

Unser „Tag der Naturheilkunde“

Leitthema: Der Natur und dem Leben vertrauen

Sonntag, 12. Oktober 2014

Kunsthhaus K22

Altenhöfer Weg 22, 61440 Oberursel

10.00-16.30 Uhr

Eintritt frei!

*Herzlich willkommen zum
siebten bundesweiten Tag der Naturheilkunde!*

- 10.00 h **Begrüßung und Einführung**
Christoph Wagner (NHV Taunus), Kelkheim
- 10.15 h **Das Qi stärken – mehr Energie mit traditioneller
chinesischer Medizin**
Dr. med. Hein Reuter, Bad Homburg
- 11.15 h **Resilienz: Seelische Widerstandskraft fördern**
Dipl.-Psych. Cornelia van den Hout,
Coach (IHK) und Sexualtherapeutin, Oberursel
- 12.15 h **Ayurvedische Gewürze kennenlernen
und fürs Zubereiten von Speisen benutzen**
Wolfgang Herr, Oberursel
- 13.30 h **Fitnessprogramme, die Spaß machen**
Andrea Gies, Bewegungstrainerin und
Gesundheitscoach, Kelkheim
- 14.00 h **Reizdarm – dem Rätsel auf der Spur:
Erkenntnisse und Empfehlungen**
E. Hapke-Leitner, Heilpraktikerin, Oberursel
- 15.00 h **Tanz für das Immunsystem:
Energien für den Herbst mobilisieren**
Claudia Bady (HP), Tanztherapeutin, Oberursel
- 16.00 h **Feldenkrais: sanfte Bewegung für mehr
Beweglichkeit (Übungen im Sitzen)**
Sigrid Krautstein, Oberursel
- ca. 16.30 h **Abschluss**

Außerdem: Broschüren, Infos, Zeitschriften sowie
vollwertige Kuchen und Gourmet-Gemüse

 **Naturheilverein Taunus**
Geschäftsstelle: c/o Sigrid Krautstein
Mainstr. 7a • 61440 Oberursel • Tel. 06171/20 60 708
www.nhv-taunus.de • info@nhv-taunus.de

Der Naturheilverein Taunus

gibt Impulse zur ganzheitlichen Prävention für Körper, Geist und Seele. Er wurde am 9. Juli 2014 von 18 Mitgliedern in Oberursel gegründet. Die Gründungsmitglieder (siehe Bild) stammen u.a. aus Kelkheim, Oberursel, Königstein und Bad Homburg. Der neunköpfige Vorstand, ein Team aus Laien und Therapeuten, treibt die Vereinsentwicklung voran.



Ziel des NHV Taunus ist es, die Gesundheitskompetenz von Mitgliedern und Gästen zu stärken und über naturheilkundliche Optionen, vor allem im Bereich Hilfe zur Selbsthilfe, zu informieren. Dies kann z.B. in Form von Vorträgen, Workshops und Exkursionen geschehen. Dabei sollen nicht nur Beschwerden und Krankheiten, sondern auch Lebensfreude, Geschmacks- und Naturerlebnisse, Humor und andere positive Aspekte im Mittelpunkt stehen. Wir wollen uns gegenseitig und durch qualifizierte externe Beratung weiterbilden und uns für die Naturheilkunde in ihren vielen Facetten (Ernährung, Bewegung, Entspannung, Lebensbalance, Wasser, Kräuter u.v.m.) engagieren.

Unterstützt wird der NHV Taunus wie mehr als 50 weitere Naturheilvereine bundesweit vom traditionsreichen Dachverband Deutscher Naturheilbund eV (www.naturheilbund.de).

Lernen Sie uns kennen – am Tag der Naturheilkunde oder/und an einem unserer monatlichen NHV-Stammtische. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. „Schnuppergäste“ sind herzlich willkommen!

Naturheilverein Taunus

Vorstand: Christoph Wagner (Kelkheim), Dr. med. Hein Reuter (Bad Homburg), Sigrid Krautstein (Oberursel), Dipl.-Psych. Cornelia van den Hout (Oberursel), Dr. Anneli Müller (Oberursel), HP Claudia Bady (Oberursel), Claus-Peter Racky (Kelkheim), Andrea Schulte-Herr (Oberursel), Wolfgang Herr (Oberursel)

 **TAG DER
NATURHEILKUNDE**
Bundesweite Aktionstage
Wir laden Sie ein!

So. 12. Oktober 2014
Naturheilverein
Taunus

Thema 2014:

*Der Natur
und dem Leben
vertrauen*

INFO + PROGRAMM

Urvertrauen in die Regulation der Natur

Unsere Natur aus stetem Forschungsdrang verbessern zu wollen, lässt das Vertrauen in ihre Selbstregulationskräfte schwinden; wir lassen uns leicht von Augenblickserfolgen begeistern, die nicht selten korrigiert werden müssen. Das Vertrauen in die natürliche Heilkunde dagegen beruht auf Erfahrungen, die seit Menschengedenken tief verwurzelt sind und deren medizinische Wirksamkeit durch Nachforschungen zunehmend bestätigt werden.

