

200 Jahre Kaltwasser-Heilbehandlung Thema beim Tag der Naturheilkunde 2022:



In diesem Jahr feiern wir die Gründung des ersten hydrotherapeutischen Instituts der Welt vor 200 Jahren durch den schlesischen „Wasserheiler“ Vincenz Prießnitz am Gräfenberg (heute: Lázne Jeseník, Tschechien). Damit legte der geistige Gründervater unseres Verbandes den Grundstein in einem neuen ärztlichen Fachbereich: der Hydrotherapie. Es versteht sich von selbst, dass sich das Jahresthema 2022 für unseren Tag der Naturheilkunde um das Thema Wasser dreht.

Zu dem Element Wasser gibt es allein unzählige Fakten und interessante Dinge zu nennen, sei es zum Wasser als Lebensmittel, als Energiespender und Therapeutikum. Doch unendlich spannend ist ebenso die Entwicklung der Badekultur und deren Wasseranwendungen, nicht nur der letzten 200 Jahre, sondern auch Tausende von Jahren zuvor. Die Veränderung der Wasserqualität mit der Entwicklung der Zivilisation, die schon damals politischen Einflussnahmen und die daraus erfolgenden biologischen Veränderungen, sind in jeder Epoche beeindruckend. Ursprünglich wurde in basischen Wasser tage- und wochenlang gebadet. Der Erfolg war so groß, dass sich daraus der Begriff „Jungbrunnen“ entwickelt hat. Die Stellung der „Baders“ war

bemerkenswert; er war über lange Zeiten der wichtigste Therapeut. Aber, die Dinge haben sich im Wandel der Zeiten auch immer wieder verändert. Deshalb auch der Blick darauf: Was versteht man heute unter Wasseranwendungen? Was ist an Wissen verloren gegangen? Was kommt heute wieder mehr ins Bewusstsein?

Wir sind gespannt, welche Themen und Schwerpunkte unsere Naturheilvereine bei ihren örtlichen Veranstaltungen aufgreifen werden. Wie in jedem Jahr unterstützt der Dachverband seine teilnehmenden Vereine mit umfangreichen Werbematerialien.

Im Spätsommer des Jahres erscheint auch das Buch „Heilung durch Wasser – Von Vincenz Prießnitz zur modernen Selbstbehandlung“, in dem der Medizinjournalist und Autor Dr. Jürgen Helfricht auf unterhaltsame Weise schildert, wie ein einfacher Bauer zum Pionier der modernen Naturheilkunde und zum geistigen Gründervater des Naturheilbundes wurde. Ein Schwerpunkt des Buches liegt auch auf praktischen Hinweisen zur Selbstanwendung von Bädern, Güssen, Schwitzpackungen, Waschungen und Wickeln.

Fortsetzung Seite 2

Was mich bewegt



Was ist wirklich echt, was ist nur Reklame und was ist überzeugend? Der österreichische Physiker Florian Aigner hat das „Grander-Wasser“ und den damit verbundenen Einbau von Geräten zur Wasseraufbereitung als völligen Unfug bezeichnet. Ein bayrisches TV-Magazin hat daraufhin Gemeindevertreter befragt, warum sie so etwas in die örtliche KITA oder das Rathaus eingebaut haben, und das auch noch mit Steuermitteln. Die Grundidee von Johann Grander (1930-2012) war es, die Wasserstruktur positiv zu beeinflussen und das Wasser zu verbessern. Als selbstständiger Unternehmer entwickelte er Produkte, die mittlerweile im großen Stil vermarktet werden. Florian Aigner beruft sich auf DIE Wissenschaft, deren Erkenntnisse und leitet daraus einen gesamtgesellschaftlichen Konsens ab. Was bedeutet das? Weil für die Grundidee von Johann Grander kein von Florian Aigner anerkanntes wissenschaftliches Design vorliegt, ist die Idee vom „Grander-Wasser“ abzulehnen. Das sollte auch die gesamte menschliche Gesellschaft tun, findet Florian Aigner. Er behauptet die GemeindevertreterInnen wären einem Schwindel aufgesessen und fordert den Rückbau der installierten Geräte. Die Vertriebsfirmen verweisen auf eigene Studien, die Florian Aigner sofort in der Luft zerpfückt. Das bayrische TV-Magazin hat Menschen befragt, ob sie denn Unterschiede schmecken würden? „Da schmecke ich gar nichts,“ war die erhellende Antwort. Warum mich diese Episode bewegt? Sie haben es bestimmt schon erraten: Florian Aigner ist aktiver Skeptiker, Mitglied der GWUP und hat mit „SKEPKON“ ein eigenes Medium.

