



Naturheilgesellschaft Stuttgart eV

Mitglied im Deutschen Naturheilbund eV

PROGRAMM

HERBST 2019

VERANSTALTUNGEN

VORTRÄGE



Die Pflanzen.
Die Heilkraft.
Der Saft.



Sonst nichts.

Verbessert
natürlich die
Fettverdauung.

Schoenenberger®
Nurreiner
Heilpflanzensaft
Artischocke

Traditionelles pflanzliches
Arzneimittel



Mehr über Bio-Anbau und
Verarbeitung der 34 Sorten auf:
www.schoenenberger.com

Nurreiner Heilpflanzensaft Artischocke · Wirkstoff: Artischockenblütenknospen-Presssaft · Anw.:
Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden aus-
schließlich aufgrund langjähriger Anwendung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die
Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. W. Schoenenberger Pflanzensaftwerk GmbH
& Co. KG · 71106 Magstadt · www.schoenenberger.com · Ein Unternehmen der Salus-Gruppe

TERMINKALENDER

Veranstaltungen HERBST 2019

Datum	V	Thema	Seite
7./8. Sept.	V	130 Jahre DNB, Jubiläumskongress in 75245 Neulingen, Schloss Bauschlott	6
Sa. 21. Sept.		Kräuterekursion mit Christel Ströbel	7
Fr. 27. Sept.	V	Aktionstag Naturheilkunde, 2 Vorträge Thema: Die Heilkraft der Bewegung	8 – 9
Fr. 18. Okt.	V	Hydrotherapie – Wickel u. ihre Wirkungsweisen	11
So. 03. Nov.	V	Zu Gast beim Naturheiltag des NHV Esslingen	12
Fr. 15. Nov.	V	Therapie bei Kopfschmerz und Migräne	13
Fr. 29. Nov.	V	Achtsamkeit eröffnet ein neues Leben	15

Empfehlungen zur Mitgliedschaft

16 – 19

V = Vortrag – Änderungen vorbehalten, Info unter www.naturheilgesellschaft.de

Unser Veranstaltungsort in Stuttgart-West



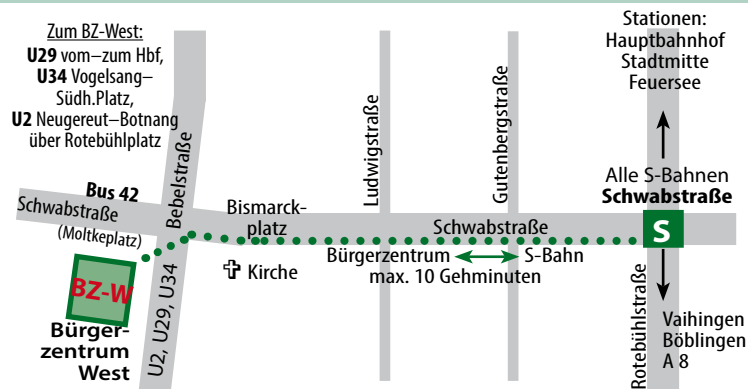
Bürgerzentrum West, 1. Stock
Bebelstraße 22, Ecke Bebel-/ Schwabstraße
im Zentrum des Stadtbezirks West.

Gut erreichbar:
Stadtbahn U2, U29, U34, Buslinie 42.
Für Autofahrer: Parkmöglichkeit in der
Tiefgarage (ab 19 h ermäßigt).

S-Bahnstation „Schwabstraße“: ●●●●●
Ausgang Richtung Bismarckplatz (nur 8 –
10 Gehminuten zum Bürgerzentrum West).

Ab 19 Uhr günstiger Abendtarif (3,- €) in der Tiefgarage (Einfahrt Schwabstraße),
deshalb beginnen hier unsere Vorträge in der Regel um 19.30 Uhr.

BZ-W = Bürgerzentrum West, 1. Stock, Bebelstr. 22, 70192 Stuttgart



Unsere Geschäftsadresse:

Charlottenstraße 23, 70182 Stuttgart
(bei Naturheilpraxis Carolin Hacker)

Mail: info@naturheilgesellschaft.de
www.naturheilgesellschaft.de
Vereinsregister: VR 6413

1. Vorsitzender: Alois Sauer
In den Ziegelwiesen 21, 71229 Leonberg
Tel.* 07152 - 90 38 10, Fax - 90 38 11
Mail: info@naturheilgesellschaft.de

Vereinskonto: Für Mitgliedsbeiträge und Spenden:
IBAN: DE05 6005 0101 0008 9805 17
BIC: SOLADEST600 (BW-Bank)

Unsere Gläubiger-Identifikationsnummer lautet: DE53ZZZ00000474897
Die Naturheilgesellschaft Stuttgart eV. ist wegen Förderung der öffentlichen Gesundheitspflege als gemeinnützig anerkannt. Spenden und Beiträge sind steuerbegünstigt.

