



Rosmarie Haapala och Elin Falk har tillsammans utformat en ny kur för att råda bot mot stressiga vardagar. Foto: Jennie Einarsson

Här hjälper getter stressade personer att finna lugnet

Publicerad: 19 maj 2023

Författare: Jennie Einarsson

I dagens stressiga samhälle finns det sällan tid för avkoppling, men detta är något som Rosmarie Haapala från Hälsorum Bergslagen och Elin Falk från Kallernäs Getgård vill råda bot på. Nu drar de med gemensamma krafter igång en helt ny typ av hälsokur som ska ge en chans till en lugn stund och återhämtning i vardagen. - Jag har inte hört talas om ett sånt här koncept tidigare, det här är vi nog ensamma om, förklarar Elin.

Elin Falk, som driver mejeri och gårdsbutik i Kallernäs tillsammans med familjen, har märkt av ett stort intresse från folk som hört av sig och velat umgås med djuren på gården – och på så vis väcktes idén om att starta ett helt nytt koncept.

- Jag har funderat på det här med getyoga, som finns på många olika platser i landet, men jag ville testa någonting annat och eftersom att jag och Rosmarie känner varandra sedan tidigare så kontaktade jag henne och undrade om hon ville samarbeta med mig, förklarar Elin.



Fjalar kikar fram bakom knuten, han är avelsbock och far till omkring hälften av det femtiotal getter som finns på gården. Foto: Jennie Einarsson

Tillsammans tog de sedan fram två olika varianter av ett helt nytt koncept där gårdens getter ska bringa lugn och ro i en stressig vardag.

- Den ena varianten heter Get Kur-Stillhet, där man får en avslappningsstund tillsammans med våra getter, de bidrar med en mycket speciell energi. Jag kommer även att berätta lite om getterna och betydelsen de har haft genom tiderna, förklarar Elin och fortsätter:

- Den andra varianten är Get Kur-Magi, som är en lite mer magisk upplevelse där vi kommer att prata om getterna och deras andeväsen för det har också varit en stor del i folktron. I båda kurerna får man även chansen att provsmaka produkter som korv och ost som vi har producerat här på gården.



Trumman som Rosmarie Haapala använder sig av är ett spännande inslag i gethagen. Foto: Jennie Einarsson

Rosmarie Haapala nickar instämmande och förklarar att hon även kommer att bidra med att bland annat spela på trumma.

- Jag kommer att göra någonting magiskt med trumman, så man får trum-healing. Vi kommer även att rena oss med Salvia och kristaller samt att det blir en djupare meditation. Tillsammans med getterna så det blir en speciell upplevelse eftersom att getter är väldigt andliga alla djur, de är väldigt öppna och mottagliga, menar Rosemarie.

- Jag har inte hört talas om ett sånt här koncept tidigare, det här är vi nog är ensamma om, tillägger Elin.



I höhäcken ligger syskonen Molla och Gran, sex veckor gamla. Foto: Jennie Einarsson

Både Elin och Rosmarie har märkt av hur människor idag har blivit allt mer stressade och saknar tid för återhämtning.

- Man jobbar hela dagen, sen kommer man hem och sjunker ner i soffan och sedan händer inget mer. Man fram emot semestern och helgen, då ska man vila ut och sova och hinna med allting, det funkar inte idag. Det är många som är sönderstressade och vi tänker att det här skulle kunna vara ett bra sätt att kunna få uppleva någonting speciellt, någonting annorlunda som är välbefinnande för kropp och själ. Man behöver

återhämtning varje dag men åtminstone några gånger i veckan så att man får balans, förklarar de tillsammans.



Den lilla geten som Elin håller i famnen heter Seradella och är blott två veckor gammal. Foto: Jennie Einarsson

Platserna till kurerna är begränsade. Bokning görs via Hälsorum Bergslagens bokningssida som du hittar [här](#).

[Här](#) kan du läsa mer om Kallernäs Getgård, och [här](#) kan du läsa mer om Hälsorum Bergslagen.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/har-hjalper-getter-stressade-personer-att-finna-lugnet/>