Mit herzlichen Grüßen Nora Laubstein,
Präsidentin des DNB

Für jeden wird nachvollziehbar erklärt, wie diese sich zur Abhärtung, Schmerzlinderung und unterstützenden Behandlung vieler Leiden nutzen lassen. Dr. Jürgen Helfricht schrieb bereits 2006 seine Dissertation über den „Pionier der Naturheilbewegung Vincenz Prießnitz 1799–1851 und die Rezeption seiner Hydrotherapie im deutschsprachigen Raum bis 1918“. Für dieses Werk verlieh ihm der Deutsche Naturheilbund zum 125. Verbands-Jubiläum 2014 die „Prießnitz-Medaille“. Auch bei der Einrichtung eines historischen Archivs für literarische Schätze der Naturheilkunde steht der rührige Medizinerjournalist dem Naturheilbund beratend zur Seite.

Ursula Gieringer, Vize-Präsidentin DNB

SPECIAL OFFER

EXKLUSIV FÜR UNSERE MITGLIEDER Bellicon Frühjahrs - Rabattaktion

10%- Nachlass vom 24.04. - 08.05.2022

Im oben genannten Zeitraum erhalten Sie bei der Bestellung eines bellicons 10% Rabatt. Einfach bei Ihrer Bestellung den DNB-Gutschein-Code im Warenkorb angeben.

Den Code und Bestellmöglichkeit finden Sie auf unserer Webseite unter www.naturheilbund.de/bellicon. Bei Einlösung wird der Rabattbetrag direkt abgezogen.

Naturheilvereine in Bewegung

„Durch Bewegungsangebote wie Kräuterwanderungen, Gehen mit den Smovey-Ringen oder dem Gesundheitstraining auf dem bellicon-Minitrampolin gewinnen wir junge Menschen für unsere Vereinsveranstaltungen“ so lautet die Erfahrung der Vereinsvorsitzenden (NHV Esslingen) und DNB-Mitgliederbeauftragten Elke Wörfel. Bestätigen kann dies der „Freundeskreis Naturheilkunde im Schloss e.V.“, wo „Naturheilkunde-Beraterin DNB“ und „bellicon-health-Trainerin“ Gabi Thiede regelmäßige wöchentliche Trainingsstunden anbietet. „Mein Schwerpunkt liegt auf dem Gesundheitstraining für alle Altersgruppen“, betont Gabi Thiede. „Weniger springen, mehr schwingen!“ lautet ihre Devise. Schon

moderates Training verbessere die Beweglichkeit, rege den Stoffwechsel- und die Herz-Kreislaufaktivität an, lindere Rückenschmerzen und massiere die Bandscheiben und vieles mehr. „Ganz zu schweigen von der Freude und dem Spaß, den das Trampolintraining bringt!“ So die engagierte Naturheilkundeberaterin. Ebenso diesen Trend aufgegriffen hat die Naturheilgesellschaft Stuttgart e.V. und bietet am 27. Mai einen bellicon-Workshop an. Bei Interesse an der Durchführung einer Veranstaltung mit dem bellicon kann sich Ihr Ortsverein in der Bundesgeschäftsstelle des Naturheilbundes melden, wir sind bei der Organisation behilflich.
Sabine Neff, DNB Bundesgeschäftsführerin

Effektives und gesundheitsförderndes Training mit dem bellicon Minitrampolin – Tipps und Praxis – Filmbeitrag unter www.youtube.com/Naturheilbund Bereits über 17.000 Klicks!



MINITRAMPOLIN MIT MAXIMALER WIRKUNG

FIT UND GLÜCKLICH MIT DEM BELLICON®

Rückenschmerzen lindern

Druck- und Zugsbewegungen lösen Verspannungen und massieren die Bandscheiben.

Lymphfluss und Detox

Erhöht die Pumpwirkung der Muskulatur und beschleunigt den Lymphfluss sowie die Entgiftung des Körpers.

Schwungvolle Entspannung

Schwingen fördert die Produktionen von Endorphinen sowie den Abbau von Stresshormonen.



