

Unsere Veranstaltung zum „Tag der Naturheilkunde“ 2023:

Lebenskraft Natur

Sonntag, den 15. Oktober 2023
Gersprenzshalle, Heinrich-Heine-Straße 16
64839 Münster/Hessen

14.00 – 17.30 Uhr • Eintritt frei!

Herzlich willkommen zum bundesweiten
Aktionstag für die Naturheilkunde

Unser Programm:

14.00 Uhr **Eröffnung und Begrüßung**

Angelika Tank, 1. Vorsitzende NHV Darmstadt

14.30 – **Wasser – seine Bedeutung und unser Umgang
15.30 Uhr mit diesem Element**

Wasser entscheidet über unser Leben und dessen
Qualität

Referentinnen: Petra Heuck (HP) &
Yvonne Staubach (Kräuterfrau)

16.00 – **Mit Achtsamkeit im Wald „Waldbaden“ –
17.00 Uhr viel mehr als nur Spazierengehen!**

– med. anerkannte Methode auch als Gesundheits-
prävention
– Sinne öffnen und schärfen
– Entspannungsmethode zur Stressbewältigung

Referentin: Angelika Tank, Gesundheitsberaterin,
Coach für Waldbaden

14.30 – **Workshop: Kräuter und ihre Bedeutung –
17.30 Uhr wie erkennen und verarbeiten?**

Gestaltet von Mitgliedern des NHV

Info- und Verkaufsstände sowie eine kleine Getränkebar

Veranstalter:
**Naturheilverein Darmstadt
und Umgebung 1884 e.V.**

www.naturheilverein-darmstadt.de

Unsere Literatur zum Jahresmotto

Pflanzen für Körper und Seele

In der Heilbehandlung unserer Volks-
krankheiten gewinnt die Phytotherapie
zunehmend an Bedeutung. Bei zahllo-
sen Erkrankungen regulieren Pflanzen-
wirkstoffe fehlgeleitete Stoffwechsel-
funktionen oder beugen zuverlässig vor.
Entdecken Sie in kompakter Form die
reichen Schätze der Natur und die
Chancen und Grenzen einer Selbst-
medikation.

Auch zu Heilpilzen, Schüßlersalzen,
Homöopathie und Bachblüten finden Sie wertvolle Anwen-
dungshinweise für den Alltag in der ganzen Familie.

DNB Ratgeber, 64 Seiten

Lebensmittel zum Leben

Entdecken Sie die Vielfalt und den
Genuss vollwertiger Lebensmittel,
sie besitzen die „Lizenz zum Heilen“.

Hier finden Sie den roten Faden zur
Orientierung, was Ihnen schadet oder
nützt.

Gesunde oder ausgewogene Ernährung
sind unklare Begriffe, die nicht wirklich
weiterhelfen.

Unabhängig von Diäten erfahren
Sie, welche Lebensmittel mental und
physisch aufbauen und vor Krankheiten schützen können.
Im Grunde ist die Nahrungsaufnahme ein einfaches, natür-
liches Bedürfnis, um leben zu können.

DNB Ratgeber, 64 Seiten

Alle Bücher erhältlich beim Deutschen Naturheilbund eV
(www.naturheilmund.de) oder Ihrem örtlichen
Naturheilverein.

Der jährliche „Tag der Naturheilkunde“ ist eine Initiative
des Deutschen Naturheilbundes.

www.naturheilmund.de

5,00 €



5,00 €



TAG DER NATURHEILKUNDE

Bundesweite Aktionstage

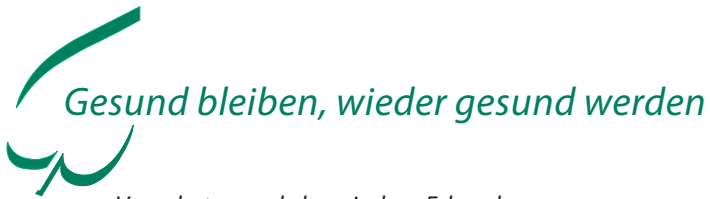
So. 15. Okt. 2023
Naturheilverein
Darmstadt und
Umgebung 1884 e.V.

Lebenskraft Natur



Wir laden Sie herzlich ein!

