



# Naturheilverein

Viernheim und Umgebung e.V.

Interessengemeinschaft für gesunde Lebensweise  
Mitglied des Deutschen Naturheilbundes e.V.

Claudia Klier · Am Neuen Weinberg 6 + 8 · 68519 Viernheim · Tel/Fax 0 62 04 - 7 80 61 · NHV-Viernheim@freenet.de

## Informationen 2003

Januar – Februar – März

# 1

**Wie gesund ist die Milch wirklich?**

**Vortrag 15. Januar 2003**

Seite 2



**Rüdiger Dahlke in Viernheim!**

**Vorträge am 28. Januar 2003**

Seite 6

**Die Leber -**

**unser wichtigstes Entgiftungsorgan**

Diagnostik und Therapie aus naturheilkundlicher Sicht

**Vortrag 19. Februar 2003**

Seite 3

**Craniosacrale Körpertherapie –**

**eine sanfte Heilmethode**

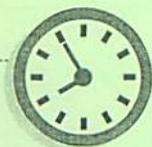
**Vortrag 19. März 2003**

Seite 4

---

**Veranstaltungen** des Naturheilvereins gibt es jeden Monat am **3. Mittwoch, 20:00 Uhr** in der **Kulturscheune** (hinter dem Hallenbad, Satonévriplatz)  
Eingang Wasserstraße  
Eintritt: 1,50 € für Mitglieder, 3 € für Gäste

## Themenabend



Am Mittwoch, 15. Januar 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune

### Wie gesund ist die Milch wirklich?

Referentin: Danielle Bruckmaier  
Ernährungsberaterin aus Weinheim

Es ist üblich, dass man die Milch als etwas Gutes ansieht. Über die Nachteile ist wenig bekannt. Da sie in den letzten Jahrzehnten von der Milchwirtschaft als unverzichtbares Getränk, ja sogar als unverzichtbare Calciumquelle angepriesen wird, muss mit diesem Milchmythos von ärztlicher Seite endlich einmal ins Gericht gegangen werden.

Das erste Problem bei den Milchprodukten ist ein Mengenproblem. Wenn wir also als Mensch eine artfremde Milch oder Milchprodukte zu uns nehmen, so kommt es bei einer ganz gewissen Gruppe von Menschen, und die ist nicht so klein, zu krankhaften Erscheinungen: Überempfindlichkeitsreaktionen auf das artfremde Eiweiß, allergische Krankheiten.

In diesem Vortrag wird gezeigt, welche Milchprodukte bevorzugt und welche gemieden werden sollten. Es wird auf die Gründe der Milchunverträglichkeit hingewiesen.

## Feng Shui !

Höhere Wohn- und  
Lebensqualität

Gesundheit, Erfolg  
und Wohlstand in  
Ihren Räumen



QI-MAG

Barbara Treichel  
geobiologische Beraterin  
und Messtechnikerin  
Dipl. Feng Shui Beraterin

Ihre individuelle  
Feng Shui-Beratung  
für Privat und Geschäft

Störfelduntersuchung

Messung von Elektrosmog

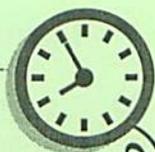
Raumgestaltung

Beratung bei Grundstückserwerb u. Neubauprojekten

Volkerstr. 2, 68519 Viernheim  
Tel. + Fax: 06204-76323  
fengshui@firemail.de  
www.ourvitalworld.com

## Themenabend

Am Mittwoch, 19. Februar 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune



Termine Termine

### Die Leber - unser wichtigstes Entgiftungsorgan Diagnostik und Therapie aus naturheilkundlicher Sicht

Referentin: Carola D. Mexis  
Heilpraktikerin aus Mannheim

Die Referentin klärt über äußere und innere Kennzeichen einer Leber-Gallen-Problematik auf.

Unter anderem spricht sie über folgende Themen:

Wie erkennt man eine Lebererkrankung: im Gesicht, an den Ohren, an den Füßen und an den Händen?

Welche psychischen Merkmale weisen Leber-Galle-Patienten auf?

Was sagt eine Cholesterinerhöhung aus und wie kann man sie behandeln?

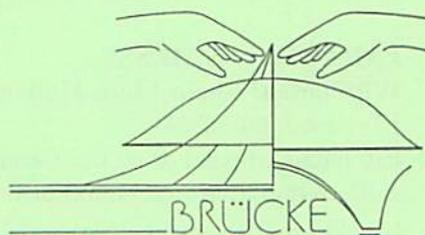
Wie kann ich Arteriosklerose vorbeugen?

Welche Nahrungsmittel sollten Leber-Galle-Patienten bevorzugen?

Welche Umweltschadstoffe belasten die Leber?

Unterstützende orthomolekulare (Vitamine + Mineralstoffe) und pflanzl. Therapie bei Leberleiden

Wie kann ich Herzinfarkt und Schlaganfall vorbeugen?



Verein für gegenseitige Hilfe e.V. in Viernheim

"Bürger helfen Bürgern"

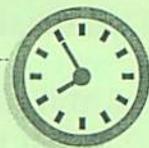
Möchten auch Sie mitmachen?

Sie erreichen uns in Viernheim

Molitorstr. 25 · Tel: 620053 oder 0179-6163065 · Fax: 602648

Bürozeiten : Montags von 10 – 12 Uhr

## Themenabend



Am Mittwoch, 19. März 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune

### Craniosacrale Körpertherapie – eine sanfte Heilmethode

Referentin: Karin Frank  
Heilpraktikerin aus Dossenheim

Der craniosacrale Rhythmus ist neben dem Herzschlag und dem Atem der dritte und zugleich langsamste Rhythmus unseres Körpers. Durch diese Pulsation wird die Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit sanft zwischen Cranium (Kopf) und Sacrum (Kreuzbein) hin- und herbewegt. Der craniosacrale Rhythmus ist von zentraler Bedeutung für die Gesundheit und das Wohlbefinden.

Wird dieser Rhythmus z.B. durch Anspannung, Stress und körperliche Blockaden behindert, so kann das eine Vielzahl von Krankheitsbildern, wie Kopfschmerzen, Migräne, Rücken- und Bandscheibenprobleme, Kieferprobleme, Schwindel, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen u.a. zur Folge haben.

Durch einfühlsame Behandlung löst craniosacrale Therapie Verspannungen und Blockaden. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert, der Körper kommt wieder ins Gleichgewicht.

Der Vortrag gibt einen Überblick über diese sanfte Körpertherapie und vermittelt einen praktischen Eindruck durch die Vorführung einer Kurzbehandlung.



### PARACELSUS MESSE

Wiesbaden/ Rhein-Main-Hallen

17. - 19. Januar 2003

Ein einzigartiges Forum der Gesundheit mit ca. 200 Ausstellern und 80 Referenten. Für Profis und Laien.

Mit Mitgliedsausweis Preisermäßigung!

**NICOLE GRÄFF**

Vita Gesundheits-  
und Lebensberatung

68519 Viernheim  
Maria-Mandel-Str. 3  
Tel. 06204 / 7 91 92



- Reiki Energie-Behandlungen und Ausbildungen
- Aromaöl-Entspannungsmassagen
- Individuelle Austestungen (mit Biotensor)  
z.B. Allergien, Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe
- Blütenessenzen und deren Austestung
- Fußreflex-Entspannungstreichungen
- Geführte Traumreisen

Termine Termine

## “Märchenhaftes” Seminarangebot



Am Samstag, 15. März 2003 in Viernheim, 10 bis 17 Uhr  
“Spieglein, Spieglein an der Wand...”

Über die Symbolsprache des Märchens uns selbst begegnen  
Tagesseminar mit Edelgard Hock (Heilpraktikerin in Viernheim)

Märchen haben eine große Kraft und wirken über innere Bilder (Imaginationen) auf unsere Seele. Märchen können Lebenshilfe sein. Ursprünglich hatten sie sogar die Funktion des Heilens. Märchen zeigen Wege aus Angst und Symbiose, machen Mut und setzen schöpferische Prozesse frei.

Durch den spielerischen Umgang mit Märchen bietet dieses Tagesseminar die Möglichkeit über deren Symbolsprache neue Seiten in uns kennen zu lernen. Wir können König und Bettelmann, Hexe und gute Fee, Riese und Zwerg, den strahlenden Helden ebenso wie das verlassene Kind wieder in uns entdecken. Durch die Integration gegensätzlicher Seiten können wir unseren Handlungsspielraum im Alltag ganz enorm erweitern. Wege in die Autonomie und zu einem größeren schöpferischen Gestalten unserer Lebenssituation werden frei.

Um ein effektives Arbeiten zu ermöglichen ist die Teilnehmerzahl auf 12 Personen begrenzt.

Seminargebühr für Mitglieder: 45,-€, für Nichtmitglieder 55,-€  
Anmeldung: Claudia Klier, Telefon: 06204-78061 oder  
Edelgard Hock, Telefon: 06204-76053



Termine Termine

*Bücher machen Lust auf viel Meer*

**BUCHHANDLUNG**

**Schwarz**

auf

**Weiß**

Rathausstr. 45, Viernheim  
**06204-602580**



# Rüdiger Dahlke spricht in Viernheim am Dienstag, 28. Januar 2003 im Bürgerhaus Viernheim



18.30 Uhr:

“Krankheit als Sprache der Seele”

20.30 Uhr

“Aggression als Chance”

Eintritt pro Vortrag: 8,- €, Kombikarte 14,- €

Kartenreservierung unter Tel.: 06204-6068-0 · Fax: 06204-606820  
e-Mail: habel.viernheim@t-online.de

**Eine Gemeinschaftsveranstaltung von:**

**BUCH HABEL**

Viernheim

*Bücher und mehr*



**Naturheilverein**

Viernheim und Umgebung e.V.

