Naturheilverein
Viernheim und Umgebung e.V.

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

Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende) · Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim · Tel. 0 62 04 - 7 80 28
Fax 7 80 28 · E-Mail: info@naturheilverein-viernheim.de · www.naturheilverein-viernheim.de

Informationen 2007 1

Januar – Februar – März

Astromedizin und Chinesische Meridianlehre
eine archetypische Reise durch den Körper
Vortrag 17. Januar 2007 — Seite 2

Psycho-Physiognomik
Vortrag am 21. Februar 2007 — Seite 3

Sonder-vortrag **Die F.X.Mayr-Kur**
Vortrag am 28. Februar 2007 — Seite 4

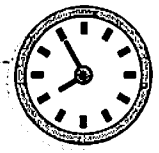
Mich annehmen - abnehmen
ein ganzheitlicher Weg zum Wohlfühlgewicht
am 21. März 2007 — Seite 6

Kur- u. Seminarangebot — Seiten 5 + 7 + 8

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

Themenabend

Superinteressant und kurzweilig



Am Mittwoch, 17. Januar 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

"Astromedizin und Chinesische Meridianlehre eine archetypische Reise durch den Körper"

Referent: Gert Dorschner, Facharzt für Allgemeinmedizin, Notfallmedizin, Naturheilverfahren, Ernährungsmedizin, Akupunktur, Klass. Homöopathie
Friedensstr. 9/1, 69129 Heidelberg, Tel.: 06221 / 40 45 07, www.a-f-g.de

Im ersten Teil des Vortrages werden auf anschauliche Weise die philosophischen Grundlagen der westlichen und östlichen Medizinsysteme verglichen. Im zweiten Teil stellt Dr. Dorschner anhand einer virtuellen Reise durch den Körper astrologische Bezüge zu Organen und Veranlagungen zu bestimmten Krankheitsbildern her. Welche Verbindungen gibt es zwischen Astrologie und Medizin und wie gestalten sich die Beziehungen zur Chinesischen Meridianlehre, Steinheilkunde oder der Bach-Blütentherapie? Dr. Dorschner zeigt uns die berühmten Tierkreiszeichenbilder des jüdischen Künstlers Johfra die uns einen visuellen Einblick in alte Geheimwissenschaften vermitteln.
Dr. Dorschner ist ein hervorragender Referent mit einem unglaublichen Wissensschatz.

unterm Kirchturm

ARTee unterm Kirchturm
Ihr Laden für Tee und christliche Kunst
Rathausstraße 41
68519 Viernheim
Tel. U. Fax 06204 620 624

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

Neu im Sortiment
Ätherische Öle von Primavera

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

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

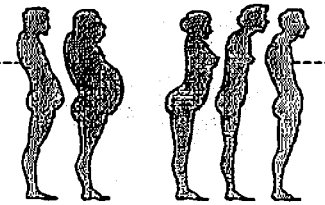
DAN Energie
die HEIL-KRAFT der Sonne

- Gezielte Energiearbeit
- Beratungsgespräche
- Aktivierung mit der DAN Energie

Jetzt die DAN Energie völlig unverbindlich testen!

SCHRITTWEISER

SCHRITTWEISER
Heike & Marcus Höffer
dipl. DAN Therapeuten
Tel.: 06204-7083070



Ambulante F.X. Mayr-Kur in Viernheim

Dr. Rodriguez wird in Viernheim erstmalig eine 2-wöchige ambulante F.X-Mayr-Kur anbieten.
Dr. Rodrigenz, in Mexiko aufgewachsen und in der Schweiz ansässig, ist ein sehr erfahrener Mayr-Arzt und führt inzwischen in vielen Ländern diese ambulante Kur durch (Schweiz, Spanien, Italien, Schweden, Mexiko etc.)

Was können sie von einer Mayr-Kur erwarten?
Steigerung der spezifischen Darmtätigkeit, verbesserte Durchblutung sämtlicher Organe im Bauchraum, fortschreitende Erholung der Verdauungsdrüsen, Reinigung des Blutes und erhöhte Lungenkapazität, Verjüngungseffekt durch Hautstraffung, Reduzierung des Leibesumfanges.

Kurablauf: Dr. Rodriguez stellt mit einer speziellen Untersuchung und Diagnostik den Gesundheitszustand und die Vitalität fest. Die Kur wird individuell auf die erhobenen Beschwerden abgestimmt. Unverträglichkeiten wie Lactose, Fructose, Histamin, Weizen usw. werden berücksichtigt. Durch regelmäßige Treffen wird der Therapieerfolg kontrolliert, eventuelle Probleme werden besprochen und durch die manuellen Bauchbehandlungen werden Regeneration und Gesundung des Bauchapparates unterstützt. Im Preis enthalten ist eine Colon-Hydro-Therapie, die zu Beginn der Kur durchgeführt wird.

Die ambulante Durchführung der Mayr-Kur zu Hause ist möglich, da Sie laufend überwacht und begleitet werden. Die meisten Patienten können dabei den Alltag leicht bewältigen und auch ihren Beruf in dieser Zeit ausüben.

Termin: vom 2.3.2007 bis zum 17.3.2007

Kosten: 300,- €/Person (bei Partnern 2. Person 250,-€), inklusive 1 Colon-Hydro-Therapie
Genaue Modalitäten und Kurbeschreibung sowie Anmeldung bei Frau Hock (06204 7 60 53) oder Frau Sebastany-Alter (06204 7 80 28)

Themenabend

Am Mittwoch, 21. März 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Mich annehmen – abnehmen

ein ganzheitlicher Weg zum Wohlgefühlgewicht

Referentin: Karin Willeck, Diplom-Biologin, Redakteurin, nlp-Resonanz®-Coach und -Trainerin
Höhenstraße 4, 64342 Seeheim-Jugenheim, Tel. 06257 90 33 43

In Deutschland sind nahezu zwei Drittel der Männer, die Hälfte der Frauen, jedes fünfte Schulkind sowie jeder dritte Jugendliche übergewichtig" schreibt die Deutsche Gesellschaft für Medizinische Informatik, Biometrie und Epidemiologie e.V. (GMDS)
Viele gesundheitsbewusste Erwachsene wissen das, doch das Gewicht scheint ihnen – trotz bester Vorsätze – einfach nicht zu gehorchen. Sie haben unzählige Diätversuche hinter sich, doch der Zeiger der Waage zeigt langfristig eher nach oben statt nach unten. Frust und Gleichgültigkeit sind die Folge.
"Mich annehmen – abnehmen – ein ganzheitlicher Weg zum Wohlfühlgewicht" unterstützt Erwachsene und Kinder dabei, den Teufelskreis aus „Diäthalten – abnehmen – Frust – zunehmen" zu durchbrechen. In Einzelberatungen oder Kursen finden die Teilnehmer heraus, wie sie innerlich stark bleiben, wenn die kalorienreiche Lieblingsspeise lockt oder für den wohltuenden Ausgleichssport mal wieder keine Zeit zu bleiben scheint.

A- D- S
aktiviere dich selbst

Praxis für Geistiges Heilen

Unser Praxisangebot:
Geistiges Heilen, Channeling, Klangschalen, Klangliege Stimmgabeln/ Phonophorese, Reiki, Meditation, Chakren

Marina Fröhlich
Klaus- Dieter Hahl
Lampertheimer Str. 36
68519 Viernheim
Telefon: 06204/ 98 600 73
www.geistiges-heilen-online.de

Weg zu deiner Mitte

Andrea Brechtel
- Entspannungspädagogin -
- Konzentrationstrainerin -

Entspannungskurse für Erwachsene und Kinder unter fachlicher Anleitung

- kleine, persönl. Gruppen oder Einzelarbeit
- Vielfältiges Entspannungsprogramm
- Laufende Kurse
- Ausrichtung von Kindergeburtstagen
- Marburger Konzentrationstraining

Goethestrasse 5, 68519 Viernheim
Telefon 06204 / 9 38 17 66
Mobil 0176 / 22 86 28 97
AndreaBrechtel@aol.com

Themenabend

Am Mittwoch, 21. Februar 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Psycho-Physiognomik

Referentin: Dr. Ruxandra Sackreuther, Zahnärztin, ausgebildet in Psycho-Physiognomik
Rathausstr. 66-68, 68519 Viernheim, Tel. 06204 / 7 79 69

Psycho-Physiognomik ist die Lehre von der Beurteilung der äußeren Gestalt eines Menschen, der Projektion der Psyche auf die lebendige Gestalt, die besonders aus den Gesichtsausdrucksformen und der Mimik abzulesen ist.
Sie ist die Kenntnis der Seelen-Ausdrucks-Leistung, die sich im Wechselspiel von Reizaufnahme, Reizverarbeitung und Reizerkennung ereignet. Eine Ausdrucksleistung, die sich nachempfinden, ablesen, erkennen und einordnen läßt.
Da sich unser Inneres im Äußeren ausdrückt, kann uns durch die Physiognomik bewusst werden, was als Anlage, Stärke oder Schwäche in uns schlummert. Dadurch lernen wir die Mitmenschen und uns selbst, besser zu verstehen. Siehe auch Seminarangebot Seite 7

Wir wollen lernen, das zu erkennen,
was wir sehen!

Hinweis: Der Inhalt der Vorträge liegt im Verantwortungsbereich der einzelnen Referenten und Referentinnen.

DIE CHINESISCHE KUNST DES LEBENS

QI GONG
TAIJIQUAN

NUTZEN AUCH SIE URALTE WEISHEIT
FÜR BESTE GESUNDHEIT UND
EIN LANGES, ERFÜLLTES LEBEN

TAI JIANG CENTRUM

International • professionell • qualifiziert
Krankenkassengefördert
Birkenauer Talstr. 11 • 69469 Weinheim
Tel. 06201 - 18 72 49 • Fax 18 72 47
Www.qi-gong-taiji.de
info@qi-gong-taiji.de

Meister XL Jiang

Dr. Med. M.C. Jiang

DÉESSE of Switzerland cosmetics
DÉESSE of Switzerland Nahrungsergänzung

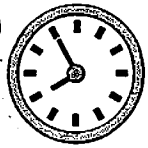
Gesunde Hautpflege für die ganze Familie auch bei allergischer Haut
kostenlose fachkundige Beratung bei Ihnen zu Hause
Große Produktvielfalt
Alle Produkte tierversuchsfrei entwickelt

Lebenswichtige Nähr- und Vitalstoffe, z.B.:
Chlorella pyrenoidosa enthält Vitamine, Mineralien u. Aminosäuren
OPC, Anti Aging
Reishi Balance der wertvolle Naturpilz für die innere Ruhe

Andrea Sebastiany-Alter
Farbtyp- u. Pflegeproduktfachberaterin
Kriemhildstr. 27 · Viernheim
Tel. 0 62 04 / 7 80 28

Themenabend

Sondervortrag



Am Mittwoch, 28. Februar 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Die F.X.Mayr-Kur

Referent: Dr. med. Jorge Rodriguez, Facharzt für Allgemeinmedizin und ausgebildeter Mayr-Arzt

"Die Gifte im Darm sind es, die den Menschen krank, vorzeitig alt und hässlich machen." (F.X.Mayr, österreichischer Naturarzt)
Im Mittelpunkt der F.X.Mayr-Kur steht der Darm, das größte Organ unseres Körpers. Dabei handelt es sich nicht mehr um die klassische Milch-Semmel-Diät, sondern um die auf wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhende Methode durch hochwertige Nahrung und spezielle Therapien den Schlüssel zu neuer Kraft, Gesundheit und Lebensfreude zu finden. Die Therapie zur Gesundung der Verdauungsorgane steht dabei auf drei Säulen: **Schonung, Säuberung und Schulung des Darms bei gleichzeitiger Entgiftung, Entschlackung und Entsäuerung.**

Dr. Rodriguez wird an diesem Themenabend ausführlich auf den gesundheitlichen Nutzen dieser Kur eingehen, so dass jeder Besucher entscheiden kann, ob diese Kur für ihn in Betracht kommt. Da Dr. Rodriguez nicht nur Arzt, sondern auch passionierter Musiker ist, wird er uns zusätzlich mit einer musikalischen Einlage überraschen.

Ursula Ößelmann

Mediale Lebensberatung &
Geistiges Heilen
Yoga, Chakra und Meditation
Außerkirchliche Trauerfeiern
und Hochzeiten

Weinheimer Str. 9, 68519 Viernheim,
Tel/Fax: 0 62 04-18 10
www.SyntheseLeben.de

Gelassenheit mit Stil und eine klare Harmonie der Kontraste

kennzeichnen die Mode von

[Saint]

Silvia Adler Naturtextilien

Rathausstraße 80
68519 Viernheim
Tel. 0 62 04 / 81 82

Die vhs Volkshochschulen

Wissen und mehr

Die Volkshochschule Viernheim bietet ein interessantes, vielseitiges Programm zu den Themen Bewegung und Gesundheit.