***) Bitte beachten Sie:** Wir arbeiten **ehrenamtlich** für unseren Verein.
Bei Telefonaten sind wir nicht ständig erreichbar wegen Berufstätigkeit oder Wahrnehmung anderer Aufgaben. Bitte haben Sie deshalb Geduld und benutzen Sie den **Anrufbeantworter oder E-Mail**.
Danke für Ihr Verständnis!

WICHTIG:

Vorträge und Kurse der Naturheilgesellschaft Stuttgart vermitteln gesundheitsinteressierten Laien Spezialkenntnisse zur praktischen Selbsthilfe. Bei uns lernen Sie wirksame Therapien, erfahrene Therapeuten und geeignete Naturheilmittel kennen.

Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen setzt eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus und geschieht eigenverantwortlich.
Die Angebote ersetzen keine akuten Behandlungen.

Für die Teilnahme an allen Veranstaltungen übernimmt die Naturheilgesellschaft Stuttgart eV keine Haftung.
Die Inhalte der Vorträge und Seminare liegen in der Verantwortung unserer Referenten.

Zu den Vorträgen ist keine Anmeldung erforderlich!

Aktuelle Programmhinweise / Änderungen finden Sie unter www.naturheilgesellschaft.de

Den Inserenten danken wir für ihre Förderung unserer gemeinnützigen Arbeit und empfehlen sie Ihrer Aufmerksamkeit!

Naturheilkunde vermitteln – ohne Vereine geht es nicht!

Lesen bildet, aber lesen allein macht noch nicht gesund. Sich kundig machen, wie die Natur heilt verlangt nach Beteiligung aller Sinne: Hören, sehen, schmecken, riechen, tasten und üben, darüber sprechen, hinterfragen und lernen. Das sind die Prozesse, um Gesundheit zu erhalten, Krankheit zu verstehen und zu heilen. Das Ergebnis ist die so wichtig gewordene gesundheitliche Selbsthilfe oder Gesundheitskompetenz.

Naturheilkunde ist im Gegensatz zur Schulmedizin nicht ausschließlich ein akademisches Lehrfach sondern praktizierte und geübte Volksmedizin. Ihre Therapievelfalt zu erschließen verlangt, sich mit allen Sinnen damit zu befassen. Wer bietet diese Kompetenz vor Ort? Natürlich unsere Naturheilvereine!

- *Das Zusammentreffen mit Gleichgesinnten,*
- *das Lernen von erfahrenen Therapeuten,*
- *das Basiswissen über geeignete Naturheilmittel,*
- *der Erfahrungsaustausch,*
- *das Umsetzen geübter einfacher Anwendungen bei sich und in der Familie,*
- *die kontinuierliche Begleitung durch verständliche Fachliteratur – das alles bietet nur der VEREIN!*

Dieses Engagement ist unterstützenswert: Durch Ärzte und Therapeuten als Referenten mit Vorträgen und Workshops und durch Mitglieder, die ihm die Treue halten, die angebotenen Veranstaltungen besuchen und ihrem Verein dabei ehrenamtlich helfen.

Damit möchte ich erneut auf das gemeinnützige Engagement der Naturheilgesellschaft Stuttgart hinweisen. Als Teilnehmer unserer Veranstaltungen lernen Sie in Vorträgen wirksame Therapien, erfahrene Therapeuten und geeignete Naturheilmittel kennen. Bringen Sie Bekannte, Familie oder Freunde mit.

*Naturheilkunde ist der menschliche Anteil in der Medizin!
Helfen Sie, ihn zu erhalten und zu fördern.*

Ihre Naturheilgesellschaft Stuttgart eV
Alois Sauer, 1. Vorsitzender

JUBILÄUMSKONGRESS

130 JAHRE DEUTSCHER NATURHEILBUND eV



Sa. 7. + So. 8. September Festwochenende im Schloss Bauschlott

Es erwarten Sie hochkarätige Vorträge rund um Naturheilkunde und Gesundheit, Aussteller, Kunst und kulinarische Köstlichkeiten.

ORT: Schloss Bauschlott

am Sitz des Deutschen Naturheilbundes

Am Anger 70, 75245 Neulingen-Bauschlott

Busverkehr von Pforzheim Hbf/Busbahnhof nach Neulingen-Bauschlott, Haltestelle Schloss: Sa. stündlich, So. zweistündlich

Aus dem PROGRAMM

Samstag ab 13 bis 18 Uhr, Sonntag ab 10 bis 17 Uhr.

