

Neue Weichen stellen für die Verbands- und Vereinsarbeit DNB-PRÄSIDIUMSSITZUNG IM HERBST 2023



Das Treffen fand in hybrider Form statt, Präsident Dr. Martin Freiherr von Rosen und Prof. Karin Kraft waren online zugeschaltet. Vor Ort waren Dietmar Ferger, Christine Hack, Tim Bialas, Sabine Neff, Elke Wörfel und Ursula Gieringer (v.l.)

Ein „weiter so“ kann es nicht geben – darüber war man sich auf der Sitzung des Vorstandes und Präsidiums Mitte Oktober einig. So standen die aktuellen Herausforderungen, denen der Verband und die Vereine sich stellen müssen, im Vordergrund. Und natürlich die Sammlung und Umsetzung von Ideen und Lösungsmöglichkeiten für die Zukunft. Nachstehend eine Zusammenfassung der wichtigsten Tagesordnungspunkte und Ansätze.

Situation in den Naturheilvereinen

Auch nach der Pandemie wird die Vereinsarbeit nicht leichter. Zum einen sind es die Herausforderungen, die sich dem gesamten Vereinswesen in Deutschland stellen: Weniger Aktive und weniger Menschen, die bereit sind ein Amt zu übernehmen. Gleichzeitig wachsende Bürokratie und Rechtsvorschriften. So kämpft derzeit zum Beispiel ein Verein mit dem Amtsgericht, welches Protokolle und Satzungsänderungen nicht akzeptiert und auf Wiederholung der Mitgliederversammlung besteht. Gleich zwei Vereine werden von Abmahnanwälten wegen Urheberrechtsverletzungen im Internet zur Kasse gebeten – „abgezockt“ würde es eher treffen. Beide Beispiele kosten die Vereinsvorstände viel Zeit und Nerven, den Verein Geld und die Motivation für die Vereinsarbeit sinkt.

Da mag es nur ein Trostpflaster sein, sich beim Dachverband Rat und Unterstützung einholen zu können, doch mittlerweile ist dies ein wichtiger Bereich der Arbeit der Geschäftsstelle geworden, wie die Bundeschäftsführerin Sabine Neff dem Präsidium berichtet. Wenn gar nichts mehr hilft - und die Auflösung des Vereins droht - wird versucht, durch die Unterstützung der Gründung von Regionalgruppen und Verschmelzung des Vereins mit dem Dachverband den Naturheilgedanken und die Mitglieder zu erhalten. Akut ist dies bei zwei Vereinen der Fall, was den Vereins- und Verbandsmitgliedern auf der Bundesversammlung im März 2024 vorgetragen wird.

Digitalisierung und Social Media

Ogleich „klassische“ Vereinsaktivitäten wie Vorträge, Seminare und Naturheiltage in Präsenz, von Mensch zu Mensch, durch nichts zu ersetzen sind, hat die digitale Welt einen festen Platz eingenommen. Hier gibt es sowohl beim Verband, als auch bei den meisten Vereinen, noch Optimierungsbedarf und dem soll künftig Rechnung getragen werden. Die Bundeschäftsstelle wird das Zeit- und Personalbudget hierfür erhöhen.
Fortsetzung auf Seite 2:

Was mich bewegt

Auch der Preis für die Gesundheitsinformation steigt



Die Zeitschrift „Naturarzt“ begleitet unsere Mitglieder schon seit Gründung des Verbandes vor 134 Jahren. In den Ausgaben seit 1889 kann bei uns vor Ort im Schloss in unserer Bibliothek und

– sobald die entsprechende Technik steht – bald auch (teilweise) online über unsere Webseite geblättert werden. Sie werden erstaunt sein, wie vieles von damals heute noch Gültigkeit besitzt! Denn die Geschichte, die Probleme der Menschen wiederholen sich und gleichzeitig bleiben die Weisheiten und Erfahrungsschätze der Naturheilmedizin bestehen. Doch wir haben vieles vergessen, „was Großmutter noch wusste“. Und manches gab es damals einfach noch nicht, wie die vielen Umweltbelastungen oder Stressfaktoren. Die Autoren des „Naturarzt“ geben wertvollen Rat, Hilfestellung und Impulse für unsere Gesundheit, was wir nicht missen wollen.

