

## DNB-PRÄSIDENTIN NEUE „ÖKOLOGIA 2020“



Nora Laubstein (links), Hans-Joachim Ritter und Ursula Sladek. Foto: Ludwig

Zur 20. Botschafterin der Ökologie der Stiftung Ökologie und Demokratie, die vor 28 Jahren im sächsischen Freiberg gegründet worden war und sich für politische Bildung engagiert, wurde die Präsidentin des Deutschen Naturheilbundes Nora Laubstein ernannt.

Im Hotel Burg-Mühle in Gelnhausen übergab Vorgängerin Ursula Sladek (Mitbegründerin der Elektrizitätswerke Schönau) den Ehrentitel während einer Pressekonferenz an Nora Laubstein. „Die Umwelt ist zur sechsten Säule unseres Fachgebietes geworden“, erklärte die gebürtige Berlinerin – gerne werde sie engagiert und mutig den Mund aufmachen. Dabei habe sie als Heilpraktikerin und erste Präsidentin des Deutschen Naturheilbundes und Vorsitzende der „Association for Natural Medicine Europe“ die Umwelt besonders im Blick. Diese gehöre zur ganzheitlichen Betrachtung des Menschen dazu. „Aber wie soll ein Mensch frische Luft atmen, wenn es keine mehr gibt? Wie soll sich ein Mensch ernäh-

ren, wenn es keine gesunden Lebensmittel mehr gibt?“ Deshalb dürfe man die Debatte um Umweltschutz und Klimawandel auch nicht auf die CO2-Bilanz beschränken, sondern müsse Mittel und Wege suchen, Mensch und Natur wieder mehr in Einklang zu bekommen, um über eine gesunde Lebensweise eine Gesundheit und Lebensqualität zu erreichen, die die physisch-chemische Medizin und die Pharmaindustrie nie erreichen werde. Man dürfe sich nicht mehr vom neoliberalen Kapitalismus, bei dem es nur um immer mehr Wachstum und Gewinne gehe, leiten lassen, sondern müsse das Wohl der Menschen an sich in den Vordergrund stellen. Dafür habe sie das Ehrenamt gerne übernommen und werde sich mit voller Kraft engagieren. „Es freut mich sehr, dass wir erneut eine so engagierte und mutige Frau gefunden haben“, sagte Hans-Joachim Ritter bei der Amtsübergabe.

Fortsetzung siehe Seite 2

### Was mich bewegt



*Etwa zwanzig Kilometer von mir entfernt ermordete ein Rassist im Wahn Menschen, nur weil sie seiner Meinung nach „anders“ sind. Er soll ein freundlicher Sportschütze gewesen sein, der seine Waffen und Munition zuhause lagerte. Steckte in diesem gesunden 43-jährigen Körper ein gesunder Geist? Offensichtlich nicht: Im Mikrobiom gibt es ein Milieu, das über Gesundheit entscheidet. Im Makrobiom – unserem Umfeld – ist es das gesellschaftliche Milieu, das prägt. Ein naturgemäßes Leben achtet die Artenvielfalt und bemüht sich um eine ganzheitliche Sichtweise. Nationalismus und Rassismus bedeuten jedoch Ausgrenzung von der Vielfalt des Lebens. Die zunehmend digitale Informationswelt droht in ein Freund/Feind – Denken, ein JA oder NEIN, ein ich-akzeptiere-oder-fliege-raus-System zurückzufallen. Das wäre ein kulturelles Desaster, welches in die Barbarei zurückführt. Ist der geistig verwirrte Rassist aus Hanau nun ein armes Opfer das unser Verständnis braucht? Gewiss, Wahnvorstellungen und ein geringes Selbstwertgefühl machen anfällig für eine Propaganda, in der Nationalismus und Rassismus zur „Alternative“ erkoren werden. Mein Mitgefühl gilt jedoch den ermordeten Menschen! Es geht um das soziale Klima - und damit um das Milieu im Makrobiom, welches für „verwirrte Einzeltäter“ zurzeit besonders fruchtbar ist. Besondere Internet-Echokammern und das Leben in einer digitalen Blase, ohne Kontakt zur Natur, sind Ursachen für mentale Erkrankungen. Der verwirrte Einzeltäter ist trotz aller Manipulationen und Verführung ein Täter – noch dazu berechtigt Munition und Waffen zu besitzen. Da war doch schon mal was in der deutschen Geschichte...?*

