Unsere Veranstaltung zum „Tag der Naturheilkunde“ 2021:

Samstag 16. Oktober
Bürgerhaus Musterstadt
Kirchplatz 21
14.00 – 18.00 Uhr
(Eintritt frei)

Herzlich willkommen zum bundesweiten Aktionstag für die Naturheilkunde.
Unser Programm:

14.00 Uhr **Begrüßung**
Fred Messmer, 1. Vorsitzender NHV Musterstadt

14.15 Uhr Vortrag:
Leben mit den Rhythmen der Natur
– Vorstellungs- und Visualisierungsübungen
Referentin: Henriette Waller, Heilpraktikerin

16.00 Uhr Vortrag:
Faszination Hypnose
– Wege zu eigenen Ressourcen
Referent: Dr. med. Maximilian Müller

Praktizierende Mitglieder stellen sich vor
Imbiss - Getränke - Infostände
Prämien für Neu-Mitglieder!

Veranstalter:
Naturheilverein Musterstadt und Umgebung e.V.
Marktgasse 12 • 12345 Musterstadt
Tel. 01234 / 567890
www.naturheilverein-mst.de - info@naturheilverein-mst.de

Unsere Literatur zum Jahresmotto

„Immunkraft – dein bester Freund“ von Dr. Rosina Sonnenschmidt — 20,00 €

Die international bekannte Heilpraktikerin, Dr. phil. Rosina Sonnenschmidt präsentiert hier ein Buch über das Immunsystem auf liebevolle, einfach verständliche Weise. Es ist ihr ein Anliegen, dass jeder den Immunfreund in sich selbst entdeckt und sich nicht alleingelassen fühlt in einer Welt des technokratischen Gesundheitswesens, das mehr Angst schürt als die Kompetenz der Menschen hervorhebt.
Das Immunsystem arbeitet völlig autark. Und wenn es tatsächlich mal Unterstützung braucht, bietet dieses Buch viele Möglichkeiten es im Nu zu stärken. Spannend, wie sich das Wesen der Heilpflanzen im Menschen widerspiegelt, wie über die Atmung mit rhythmischen Übungen der Immunfreund erstarkt und wie die Hände ein Wunderwerk an Energie sein können.
Entdecke deinen großartigen Immunfreund, der du selber bist!

Taschenbuch, 144 Seiten.

Pflanzen für Körper und Seele Die Heilkraft der Pflanzen — 5,00 €

In dieser Broschüre erfahren Sie Wissenswertes zu Heilpflanzen und zur natürlichen Immunstärkung durch Phytotherapie, Homöopathie, Schüssler Salze u. v. m.

DNB Ratgeber

Alle Bücher erhältlich bei den Naturheilvereinen und dem Deutschen Naturheilbund.

Der jährliche „Tag der Naturheilkunde“ ist eine Initiative des Deutschen Naturheilbundes.
www.naturheilbund.de

TAG DER NATURHEILKUNDE

Bundesweite Aktionstage

Sa. 16. Okt. 2021

Naturheilverein Musterstadt e.V.

Natürlich – Immun – Stark

Wir laden Sie herzlich ein!

INFO + PROGRAMM

Gesundheit – wie geht das?

Durch die Ereignisse im Jahr 2020 hat sich dieses Thema fast von selbst ergeben. Für uns alle war vieles von heute auf morgen plötzlich anders. Das ganze Jahr war voll von Herausforderungen, Neuem, Unvorhersehbarem, aber auch oft verbunden mit Sorgen und Unsicherheiten bis hin zu massiven Ängsten. Das alles hat jeden ein Stück weit erschöpft, aber gerade jetzt sollte doch das Immunsystem topfit sein.

Beginnen möchte ich mit einem Zitat von Friedrich Schiller, das an der Stadtmauer von Marbach/Neckar zu lesen steht: „Der gebildete Mensch macht die Natur zu seinem Freund." Ja, die Natur ist unsere zuverlässige und stets tragfähige Basis, eine Quelle, die uns immer gut versorgt. Wichtig ist es, mit der Kraft der Natur zu leben, und nicht gegen deren Prinzipien. Die gute Botschaft hier: Es ist alles da, was wir brauchen!

Anregungen dazu bieten Ihnen unsere Naturheilvereine bei Ihren vielfältigen Veranstaltungen.

Wir freuen uns auf Ihr Interesse und Ihre Teilnahme!

Herzlichst

Ursula Gieringer

Ursula Gieringer

Vize-Präsidentin
Deutscher Naturheilbund eV

Aktionsthema 2021:

Natürlich – Immun – Stark

Unser Immunsystem – ein wahres Wunderwerk! Es ist kein einzelnes Organ, sondern ein komplexes, perfekt abgestimmtes und über den ganzen Körper verteiltes Netzwerk. Das Besondere daran ist, dass Reize dieses System stärken. Um eine Immunität aufzubauen, muss erst eine Infektion überwunden werden. Deshalb sind leichte Infekte ein gutes Training für unser Immunsystem, weil es sonst zu überschießenden Reaktionen auf harmlose Stoffe wie z. B. Blütenpollen neigt. Die Auseinandersetzung mit Schmutz und Keimen in jungen Jahren ist eine wichtige Voraussetzung für eine normale Entwicklung des Immunsystems.

Stark sein bedeutet, Angriffe oder Niederlagen als Schritte einer Entwicklung zu sehen! Im Rückblick auf das Krisenjahr, das uns in vielerlei Hinsicht geschwächt hat, gab es doch auch viel Gutes und Neues, das aus der Not geboren oder „reanimiert" wurde. Viele haben plötzlich mehr Zeit und sind öfter in der Natur, kreative Lösungen sind gefragt, es wird wieder mehr zuhause gekocht – überhaupt: Man erinnert sich vielleicht an frühere, einfachere Zeiten. Und man macht sich bewusst: Was stärkt mich, meine Psyche und mein Immunsystem?

Seit Beginn des vergangenen Jahres erleben wir „ver-rückte" Zeiten. Oft fällt es uns schwer, ganz bei sich, in seiner Mitte und in seinem Vertrauen zu bleiben. Doch es gibt ein breites Spektrum von Möglichkeiten, sein Immunsystem zu stärken. Die Angebote sind so vielfältig wie die Bedürfnisse der Menschen. Vielleicht braucht es eine andere Ernährung, mehr Bewegung, mehr Stille, mehr Vitalstoffe oder eine Reiztherapie, z.B. eine Kaltwasseranwendung? Der Deutsche Naturheilbund und die Naturheilvereine bieten in Publikationen und Seminaren zu den 6 Säulen der Naturheilkunde viele unterschiedliche Ansätze und Methoden an. Natürlich gibt es kein Patentrezept, aber bei dieser Fülle ist sicherlich für jeden etwas Wirksames dabei.

Unser Körper will gesund sein und verfügt von Natur aus über wunderbare Reparaturmechanismen, die es wirksam zu unterstützen gilt. Wir haben viele Möglichkeiten, unsere Gesundheit zu stärken, denn: „Gesundheit kommt von innen!" Und die allereinfachste Methode ist das Lachen: Humor und Hoffnung helfen uns, schwierige Situationen zu überwinden.

Bleiben Sie gesund, stark und ganz in Ihrer Mitte!