An beiden Tagen insgesamt 25 Vorträge und Workshops im Marstall (Großer Schloss-Saal) und im DNB-Seminarraum:

Erleben Sie namhafte Referenten sowohl aus den Gremien des DNB, wie auch Gastreferenten zu den Themen: Gesundheitspolitik, Umwelt, Ernährung, Wasser, Phytotherapie, Stoffwechselkrankheiten, Impfen, Erkrankte Zähne, zur Säure-Basen-Balance, zu Strophantin als Herzmedikament, zur Positiven Psychotherapie und Möglichkeiten wie Grenzen der Selbstbehandlung.

Eintritt zu den Vorträgen pro Tag: 5,- €/Mitglieder, 10,- €/Gäste.

Weitere Angebote:

An beiden Tagen Gesundheitssausstellung mit breitem Angebot. Am ‚Tag des offenen Denkmals‘ (So.) Führungen durch Schloss und Schlosspark, Blaskonzerte des Musikvereins Bauschlott. Das Schloss-Café erwartet Sie im wunderschönen Ambiente drinnen wie draußen mit Kuchen, Speisen und Getränken. Eine Galerie für zeitgenössische Kunst und eine Buchhandlung mit Publikationen des Verlagshauses J. S. Klotz bieten ausgewählte Werke.

Detailliertes Programm unter: www.naturheilbund.de

Wilde Kräuter, wilde Samen

TERMIN:

Sa. 21. Sept.
14 – 16 Uhr

Referentin:
Christel Ströbel

Ort:
Wartberggelände
am Killesberg

Gebühr:
Gäste 25,- €
Mitgl. 20,- €



Christel Ströbel

Am Wartberg vereint sich Natur pur mit moderner Geländegestaltung. Hier gibt es zahlreiche Mauern und Treppen, die noch aus der Zeit stammen, als hier der Weinanbau den Gebietscharakter prägte. Schattenbereiche mit kleinen Wasserstellen bereichern die Landschaft nicht nur optisch, sondern hier haben sich Schattenpflanzen, die das Feuchte lieben angesiedelt.

Unsere Kräuterwanderung führt uns den Wartberg hinunter. Auf diesem Weg wachsen unzählige unserer heimischen Heilkräuter, die hier seit Jahrzehnten verwurzelt sind. Jetzt im September tragen viele Kräuter reife Samen. Und das ist ein ganz besonderes Erlebnis, denn sie schmecken sehr unterschiedlich und haben für uns wertvolle Inhaltsstoffe.

Die Genialität der Natur ist absolut faszinierend. Sicher verpackt machen sich die Samen auf den Weg. Sie fliegen mit dem Wind, heften sich an Kleidung, „explodieren“ wenn die Sonne sie kitzelt, lassen sich von Schuhsohlen und Tierpfoten weitertragen ...

Ich lade Sie ein diese reiche Kräuterwelt mit mir zu erkunden. Durch fühlen, riechen und schmecken können Sie die Kräuter mit allen Sinnen erfahren und vor allem später auch wiedererkennen. Denn unsere „wildern“ Heilkräuter zu essen ist nicht nur sehr gesund, sondern auch sehr schwäbisch. Sie wachsen einfach in Hülle und Fülle, kosten nichts und sind absolute „Superfoods“.

ANMELDUNG

bei Christel Ströbel, Tel. 0711-477 432 05
info@christel-stroebel.de

Treffpunkt:

Am Naturfreundehaus Steinbergle am Killesberg,
Stresemannstr. 6, 70191 Stuttgart
ÖPNV: U6, U7, U15, Bus 43 (ab Hbf), S-Bahn Nordbahnhof

Die Gebühr von 20,- bzw. 25,- € ist bei Beginn am Treffpunkt zu zahlen.

BEWEGUNG liegt in unserer Natur

Bewegungsaktive Menschen sind ausgeglichen, können Stress abbauen und bleiben gesünder. Alterskrankheiten aus Bewegungsmangel können sich nicht entwickeln.

(Aus Bayer. Ärzteblatt 11/2018):

Neuaustrichtung der Sportmedizin fordert:

Sporttherapie sollte immer zusätzlich zu einer medikamentösen Therapie verordnet werden – analog einem Medikament. Oft sind Trainingseinheiten von zweimal zehn Minuten täglich ausreichend.

Intensivierung körperlicher Aktivität als Bestandteil der Therapie bei metabolischen, kardiovaskulären und Tumor-Erkrankungen. Individuell auf das Krankheitsbild und Belastungsstatus abgestimmt.