Nora Laubstein, Präsidentin des Deutschen Naturheilbundes

## Aus den Vereinen

Nora Laubstein trete damit in die Fußstapfen ihrer 19 Vorgängerinnen, die alle in ihren Bereichen engagierte Vorreiterinnen und Mutmacherinnen gewesen seien und sind. Die direkte Vorgängerin Ursula Sladek war aus Schönau in Baden-Württemberg nach Gelnhausen gekommen und freute sich, eine würdige Nachfolgerin zu haben. Die Trägerin des Deutschen Umweltpreises 2013 ist Mitbegründerin der Elektrizitätswerke Schönau, die komplett auf erneuerbare Energien setzen. „Es hat mir Spaß gemacht, als „Ökologia“ einen weiteren Beitrag zum Umweltschutz geleistet zu haben“, berichtete Ursula Sladek. Bei vier Veranstaltungen der Stiftung für Ökologie und Demokratie, die bei ihren beiden wichtigsten Projekten derzeit Kommunen und Unternehmen dabei hilft, Energie zu sparen, trat sie offiziell auf. Zudem beteiligte sie sich an vielen weiteren Veranstaltungen in Sachen Umwelt- und Naturschutz. Diesem Beispiel würde Nora Laubstein gerne folgen und hofft darauf, dass ihr Amt als „Ökologia“ dazu führe, dass auch in Gelnhausen und im Main-Kinzig-Kreis mehr über ganzheitliche Ansätze und Umweltschutz diskutiert werde. Landrat Thorsten Stolz wies in einer Grußbotschaft darauf hin, dass der Main-Kinzig-Kreis in den vergangenen sieben Jahren viel erreicht habe und derzeit 40 Prozent des Strombedarfs aus regenerativen Energien decke. Ihm sei aber auch bewusst, dass in den kommenden Jahren noch viel passieren müsse, um die Klimaziele zu erreichen. „Wir müssen mehr darüber informieren und etwas dagegen tun, wie Mikroplastik für Nahrungsunverträglichkeiten verantwortlich ist oder die Fruchtbarkeit von Männern durch

Östrogen im Grundwasser reduziert wird“, gab Nora Laubstein Beispiele, die noch zu wenig Menschen auf dem Schirm hätten. In Sachen Medizin hofft sie darauf, dass die Aussagen der Wissenschaft nicht zu wichtig genommen werden. Homöopathie und Naturheilkunde seien mit wissenschaftlichen Ansätzen kaum zu bewerten. Die Bewertung müsse nach den vielen Erfolgen für Millionen Menschen auf der ganzen Welt erfolgen. Prof. Dr. Dr. Klaus Buchner bedankte sich im Namen des Kuratoriums, zu dem unter anderem der ehemalige Minister Norbert Blüm gehört, für das Wirken der „Ökologia“. Als Europaabgeordneter der ÖDP wisse er genau, dass es ein solches Engagement brauche, um die festgefahrenen Strukturen in Deutschland und in der EU aufzubrechen, um den Kampf gegen den Klimawandel doch noch erfolgreich zu schaffen.

*Textauszüge aus dem Artikel Gelnhäuser Neue Zeitung vom 18.01.2020*

### JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG BEIM NHV ESSLINGEN UND UMGEBUNG Mit Trampolinspringen für die Gesundheit

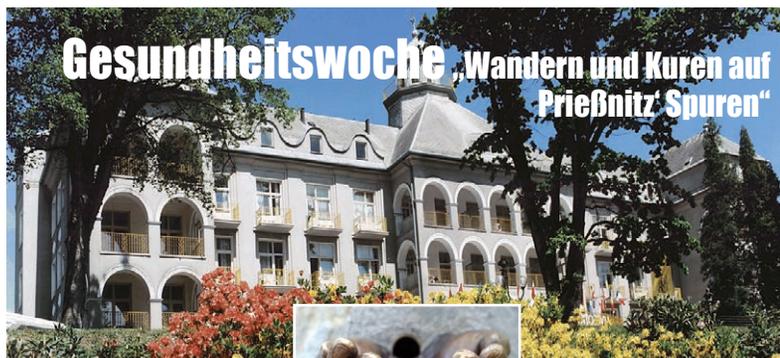
Letztes Jahr feierte der Naturheilverein sein 40. jähriges Jubiläum. Neben den beiden Gründungsmitgliedern Irmgard Denneler und Hilde Aichele konnte der Vorstand sowohl weitere langjährige, als auch einige der insgesamt 36 Neumitglieder an diesem Abend begrüßen. Nachdem das Jahr 2019 mit allen seinen Einzelveranstaltungen wie Vorträgen, Ausflügen, Jubiläumsfeiern und dem sehr erfolgreichen Tag der Naturheilkunde im November