Kontakt: Claudia Klier, Tel. 06204/78061

TEAGARDEN



BUTTERFLY

Rathausstraße 41c  
68519 Viernheim  
Tel. und Fax:  
06204 620624

Öffnungszeiten  
Montag – Freitag  
9.30 – 12.30 Uhr  
14.30 – 18.30 Uhr  
Samstag  
9.30 – 12.30 Uhr

SEEMANN  
CLEAN-OUT

BASIC BODY CARE  
Das basische clean-out Konzept

\*

Tees aus kontrolliert  
biologischem Anbau

\*

Ayurvedische Tees

\*

Aloe Vera Produkte



## Mineralstoffe nach Dr. Schüssler

Zur Vorsorge und Behandlung von Befindlichkeitsstörungen und bei vielen Erkrankungen

### Nr. 1 Calcium fluoratum (D12)

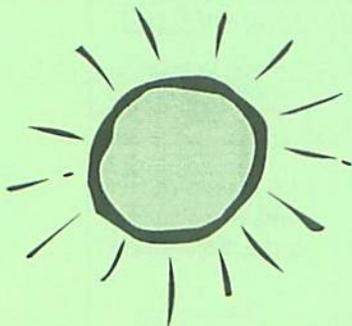
Wichtigstes Mittel für das Stützgewebe. Gibt dem Gewebe Schutz, Elastizität, Spannung und Form. Besonders für den Aufbau und die Gesunderhaltung der Knochen, der Zähne, des Binde- und Stützgewebes, der Muskeln und Sehnen, der Gefäße und selbst der Augenlinse braucht der Mensch Calcium Fluoratum.

Ein Mangel führt zu Gewebsverhärtungen und verstärkter Brüchigkeit. Mangelzeichen: Schwielen, Schrunden, Hornhautbildung, Risse an den Händen und Lippen, Schuppenbildung der Haut, vorzeitige Alterung der Haut, trockene, spröde Haare, Haarausfall, Überbeine, Haltungsschäden, Osteoporose, Bänderschwäche, Krampfadem, Hämorrhoiden, Verhärtungen der Blutgefäße (Arteriosklerose), durchsichtige Zahnschmelzen, Karies, Trübung der Augenlinse (grauer Star), Organsenkungen, Brusterschlaffung (Bindegewebsschwäche).

Calcium fluoratum sollte als langsam wirkendes Mittel über eine längere Zeit (zur Unterstützung der Aufbauprozesse) regelmäßig eingenommen werden. Ergänzungsmittel sind Calcium phosphoricum und Silicea. Für Kinder wichtiges Aufbaumittel zur Knochen- und Zahnbildung.

Serie zum Sammeln

# Ich lese!



## BUCH HABEL

Viernheim

Bücher und mehr

Rhein-Neckar-Zentrum, Viernheim  
Tel. 06204-60680 · Fax 606820

“Die Kinder von heute sind  
Tyrannen....

Sie widersprechen ihren Eltern,  
sie schwatzen in Gegenwart  
anderer, schmatzen beim  
Essen und ärgern ihre Lehrer”

*Das hat Sokrates gesagt.  
470 bis 399 vor Christi Geburt.*

**SEEMANN**  
CLEAN-OUT  
BASISCHE  
ENTSCHLACKUNGSKUR

Tel. Beratung: Teagarden  
Karin Maier Butterfly  
0621/706319 06204/620624

**Feiner Salat** – preiswert und reich an Vitaminen  
Gelbe Rüben, Sellerie und Apfel fein reiben und mit Joghurt, Pfeffer und Salz würzen. Mit Dill oder Petersilie überstreuen.  
Interessante Variante: Wahlweise Orangen- oder Mandarinstückchen und einige Walnüsse zugeben.

### Einfacher sächsischer Kartoffelkuchen

Schmeckt am besten warm zu Kaffee

**Zutaten:**

375 g Mehl  
30 g Hefe  
9 Essl. Milch  
180 g Zucker  
1 Tl Salz  
1 Tl Zitronenschale  
2 kg Kartoffeln  
(mehlig kochend)  
90 g Butter  
1 – 2 Eier  
125 g Mehl zum Auswellen  
60 g Butter zum Bestreichen  
Staubzucker

**Zubereitung:** Kartoffeln kochen, pellen, abkühlen lassen, fein reiben, Mehl dazugeben, in die Mitte die Hefe, Milch und etwas Zucker zufügen und zu einem Vorteig verarbeiten. 10 Min. gehen lassen. Butter zerlassen, mit den Eiern verrühren, Zucker dazu, ebenso Salz und Zitronenschale. Alles zusammen zu einem Knetteig rühren.

1 ½ cm dick auswellen, mit zerlassener Butter bestreichen und 25-30 Min. backen. Nach dem Abkühlen mit Staubzucker leicht pudern.



**Christian**  
DER TREKKING- UND OUTDOOR-SPEZIALST

**DER AUSRÜSTER**

**Das alles gibts bei mir:**



**Ich freue mich sehr auf Dein Kommen, Christian Stakelbeck**

Heidelberger Str. 47  
68519 Viernheim  
Tel.: (0 62 04) 6 76 88  
Fax (0 62 04) 6 78 84  
eMail: [Christrekk@aol.com](mailto:Christrekk@aol.com)

**P** kostenlose Parkplätze direkt vor der Tür.

GEMACHT VON Heidi & Heidi



# Naturheilverein

Viernheim und Umgebung e.V.

Interessengemeinschaft für gesunde Lebensweise  
Mitglied des Deutschen Naturheilbundes e.V.

Claudia Klier · Am Neuen Weinberg 6 + 8 · 68519 Viernheim · Tel/Fax 0 62 04 - 7 80 61 · NHV-Viernheim@freenet.de

## Informationen 2003

April – Mai – Juni

# 2

### Sich gesund denken!

Wie Sprache – die innere Stimme oder Vorstellung –  
ihr Wohlbefinden fördern kann

Vortrag 16. April 2003

Seite 2

### Akupunktur

Sanftes Heilen aus dem fernen Osten

Vortrag 21. Mai 2003

Seite 3

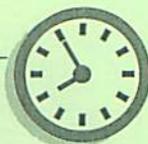
### Homöopathie für Hunde und Katzen

Vortrag 18. Juni 2003

Seite 4

Veranstaltungen des Naturheilvereins gibt es jeden Monat am  
3. Mittwoch, 20:00 Uhr in der Kulturscheune (hinter dem  
Hallenbad, Satonévriplatz) Eingang Wasserstraße  
Eintritt: 1,50 € für Mitglieder, 3,00 € für Gäste

## Themenabend



Termine Termine

Am Mittwoch, 16. April 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune

### Sich gesund denken!

Wie Sprache – die innere Stimme oder Vorstellung – ihr  
Wohlbefinden fördern kann

Referentin: Regina Maria Bach

Lehrerin, Beratungslehrerin, NLP-Trainerin

Wenn Sie ihre Gesundheit oder ihr Wohlbefinden positiv beeinflussen wollen, dann ist es gut und förderlich, ihre Aufmerksamkeit nach innen zu lenken. Denn unsere Gedanken, unsere Vorstellungen und unsere inneren Stimmen sind ständig aktiv und manche Menschen können sie gar nicht mehr abschalten. Sie werden dadurch vielleicht sogar krank.

An diesem Vortragsabend werden Sie anhand von verschiedenen Übungen ihre "innere Stimme" hören und erleben, wie Sie diese positiv für ihr Wohlbefinden nutzen können. Diesen Zusammenhang zwischen Sprache, Gedanken, Vorstellungen und Körperreaktionen zu erkennen, kann ihr gesundheitliches Wohlergehen unterstützen.

## Feng Shui !

Höhere Wohn- und  
Lebensqualität

Gesundheit, Erfolg  
und Wohlstand in  
Ihren Räumen



QI-MAG

Barbara Treichel  
geobiologische Beraterin  
und Messtechnikerin  
Dipl. Feng Shui Beraterin

Ihre individuelle  
Feng Shui-Beratung  
für Privat und Geschäft

Störfelduntersuchung

Messung von Elektromog

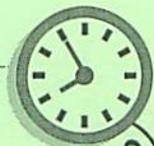
Raumgestaltung

Beratung bei Grundstück-  
erwerb u. Neubauprojekten

Volkerstr. 2, 68519 Viernheim  
Tel. + Fax: 06204-76323  
fengshui@firemail.de  
www.ourvitalworld.com

## Themenabend

Am Mittwoch, 21. Mai 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune



Termine Termine

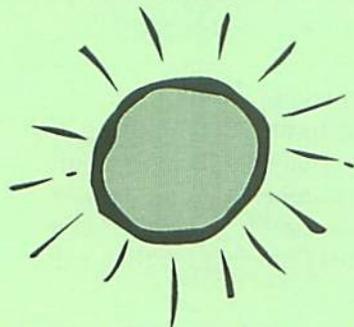
### Akupunktur – Sanftes Heilen aus dem fernen Osten

Referentin: Dr. Katja Bähr, Viernheim

Im Vergleich zu modernen, häufig wechselnden medizinischen Erkenntnissen hat die Akupunktur ihre gleichbleibende therapeutische Eigenart – Krankheiten durch Nadelreiz zu heilen oder zu lindern – bis heute unverändert erhalten. Dabei hat die Akupunktur heute auch unter den Medizinern der westlichen Welt breite Anerkennung gefunden. Das Jahrtausende alte Heilwissen wird bei den unterschiedlichsten gesundheitlichen Beschwerden von immer mehr Ärzten genutzt.

