

Wir-Gefühl am Arbeitsplatz?

# Gesund bleiben - im Kopf, im Herzen und im Büro



Florian Wüthrich (links), Wilf Gasser (Mitte) und Moderatorin Katia Aeby

Quelle: Livenet

Was hat Zellgesundheit mit Glauben zu tun? Im Talk mit Psychiater Wilf Gasser und Livenet-CEO Florian Wüthrich geht es darum, wieso es im Büro eine sichere, vertrauensvolle Kultur und manchmal auch einfach ein ehrliches Lachen braucht.

Moderiert von Katia Aeby, füllte sich der Talk im Bistro mit spannenden Gedanken zum Thema «Arbeit und Gesundheit». Anlass war der Tag der offenen Tür in den Büroräumen von Livenet, wo ausserdem noch die Werke [Interaction](#), [Campus für Christus](#), [Compassion](#) und [glowbalact](#) unter einem Dach wirken. Doch hinter den Mauern findet man mehr als nur Arbeitsräume: Es ist ein Ort, an dem Arbeit und christliche Werte ineinander greifen.

«Ich bin dankbar, dass wir uns Momente der Begegnung nehmen», sagt Florian Wüthrich. [Mit dem neuen Bistro](#) als Herzstück ist ein Treffpunkt entstanden, an dem Mitarbeitende verschiedener Organisationen zusammenkommen. «Wenn Arbeit als sinnvoll erlebt und auch gesehen wird, entsteht Wohlbefinden.»

Wilf Gasser blickt als Psychiater und Theologe noch etwas tiefer: «Unsere Psyche lebt auf dem Boden unseres Körpers.» Die Forschung zeige, wie eng körperliche und seelische Gesundheit verbunden sind – Ernährung, Bewegung und Beziehungen seien entscheidend. Doch Gasser mahnt auch zur Gelassenheit: «Take it easy. Niemand muss perfekt sein.»

## **Glaube als Ressource**

Im Gespräch wird deutlich, wie stark der Glaube als Ressource wirken kann – gerade in einer Leistungsgesellschaft, in der viele junge Menschen unter Druck stehen. «Der Glaube beeinflusst, wie wir Herausforderungen annehmen», sagt Gasser. «Er kann hemmen – aber vor allem heilen und Hoffnung geben.»

Der Livenet-Geschäftsleiter ergänzt damit, dass viele eine Sehnsucht nach Gott spüren, weil sie merken, dass die Welt sie nicht erfüllt. Dabei beruft er sich auf eine Studie von Carey Nieuwhof, die ein wachsendes Interesse junger Menschen am Glauben dokumentiert ([s. Podcast-Kanal hier](#)).

## **Wie echte Gesundheit entsteht**

Ob durch Gespräche im Bistro oder den allgemeinen offenen Umgang miteinander – bei Livenet geht es nicht nur um Arbeit, sondern um Leben in Gemeinschaft. «Das Wir-Gefühl ist entscheidend», betont Wüthrich. «Vertrauen und Sicherheit sind die Grundlage. Nur so entsteht echte Gesundheit – im eigenen Körper und im Miteinander.»

Ein inspirierendes Gespräch, auch für das Publikum vor Ort, über hormonelle Balance, Arbeit mit Sinn und geschäftlichem Zusammenhalt – mit inspirierenden Einsichten und einer Prise Humor.

*Zum Talk:*

*Zum Thema:*

[Dossier: Livenet-Talk](#)

[Jesus.ch 2.0, Umbau, Kochshow: Im Jubiläumsjahr offen für neue Wege und Chancen](#)

## [\*Meilensteine aus 25 Jahren: «Jesus ist ein Promi, er verdient eine eigene Website»\*](#)

Datum: 07.11.2025

Autor: Nathalie Bruderer

Quelle: Livenet

Tags

[\*Livenet\*](#)

[\*Gesundheit\*](#)

[\*Christen in der Gesellschaft\*](#)

[\*Beziehungen\*](#)