*Schwing Dich frei mit Trampolinen von bellicon - Alessa Wörfel zeigt den Mitgliedern, wie das geht*

Revue passiert hatte, wurde das wiederum sehr interessante Veranstaltungsprogramm für 2020 vorgestellt. Der Vorstand wurde unter anderem mit Elke Wörfel als 1. Vorsitzende und Sylvia Schröder als 2. Vorsitzende im Amt bestätigt. Zum Abschluss der Veranstaltung wurde allen anwesenden Vereinsmitgliedern ein medizinisches Trampolin der Firma bellicon, einer der Hauptsponsoren des Deutschen Naturheilbundes, vorgestellt. Neben dem Produkttest im Selbstversuch mit Schwingen und Federn hatten alle Anwesenden viel Freude an interessanten Gesprächen und ließen den Abend entspannt ausklingen. Der Naturheilverein bietet ab sofort in regelmäßigen Abständen Workshops zum Thema: „Trampolinspringen für die Gesundheit“ an.

*Christoph Fuchs, NHV Esslingen e.V.*



Reisen Sie mit dem Deutschen Naturheilbund in das Kur- und Balneozentrum Prießnitz in Gräfenberg/Tschechien.



27.09 bis  
04.10.2020

**Ausführliche Info, Preise und Buchung:**  
**DNB-Geschäftsstelle**  
Am Anger 70  
75245 Neulingen  
Tel. 07237-4848 799  
info@naturheilbund.de  
www.naturheilbund.de

**Der Deutsche Naturheilbund organisiert nach dem begeisterten Verlauf der Reisen in den letzten Jahren erneut eine 8-tägige Gesundheitsreise.**

◆ Wir logieren im komfortablen 4-Sterne-Prießnitz-Kurhotel inmitten gepflegter Anlagen und nutzen den modernen Balneopark mit seinen Wasser-, Licht- und Luftbädern. Der Aufenthalt ist so gestaltet, dass Zeit für weitere Unternehmungen bleibt.

◆ Wir reisen ab Pforzheim im komfortablen Fernreisebus mit weiteren Zustiegsmöglichkeiten in das Prießnitz-Heilbad Gräfenberg (Freiwalddau), CZ 79003 Jeseník, Tschechische Republik.

◆ **Leistungen:** Busreise, 7 x Übernachtung im 4-Sterne-Kurhotel Priessnitz, Vollpension, Kurtaxe, ärztl. Eingangsgespräch, bis zu zehn verordnete vielseitige Kuranwendungen, Reisebetreuung vor Ort.

**Reisepreis komplett:** ab 810 € pro Person.

◆ Neben den Kuranwendungen bieten wir geführte Besichtigungen und abwechslungsreiche Wanderungen in die reizvolle Umgebung zur freiwilligen Teilnahme an.

## BUNTER VORTRAGSABEND BEIM NHV SPECHBACH UND UMGEBUNG E.V. „Alternativer Umgang mit der Diagnose Brustkrebs“

Vereinsvorsitzende Hanne Christ-Zimmermann hieß knapp dreißig Interessierte in der Scheune Müller in Eschelbronn willkommen, die sich für das Thema des Abends: „Selbstbestimmung und Therapiefreiheit nach der Diagnose Brustkrebs“ interessierten.