Der Vortrag wird neben der historischen Entwicklung einen Einblick in die chinesische Medizin geben. In der chinesischen Medizin wird nicht nur das einzelne Symptom sondern der gesamte Mensch als lebendiges Wesen betrachtet, das in seine natürliche soziale Umwelt eingebettet ist. Außerdem werden Anwendungsbereiche sowie Grenzen der Akupunktur anhand exemplarischer Krankheitsbilder herausgearbeitet.

# Ich lese!



**BUCH HABEL**  
Viernheim

**Bücher und mehr**

Rhein-Neckar-Zentrum, Viernheim  
Tel. 06204-60680 · Fax 606820

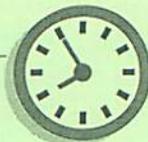
“Welch triste Epoche,  
in der es leichter ist,  
ein Atom zu zertrümmern  
als ein Vorurteil.”

(Einstein)

**SEEMANN  
CLEAN-OUT  
BASISCHE  
ENTSCHLACKUNGSKUR**

Tel. Beratung: Teagarden  
Karin Maier Butterfly  
0621/706319 06204/620624

## Themenabend



Am Mittwoch, 18. Juni 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune

### Homöopathie für Hunde und Katzen

Referentin: Isabell Frey  
Tierheilpraktikerin in Viernheim

In der heutigen Zeit spielen Allergien und andere Zivilisationskrankheiten nicht nur bei Menschen, sondern auch bei unseren Tieren eine immer größere Rolle.

Viele Menschen suchen dadurch nach Alternativen in der Naturheilkunde - auch für ihre Haustiere. Homöopathie bei Tieren ist eine sanfte Therapie bei diversen Krankheitsbildern. Bei nicht heilbaren Erkrankungen oder Alterserscheinungen kann eine homöopathische Behandlung zumindest zu einer größtmöglichen Lebensqualität beitragen. Wie auch im Humanbereich gibt es bei Tieren verschiedene Konstitutionstypen, auf die im Vortrag eingegangen werden wird. Das soziale Umfeld, Nahrungsfaktoren sowie psychische Einflüsse haben einen sehr hohen Stellenwert in der homöopathischen Behandlung - auch und gerade bei Tieren.

Die chronischen Erkrankungen werden ein weiterer Schwerpunkt des Vortrages sein, da gerade hier die Homöopathie sehr stark und erfolgreich eingesetzt werden kann. Ziel ist die Behandlung des gesamten Organismus, Förderung der Selbstheilungskräfte des Körpers und merkliche Verbesserung des Wohlbefindens des Tieres. Das "Prinzip der Ganzheitlichkeit" ist auch in der naturheilkundlichen Behandlung von Tieren Leitgedanke und Ziel.

### 1. Naturheiltage Viernheim

Vom 6. - 7. März 2004  
werden im Viernheimer  
**Bürgerhaus** erstmalig  
Naturheiltage stattfinden.

Interessierte Aussteller,  
Referenten oder Helfer  
bitte melden bei:  
Claudia Klier  
Telefon 0 62 04 / 7 80 61

#### Bitte vormerken:

Die **Jahreshauptversammlung** des  
Naturheilvereins findet am 7. Mai  
in der Weinstube Küfer, Ludwigstr. 30  
(Ecke Lorsche Str.) um 19:00 Uhr  
statt. Auch Gäste sind herzlich will-  
kommen.

Ab Mai: An jedem 1. Sonntag im  
Monat um 11:00 Uhr **Kräuter-  
führung** im Heilkräutergarten im  
Schloßpark Weinheim durch  
Frau Eichelroth. Besuch lohnt sich!



## Mineralstoffe nach Dr. Schüssler

Zur Vorsorge und Behandlung von Befindlichkeitsstörungen und bei vielen Erkrankungen

### Nr. 2 Calcium phosphoricum (D6)

Calcium phosphoricum ist an allen Vorgängen des Aufbaus und der Neubildung im Körper beteiligt und dämpft übersteigerte abbauende Stoffwechselprozesse.

Es ist ein wichtiges Mittel für Schwächezustände und Rekonvaleszenz, ist an der Knochen- und Zahnentwicklung beteiligt, normalisiert den Muskeltonus und fördert die Blutbildung und Wundheilung. Nach Dr. Schüssler ist Calcium phosphoricum ein "Funktionsmittel für anämische Zustände und Restaurationsmittel der Gewebe nach Ablauf akuter Krankheiten". Es ist auch ein wichtiges Mittel in der Schwangerschaft.

Ein Mangel führt zu Störungen in den Erneuerungs- und Aufbauvorgängen. Dies macht sich bemerkbar im Knochenstoffwechsel (Osteoporose, schlecht heilende Knochenbrüche), in der Muskelfunktion (Schwäche, Muskelkrämpfe) und in diversen vegetativen Störungen (Nervosität, Schlafstörungen, Herzklopfen, Hitzewallungen, Schwäche und Erschöpfungszustände).

Auf psychischer Ebene können sich diverse Ängste zeigen: Angst, übersehen zu werden, Angst vor Beengung oder Bedrohung und vor materiellem Verlust.

Calcium phosphoricum sollte - wie Calcium fluoratum - als langsam wirkendes Mittel über eine längere Zeitspanne regelmäßig eingenommen werden. Als Aufbaumittel wird es häufig mit Calcium fluoratum und Silicea kombiniert. Es ist ein bewährtes Nerven-, Beruhigungs- und Kräftigungsmittel und besonders häufig bei Frauen und Kindern angezeigt.

Serie zum Sammeln

**Der verlorenste aller Tage ist der,  
an dem man nicht gelacht hat.**

*(Chamfort)*

**NICOLE GRÄFF**

Vita Gesundheits-  
und Lebensberatung

68519 Viernheim  
Maria-Mandel-Str. 3  
Tel. 06204 / 7 91 92



- Reiki Energie-Behandlungen und Ausbildungen
- Aromaöl-Entspannungsmassagen
- Individuelle Austestungen (mit Biotensor)  
z.B. Allergien, Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe
- Blütenessenzen und deren Austestung
- Fußreflex-Entspannungstreichungen
- Geführte Traumreisen

Für Sie gelesen:



Buchtipps Buchtipps

**“Ihr Körper glaubt, was Sie ihm sagen” Serge King**

ISBN 3-89901-317-4 Aurum Verlag

Unser Körper reagiert auf Botschaften, die unser Gehirn ihm übermittelt – auf unsere Gedanken und Gefühle. Dass diese Botschaften krank machen können, wissen wir alle. Dieser Prozess lässt sich jedoch auch umkehren. Wir selbst entscheiden darüber, ob wir gesund oder krank sind. Und haben wir uns erst für Gesundheit entschieden, ist alles andere eine Sache der Übung.

Dieses Buch macht deutlich, dass Heilen eine natürliche, schöpferische Fähigkeit ist, die jedes menschliche Wesen besitzt. Es werden unterschiedlichste Techniken vorgestellt, die jeder sofort einsetzen kann.

**“Basenfasten – Schlank und vital ohne Leistungsverlust”**

Sabine Wacker, Dr. med. Andreas Wacker

ISBN 3-8304-2075-7 Haug Verlag

Der Titel ist zwar etwas irreführend, da Essen erlaubt ist - jedoch nur Nahrungsmittel, die basisch verstoffwechselt werden.

Dieses Buch ist ein sehr guter Ratgeber, wenn Sie langsam und effektiv abnehmen wollen und außerdem ihren Organismus von Schlacken und Giftstoffen befreien möchten. Außerdem erfahren Sie viel über gesunde Ernährung, Darmreinigung, Entsäuern und Entgiften. Zudem kommen Sie in den Genuss von über 80 Basen-Rezepten.

*Bücher machen Lust auf viel Meer*

**BUCHHANDLUNG**

**Schwarz**

auf

**Weiß**

Rathausstr. 45, Viernheim  
06204-602580



## Bärlauch – die Jahrhundertpflanze

Wussten Sie, dass Bärlauch und Knoblauch, botanisch gesehen, eng miteinander verwandt sind? Bärlauch ist jedoch weitaus wirkungsvoller als Knoblauch: Bärlauch enthält mehr Eisen, Magnesium, Mangan und Schwefelverbindungen als Knoblauch.

**30% mehr Eisen:** Fördert die Bildung roter Blutkörperchen und regeneriert die roten Blutkörperchen.

**Hoher Magnesiumgehalt** 1 655 mg/kg (im Vergleich: Knoblauch 951 mg/kg): Magnesium vermindert Cholesterinablagerungen an den Gefäßwänden, beugt Arteriosklerose vor, entspannt die Muskulatur.

**Hoher Schwefelgehalt** 7 856 mg/kg (im Vergleich Knoblauch 6 091 mg/kg): verhindert Verklumpungen der roten Blutkörperchen, wirkt somit vorbeugend gegen Herzinfarkt, Schlaganfall, Thrombose und Arteriosklerose.