Doch – alles hat seinen Preis. Alles ist teurer geworden, so auch der Herstellungs- und Bezugspreis für den „Naturarzt“ und unsere Verbandsarbeit. Um beides weiterführen zu können, steigt der Beitrag für unsere Direktmitglieder im kommenden Jahr um einen Euro pro Monat. Falls Sie sich fragen, was Direktmitglieder sind: Diese Form der Mitgliedschaft wird gerne gewählt, wenn kein Ortsverein in Wohnortnähe ist – betrifft Sie also nur, wenn Sie KEIN Mitglied in einem Naturheilverein sind, denn mit den Vereinen wurden separate Vereinbarungen getroffen. Sie haben noch Fragen? Bitte sprechen Sie uns an. Bleiben Sie dran. Wir tun es.

Mit herzlichen Grüßen,

Sabine Neff

Sabine Neff, DNB Bundeschäftsführerin

Fördermittel für Verband und Vereine
Mittelbeschaffung durch Förderungen aus Stiftungen, staatlichen Organisationen oder Unternehmen – ein wichtiges Thema, für das sowohl im Verband, als auch bei den Vereinen Bedarf besteht. Auch hier „kniet“ sich der Dachverband rein und beschäftigt sich mit der äußerst aufwändigen, umfangreichen Thematik. Erste Anträge wurden gestellt und es gibt auch schon einen Erfolg zu vermelden, der für einige Naturheilvereine interessant sein könnte: Ende Oktober wurde auf Antragstellung des DNB ein Förderantrag eines Naturheilvereins zur Stärkung des Ehrenamtes bewilligt – interessant für andere Vereine deshalb, weil das Förderprogramm genauso im nächsten Jahr wieder aufgelegt wird und neue Anträge gestellt werden können. Diese Arbeit begrüßte das Präsidium.

Gesundheitsreise 2024 nach Dresden
Breite Zustimmung des Präsidiums fand auch die Planung der nächsten Gesundheitsreise: Im kommenden Jahr erwartet unsere reisefreudigen Mitglieder und Gäste ein besonderes Highlight, nämlich eine „Kultur und Natur“-Reise nach Dresden und in das Elbsandstein-Gebirge. Besucht werden natürlich Sehenswürdigkeiten in Dresden, aber es gilt einiges an naturheilkundlicher Geschichte zu entdecken, stammen doch bedeutende Naturheilkundler aus Sachsen (z.B. Samuel Hahnemann und Eduard Bilz). Die Reiseführung wird Dr. Jürgen Helfricht übernehmen, aus dessen Feder im Frühjahr 2024 ein Reiseführer eben über diese Thematik im Husum-Verlag erscheinen wird.

DNB-Jahrestagung 2024 mit Bundesversammlung und Projekttag
Vom 02.-03. März 2024 wird im Hohenwart-Forum bei Pforzheim die nächste DNB-Jahrestagung stattfinden. Für den Samstagvormittag wird eine außerordentliche Bundesversammlung anberaumt und für den Nachmittag läuft aktuell die Planung von Vorträgen. Der Sonntag soll als Projekttag gestaltet werden, um gemeinsam mit den DNB-Gremien, den Vereinsvorständen und Vereinsaktiven, den „Naturheilkunde-Beratern DNB“ und allen Interessierten an der Zukunft der Naturheilkunde, des Verbandes und der Vereine zu arbeiten. Nähere Informationen und Einladung folgen im nächsten Verbandseinhefter.
Sabine Neff, DNB Bundesgeschäftsführerin

Buchvorstellung + Thema beim Live-Online-Vortrag „Zehn vor Halb“ im November

Was macht Pflanzen magisch?

Schätzen Sie Naturheilverfahren wie Phytotherapie, Anthroposophische Medizin und Homöopathie? Möchten Sie wissen, warum Pflanzen Krankheiten heilen können? Das Buch „12 magische Heilpflanzen“ geht über bloßes Wissen und Erklärungen hinaus. Es öffnet Türen, durch die wir treten können, um selbst eine Beziehung zu den heilenden Pflanzen aufzunehmen. **Am Mittwoch, 11. November von 19.20 Uhr bis 20.00 Uhr wird Michael Straub uns diese Magie im Live-Online-Vortrag vorstellen.** Nachstehend eine Buchvorstellung:

Heilpflanzen sind faszinierende Wesen. Sie besitzen einen ganz eigenen Charme und Charakter und sind eigenständige Persönlichkeiten. Auf eine ganz besondere Weise sprechen sie uns Menschen an. Selbst wenn sie wissenschaftlich gründlich untersucht sind, nimmt ihnen das nichts von ihrer Magie. Denn sie bezaubern uns stets aufs Neue, erfreuen unsere Sinne, erfüllen uns mit Erstaunen und überraschen uns mit ihren Heilkräften.