Die eigenen Erfahrungen und jahrelangen Recherchen zur Problematik ermöglichten es der Referentin Ute Roy, spannende Erkenntnisse und das nötige Hintergrundwissen weiterzugeben. Sehr verständlich zeigte sie viel Wichtiges auf und ihre anschauliche Power-Point-Präsentation ergänzte die Ausführungen auf angenehme Weise. Die Brustkrebs-Erkrankung der Referentin liegt bereits mehr als 15 Jahre zurück und ihr Vorgehen jenseits der schulmedizinischen Therapievorgaben, den sogenannten Leitlinien, sei ihr gesundheitlich sehr gut bekommen. Der von ihr gewählte Titel „Mein heilsamer Weg zur Gesundheit“ trifft sozusagen ins Schwarze. Natürlich sprach Ute Roy auch davon, wie sinnvoll es sei, diese Diagnose für sich zu nutzen und im Leben so manches zu ändern. Sie erwähnte auch den von ihr ins Leben gerufenen Gesprächskreis betroffener Frauen, die ihren eigenen Weg gehen. Nach dem Vortrag konnten die interessierte Runde noch manche Themen vertiefen und sich austauschen, so wurden auch kritische Fragen zum schulmedizinischen Vorgehen und dem Screening-Programm zur Früherkennung erörtert. Ein interessanter und aufschlussreicher Abend, an den sich die Besucher sicherlich noch lange erinnern werden.  
*Hanne Christ-Zimmermann, NHV Spechbach und Umgebung e.V.*

## LEBENDIGE KLANGWELT BEIM NHV MOSBACH UND UMGEBUNG e.V. Sanfte Reise mit Gong und Klangschalen

Elke Wagner, Klangmassage-Praktikerin aus Mosbach, gestaltete einen Workshop zur „lebendigen Klangwelt“. Bevor die Töne erklangen und die Klangkörper zu schwingen begannen, ging Wagner auf deren Geschichte, Arten sowie Herkunft ein. Klangschalen werden schon seit Jahrtausenden in Asien verwendet. Sie wurden damals nicht nur als Musik-Instrumente und Meditationsobjekte, sondern auch als Kochtöpfe und Schalen für Speis und Trank verwendet. Es gebe Unterschiede in Größe, Form, Zusammensetzung sowie Stärke und

somit auch in der Wirkungsweise und in deren Gestaltung. Früher wurden die Schalen ausschließlich in der Hitze gehämmert. Mittlerweile werden spezielle Klangschalen auch teilweise aus unterschiedlichen Metall-Legierungen gegossen. Ihre Schwingungen und Klänge wirkten wohltuend auf Körper, Geist und Seele und aktivierten die Selbstheilungskräfte. Sie könnten Blockaden lösen und körperliche Schmerzen lindern. Die Klänge der Klangschalen und das Zusammenspiel mit dem Gong förderte eine Tiefenentspannung oder auch, je nach Art des Spielens, die Kreativität. Der Mensch, mit seinem sehr hohen Wasseranteil, sei der reinsten Klangkörper, so die Referentin. Die Schalen würden mit diversen Schlägeln und Klöppeln aktiviert.

Der Gong gehöre zu der Instrumentengattung „Selbstklinger“. Gongs zählten zu den ältesten und wichtigsten Musikinstrumenten Südostasiens. Die Ursprünge lassen sich bis ins 2. Jahrtausend v. Chr. zurückverfolgen. Wagner, die selbst einen Tam Tam-Gong mitgebracht hatte, verwies auf weitere Arten wie Fen Gongs und Buckel-Gongs. Diese Einführung bildete den Übergang zu zwei entspannten, harmonisierenden und das Zeitgefühl verlierenden Klangreisen. Die Zuhörer erfuhren die Instrumente über ihre Gefühle und Empfindungen erfahren. Eine Verbundenheit mit den Tiefen des eigenen Selbst wurden vermittelt.  
*Cornelia Schulz, NHV Mosbach und Umgebung e.V.*



*Elke Wagner demonstriert in ihrem Workshop die „lebendige Klangwelt“. Bild: von Cornelia Schulz.*