Die Regeln der Natur verstehen zu lernen sicherte uns Menschen das Überleben. Mit unserem Jahresmotto 2014 „Der Natur und dem Leben vertrauen“ möchten wir an das Vertrauen in die Heilkräfte der Natur erinnern und wo es verloren ging, wieder herstellen. Kein Therapeut kann Heilwunder vollbringen, seine Aufgabe ist es, die natürlichen Heilkräfte zu wecken und den Patienten auf die Heilung vorzubereiten und zu begleiten.

Hippokrates, der weise Arzt der Antike erkannte es: „Medicus curat, Natura sanat“ – der Therapeut hilft, die Natur heilt. Dem konnte Hildegard von Bingen hinzufügen: „Aber der Mensch darf seiner Heilung nicht im Wege stehen“. Und Prießnitz, der Begründer der neuzeitlichen Naturheilkunde wusste aus Erfahrung mit vielen tausend Patienten: „Der Natur folgen und nichts erzwingen. Sie müssen Geduld haben! Der wahre Arzt wohnt im Menschen selbst.“

Pflegen Sie dieses Vertrauen und besuchen Sie die Veranstaltungen Ihres Naturheilvereins, Sie werden die einfachen Grundwahrheiten immer wieder bestätigt finden. Machen Sie die beglückende Erfahrung, sich der Natur und dem Leben zu öffnen und anzuvertrauen. Es ist nie zu spät!

Willy Hauser

Willy Hauser, Heilpraktiker
Präsident des Deutschen Naturheilbundes eV



Aktionsthema 2014:

Der Natur und dem Leben vertrauen

Der bundesweite „Tag der Naturheilkunde“ widmet sich 2014 der Heilkraft aus der Natur.

Das Potenzial der Naturheilkunde, ihre Therapien und ihre Wirksamkeit gewinnen eine herausragende Bedeutung. Doch zu oft gerät in Vergessenheit, was wir der preiswerten, verlässlichen „Naturmedizin“ verdanken.

„70 Prozent der Krankheitskosten entstehen in unserem Land durch chronische Leiden, die mit Naturheilverfahren oft effektiver behandelt werden können als mit den konventionellen Methoden“, berichtet die Ärztin Prof. Dr. med. Karin Kraft, Inhaberin des Lehrstuhls für Naturheilkunde an der Uni Rostock. Im Mutterland der Naturheilkunde werden diese Ressourcen zu wenig genutzt.

Warum Naturheilkunde?

- Naturheilkunde schützt – sie besitzt das höchste Präventions-Potenzial und sie heilt – ursächlich, nachhaltig und nicht symptomatisch.
- Naturheilkunde leistet einen wirksamen Beitrag als Therapie der ersten Wahl bei den zunehmenden Volkskrankheiten und kann die Kosten reduzieren.
- Die Naturheilkunde von heute steht auf wissenschaftlich anerkanntem Fundament, sie erschöpft sich nicht als Alternative zur Schulmedizin, sie bestätigt sich selbstbewusst als erfolgreiche Erfahrungsheilkunde.



Diesen Natur-Heilkräften können wir vertrauen:

Wasser schenkt uns preiswert Vitalität und Gesundheit, seine Heilkraft entsteht aus thermischen Reizen, es reguliert den Stoffwechsel, den Säure-Basen-Ausgleich und wirkt als Träger pflanzlicher Substanzen bei Wickeln und Auflagen.

Bewegung liegt in unserer Natur und heilt aus eigener Kraft; als Prävention oder als Therapie stärkt sie unser Leistungsvermögen und Wohlbefinden – in jedem Alter.

Ernährung spendet uns als Mittel zum Leben natürliche Energie, sie schützt und heilt wirksamer als jedes Medikament bei vielen ernährungsabhängigen Krankheiten.

Pflanzenwirkstoffe regulieren fehlgeleitete Stoffwechselfunktionen und beugen zuverlässig vor; die Selbstmedikation gewinnt zunehmend an Bedeutung.

Die **Lebensbalance** ist die ordnende Kraft bei mentaler Erschöpfung, sie führt aus Depression und Burnout und liefert neue Energien. Ordnung im Leben wirkt gegen die Ausbreitung psychosomatischer Erkrankungen.

Die **Naturheilkunde** ist eine gesellschaftlich erneuernde Kraft, in der Bevölkerung genießt sie ein hohes Vertrauen, in den Naturheilvereinen wird sie gelebt.

Die **Ratgeber-Reihe „Naturheilkunde schützt und heilt“** des Deutschen Naturheilbundes begleitet Sie fachlich auf dem Weg zu Ihrer persönlichen Gesundheitsreform! Lassen Sie sich von erfahrenen Therapeuten dazu anleiten.

Fotos: Fotolia, privat

Besuchen Sie die Veranstaltungen Ihres Vereins zum **TAG DER NATURHEILKUNDE**