Der Schweizer Naturarzt und Kräuterpfarrer Künzle (1857-1945) lobte ganz besonders die Bärlauchpflanze:

„Sie reinigt den ganzen Leib, treibt kranke verstockte Stoffe aus, macht gesundes Blut, vertreibt und tötet giftige Stoffe. Ewig kränkelnde Leute, solche mit Flechten und Aïßen, Mehlgesichter, Skrofulöse und Rheumatische sollten den Bärlauch verehren wie Gold. Kein Kraut der Erde ist so wirksam zur Reinigung von Magen, Gedärmen und Blut. Die jungen Leute würden aufblühen wie Rosenspalier und aufgehen wie ein Tannenzapfen in der Sonne!“

TEAGARDEN  
  
BUTTERFLY

Rathausstraße 41c  
68519 Viernheim  
Tel. und Fax:  
06204 620624

Öffnungszeiten  
Montag – Freitag  
9.30 – 12.30 Uhr  
14.30 – 18.30 Uhr  
Samstag  
9.30 – 12.30 Uhr

SEEMANN  
CLEAN-OUT

BASIC BODY CARE

Das basische clean-out Konzept

\*

Tees aus kontrolliert  
biologischem Anbau

\*

Ayurvedische Tees

\*

Aloe Vera Produkte

## Bärlauch - Kartoffelsuppe zum Sattessen

Pellkartoffeln (frisch gekochte oder vom Vortag) · Butterschmalz oder Olivenöl · Dinkelmehl · Milch und Sahne · gekörnte Brühe · eine handvoll Bärlauch sehr fein schneiden · Salz und Pfeffer · etwas Balsamico Essig

Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Mit dem Butterschmalz, Mehl und Milch eine Béchamelseße herstellen (Butter schmelzen, Mehl einrühren, mit Milch ablöschen, mit Schneebesen glatrühren).

Die weiße Soße mit Gemüsebrühe auffüllen, die Kartoffeln vorsichtig einlegen und heiß werden lassen. Den feingschnittenen Bärlauch dazugeben, nicht mehr kochen!

Zum Schluss noch etwas Sahne unterheben und zur Verzierung Bärlauch darüberstreuen.

## Bärlauchsüppchen als Vorsuppe

$\frac{3}{4}$  l Gemüsebrühe (Gefro) · 2 Lauchzwiebeln · 1/2 Becher Sahne · 1 Tl Kartoffelmehl · Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer oder 1 cm Peperoni · 1 Knoblauchzehe · 2 Scheiben Vollkorntoast · etwas Crème fraîche · ca. 20 Bärlauchblätter

Das Brot in der Pfanne mit etwas Öl oder Butter rösten, mit der Knoblauchzehe einreiben und in kleine Würfel schneiden. Die Gemüsebrühe mit der Sahne zum Kochen bringen, Kartoffelmehl einrühren und leicht köcheln lassen, wenn nötig noch etwas Salz dazugeben, pfeffern und beiseite stellen. Den fein geschnittenen Bärlauch in die Brühe geben und etwas ziehen lassen. Die Suppe in Teller füllen und die Brotwürfel darauf verteilen. Noch mit etwas Bärlauch überstreuen und mit einem Klecks Crème fraîche verfeinern.



# Christian

**DER TREKKING- UND OUTDOOR-SPEZIALST**

DER AUSRÜSTER

**Das alles gibts bei mir:**



*Ich freue mich sehr auf Dein Kommen,  
Christian Stakelbeck*

Heidelberger Str. 47  
68519 Viernheim  
Tel.: (0 62 04) 6 76 88  
Fax (0 62 04) 6 78 84  
eMail: [Christrekk@aol.com](mailto:Christrekk@aol.com)



# Naturheilverein

Viernheim und Umgebung e.V.

Interessengemeinschaft für gesunde Lebensweise  
Mitglied des Deutschen Naturheilbundes e.V.

Claudia Klier · Am Neuen Weinberg 6 + 8 · 68519 Viernheim · Tel/Fax 0 62 04 - 7 80 61 · NHV-Viernheim@freenet.de

## Informationen 2003

Juli – August – September

# 3

### Das Schwimmbad lockt – her mit der Bikinifigur!

Abnehmen durch Fasten und gesunde Ernährung  
Vortrag 16. Juli 2003

Seite 2

### “Lebe Deine Träume”

Leicht und spielerisch zum Erfolg in Beruf, Partnerschaft und Gesundheit durch den mentalen Weg  
Vortrag 20. August 2003

Seite 3

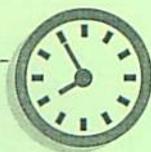
### Atmen – die größte (Heil)- Kraft Ihres Körpers und Geistes

Vortrag 17. September 2003

Seite 4

Veranstaltungen des Naturheilvereins gibt es jeden Monat am  
3. Mittwoch, 20:00 Uhr in der Kulturscheune (hinter dem  
Hallenbad, Satonévriplatz) Eingang Wasserstraße  
Eintritt: 1,50 € für Mitglieder, 3,00 € für Gäste

## Themenabend



Am Mittwoch, 16. Juli 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune

**Das Schwimmbad lockt - her mit der Bikinifigur!**  
**Abnehmen durch Fasten und gesunde Ernährung**  
Referentin: Tabitha M. E. Vogler  
Heilpraktikerin

Ob Mann ob Frau – wer ist schon mit seiner Figur zufrieden? In der heutigen schnellen Zeit mit Fast Food, Tütensuppen und Mikrowellenessen haben 2/3 der Leute Übergewicht. Fasten ist ein guter Einstieg wieder bewußt mit Essen umzugehen, sich mit dem eigenen Körper auseinanderzusetzen, seinen Geist kontrollieren zu lernen. Und nebenbei entgiftet und entschlackt der Körper und . . . die Pfunde purzeln. Der Vortrag macht einen Streifzug durch das Fasten nach Buchinger/Lützner und klärt so manche Mär vom „guten Essen“ auf.

Frau Vogler setzt sich schon mehr als 20 Jahre mit dem Thema Ernährung auseinander und bietet in ihrer Praxis regelmäßig Fastenurse an.

## Feng Shui !

Höhere Wohn- und  
Lebensqualität

Gesundheit, Erfolg  
und Wohlstand in  
Ihren Räumen

Ihre individuelle  
Feng Shui-Beratung  
für Privat und Geschäft

Störfelduntersuchung

Messung von Elektrosmog

Raumgestaltung

Beratung bei Grundstückserwerb u. Neubauprojekten

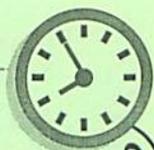


Barbara Treichel  
geobiologische Beraterin  
und Messtechnikerin  
Dipl. Feng Shui Beraterin

Volkerstr. 2, 68519 Viernheim  
Tel. + Fax: 06204-76323  
fengshui@firemail.de  
www.ourvitalworld.com

## Themenabend

Am Mittwoch, 20. August 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune



Termine

### “Lebe Deine Träume”

Leicht und spielerisch zum Erfolg in Beruf, Partnerschaft  
und Gesundheit durch den mentalen Weg.

Referentin: Irma Sasse aus Einhausen

Wer träumt nicht von einem besseren Leben, Glück und Erfolg? Von Reichtum und Ruhm? Von Liebe und Freundschaft?

Aber seltsam, es sind immer die Anderen, die das erreichen, was wir nur träumen. Das kann für Sie jetzt anders werden. In diesem Vortrag können Sie den mentalen Weg zum Erfolg kennenlernen. Sie erfahren:

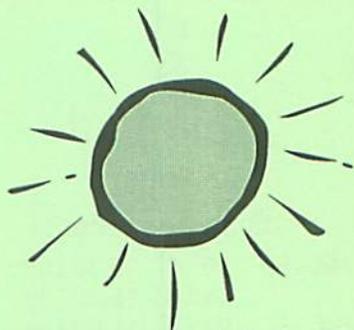
- Wie Sie Probleme lösen können, auch die scheinbar unlösbaren
  - Wie Sie Träume verwirklichen können, auch die scheinbar unerfüllbaren
  - Wie Sie Ziele erreichen können, auch die scheinbar unerreichbaren
- Ängste können abgebaut, Denkblockaden überwunden werden. Sie können alte Grenzen hinter sich lassen und neue Möglichkeiten entdecken. Ihre Ideen werden geweckt durch praktische Beispiele und spielerische Übungen.



Hilfe für ADS / ADHS  
Kinder u.a. Störungen

Info und Beratung  
K. Maier – Kinesiologin  
Tel. 0621 / 715 2508

# Ich lese!



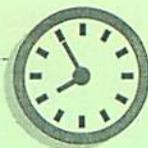
## BUCH HABEL

Viernheim

Bücher und mehr

Rhein-Neckar-Zentrum, Viernheim  
Tel. 06204-60680 · Fax 606820

## Themenabend



Am Mittwoch, 17. September 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune

**Atmen – die größte (Heil)-Kraft Ihres Körpers und Geistes.**  
Referentin: Felicitas Lacueva

“Sie sind so, wie Sie atmen. Und Sie atmen, wie Sie sind.”

Mit einfachen Veränderungen an ihrem Atemmuster nehmen Sie enormen Einfluss auf ihr körperliches, emotionales, mentales und spirituelles Wohlbefinden. Sie lernen wieder ganz automatisch tief zu atmen, ohne daran denken zu müssen, wodurch schnelle, tiefe Entspannung, Gesundheit und freies Atmen, bessere Konzentration, Energie in Fülle, einfaches Lösen aus kreisenden Gedanken in kurzer Zeit ein ganz natürlicher Teil ihres Alltags werden.

Mit Transformational Breathing spüren Sie durch Ihre Atmung Ihr inneres Wesen, bestehend aus Liebe und Frieden und Ihre starke Verbindung mit der Natur.