*Großes Interesse bei der Wildkräuter-Ausstellung*

## NHV ESSLINGEN UND UMGEBUNG: Frisch in den Frühling mit wildem frischem Grün

Zahlreiche Interessierte fanden den Weg in die Räumlichkeiten in der Festhalle Denkendorf zu einem spannenden Vortrag zum Thema entgiften und entschlacken mit heimischen Wildkräutern. Karin Sawicki konnte ihr Fachwissen über Giersch, Brennnessel & Co. und deren Wirkung weitergeben. Neben der Heilwirkung finden die früher als „Unkräuter“ bezeichneten Pflanzen immer mehr Fans bei der Verwendung in der heimischen Küche. Ob als Salatbeigabe, oder als grünes Vitalgetränk stehe neben dem gesundheitlichen Aspekt auch der ökologische Mehrwert als Pluspunkt in der Bilanz. Kaum ein anderes Lebensmittel sei regionaler erhältlich; wächst doch Löwenzahn und Vogelmilch praktisch in fast jedem Garten. Pünktlich zu Beginn des Frühlings helfen die extrem hohen Vitamin- und Nährstoffwerte der Wildkräuter der Frühjahrsmüdigkeit vorzubeugen und dem Körper einen Energieschub zu geben. Zum Abschluss des Vortrags wurden dann frische grüne Säfte aus Spitzwegerich, Brennnessel und Giersch zum Probieren gereicht. Des Weiteren konnten die Besucher kleine Proben von Scharbockskraut und Vogelmilch verkosten und sich einen Überblick über eine Vielzahl von weiteren Kräutern verschaffen.

*Christoph Fuchs, NHV Esslingen e.V.*



Viel Tanz und Körperübungen für Leib und Seele.

## TANZWORKSHOP BEIM NHV MOSBACH UND UMGEBUNG E.V. „Bewegung mit Leib und Seele“

Petra Birkefeld, Tanztherapeutin (BTD) aus Mosbach, gestaltete einen Workshop mit viel Tanz und geführten Körperübungen, der Leib und Seele in Bewegung brachte. Birkefeld ist nach den Kriterien des Berufsverbandes Deutscher TanztherapeutInnen (BTD) zur Tanztherapeutin ausgebildet. Ihre Einführung machte deutlich, dass diese BTD-Ausbildung auch befähige, psychotherapeutisch in Kliniken oder in eigener Praxis zu arbeiten. Tanztherapie eigne sich für Kinder, Männer und Frauen jeder Altersgruppe und Fitnesszustand. Sie fördere auch Persönlichkeitsentwicklung und Beziehungsfähigkeit. Die Grundlage von Tanztherapie sei die Überzeugung, dass sich die Seele des Menschen im Körper ausdrücke. Eine der Pionierinnen der Tanztherapie, Trudi Schoop, sagte gar, dass „das Wesen des Menschen

... von zwei Seiten beeinflussbar“ sei: Von der seelischen, wie auch von der körperlichen Seite initiiert, könnten Prozesse in Gang kommen, die neue Erkenntnisse und Erfahrungen beschreiben und den Menschen verändern. Diese enge Verbindung zwischen Körper und Seele sei inzwischen durch die Forschung vielfach belegt, insbesondere die Säuglingsforschung könnte die Ideen und Vorgehensweisen der Tanztherapie ganz deutlich bestätigen. In der Bewegung könne die Vielfalt des körperlichen und damit auch des seelischen Repertoires erweitert werden. Bestehende Themen in Bewegung umgesetzt, könne neue Erfahrungen bringen. Wichtig sei daher, so Birkefeld, die Impulse des Körpers wahrzunehmen und zu lernen, immer genauer hinzuspüren. Kurze Austauschrunden gaben zwanglos die Möglichkeit, über Erfahrenes zu sprechen und sich so über neue oder alte Impulse bewusst zu werden. Das Leit-Thema des Workshops könne mit der Überschrift „Ich, in meiner Kraft und in meinen Grenzen, in Kontakt mit den Anderen“ umschrieben werden. Bei Körperübungen im Liegen und Stehen erfuhren die Teilnehmer Entspannung und die Sicherheit des Getragen-Werdens durch die Erde. Langsam und im individuellen Tempo der Teilnehmer wurde die „innere Aufrichtung“ zu einem neuen Erfahrungswert. Mit dem Wechselspiel von „bei sich sein“ und „sich Raum nehmen“ konnte tänzerisch experimentiert werden. Die eigene „Haltung“, sowohl in seelischer wie auch in körperlicher Hinsicht, wurde dabei spielerisch ausgedrückt. Birkefeld: „Das Vertrauen in die Ausdruckskraft des eigenen Körper wird gefestigt“. Ein Nachmittag bei dem zu Musik und mit viel Tanz experimentiert und verschiedene Qualitäten und Ausdrucksweisen probiert werden konnten. Zwischen den angeleiteten Übungsteilen gab Birkefeld viel Raum, frei der Musik zu folgen und alles heraus zu tanzen, was noch in jedem persönlich steckte. Wer es erlebt hat weiß: Im freien Tanz fühlt man sich lebendig und stark, kommt direkt und spielerisch in Kontakt mit sich selbst und anderen und stärkt die Persönlichkeit.

