

Gute Stimmung bei der DNB-Jahrestagung in Bad Hersfeld

MIT ZUVERSICHT IN DIE ZUKUNFT



Genossen das persönliche Treffen auf der Jahrestagung: Delegierte und DNB-Gremien im herzlichen Miteinander

Ein spannendes Programm aus Vorträgen, Dialog und einige Überraschungen erwartete die TeilnehmerInnen der diesjährigen DNB-Jahrestagung in Bad Hersfeld: Die Jahrestagung fand Ende März in der Altstadt von Bad Hersfeld im Romantik-Hotel „Der Stern“ statt, welches mit seinem historischen Ambiente und hervorragender Küche begeisterte. Am Ende der Tagung fuhren die TN gestärkt an „Leib und Seele“ und bereichert durch ein harmonisches Miteinander wieder nach Hause.

Stabwechsel im Vorstand und Geschäftsführung

Nach der Begrüßung durch den Vorsitzenden des gastgebenden Ortsvereins Bad Hersfeld, Raimund Wörner und den Präsidenten des DNB, Dr. Martin von Rosenberg es u.a. in der Bundesversammlung um personelle Veränderungen: Schatzmeister Tim Bialas hatte kurz zuvor sein Amt aus persönlichen Gründen niedergelegt und der Vorstand bat nun um Bestätigung des als Ersatz berufenen Christoph Reckers, der sich kurz vorstellte: Als ehemaliger Personaler firm im Umgang mit Zahlen und nun begeistert für die Naturheilkunde als DNB-Berater, fand Christoph Reckers uneingeschränkte Zustimmung. Eine Überraschung für alle Anwesenden war auch die Mitteilung

der Bundesgeschäftsführerin Sabine Neff ihren Posten abzugeben und wieder in die „2. Reihe“ zu gehen, um sich dort verstärkt dem Vereinswesen inklusive Mitgliederverwaltung zu widmen. Als Geschäftsführer konnte Dr. Frank Hinrichs, promovierter Wirtschaftswissenschaftler mit langjähriger Erfahrung in Leitungsfunktionen und Projektarbeit in gemeinnützigen Organisationen, gewonnen werden, der sich den TeilnehmerInnen der Tagung vorstellte.

Verein und Verband im Dialog

Viele praktische Ideen zur Stärkung der Vereinsarbeit vor Ort wurden auf der Jahrestagung im vergangenen Jahr gesammelt – was konnte umgesetzt werden? Hier setzte die Vereinsbeauftragte des Präsidiums und gleichzeitig Vorsitzende des NHV Esslingen, Elke Wörfel an. Wichtig ist die Sichtbarkeit des Vereins – ob „von Mensch zu Mensch“, z.B. bei einer Aktion in der Fußgängerzone, dem aktiven Ansprechen von regionalen Therapeuten oder in den sog. „sozialen Medien“. An dieser Stelle stellte Tim Bialas, aktives NHV-Wannweil-Vorstandsmitglied und selbstständiger Webdesigner, ein spannendes Kurz-Konzept für die Social-Media-Arbeit im Verein vor, welches im Nachgang der Veranstaltung

Was mich bewegt

ZEIT FÜR EINEN WECHSEL



Unsere Jahrestagung war toll. Wir haben erneut gespürt, wie wichtig es ist, sich zu treffen, miteinander zu sprechen und gemeinsam zu reflektieren: Was bewegt uns aktuell?

Welche Themen sind für unsere Arbeit vor Ort von besonderer Bedeutung? Was ist hilfreich und wegweisend für unsere gemeinsame Sache und für uns selbst?

Und manchmal ist es Zeit, etwas zu verändern. Für mich persönlich bedeutet das, die Geschäftsführung beim DNB abzugeben. Diese Entscheidung ist mir nicht leichtgefallen, doch sie ermöglicht es mir, mich verstärkt den Anliegen unserer Vereine, unserer Mitglieder und den vielfältigen Aufgaben des DNB zu widmen – alles Bereiche, die mir sehr am Herzen liegen.