**“Nicht an der Stärke des Bösen, sondern  
an der Schwäche des Guten krankt die Welt”**

*(Unbekannt)*

Neu in Viernheim



**Spinnrad®**  
Partner

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 09.00 - 12.30 Uhr  
14.00 - 18.30 Uhr  
Sa 09.00 - 13.00 Uhr  
Mittwoch nachmittag geschlossen

**Rathausstr. 30**  
**Tel. 06204 / 70 10 23**

### SPINNRAD-Produkte

Kosmetik zum Selbermachen  
ökologische Waschmittel  
ökologische Reinigungsmittel  
Getränkkonzentrate  
Nahrungsergänzungsmittel  
Düfte und Tees  
Pflege für Haus und Garten  
Zubehör Wohnen und Leben

\* \* \*

**SEEMANN Clean out**  
basische Produkte

\* \* \*

**G L Z-Vertrieb**  
Himalaya-Salz



## Mineralstoffe nach Dr. Schüssler

Zur Vorsorge und Behandlung von Befindlichkeitsstörungen und bei vielen Erkrankungen

### Nr. 3 Ferrum phosphoricum (D6)

Ferrum phosphoricum ist das Hauptmittel für die erste Hilfe bei allen plötzlich auftretenden Gesundheitsstörungen. Es hilft bei allen entzündlichen Erkrankungen in der ersten Entzündungsphase, akuten Fieber- und Schmerzzuständen. Als Mittel zur Anregung der blutbildenden Gewebe und des Immunsystems besitzt es ebenfalls eine wichtige Bedeutung. Es bindet in den roten Blutkörperchen den Sauerstoff, wodurch dieser bis zu den Zellen gelangen kann.

Mangelerscheinungen dieses wichtigen Biominerals können sein: Konzentrationsstörungen, leichte Ermüdung, wenig Widerstandskraft, Neigung zu Entzündungen, fieberhafte Infekte (bis 38,5°C), Blutarmut, Durchblutungsstörungen, pochende, klopfende, pulsierende Schmerzen, rheumatische Beschwerden und Muskelkater, Durchfall oder Verstopfung. Auch infektiöse Kinderkrankheiten, Anginen, Ohrenschmerzen und Mittelohrentzündungen werden im Anfangsstadium günstig beeinflusst.

Auf der psychischen Ebene führt eine zwanghafte charakterliche Struktur zu Mängeln an diesem Mineralstoff. Dies drückt sich in einer unangemessenen Reibung an der Welt aus. Man muss sich mit allem und jedem auseinandersetzen, läuft im Extremfall gegen die Welt und stößt sich den Kopf an.

Vorbeugend genommen stärkt Ferrum phosphoricum ganz besonders die Widerstandskraft des Körpers, fördert die Konzentrationsfähigkeit und mindert Muskelkater bei starker sportlicher Betätigung. Wunden heilen rasch ohne Narbenbildung. Bei ausreichender Dosierung gehen Beschwerden (niedriges Fieber, Schmerzen) rasch zurück. Bei allen Verletzungen wie Stauchungen, Quetschungen, Schürf- und Schnittwunden lindert es die akuten Beschwerden und vermindert die Blutung. Es darf vor hoher Dosierung nicht zurückgeschreckt werden.

*Serie zum Sammeln*

**NICOLE GRÄFF**

Vita Gesundheits-  
und Lebensberatung

68519 Viernheim  
Maria-Mandel-Str. 3  
Tel. 06204 / 7 91 92



- Reiki Energie-Behandlungen und Ausbildungen
- Aromaöl-Entspannungsmassagen
- Individuelle Austestungen (mit Biotensor)  
z.B. Allergien, Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe
- Blütenessenzen und deren Austestung
- Fußreflex-Entspannungstreichungen
- Geführte Traumreisen

Für Sie gelesen:



**“Schüßler-Salze für Ihr Kind”**

**Thomas Feichtinger, Susana Niedan**

ISBN 3-8304-2046-3 Haug Verlag

Dieses Buch zeigt in hervorragender Weise, wie Sie Ihr Kind mit Schüßler-Salzen in seiner Entwicklung fördern und begleiten können, so dass es sich gut entwickelt und voller Temperament und Lebensbejahung ist.

Die Mineralstoffe eignen sich problemlos für den Hausgebrauch und sind frei von Nebenwirkungen. So können Mangelerscheinungen vorgebeugt werden, denn dies ist gerade heutzutage besonders wichtig, da durch ausgelaugte Böden unsere Nahrungsmittel immer weniger Mineralstoffe und Vitamine enthalten.

In diesem Buch finden Sie zu jeder Altersgruppe häufige Symptome und typische Erkrankungen. Daneben stehen die angezeigten Schüßler-Salze und wie sie richtig dosiert werden. Auch die seelischen Belastungen werden berücksichtigt. So können Sie Ihrem Kind helfen, natürlich gesund zu bleiben.

**“Es ist eine Tragik, dass aus so vielen  
abenteuerlustigen, neugierigen Kindern  
so viele langweilige Erwachsene werden.”**

*(Albert Einstein, Nobelpreisträger)*

*Bücher machen Lust auf viel Meer*

**BUCHHANDLUNG**

**Schwarz**

auf

**Weiß**

Rathausstr. 45, Viernheim  
**06204-602580**



Therapie-Info:

## Bilder, die die Seele heilen

### Katathymes Bilderleben

Bei dieser Therapie handelt es sich um eine Kurztherapie mit einer ungeheuren Wirksamkeit, da direkt mit den Tiefen der Seele Kontakt aufgenommen wird. Dies geschieht mit Tagträumen (Imaginationen).

Vorgehensweise: Der Klient wird durch den Therapeuten in einen Entspannungszustand gebracht und mit Hilfe ausgewählter Motive dazu angeregt, seine persönliche imaginative Welt zu erleben. Das Geniale: Die entstehenden Bilder sind frei von bewussten willentlichen Impulsen. Dadurch treten unbewusste Konfliktthemen deutlich in das Bewusstsein und können für die Konfliktbearbeitung genutzt werden.

Eine Einführung in das Katathyme Bilderleben beginnt mit der Anleitung, sich mit geschlossenen Augen eine Blume vorzustellen. Die sich entfaltende Symbolik wird nach der Imagination in einem Nachgespräch gedeutet und auf die reale Lebenssituation des Klienten bezogen. In jeder weiteren Sitzung wird ein anders Motiv als Fokus eingestellt. Der Klient begibt sich in der Imagination beispielsweise auf eine Wiese, verfolgt einen Flusslauf, wahlweise zur Quelle oder bis zum Meer. Er besteigt einen Berg, um von oben einen Rundblick zu gewinnen, tritt in ein Haus ein, das zu besichtigen und genau zu beschreiben ist, oder begegnet am Waldrand Symbolgestalten, die aus dem Dunkel des Waldes kommen.

Die Motive bauen sorgfältig aufeinander auf und geben tiefe Einblicke in das Seelenerleben.

#### Die Bedeutung einzelner Motive:

*Das Wiesenmotiv:* Auf der Wiese drückt sich häufig die aktuelle Gestimmtheit aus.

*Das Bergmotiv:* Der Berg verkörpert Leistungsthemen. Gelingt der Aufstieg leicht und mühelos, ist der Klient meist auch im beruflichen Alltag relativ unbelastet. Wird die

Bergbesteigung zu einem mühevollen Weg, auf dem sich viele Hindernisse einstellen, kann davon ausgegangen werden, dass entweder eine über viele Jahre bestehende Leistungsproblematik oder ein momentaner Leistungskonflikt vorliegt. Ziel der imaginativen Arbeit ist es dann, den Klienten anzuregen, den Aufstieg zu bewältigen.

*Das Hausmotiv:* Das Haus steht symbolisch betrachtet für die eigene Person. Gelingt es dem Klienten, sich in dem imaginierten Haus gut einzurichten und sich darin wohlfühlen, ist das ein angenehmes Bild, das positive Gefühle freisetzt.

In dieser Therapie kann man innerhalb kurzer Zeit mehr über sich erfahren, als in jahrelanger Gesprächstherapie und zu neuen Lösungen finden. Die intensive Beschäftigung mit inneren Bildern steigert das Selbstvertrauen und bewirkt, dass Sie in Konfliktsituationen ruhiger und gelassener reagieren können.

Das Katathyme Bilderleben ist auch ganz besonders für Kinder geeignet.

Nähere Auskünfte bei:

Edelgard Hock HP, Telefon 06204 - 76053

## 1. Naturheiltage Viernheim

Vom 6. – 7. März 2004  
werden im Viernheimer  
Bürgerhaus erstmalig  
Naturheiltage stattfinden.

Interessierte Aussteller,  
Referenten oder Helfer  
bitte melden bei:

Claudia Klier

Telefon 0 62 04 / 7 80 61

**Wasserkfir** zu verschenken.

Interessierte können sich melden  
bei Frau Dirl, Tel. 06201 - 64112

### Kartoffeln aus dem Backofen mit Quark-Leinöl-Speise

Kartoffeln mit der Gemüsebürste unter fließendem Wasser abschrubben und halbieren. Backblech mit etwas Öl beträufeln und etwas Salz und Kümmel darüberstreuen. Kartoffelhälften draufsetzen und mit Öl bepinseln. Darüber nochmals etwas Salz und Kümmel streuen. Bei 200°C ca. 15-30 Minuten backen (je nach Größe der Kartoffeln).

Während die Kartoffeln im Backofen sind, kann die Quark-Leinöl-Speise zubereitet werden:

250 g Quark werden mit 4 Esslöffeln Milch und 4 Esslöffeln Leinöl kräftig verrührt. Dann gibt man etwas Zitronensaft oder Apfelessig, Kräutersalz und Gartenkräuter (Petersilie, Dill, Schnittlauch o.a.) dazu. Je nach Geschmack auch feingehackte Zwiebeln oder etwas Knoblauch.

### Gesundes Speiseeis mit Früchten oder Fruchtsäften

Zutaten: 3 Esslöffel Leinöl, 2 Esslöffel Milch, 1 Esslöffel Honig, 100 g Quark, 3 gehäufte Esslöffel Himbeeren oder Erdbeeren oder 3 Esslöffel Fruchtsaft.