Fachbereich Gesundheit, Leitung: Horst Stephan
Telefon: 06204 / 96 36 70, Bürgerhaus Zimmer 13

www.vhs.viernheim.de

PARACELSUS MESSE Wiesbaden/ Rhein-Main-Hallen
23. - 25. Februar 2007

Die Superschau der Naturheilkunde!
Mit Mitgliedsausweis Preisermäßigung!

Unsere Vorstandssitzungen sind öffentlich und finden jeden dritten Dienstag im Monat vormittags ab 8.30 Uhr im Cafe Pfützer in der Weinheimer Str. statt. Schauen sie vorbei, alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Terminkalender 2007

Die Themenabende des Naturheilvereins finden an folgenden Terminen statt:

17. Jan	21. Feb	21. März
18. April	16. Mai	20. Juni
18. Juli	15. Aug	19. Sep
17. Okt	21. Nov	?. Dez

In Ihrem Terminkalender vormerken!
Bitte achten Sie auf unsere Sondertermine und unser Seminarprogramm!

NICOLE GRÄFF

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

- Chakra Energie- und Körperarbeit
- Aromaöl-Entspannungsmassagen
- Individuelle Austestungen (mit Biotensor) z.B. Allergien, Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe
- Blütenessenzen und deren Austestung
- Fußreflex-Entspannungsstreichungen
- Geführte Traumreisen

artemara

Heilpraktikerschule Rhein-Neckar

Professionelle Ausbildungen:
- Heilpraktiker/in
- Psychologische/r Berater/in
- Ernährungsberater/in
- Massage-Praktiker/in
- Klassische Homöopathie
- NLP, Integratives Coaching

Dr. Jaqueline Vernimb
Goethestrasse 6 · 68161 Mannheim
fon: 0621 - 12 24 001

info@artemara.de
www.artemara.de

Die Bach-Blütentherapie

Bachblüten helfen, sich von negativen Einstellungen zu lösen und die positiven Aspekte in sich zu entwickeln.

Gentian (Herbstenzian)

⊖ Skeptisch, zweifelnd, leicht entmutigt - ausgeprägt pessimistische Grundhaltung. Alles wird in Frage gestellt.

⊕ Eine positive Erwartungshaltung und die Fähigkeit, mit Konflikten zu leben.

Gorse (Stechginster)

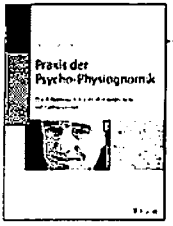
⊖ Man ist ohne Hoffnung, hat resigniert, lebt in dem Gefühl, es habe doch keinen Zweck mehr.

⊕ Man schöpft neue Hoffnung und gewinnt eine neue Perspektive zu seiner schwierigen oder scheinbar unabänderlichen Lebenssituation.

Heather (Schottisches Heidekraut)

⊖ Durch eine starke seelische Bedürftigkeit ist man sehr selbstbezogen und völlig mit sich selbst beschäftigt.

⊕ Man kann sich von seiner eigenen Problematik lösen und mehr Verständnis und Einfühlungsvermögen für die Umwelt gewinnen.



Wochenendseminar

Sa. + So. 24.-25.März 2007
jew. 10.00 - 17.00 Uhr, Kulturscheune

Psycho-Physiognomik

Leiterin: Wilma Castrian

Physiognomik ist die Lehre von der Beurteilung der äußeren Erscheinung des Menschen. Wilma Castrian vermittelt in eindrucksvoller Weise, wie aus der Gestalt und der Form, der Ausstrahlung, dem Gesicht, der Haltung, den Händen, der Hautfärbung zu erkennen ist, worin die Stärken und Schwächen des jeweiligen Menschen liegen und wie sein Gesundheitszustand zu beurteilen ist. Wilma Castrian versteht es auf wunderbare Weise, mit ihrer achtsamen Art und viel Einfühlungsvermögen eine Atmosphäre entstehen zu lassen, die mit großer Offenheit ein Gespräch über den eigenen Charakter und seine tiefen Seelenschichten zulässt, die sich über Körperform, Haltung, Farbe und Ausstrahlung offenbaren.
Diese Antlitzdiagnostik ist ein von Carl Huter (1861-1912) entwickeltes System und verbindet die Lebens- und Seelenausdruckskunde mit den Körperformen und der Ausstrahlung.
Das Seminar bietet eine wirkliche Lebenshilfe und ist besonders hilfreich für Therapeuten und Pädagogen, aber auch für alle, die in der Selbsterkenntnis fortschreiten wollen.

RÜCKGRAT e.V.
Gemeinnützige
Selbsthilfeorganisation für
ganzheitliche Gesundheit von
Rücken, Füßen und Gelenken

Michaela Kreczynski
Heilpraktikerin
Entspannungspädagogin

Tel./Fax: (06204) 6080701

Ganzheitliche Massagen
Dorn-Breuss Methode
Fußreflexzonenmassage
Progressive Muskelent-
spannung nach Jacobson
Autogenes Training

Wilma Castrian, unterrichtet seit mehr als 20 Jahren Physiognomik und leitet ein eigenes Institut in Schnedenstedt bei Peine. Sie ist eine der großen Physiognomen unserer Zeit, die das von Carl Huter (1861-1912) entwickelte System der Antlitzdiagnostik lehrt. Obwohl schon über 70 ist sie noch unermüdlich in ihrer Seminar- und Forschertätigkeit.

Die Kursgebühr beträgt 120,- € (für Mitglieder 100,-€).

Anmeldung bei
Adrea Sebastiany-Alter,
Tel. 0 62 04 / 7 80 28

Seminar Seminar Seminar

Seminar Seminar

Tagesseminar

Am Samstag, 10. März 2007
10:00 bis 17:00 Uhr in der Kulturscheune, Cafeteria

Der Mensch ein kosmisches Wesen?

Über die kosmischen Wurzeln des Menschen auf der Erde
Kursleiter: Dr. med. Jorge Rodriguez, F.X. Mayr-Arzt und Universitätsdozent in Südamerika

In diesem Seminar erfahren Sie Zusammenhänge, die Sie bisher in keinem Lehrbuch erfahren haben. Welche Funktionen haben einzelne Elemente in unserem Körper? Wie werden Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette verstoffwechselt und welche Zusammenhänge bestehen zwischen Seele, Geist und Körper? Dr. Rodriguez gibt Einsichten aus biochemischer und geisteswissenschaftlicher Sicht die in Erstaunen versetzen. Warum besteht das Fruchtwasser z. B. zu 22% aus Silizium, das wie eine kosmische Antenne wirkt? Warum ist Phosphor ein Lichtträger? Wussten Sie, dass die chemische Formel von Zucker und Harnsäure fast identisch ist und wie sie auf den menschlichen Körper wirken?

Sie erhalten auf lebendige Weise wissenschaftliche Erklärungen über den Ursprung allen Lebens und des Menschen als kosmisches Wesen.

Die Kursgebühr beträgt 60,- € (für Mitglieder 50,-€).

Anmeldung:
Frau Sebastiany-Alter, Tel. 0 62 04 / 7 80 28 oder Frau Hock 0 62 04 / 7 60 53

Intensiv-Ausbildungen
zum
Heilpraktiker
und
Heilpraktiker für Psychotherapie - HPG
sowie
Fachausbildungen
- Studium der Naturheilverfahren
- Klassische Homöopathie
- Akupunktur / TCM
- Anthroposophische Heilkunde
- Ernährungs-, Gesundheits- & Wellnessberater

www.aft-gmbh.de
06224 - 940 [illegible]
Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg

Quell' des Wohlgefühls
ENERGETIX
Magnetschmuck
Schmuck für Schönheit & Gesundheit
ALGEN von WELLSTAR
Lebensmittel des 21. Jahrhunderts
mit Lebensmittelkontrollstempel
Tahitian Noni™ Juice
+ Kosmetik + Körperpflege
auch gewichtsregulierende Produkte
Neural-Kopfmassagegerät
Kostenlose Kopfmassage
zum Testen (15 min.)
im Wert von 5,- €
Dagmar Hartmann · Bgm.-Reisenbach-Str. 7
68519 Viernheim · Tel. 06204 / 918 07 05
Mobil 0174 633 50 23

Werden Sie Mitglied
im Naturheilverein Viernheim und Umgebung!

Der Mitgliedsbeitrag beträgt

für Einzelmitglieder..... 39,00 €

Familienmitgliedschaft .....48,00 €

Im Beitrag ist bereits die Zusendung der Monatszeitschrift "Naturarzt" enthalten (Einzelpreis 3,45 €)

Naturarzt
Ihr Ratgeber für ein gesundes Leben

Wohnungswechsel – Bankwechsel – Namensänderung

Wir bitten unsere Mitglieder, Änderungen der Anschrift, des Namens oder der Konten sofort zu melden. Sie erleichtern damit unsere Arbeit sehr. Vielen Dank.

Bei überholter Angabe der Bankverbindung entstehen uns Mehrkosten bis zu 9,00 € je Abbuchung, die wir den betreffenden Mitgliedern anrechnen müssen.

water mind

Wasseraufbereitung durch Umkehr - Osmose

... gönnen Sie sich Ihre eigene „ Hausquelle "

Dipl. Ing. Wolfgang Oswald
Tel. 06203 / 10 79 470
www.water-mind.de

An den Naturheilverein Viernheim
Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende)
Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim
Tel./Fax 0 62 04 - 7 80 28

☐ Ich will Einzelmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 39,- €)

☐ Ich will Familienmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 48,- €)
(Namen der Familienmitglieder bitte auf gesondertem Blatt ausfüllen)

☐ Ich möchte eine Jahresmitgliedschaft verschenken. Anschrift des Empfängers:
_____
_____
_____

☐ Ich überweise dem Viernheimer Naturheilverein zur Unterstützung seiner Arbeit eine Spende in Höhe von _____ €.

Als Mitglied habe ich Anspruch auf Lieferung der Zeitschrift "DER NATURARZT"

Name: _____
Straße: _____
PLZ, Ort: _____
Telefon: _____ Fax: _____
Geburtsdatum: _____
Beruf: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Ermächtigung zum Bankeinzug des Mitgliedsbeitrages zu Lasten meines Girokontos

Nr.: _____ BLZ: _____
Bank: _____
_____

Unterschrift: _____

Rezept Rezept

Sehr gutes Brotrezept

Insgesamt 1 kg Dinkelmehl ergibt ein Kastenbrot und ca. 8 Seelen oder 16 Seelen. Diese eignen sich hervorragend zum Einfrieren. Kurz vor dem Frühstück auf dem Toaster auftauen, 3-4 mal wenden (Toaster immer neu einschalten). Die Kruste wird dann wunderbar knackig, das Brot innen drin bleibt schön weich, nichts wird zäh.

600 g Dinkel-Vollkornmehl
400 g Dinkelmehl Type 1050 oder 630
1 Päckchen Trockenhefe
2 Teel. Kaisers Natron
2 Essl. Essig (am besten Apfelessig)
1/2 l Buttermilch (zimmerwarm)
1/4 l warmes Wasser
3 gestr. Essl. Salz
evtl. Walnüsse oder Kürbiskerne oder Sonnenblumenkerne in den Teig kneten.

2/3 des Mehls mit allen andern Zutaten zusammenrühren, dann das restliche Mehl langsam unterkneten, bis sich der Teig von der Schüssel ablöst. Dann ein Tuch draufdecken und ca. 1/2 Stunde im Warmen stehen lassen bis der Teig aufgegangen ist. Danach die Hälfte des Teiges in eine Kastenform füllen oder einen Laib formen, aus dem Rest längliche Brötchen (Seelen) formen und diese dann nochmals aufgehen lassen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 - 200 ° die Seelen ca. 20 Min., das Brot ca. 40 - 50 Min. backen.
Wenn man das gefettete Blech noch ganz leicht mit einem Hauch Salz bestreut und die Brötchen mit leichtem Salzwasser bestreicht, wird die Kruste knackiger und schmeckt köstlich. Beim Aufbacken auf dem Toaster kann man vorher die Kruste mit nassen Händen etwas feucht machen.