Gleichzeitig wird eine professionelle und zukunftsorientierte Geschäftsführung für unseren Verband immer wichtiger. Deshalb freue ich mich sehr, dass Dr. Frank Hinrichs bereits seine Arbeit als neuer Bundesgeschäftsführer aufgenommen hat. Mit seiner langjährigen Erfahrung im gemeinnützigen Bereich, seiner Begeisterung für die Naturheilkunde und vielen frischen Ideen bringt er beste Voraussetzungen mit, um den DNB weiter voranzubringen. In der nächsten Impulse-Ausgabe wird er sich vorstellen.

Zum Abschluss möchte ich die Gelegenheit nutzen, um mich von Herzen für die Wertschätzung und Unterstützung zu bedanken, die ich in meiner Zeit als Bundesgeschäftsführerin erfahren durfte. Ich freue mich darauf, dem DNB weiterhin in neuer Rolle verbunden zu bleiben und gemeinsam mit euch an unserer wichtigen Aufgabe weiterzuarbeiten.

Mit herzlichen Grüßen,
Sabine Neff, Leitung Bundesgeschäftsstelle

Aus dem Verband

direkt an alle Vereine weitergegeben wurde. Welche Themen sind den Delegierten wichtig? Wo wird Unterstützung vom Verband gewünscht? Diese Fragen interessierten insbesondere den neuen Geschäftsführer Dr. Hinrichs, dessen Wunsch es ist, mit jedem Verein in persönlichen Kontakt zu kommen.

Vorträge rund um die Naturheilkunde – ganzheitliche Heilung mit Tradition

In seiner bekannt mitreißenden Art referierte Gert Dorschner, ärztlicher Leiter der DNB-Naturheilkundeberater-Ausbildung am Samstag zum Jahresmotto: „Naturheilkunde – bewährt und zeitgemäß“. Dabei erfuhren die ZuhörerInnen u.a. seine 15 Tipps zu schweren Krankheiten und lernten, dass nie nur ein einzelner Aspekt zur Heilung führe, sondern immer die Summe der Lebensführung. Sein Leben für die Naturheilkunde schilderte am Sonntagvormittag Dr. Jürgen von Rosen, Vater des DNB-Präsidenten Dr. Martin von Rosen. Voller Elan und Begeisterung berichtete der Landarzt und Inhaber der Schlossparkklinik Gersfeld von beeindruckenden Heilungsergebnissen mit einfachen, aber bewährten Naturheilmethoden, die im Laufe der Jahre leider immer weniger von der sog. „Schulmedizin“ berücksichtigt würden. Wichtig ist ihm, neben dem körperlichen Aspekt, auch die Psyche und Einstellung des Patienten: Positiv denken, Dankbarkeit und eine erfüllende Tätigkeit bis ins hohe Alter seien gute Voraussetzungen, lange fit und gesund zu bleiben – wofür der Referent das beste Beispiel ist. Mit „standing ovations“ bedankten sich die ZuhörerInnen für einen faszinierenden Vortrag.

Sabine Neff, Leitung der Bundesgeschäftsstelle



60 Jahre Naturheilkunde - Dr. Jürgen von Rosen spricht über sein Lebenswerk



DNB-Präsident Dr. Martin von Rosen dankt Sabine Neff für ihre wertvolle Arbeit als Bundesgeschäftsführerin



Ehrungen langjähriger Vereinsaktivisten beim NHV Mosbach



Applaus für spannende Vorträge



Der neue Bundesgeschäftsführer Dr. Frank Hinrichs stellt sich vor



Motivierende Worte des neu gewählten Schatzmeisters Christoph Reckers



DNB-Präsident Dr. Martin von Rosen verabschiedet Tim Bialas als Schatzmeister



Gert Dorschner moderierte souverän den Dialog Gesundheit



Breite Zustimmung fanden die Beschlüsse der Bundesversammlung 2025

Fotoquelle: Tim Bialas, Dietmar Fergner

Frühlingsluft richtig atmen!