Zubereitung: Quark, Leinöl, Milch und Honig im Mixer mischen und zum Schluss die Früchte oder den Saft dazugeben. Die Creme in ein geeignetes Gefäß füllen und im Eisfach erstarren lassen. Dieses fruchtige Speiseeis ist geschmeidig und kann mit dem Löffel entnommen werden.

Übrigens: **Leinöl hat den höchsten Gehalt an wertvollen Omega 3 Fettsäuren** und ist damit besonders für die bewusste Ernährung und ausgewogene Vollwertkost geeignet.



**Christian**  
DER TREKKING- UND OUTDOOR-SPEZIALST

**DER AUSRÜSTER**

**Das alles gibst bei mir:**



**Ich freue mich sehr auf Dein Kommen, Christian Stakelbeck**

Heidelberger Str. 47  
68519 Viernheim  
Tel.: (0 62 04) 6 76 88  
Fax (0 62 04) 6 78 84  
eMail: Christrekk@aol.com

**P** kostenlose Parkplätze direkt vor der Tür.

© 2004 Christian Stakelbeck



# Naturheilverein

Viernheim und Umgebung e.V.

Interessengemeinschaft für gesunde Lebensweise  
Mitglied des Deutschen Naturheilbundes e.V.

Claudia Klier · Am Neuen Weinberg 6 + 8 · 68519 Viernheim · Tel/Fax 0 62 04 - 7 80 61 · NHV-Viernheim@freenet.de

## Informationen 2003

Oktober – November – Dezember

# 4

### Das Samadhi-Bad:

Vollendete Entspannung –  
und das ist noch lange nicht alles

Vortrag 15. Oktober 2003

Seite 2

### Schilddrüsen- Funktionsstörungen

Die Schilddrüse, das am meisten übersehene Organ  
Vortrag 19. November 2003

Seite 3

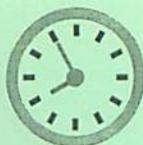
### Traditionelles Weihnachtsessen des Naturheilvereins

am 17. Dezember 2003

Seite 8

Veranstaltungen des Naturheilvereins gibt es jeden Monat am  
3. Mittwoch, 20:00 Uhr in der Kulturscheune (hinter dem  
Hallenbad, Satonévriplatz) Eingang Wasserstraße  
Eintritt: 1,50 € für Mitglieder, 3,00 € für Gäste

## Themenabend



Am Mittwoch, 15. Oktober 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune

### Das Samadhi-Bad:

**Vollendete Entspannung – und das ist noch lange nicht alles**  
Referenten: Elke Rupp und Martin Heynold, Heilpraktiker

In einem Samadhi- oder Floating-Bad erlebt man eine Dimension der Entspannung, die unvergleichlich ist. Ein Raum ist mit körperwarmem Salzwasser gefüllt und kann nach Belieben von den Reizen der Außenwelt (Licht und Schall) abgeschirmt werden. Hier schwebt man, auf dem Rücken liegend, mit dem Gefühl völliger Gewichtlosigkeit. Der entstehende Spannungszustand ist für vielerlei zu nutzen: Angefangen bei der Erholung von schmerzenden Muskeln und Gelenken oder den bekannten Rückenleiden und damit verbunden beschleunigter Heilung, auch nach Knochenbrüchen, über die Entlastung bei Schwangerschaft (wohltuend für Mutter und Kind) bis hin zu verbesserten Lernerfolgen (Superlearning). Weitere Nutzenanwendungen sind: Hauterkrankungen wie Psoriasis oder Neurodermitis, Schlaflosigkeit, Überreiztheit, Stress, Senkung des Blutdrucks, Hilfe bei Ängsten, Traumata, Platzangst, Steigerung des Wohlbefindens und Harmonisierung der Gehirnhälften.

Der Vortrag wird Sie über weitere Anwendungsmöglichkeiten informieren und die Technik der Bäder erklären.

*Bücher machen Lust auf viel Meer*

**BUCHHANDLUNG**

**Schwarz**

auf

**Weiß**

Rathausstr. 45, Viernheim  
06204-602580



Am Mittwoch, 19. November 2003  
20:00 Uhr Kulturscheune



Termine Termine

### “Schilddrüsen-Funktionsstörungen”

Die Schilddrüse, das am meisten übersehene Organ

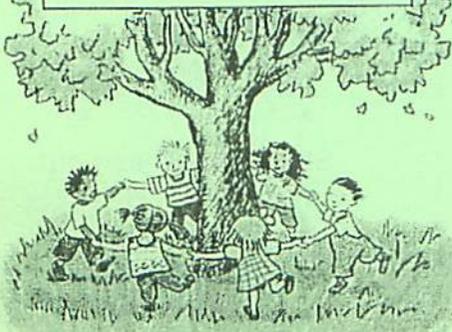
Referentin: Edelgard Hock, Heilpraktikerin

Die Schilddrüse ist zwar ein relativ kleines Organ, die von ihr produzierten Hormone beeinflussen jedoch die gesamte körperliche Entwicklung, auch die seelische Verfassung hängt wesentlich von der Funktion der Schilddrüse ab. Die Beschwerden einer Fehlfunktion sind vielfältig und werden oft nicht mit der Schilddrüse in Zusammenhang gebracht: Unruhe, erhöhte Reizbarkeit, Konzentrationsschwäche, Schlafstörungen, Gewichtsprobleme, Haarausfall, verlangsamter oder erhöhter Herzschlag, Schwitzen, Müdigkeit, Leistungsschwäche, Kälteempfindlichkeit, Depression, veränderte Libido und Konzeptionsfähigkeit u.v.m.

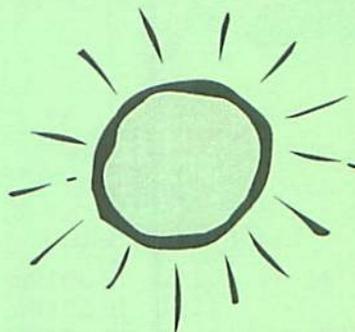
Wie funktioniert die Schilddrüse? Welche Krankheitsbilder gibt es? Kann man selbst zu einer gesunden Schilddrüsenfunktion beitragen? Dieses und vieles mehr wird der Vortrag beleuchten.

Hilfe für Kinder mit  
ADS / ADHS u.a. Störungen

Info und Beratung  
K. Maier – Kinesiologin  
Tel. 0621 / 715 2508



# Ich lese!



**BUCH HABEL**

Viernheim

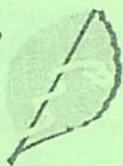
Bücher und mehr

Rhein-Neckar-Zentrum, Viernheim  
Tel. 06204-60680 · Fax 606820

Für Ihren Terminkalender – bitte vormerken:



# 1. Viernheimer Naturheiltage



Unter dem Motto  
**Gesundheit erhalten mit Naturheilkunde  
bewusst leben – gesund ernähren – natürlich heilen**

**Samstag, 6. + Sonntag 7. März 2004  
10.00 Uhr – 17.00 Uhr**

**Bürgerhaus Viernheim, Kreuzstraße**

**Gemeinschaftsveranstaltung:**

**“Naturheilverein Viernheim und Umgebung e.V.”**

**“Volkshochschule – Fachbereich Gesundheit”**

**“Gesundheitstreff – Agenda 21 “**

**Angeschlossen sind die “Klipp und Klar-Lerntage”  
der Selbsthilfegruppe Legasthenie, Dyskalkulie und  
Teilleistungsstörungen**

**Mit freundlicher Unterstützung der Stadt Viernheim**

**Neu in Viernheim**



**Spinnrad®**

**Partner**

**Öffnungszeiten:**

**Mo - Fr 09.00 - 12.30 Uhr**

**14.00 - 18.30 Uhr**

**Sa 09.00 - 13.00 Uhr**

**Mittwoch nachmittag geschlossen**

**Rathausstr. 30  
Tel. 06204 / 70 10 23**

**SPINNRAD-Produkte**

Kosmetik zum Selbermachen  
ökologische Waschmittel  
ökologische Reinigungsmittel  
Getränkkonzentrate  
Nahrungsergänzungsmittel  
Düfte und Tees  
Pflege für Haus und Garten  
Zubehör Wohnen und Leben

**\* \* \***

**SEEMANN Clean out**

basische Produkte

**\* \* \***

**G L Z-Vertrieb**

Himalaya-Salz



## Vorträge:

### **“Ganzheitliche Aspekte im Umgang mit Krebserkrankungen”**

Referent: Dr. med. György Irmey

Ärztl. Direktor der Gesellschaft für biologische Krebsabwehr e.V., Heidelberg

### **“Mit Biochemie gegen Beschwerden der Wechseljahre”**

#### **“Das fröhliche Molekül”**

Eine Einführung in die Biochemie der Mineralstoffe

Referent: Hans-Heinrich Jörgensen (Autor und 1. Vizepräsident des Biochemischen Bundes e.V. Deutschland)

### **“Mit Bio-Tuning leichter leben”**

Referentin: Dr. Petra Bracht (Ärztin und Autorin des gleichnamigen Buches), Frankfurt

### **“Überwindung eines Schlaganfalls durch Schwingungsmedizin”**

Referent: Dr. Gerhard Orth, Chemiker und Pharmazeut, Kißlegg

### **“Osteoporose aus naturheilkundlicher Sicht”**

Referentin: Dr. med. Katja Bähr-Linke, Viernheim

### **“Feng-Shui gegen das Gerümpel des Alltags”**

Referentin: Barbara Treichel, Dipl. Feng Shui Beraterin, Viernheim

### **“Der Bärlauch – eine bärenstarke Heilpflanze”**

Referentin: Edelgard Hock, Heilpraktikerin, Viernheim



## Verkaufsausstellung:

z.B. Kanne Produkte, Spinnrad Produkte, Heilsteine, Bücher, Bachblüten, ballaststoffreiche Vollwertkost, Aloe Vera Produkte, Hautpflegeprodukte, Nahrungsergänzungsmittel, Honig, Magnetfeldmatten, Chi-Geräte u.v.m.

