

## Außerordentliche Bundesversammlung wählt neues Führungsteam

# Deutscher Naturheilbund blickt zuversichtlich in die Zukunft

Wie groß das Interesse an einer qualifizierten Weiterführung des Dachverbandes ist, zeigte sich auf der außerordentlichen Bundesversammlung Ende Juni in Frankfurt: Zahlreich waren die Delegierten der Naturheilvereine angereist und bei den Wahlen gab es insgesamt mehr Kandidaten als Ämter.

Rechts im Bild das am 25. Juni gewählte Führungsteam: Manfred van Treek, Dr. Bernhard Weber, Nora Laubstein, Alois Sauer, Willy Hauser, Prof. Karin Kraft, Ursula Gieringer, Gert Dorschner, Cornelia Bornhäußer, Karl-Heinz Duftrin, Dieter Neutzling, Wilma Körner (v.l.) *Bericht siehe nächste Seite*



## Was mich bewegt

Liebe Mitglieder,

„Es wächst zusammen, was zusammen gehört“, sagte mir dieser Tage ein befreundetes Vereinsmitglied nach meiner Wahl zum Präsidenten des Deutschen Naturheilbundes. Ich beziehe das auf das neue DNB-Führungsteam insgesamt. Dass die Wahl zum Präsidenten so überwältigend war und mit großer Erleichterung von den Delegierten aufgenommen wurde, löste bei mir in Kenntnis der Aufgaben, die zu lösen sind, eher verhaltene Freude aus.

Dieses Ehrenamt ist kein Minijob. Schon gar nicht, solange nutzlose Altlasten zu erledigen und daraus resultierende Veränderungen nicht dauerhaft gelöst sind. Gleichzeitig denken wir nach über Innovationen, wie wir als kompetente Organisation für die Verbreitung der Naturheil-

kunde besser wahrgenommen werden. Unser Naturheilbund war einmal das anerkannte Kompetenz- und Impulszentrum der großen Naturheilbewegung. Die Autoren der einst eigenen Zeitschrift „Der Naturarzt“ hatten zugleich Funktionen in der Verbandsführung; ihr Bekenntnis zum DNB führte bei den Mitgliedern zur Identität mit dem Verband und seinen Vereinen. Das waren gute Zeiten.

Naturheilkunde hat ein hohes Sympathiepotenzial in der Bevölkerung. Gleichwohl ist es eine Minderheit von nur wenigen Prozent, die sich für ihre Gesundheit selbst verantwortlich fühlen und sich für Naturheilverfahren interessieren. In den Vereinen erleben wir hautnah das Missverhältnis zwischen Aufwand und Werbung für unsere Veranstaltungen und der in der Regel oft nur bescheidenen Teilnahme.

An dieser Stelle möchte ich den Vorständen und Aktiven in unseren Vereinen ganz herzlich danken für ihren Einsatz und die ungezählten Stunden für ihr Ehrenamt! Als Kollege unter Ihnen weiß ich, dass der schönste Dank darin besteht, wenn viele Besucher zu unseren Veranstaltungen kommen und wir neue Mit-

glieder begrüßen dürfen. Ich appelliere an alle Leser dieser Zeilen: Unterstützen Sie Ihren Naturheilverein durch aktive Mitarbeit und häufige Beteiligung an den Veranstaltungen!

Neuerdings haben Sie auch Gelegenheit, das Verbandsmagazin „DNBimpulse“ kostenfrei am Vereins-Infotisch mitzunehmen, solange Vorrat reicht. Darin erfahren vor allem die Gäste, dass es sich lohnt, durch Mitgliedschaft unsere Naturheilvereine und ihren Dachverband zu stärken. Das Magazin erscheint viermal im Jahr und enthält naturheilkundige Artikel mit Schwerpunkt zu den Jahreszeiten Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Es ist eine Ergänzung zum Mitgliederorgan „Naturarzt“.

Sie sehen, Ihr Dachverband setzt sich ein für die Erhaltung, Förderung und Verbreitung des Wissens über die Naturheilkunde. „Heilen mit den Kräften der Natur“ ist eine zentrale Botschaft mit hoher Motivationskraft – in der Vereins- und in der Verbandsarbeit.

Vor dem Start in den Herbst wünsche ich uns allen angenehme Sommertage!