Ziele der kontrollierten Sporttherapie: Anregung der Selbstheilungskräfte, Verbesserung der Lebensqualität, der Symptome und der Prognose.

(ZEIT-ONLINE / Analyse von Lydia Klöckner):

BEWEGUNG ist eine Arznei gegen viele Krankheiten, frei von Zusatzstoffen und vorbeugend gegen Leiden.

SPORT ist das bessere Psychopharmakon: körperliches Training kann bei Depressionen medikamentöse Therapien unterstützen oder sie ersetzen.

BEWEGUNG bringt die Gedanken in Fluss und weckt den Lebenswillen – schon im antiken Griechenland bekannt.

SPORT durchblutet das Gehirn und kann vorbeugen vor Gedächtnisschwäche und Demenz.

Praxis und Kompetenz im DNB-Ratgeber

Heilen aus eigener Kraft

Damit der Einstieg in das persönliche Bewegungsprogramm gelingt, werden die ersten Schritte text- und bildreich erläutert. Hier finden Sie praktische Anleitungen zum Selbstprobieren, Empfehlungen bei Erkrankungen und Tipps für den Gesundheitssport.

Nur 5,- € am Vereins-Infotisch
– solange Vorrat reicht!



AKTIONSTAG FÜR DIE NATURHEILKUNDE



Motto 2019:

„Die Heilkraft der Bewegung“

Eintritt frei!

ORT: Bürgerzentrum West, 1. Stock

Bebelstraße 22, 70193 Stuttgart

Parkhaus im Gebäude, Haltestellen U2, U29, U34, Bus 42

Fr. 27. Sept. – PROGRAMM

17:30 Saalöffnung, Einladung zum Besuch unserer Infotische

18:00 Eröffnung

Alois Sauer, 1. Vors. Naturheilgesellschaft Stuttgart e.V.

Vortrag: Die Heilkraft der Bewegung

Kennen Sie ein Heilmittel, das Stress abbaut und die Spanne gesunder Lebensjahre verlängert? Es kostet nichts und wirkt garantiert! Gesundheitsfördernde Bewegung hat in der Naturheilkunde einen herausragenden Stellenwert. Ob zur Prävention oder als Therapie: In der Bewegung liegt eine Kraft, die Krankheiten besiegt und Freude macht!

18:45 Ehrung für 20jährige Mitgliedschaften

anschließend Pause mit Gelegenheit die Infotische zu besuchen, Gebäck und Getränke werden angeboten.

19:30 Gesundheits- und Reha-Sport in Stuttgart

Ein ‚bewegender‘ Vortrag mit Antje Schoknecht, zertifizierte Trainerin für Gesundheitssport. Damit der Einstieg in das persönliche Bewegungsprogramm gelingt, erhalten Sie nicht nur einen Überblick für geeignete Bewegungsvorschläge, Sie können durch einfache Mitmach-Angebote gleich eigene Erfahrungen sammeln. Über die aktive Prävention hinaus erhalten Sie Einblicke, wie Reha-Sport die medizinischen Behandlungen unterstützt und betriebliche Gesundheitsförderung die Leistungsfähigkeit erhält. Zur Teilnahme ohne Vorkenntnisse und in jedem Alter empfohlen. Mehr Info: www.gesundheitssport-stuttgart.de

DIABETES? ZUM ZAHNARZT GEHEN!



Ganzheitliche
Zahnmedizin

Dr. med. univ. Budapest
Edith Nadj-Papp M. A.

Wussten Sie schon?

Komplette Vollkeramik-Implantatversorgungen auch für Diabetiker an nur einem Tag:

- Kaputter Zahn raus
- Vollkeramik-Implantat rein
- Schöne Krone darauf

Ihr Vorteil:

- Sofort frei sprechen
- Sofort strahlend lächeln
- Sofort gut aussehen

Ganzheitliche Zahnmedizin
Sanft – Natürlich – Schön



Marktstraße 16 - Ditzingen - Ortskern
Tel. 07156 - 8155
www.praxis-ganzheitliche-zahnmedizin.de

Anwendung heilsamer Wickel

TERMIN:

Fr. 18. Oktober
19.30 Uhr

Referentin:
Sybille Galgen-
müller

Ort:
Bürgerzentrum
West, 1. Stock
Bebelstraße 22

Eintritt:
Gäste 5,- €
Mitgl. 3,- €

Unsere Literatur-
empfehlung:
**Wasser, Wickel
und Auflagen**
Herausgeber: DNB
5,- € am Vereins-
Infotisch



Die Heilkraft des Wassers entfaltet sich in vielerlei Anwendungsmethoden. Die Beispiele werden Sie begeistern. Ideal insbesondere für junge Familien.