SWISS DESIGN



Und wieder gibt es neue DNB-BeraterInnen
ERFOLGREICHES ABSCHLUSSWOCHELENDE IM SCHLOSS



Strahlende Gesichter beim Abschlussfoto – Auch Gert Dorschner, ärztlicher Leiter der Ausbildung (links im Bild) freut sich mit den Absolventen und Seminarleitern.

Mit Musik geht alles besser – sogar das Prüfungswochenende, so die einhellige Meinung aller LehrgangsteilnehmerInnen nach bestandener Prüfung. Der erfahrene Musikpädagoge Walter Seitz verstand es, am Samstagmorgen allen ein wenig die Nervosität zu nehmen mit seinem Unterricht in „alltagstauglichen Meditationen“, „Klopfakupressur“ und „Finger-Yoga“. Musik und Gesang nach dem Motto „Singen ist heilsam“ taten ein übriges und sorgten für gute Stimmung. Als große Herausforderung sahen viele TeilnehmerInnen die Präsentation der Abschlussarbeit vor der ganzen Gruppe, die wieder am Samstagnachmittag stattfand. Doch es ist eine seltene Gelegenheit, das Präsentieren eines Themas - und sich selbst- in einem geschützten Rahmen zu üben. Gegenseitiges Ermutigen, Lob und freundliche Anregungen ließen schnell manche Unsicherheit verfliegen und der Stolz auf die eigene Leistung waren am Ende groß. Am Sonntag erwartete

dann der ärztliche Leiter der Ausbildung, der erfahrene Ganzheitsmediziner Gert Dorschner, gemeinsam mit Bundesgeschäftsführerin Sabine Neff, die TeilnehmerInnen zur mündlichen Abschlussprüfung. Im Gespräch berücksichtigt wurden zum Beispiel Fehler der Zwischenprüfungsfragen, die Inhalte der Abschlussarbeit oder die Frage, was man/frau mit der Ausbildung anfangen möchte. Die Ausbildung „Naturheilkunde-BeraterIn DNB“ ist ein wohl einzigartiger „Rund-um-Schlag“ in allen wichtigen Bereichen der Naturheilkunde und kann sehr hilfreich bei der Findung des eigenen Zukunftsweges oder als Ergänzung im ausgeübten Beruf sein. Auch eine Weiterbildung als HeilpraktikerIn ist für manche eine Option, um Menschen behandeln und therapieren zu dürfen. Dafür bietet sich ideal die Akademie für Ganzheitsmedizin in Heidelberg an. Sabine Neff, DNB Bundesgeschäftsführerin

Werden Sie

Naturheilkunde-Berater/in DNB®

Der Lehrgang über naturheilkundliches Basiswissen für Alltag und Beratungspraxis.

NEU: Sommer-Wochen-Ausbildung 2022

Diese ärztlich geleitete Original-DNB®-Ausbildung umfasst sieben Präsenz-Tage, inkl. Prüfungstag.

ODER: Ausbildung mit Start September 2022

Umfang: 4 Präsenz-Wochenenden, Prüfungstag und Selbstlernphasen, Zeitrahmen ca. 5 Monate.

Termine, Info und Anmeldung:

Deutscher Naturheilbund eV
 Am Anger 70 • 75245 Neulingen • Tel. 07237-48 48 799
 info@naturheilbund.de • www.naturheilbund.de



Black Forest

Das **stille** Mineralwasser
 aus dem
Schwarzwald.



Black Forest ist niedermineeralisiert

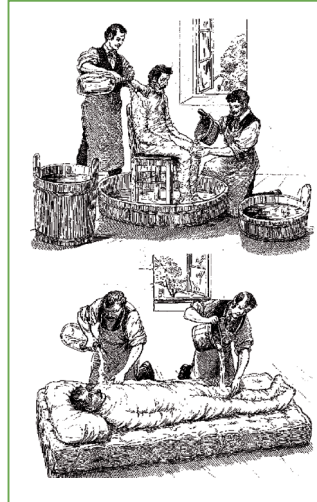
- Von Öko-Test mehrfach mit „sehr gut“ ausgezeichnet
- Alle PET-Flaschen aus 100 % Recyclingmaterial
- PET-Flaschen frei von Weichmachern
- Zur kochsalzarmen Ernährung auch bei Bluthochdruck und Diabetes geeignet.
- Ideal für die Zubereitung von Babynahrung





Prießnitzwickel

als wichtiges Therapieangebot in der Prävention, der Salutogenese und der integrativen Medizin



Vincenz Prießnitz`Liebe und Respekt der Natur gegenüber, seine bedingungslose und empathische Menschenliebe bildeten den Grundstein für sein erfolgreiches therapeutisches Heilverfahren.