Alois Sauer  
Präsident Deutscher Naturheilbund

## Tagungsraum in Frankfurt gut gefüllt

# Bundesversammlung geprägt von großem Interesse

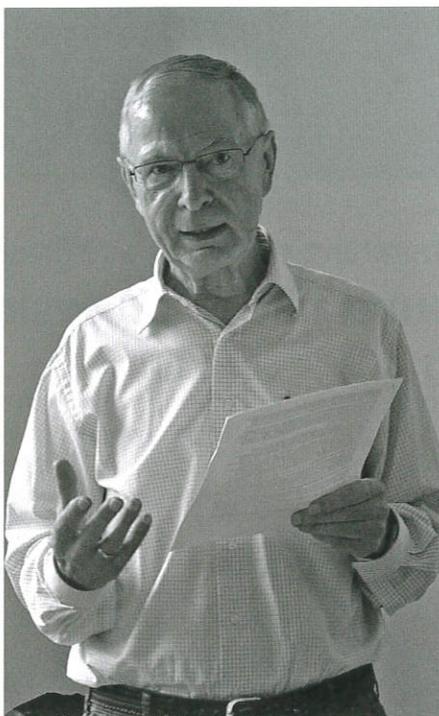
Aus dem ganzen Bundesgebiet angereist waren die Delegierten der Naturheilvereine nach Frankfurt, um gemeinsam für Ihren Dachverband der deutschen Naturheilvereine, den Deutschen Naturheilverband mit Sitz in Pforzheim, die Weichen für die Zukunft zu stellen.

Mit großem Interesse vernahmen die Mitglieder den Bericht des vertretungsberechtigten Vorstandes Alois Sauer, der nochmals einen kurzen Rückblick in die Entwicklungen seit der DNB-Jahrestagung 2015 gab – war diese Bundesversammlung doch der Beginn einer turbulenten Zeit für den Deutschen Naturheilverband. Doch die Herausforderungen wurden als Chancen für neue Projekte genutzt, wie eine neue Webseite, den Service der Telefonsprechstunde für unsere Mitglieder und das Verbandsmagazin DNBimpulse, welches den Mitgliedern und Gästen zusätzlich zum „Naturarzt“ Informationen bietet.

Anschließend berichtete Schatzmeister Dieter Neutzling von den Finanzen und erläuterte das Budget. Durch das Ausscheiden des größten Mitgliedsvereins und Rechtsstreite mussten Rücklagen aufgelöst werden. Auf der Haben-Seite konnten jedoch verstärkte Einnahmen durch die sehr erfolgreiche „Naturheilkunde-Berater DNB“ - Ausbildung und ein neues Marketing-Konzept – zu dem die DNBimpulse gehören – verbucht werden. Diese Ausführungen bestätigen konnte die Kassenprüferin Gisela Müller-Woock (NHV Vaihingen), die den Mitgliedern die Entlastung des Vorstandes empfahl – dieser Antrag wurde einstimmig angenommen.

Wie groß die Motivation für die Weiterführung des Dachverbandes ist, zeigte sich bei den anschließenden Wahlen: Es standen insgesamt mehr Kandidaten als Ämter zur Verfügung. Gut, dass sich ein erfahrener Vereins-„Veteran“ zur Verfügung gestellt hatte: Der Ehrenvorsitzende des NHV Schorndorf, Wolfgang Schwenk, führte souverän durch die zahlreichen Wahlgänge und half damit entscheidend, den wichtigen Tagesordnungspunkt „Wahlen“ im knappen Zeitrahmen der Versammlung zu bewältigen.

Das höchste Amt zuerst – mit dieser Prämisse startete Wahlleiter Wolfgang Schwenk den Wahlmodus. Mit Begeiste-



„Mr. DNB“ – Der Vereinspraktiker und Marketing-Fachmann Alois Sauer setzt sich seit Jahren mit voller Energie für den Naturheilverband ein – nun als Präsident.

rung nahm die Versammlung die Kandidatur von Alois Sauer zum Präsidenten an – es herrschte Einigkeit, dass niemand anderes besser für dieses Amt geeignet ist und sowohl Herz und Sachverstand reichlich vorhanden sind. So war das Wahlergebnis mit 44 Ja-Stimmen bei zwei ungültigen Stimmen keine Überraschung.