Ein Fachvortrag der Firma
Retterspitz für interessierte Laien

Es werden die typischen Wickel-Anwendungen und ihre Wirkweisen erläutert und nach der Besprechung der Inhaltsstoffe werden als Beispiele auch einige Wickel angelegt. Das Zusammenspiel von Wickel und Massage (Salben und Muskelroller) wird vorgestellt. Auch weitere bewährte Produkte kommen zur Sprache und werden mit Fallbeispielen belegt.

Die Teilnehmer erfahren wissenswertes über die unterstützende Wirkung von Wickelzusätzen, über geeignete Textilien mit Wickel-Demonstration, Besprechung und Anwendung der Retterspitz-Cremes und die Erläuterung der physikalischen Wirkung von Retterspitz *Innerlich* mit Verkostung.

Wann wird Retterspitz *Äußerlich* empfohlen?

- Bei schmerzhaften Schwellungszuständen nach endo- und gefäßprothetischer Versorgung, nach operativer Nachversorgung bei Frakturen des Ober- bzw. Unterschenkels, bei Weichteileingriffen an der Schulter,
- bei Verletzungsfolgen, Bänderdehnung, Zerrung, Distorsion, Regeneration bei Sportverletzungen, Hämatomen und Schwellungszuständen an den Gelenken,
- bei Entzündungen und Fieber,
- bei Chronischer Polyarthrit, aktivierter Arthrose, weichteilrheumatischem Schmerz- und Fibromyalgiesyndrom,
- bei Milchstau und Mastitis und bei Ödemen.

Jeder Teilnehmer erhält ein ausführliches Informationspaket zur anschließenden eigenen Vertiefung und ein kleines Produktgeschenk!

Ein wichtiger Beitrag zur naturheilkundlichen Selbsthilfe.

Tag der Naturheilkunde beim Naturheilverein Esslingen

TERMIN:

So. 03. Nov.
10 – 18 Uhr

Ort:
Osterfeldhalle
Esslingen-
Berkheim

Köngener Str. 51

Eintritt zum Vor-
tragsprogramm:
Gäste 8,- €
Mitgl. 5,- €

Ausstellung /
Infostände frei!

Motto: Die Heilkraft der Bewegung

- Ein Tag mit interessanten Gesundheitsvorträgen,
- mit einer großen Ausstellung rund um die Themen Gesundheit und Wohlbefinden,
- für Speisen und Getränke ist gesorgt.

*Ausführliches Programm unter
www.naturheilverein-esslingen.de
Die Mitglieder und Freunde der Naturheilge-
sellschaft Stuttgart sind herzlich eingeladen!*

Weißdorn

Arzneipflanze des Jahres 2019



Der Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde an der Universität Würzburg hat den Weißdorn zur Arzneipflanze des Jahres 2019 gewählt.

Der positive Effekt ist nach wissenschaftlichen Erkenntnissen auf sekundäre Pflanzenstoffe zurückzuführen. Sie wirken sich unter anderem positiv auf die Pumpkraft des Herzens aus. So wird die Durchblutung der Herzkranzgefäße und des Herz-

muskels gesteigert, indem die Produktion des gefäßerweiternden Botenstoffs Stickstoffmonoxid stimuliert und der Abbau gehemmt wird. Die roten Beeren werden im Herbst reif und sind essbar. Das Fruchtfleisch hat allerdings roh eine mehlig Konsistenz. Erst verarbeitet im Kompott, Gelee, Saft und Sirup entfalten die Früchte ihr angenehm süß-säuerliches Aroma. Sie werden gerne mit anderem Obst wie Äpfeln und Quitten kombiniert. Weißdornbeeren sind reich an Vitamin C, Provitamin A und Pektin.

Heike Kreutz, www.bzfe.de www.klostermedizin.de

Kopfschmerz und Migräne

TERMIN:

Fr. 15. Nov.
19.30 Uhr

Referent:
Thomas Bezler

Ort:
Bürgerzentrum
West, 1. Stock
Bebelstraße 22

Eintritt:
Gäste 5,- €
Mitgl. 3,- €



Thomas Bezler
Naturheilpraxis
Kelterstraße 56/2
71394 Kernen-Rommelshausen
Tel. 07151-944 7897
www.thomas-bezler.de

– ursächliche und naturheilkundliche (Selbst-)Behandlung

Im **Vortrag** werden die Entstehung und ursächliche Behandlung erläutert und bewährte homöopathische und pflanzliche Arzneien, Bewegungsübungen und weitere effiziente Hilfen zur Selbsthilfe vermittelt. In einem Praxisteil werden Akupunkturpunkte an Kopf und Körper (sog. Nah- und Fernpunkte) aufgezeigt. Die Teilnehmer erhalten ein Übungsblatt mit wichtigen Akupressurpunkten für die Umsetzung zuhause.

