

## DNB-Jahrestagung 2016 in Ilshofen

# Herausforderungen gemeinsam bewältigen



## Was uns bewegt

Liebe Mitglieder,

in dieser Ausgabe unserer Beilage berichten wir über die Versammlung, zu der Ihr Dachverband die Delegierten und Vorstände der Naturheilvereine am 19. März eingeladen hatte. Dort informiert regelmäßig die Verbandsführung über das vergangene Jahr und wagt einen Blick in die Zukunft, rege Diskussionen schließen sich an und Beschlüsse werden gefasst.

Die Versammlung am 19. März verlief jedoch anders. Wo sonst Präsident, Vorstands- und Präsidiumsmitglieder die gewählte Verbandsführung repräsentierten, beschränkte sich dieses Mal laut gesetzlicher Verfügung die Verantwortung auf eine einzige Person – auf mich, den amtlich berufenen allein vertretungsberechtigten Vorstand Alois Sauer. Die Vorgeschichte möchte ich hier zusammenfassen:

Ein Mitglieds-Verein klagte gerichtlich, dass die vorausgegangene Bundesversammlung 2015 nicht satzungsgemäß abliefe und die Wahl des Präsidenten ungültig sei. Das Gericht gab dieser Klage statt und stellte damit die gesamten Beschlüsse und Handlungsfähigkeit des gewählten Vorstandes in Frage.

Dieser untragbare Zustand wurde mit Hilfe anwaltlicher Beratung rasch überwunden. Auf Antrag und mit meiner Einwilligung wurde ich von dem für den Verband zuständigen Amtsgericht Mannheim zum vertretungsberechtigten Vorstand des



Ein Teil der Teilnehmer/innen der DNB-Jahrestagung.

DNB ernannt. Dazu qualifiziert erschien dem Gericht meine Vergangenheit als langjähriges DNB-Präsidiumsmitglied, Vorsitzender der Naturheilgesellschaft Stuttgart und viele von Ihnen werden sich an diverse Projekte für den DNB erinnern, die ich ehrenamtlich beisteuerte.

Dieser „Job“ war nicht mein Traum! Aber in einer so schwierigen Situation den Verband im Stich zu lassen, war unvorstellbar. Als „Laien-Historiker“ kenne ich den DNB, seine faszinierende Geschichte, seine bewundernswerten Leistungen und die ehemalige gesundheitspolitische Bedeutung seit seiner Gründung vor 127 Jahren. Zwei Weltkriege konnten ihn nicht zerstören, verdiente Persönlichkeiten haben ihn geführt, ein eigenes Naturheilkrankenhaus aus Mitgliedsspenden wurde erbaut und vieles mehr. Sie können die einzigartige Geschichte auch auf unserer Verbands-Homepage nachlesen.

Meine Aufgabe ist es, in einer erneut einzuberufenden Bundesversammlung die

Neuwahlen zum Vorstand und Präsidium zu organisieren. Ich selbst stehe aus Altersgründen nicht mehr zur Wahl. Ich appelliere aber an unsere ehrenamtlichen Funktionsträger in den Vereinen: Sehen Sie eine moralische Pflicht, dem Verband mit Rat und Tat aktiv zur Seite zu stehen; die naturheilkundliche Laienbewegung wird seit 150 Jahren von überzeugten Idealisten getragen – auch in unserer Zeit, in Ihrem Verein und in Ihrem Verband.

Lassen Sie sich von der gegenwärtigen Situation nicht beängstigen. Ich bitte Sie, verehrte Leser, liebe Mitglieder und Vereinsaktive, beteiligen Sie sich am Ausbau Ihres Naturheilbundes. Neben den gelungenen Projekten in den vergangenen Jahren stehen neue Aufgaben an, die auf engagierte Menschen warten. Unsere Zukunft liegt im Gestalten, nicht nur im Verwalten.

In diesem Sinne grüßt Sie herzlichst

Alois Sauer  
Vertretungsberechtigter Vorstand  
Deutscher Naturheilbund eV

# Rückblick Jahrestagung Ilshofen 2016



Die beiden „Grandseigneurs“ des DNB im Gespräch (Willy Hauser u. Alois Sauer, v.r.)



Prof. Karin Kraft fesselt ihre Zuhörer mit spannenden Ausführungen zu den Möglichkeiten der Phytotherapie.