TIPP DES
MONATS



IST SAUERSTOFF FREUND ODER FEIND DER GESUNDHEIT?

Was ist „richtiges“ Atmen? Oft wird die maximale Sauerstoffaufnahme durch „tiefes“ Atmen als gesundheitsfördernd angesehen, Sauerstoff ist ein positiv besetzter Begriff. Dabei ist Sauerstoff der Auslöser des oxidativen Stresses, der wiederum die Hauptursache von Entzündungen und Zivilisationserkrankungen ist. Der „Gegenspieler“ des Sauerstoffs ist der Wasserstoff, beide zusammen neutralisieren sich unter Energiefreisetzung zu Wasser: Das Grundprinzip der menschlichen Energieerzeugung. Wir essen, um den in der Nahrung enthaltenen Wasserstoff zu extrahieren. Er ist das Endprodukt der Stoffumsetzung im sog. Zitronensäurezyklus, der in den Mitochondrien in den Zellen stattfindet. So wie ein Verbrenner-Auto nur dann fährt, wenn im Motor genau dosiert ein Feuer gezündet wird – das Auto selbst soll dabei nicht brennen –, so muss auch beim Menschen das Verhältnis von Wasserstoff (aus der Ernährung) und Sauerstoff (aus der Atmung) stimmen. Überschüssiger Sauerstoff verwandelt sich schnell in freie Sauerstoffradikale, die durch Oxidationsprozesse im Körper großen Schaden anrichten können. Je effizienter ein menschlicher Organismus mit Sauerstoff umgeht, desto weniger oxidativer Stress entsteht. Dies kann trainiert werden, indem wir langsamer ausatmen – wie ein Sänger, der eine lange Passage ohne Atemholen singt und dann in Millisekunden durch Entspannung des Zwerchfells wieder neuen Atem schöpfen kann. In russischen Atemschulen wird eine Atemfrequenz von zwei Atemzügen pro Minute von jedem gesunden Teilnehmer erreicht.

Deshalb: Genießen Sie die Frühlingsluft – aber richtig!

Herzlich Ihr Dietmar Fergner

Buchempfehlung: „Pneumobalance – die Methode der balancierten Atmung“ von Sergej Zinatulin

Vortrag beim Naturheilverein Schorndorf

„Schamanismus der neuen Zeit“

Frau Sendler referierte zum einen über Schamanismus, zum anderen über ihre Nahtoderfahrung während einer 15-stündigen Operation. Im ersten Teil ihres gut besuchten Vortrags gab sie einen kurzen Abriss der Geschichte und Wesenheit des Schamanismus. So gibt es Höhlenzeichnungen, die schon vor 50 000 Jahren die Existenz des Schamanismus zeigen. Schamanen gibt es auf der ganzen Welt, ob als Medizinmann, Druide, Schamane oder Voodoo Priester. Ein Schamane hatte sicherzustellen, dass es seinem Volk gut ging. Bei einer schamanischen Handlung wird der Zustand zwischen Wachen und Schlafen hergestellt und durch z.B. monotone Trommelschläge verlängert. In diesem Thetazustand wird dann weitergearbeitet.

Frappierend war die Aussage von Frau Sendler, dass in Wirklichkeit kein Gestern und Heute existiert, sondern alles gleichzeitig. Wir haben keine lineare Zeit. Über ihre Nahtoderfahrung berichtete Frau Sendler, dass sie während der OP ihren Körper, den Operateur und sogar das Krankenhaus von oben betrachten konnte. Ein unendliches Glücksgefühl stellte sich ein. Im weiteren Verlauf hörte sie Stimmen, von denen sie unglaublich viel lernte. Am Ende hatte sie die Wahl, durch eine schwarze oder weiße Tür zu gehen, Tod oder Leben. Sie wählte letztendlich die weiße Tür, um den Menschen erzählen zu können, wer und was sie sind.

Walter Scherhauser, Naturheilverein Schorndorf und Umgebung e.V.