Für das leibliche Wohl der Besucher sorgen u.a.:

Herr Kilian vom Bürgerhaus-Restaurant mit seinem “Gesunde-Woche-Programm”,

Frau Mary Appiah-Schwed mit afrikanischen Spezialitäten,

Frau Phan vom Asia-Shop mit fernöstlichen Gerichten



## Geplante Seminare:

Homöopathie

Biochemie nach Dr. Schüßler

Heilfasten-Woche

Änderungen vorbehalten



### “Das Heilzonen Buch”

Hannelore Fischer-Reska

ISBN 3-7742-5514-8 Gräfe und Unzer Verlag

Das Heilzonenkonzept ist in jahrelanger Praxiserfahrung entstanden und in diesem Buch erstmals speziell für die Selbstbehandlung aufbereitet.

Die Anwendung ist denkbar einfach: Mit Hilfe der Grafiken im Buch können schmerzende Körperstellen bestimmten Heilzonen (insgesamt 81 Zonen) zugeordnet werden. Die gefundene Heilzone kann dann auf der entsprechenden Heilzonenkarte aufgeschlagen werden. Dort ist dann der zugehörige Meridian (Energiebahn) angegeben, dessen Blockade wahrscheinlich für die Beschwerden verantwortlich ist. Für jede der 81 Heilzonen erfahren Sie, welche Behandlungsmöglichkeiten zur Auflösung der Energieblockade und zur Linderung ihrer akuten Beschwerden empfohlen werden. Das Schöne: Sie können ganz konkret ablesen welche Bachblüten, Heilpflanzen, homöopathischen Mittel, Ernährungsempfehlungen und andere naturheilkundlichen Methoden eingesetzt werden können. Sehr empfehlenswert!

Gesunde quält oft der Gedanke: Wohin sie schauen – lauter Kranke!  
Doch blickt ein Kranker in die Runde, sieht er nur unverschämt Gesunde.  
*Eugen Roth*

## Feng Shui !

Höhere Wohn- und  
Lebensqualität

Gesundheit, Erfolg  
und Wohlstand in  
Ihren Räumen

Ihre individuelle  
Feng Shui-Beratung  
für Privat und Geschäft

Störfelduntersuchung

Messung von Elektrosmog

Raumgestaltung

Beratung bei Grundstückserwerb u. Neubauprojekten



QI-MAG

Barbara Treichel  
geobiologische Beraterin  
und Messtechnikerin  
Dipl. Feng Shui Beraterin

Volkerstr. 2, 68519 Viernheim  
Tel. + Fax: 06204-76323  
fengshui@firemail.de  
www.ourvitalworld.com



## Mineralstoffe nach Dr. Schüssler

Zur Vorsorge und Behandlung von Befindlichkeitsstörungen und bei vielen Erkrankungen

### Nr. 4 Kalium chloratum (D6)

Kalium chloratum ist das Mittel für das zweite Stadium einer Krankheit, wenn Gefahr besteht, dass sie sich im Körper festsetzt. Es ist ein wichtiges Entgiftungsmittel, da es anregend auf den Stoffwechsel (Zellstoffwechsel) und die Drüsentätigkeit wirkt. Dadurch ist es gut geeignet, um der Belastung des Körpers durch Umwelt- und Genussgifte, Chemikalien und Arzneimittel vorzubeugen.

Mangelercheinungen dieses Biominerals können sein: Blutverdickung (Thrombosegefahr), Schwerhörigkeit, Neigung zu Übergewicht, Drüenschwellungen, Schleimhauterkrankungen (Katarrhe mit weißlichen, zähen Schleimabsonderungen, Stockschnupfen), Husten mit Schleimrasseln, Asthma, weißer Zungenbelag, Lymphknotenschwellungen, chronische Gelenkleiden (Bewegung verschlimmert) und Muskelschwäche sowie neuralgische Schmerzen. Auch Couperose (Äderchen im Gesicht), Besenreiser und Hautgriß sind ein Zeichen für den Mangel an Kalium chloratum. Alkohol, Milchprodukte und Strombelastung verbrauchen sehr viel von diesem Mineralstoff im Körper.

Auf der psychischen Ebene: Inneres Kleben an Gefühlen (man erlebt die Gefühle anderer wie die eigenen) und mangelnde Distanzierungsfähigkeit strapaziert unentwegt die Drüsen und damit den Kalium-chloratum-Haushalt.

Serie zum Sammeln



**NICOLE GRÄFF**

Vita Gesundheits-  
und Lebensberatung  
68519 Viernheim  
Jakob-Kaufmann-Weg 20  
Tel. 06204 / 7 91 92

NICOLE GRÄFF

Reiki Energie-Behandlungen  
Reiki Ausbildungen (alle Grade)  
Aromaöl-Entspannungs-  
massagen  
Individuelle Austestungen  
(mit Biotensor) z.B. Allergien,  
Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe  
Blütenessenzen und deren  
Austestung  
Fußreflex-Entspannungs-  
streichungen  
Geführte Traumreisen



unterm Kirchturm  
Rathausstraße 41  
68519 Viernheim  
Tel. U. Fax 06204 620 624

Ihr Laden für Tee  
und christliche Kunst

unterm Kirchturm

Sie suchen einen guten Tee,  
eine ansprechende Glück-  
wunschkarte, Geschenke für  
viele Gelegenheiten und  
einiges mehr?!  
Dann sind Sie bei uns richtig!

**Unterm Kirchturm**  
Ihren Laden für Tee und  
christliche Kunst.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Edith Kempf      Monika Brößner  
Brigitte Vogl      Michael Haas  
Rathausstr. 41c,      Tel. 06204 620 624

**Gebratene Weißkrautscheiben**  
(am feinsten schmeckt Spitzkohl. Was übrigbleibt, kann mit Äpfeln und Zwiebeln zu Weißkrautsalat verarbeitet werden)

Von einem kleineren Weißkohlkopf schneidet man ca. 1 1/2 cm dicke Scheiben ab und legt sie eng aneinander in eine große Bratpfanne, die mit Öl oder Butterschmalz gut eingefettet ist. In die verbleibenden Zwischenräume legt man noch geviertelte Zwiebeln. Dann kommt ca. 1/2 Tasse Wasser dazu (wahlweise auch Weißwein oder Sekt), Salz und Pfeffer darüber und für einige Minuten ein Deckel auf die Pfanne. Wenn das Wasser verdampft ist, werden die Krautscheiben vorsichtig gewendet, nochmals ein wenig Öl oder Butterschmalz dazugeben, wieder etwas Wasser (bzw. Wein) dazu. Wenn die zweite Seite angebraten ist, ist auch das Weißkraut gar.

Dazu passen sehr gut Pellkartoffeln. Dies ist eine sehr wohlschmeckende, preiswerte und schnelle Mahlzeit.

## Traditionelles Weihnachtsessen

des Naturheilvereins  
am 17. Dezember um 19 Uhr  
im Truong's Garden  
in der Schwetzingen Str. 7

Anmeldung bei  
Claudia Klier, Tel. 7 80 61  
bis spät. 10. Dezember

Alle Mitglieder und  
Freunde des Naturheilvereins  
sind herzlich eingeladen.



**Christian**  
DER TREKKING- UND OUTDOOR-SPEZIALST

**DER AUSRÜSTER**

**Das alles gibts  
bei mir:**

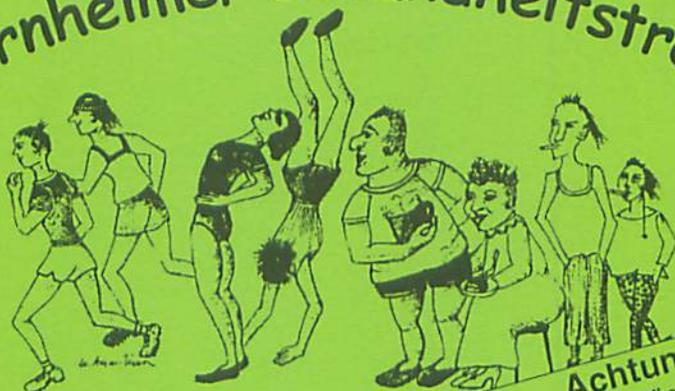


Ich freue mich sehr  
auf Dein Kommen,  
Christian Stakelbeck

Heidelberger Str. 47  
68519 Viernheim  
Tel.: (0 62 04) 6 76 88  
Fax (0 62 04) 6 78 84  
eMail: Christrekk@aol.com

**P** kostenlose Parkplätze  
direkt vor der Tür.

# Der Weg zu mehr Lebensqualität: Viernheimer Gesundheitstreff



**Achtung!**  
Alle Termine finden in der  
Cafeteria der Kulturscheune statt.

## Termine von Februar bis Mai 2003

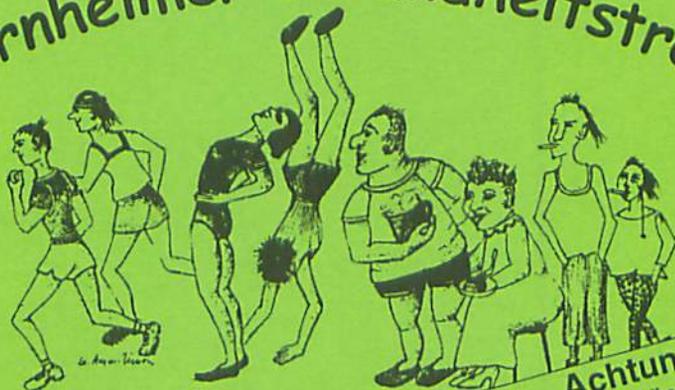
5. 2. 2003	Cranio-Sacral-Therapie – eine sanfte und tiefgreifende Körpertherapie	Tabitha Vogler Heilpraktikerin
5. 3. 2003	Yoga und seine therapeutische Wirkung	Margitta Sans Heilpraktikerin
2. 4. 2003	Ausleitungsverfahren in der Naturmedizin (Schröpfen, Aderlass, Blutegel, Canthariden- pflaster, Baunscheidt)	Manfred van Treek Arzt für allg. Med. Naturheilverfahren
7. 5. 2003	Was wechselt in den Wechseljahren?	Wolfgang Kempf Apotheker



Nähere Informationen über die einzelnen Themen werden  
in den Tageszeitungen bekanntgegeben.