Mit Spannung erwartet wurde von den Delegierten der Beginn der diesjährigen DNB-Jahrestagung, denn durch die turbulenten Entwicklungen standen viele Fragen im Raum.

Von 9.00 bis 16.00 Uhr berichtete der derzeitige geschäftsführende Vorstand Alois Sauer von den Geschehnisse und Entwicklungen des letzten Jahres. Ein neues Marketing-Konzept mit Internet-Auftritt und den erweiterten Mitgliedernachrichten „DNBimpulse“ geben dem Deutschen Naturheilbund ein attraktives und werbewirksames Auftreten in der Öffentlichkeit.

Alois Sauer erläuterte auch die außergewöhnliche derzeitige Situation und forderte die Delegierten auf, sich aktiv an der Bildung der neuen Verbandsspitze zu beteiligen. Beschlüsse und Wahlen werden Ende Juni auf einer außerordentlichen Bundesversammlung in Frankfurt nachgeholt (Herzliche Einladung hierzu folgt im nächsten DNB-aktiv Juni 2016).

Eintauchen in das Aktionstagsthema 2016 konnten die Delegierten am Samstag Nachmittag beim Pilotvortrag unseres DNB-Ehrenpräsidenten Willy Hauser: „Resilienz – Die Heilkraft der mentalen Stärke“. Mit großem naturheilkundlichen Sachverstand und viel Herz und Menschenkenntnis, erläuterte Hauser gewohnt souverän, wie Menschen trotz großer Belastung gesund bleiben können.

Wie die Durchführung des Aktionstages vor Ort gelingt, erläuterte anschließend Alois Sauer, der als Initiator des „Tags der

Naturheilkunde“ die Aktionstagsarbeiten jedes Jahr seit deren Start im Jahr 2008 federführend leitet. Die teilnehmenden Naturheilvereine erhalten – wie gewohnt – Flyer und Plakate mit individuellem Vereineseindruck in der gewünschten Zahl kostenfrei vom Deutschen Naturheilbund. Die Zentralveranstaltung, auf der der Deutsche Naturheilbund mit einem Stand



Der Vorsitzende des Freundeskreises Mutlangen Harald Welzel berichtet über den DNB-Beitritt seines Vereins.

teil nimmt, wird in diesem Jahr beim NHV Schwäbisch Hall statt finden. Der Verein feiert gleichzeitig am 22. Oktober sein 70jähriges Jubiläum.

Der Sonntag stand ganz im Zeichen hochkarätiger und spannender Vor- und Beiträge. Den Auftakt machte die DNB-

Vize-Präsidentin Prof. Dr. Karin Kraft mit ihren Ausführungen zur „Phytotherapie bei Harnwegsinfektionen“. Hierbei ging Prof. Kraft auch auf die Problematik der stark zunehmenden Resistenzen gegen Antibiotika ein. „Wir haben unser Ultima-  
Ratio-Medikament verloren“ zitierte sie den Amerikaner Neil Fishmann (US today 2010). Prof. Kraft stellte wirksame phytotherapeutische Alternativen vor, die bei einfachen Harnwegsentzündungen eine Alternative zu Antibiotika darstellen können.

Anschließend begeisterte unser Gastreferent Prof. Dr. Jörg Spitz mit seinen Ausführungen zum Vitamin D, bzw. dem vorherrschenden Mangel daran. Um ausreichend versorgt zu sein, wäre ein regelmäßiges, zeitlich begrenztes Sonnenbad – unbekleidet – in der Mittagszeit notwendig. Da jedoch die wenigsten Menschen dies umsetzen können, empfehle er, den Vitamin D-Spiegel im Blut kontrollieren zu lassen und gegebenenfalls zu substituieren.

Zum Abschluss der Tagung gab es noch einen Höhepunkt: Fragen an den Wissenschaftlichen Beirat stellen zu können, wird immer wieder gerne in Anspruch genommen. Wo und wann steht uns sonst ein solches geballtes Wissen an naturheilkundlicher Erfahrung zu Verfügung? Unter Leitung des HNO-Spezialisten Dr. Karl-Heinz Frieze gab der Wissenschaftliche Beirat des DNB ausführliche Antworten auf alle Anliegen der Teilnehmer.