In ganzheitlich ausgerichtete Pflanzen-Porträts schreiben die Autoren über die tiefe Beziehung heilender Pflanzen zu uns Menschen. Die charaktervollen „Magischen 12“, und ihre Verwandten sind starke Verbündeten für eine grüne Gesundheitswende. Sie haben sich seit Generationen in der Anwendungspraxis von Ärztinnen, Ärzten und allen anderen heilpflanzenkundigen Menschen bewährt und ihren Platz in unzähligen Praxen, Apotheken und Haushalten gefunden. Sind dort nicht wegzudenken - ebenso wenig wie aus den meisten Heilpflanzengärten, die es weltweit gibt, oder dem Portfolio engagierter Sammler für die pharmazeutische Industrie oder den Hausgebrauch. Die „Magischen“ dienen bei unterschiedlichen

Beschwerden von Kopf bis Fuß als außergewöhnlich vielseitige Helfer. Einige sind Altbekannte mit einer jahrtausendealten Heiltradition, andere haben erst durch die Homöopathie oder die Anthroposophische Medizin in den letzten beiden Jahrhunderten größere Bedeutung erlangt. Entsprechend vielfältige Darstellungen erwarten Sie in diesem Buch. Sie reichen von Mythen und Legenden bis zu konkreten Arzneimittelbildern, von Insidertipps für Sammlung und Anbau bis zu praktischen Empfehlungen für die Selbstbehandlung, von der Inhaltsstoffangabe bis zur poetischen Annäherung an das Wesen der Pflanze.

Jede einzelne dieser Pflanzen ist auf ihre Weise vollkommen und eröffnet ganz eigene Wege der Heilung. Die innere Beschäftigung mit ihnen kann ein neues, inniges Verhältnis zu den Pflanzen und ein tieferes Verständnis für ihre Heilkraft schaffen. Jede und jeder wird hier ihre, respektive seine Lieblingspflanze finden, ihre oder seine Pflanze der Kraft als inspirierende, heilsame Verbündete im Garten, am Wildstandort und als Arznei. Hinzu kommt als Extra die Mistel, als übergeordnete „Magische Heilerin“ mit ihren systemübergreifenden Wirkungen bei der Zeitkrankheit Nr. 1, dem Krebs - einem Thema, das viele Menschen direkt oder indirekt betrifft. Genaue Angaben über Zubereitungen und Darreichungsformen eröffnen die Möglichkeiten der wirkungsvollen Selbstbehandlung.

In diesem Buch und beim Live-Online Vortrag am 11. November möchte einer der Autoren, Michael Straub, seine Begeisterung für die grünen HelferInnen mit uns teilen, Neugierde wecken und zur Selbstanwendung anregen. Straub ist Diplom-Agrar-



208 Seiten, 29,95 Euro, zu bestellen unter:
www.naturheilbund.de/dnb-shop




Die Autoren:
Michael Straub und Dr. med. Frank Meyer

genieur und Inhaber der Beratungsfirma Straub Eco-Consulting. Er berät weltweit Landwirte, Gärtner und Verarbeiter von Heil-, Gewürz- und Kosmetikpflanzen und war 23 Jahre Leiter des Weleda Heilpflanzengartens und der Pflanzenforschung. Als Buchautor und Dozent begeistert er Menschen für ökologische Zusammenhänge und ist Vorstandsmitglied der Vereine Netzwerk-Kräuter BW e.V. und Hortus officinarum.

HERBSTZEIT: Zeit für mehr innere Ruhe, Achtsamkeit und Zufriedenheit



Foto: istockphoto.com

November. Die Tage werden immer noch kürzer, die Abende länger. Endlich Zeit, es sich mit einem guten Buch und einem leckeren Tee am Ofen gemütlich zu machen und die schönen Seiten der grauen Jahreszeit genießen. Geht nicht. Es fehlt noch das Geburtstagsgeschenk für die Schwester und die Gardinen sind noch nicht gewaschen. Einfach einen Abend im Sessel verbringen? Dazu fehlt die Ruhe. Außerdem: Sobald man sich hinsetzt, beginnt das Karussell im Kopf: Geht's den Kindern gut? Kommen wir alle gut durch die nächste Grippe-Saison? Was passiert, wenn ...? Also doch lieber Putzen und Organisieren. Das lenkt davon ab, die innere Unruhe zu spüren. Weiter geht's im Hamsterrad, bis wir abends erschöpft ins Bett fallen – und nicht schlafen können, weil sich das Gedanken-Karussell wieder dreht. Wir sind unzufrieden und Entspannung ist fern.