Der Referent Thomas Bezler ist Heilpraktiker, Sportlehrer, Ernährungsberater und Hypnotherapeut und Autor des Buches „**Leben ohne Kopfschmerz und Migräne**“, er kennt die Krankheit aus eigener Erfahrung seit seinem 13. Lebensjahr. Hier hat er sein Wissen aus 25 Jahren Betreuung von Kopfschmerz- und Migräne-Patienten veröffentlicht.

Inhalte:

Für Betroffene: Ursachen und Auslöser auf körperlicher und seelischer Ebene, Anti-Kopfschmerz- und Migräne-Ernährung, Bewegungsübungen für die Wirbelsäule, Akupressur, Homöopathie inkl. Symptomrubriken, Heilpflanzen, Entspannungstechniken, Schlafhilfen, Nahrungsergänzung, alternative Schmerzmittel u.a.m.

Für Therapeuten zusätzlich: Akupunkturkonzepte (Kopfschmerz, Migräne, Clusterkopfschmerz, Trigeminusneuralgie u.a.), Neuraltherapie, Manuelle Therapie, Lymphdrainage, Irisdiagnose u.a.m.



Das naturheilkundliche Anwendungsbuch für Patienten und Therapeuten – Hilfe zur Selbsthilfe

„Ein gesunder Zahn ist die Basis, um Ihre Gesundheit in Balance zu bringen.“



Zahn ganzheitliche heilkunde
Dr. Steinbach & Kollegen

Schwerpunkte
Ganzheitliche Zahnmedizin, Parodontologie, Prophylaxe

Uhlbacher Straße 10 70329 Stuttgart-Obertürkheim
Telefon 0711.91 89 57-0 Fax 0711.91 89 57-57
www.ganzheitliche-zahnarztpraxis.com
info@ganzheitliche-zahnarztpraxis.com



Machen Sie sich kundig, wie die Natur heilt
Werden Sie
Naturheilkunde-Berater/in DNB®
Der Lehrgang über naturheilkundliches Basiswissen für Alltag und Beratungspraxis.

Unsere ärztlich geleitete **Original-DNB®**-Ausbildung umfasst vier Präsenz-Wochenenden, Prüfungstag und Selbstlernphasen, Zeitrahmen ca. 5 Monate.
Die Lehrgangsg Gebühr inkl. umfangreichem Material beträgt 775 €.

Termine, mehr Info und Anmeldung:
Deutscher Naturheilbund eV
Am Anger 70 • 75245 Neulingen • Tel. 07237-48 48 799
info@naturheilbund.de • www.naturheilbund.de

Achtsamkeit eröffnet ein neues Leben

TERMIN:

Fr. 29. November
19.30 Uhr

Referentin:
Gertrud Lehner-Laiß

Ort:
Bürgerzentrum
West, 1. Stock
Bebelstraße 22

Eintritt:
Gäste 7,- €
Mitgl. 5,- €



Gertrud Lehner-Laiß,
Ernährungsberaterin
Gesundheistreff
TuWas!
Bietigheimer Straße 16
74379 Ingersheim

Tel. 07142-77 34 52
www.gesundheits-
treff-tuwas.de

Kleine Schritte – große Wirkung

Achtsamkeit eröffnet neue Möglichkeiten, alte Muster abzulegen und neue Perspektiven zu entwickeln.

Achtsamkeit hilft, neu zu beginnen, wir lernen dadurch zu agieren anstatt zu reagieren. Achtsamkeit hat eine heilsame Wirkung bei Stress, Ängsten, chronischen Erkrankungen. Sie kann auch helfen, sich zu einem bewussteren Umgang mit belastenden Emotionen zu führen.

In diesem wichtigen Vortrag erläutert Frau Lehner-Laiß u.a. Zusammenhänge von Achtsamkeit und Dankbarkeit. Sie geht Fragen nach: Was bedeutet Achtsamkeit für jeden einzelnen von uns? Welche positiven Veränderungen können wir durch Achtsamkeit herbeiführen? Frau Lehner-Laiß verrät ihre Lieblings-Achtsamkeitsübungen für den Alltag, durch die sie Missgeschicke, z.B. einen Treppensturz, vorbeugt.

Sie zeigt auch, wie wir mit kleinen Schritten die Macht der Gewohnheiten bewusst verändern können. Durch Achtsamkeit können wir lernen, unseren Lebensweg neu und positiv, in Freude und Dankbarkeit zu lenken.

