

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt

Chabis & Chopfsalat

Hubelmattweg 51
3634 Thierachern
Schweiz

E-Mail: hello@chabis-chopfsalat.ch

Wichtiger Hinweis zum Podcast

Keine Therapie und kein Ersatz für eine professionelle Behandlung

Die Inhalte dieses Podcasts dienen der **Information, Orientierung, persönlichen Reflexion und als ergänzender Mehrwert**. Sie sollen einen verständlichen Zugang zu Themen rund um die psychische Gesundheit ermöglichen und können als Leitfaden für die Auseinandersetzung mit diesen Themen dienen.

Der Podcast ersetzt keine ärztliche, psychotherapeutische oder sonstige professionelle Behandlung, Beratung oder Diagnostik. Die Inhalte stellen insbesondere keine individuelle medizinische oder psychotherapeutische Empfehlung, Diagnose oder Therapie dar.

Die im Podcast beschriebenen Methoden, Übungen, Empfehlungen und Anregungen sind allgemeiner Natur und können je nach Person unterschiedlich wirken. Es kann nicht zugesichert werden, dass eine bestimmte Methode für eine bestimmte Person geeignet oder wirksam ist.

Personen in laufender Behandlung

Personen, die sich aktuell in einer **ärztlichen, psychotherapeutischen oder sonstigen therapeutischen Behandlung** befinden, sollten Inhalte, Übungen oder Methoden aus dem Podcast **nicht eigenständig in ihre Behandlung integrieren oder ausprobieren, ohne dies zuvor mit ihrer behandelnden Fachperson abzuklären**.

Vor dem Ausprobieren von Inhalten, die einen Einfluss auf die psychische oder körperliche Verfassung haben können, wird eine **ausdrückliche ärztliche bzw. therapeutische Zustimmung** empfohlen bzw. vorausgesetzt.

Die behandelnde Fachperson kennt die individuelle Situation, Diagnose, Medikation, Vorgeschichte und allfällige Risiken und kann deshalb beurteilen, ob eine bestimmte Übung oder Methode im konkreten Einzelfall geeignet ist.

Keine Notfallberatung

Der Podcast ist **nicht für psychische oder medizinische Notfälle** bestimmt und ersetzt keine professionelle Notfallhilfe.

Bei akuten psychischen Krisen, Suizidgedanken, Selbstgefährdung, Fremdgefährdung oder anderen medizinischen Notfällen ist unverzüglich professionelle Hilfe bzw. der zuständige medizinische Notfalldienst zu kontaktieren.

Haftungsausschluss

Die Inhalte des Podcast und dieser Website werden nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Es wird jedoch keine Gewähr für die Richtigkeit, Vollständigkeit, Aktualität oder individuelle Eignung der bereitgestellten Informationen übernommen.

Die Nutzung der Informationen, Übungen, Methoden und Empfehlungen erfolgt grundsätzlich **auf eigene Verantwortung**.

Soweit gesetzlich zulässig, wird jede Haftung für Schäden ausgeschlossen, die direkt oder indirekt aus dem Zugriff auf die Website, dem Anhören des Podcast oder der Anwendung, Umsetzung oder Nichtanwendung von darin enthaltenen Informationen, Übungen oder Empfehlungen entstehen.

Insbesondere wird keine Haftung für gesundheitliche, psychische, körperliche oder sonstige Schäden übernommen, die durch die eigenständige Anwendung von Podcast-Inhalten entstehen.

Zwingende gesetzliche Haftungsbestimmungen bleiben vorbehalten.

Keine individuelle Beratung

Die Kommunikation über die Website, den Podcast, E-Mail, soziale Medien oder andere digitale Kanäle begründet grundsätzlich **kein therapeutisches, ärztliches oder sonstiges Behandlungsverhältnis**.

Fragen oder persönliche Schilderungen von Hörerinnen und Hörern können nicht als Ersatz für eine individuelle fachliche Abklärung oder Behandlung verstanden werden.

Aktualität der Inhalte

Psychologische, medizinische und wissenschaftliche Erkenntnisse können sich verändern und weiterentwickeln. Einzelne Podcast-Folgen können deshalb zu einem späteren Zeitpunkt nicht mehr dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse entsprechen.

Massgeblich für eine individuelle Behandlung oder medizinische Entscheidung ist stets die Beurteilung durch eine entsprechend qualifizierte Fachperson.

Urheberrecht

Die auf dieser Website veröffentlichten Inhalte, insbesondere Texte, Grafiken, Audioinhalte, Podcast-Folgen, Bilder und sonstige Materialien, sind – soweit nicht anders angegeben – urheberrechtlich geschützt.

Die Vervielfältigung, Bearbeitung, Verbreitung oder sonstige Verwertung bedarf der vorherigen Zustimmung der jeweiligen Rechteinhaberin bzw. des jeweiligen Rechteinhabers, soweit sie nicht gesetzlich zulässig ist.

Datenschutz

Informationen darüber, welche personenbezogenen Daten beim Besuch dieser Website und bei der Nutzung unserer Angebote bearbeitet werden, finden sich in unserer separaten **Datenschutzerklärung**.

Stand: 22. August 2026

© 2026 Chabis & Chopfsalat, alle Rechte vorbehalten