Freunde sind Gottes Entschädigung für Verwandte!
Irisches Sprichwort

Colon-Hydro-Therapie
Darmreinigung & Darmsanierung
auch fastenbegleitend,
bei Diät und Ernährungsumstellung

Ein gesunder Darm bildet die Grundlage für einen gesunden Menschen.
Edelgard Hock, Heilpraktikerin, Viernheim
Tel.: 0 62 04 / 7 60 53

CULUMNATURA®
KONSEQUENT NATÜRLICH

Die erste Naturfriseurin in Viernheim!

Alle Haarpflegeprodukte mit ausschließlich natürlichen Inhaltsstoffen (Lebensmittelgütesiegel).

Pflanzen-Haarfarben (17 verschiedene Farbnuancen)

HAARGENAU
Friseursalon Petra Schlosser
Theodor-Heuss-Allee 22
68619 Viernheim
Telefon 0 62 04 / 73 86 67

Layout + Redaktion: Edelgard Hock, Tel. 0 62 04 / 7 60 53

Naturheilverein
Viernheim und Umgebung e.V.

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

Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende) · Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim · Tel. 0 62 04 - 7 80 28
Fax 7 80 28 · E-Mail: info@naturheilverein-viernheim.de · www.naturheilverein-viernheim.de

Informationen 2007

April – Mai – Juni

2

Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Energiebilder und Heilmeditation
Vortrag 18. April 2007

Seite 2

Die Feldenkrais-Methode

mehr Lebensqualität durch bewusste Körperwahrnehmung
am 16. Mai 2007

Seite 3

Frauenkörper – Frauenweisheit

Tumore, Myome, Zysten –
Ursachen und ganzheitliche Sichtweisen
Vortrag am 20. Juni 2007

Seite 4

Seminarangebot

Breuß-Massage und Dorn-Therapie

Seite 5

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

Themenabend

Am Mittwoch, 18. April 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Aktivierung der Selbstheilungskräfte
durch Energiebilder und Heilmeditation

Referentin: Rose Coleman, Gesundheitsberaterin und Lebensberaterin, Dotzheimer Str. 41, 65185 Wiesbaden, Tel. 0611 - 26 77 898

Rose Coleman setzt viele unterschiedliche Lebensthemen in Bilder um. Bisher sind mehr als 1.200 verschiedene Bilder entstanden. Mit ihrer universellen Wirkung auf Menschen, Tiere und Pflanzen zählen Farben und Formen zu den wirklich großen Geheimnissen unserer Welt! Der Anwendung von speziellen Farbkombinationen liegen universell gültige Gesetze und Prinzipien zugrunde. Die von Rose Coleman für Ihre Bilder ausgewählten Kompositionen basieren auf Zahlen, Formen und Farben und gehen damit auf das sehr alte Wissen zurück, wie energetische Bilder entstehen. Ihre Energiebilder haben eine heilsame Wirkung und können Kraft, Energie und Lebensfreude spenden.

Frau Coleman wird darauf eingehen wie Ursachen gefunden werden für Blockaden und wie Belastungen gelöst werden können. Sie wird aus ihrer langjährigen Praxisarbeit berichten. Außerdem wird sie an diesem Abend eine Kostprobe ihrer CD "Hills of Heaven" in Form einer Heilmeditation geben, die Sie Kraft und Entspannung tanken lassen.

Themenabend

Am Mittwoch, 16. Mai 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Die Feldenkrais-Methode

mehr Lebensqualität durch bewusste Körperwahrnehmung - ein Vortrag mit Übungen

Referentin: Maggie Säger-Neureither, Heilpraktikerin, Feldenkraispädagogin, Krankengymnastin
Am Büchsenackerhang 1, 69118 Heidelberg, Tel. 06221/ 80 27 89

Die Feldenkrais-Methode ist ein Weg, sich selbst und seinen Körper durch verschiedene Bewegungsabfolgen kennenzulernen, sich kraftschonend zu bewegen, ungünstige Haltungen aufzugeben und Verspannungen zu vermeiden. Bei längerer Praxis bewirkt der so angeregte Prozess eine grundlegende Änderung der Selbstwahrnehmung und des Selbstbewusstseins, sowie einen angenehmeren Umgang mit sich selbst.
Der Vortrag gibt einen kurzen Abriss über Moshè Feldenkrais` Leben und vermittelt Ihnen wesentliche Prinzipien der Methode wie bewusstes Bewegen, nichts Bewerten usw.. Frau Säger-Neureither läßt Sie an diesem einzigartigen, körperzentrierten Lern- und Entwicklungsprozessess anhand praktischer Übungen teilhaben.

Hinweis: Der Inhalt der Vorträge liegt im Verantwortungsbereich der einzelnen Referenten und Referentinnen.

DIE CHINESISCHE KUNST DES LEBENS

QI GONG
TAIJIQUAN

NUTZEN AUCH SIE URALTE WEISHEIT
FÜR BESTE GESUNDHEIT UND
EIN LANGES, ERFÜLLTES LEBEN

TAI JIANG CENTRUM

Meister XL Jiang

International • professionell • qualifiziert
Krankenkassengefördert
Birkenauer Talstr. 11 • 69469 Weinheim
Tel. 06201 - 18 72 49 • Fax 18 72 47
Www.qi-gong-taiji.de
info@qi-gong-taiji.de

Dr. Med. M.C. Jiang

of Switzerland PÉESSE cosmetics
of Switzerland PÉESSE Nahrungsergänzung

Gesunde Hautpflege für die ganze Familie auch bei allergischer Haut
kostenlose fachkundige Beratung bei Ihnen zu Hause
Große Produktvielfalt
Alle Produkte tierversuchsfrei entwickelt

Lebenswichtige Nähr- und Vitalstoffe, z.B.:
Chlorella pyrenoidosa enthält Vitamine, Mineralien u. Aminosäuren
OPC, Anti Aging
Reishi Balance der wertvolle Naturpilz für die innere Ruhe

Andrea Sebastiany-Alter
Farbtyp- u. Pflegeproduktfachberaterin
Kriemhildstr. 27 · Viernheim
Tel. 0 62 04 / 7 80 28

Themenabend

Am Mittwoch, 20. Juni 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Frauenkörper – Frauenweisheit

Referentin: Gabriele Wieland, Heilpraktikerin
Kobellstraße 15, 68167 Mannheim, Tel.: 0621 / 17 04 558

Tumore, Myome, Zysten sind eine häufige Indikation bei Frauen unserer Zeit und Gesellschaft. Folge davon sind Unsicherheiten und Ängste.
Ziel der Arbeit von Frau Wieland ist es, Frauen zu helfen, den Zauber des eigenen Körpers zu erkennen.
Aufklärung, Verstehen der Vorgänge im Körper und sinnvolle Verhaltensänderungen können bereits eine Umstimmung im Umgang mit Erkrankungen an den weiblichen Geschlechtsorganen auslösen. Der Körper ist ein geniales System, das unsere höchste Achtung verdient. Schreit uns eine Krankheit an, müssen wir deren Sprache verstehen lernen. Bekämpfen heißt, nicht sehen wollen. Verstehen heißt, die vorhandene Energie nutzen und in kreative Bahnen lenken. Aktiv sein im Umgang mit Beschwerden und Erkrankungen ist in jedem Falle die einzig sinnvolle Alternative!

Der Mensch hat selten Glück. *(Albert Einstein)*
Unsere Sichtweise:
Der Mensch hat meistens Glück, er merkt es nur selten.

Ursula Ößelmann

Mediale Lebensberatung &
Geistiges Heilen
Yoga, Chakra und Meditation
Außerkirchliche Trauerfeiern
und Hochzeiten

Weinheimer Str. 9, 68519 Viernheim,
Tel/Fax: 0 62 04-18 10
www.SyntheseLeben.de

RÜCKGRAT e.V.
Gemeinnützige
Selbsthilfeorganisation für
ganzheitliche Gesundheit von
Rücken, Füßen und Gelenken

Michaela Kreczynski
Heilpraktikerin
Entspannungspädagogin

Tel./Fax: (06204) 6080701

Ganzheitliche Massagen
Dorn-Breuß Methode
Fußreflexzonenmassage
Progressive Muskelent-
spannung nach Jacobson
Autogenes Training

Sanfte Selbsthilfe für den Rücken - die DORN-Therapie

Samstag 14. April, 9 - 18 Uhr, Kulturscheune
Seminarleiter: Franz Josef Neffe

Das moderne Leben führt zu Bewegungsmangel, Fehlbelastungen und letztlich zu Fehlstellungen der Wirbelsäule und des Beckens. Dies ist Ursache vieler Rückenprobleme. Die Dorntherapie, von dem Allgäuer Landwirt Dieter Dorn entwickelt und inzwischen fast weltweit verbreitet, ist eine sanfte Therapie um Wirbelfehlstellungen, Beinlängendifferenzen und Beckenschiefstände positiv zu beeinflussen.

Wir lernen im Seminar Zusammenhänge zu erkennen zwischen Wirbeln, Nerven und Organen. Über die Wirbelsäule sind verschiedene Gesundheitsprobleme beeinflussbar. Wir erarbeiten Selbsthilfeübungen und Problemlösungen im Zusammenhang mit richtigem Liegen, Sitzen, Tragen und Bücken.

Die Teilnehmer brauchen: Einfache, flache Schuhe und bequeme Kleidung. Seminarkosten: 80,00 € (für Mitglieder 70,00 €)

Die Breuß-Massage und was dahintersteckt

Sonntag 15. April, 10 - 17 Uhr, Kulturscheune
Seminarleiter: Franz Josef Neffe

Rudolf Breuß (1899-1990) ist nicht nur durch seine erfolgreiche Gemüsesaftkur gegen Krebs sondern auch durch die Breuß-Massage sehr vielen Menschen bekannt. Die feinabgestimmte Muskellockerung, Wirbelstreckung und Energiearbeit wird sowohl vom Gebenden wie vom Empfangenden als ausgesprochen wohltuend empfunden. Der Rücken wird im Liegen massiert.

Die Teilnehmer brauchen dazu: Badetuch, Decke, Massageöl, bequeme Kleidung.

Seminarkosten:
70,00 € (für Mitglieder 60,00 €)

unterm Kirchturm

ARTee unterm Kirchturm
Ihr Laden für Tee und christliche Kunst
Rathausstraße 41
68519 Viernheim
Tel. U. Fax 06204 620 624

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

Neu im Sortiment
Ätherische Öle von Primavera

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

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

Meine Religion ist sehr simpel: Meine Motivation ist Liebe.
Dalei Lama
Worte der Weisheit

Gesundheits-Check

Gesundheits-Check

Der Mensch braucht zum Gesundbleiben viel frische Luft, sauberes Wasser zum Trinken, gesunde Lebensmittel **und täglich ausreichend Bewegung !**

Für die, die nur wenig Zeit aufwenden möchten, ist unser Vorschlag **Gesundheits-Check** gedacht. Wer jeden Morgen damit seinen Tag beginnt, hat schon viel für seine Beweglichkeit getan. Hängen Sie sich das Blatt ins Badezimmer und machen Sie die Übungen täglich, es dauert nur wenige Minuten.

Aber wollten Sie nicht schon immer etwas mehr tun?
Die Stadt Viernheim bietet im Sommer (immer am Freitag, 18.ooUhr im Waldstadion) ein **Training** an, kostenlos für alle Interessenten. Ziel ist das **Sportabzeichen**, aber wer nur mitmacht und dieses nicht erreicht, hat trotzdem etwas für seine Gesundheit, seine Beweglichkeit und Ausdauer getan. Außerdem macht Sport in der Gruppe Spaß. Und wer richtig auf Fitness Wert legt, kauft sich am Saisonanfang eine Dauerkarte für das **Waldschwimmbad!** Wir haben hier in Viernheim das schönste Schwimmbad weit und breit und es sollte noch viel mehr genutzt werden. Für die Gesundheit gibt es nichts Besseres, als täglich 15 - 30 Minuten schwimmen. Auch ältere Nichtschwimmer können das Schwimmen immer noch lernen, das kann man in jedem Alter.