Zum Ausklang des Abends dürfen Sie einige Kostproben aus dem „TuWas! Kochimpulse“-Kochbuch der Referentin als gesunde Köstlichkeiten genießen. Die leckeren Kostproben sind im Eintrittsbeitrag enthalten.

Unser Programm „1. Halbjahr 2020“ erscheint im Januar 2020

Ab Dezember bereits unter www.naturheilgesellschaft.de

Sanft und ganzheitlich!

BKK ProVita – bis zu 500 € für Homöopathie & Osteopathie

Neben Bestleistungen für Homöopathie und Osteopathie erstattet die BKK ProVita für ihre Versicherten im Rahmen des Bonusprogramms auch den Mitgliedsbeitrag der Naturheilgesellschaft Stuttgart e. V..

Wechseln Sie jetzt zur BKK ProVita – Die Kasse fürs Leben.
www.bkk-provita.de

kostenfreie Servicenummer: 0800/6648808

BKK ProVita

Naturheilkunde – der menschliche Anteil in der Medizin

Bei uns finden Sie Antworten auf Ihre Gesundheitsfragen. Für Laien verständlich führen wir Theorie und Praxis, Therapeuten und Patienten zusammen. In Vorträgen, Seminaren/Kursen und anderen Veranstaltungen informieren wir über

Aktive Prävention – also Vorbeugung und **Vermeidung** von Krankheiten, weil passives Nachschauen nicht reicht;

Ganzheitlichkeit – Diagnostik und Therapie aus ganzheitlichem Ansatz, um ursächlich und **nachhaltig** zu heilen (Einheit von Körper-Geist-Seele);

Naturheilkunde – mit natürlichen Verfahren die **Selbstheilungskräfte** fördern, auch aus der Sicht anderer medizinischer Hochkulturen.

Dieses Gesundheitsbildungskonzept überzeugt und ist einzigartig in Stuttgart! Wir arbeiten mit praxiserfahrenen Therapeuten zusammen, dadurch erhalten unsere Teilnehmer verständliche Antworten auf ihre Gesundheitsfragen.

Naturheilgesellschaft Stuttgart eV
unabhängig – gemeinnützig – engagiert – für Sie!

„Naturarzt“ und „DNB-impulse“ für unsere Mitglieder:



Die wichtige naturheilkundige Meinung in Gesundheitsfragen

Jeden Monat praxisnahes und laienverständliches Naturheilkundewissen – ein Kompendium von bleibendem Wert und ein Argument mehr für Ihre Mitgliedschaft!

Enthalten in der **PREMIUM-Mitgliedschaft** mit monatlicher Lieferung der Zeitschrift „Naturarzt“ einschließlich eingetragtem Verbandsmagazin „DNB-impulse“.

Unser Verbandsmagazin und Mitgliederorgan „DNB-impulse“:



Naturheilkunde im Rhythmus der Jahreszeiten

Vierteljährlich berichten in einer 16seitigen Ausgabe Ärzte, Heilpraktiker und Experten über naturheilkundliches und angewandtes Heilwissen, weiterer Themenkreis:

- Für Anerkennung der Naturheilverfahren im Gesundheitswesen,
- mit kritisch-konstruktiven Stellungnahmen zur Gesundheitspolitik,
- mit Nachrichten aus dem Vereins- und Verbandsgeschehen.

Enthalten in der **BASIS-Mitgliedschaft** mit vierteljährlicher Lieferung.

Unser Programm „1. Halbjahr 2020“ erscheint im Januar 2020

Ab Dezember bereits unter www.naturheilgesellschaft.de

WERDEN SIE MITGLIED

in der Naturheilgesellschaft Stuttgart eV

GEMEINNÜTZIG - ENGAGIERT - UNABHÄNGIG - EHRENAMTLICH

IHRE VORTEILE:

• Bei uns lernen Sie wirksame Therapien, erfahrene Therapeuten und geeignete Naturheilmittel kennen.

Durch Ihren Mitgliedsbeitrag

- besuchen Sie unsere Veranstaltungen zu ermäßigten Preisen,
- erhalten Sie je nach Mitgliedskategorie monatlich den „Naturarzt“ oder vierteljährlich das Verbandsmagazin „DNB-impulse“,
- informieren wir Sie über unser Vereinsprogramm,
- fördern und stärken Sie die Anliegen der Naturheilkunde in der Organisation des Deutschen Naturheilbundes (gegr. 1889).