„Den Blick nach vorne richten, die Kraft zehrenden Auseinandersetzungen zum Abschluss zu bringen und uns der wichtigen Arbeit für die Erhaltung, Förderung und Verbreitung der Naturheilkunde verstärkt zuwenden! Das sind unsere wichtigsten Arbeitsanliegen!“, so der neu gewählte Präsident Alois Sauer. Sauer leitet übrigens seit 1999 selbst als 1. Vorsitzender einen Ortsverein, die Naturheilkundengesellschaft Stuttgart und ist Initiator des „Tag der Naturheilkunde“, der seit 2008 bundesweit durchgeführt wird. Unterstützt wird der Präsident von Ursula Gieringer als 1. Vize-Präsidentin, die, ebenso wie Sauer, Vorsitzende eines Vereins ist (NHV Heidelberg). Als Studienleiterin der Akademie für Ganzheitsmedizin (AfG) in Heidelberg ist Ursula Gieringer auch hauptberuflich in der Vermittlung der

Naturheilkunde unterwegs. Einstimmig wiedergewählt wurden die bewährten Vorstandsmitglieder Prof. Dr. Karin Kraft, Inhaberin des Lehrstuhls für Naturheilkunde an der Universität Rostock (2. Vize-Präsidentin) und Dieter Neutzling, NHV Freudenstadt, für die Finanzen (Schatzmeister). Erstmals im Vorstand übernahm Cornelia Bornhäußer vom NHV Albgau das Amt der Schriftführerin.

Auch bei den anschließenden Wahlen für das Präsidium zeigte sich wie groß die Motivation für die Mitarbeit im Dachverband ist: Es standen acht Kandidaten für vier Präsidiumsplätze zur Verfügung. Gewählt wurden schließlich der Mediziner Gert Dorschner, Gesundheitspolitikerin Nora Laubstein, der Viernheimer Arzt Manfred van Treek und Dr. Bernhard Weber, der seinen Posten jedoch bereits am nächsten Tag an den nächst platzierten Dietmar Ferger weiter gab. Als Kassenprüfer erklärten sich Wilma Körner, Karl-Heinz Dufrin und stellvertretend Marion Krüger zur Verfügung.

Ehrenpräsident Willy Hauser freute sich über aktive Mitwirkung und wünschte den Gewählten viele Erfolge.

Schon Anfang September werden sich der DNB-Vorstand und das Präsidium zur ersten Arbeitstagung treffen.

Alle Teilnehmer der Bundesversammlung waren erleichtert, dass sich so ein engagiertes Vorstandsteam gefunden hat und traten anschließend mit einem guten Gefühl für die Zukunft des DNB die Heimreise an.

Sabine Neff

Leitung DNB-Bundesgeschäftsstelle

## Impressum

### Herausgeber & Redaktionsanschrift:

Deutscher Naturheilverband eV  
Christophallee 21  
75177 Pforzheim  
Tel. 072 31/462 92 82  
E-Mail: info@naturheilverband.de  
Internet: www.naturheilverband.de

### Redaktion:

Alois Sauer (Verantw.)  
Sabine Neff  
Lothar Neff

Spannender Vortrag beim NHV Weserbergland

## Sehtraining wirkt auf den ganzen Körper

Die heutigen Lebensgewohnheiten führen dazu, dass Sehfehler häufiger auftreten und sich schneller verstärken können. Wie man durch ganzheitliches Sehtraining einseitige Belastung durch Bildschirmarbeit reduziert, erfuhren Gäste des Naturheilvereins Weserbergland in einem Vortrag von Bernd Hollstein. Der Sehtrainer und Heilpraktiker für Psychotherapie aus Alfeld erklärte, wie das die Leistungsfähigkeit des gesamten Körpers erhalten und steigern kann.

Früher war der Blick in die Ferne für Menschen die Normalität, außerdem wechselte der Sehabstand häufig im Lauf des Tages. Beim Sehen in die Ferne sind die Augenachsen nahezu parallel, die Augenmuskulatur ist entspannt. Bei kurzem Sehabstand verlaufen sie konvergent – das bedeutet Anspannung. Für dauerhaftes Kurz-Sehen ist das Auge nicht geschaffen und ermüdet. Zudem reduziert sich durch den starren Blick der Lidschlag um bis zu 50 Prozent. Es wird nicht genug Tränenflüssigkeit produziert und verteilt, das bewirkt Trockenheit und Reizungen.

Mediziner sehen heute einen direkten



Sehtrainer Bernd Hollstein zeigt eine Übung zur Förderung der Sehleistung

Zusammenhang zwischen häufigem, langem Nutzen von Smartphones, Tablets etc. Es kann Kurzsichtigkeit fördern und verstärken. Dauer-Arbeit am Bildschirm entspricht nicht unserer Natur. Mit praktischen Übungen zeigte der Referent, wie man die Augenmuskulatur entlastet sowie Sehkraft und Augenbeweglichkeit verbessert.

