

## Aktionstags-Motto 2018:

### Leben mit den Rhythmen der Natur

Gesundes Selbstvertrauen in modernen Zeiten

Wir sind moderne Menschen und leben in einem Überangebot von Informationen, Reizen und Möglichkeiten nicht nur in unserem direkten Umfeld, sondern inzwischen weltweit. Die Technik hat uns viele Neuerungen gebracht, doch ganz offensichtlich hat sie auch ihren Preis! Warum hat man noch nicht längst „Gesundheit für alle“ erfunden bei diesen ungeahnten Möglichkeiten? Stattdessen hören wir von steigenden Zahlen von Krankheiten: Diabetes-, Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen, seit neuestem auch immer mehr psychische Erkrankungen, um nur die wichtigsten zu nennen. Wenn man nun davon ausgeht, dass alle Erfindungen und Entwicklungen aus einem Vorbild aus der Natur entstanden sind, liegt es dann nicht nahe, dass auch unser tägliches Leben wieder mehr der Natur angepasst werden sollte? Doch leider sieht das gerade ganz anders aus: Die Natur wird inzwischen eher nur noch virtuell am Bildschirm erlebt und nicht mehr mit allen Sinnen vor Ort. Allein durch etwas Wissen aus der Chronobiologie können wir unsere Gesundheit sehr unterstützen und Selbstheilungskräfte mobilisieren. Es ganz einfach, wenn man die Rhythmen der Natur beachtet und ihnen folgt!

### Infos zum Tag TAG DER NATURHEILKUNDE - „UNSER“ TAG !

Etwa 70 medizinische Aktions- und Gesundheitstage lenken unsere Aufmerksamkeit auf die Probleme von Menschen mit den unterschiedlichsten Erkrankungen, zum Beispiel der ‚Tag der Rückengesundheit‘, der ‚Welt-Herztag‘, der ‚Welt-Lepra-‘, oder der ‚Welt-Tuberkulosestag‘, Diabetes-, Aids- und Rheumatag u.v.a.

Deshalb hat der Deutsche Naturheilbund 2008 den „Tag der Naturheilkunde“ als Gesundheitstag bei der BzgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) für das zweite Oktober-Wochenende eintragen lassen. Gemeinsam mit den Mitgliedsvereinen gestalten wir seit 2008 regelmäßig im Herbst bundesweite Aktionstage mit wechselnden Themen. Von September bis November werden auch 2018 bundesweit in unseren Naturheilvereinen viele Veranstaltungen zum Jahresmotto stattfinden: Naturheiltage, Vorträge, Seminare und Workshops – nähere Informationen über teilnehmende Orte, Inhalte und Veranstaltungen ab Sommer auf unserer Webseite [www.naturheilbund.de](http://www.naturheilbund.de)  
Autorin: Ursula Gieringer, 1.Vize-Präsidentin DNB