INFO + PROGRAMM



Gesund bleiben, wieder gesund werden

Von akuten und chronischen Erkrankungen,
aktuelle Beispiele aus der Praxis

Wie sagten die Alten früher schon? „Hilf’ dir selbst, dann hilft dir Gott.“ Wie recht sie doch hatten. Aber wer hätte gedacht, dass dieses Sprichwort heutzutage wieder erneut bzw. immer mehr an Bedeutung gewinnt? Im arabischen Sprachraum weiß man: „Vertrau’ auf Allah (Gott), aber binde dein Kamel an.“ Selbst im römischen Bereich kursiert der Spruch: „Fortes fortuna adjuvat“, was so viel heißt, wie, „dem Tüchtigen/Mutigen hilft das Glück.“

Es geht immer darum, dass sich Gott eben nicht ständig um alles kümmern kann. Deshalb hat er uns (allen) ein Hirn mitgegeben. Der Trend lässt aufhorchen. Beschäftigten sich 1992 noch knapp über 5 Prozent der Deutschen einmal wöchentlich mit aktiver Gesundheitsvorsorge, so waren es 2021 immerhin über 78 Prozent. Doch die junge, klassische Medizin will der jahrtausendalten Naturheilkunde den Hahn ein für alle Mal abdrehen, während die Nachfrage nach natürlichen Verfahren weiter ansteigt. Mündige Patienten wollen heute wissen, welche Faktoren immer mehr krank machen, und wie sie sich davor am besten schützen können. Ob Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Gicht, hohe Cholesterinwerte, Rheuma usw. Es gibt viele natürliche Möglichkeiten zur Linderung chronischer Beschwerden. Zur Heilung kann es aber nur kommen, wenn die Patienten das selbst wollen. Es sind lediglich Anweisungen, quasi Ratschläge, die Therapeuten Patienten geben können. Aber heilen kann sich nur der/die Einzelne selbst. Mein Tipp: Nur so viel wie nötig Schulmedizin und dafür so viel als möglich Naturheilkunde. Also, sei selbst aktiv, dann wird dir auch geholfen.

Wir, vom Deutschen Naturheilbund (DNB), stehen dir mit Rat und Tat zur Seite.“

Mit herzlichen Grüßen, Horst Boss,

Vorsitzender wissenschaftlicher Beirat DNB
Präsidiumsmitglied DNB



Aktionstagsthema 2023:

Lebenskraft Natur

Hast du dich auch schon mal gefragt: „Weshalb bin ich überhaupt krank? Warum hat es jetzt gerade **m i c h** getroffen?“ Wo man hinhört, immer mehr Menschen sind krank. Fragt man nach, „wie geht es dir“, dann bekommt man in der Regel die Antwort: „danke, gut“. Die Frage ist nur: „Mit oder ohne Blutdruck-, Cholesterin-, Blutzucker-, Harnsäuresenker, Schmerzmittel, Antidepressiva?“

Früher waren die Menschen arm, hatten wenig zu essen. Jetzt haben wir zwar alles im Überfluss, trotzdem sind die Wartezimmer brechend voll. Kein Wunder. Längst werden in der Nahrung wichtige Stoffe rausgezüchtet. Viele Nährstoffe sind nur noch wenig bis gar nicht mehr enthalten, dafür immer mehr Zusatzstoffe. Das ist ein Riesenproblem, mit der Folge, dass der Organismus lange Zeit, unterschwellig und zuerst unmerklich, immer mehr unterversorgt ist. Mit oft fatalen Folgen.

Wer weiß schon, dass zum Beispiel Diabetes mell. Typ II aufgrund eines Magnesiummangels entstehen und eine Insulinresistenz mit Chrom positiv beeinflusst werden kann? Auch die Zusammenstellung der Nahrung spielt bei Diabetes eine große Rolle.

Wer denkt schon daran, dass eine therapeutische Dosis Magnesium bei Herzrhythmusstörungen ebenfalls sehr hilfreich sein und manche chemische Keule ersetzen kann?

Seit Jahren schlagen die Universitäten Zürich und Maastricht Alarm. In den Böden findet man nur noch wenig Selen. Das essentielle Spurenelement ist u.a. für die Funktion der Schilddrüse enorm wichtig. Zudem ist Selen ein enorm starkes Antioxidans.

Die Chance, irgendwann in der Rheumaecke zu landen, ist riesengroß. Dabei fehlen manchmal lediglich Vitamine, bestimmte Fettsäuren und Co.