Vermutlich kennt fast jeder den folgenden Text – wie hier in Anlehnung an den Liedermacher Gerhard Schöne oder in einer ähnlichen Form. Gerade der November ist ein guter Monat, ihn sich wieder ins Bewusstsein zu holen:

Ein Mönch wurde gefragt „Wie kann es sein, dass du trotz deiner vielen Aufgaben so bist, wie du bist: gelassen und in dir ruhend?“

Der Mönch antwortete:

*Wenn ich schlafe, schlafe ich.
Wenn ich aufsteh', steh' ich auf.
Wenn ich gehe, gehe ich.
Wenn ich esse, ess' ich.
Wenn ich schaffe, schaffe ich.
Wenn ich plane, plane ich.
Wenn ich spreche, spreche ich
Wenn ich höre, hör' ich.*

Da fiel ihm der Fragesteller ins Wort: „Das tu ich doch auch. Aber was machst du noch? Was ist das Geheimnis deiner inneren Ruhe und Zufriedenheit?“

Der Mönch sagte: „Nein, eben das tust du nicht“:

*Wenn du schläfst, stehst du schon auf.
Wenn du aufstehst, gehst du schon.
Wenn du gehst, dann isst du schon.
Wenn du isst, dann schaffst du.
Wenn du schaffst, dann planst du schon.
Wenn du planst, dann sprichst du schon.
Wenn du sprichst, dann hörst du schon.
Wenn du hörst, dann schläfst du.*

Es ist alles andere als leicht, in unserer schnelllebigen Welt Achtsamkeit zu praktizieren. Vielleicht kann die Passionsblume Sie dabei unterstützen, die erste Zeit zu überbrücken – bis Sie durch Achtsamkeit zu mehr innerer Ruhe und Zufriedenheit kommen.

Bärbel Tschek ist Diplom-Biologin bei Pascoe Naturmedizin



Für innere Ruhe Pascoflair®

- pflanzliches Beruhigungsmittel
- entspannt bei nervöser Unruhe, z. B. aufgrund von Stress
- unübertroffen: 425 mg Passionsblume pro Tablette¹
- ohne Titandioxid



¹ in Bezug auf die Passionsblumenextrakt-Menge pro Tablette (IH-Galaxy)

Pascoflair® · Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Bei nervösen Unruhezuständen. Enthält Sucrose und Glucose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Pascoe pharmazeutische Präparate GmbH, D-35383 Gießen

www.pascoe.de

NHV Wannweil freut sich über Zuspruch beim Aktionstag



Große Begeisterung und Freude bei den Besuchern des Aktionstages in Wannweil.

NHV Wannweil berichtet über ihren Aktionstag: Über 50 naturheilkundlich Interessierte kamen zu unserem Tag der Naturheilkunde nach Wannweil. Über diese Wertschätzung haben wir uns sehr gefreut, unser junger Verein ist ja erst drei Jahre alt. Unser Motto lautete: **Lebenskraft Natur – die innere Natur stärken.**

Im Hauptvortrag über das Herz – ein erstaunliches Organ, nahm uns der Referent Dr. med. Streit aus Tübingen mit auf eine Reise zu den neuesten Erkenntnissen über unser Herz. Er sprach von einer „kopernikanischen Wende“, da es wissenschaftlich belegt sei, dass das Herz viel mehr als eine „Pumpe“ ist. Es sei auch ein Stauorgan für den Blutkreislauf und ein fühlendes Organ,

denn die Seele reagiere über den Kreislauf. Weiter ging es mit vier Impulsvorträgen: Das ätherische Öl „Orange“ wurde als „Herzöffner“ vorgestellt. Die Wirkung der „Sonne aus der Flasche“, die u.a. stimmungsaufhellend, reinigend, anregend und zugleich beruhigend ist, konnte gleich getestet werden. Die Referentin Katja Tomaszek erklärte, dass dieses Öl die Fülle und das Genährtsein unterstütze und damit perfekt zum Spätsommer passe, denn jetzt werde die Ernte des Jahres eingefahren – innerlich und äußerlich. Danach ging es humorvoll mit Übungen aus der Brain Kinetik weiter. Jasmin Kalkofen leitete das Publikum zu Geschicklichkeitsübungen mit verschiedenen Bällen an. „Sauer macht lustig – was sagt unser Körper dazu?“ Hier erklärte die Referentin Helga Schrade einfach und anschaulich, wie unser Stoffwechsel funktioniert und warum ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt so bedeutsam für unsere Gesundheit ist. Den Abschluss bildete die hiesige Heilpraktikerin Katrin Strumpf mit ihren Impulsen zur Selbstliebe und zeigte z.B. auf, wie die Kraft der Selbstliebe auf unsere Gesundheit und unser Herz wirkt.