Wählen Sie Ihre Mitgliedschaft unter 2 Mitglieds-Kategorien aus:

• PREMIUM-Mitgliedschaft

Jahresbeitrag 60,- € (monatlich 5,- €);

- mit monatlicher Lieferung der Zeitschrift „Naturarzt“
- mit eingehaftetem Verbandsmagazin „DNB-impulse“
- und Vereinsprogramm.

• BASIS-Mitgliedschaft

Jahresbeitrag 36,- € (monatlich 3,- €),

- mit vierteljährl. Lieferung des Verbandsmagazins „DNB-impulse“
- und Vereinsprogramm.

Mitgliedschaften sind unsere Arbeitsbasis.

Mit dem Aufnahme-Antrag (rechts) tun Sie den ersten Schritt!

WICHTIG! Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung (§13 der DS-GVO) zum Aufnahme-Antrag:

Die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung von personenbezogenen Daten erfolgt nach den Richtlinien der EU-weiten Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO). Im Aufnahmeantrag werden für die Betreuung und Verwaltung der Mitglieder erforderliche Daten erhoben. Ihre Nutzung beschränkt sich auf den Vereinszweck und sind Dritten nicht zugänglich. Die Bankdaten werden für den Einzug der Mitgliedsbeiträge verwendet, die Postadresse für die Zustellung der Vereinsinformationen (Programmhefte, Einladungen, etc.). Für die Zustellung der Mitgliederzeitschrift erhält der Dachverband DNB die Postadresse. Beruf, Geburtsdatum, Mail-Adresse, Telefon/Fax sind freiwillige Angaben, die ausschließlich für eine direkte Kommunikation der Vereinsverwaltung und dem Mitglied verwendet werden. Mir ist bekannt, dass ich diese Einwilligungserklärung jederzeit widerrufen kann. Verantwortlich für den Datenschutz im Verein ist der Vorstand nach § 26 BGB.



AUFNAHME-ANTRAG

für die Naturheilgesellschaft Stuttgart eV

PREMIUM-Mitglied, einschl. Ehe-/Lebenspartner, Kinder bis 18 J. **Jahresbeitrag 60,- €** (mit monatlich „Naturarzt“ und „DNB-impulse“)

BASIS-Mitglied, einschl. Ehe-/Lebenspartner, Kinder bis 18 J. **Jahresbeitrag 36,- €** (mit vierteljährlich „DNB-impulse“)

ab Monat: **OKTOBER, beitragsfrei Okt. – Dez. 2019!**

Name, Vorname: _____

Beruf: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____

Plz., Ort: _____

Telefon / Fax: _____

E-Mail: _____

Ich/Wir gestatte(n) Ihnen die **Abbuchung des Jahres-Beitrags** (im SEPA- Lastschriftverfahren) bis auf Widerruf von meinem/unserem Konto: (Wir bitten diese Zahlungsweise zu bevorzugen!)

IBAN: DE _____

Name der Bank: _____

Ich überweise selbst jeweils bis Ende Februar eines Jahres.

Die Monate Oktober bis Dezember 2019 sind als Prämie für Neumitglieder beitragsfrei!

Ich habe die Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung (Seite 18) gemäß Informationspflicht nach §13 der DS-GVO gelesen und akzeptiere diese.

Datum: _____ Unterschrift: _____

WICHTIG: Sie erhalten nach Anmeldung eine schriftliche Bestätigung mit Vereins-Satzung und Mitgliedsausweis.

Der Jahresbeitrag wird erstmals im Februar 2019 fällig.

Selbstzahler bitte jeweils im Februar unaufgefordert überweisen.



Diesen Antrag bitte absenden an die

Naturheilgesellschaft Stuttgart eV

Fax: 07152 - 90 38 11

oder per Post an:

A. Sauer, In den Ziegelwiesen 21, 71229 Leonberg

NATÜRLICH GESUND



Buchweizen

Die glutenfreie Alternative
von Clémence Catz

€ [D] 12,80 · ISBN 978-3-7750-0761-0



Die 12 besten essbaren Pionierpflanzen

bestimmen, sammeln und zubereiten
von Dr. Markus Strauß

€ [D] 9,80 · ISBN 978-3-7750-0779-5



Notfall-Apotheke aus und in der Natur

Die einfache Outdoor-Soforthilfe
Wetterfeste Klappenbroschur im
praktischen Postkartenformat!

von Dipl.-Biol. Armin Bihlmaier und
Dr. med. Susanne Bihlmaier

€ [D] 10,- · ISBN 978-3-7750-0790-0

NEU im Juli 2019!



Tomatenrot + Drachengrün

antikrebs-aktiv und abwehrstark
von Dr. med. Susanne Bihlmaier

€ [D] 24,- · ISBN 978-3-7750-0630-9

Bestseller in der 6. Auflage!