A- D- S
aktiviere dich selbst

Praxis für Geistiges Heilen

Unser Praxisangebot:
Geistiges Heilen, Channeling, Klangschalen, Klangliege Stimmgabeln/ Phonophorese, Reiki, Meditation, Chakren

Marina Fröhlich
Klaus- Dieter Hahl
Lampertheimer Str. 36
68519 Viernheim
Telefon: 06204/ 98 600 73
www.geistiges-heilen-online.de

Weg zu deiner Mitte

Entspannung & Konzentration

Vielfältiges Entspannungsprogramm
für Groß & Klein
Kleine, persönliche Gruppen oder Einzelarbeit
Marburger Konzentrationstraining
Ausrichtung von Kindergeburtstagen

Andrea Brechtel
- Entspannungspädagogin -
- Konzentrationstrainerin (MTK)-

Goethestrasse 5, 68519 Viernheim
Telefon 06204 / 9 38 17 66
Info unter: www.entspannung-viernheim.de
e-Mail: AndreaBrechtel@aol.com

Minuten-Check

für die tägliche Bewegung und zur Gesunderhaltung

- auf die Zehenspitzen stellen und mehrmals auf und ab wippen
- auf die Fersen, abwechselnd rechts und links, Fußzehen nach oben
- Waden anspannen, Oberschenkel anspannen
- Knie hochziehen, mehrmals rechts, links
- Knie anwinkeln, Bein nach hinten hochziehen, rechts und links, Bein zum Po ziehen
- Pomuskel anspannen, Blasenschließmuskel anspannen, Bauch anspannen
- Brust und seitliche Rückenmuskeln anspannen
- Brust raus, Ellbogen nach hinten drücken
- Oberkörper langsam nach vorne beugen, Hände auf den Boden, dabei ausatmen
- Hände vor der Brust kräftig zusammendrücken - einige Sekunden halten
- Hände zu Fäusten ballen
- Hände nach vorn strecken, Finger auseinander spreizen
- Handgelenke hoch- und vor- und runterklappen, alle drei Richtungen mehrmals
- Schultern hochziehen, loslassen - 10 mal wiederholen
- Schultern kreisen nach hinten und nach vorn, zuerst rechts, dann links
- beide Arme langsam aber kraftvoll nach vorn drücken
- Arme angewinkelt langsam und kraftvoll nach oben drücken und Himmelsleiter herunterziehen
- Hände vor der Brust mit den Handflächen zusammendrücken Bodybuilder Tarzan kommt
- Kopf abwechselnd langsam rechts / links auf Schulter ablegen
- ganz langsam Kopf vorbeugen und zurück
- Hände hinter dem Kopf verschränkt halten
- Mund weit aufreißen, gähnen, Backen aufblasen, Stirn runzeln
- Lächeln - fertig !

Das Glück ist das Einzige, das sich verdoppelt,
wenn man es teilt.
Albert Schweitzer

Buchtipp Buchtipp

Für Sie gelesen:

Intelligente Zellen
Wie Erfahrungen unsere Gene steuern
Autor: Bruce H. Lipton

KOHA-Verlag 2002, ISBN 3-936862-88-5

Warnung: Dieses Buch wird Ihre Vorstellung von den Auswirkungen Ihres Denkens und Fühlens für immer verändern.

Vielleicht haben Sie es schon geahnt, dass das Denken und Fühlen unser physisches Leben bestimmt. Jetzt können Sie sicher sein! Erstaunlic wissenschaftliche Erkenntnisse über die biochemischen Funktionen unseres Körpers zeigen, dass unser Denken und Fühlen bis in jede einzelne unserer Zellen hineinwirkt. Der Zellbiologe Bruce Lipton beschreibt genau, wie dies auf molekularer Ebene vor sich geht. In leicht verständlicher Sprache und anhand eingängiger Beispiele führt er vor, wie die neue Wissenschaft der Epigenetik die Idee auf den Kopf stellt, dass unser physisches Dasein durch unsere DNS bestimmt würde. Vielmehr wird sowohl unser persönliches Leben als auch unser kollektives Dasein durch die Verbindung zwischen innen und außen, zwischen Geist und Materie gesteuert. Eine Erkenntnis, die, logisch weiter gedacht, auch weiterreichende spirituelle Konsequenzen hat.

Intensiv-Ausbildungen
zum
Heilpraktiker
und
Heilpraktiker für Psychotherapie - HPG
sowie
Fachausbildungen
- Studium der Naturheilverfahren
- Klassische Homöopathie
- Akupunktur / TCM
- Anthroposophische Heilkunde
- Ernährungs-, Gesundheits- & Wellnessberater

www.a-f-g.de
Info 06221 - 40 45 07
Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg

Quell' des Wohlgefühls
ENERGETIX
Magnetschmuck
Schmuck für Schönheit & Gesundheit
Bioslife Complete
für einen gesunden Cholesterinspiegel
klinisch getestet, messbare Ergebnisse!
Tahitian Noni™ Juice
+ Kosmetik + Körperpflege
auch gewichtsregulierende Produkte
Neural-Kopfmassagegerät
Kostenlose Kopfmassage
zum Testen (15 min.)
im Wert von 5,- €
Dagmar Hartmann · Bgm.-Reisenbach-Str. 7
68519 Viernheim · Tel. 06204 / 918 07 05
Mobil 0174 633 50 23

Mitgliederversammlung des Naturheilvereins

Unsere diesjährige Mitgliederversammlung findet am Mittwoch, den 23. Mai 2006 um 19:30 Uhr im Nebenzimmer des Bürgerhausrestaurants "Galicia" statt. Alle Mitglieder und Freunde des Naturheilvereins sind herzlich eingeladen.

Wir freuen uns über unsere neuen Mitglieder und begrüßen sie sehr herzlich:

Birgit Kersting
Susanne Scheuermann
Adolf Lutze
Karin Martin
Ulrike Hengst-Eitner
Frank Eitner
Dr. med Monika Jiang
Ulrike Stein
Gudrun Dennhardt
Gabi Vetter
Marianne Adam
Erna Dümmler
Stephanie Hofen

Unsere Vorstandssitzungen sind öffentlich und finden jeden dritten Dienstag im Monat vormittags ab 8.30 Uhr im Cafe Pfützer in der Weinheimer Str. statt. Sie sind herzlich eingeladen.

Die vhs Volkshochschulen
Wissen und mehr
www.vhs.viernheim.de
Telefon: 06204 / 96 36 70

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

NICOLE GRÄFF

Chakra Energie- und Körperarbeit
Aromaöl-Entspannungsmassagen
Individuelle Austestungen (mit Biotensor) z.B. Allergien, Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe
Blütenessenzen und deren Austestung
Fußreflex-Entspannungsstreichungen
Geführte Traumreisen

artemara
Heilpraktikerschule Rhein-Neckar

Professionelle Ausbildungen:
· Heilpraktiker/in
· Psychologische/r Berater/in
· Ernährungsberater/in
· Massage-Praktiker/in
· Klassische Homöopathie
· NLP, Integratives Coaching

Dr. Jaqueline Vernimb
Goethestrasse 6 · 68161 Mannheim
fon: 0621 - 12 24 001
info@artemara.de
www.artemara.de

Serie zum Sammeln

Die Bach-Blütentherapie

Bachblüten helfen, sich von negativen Einstellungen zu lösen und die positiven Aspekte in sich zu entwickeln.

Holly (Stechpalme)

- ⊖ Gefühlsmäßig irritiert. Man wird von Eifersucht, Misstrauen, Hass- und Neidgefühlen geplagt.
- ⊕ Man kann seine Gefühle zurücknehmen und entwickelt Großherzigkeit

Honeysuckle (Geißblatt)

- ⊖ Man weigert sich bewusst oder unbewusst bestimmte Ereignisse seiner Vergangenheit zu verarbeiten
- ⊕ Man bewahrt sich ein lebendiges Verhältnis zur Vergangeheit, lebt aber ganz in der Gegenwart.

Hornbeam (Weißbuche oder Hainbuche)

- ⊖ Man fühlt sich in einem Zustand mentaler Erschöpfung. Ernsthaft zweifelt man morgens daran, ob man überhaupt noch die Kraft aufbringt, die täglichen Pflichten zu bewältigen, aber irgendwie schafft man es dann doch immer.
- ⊕ Man findet zu seinem natürlichen Lebensrhythmus, gewinnt seelische Spannkraft und geistige Frische.

Gelassenheit mit Stil und eine klare Harmonie der Kontraste

kennzeichnen die Mode von

[Sa/nt]

Silvia Adler Naturtextilien

Rathausstraße 80
68519 Viernheim
Tel. 0 62 04 / 81 82

water mind

Wasseraufbereitung durch Umkehr - Osmose

... gönnen Sie sich Ihre eigene „ Hausquelle "

Dipl. Ing. Wolfgang Oswald
Tel. 06203 / 10 79 470
www.water-mind.de

An den Naturheilverein Viernheim
Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende)
Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim
Tel./Fax 0 62 04 - 7 80 28

☐ Ich will Einzelmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 39,- €)

☐ Ich will Familienmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 48,- €)
(Namen der Familienmitglieder bitte auf gesondertem Blatt ausfüllen)

☐ Ich möchte eine Jahresmitgliedschaft verschenken. Anschrift des Empfängers:

_____

_____

_____

☐ Ich überweise dem Viernheimer Naturheilverein zur Unterstützung seiner Arbeit eine Spende in Höhe von _____ €.

Als Mitglied habe ich Anspruch auf Lieferung der Zeitschrift "DER NATURARZT"

Name: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____ Fax: _____

Geburtsdatum: _____

Beruf: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Ermächtigung zum Bankeinzug des Mitgliedsbeitrages zu Lasten meines Girokontos

Nr.: _____ BLZ: _____

Bank: _____

_____

Unterschrift: _____

Rezept Rezept

Basentrunk

Ein ideales Getränk ist der so genannte Basentrunk, der auf den Schweden Are Waerland zurückgeht und von ihm als "Excelsior" bezeichnet wurde. Er hilft dem Organismus bei der Entsäuerung.

Rezept:
Gut gereinigtes, grob würfelig geschnittenes Gemüse, wie z.B. Sellerie, Karotten, Kartoffeln, Fenchel, Zucchini wird mit ausreichend Wasser zum Kochen gebracht. Etwa zehn Minuten wallen lassen, den Topf vom Feuer nehmen und über Nacht ziehen lassen. Am Morgen wird die Flüssigkeit trinkwarm aufgewärmt und auf nüchternen Magen getrunken. Die ideale Menge ist ein Viertelliter. Aufgrund des etwas uninteressanten Geschmacks ist die Gefahr der Sucht in diesem Fall gering, die regelmäßige Einnahme von Excelsior ist jedoch ein Segen für unsere durchschnittlich übersäuerten Körper.

Der Naturheilverein kooperiert mit der

RHEUMA-LIGA B.W.
in Karlsbad

15 Tage Kur-Reise nach Abano-Montegrotto / Italien im 3 Sterne Hotel Monaco Terme
inkl. Vollpension, Thermalbad, Schwitzgrotte, Gala-Abende

8. September - 23. September 2007

Kurpaket:

Ärztliche Untersuchung
10 x Fangopackungen
10 x Ozon-Sprudelbad
10 x Reaktionsmassagen
3 x Wassergymnastik i. Thermalwasser/ Woche

Ausführliche Info und Preise:
Hans Arnold, Tel. 0 72 02 - 85 68 oder
Andrea Sebastiany-Alter,

Colon-Hydro-Therapie
Darmreinigung & Darmsanierung
auch fastenbegleitend,
bei Diät und Ernährungsumstellung

Ein gesunder Darm bildet die Grundlage für einen gesunden Menschen.
Edelgard Hock, Heilpraktikerin, Viernheim
Tel.: 0 62 04 / 7 60 53

CULUMNATURA®
KONSEQUENT NATÜRLICH

Die erste Naturfriseurin in Viernheim!

Alle Haarpflegeprodukte mit ausschließlich natürlichen Inhaltsstoffen (Lebensmittelgütesiegel).

Pflanzen-Haarfarben (17 verschiedene Farbnuancen)

HAARGENAU
Friseursalon Petra Schlosser
Theodor-Heuss-Allee 22
68619 Viernheim
Telefon 0 62 04 / 73 86 67

Layout + Redaktion: Edelgard Hock, Tel. 0 62 04 / 7 60 53

Naturheilverein
Viernheim und Umgebung e.V.

