafen muss, um wirklich das Optimum herauszuholen und die bestmögliche Lösung für Tier und Halter zu finden. Besonders bei schwerwiegenden Erkrankungen, die eine schnelle Intervention erfordern, spüre ich den Wunsch der Halter nach einem raschen Beginn der Therapie. Es wäre somit ideal, in solchen Situationen schneller Klarheit zu erlangen und zügig handeln zu können, ohne dabei Abstriche bei der Qualität oder Sorgfalt zu machen. Mein Ziel ist es, sowohl die hohen Ansprüche an eine präzise Diagnostik als auch die zeitlichen Erwartungen zu vereinen, um den besten Start in den Heilungsprozess zu gewährleisten

**Diese Abenteuer erlebe ich 2025**

Dieses Jahr ruft mich mein Herzensland Finnland wieder – ein Ort, der wie kein anderer für mich Ruhe und Erholung bedeutet. Es ist schon einige Jahre her, dass ich zuletzt in dieser überwältigenden Natur war, und der Gedanke an endlose Wälder, glitzernde Seen und die unendliche Weite der Landschaft weckt in mir eine tiefe Sehnsucht.   
Ich freue mich darauf, diese Idee weiterzuspinnen und vielleicht schon bald in die Stille und Schönheit Finnlands einzutauchen, um neue Energie zu tanken und den Alltag für einen Moment hinter mir zu lassen.Ein Bild, das draußen, Landschaft, Baum, Wolke enthält.

Automatisch generierte Beschreibung

Das Bild könnte wirklich in Finland entstanden sein, ist es aber nicht!

**Diese grossen Projekte gehe ich 2025 an**

Weiterbildung für BTS-Mitglieder: Erste Schritte in die Selbstständigkeit

Ich organisiere eine Weiterbildung speziell für Therapeutinnen und Therapeuten, die frisch von der Ausbildung kommen. Der Kurs konzentriert sich darauf, die ersten Schritte in die Selbstständigkeit erfolgreich zu meistern, auf eigenen Füssen zu stehen und den Fokus auf das Wesentliche zu behalten.

Natürlich gibt es Stolpersteine auf diesem Weg – und genau hier möchte ich ansetzen. Durch meine Erfahrungen, sowohl mit den Herausforderungen als auch mit den Erfolgen, kann ich wertvolle Einblicke und Hilfestellungen geben.

In diesem praxisnahen Kurs wird aktiv an verschiedenen Themen gearbeitet. Die Inhalte werden individuell auf die Teilnehmenden abgestimmt, sodass jede\*r konkrete Werkzeuge und Strategien für die persönliche Weiterentwicklung mitnehmen kann

**Mit mir zusammenarbeiten im 2025?**  
  
Die vergangenen Jahre haben mir gezeigt, wie wertvoll es ist, Menschen und Tiere auf ihrem Weg zu unterstützen – sei es über meine Praxis oder online.  
Für alle, die im neuen Jahr gemeinsam mit mir an Gesundheit, Sicherheit und Lebensqualität arbeiten möchten, biete ich verschiedene Möglichkeiten:

* In meinerPraxis [Beat Hug](beat-hug.ch) begleite ich Sie und Ihr Tier mit ganzheitlichen Ansätzen, um Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern.
* Online, bei[Nothelferkurs-Hunde.com](https://nothelferkurs-hunde.com/kontakt/), erhalten Sie praxisnahe und verständliche Kurse, damit Sie für Notfälle bestens vorbereitet sind.

Ich freue mich darauf, Sie im kommenden Jahr bei Ihren Zielen zu unterstützen – persönlich, online oder in Kombination. Lassen Sie uns gemeinsam das Beste für Sie und Ihre Vierbeiner erreichen!

**Mein Motto für 2025:Ein Bild, das draußen, Gras, Pflanze, Gelände enthält.

Automatisch generierte Beschreibung**

Ausblick ist mir wichtig, hier von einem Turm

Das Erlernte mit Beharrlichkeit weiterentwickeln und kontinuierlich an meiner Vision arbeiten.   
  
Es gibt einige Bereiche, in denen ich gerade neue Ansätze umsetze, die mir besonders am Herzen liegen, weil sie auch positiv auf meine Arbeit wirken. Diese Themen erfordern aktuell viel Fokus und Achtsamkeit, da sie Zeit brauchen, um sich zu festigen und zu einer nachhaltigen Gewohnheit zu entwickeln. Ich sehe dies als eine spannende Herausforderung, die nicht nur Disziplin, sondern auch Geduld erfordert, um langfristig positive Veränderungen zu bewirken.