Seine allumfassende Heilkunde wirkte auf körperlicher, seelischer auch biographischer Ebene mit Einbeziehung der Elemente Wasser, Licht, Luft, Sonne sowie Ernährungsfragen und Vermittlung von Tagesrhythmen.

Beeindruckend in seiner therapeutischen Haltung und Vorgehensweise ist seine individuelle Anamnese und der daraus resultierenden therapeutischen Zielsetzung.

Anhand seiner Erfahrung, Intuition und Patientenbeobachtung (Wärmeorganismus, Konstitution, Kräftehaushalt, seelischer Zustand, Sprache und Bewegungsfluß) legte Prießnitz die individuelle Therapie fest (Temperatur der Wickelwasseranwendung, Schwitzpackungen, Sonnenbäder, Bewegung an der frischen Luft, Ernährungsumstellungen etc.)

Er sah Gesundheit nicht als „Zustand“, sondern als Prozess an. Er versuchte, Gesundheitspotentiale des Patienten zu aktivieren und zu stärken.

DER NATUR FOLGEN UND NICHTS ERZWINGEN.

SIE MÜSSEN GEDULD HABEN.

DER WAHRE ARZT WOHNTE IM MENSCHEN SELBST.

Zitat aus „Quellen der Naturheilkunde“,
Dr. med. Helga Löhnitz

Die körpereigenen Selbstheilungskräfte werden angeregt, Abwehrkräfte gestärkt, die Ausleitung über die Haut wird angeregt, es wird ein thermischer Reiz gesetzt, auf den der Organismus reagieren kann (Reiz - Reaktion- Regulation).

In unserer heutigen Zeit ist die Naturheilkunde wichtiger denn je, im Hinblick auf die Umweltbelastungen, der Zunahme chronischer Erkrankungen und aktuell in der Stärkung unseres Immunsystems.

ZUM GESUNDWERDEN GEHÖRT CHARAKTER

Zitat aus „Quellen der Naturheilkunde“,
Dr. med. Helga Löhnitz

Vincenz Prießnitz war Wegbereiter und Vordenker für eine zeitgemäße und moderne Naturheilkunde, die die Eigenverantwortung des selbstbestimmten Menschen hin zu einer gesunden Lebensweise anregt und unterstützt und die persönliche Kompetenz fördert.

Birgit Breit, Heilpraktikerin, Krankenschwester, DNB-Ausbildungsdozentin

mit naturheilkundlichen Therapeuten

Es gibt viele Informationen über schulmedizinische, aber nur wenige über naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten. Die Telefonprechstunde 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 Therapeuten aus unseren Vereinen bzw. dem wissenschaftlichen Beirat. Diese kostenfreie telefonische Beratung ersetzt jedoch nicht eine körperliche, medizinische Untersuchung.

Melden Sie sich bei der Bundesgeschäftsstelle des DNB zu den üblichen Bürozeiten unter Tel. **07237/4848-799** oder schreiben Sie eine Mail an **dnb-sprechstunde@naturheilbund.de** Unsere Therapeuten melden sich zeitnah.

Am Therapeuten-Telefon im Mai:



Jörg A. Mietz
Heilpraktiker,
Schmerztherapeut
und Chiropraktiker



„Zehn vor halb“

kostenfreie Live-Online-Veranstaltung des DNB (einmal im Monat von 19.20 h – 19.50 h)

Thema am 19. Mai, 19.20 Uhr:

Schadstoffe im Wasser und deren Auswirkungen im Körper. Probleme erkennen und Lösungsvorschläge.“

Infos und Zugangslink unter www.naturheilbund.de

IMPRESSUM

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

Herausgeber & Redaktionsanschrift:

Deutscher Naturheilbund eV, Schloss Bauschlott
Am Anger 70, 75245 Neulingen
Tel. 07237/4848-799 • Fax 07237/4848-798

E-Mail: info@naturheilbund.de

Internet: www.naturheilbund.de

Redaktion dieser Ausgabe:

Nora Laubstein (Verantw.), Sabine Neff

Bilder: Privat vom DNB/Archiv, Pixabay, fotolia

Druck: BONIFATIUS GmbH, Paderborn

Erscheinungsweise:

Monatliche Ausgabe eingehftet 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.