Cornelia Schulz, NHV Mosbach und Umgebung e.V.

**INROSO**

**INSTITUT Dr. ROSINA SONNENSCHMIDT und HARALD KNAUSS**

● Homöopathie ● Medialität ● Gesundheit

[www.inroso.com](http://www.inroso.com)

**SYMPOSIUM**  
zum Thema: „Exkarnation, der große Wandel!“  
**17.-19. April 2020**  
Hohenwart Forum, Pforzheim

## Telefonsprechstunde



### mit naturheilkundlichen Therapeuten

Es gibt viele Informationen über schulmedizinische, aber nur wenige über naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten. Die Telefonsprechstunde des DNB richtet sich an Menschen, die eine unabhängige und persönliche Beratung zu medizinischen oder psychosomatischen Problemen wünschen.

Am Telefon sitzen erfahrene Heilpraktiker, Ärzte und Fachärzte aus unseren Vereinen bzw. dem wissenschaftlichen Beirat. Diese telefonische Beratung ersetzt jedoch nicht eine körperliche, medizinische Untersuchung. Die Beratung ist für Mitglieder kostenlos. Von Nichtmitgliedern wird eine Spende erbeten.

Als Mitglied eines Naturheilvereins melden Sie sich telefonisch bei der Bundesgeschäftsstelle des Deutschen Naturheilbundes zu den üblichen Bürozeiten unter Tel. **07237/4848-799** oder schreiben Sie eine Mail an [dnb-sprechstunde@naturheilbund.de](mailto:dnb-sprechstunde@naturheilbund.de)

Unsere Therapeuten rufen Sie mittwochs zwischen 17 und 19 Uhr zurück.

### Am Therapeuten-Telefon im April:



**Dr. med. Wolfgang May**  
Facharzt für innere Medizin, Physikalische Medizin und Rehabilitation, Zusatzausbildung in Umweltmedizin und Akupunktur, Mitglied im wissenschaftlichen Beirat des DNB

## IMPRESSUM

**DNB-impulse** ist das Verbandsmagazin des Deutschen Naturheilbundes für Naturheilvereine und Mitglieder.

**Herausgeber & Redaktionsanschrift:**  
Deutscher Naturheilbund e.V., Schloss Bauschlott  
Am Anger 70, 75245 Neulingen  
Tel. 07237/4848-799 • Fax 07237/4848-798

E-Mail: [info@naturheilbund.de](mailto:info@naturheilbund.de)  
Internet: [www.naturheilbund.de](http://www.naturheilbund.de)

**Redaktion dieser Ausgabe:**  
Nora Laubstein (Verantw.), Sabine Neff  
Illustration Titel: creativ collection,  
weitere Bilder: fotolia, sowie Privat von den Vereinen

**Druck:**  
Brühlsche Universitätsdruckerei GmbH & Co KG,  
Gießen

**Erscheinungsweise:**  
Monatlich, eingehftet im „Naturarzt“.

Im März, Juni, September und Dezember als 16-seitige Jahreszeiten-Ausgaben, in den übrigen Monaten als 4-seitiger Einhefter.

**Nächste Ausgabe:** Mai 2020 mit 4 Seiten als Einhefter im „Naturarzt“.

**Hinweise für den Leser:**  
Der Zeitschrifteninhalt wird nach bestem Wissen erstellt, Haftung und Gewähr müssen jedoch wegen der Komplexität der Materie ausgeschlossen werden. Mit Verfasseramen gekennzeichnete Beiträge geben in erster Linie die Auffassung der Autoren und nicht in jedem Fall die Auffassung des DNB wieder. Verantwortlich für den Inhalt der Beiträge sind die Autoren.