GEFRO®

Echt einfach
genießen

Ohne
Zuckerzusatz*



GEFRO®

GEFRO GmbH & Co. KG
Rudolf-Diesel-Strasse 21
87700 Memmingen
☎ 0 83 31/95 95-0
✉ info@gefro.de

Gleich
bestellen
und genießen
auf gefro.de



* enthalten von Natur aus Zucker

GESUNDHEITSKOMPETENZ FRÜHER UND HEUTE – die entscheidende Rolle der Naturheilvereine

Von Prof. Dr. Karin Kraft, ganzer Artikel ist auf unserer Homepage www.naturheilmund.de einsehbar. Der Bericht wird in mehreren Folgen in den Impulsen abgelichtet werden. Die Motivation für diese Artikelserie waren zwei Fragen, die sich aufgrund der Entwicklung der letzten Jahre ergeben haben, nämlich: 1. Was sind die Hintergründe für den großen Erfolg der Naturheilvereine Anfang des letzten Jahrhunderts? Und 2. Warum nimmt das Interesse der Bevölkerung an Naturheilvereinen in den letzten Jahren plötzlich so stark ab?

EINFLÜSSE EINER VERÄNDERTEN GESUNDHEITSPOLITIK SEIT DEN 1990er JAHREN

Inzwischen hatte sich der gesundheitspolitische Hintergrund in Deutschland stark verändert. Um die hohen Kosten der deutschen Wiedervereinigung zu bewältigen, mussten an vielen Stellen Einsparungen erzielt werden. Der ab den 1970er Jahren in den USA entwickelte Neoliberalismus schien hier die richtigen Konzepte zu liefern. Alle Naturheilverfahren, auch diejenigen, deren Kosten bisher von gesetzlichen Krankenversicherungen übernommen worden waren, wurden deshalb dem zweiten Gesundheitsmarkt zugeordnet. Begründet wurde dies damit, dass die Bevölkerung diese nebenwirkungsarmen Methoden in Eigenregie anwenden und die vergleichsweise geringen Kosten selbst tragen könne. Damit schaltete man aber gleichzeitig die diesbezüglich fachkundigen ÄrztInnen und das entsprechend qualifizierte Personal von der Versorgung vieler PatientInnen aus. Zugleich nahm deshalb der Wellnessbereich, der zuvor nur eine eher unbedeutende Rolle gespielt hatte, Anfang der 2000er Jahre stark an Umfang zu. Das Angebot an naturheilkundlichen Verfahren und Methoden der außereuropäischen traditionellen Medizin wechselte damit aus den Rehabilitationskliniken und den privat geführten Spezialkliniken weitgehend zum Gesundheitstourismus, was durch Förderungen mit öffentlichen Mitteln teilweise unterstützt wurde. Die Problematik der mangelnden Nachhaltigkeit und der unterschiedlichen Qualität der Maßnahmen war (und ist) dem zahlenden Publikum jedoch kaum bekannt. Der Fachkräftemangel begann hier sehr früh, weil die Gehälter in diesem Bereich niedrig und die Arbeitsbedingungen eher ungünstig waren. Zudem wurde seitens der Gesundheitspolitik wenig unternommen, um die seit ca. 10 Jahren als Problem identifizierte geringe Gesundheitskompetenz der Allgemeinbevölkerung zu stärken.

Eigentlich hätten diese Entwicklungen die Naturheilvereine eher stärken müssen, zumal die derzeitigen großen Probleme des Gesundheitswesens immer deutlicher offenbar werden. Sie reichen vom Ärztemangel und Verschwinden von Apotheken in den ländlichen Regionen über lange Wartezeiten bei Facharztterminen bis hin zu den Kliniken, die aufgrund finanzieller Zwänge überall ein ähnliches Leistungsspektrum bei allerdings unterschiedlicher Qualität anbieten, wogegen schlecht vergütete, aber notwendige Leistungen nicht mehr vorgehalten werden.