Christine Hack, Vorstand NHV Echazaua Wannweil

Weitere Berichte zum Aktionstag finden Sie auf unserer Webseite: www.naturheilbund.de

Ein Aktionstag wie aus vergangener Zeit!



Ca. 90 Besucher füllten den Saal im Bürgerzentrum Stuttgart-West

Der 16. Aktionstag in Folge versöhnte durch gute Besucherzahlen mit den Enttäuschungen der Pandemie-Vergangenheit. Endlich wieder volle Stuhlreihen, begeisterte Menschen, rege Referentenkontakte und anerkennende Worte über eine gelungene Veranstaltung – wie aus vergangener Zeit. Im ersten Vortrag überzeugte Horst Boss mit seinem Thema „Trotz bunt meist nur noch wenig drin“, und nahm auch die Chemiebomben in Fertigprodukten und die Vitalstoffräuber in Medikamenten unter die Lupe. Der Vitalstoffmangel in unseren Nahrungsmitteln, dafür mehr Zusatzstoffe, erzeugen ein Riesenproblem mit der fatalen Folge, dass der Organismus permanent unterversorgt ist. An mehreren Fallbeispielen überzeugte der Vorsitzende des wissenschaftlichen Beirats im

DNB, wie ein Mangel an Lebenskraft in Produkten aus der Natur die Zivilisationskrankheiten verursacht.

Der zweite Vortrag des Abends lieferte Lösungen zu den Mangelerscheinungen: Dr. Markus Strauß demonstrierte an zahlreichen Beispielen, wie wir mit essbaren Wildpflanzen aus Natur und Nutzgarten die Defizite auffüllen. Es ist erstaunlich, wie die Natur in ihrer Vielfalt einen gesunden Genuss vom Frühstück bis zum Abendessen beisteuert. Der erfolgreiche Initiator von „Essbaren Wildpflanzen-Parks“ (Ewilpa) ermutigte, jetzt im Herbst vermehrt Sträucher, Bäume und Stauden zu pflanzen, um unabhängiger zu werden vom Vitalstoffmangel aus Supermarktangeboten.

Beide Referenten ernteten großen Applaus und mussten noch viele wissbegierige Fragen beantworten. Die Besucher verfolgten außerhalb der Vorträge noch zahlreich die Angebote an den Infoständen, eines Fachbuchverlags, von gesunden Körperpflege- und Reinigungsmitteln und wir konnten sogar „Trampolinswingen für die Gesundheit“ an mehreren Geräten demonstrieren. Wir sind dankbar und erfreut über die starke Resonanz der Besucher – der schönste Lohn für den hohen ehrenamtlichen Aufwand, der unsichtbar in den Vorbereitungen steckt.

Alois Sauer, Vorstand Naturheilgesellschaft Stuttgart eV



mit naturheilkundlichen Therapeuten

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

Am Telefon sitzen erfahrene Heilpraktiker, Ärzte und Therapeuten aus unseren Vereinen bzw. dem wissenschaftlichen Beirat. Diese kostenfreie telefonische Beratung ersetzt jedoch nicht eine körperliche, medizinische Untersuchung.

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

Am Therapeuten-Telefon im Dezember:



Dr. rer. nat.
Klaus Zöltzer
Heilpraktiker,
Diplom-Physiker
Schwerpunkt:
ges. Naturheilkunde

„Zehn vor halb“

Kurzvortrag live mit
Dipl. Agr. Michael Straub,
moderiert von Sabine Neff,
Bundesgeschäftsführerin

Thema am 22.11.2023, 19.20 Uhr:
**Was Heilpflanzen
magisch macht**

Link unter
www.naturheilbund.de oder bei
info@naturheilbund.de anfragen

IMPRESSUM

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

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

E-Mail: info@naturheilbund.de
Internet: www.naturheilbund.de

Redaktion dieser Ausgabe: Sabine Neff (Verantw.)

Bilder: Privat vom DNB/Archiv, iStock

Druck: BONIFATIUS GmbH, Paderborn

Erscheinungsweise: Monatliche Ausgabe

Hinweise für den Leser:

Der Zeitschrifteninhalt wird nach bestem Wissen erstellt, Haftung und Gewähr müssen jedoch wegen der Komplexität der Materie ausgeschlossen werden.

Mit Verfassernamen gekennzeichnete Beiträge geben in erster Linie die Auffassung der Autoren und nicht in jedem Fall die Auffassung des DNB wieder. Verantwortlich für den Inhalt der Beiträge sind die Autoren.