Alle Termine finden jeden ersten Mittwoch im Monat  
von 10.00 bis ca. 11.30 Uhr in der Cafeteria in der  
Kulturscheune statt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

# Der Weg zu mehr Lebensqualität: Viernheimer Gesundheitstreff



**Termine von  
April bis Juni 2003**

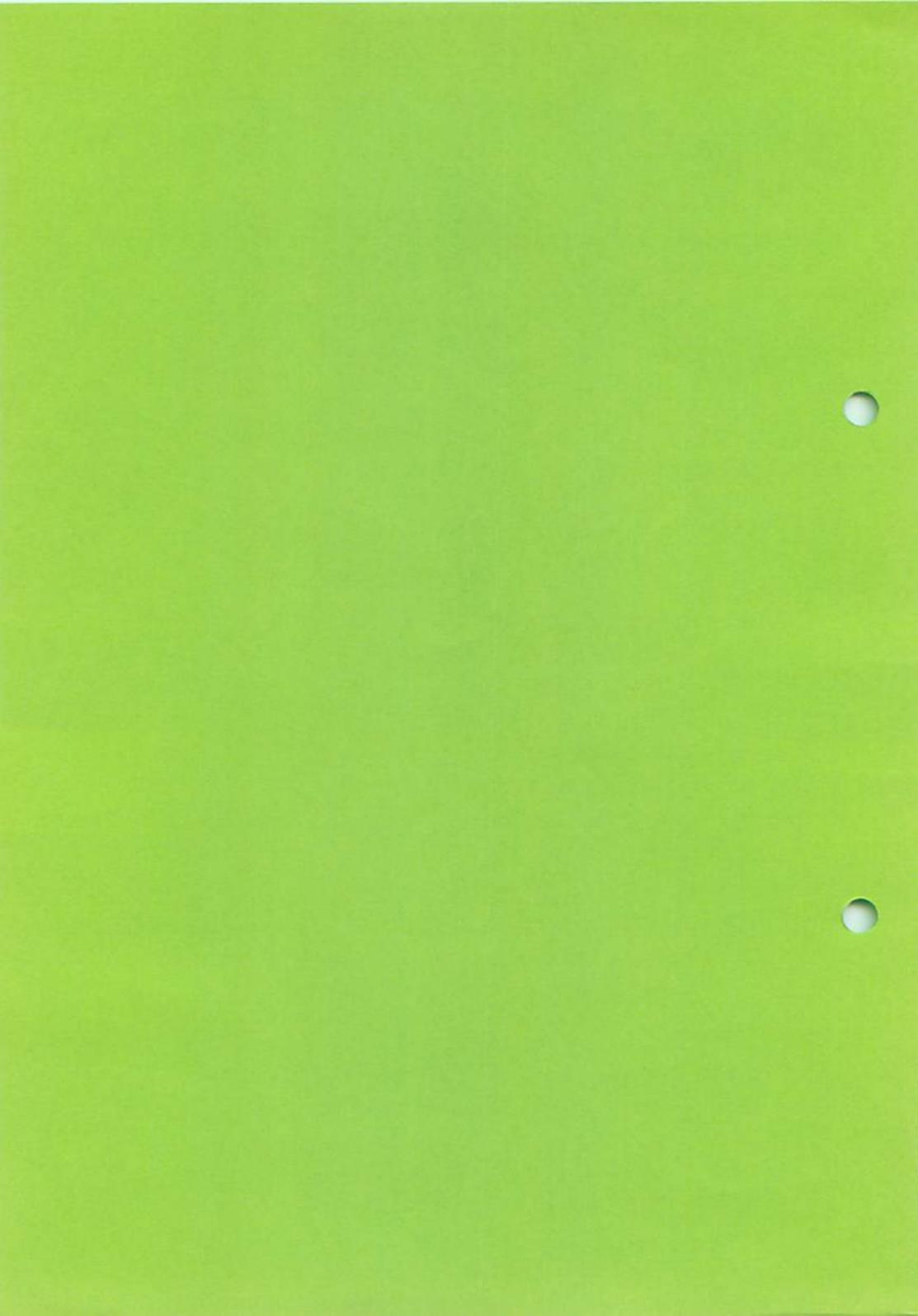
**Achtung!**  
Alle Termine finden in der  
Cafeteria der Kulturscheune statt.

- 
- |            |   |  |
|------------|---|--|
| 2. 4. 2003 | Ausleitungsverfahren in der Naturnmedizin (Schröpfen, Aderlass, Blutegel, Cantharidenpflaster, Baunscheidt) | Manfred van Treek<br>Arzt für allg. Med.<br>Naturheilverfahren |
| 7. 5. 2003 | Was wechselt in den Wechseljahren?  | Wolfgang Kempf<br>Apotheker                                    |
| 4. 6. 2003 | Naturprodukte, Ess- und Pflegegewohnheiten in Ghana   | Mary Appiah-Schwed<br>Black Pearl                              |
- 

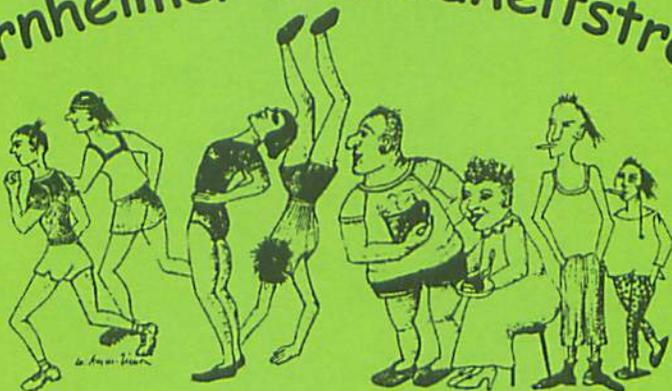


Nähere Informationen über die einzelnen Themen werden in den Tageszeitungen bekanntgegeben.

Alle Termine finden jeden ersten Mittwoch im Monat von 10.00 bis ca. 11.30 Uhr in der Cafeteria in der Kulturscheune statt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



# Der Weg zu mehr Lebensqualität: Viernheimer Gesundheitstreff



## Termine von September bis Dezember 2003

03.09.2003	Fasten – Impuls zu gesünderem Leben	Gertis Neu Fastenleiterin
01.10.2003	Mit Kinesiologie Kindern helfen	Tabitha M. E. Vogler Heilpraktikerin
05.11.2003	Heilsteine in der täglichen Anwendung	Werner Kühn Heilpraktiker
03.12.2003	Gehirnjogging – wie bleibe ich fit im Kopf	Eva Rützel Ernährungs- und Gesundheits- beraterin



Nähere Informationen über die einzelnen Themen werden in den Tageszeitungen bekanntgegeben.

Alle Termine finden Mittwochs von 10.00 bis ca. 11.30 Uhr im Mehrzweckraum des Forum der Senioren (Spitalplatz 3-5) statt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

# Der Weg zu mehr Lebensqualität: Viernheimer Gesundheitstreff



Termine von  
Oktober bis Dez. 2003

**Achtung!**  
Alle Termine finden in der  
Cafeteria der Kulturscheune statt.

---

01.10.2003	Mit Kinesiologie Kindern helfen	Tabitha M.E. Vogler Heilpraktikerin
05.11.2003	Heilsteine in der täglichen Anwendung	Werner Kühni Heilpraktiker
03.12.2003	Gehirnjogging – wie bleibe ich fit im Kopf	Eva Rützel Heilpraktikerin

---



Agenda 21

Nähere Informationen über die einzelnen Themen werden in den Tageszeitungen bekanntgegeben.

Alle Termine finden jeden ersten Mittwoch im Monat von 10.00 bis ca. 11.30 Uhr in der Cafeteria in der Kulturscheune statt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Bei Fragen: E. Thomas, Tel. 76952 · C. Klier, Tel. 78061 · E. Hock, Tel. 76053

# Rüdiger Dahlke spricht in Viernheim

am  
Dienstag, den 28. Januar 2003,  
im Bürgerhaus

18.30 Uhr:  
"Krankheit als Sprache der Seele"

20.30 Uhr:  
"Aggression als Chance"

*Kartenvorverkauf läuft!*  
*Eintritt pro Vortrag: 8 EURO*  
*Kombikarte: 14 EURO*

*Eine Gemeinschaftsaktion von:*

**BUCH HABEL**  
Viernheim

*Bücher und mehr*  
Rhein-Neckar-Zentrum Viernheim



**Naturheilverein**

Viernheim und Umgebung e.V.  
Kontakt: Claudia Klier, Tel. 06204/78061

**Kartenreservierung unter Tel.: 06204- 6068- 0 · Fax: 06204- 606820.  
e-mail: [habel.viernheim@t-online.de](mailto:habel.viernheim@t-online.de)**

Mit freundlicher Unterstützung der Stadt Viernheim