Sabine Neff  
Leitung DNB-Bundesgeschäftsstelle

# Impressionen Jahrestagung Ilshofen 2016



Der neue Vorstand des NHV Viernheim, Weinheim u. Umg. stellt sich vor (Manfred van Treek, Ingelore Bonfert)



Gute Laune und Bewegung im Saal bei Lockerungsübungen  
Tagungsbilder: Sandra Vieth



Die Pausen dienen der Stärkung und dem Austausch



Die DNB-Mädels waren gefragt

## Nach acht Jahren Teilnahme schon Tradition

# NHV Göppingen auf Vita-Well-Messe



„Kann denn die Naturheilkunde auch wirklich heilen?“ fragten die Besucher am Stand des NHV Göppingen. Mit einigen kleinen Beispielen gelang es, die Besucher darauf hinzuweisen, wie es früher war, zum Beispiel „Was hat die Oma oder die Mutter gemacht bei Ohrenscherzen?“ „Zwiebelsäckchen“. Oder was bei Zahnscherzen geholfen hat: „Gewürznelke“.

Und das alles ohne Nebenwirkungen. So kam es, dass ich von einem Herrn, ca. 50 Jahre, angesprochen wurde „Sagen Sie mir doch, wie ich meine Pfunde los werden kann und was ist eine gesunde Ernährung?“. Schlagfertig, wie ich nun einmal bin, habe ich eine Gegenfrage gestellt: „Was essen Sie, wie oft haben Sie Bewegung?“ Seine Antwort: „Wissen Sie, ich

arbeite in einer Klinik und sitze viel, esse unregelmäßig und von Bewegung kann keine Rede sein.“ Am Schluss unseres ausführlichen Gesprächs stellte sich heraus, dass dieser Herr ein Professor einer namhaften Klinik ist. Trotz allem erhielten wir von dem lieben Herrn ein außerordentliches Lob für unsere Arbeit und sein letzter Satz war für mich wie Öl: „Wenn ich könnte, wie ich wollte, wäre ich bei euch dabei, aber mir sind die Hände gebunden und nun hätte ich gerne die sechs Broschüren von der Naturheilkunde.“

Viele solcher Erlebnisse haben wir schon in den acht Jahren erlebt. Was uns jedoch gefreut hat: Sechs neue Mitglieder konnten gewonnen werden, die der Arbeit der fleißigen Standbetreuer zu verdanken sind.

*Peter Hippler  
NHV Göppingen*

## Angebot im Mai für unsere Mitglieder

## Telefonsprechstunde mit naturheilkundlichen Therapeuten

Die Gesundheit ist unser kostbarstes Gut. Wenn Sie oder ein naher Verwandter sich krank fühlen, wünschen Sie sich medizinische Hilfe. Es gibt viele Informationen von schulmedizinischen Behandlungen, aber nur wenige über naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten.

Am Telefon sitzen bei uns erfahrene Heilpraktiker, Ärzte und Fachärzte aus unseren Vereinen bzw. dem wissenschaftlichen Beirat, die praktische medizinische Versorgung am Patienten in Krankenhäusern oder Praxen leisten. Unsere Therapeuten empfehlen Ihnen aus dem Bereich der Naturheilverfahren, was aufgrund ihrer Erfahrung sinnvoll und Erfolg versprechend ist und eine gute Kosten-Nutzen-Relation hat. Die Beratung ist unverbindlich. Bei allen Beratungsgesprächen gilt selbstverständlich die allgemeine Schweigepflicht.

Die telefonische Beratung und Einholung einer zweiten Meinung ersetzt jedoch nicht die körperliche, medizinische Un-

tersuchung, um eine genaue Indikation/Diagnose zu erstellen. Es ist vielmehr als erste Hilfestellung und Information zu Krankheiten, Symptomen und medizinischen Erkrankungen vorgesehen. Auch ersetzt es nicht den Anruf bei einem Notfalltelefon oder in akuten Notfällen.

Die Beratung ist eine Hilfestellung für Menschen, die eine unabhängige und persönliche Beratung zu medizinischen oder psychosomatischen Problemen wünschen.