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

Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende) · Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim · Tel. 0 62 04 - 7 80 28
Fax 7 80 28 · E-Mail: info@naturheilverein-viernheim.de · www.naturheilverein-viernheim.de

Informationen 2007
Juli – August – September

3

Kräuterwanderung
Mittwoch, 11. Juli 2007, 10 Uhr Seite 7

Heilende Pilze
Die Mykotherapie – eine ganzheitliche Therapie!
Vortrag 18. Juli 2007 Seite 2

Individuell entsäuern
Säure-Basen-Ausgleich für jeden Stoffwechseltyp
Vortrag am 15. August 2007 Seite 3

Die Heilkraft der Pflanzen
Heilkräuterwissen für Jedermann
Vortrag am 19. September 2007 Seite 4

Seminarangebote
"Heilsteine und wie sie uns helfen können" und Seite 8
"Die geheimnisvolle Heilkraft der energetischen Küche" Seite 5

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

Themenabend

Am Mittwoch, 18. Juli 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Heilende Pilze

die Mykotherapie – eine ganzheitliche Therapie

Referentin: Dr. Susanne Ehlers, Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.
Haydnstrasse 24 , D - 86368 Gersthofen, Tel. 08761 7246 81

Pilze bilden ein eigenes Reich neben Tieren und Pflanzen. Sie haben ein bereits fundiert wissenschaftlich untersuchtes Potenzial in der Immuntherapie, um z.B. in der alternativen Krebsbehandlung die Chemo- oder die Strahlentherapie zu ergänzen.
In einem Überblick werden die Heilpilze Shiitake, Igelstachelbart, Reishi , Maitake, Schopftintling, Judasohr und Agaricus dargestellt, ihre ernährungsphysiologische und mykotherapeutische Bedeutung sowie deren Inhaltsstoffe und deren Wirkungen.
Für Heilpilze gibt es eine Reihe von Indikationen wie z.B. Cholesterinsenkung, Immunsystemstabilisierung, Wirkung bei Krebserkrankungen, Diabetes, Allergien, Übergewicht und Bluthochdruck.
Frau Dr. Ehlers wird außerdem auf die Herstellung, Dosierung und Verabreichung der Heilpilze eingehen und über Erfahrungen von Anwendern berichten.
Erwünscht ist eine rege Diskussion. Es werden Bilder und „greifbare" Objekte zu begutachten sein.

ROSE COLEMAN

Energie. Farbe. Bilder.
Energiebilder der besonderen Art

Die Bilder leben von hellen, aktivierenden und leuchtenden Tönen, deren Energie sich dem Betrachter unmittelbar und intensiv erschließt. Die Resonanz auf die Energiebilder ist immer wieder stark. Viele Menschen sind von ihnen begeistert und fasziniert. Bewegung und Veränderung werden beim Betrachten aufgenommen und konkret erfahren.

www.espirit-shop.de

Rose Coleman P.O. Box 1444 D-65004 Wiesbaden
Fon +49(0)611-54 101 944 Fax +49(0)611-54 101 943
E-Mail: mail@espirit-shop.de

DAN Energie
die HEIL-KRAFT der Sonne

- Gezielte Energiearbeit
- Beratungsgespräche
- Aktivierung mit der DAN Energie

Jetzt die DAN Energie völlig unverbindlich testen!

SCHRITTWEISER
Heike & Marcus Höffer
dipl. DAN Therapeuten
Tel.: 06204-7083070

Themenabend

Am Mittwoch, 15. August 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Individuell entsäuern

Säure-Basen-Ausgleich für jeden Stoffwechseltyp

Referent: Dipl. oec. troph. Ralf Moll, Fastenwanderzentrum Birkhalde, 72172 Sulz a.N., Birkhaldenstr. 29, Tel. 0 74 54 / 92 790

Jeder Mensch ist anders und reagiert individuell. Es gibt große, kleine, dicke und dünne Menschen. Manche nehmen schon vom Anschauen der Speisen zu, andere hingegen können essen ohne zuzunehmen. Manche haben ständig kalte Füße, andere hingegen sind immer gut durchblutet und erwärmt. Dementsprechend ist für jeden von uns eine ganz persönliche typgerechte Ernährungs- und Lebensweise optimal. Sie hält uns gesund und unseren Körper im Säure-Basen-Gleichgewicht.
In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Lebensmittel und naturheilkundliche Maßnahmen ideal für Ihren Typ geeignet sind und wie Sie mit einfachen basischen Maßnahmen Ihren Säure-Basen-Haushalt ins Gleichgewicht bringen können. Besonders Haut- und Gelenkerkrankungen, Darmprobleme, Herz-Kreislauf-Beschwerden, Kopfschmerzen und Arthrose können durch eine individuelle Entsäuerung sehr gut behandelt werden.

DIE CHINESISCHE KUNST DES LEBENS

QI GONG
TAIJIQUAN

NUTZEN AUCH SIE URALTE WEISHEIT
FÜR BESTE GESUNDHEIT UND
EIN LANGES, ERFÜLLTES LEBEN

TAI JIANG CENTRUM

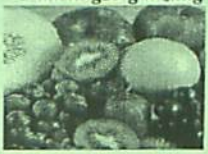
International • professionell • qualifiziert
Krankenkassengefördert
Birkenauer Talstr. 11 • 69469 Weinheim
Tel. 06201 - 18 72 49 • Fax 18 72 47
Www.qi-gong-taiji.de
info@qi-gong-taiji.de

Meister XL Jiang

Dr. Med. M.C. Jiang

of Switzerland DÉESSE cosmetics

of Switzerland DÉESSE Nahrungsergänzung



Gesunde Hautpflege für die ganze Familie auch bei allergischer Haut
kostenlose fachkundige Beratung bei Ihnen zu Hause
Große Produktvielfalt
Alle Produkte tierversuchsfrei entwickelt

Lebenswichtige Nähr- und Vitalstoffe, z.B.:
Chlorella pyrenoidosa enthält Vitamine, Mineralien u. Aminosäuren
OPC, Anti Aging
Reishi Balance der wertvolle Naturpilz für die innere Ruhe

Andrea Sebastiany-Alter
Farbtyp- u. Pflegeproduktfachberaterin
Kriemhildstr. 27 · Viernheim
Tel. 0 62 04 / 7 80 28

Themenabend

Am Mittwoch, 19. September 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Die Heilkraft der Pflanzen

Heilkräuterwissen für Jedermann
Referentin: Martina Tolnai, Krankenschwester und Heilkräuterfachfrau
Hochstr. 3b, 64743 Beerfelden, Tel. 0 60 68 / 47 80 26

Das Wissen um die Heilkraft der Pflanzen ist uralt und jetzt wieder aktuell, denn 80 % der Weltbevölkerung bedienen sich dieses Wissens und stellen ihre individuellen Heilmittel selbst her.

Leider wurde uns „zivilisierten" Menschen dieses Wissen in der Erziehung vorenthalten, und wir haben „gelernt" lieber auf „sichere" Mittel aus der Apotheke zurück zu greifen.
Aber gerade **unsere** Pflanzenwelt hält die für **uns passenden** Heilstoffe bereit. Mit einem guten Basiswissen über Inhaltsstoffe, Auszugs- und Herstellungsverfahren und Bereitschaft zur Eigenverantwortung können wir uns eine eigene Hausapotheke zusammenstellen, die uns über das Jahr begleitet.

Hinweis: Der Inhalt der Vorträge liegt im Verantwortungsbereich der einzelnen Referenten und Referentinnen.

Ulrike E. Stein
Lebens-Entfaltung
Praxis für
ganzheitlich-energetisches Heilen
Gesundheits- und Ernährungsberatung

Meine Beratungsthemen:
- Bio-Tensor-Diagnose
- Energetische Chakren-Heilarbeit
- Ernährungsberatung – auch für Kinder
- Allergien, Stoffwechselstörungen, Krebs, Rheuma
- Entgiftung – Entschlackung – Ausleitung
- Säure-Basen-Haushalt im Gleichgewicht
- Basische Körperpflege
- Gesundheit sitzt im Darm
- Bewußtseins- und Achtsamkeitsschulung

Luisenstraße 3 • 69469 Weinheim
Telefon: 0 62 01 - 6 12 41 oder 50 76 82
E-Mail: uestein@aol.com

RÜCKGRAT e.V.
Gemeinnützige
Selbsthilfeorganisation für
ganzheitliche Gesundheit von
Rücken, Füßen und Gelenken

Michaela Kreczynski
Heilpraktikerin
Entspannungspädagogin

Tel./Fax: (06204) 6080701

Ganzheitliche Massagen
Dorn-Breuß Methode
Fußreflexzonenmassage
Progressive Muskelent-spannung nach Jacobson
Autogenes Training

Wochenendworkshop auf Gut Rineck im Odenwald

Die geheimnisvolle Heilkraft der energetischen Küche

Die "Energetische Gleichgewichtsernährung" nach Gertraud Radke ist eine Heilkost, deren hohe Energieschwingung Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht führt und für ein ganzheitliches Wohlbefinden und eine intensive Lebensfreude sorgt. Brachliegende Kräfte werden zu neuer Entfaltung gebracht, alle Körperzellen werden direkt mit den Informationen pflanzlicher Nährstoffe versorgt. Intensive Entgiftung, Blutreinigung und somit eine generelle Stärkung unserer Selbstheilungskräfte sind die segensreiche Folge. Wir gewinnen für unser Fühlen, Denken und Handeln neue Lebendigkeit.

Gertraud Radke hat sich über viele Jahre internationale Anerkennung als Ernährungs-Heilpraktikerin erworben. Ihre revolutionären Einsichten sind unter dem Titel "Die geheimnisvolle Heilkraft der energetischen Küche" im Droemer Knaur Verlag erschienen. Sie leitet das "Gut Rineck", ein nach modernsten ökologischen Grundsätzen geführtes Zentrum im Odenwald. Wir werden dort ein Wochenende mit Frau Radke verbringen, die uns in die energetische Gleichgewichtsernährung einführen wird.

unterm Kirchturm

ARTee unterm Kirchturm

Ihr Laden für Tee und christliche Kunst

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

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

Neu im Sortiment
Ätherische Öle von Primavera

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

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

Termin: 1. bis 2. September 2007 (Anreise 31. August 18.00 Uhr)
Preis: 150,- €
(130,- € für Mitglieder).

Im Preis enthalten sind 2 Übernachtungen und Verpflegung (die wir gemeinsam mit Frau Radke in der großen, einzigartigen Lehrküche auf Gut Rineck zubereiten werden), Gesprächskreise über gesunde, ganzheitliche Ernährung und bewusste Lebensführung, Lesungen und Diskussionsrunden.

Anmeldung: Frau Hock
Tel. 06204 / 7 60 53. Bitte rechtzeitig anmelden da begrenzte Teilnehmerzahl! (Gut Rineck liegt in der Nähe von Mosbach bei Elztal-Muckental)
www.bilderbuchhaus.de

Seminar Seminar Seminar

Gesund und köstlich:

Buchweizen, Quinoa und Amaranth: Urgetreide aus der Ferne

Diese drei alternativen Getreidearten gehören eigentlich nicht in die Gruppe der Getreide. Quinoa, Amaranth und Buchweizen sind die bekanntesten Vertreter der sogenannten Pseudogetreide, denn sie bilden ähnlich wie Getreide stärkehaltige Körner aus. Zudem sind die Körner glutenfrei. Deshalb eignen sie sich für Menschen, die an Zöliakie oder Sprue leiden, also allergisch auf den Eiweißstoff Gluten in Weizen, Roggen und anderen Getreidesorten reagieren.

Buchweizen ist heute vor allem in der Vollwert-Küche beliebt. Er gehört zur Familie der Knöterichgewächse und hat einen nussartigen Geschmack.

Quinoa wird auch "Inkaweizen" genannt: er liefert hochwertiges Eiweiß und enthält viel Eisen, Zink und Magnesium sowie einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren. Unter Allergikern gilt er als Alternative zu herkömmlichen Getreidesorten. Die perlenförmigen, winzigen, hellgelben Körner schmecken leicht nussig.

Amaranth ist reich an den Vitaminen B_1 und B_2 und an Mineralstoffen. Bei Calcium, Magnesium und Eisen ist er Spitzenreiter, bei Kalium belegt er den zweiten Platz und er besitzt größere Mengen an ungesättigten Fettsäuren.

Grundrezept für eine köstliche vollwertige Beilage (für 2 Personen)
½ Tasse Buchweizen
½ Tasse Quinoa (unter fließendem Wasser waschen, damit evtl. Spuren von Saponinen, die Quinoa enthält, abgespült werden)
½ Tasse Amaranth
Sie erhalten diese Körner im Naturkostladen, z.B. bei Alnatura.
Alles zusammen in eine Schüssel geben, mit Wasser bedecken und ca. 24 Stunden stehen lassen, um die Körner anzukeimen. Danach nochmals mit Wasser abspülen und mit doppelter Menge Wasser und einer geriebenen Karotte 5 Minuten kochen und 10 Minuten quellen lassen. Mit Suppengewürz abschmecken.
Eventuelle Reste können zu kleinen Küchlein geformt und in etwas Olivenöl gebacken werden.
Guten Appetit!