Um einer einseitigen Beanspruchung entgegenzuwirken, deckt man die Augen mit den Handballen ab und hält sie eine Zeit-

lang im Dunkeln. Solche Pausen am Arbeitsplatz – einmal pro Stunde für einige Atemzüge – bringen Erholung für die Sehzellen und Entspannung für die Muskeln. Verspannungen an Kopf und Nacken schmerzen nicht nur, sie beeinträchtigen auch das Sehzentrum am Hinterkopf. Eine weitere Maßnahme ist daher, sich richtig zu dehnen und zu strecken, um diesen Bereich aufzulockern und besser zu durchbluten.

Als „Sehtraining für Faule“ bezeichnete er das Tragen einer Rasterbrille. Was man durch deren Gitter sieht, wirkt etwas „gefiltert“, aber durchaus vollständig. Damit fördert man die Augenbeweglichkeit – angefangen mit wenigen Minuten pro Tag bis zu einer halben Stunde.

Nach zwei Monaten mit regelmäßigem Sehtraining von 8 Minuten pro Tag verbesserten Probanden ihre Sehstärke um eine halbe bis zu einer ganzen Dioptrie. Wie beim Sport gilt auch hier die Faustregel: Täglich 5 bis 10 Minuten wirken besser als eine Stunde einmal pro Woche.

Kay Jordan

NHV Weserbergland

### Lachyoga-Event gemeinsam mit dem Kneipp-Verein

## NHV Bad Nauheim-Bad Vilbel: Lachen hält gesund

Als Gemeinschaftsaktion hatten der Kneipp-Verein und der Naturheilverein Bad Nauheim-Bad Vilbel zu einem Lachyoga-Event in den Bad Nauheimer Südpark eingeladen.

Beim Lachyoga wird jeweils 20 Minuten Non-Stop eine Lachyogaübung nach der anderen kreiert, wobei das Ende der einzelnen Übungen mit einem speziellen Klatschrhythmus angekündigt wird. „Da werden auf jeden Fall schon mal Eure Hände warm!“ meinte Petra Hellmeck, denn die Sonne hatte sich hinter den Wolken versteckt. Die Lachyogaleiterinnen erklärten: „Kindliche Lebenslust und Bewegungsfreude – das ist das, was das Lachyoga wieder zum Leben erwecken möchte“. Tatsächlich gelang es den 19 Damen, 3 Herren und einem Youngster kindliche Freude aus sich herauszulassen, albern zu sein, sich mit Lachen anzustrecken und immer lockerer die Übungsphantasien zu erfüllen.

Kräftiges Lachen helfe, die Restluft aus der Lunge auszumatmen, frischer Sauerstoff komme ins Blut, das wiederum stärke das Immunsystem, Hormone



Die Lach-Yoga-Lehrerinnen hatten zu einem Lachyoga-Event in den Bad Nauheimer Südpark eingeladen: Christine Burk, Christel Kurtz, Petra Hellmeck (v.links.)

würden ausgeschüttet, Herz-Kreislaufsystem, Zwerchfell, Stimmbänder, Gesichts- und Bauchmuskeln würden angeregt, so dass der gesamte Unterbauchbereich innerlich kräftig massiert und durchblutet werde. Nach ein paar „Lachanfällen“ seien im Blut nachweisbar mehr Abwehrzellen erkennbar. Diese Killerzellen stürzten sich dann auf Vi-

ren, ja sogar auf Krebszellen. „Massage von innen und Garaus für Krankheitskeime, wenn das nichts ist!“ meinte Christine Burk. Der NHV bietet regelmäßig Lachyoga an und es war sicher nicht das letzte gemeinsame Lachyoga-Event der beiden Vereine.

Petra Hellmeck

NHV Bad Nauheim-Bad Vilbel

# Telefonsprechstunde im Juli

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 auf Grund 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 Untersuchung, 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.

## NHV Viernheim zeigt Heilungserfolge durch TCM auf Sind Allergien vermeidbar?

Einen außergewöhnlichen Vortrag kündigte der Vorsitzende Manfred van Treek an, als er die Referentin Danielle Bruckmaier vorstellte. Denn die Heilpraktikerin war bei den besten chinesischen Lehrern, um die seit Tausenden von Jahren angewandte Therapie der Traditionellen Chinesischen Medizin zu erlernen.