### Wie hole ich mir Rat ein?

Als Mitglied eines Naturheilvereins oder als Direktmitglied des Deutschen Naturheilbundes schreiben Sie eine Mail an die Bundesgeschäftsstelle unter:

[dnb-sprechstunde@naturheilbund.de](mailto:dnb-sprechstunde@naturheilbund.de) oder rufen Sie uns an unter Tel. 07231/4629282 und schildern kurz Ihr Anliegen.

Unsere Therapeuten rufen Sie Mittwochs zwischen 17.00 und 19.00 Uhr zurück.

*Dr. Wolfgang May*

## Am Therapeuten-Telefon im Mai



**Christian Hilse**  
M.Sc. Heilpraktiker

**Schwerpunkte:**  
Naturheilkunde, Psychosomatik, PTBS, Phobien, Nervenheilkunde, Hypnose



**Dr. rer. nat. Klaus Zölter**  
Heilpraktiker, Diplom-Physiker

**Schwerpunkte:**  
Gesamte Naturheilkunde

## Wildkräuter-Exkursion des NHV Spechbach

Dieses Frühjahr begeisterte Birgit Berner (Dipl. Köchin, Hotelfachfrau u. Absolventin der Heilpflanzenschule Freiburg) 23 Kräuterentdecker mit ihrem kompetenten Fachwissen, ungewöhnlichen Rezeptvorschlägen, netten Anekdoten und Gedichten über die heimischen „jungen Wilden“.

Der krönende Abschluss war ein exzellentes Picknick im Wald mit heißem Wildkräuter-Tee, leckerem Wildkräuter-Pesto, Frischkäse und Senf auf frischem Baguette.

*Beate Wawrin*  
NHV Spechbach

## Vortrag in Bad Nauheim

### Sind Sie hochsensibel?

Claudia Lange, Kinesiologin und Hypnose-Coach aus Bad Nauheim, hielt beim Naturheilverein Bad Nauheim-Bad Vilbel einen Vortrag zum Thema „Sind Sie hochsensibel?“ – Sie beruhigte die zahlreich erschienenen meist selbst betroffenen Zuhörer/innen: „HSP (= hochsensible Person) zu sein ist keine Krankheit!“ Diese Menschen hätten als Kind oft gehört: „Was bist du so sensibel! Sei nicht so empfindlich! Bei ihnen sei die Reizschwelle stark herabgesetzt und sie benötigten länger, um Eindrücke zu verarbeiten und wieder zur Ruhe zu kommen.“

Geprägt wurde der Begriff „HSP = High Sensitive Person“ durch die amerikanische Psychotherapeutin Elaine N. Aron. 1990 hat diese ein Buch darüber veröffentlicht. Sie ging davon aus, dass extrem hohe Empfindlichkeit bei Menschen und Tieren vererbt würde. 15 bis 20 Prozent wären betroffen. Nach einer aufregenden Situation würde sich die HSP langsamer beruhigen, der Cortisol-Spiegel sich langsamer abbauen. Sie reagierte empfindlicher auf Lärm, Geräusche, Gerüche, Wärme, Kälte, Helligkeit, Kaffee, Alkohol und Medikamente. Anschließend sprach Lange über hilfreiche Maßnahmen für die Betroffenen und stellte praktische Übungen vor: Wichtig wäre es, sich Wissen über HSP anzueignen und sich selbst zu akzeptieren, für Rückzugsmöglichkeiten (Wohlfühlorte!) zu sorgen, eigene Stressmuster zu verstehen, auf Atem und Körperempfindungen zu achten, sowie Stressbewältigungs-Methoden zu lernen. Außerdem auf ausgewogene Ernährung mit häufigen Mahlzeiten achten und viel Wasser trinken. Claudia Lange wörtlich: „Hochsensible haben besondere Gaben, viel Potential, sich weiter zu entwickeln. Die Gesellschaft braucht sie! Sie müssen ihr Verhalten nur in den Bereichen ändern, wo es sie selbst stört oder belastet.“

*Joachim Pollmar*  
NHV Wetterau

## Impressum

### Herausgeber & Redaktionsanschrift:

Deutscher Naturheilbund eV  
Christophallee 21  
75177 Pforzheim  
Tel. 072 31/4 62 92 82  
E-Mail: [info@naturheilbund.de](mailto:info@naturheilbund.de)  
Internet: [www.naturheilbund.de](http://www.naturheilbund.de)

### Redaktion:

Alois Sauer (Verantw.)  
Sabine Neff