VEREINE ERFÜLLEN MENSCHLICHE GRUNDBEDÜRFNISSE

Im Rückblick hatten die großen Erfolge der (Naturheil)vereine Ende des 19. Jahrhunderts mehrere Ursachen: Die bedeutendste war der Wandel von einem feudalen Agrarstaat zum Industriestaat. Durch die völlig neuen Anforderungen an die Gesellschaft funktionierten die alten Modelle des Zusammenlebens nicht mehr. Die Vereine hatten somit die sehr wichtige Aufgabe der Förderung des menschlichen Zusammenhalts. Aufgrund der unterschiedlichen Kompetenzen der Vereinsmitglieder konnten sie individuell zugeschnittene Lösungen für die neu aufgetauchten vielfältigen Probleme erarbeiten und erfolgreiche Strategien zudem öffentlich zu verbreiten. Die Förderung eines respektvollen menschlichen Zusammenhalts und die Unterstützung ihrer Mitglieder einschließlich der Erarbeitung von Problemlösungen sind bis heute die wichtigsten Aufgaben von Vereinen. Deshalb gelten sie als Grundpfeiler der Demokratie. Auch wenn Kriege, ideologische Unterwanderung und staatliche oder wirtschaftliche Restriktionen zu starken Einbrüchen geführt haben, haben sich die Vereine in den letzten 120 Jahren immer wieder davon erholt, weil sie diese menschlichen Grundbedürfnisse erfüllen.

Dies trifft auch auf die Naturheilvereine zu, wobei sich das Spektrum der gesundheitlichen Probleme und damit die Anforderungen an die Vereine im Zeitverlauf stark gewandelt haben. Die Naturheilvereine spezialisierten sich dabei auf die gefährdete Gesundheit ihrer Mitglieder als Folge von Industrialisierung und gesellschaftlichem Wandel. Von den sehr preiswerten, durchaus oft wirksamen und zudem leicht anwendbaren Lösungen bei gesundheitlichen Problemen konnten auch die ärmeren Bevölkerungskreise profitieren. Aus heutiger Sicht vermitteln Naturheilvereine also seit über 120 Jahren Gesundheitskompetenz, die eine wichtige Ressource im Umgang mit Krisen ist. Gerade in Krisensituationen ist es entscheidend, die richtigen Informationen zu finden, ihre Bedeutung und Glaubwürdigkeit einzuschätzen, sie auf die eigene Situation zu übertragen und konstruktiv für persönliche Entscheidungen und das eigene Gesundheitsverhalten zu nutzen. Naturheilvereine haben damit eine sehr wichtige gesellschaftliche Funktion, denn die Gesundheitskompetenz ist sehr ungleich verteilt – und damit auch die gesundheitlichen Risiken. Deshalb sind in Krisenzeiten die sozial Benachteiligten besonders gefährdet.

Den kompletten Artikel finden Sie auf unserer Homepage www.naturheilmund.de

Telefonsprechstunde

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 unter Tel. **07237/4848-799** oder schreiben Sie eine Mail an dnb-sprechstunde@naturheilmund.de Unsere Therapeuten melden sich zeitnah.

Am Therapeuten-Telefon im Mai:



Dr. med. Wolfgang May
Facharzt für innere Medizin, Physikalische Medizin und Rehabilitation, Zusatzausbildung in Umweltmedizin und Akupunktur, Mitglied im wissenschaftlichen Beirat

„Zehn vor halb“-Online-Vortrag

Kurzvortrag live mit Roland Dengler, moderiert von Sabine Neff, Leitung der Bundesgeschäftsstelle

Thema am 14.05.2025, 19.20 Uhr:

SONNENSCHUTZ

Vor zuviel Sonne schützen, aber richtig! Die Sonne ist wichtig für unsere Gesundheit! Sonnenschutz beginnt im Körper, nicht nur auf der Haut. Worauf sollte ich achten?

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

IMPRESSUM

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

Herausgeber & Redaktionsanschrift:

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

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

Redaktion dieser Ausgabe: Sabine Neff (Verantw.)

Bilder: Privat vom DNB/Archiv, pixabay

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