Frage: "Was ist Liebe?"
Antwort: "Als meine Oma Arthritis bekam, konnte sie sich nicht mehr bücken, um ihre Fußnägel zu lackieren. Mein Opa macht es jetzt immer, sogar als auch er Arthritis in seinen Händen bekam. Das ist Liebe."
(Rebecca, 8 Jahre)

Lernen von der Natur

Kräuterwanderung

Am Mittwoch, 11. Juli 2007, 10:00 Uhr

Kräuterwanderung

mit Martina Tolnai, Heilkräuterfachfrau aus Beerfelden

„Was unsere Großeltern noch wussten …" müssen wir heute wieder lernen. Es geht nicht darum, möglichst viele Pflanzen benennen zu können, sondern einige wenige so sicher zu erkennen, dass wir sie in unserem Alltag anwenden können.

Treffpunkt: Parkplatz am neuen Friedhof in Viernheim, Preis pro Person 5,- €
Anmeldung bis spätestens 2. Juli bei
Frau Sebastiany-Alter, Tel. 06204 / 7 80 28

Bewegung ist wichtig für die Gesundheit:

Die Stadt Viernheim bietet ein kostenloses "Sportabzeichen-Training für Jedermann" im Waldstadion freitags um 18.00 Uhr an. Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen und können testen, ob es Spaß macht.

Außerdem: Viernheim hat das schönste Schwimmbad weit und breit mit 25° warmem Wasser. Nutzen Sie diesen "Schatz" für ihr Wohlbefinden!

A- D- S
aktiviere dich selbst

Praxis für Geistiges Heilen

Unser Praxisangebot:
Geistiges Heilen, Channeling, Klangschalen, Klangliege Stimmgabeln/ Phonophorese, Reiki, Meditation, Chakren

Marina Fröhlich
Klaus- Dieter Hahl
Lampertheimer Str. 36
68519 Viernheim
Telefon: 06204/ 98 600 73
www.geistiges-heilen-online.de

Weg zu deiner Mitte

Entspannung & Konzentration

Vielfältiges Entspannungsprogramm
für Groß & Klein
Kleine, persönliche Gruppen oder Einzelarbeit
Marburger Konzentrationstraining
Ausrichtung von Kindergeburtstagen

Andrea Brechtel
- Entspannungspädagogin -
- Konzentrationstrainerin (MKT)-

Goethestrasse 5, 68519 Viernheim
Telefon 06204 / 9 38 17 66
Info unter: www.entspannung-viernheim.de
e-Mail: AndreaBrechtel@aol.com

Seminar Seminar

Tagesseminar

Am Sonntag, 26. August 2007
10:00 - 17:00 Uhr Kulturscheune

Heilsteine – und wie sie uns helfen können

Seminarleiter: M. Bleuel, Magic Minerals
Spessartblick 11, 63579 Freigericht-Horbach, Tel. 0 60 55 / 93 88 53

Die Mineralien und (Heil-)Steine – in Millionen von Jahren gewachsen und kristallisiert – warten darauf, dass wir beginnen, mit ihnen zusammenzuarbeiten. Im Kurs werden folgende Themen behandelt:

- Mineralogische Grundlagen
- energetische Methoden zum Auswählen von persönlichen Steinen (kinesiologische Testverfahren, wenn gewünscht auch Pendeln)
- Anwendung von Steinen
- Wirkung, Reinigung und Pflege von Steinen
- Raumenergie (u.a. Elektrosmog) und Steine
- Meditationen mit Steinen

Einen wichtigen Punkt des Seminars werden Übungen zur Sichtbarmachung von persönlichen Energien darstellen. Praktische Übungen, sitzen im Steinkreis, fühlen und spüren von Steinenergien, runden das Seminar ab.

Preis: 90,- € (75,- € für Mitglieder)
Anmeldung: Frau Sebastiany-Alter, Tel. 0 62 04 / 7 80 28

Intensiv-Ausbildungen
zum
Heilpraktiker
und
Heilpraktiker für Psychotherapie - HPG
sowie
Fachausbildungen

- Studium der Naturheilverfahren
- Klassische Homöopathie
- Akupunktur / TCM
- Anthroposophische Heilkunde
- Ernährungs-, Gesundheits- & Wellnessberater

www.a-f-g.de
Info 06221 - 40 45 07
Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg

Quell' des Wohlgefühls
ENERGETIX
Magnetschmuck
Schmuck für Schönheit & Gesundheit
Bioslife Complete
für einen gesunden Cholesterinspiegel
klinisch getestet, messbare Ergebnissel
ALGEN von WELLSTAR
Lebensmittel des 21. Jahrhunderts
mit Lebensmittelkontrollstempel
Neural-Kopfmassagegerät
Kostenlose Kopfmassage
zum Testen (15 min.)
Dagmar Hartmann · Bgm.-Reisenbach-Str. 7
68519 Viernheim · Tel. 06204 / 918 07 05
Mobil 0173 88 14 947

Wir freuen uns über unsere neuen Mitglieder und begrüßen sie sehr herzlich:

Bott, Ingrid
Hofmann, Gabriele
Kiefer, Bruno
Stamer, Jochen
Krüger, Ralf
D'Mexis, Carola

Die vhs Volkshochschulen
Wissen und mehr
www.vhs.viernheim.de
Telefon: 06204 / 96 36 70

Der Naturheilverein kooperiert mit der

RHEUMA-LIGA B.W.
in Karlsbad

15 Tage Kur-Reise nach Abano-Montegrotto / Italien im 3 Sterne Hotel Monaco Terme
inkl. Vollpension, Thermalbad, Schwitzgrotte, Gala-Abende

8. September - 23. September 2007

Kurpaket:
Ärztliche Untersuchung
10 x Fangopackungen
10 x Ozon-Sprudelbad
10 x Reaktionsmassagen
3 x Wassergymnastik i. Thermalwasser/ Woche

Ausführliche Info und Preise:
Hans Arnold, Tel. 0 72 02 - 85 68

Frage: "Was ist Liebe?"
Antwort: "Liebe ist, wenn Mutti Kaffee macht für Vati und dann probiert, ob der Kaffee auch gut genug ist, bevor sie ihn serviert." (Danny, 7 Jahre)

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

NICOLE GRÄFF

Chakra Energie- und Körperarbeit
Aromaöl-Entspannungsmassagen
Individuelle Austestungen (mit Biotensor) z.B. Allergien, Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe
Blütenessenzen und deren Austestung
Fußreflex-Entspannungsstreichungen
Geführte Traumreisen

artemara
Heilpraktikerschule Rhein-Neckar

Professionelle Ausbildungen:
· Heilpraktiker/in
· Psychologische/r Berater/in
· Ernährungsberater/in
· Massage-Praktiker/in
· Klassische Homöopathie
· NLP, Integratives Coaching

Dr. Jaqueline Vernimb
Goethestrasse 6 · 68161 Mannheim
fon: 0621 - 12 24 001
info@artemara.de
www.artemara.de

Serie zum Sammeln

Die Bach-Blütentherapie

Bachblüten helfen, sich von negativen Einstellungen zu lösen und die positiven Aspekte in sich zu entwickeln.

Impatiens (Drüsentragendes Springkraut)

- ⊖ Man ist ungeduldig, leicht gereizt und vermag überschießende Reaktionen nicht zu unterdrücken.
- ⊕ Geduld und Verständniss für andere Menschentypen. Kooperativer Einsatz der eigenen Fähigkeiten zum Nutzen des Ganzen.

Larch (Lärche)

- ⊖ Man hat Minderwertigkeitskomplexe. Es fehlt einem das Selbstvertrauen.
- ⊕ Selbstvertrauen, das in einem gesunden Selbstwertgefühl sein sicheres Fundament hat.

Mimulus (gefleckte Gauklerblume)

- ⊖ Man ist scheu und schüchtern und hat viele kleine Ängstlichkeiten.
- ⊕ Man lernt, mit der eigenen Sensibilität besser umzugehen und findet zu persönlicher Tapferkeit, mit der man über seine Ängste hinauswächst.

Gelassenheit mit Stil und eine klare Harmonie der Kontraste

kennzeichnen die Mode von

[Saint]

Silvia Adler Naturtextilien

Rathausstraße 80
68519 Viernheim
Tel. 0 62 04 / 81 82

water mind

Wasseraufbereitung durch Umkehr - Osmose

... gönnen Sie sich Ihre eigene „ Hausquelle "

Dipl. Ing. Wolfgang Oswald
Tel. 06203 / 10 79 470
www.water-mind.de

An den Naturheilverein Viernheim
Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende)
Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim
Tel./Fax 0 62 04 - 7 80 28

☐ Ich will Einzelmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 39,- €)

☐ Ich will Familienmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 48,- €)
(Namen der Familienmitglieder bitte auf gesondertem Blatt ausfüllen)

☐ Ich möchte eine Jahresmitgliedschaft verschenken. Anschrift des Empfängers:
_____
_____
_____

☐ Ich überweise dem Viernheimer Naturheilverein zur Unterstützung seiner Arbeit eine Spende in Höhe von _____ €.

Als Mitglied habe ich Anspruch auf Lieferung der Zeitschrift "DER NATURARZT"

Name: _____
Straße: _____
PLZ, Ort: _____
Telefon: _____ Fax: _____
Geburtsdatum: _____
Beruf: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

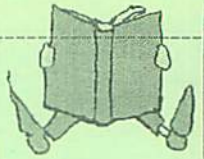
Ermächtigung zum Bankeinzug des Mitgliedsbeitrages zu Lasten meines Girokontos

Nr.: _____ BLZ: _____
Bank: _____
_____

Unterschrift: _____

Buchtipp Buchtipp

Für Sie gelesen:



Geheime KRANKMACHER
Was Ärzte häufig übersehen
Hilfe bei ungeklärten Beschwerden
Autor: Dr. med. Rainer Matejka

Knaur-Verlag, ISBN 978-3-426-64375-4, Preis: 9,95 €

Gestörte Verdauung, erhöhte Infektanfälligkeit, ständige Kopfschmerzen - und keine Behandlung schlägt an? Die "Dreieinhalb-Minuten-Medizin", die heute in vielen Praxen oft notgedrungen stattfindet, reicht meist nicht aus, um ernstere Erkrankungen und Organstörungen zu erkennen. Manches Beschwerdeb führt so zu einer langen und oft erfolglosen Odysee von Arzt zu Arzt.
In diesem Ratgeber wird eine Reihe von häufigen Symptombildern und Erkrankungen beschrieben, die immer öfter übersehen werden. Anhand konkreter Fallbeispiele und übersichtlicher Checklisten zeigt Dr. Matejka, wie Sie den Ursachen ihrer Beschwerden auf die Spur kommen. Er bietet in diesem Buch praktische Lösungen und gibt Therapieempfehlungen aus der klassischen Schulmedizin wie auch aus der Naturheilkunde.
Sie können dieses wunderbare Buch als Wegweiser durch den Dschungel von Beschwerden und Leiden betrachten und viel davon profitieren.

Träumen heißt nicht, die Augen vor der Wirklichkeit zu verschließen.
- Sprichwort -

Colon-Hydro-Therapie
Darmreinigung & Darmsanierung
auch fastenbegleitend,
bei Diät und Ernährungsumstellung

© HAB-GmbH

Ein gesunder Darm bildet die Grundlage für einen gesunden Menschen.
Edelgard Hock, Heilpraktikerin, Viernheim
Tel.: 0 62 04 / 7 60 53

CULUMNATURA®
KONSEQUENT NATÜRLICH

Die erste Naturfriseurin in Viernheim!

Alle Haarpflegeprodukte mit ausschließlich natürlichen Inhaltsstoffen (Lebensmittelgütesiegel).

Pflanzen-Haarfarben (17 verschiedene Farbnuancen)

HAARGENAU
Friseursalon Petra Schlosser
Theodor-Heuss-Allee 22
68619 Viernheim
Telefon 0 62 04 / 73 86 67

Layout + Redaktion: Edelgard Hock, Tel. 0 62 04 / 7 60 53

Naturheilverein
Viernheim und Umgebung e.V.