Wie wichtig erfolgreiche Heilungsansätze sind, wurde am Beispiel der vielen Allergien gezeigt. Allergien nehmen ständig zu und sind inzwischen zu Volkskrankheiten geworden. Nach einer Studie der WHO sind weltweit 40 Prozent der Bevölkerung Allergiker. Wie Danielle Bruckmaier dazu erklärte, sind Allergien immer auf außergewöhnliche Störungen des Immunsystems zurück zu führen, die durch verschiedene Substanzen ausgelöst werden. Die Ursachen solcher Störungen können zum Beispiel Fehlfunktionen der Verdau-

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

### Wie hole ich mir Rat ein?

Schreiben Sie eine Mail an [dnb-sprechstunde@naturheilbund.de](mailto:dnb-sprechstunde@naturheilbund.de) und schildern kurz Ihr Anliegen. Oder Sie füllen das Formular auf unserer Webseite [www.naturheilbund.de](http://www.naturheilbund.de) unter ‚Leistungen – Telefonsprechstunde‘ aus.

### Wer kann den Rat nutzen?

Für unsere Mitglieder ist dieser Service kostenfrei, von Nichtmitgliedern erbitten wir eine Spende.

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

*Dr. Wolfgang May*  
Wissenschaftlicher Beirat DNB

## Am Therapeuten-Telefon

### Christoph Kaiser

Heilpraktiker  
1. Vors. NHV  
Bergisch-Land  
**Schwerpunkte**

Alle medizin. Bereiche, insbesondere Manuelle Therapien, Injektions-/Infusionstherapie, Bioresonanztherapie



ungsorgane oder emotionelle Belastungen sein.

Die TCM behandelt deshalb nicht die Symptome, sondern die Ursachen allergischer Reaktionen. Immer ist es das Ziel, vor allem durch Akupunktur das körperliche und seelische Gleichgewicht eines Patienten wieder herzustellen. Hierbei soll die Funktion einer körperlichen Selbstheilung ausgelöst werden. An mehreren Fallbeispielen machte die Referentin das deutlich.

Als häufigste Ursachen für allergische Beschwerden nannte Daniella Bruckmaier falsche Ernährung, Bewegungs- und Schlafmangel sowie psychische Faktoren. Hierbei spiele die allergische Bereitschaft des Körpers eine große Rolle. Die müsse zuerst beruhigt werden.

*Hans Todt*  
NHV Viernheim



Viele schöne und erfüllende Aufgaben erwarten Sie als

## Naturheilkunde-Berater/in DNB®

Ein Lehrgang über naturheilkundliches Basiswissen für Alltag und Beratungspraxis.

Sie können sich begeistern, Grundlagen der Naturheilkunde zu vermitteln? Selbstverantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen und Andere zur aktiven Prävention anzuleiten?

Der ärztlich geleitete Lehrgang umfasst 51 Ustd. (+ Selbstlernphasen) in den Bereichen

- **Phytotherapie** mit Homöopathie, Schüssler-salzen, Bachblüten
- **Bewegungstherapie** mit Erkrankungen des Bewegungsapparates
- **Ernährungstherapie** mit Diätformen und Säure-Basen-Haushalt
- **Hydrotherapie** mit Wickel und Auflagen
- **Ordnungs- und Entspannungstherapie**
- **Notfallübungen**, Salutogenese und mehr.

Die Lehrgangsgebühr für drei Wochenenden inkl. umfangreichem Material und Prüfungstag beträgt 590 €.



*Machen Sie sich kundig, wie die Natur heilt.*

**Lehrgang in Pforzheim ist ausgebucht!**

## Bad Hersfeld noch freie Plätze: Beginn 8. Okt. 2016

Ausbildungsplan unter [www.naturheilbund.de/](http://www.naturheilbund.de/) Naturheilkunde-Berater DNB.

**Bitte informieren Sie mich über das Ausbildungskonzept, Termine und Unterrichtsort.**

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Plz. Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Schicken Sie diese Anfrage per Post oder Fax an:

**Deutscher Naturheilbund eV**  
Bundesgeschäftsstelle  
Postfach 10 04 80 • 75104 Pforzheim  
Tel. 07231 - 46 29 282 • Fax 07231 - 46 29 284  
[info@naturheilbund.de](mailto:info@naturheilbund.de) • [www.naturheilbund.de](http://www.naturheilbund.de)