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

Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende) · Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim · Tel. 0 62 04 - 7 80 28
Fax 7 80 28 · E-Mail: info@naturheilverein-viernheim.de · www.naturheilverein-viernheim.de

Informationen 2007
Oktober – November – Dezember

4

Licht ist mehr als Helligkeit

Biolicht: Holen Sie sich Ihre ganz persönliche Sonne ins Haus
Vortrag 17. Oktober 2007

Seite 2

Erfolgreiche, ganzheitliche Krebstherapie

Vortrag am 21. November 2007
des bekannten Buchautors
Lothar Hirneise

Seite 3

Jahresabschlussfeier

am 12. Dezember 2007
mit Kostproben der berühmten
Öl-Eiweiß-Kost nach Johanna Budwig

Seite 5

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

Themenabend

Am Mittwoch, 17. Oktober 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Licht ist mehr als Helligkeit

Biolicht: Holen Sie sich Ihre ganz persönliche Sonne ins Haus
Referent: Bernd Saul, selbständiger Entwickler/Designer/Produzent
Ernst-Ludwig-Ring 42, 61231 Bad Nauheim, Tel.: 0 60 32 / 9 25 50 60

Herr Saul hat seit mehr als 35 Jahren Erfahrung in der Entwicklung, Fertigung und dem Vertrieb von Geräten, die allesamt auf der Präzision der eingesetzten Lichttechnik aufbauen (Reprografie, Mikrofilmtechnik, 360-Grad-Rotovisionsfotografie).
Die letzten 10 Jahre konzentrierte sich Bernd Saul mit seinem Familienbetrieb auf die Einsatzmöglichkeiten der von ihm entwickelten und gefertigten Wendel Biolicht-Therapiesysteme und unterschiedlichsten Leuchten aller Art, bestückt mit Vollspektrum-Tageslichtröhren und -lampen. Die richtige Nutzung des Naturlichts zusammen mit dem sinnvollen Einsatz von Lichtquellen und Leuchten in geschlossenen Räumen sind für ihn entscheidend bei der Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden.

Hinweis: Der Inhalt der Vorträge liegt im Verantwortungsbereich der einzelnen Referentinnen und Referenten.

ROSE COLEMAN

Energie. Farbe. Bilder.
Energiebilder der besonderen Art

Die Bilder leben von hellen, aktivierenden und leuchtenden Tönen, deren Energie sich dem Betrachter unmittelbar und intensiv erschließt. Die Resonanz auf die Energiebilder ist immer wieder stark. Viele Menschen sind von ihnen begeistert und fasziniert. Bewegung und Veränderung werden beim Betrachten aufgenommen und konkret erfahren.

www.espirit-shop.de

Rose Coleman P.O. Box 1444 D-65004 Wiesbaden
Fon +49(0)611-54 101 944 Fax +49(0)611-54 101 943
E-Mail: mail@espirit-shop.de

DAN Energie
die HEIL-KRAFT der Sonne

- Gezielte Energiearbeit
- Beratungsgespräche
- Aktivierung mit der DAN Energie

Jetzt die DAN Energie völlig unverbindlich testen!

SCHRITTWEISER

SCHRITTWEISER
Heike & Marcus Höffer
dipl. DAN Therapeuten
Tel.: 06204-7083070

Themenabend

Am Mittwoch, 21 November 2007
20:00 Uhr Kulturscheune

Ganzheitliche, erfolgreiche Krebstherapie

Referent: Lothar Hirneise, Buchautor
Gründer des Vereins "Menschen gegen Krebs e.V."

Die Beurteilung der Krebserkrankung und der daraus resultierende therapeutische Umgang ist in unserer Gesellschaft nach wie vor federführend durch den schulmedizinischen Ansatz geprägt. Nach intensivster Auseinandersetzung über die mit der Erkrankung einhergehenden zellulären Vorgänge sowie deren Kopplung an die Psyche des Menschen kommt Lothar Hirneise zu einer völligen Neubewertung des Krankheitsgeschehens. Auf der Grundlage harter Fakten und mit Hilfe eines logischen Umkehrschlusses zeigt er in der Konsequenz eine neue Form der therapeutischen Bewältigung auf, die jedem Krebskranken die Perspektive der Genesung eröffnet.
Lothar Hirneise gilt als eine der wenigen international anerkannten Kapazitäten auf dem Gebiet alternativer Krebstherapien. In seinem Buch "Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe" legt er eine "Enzyklopädie der unkonventionellen Krebstherapien" vor und fasst die Ergebnisse seiner jahrelangen, weltweiten Forschungsarbeit zusammen.

DIE CHINESISCHE KUNST DES LEBENS

QI GONG
TAIJIQUAN

NUTZEN AUCH SIE URALTE WEISHEIT
FÜR BESTE GESUNDHEIT UND
EIN LANGES, ERFÜLLTES LEBEN

TAI JIANG CENTRUM

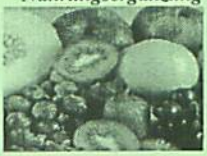
International • professionell • qualifiziert
Krankenkassengefördert
Birkenauer Talstr. 11 • 69469 Weinheim
Tel. 06201 - 18 72 49 • Fax 18 72 47
Www.qi-gong-taiji.de
info@qi-gong-taiji.de

Meister XL Jiang

Dr. Med. M.C. Jiang

of Switzerland
DÉESSE
cosmetics

of Switzerland
DÉESSE
Nahrungsergänzung



Gesunde Hautpflege für die ganze Familie auch bei allergischer Haut
kostenlose fachkundige Beratung bei Ihnen zu Hause
Große Produktvielfalt
Alle Produkte tierversuchsfrei entwickelt

Lebenswichtige Nähr- und Vitalstoffe, z.B.:
Chlorella pyrenoidosa enthält Vitamine, Mineralien u. Aminosäuren
OPC, Anti Aging
Reishi Balance der wertvolle Naturpilz für die innere Ruhe

Andrea Sebastiany-Alter
Farbtyp- u. Pflegeproduktfachberaterin
Kriemhildstr. 27 · Viernheim
Tel. 0 62 04 / 7 80 28

Für Sie gelesen:

Buchtipp

"Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe" Lothar Hirneise

Seit vielen Jahren bereist Lothar Hirneise die ganze Welt auf der Suche nach den erfolgreichsten Krebstherapien und klärt Menschen darüber auf, dass es mehr als Chemotherapie und Bestrahlung gibt. International anerkannt als eine der wenigen Kapazitäten auf diesem Sektor, beschreibt er in dieser Enzyklopädie der unkonventionellen Krebstherapien seine jahrelange Forschung.

Buchtipp

Detailliert erfährt der Leser, warum auch so genannte Experten in Wahrheit nur wenig über Krebs wissen. Neben der Beschreibung von über 100 Krebstherapien und Substanzen zur Behandlung von Krebs, klärt der Autor auch darüber auf, welche Krebstherapien bei welchen Krebsarten in der Schulmedizin angewandt werden und was man als Patient unbedingt wissen muss, bevor man sich solchen Therapien unterzieht. Erstmals wird auch das 3E-Programm beschrieben, das auf der Auswertung der Krankengeschichten von Tausenden von Menschen beruht, die Krebs in einem sehr späten Stadium überlebt haben. Erfahren Sie, warum so viele Menschen an Krebs sterben müssen und andere nicht. Das Buch liefert nicht nur eine unglaubliche Menge an Informationen, sondern hilft dem Krebskranken auch durch aktive Übungen des 3E-Programmes, seinen eigenen Weg zu finden, um Krebs zu heilen. 800 (!) Seiten Information und Anleitung. Wenn es ein Buch gibt, welches jeder Onkologe und Krebspatient im Regal haben muss, dann ist es sicherlich dieses.

Sensei Verlag 2002, ISBN 3932576675
Hardcover, 750 Seiten, 39,90 EUR
Übrigens: In unserer Vereinsbücherei vorhanden.

Buchtipp

Der Verein "Menschen gegen Krebs" hat sich zum Ziel gesetzt über eine ganzheitliche Sicht zum Thema Krebs zu informieren. Denn nur dann kann Krebs erfolgreich behandelt werden.

www.krebstherapien.de

Wir informieren und feiern

Am Mittwoch, 12. Dezember 2007
19:00 Uhr Cafeteria in der Kulturscheune

Jahresabschlussfeier

mit Kostproben der berühmten Öl-Eiweiß-Kost nach Johanna Budwig

Wir laden alle Mitglieder, Freunde und Interessierte zu unserer Jahresabschlussfeier in der Cafeteria der Kulturscheune ganz herzlich ein!
Wir nehmen diesen Abend zum Anlass eine ganz besondere Ernährungsweise vorzustellen: Die Öl-Eiweiß-Kost nach Johanna Budwig. Frau Budwig war eine großartige Kapazität auf dem Gebiet der Ernährung und wurde mehrfach für den Nobelpreis nominiert. Bei der Öl-Eiweiß-Kost handelt es sich um eine preiswerte Therapie, die fast jeder alleine für sich durchführen kann. Sie ist als die absolute Nr. 1 aller Ernährungstherapien zu betrachten, insbesondere für Menschen die an Krebs erkrankt sind oder waren.
Edelgard Hock wird in die theoretischen Grundlagen dieser Ernährungsweise einführen und Maureen MacGowen in deren praktischer Umsetzung. Es werden Kostproben angeboten damit sich jeder selbst von dieser schmackhaften Kost überzeugen kann.
Für unsere Planung bitten wir um Anmeldung unter 0 62 04 / 7 80 28 bei Frau Sebastiany-Alter.

Jahresabschlussfeier

unterm Kirchturm

ARTee unterm Kirchturm
Ihr Laden für Tee und christliche Kunst
Rathausstraße 41
68519 Viernheim
Tel. U. Fax 06204 620 624

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

Neu im Sortiment
Ätherische Öle von Primavera

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

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

Weg zu deiner Mitte

Entspannung & Konzentration

Vielfältiges Entspannungsprogramm für Groß & Klein
Kleine, persönliche Gruppen oder Einzelarbeit
Marburger Konzentrationstraining
Ausrichtung von Kindergeburtstagen

Andrea Brechtel
- Entspannungspädagogin -
- Konzentrationstrainerin (MKT)-
Goethestrasse 5, 68519 Viernheim
Telefon 06204 / 9 38 17 66
Info unter: www.entspannung-viernheim.de
e-Mail: AndreaBrechtel@aol.com

Kräuterwanderung & Wochenendworkshop

Am 11. Juli fand unsere Kräuterwanderung unter der sachkundigen Leitung von Martina Tolnai statt.
Die Teilnehmer lernten heimische Heilkräuter wie z.B. Johanniskraut, Schafgarbe oder Spitzwegerich sicher zu bestimmen und bekamen viele Anwendungstipps für den Alltag.
Wird nächstes Jahr sicherlich wieder stattfinden!

Ebenfalls großen Zuspruch fand unser Wochenendworkshop auf Gut Rineck im Odenwald Anfang September. Die Teilnehmer waren sehr angetan sowohl von den Räumlichkeiten, die allesamt nach strengen biologischen Maßstäben eingerichtet waren, als auch von der excellenten energetischen Gleichgewichtsernährung von Frau Gertraud Radke.

Ulrike E. Stein

Lebens-Entfaltung

Praxis für
ganzheitlich-energetisches Heilen
Gesundheits- und Ernährungsberatung

Meine Beratungsthemen:

- Bio-Tensor-Diagnose
- Energetische Chakren-Heilarbeit
- Ernährungsberatung – auch für Kinder
- Allergien, Stoffwechselstörungen, Krebs, Rheuma
- Entgiftung – Entschlackung – Ausleitung
- Säure-Basen-Haushalt im Gleichgewicht
- Basische Körperpflege
- Gesundheit sitzt im Darm
- Bewußtseins- und Achtsamkeitsschulung

Luisenstraße 3 • 69469 Weinheim
Telefon: 0 62 01 - 6 12 41 oder 50 76 82
E-Mail: uestein@aol.com

RÜCKGRAT e.V.
Gemeinnützige
Selbsthilfeorganisation für
ganzheitliche Gesundheit von
Rücken, Füßen und Gelenken

Michaela Kreczynski
Heilpraktikerin
Entspannungspädagogin

Tel./Fax: (06204) 6080701

Ganzheitliche Massagen
Dorn-Breuß Methode
Fußreflexzonenmassage
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
Autogenes Training

NORDIC-WALKING

Nordic-Walking heißt Walking mit modifizierten Skistöcken zur Unterstützung der typischen Walking-Armbewegungen. Die Effektivität von Nordic-Walking beruht darauf, dass die Bewegungen natürlich sind und fast alle 650 Muskeln des menschlichen Körpers beansprucht werden! Gerade für ältere Menschen mit Rücken- und Gelenkproblemen, Übergewicht, Bluthochdruck und Herz-Kreislaufproblemen eignet sich dieses moderate und schonende Ausdauertraining in der freien Natur. Die Vorteile gegenüber der normalen Walking-Bewegung sind schnell einleuchtend:

- Zusätzliches Training der Arm- Rumpf- und Oberkörpermuskulatur
- Entlastung und Entspannung des Schulter- und Nackenbereichs
- Steigerung des Kalorienumsatzes durch Einsatz einer größerer Muskelmasse, dadurch optimales Training zur Gewichtsreduktion!
- Stöcke belasten und entlasten gleichzeitig, d.h. Entlastung der Gelenke (Knie, Hüfte, Wirbelsäule) bei stärkerer Belastung des Herz-Kreislaufs und der Oberkörpermuskulatur
- Aktiver Einsatz der Atemhilfsmuskulatur intensiviert die Atemtätigkeit und somit die Sauerstoffaufnahme
- Sicherer Halt auch unter rutschigen oder bergigen Bedingungen

Die Nordic Walking-Technik ist gekennzeichnet durch einen aktiven Armeinsatz mit deutlichem Schub des Stockes hinter den Körper und einen dadurch ausgelöstem stark vergrößertem Schritt.

Wichtig ist, dass die Technik von Anfang an unter fachlicher Anleitung gelernt wird, da eingeschlichene Fehler schnell zu Überlastungssyndromen und zusätzlichen Muskelverspannungen führen können.

Silke Heidemann, Dipl.-Sportwissenschaftlerin und ausgebildete Nordic Walking Therapeutin hat sich auf Kurse mit "Älteren" und Menschen mit Herz-Kreislauf- und Rückenproblemen spezialisiert. Ihre Kurse werden von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Termine und weitere Info unter Tel. 06204/919464 oder www. inmotioninstitut.de

A- D- S
aktiviere dich selbst

Praxis für Geistiges Heilen

Unser Praxisangebot:
Geistiges Heilen, Channeling, Klangschalen, Klangliege Stimmgabeln/ Phonophorese, Reiki, Meditation, Chakren

Marina Fröhlich
Klaus- Dieter Hahl
Lampertheimer Str. 36
68519 Viernheim
Telefon: 06204/ 98 600 73
www.geistiges-heilen-online.de

Gesundheitstipp

Honig-Fenchel-Sirup bei hartnäckigem Husten

Gegen zähen Husten und Verschleimung – oft lästige Überbleibsel von Erkältungen – helfen die beruhigende Wirkung des Honigs und die schleimlösende des Fenchelöls. Ein Sirup aus beiden eignet sich besonders für Kinder und Senioren sowie für Menschen, die keinen Alkohol vertragen.

Das Sirup-Rezept:
200 g naturreinen Honig mit 10 bis 20 Tropfen Fenchelöl (aus Apotheke oder Reformhaus) sorgfältig mit dem Schneebesen mischen. Einen Tag lang durchziehen lassen, dann erneut durchrühren. In ein Schraubglas füllen und im Kühlschrank bereit halten.

Die Dosierung:
Kinder ab einem Jahr nehmen dreimal täglich einen Teelöffel nach den Mahlzeiten, Erwachsene dreimal täglich einen Esslöffel, ebenfalls nach dem Essen. Den Sirup kann man nach Bedarf auch bei Hustenanfällen einnehmen.
Aus dem Naturarzt, Ausgabe Nr. 2, Februar 2007

Der Glaube versetzt Berge.
Leider nicht selten auch dorthin,
wo sie die Sicht verstellen.
Prof. Querulix (nach: aphorismen.de)

Die vhs Volkshochschulen
Wissen und mehr
www.vhs.viernheim.de
Telefon: 06204 / 96 36 70

Intensiv-Ausbildungen zum
Heilpraktiker
und
Heilpraktiker für Psychotherapie - HPG
sowie
Fachausbildungen
- Studium der Naturheilverfahren
- Klassische Homöopathie
- Akupunktur / TCM
- Anthroposophische Heilkunde
- Ernährungs-, Gesundheits- & Wellnessberater

www.a-i-g.de
Info 06221 - 40 45 07
Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg

Quell' des Wohlgefühls
ENERGETIX
Magnetschmuck
Schmuck für Schönheit & Gesundheit
Bioslife Complete
für einen gesunden Cholesterinspiegel
klinisch getestet, messbare Ergebnisse!
ALGEN von WELLSTAR
Lebensmittel des 21. Jahrhunderts
mit Lebensmittelkontrollstempel
Neural-Kopfmassagegerät
Kostenlose Kopfmassage zum Testen (15 min.)
Dagmar Hartmann · Bgm.-Reisenbach-Str. 7
68519 Viernheim · Tel. 06204 / 918 07 05
Mobil 0173 88 14 947

Gelassenheit mit Stil und eine klare Harmonie der Kontraste

[Sa|nt]

Silvia Adler Naturtextilien

Rathausstraße 80
68519 Viernheim
Tel. 0 62 04 / 81 82

Für Ihren Terminkalender bitte vormerken:

3. Viernheimer Naturheiltage

Sa. 15. + So. 16. März 2008
im Bürgerhaus Viernheim

Nach zwei sehr erfolgreichen Veranstaltungen in den Jahren 2004 und 2006 setzen wir die Reihe der Viernheimer Naturheiltage im März 2008 fort.
Die Vorarbeiten dazu sind schon voll im Gange, die Ausstellungsplätze sind alle vergeben, und ein interessantes Vortragsprogramm steht ebenfalls fest.
Wir bitten unsere Mitglieder und Freunde wieder um rege Anmeldungen für Hilfe, damit wir unsere Mitmacher und Besucher auch bei den 3. Viernheimer Naturheiltagen wieder durch unsere ausgezeichnete Organisation begeistern können.

Ihr Vorstandsteam

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

NICOLE GRÄFF

Chakra Energie- und Körperarbeit

Aromaöl-Entspannungsmassagen

Individuelle Austestungen (mit Biotensor) z.B. Allergien, Störfelder, Ernährung, Vitalstoffe

Blütenessenzen und deren Austestung

Fußreflex-Entspannungsstreichungen

Geführte Traumreisen

artemara
Heilpraktikerschule Rhein-Neckar

Professionelle Ausbildungen:
· Heilpraktiker/in
· Psychologische/r Berater/in
· Ernährungsberater/in
· Massage-Praktiker/in
· Klassische Homöopathie
· NLP, Integratives Coaching

Dr. Jaqueline Vernimb
Goethestrasse 6 · 68161 Mannheim
fon: 0621 - 12 24 001

info@artemara.de
www.artemara.de

Serie zum Sammeln

Die Bach-Blütentherapie

Bachblüten helfen, sich von negativen Einstellungen zu lösen und die positiven Aspekte in sich zu entwickeln.

Mustard (Wilder Senf)

⊖ Man erlebt und durchleidet plötzlich auftretende Perioden tiefer Traurigkeit und Schwermut, die ohne erkennbaren Grund kommen und auch wieder gehen.

⊕ Man geht mit heiterer Gelassenheit und gefestigter innerer Stabilität durch helle und dunkle Tage.

Oak (Eiche)

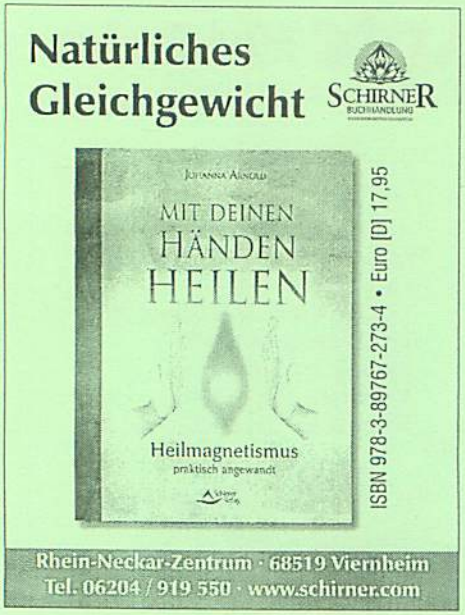
⊖ Man fühlt sich als erschöpfter Kämpfer, der aber trotz all Widerstände tapfer weitermacht und nie aufgibt.

⊕ Man lernt bei aller Pflichttreue und Einsatzbereitschaft die eigene Leistungsgrenze zu erkennen.

Olive (Olive)

⊖ Man fühlt sich körperlich und seelisch total ausgebrannt und völlig erschöpft. Alles ist zuviel. Extreme Ermüdung (auch während und nach Krankheit).

⊕ Sorgfältiges Umgehen mit der eigenen Lebensenergie. Stärkung und Erholung.



Beitragserhöhung ab 2008

Liebe Mitglieder und Freunde, der Naturheilverein besteht jetzt schon seit 12 Jahren. In dieser ganzen Zeit konnten wir die Mitgliederbeiträge von 39.-€ (und 48.- € für Familien) immer auf dem Anfangslevel halten. Inzwischen ist aber der Preis für die Verbandszeitschrift "Der Naturarzt" immer wieder gestiegen und liegt derzeit bei einem Ladenpreis von 3.90 € pro Heft (bei 12 Exemplaren im Jahr wären das schon 46.80 €). Auch unsere Abgaben an den Deutschen Naturheilbund (DNB) mussten an die steigenden Kosten angepasst werden. Eine moderate Beitragserhöhung muss also leider sein. Sie beträgt 3.- € im Jahr, (d.h. 25 Cent pro Monat für das Einzelmitglied.)

Ab Januar 2008 kostet die Mitgliedschaft für Einzelpersonen 42.- € und für Familien 50.- €.

Umfragen bei Mitgliedern haben ergeben, dass diese Erhöhung gerne akzeptiert wird.

water mind

Wasseraufbereitung durch Umkehr - Osmose

... gönnen Sie sich Ihre eigene „ Hausquelle "

Dipl. Ing. Wolfgang Oswald
Tel. 06203 / 10 79 470
www.water-mind.de

An den Naturheilverein Viernheim
Andrea Sebastiany-Alter (1. Vorsitzende)
Kriemhildstr. 27 · 68519 Viernheim
Tel./Fax 0 62 04 - 7 80 28

☐ Ich will Einzelmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 42,- €)

☐ Ich will Familienmitglied im Viernheimer Naturheilverein werden.
Ab Monat _____ (Jahresbeitrag 50,- €)
(Namen der Familienmitglieder bitte auf gesondertem Blatt ausfüllen)

☐ Ich möchte eine Jahresmitgliedschaft verschenken. Anschrift des Empfängers:
_____
_____
_____

☐ Ich überweise dem Viernheimer Naturheilverein zur Unterstützung seiner Arbeit eine Spende in Höhe von _____ €.

Als Mitglied habe ich Anspruch auf Lieferung der Zeitschrift "DER NATURARZT"

Name: _____
Straße: _____
PLZ, Ort: _____
Telefon: _____ Fax: _____
Geburtsdatum: _____
Beruf: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Ermächtigung zum Bankeinzug des Mitgliedsbeitrages zu Lasten meines Girokontos

Nr.: _____ BLZ: _____
Bank: _____
_____

Unterschrift: _____

Rezept Rezept

Bunter Herbstgenuss
Das Auge isst mit: Essen mit den Farben der Natur

Hokaido-Kürbis-Gemüse

1/2 Hokaido-Kürbis
Kokosfett
Curry, Kräutersalz und Petersilie
Etwas Kokosfett in eine Pfanne geben, feingewürfelten Hokaido (mit Schale) zugeben und 10 - 12 Minuten bei geschlossenem Deckel ziehen lassen. Mit Kurkuma und Kräutersalz würzen und feingehackte Petersilie darüberstreuen.

Rote Bete mit Birne

2 Rote Rüben
1 Birne
Kurkuma und Kräutersalz
Rote Bete schälen, in Stifte schneiden und in eine Pfanne mit etwas Olivenöl geben. Die in Scheibchen geschnittene Birne dazugeben und ca. 10 – 12 Min. mit geschlossenem Deckel schmoren lassen. Mit Kurkuma und Kräutersalz würzen.

Beides zusammen ergibt eine wunderschöne Farbkomposition und erfreut Auge und Gaumen gleichermaßen.

Colon-Hydro-Therapie
Darmreinigung & Darmsanierung
auch fastenbegleitend,
bei Diät und Ernährungsumstellung

© HAB-GmbH
Ein gesunder Darm bildet die Grundlage für einen gesunden Menschen.
Edelgard Hock, Heilpraktikerin, Viernheim
Tel.: 0 62 04 / 7 60 53

CULUMNATURA®
KONSEQUENT NATÜRLICH

Die erste Naturfriseurin in Viernheim!
Alle Haarpflegeprodukte mit ausschließlich natürlichen Inhaltsstoffen (Lebensmittelgütesiegel).
Pflanzen-Haarfarben (17 verschiedene Farbnuancen)
HAARGENAU
Friseursalon Petra Schlosser
Theodor-Heuss-Allee 22
68619 Viernheim
Telefon 0 62 04 / 73 86 67

Layout + Redaktion: Edelgard Hock, Tel. 0 62 04 / 7 60 53