

## Unsere Veranstaltung zum „Tag der Naturheilkunde“ 2017:

Samstag, 16. September 2017

im Café am Gut • Neue Straße 8  
26835 Hesel-Neukamperfehn

**Beginn 19.30 Uhr** (Eintritt frei)

Herzlich willkommen zum bundesweiten  
Aktionstag für die Naturheilkunde.

Wir laden Sie ein zu einem Vortrag mit

**Siglinde König**

(Heilpraktikerin, Geopathologin)

„Stell Dir vor – Du bist gesund!“ – Die Kraft, die aus uns selber kommt

Wie oft liegen unsere Nerven blank. Immer mehr Menschen klagen über chronische Erschöpfung, der Begriff „Burn-out“ ist in aller Munde. An der Bewältigung des Alltags sollen sich aber die eigenen Kräfte nicht erschöpfen. Erkennen, was dem Leben Sinn gibt und Dysbalancen abbauen ist der beste Schutz vor Fremdausbeutung.

Guter Rat muss nicht teuer sein. Die Naturheilkunde schenkt uns in der „Lebensordnung“ wirksame Lösungen – oft zum Nulltarif. In der Ausgeglichenheit können wir das Leben seelisch stabil und selbstbestimmend gestalten. Die Aktivitäten und den Lebensstil zu überprüfen, Symptome abzugleichen, den eigenen „Aus“-Knopf zu bedienen und Entspannung zu suchen sind Wege, die zum Ziel führen. Verstehen, wie Körper, Geist und Seele zusammenwirken ist Grundlage ganzheitlicher Behandlungen.

Sind unsere Kinder noch in der Balance?

Sie sind doch einmalig und verdienen all unsere Zuwendung!

Ein Vortrag mit anschließender Diskussion!

Mitglieder des Naturheilvereins stellen sich mit einem Infostand vor. Prämien für Neu-Mitglieder!

Veranstalter:

**Naturheilverein  
Hesel e.V.**

Kanalstr. 62 • 26835 Hesel-Beningafehn  
Kontakt: Siglinde König (1. Vorsitzende) • Tel. 04946 - 917899  
info@hp-koenig.de • www.naturheilverein-hesel.de



## Wertvolle Helfer zum Jahresmotto:

### STELL DIR VOR, DU BIST GESUND

Vorstellungs- und Visualisierungsübungen zur Heilung durch die innere Kraft. Mit einem Trainingskonzept in kleinen Schritten gegen vielerlei gesundheitliche Beschwerden im Alltag. Mit diesen Übungen stärken wir unser Abwehrsystem, die Durchblutung wird besser, mehr Sauerstoff wird zugeführt, die Entgiftung angeregt. Die Autorin Ursula Windisch zeigt in vielen Beispielen, wie man die Selbstheilungskräfte in Gang setzt. Eine heilsame Tiefenentspannung ist die Grundlage.

#### STELL DIR VOR, DU BIST GESUND

Taschenbuch, 156 Seiten, 11,90 €



### DIE HEILSAME TIEFENENTSPANNUNG

Öffnen Sie Ihr Herz den Klängen dieser „piano medicine“, die nachweislich beruhigt, den Schlaf fördert und bereits vielfach in der Therapie eingesetzt wird. Ein Gutachten der GAMED in Wien empfiehlt die Komposition des Wiener Komponisten Joe Meixner als Therapie

bei Schlafstörungen, zu hohem Blutdruck, Verspannungen, Angstzuständen und anderen Befindlichkeitsstörungen.

#### piano medicine®

Therapeutische Musik zur heilsamen Tiefenentspannung

CD, ca. 60 min., 26,- €

*Diese wunderbaren Begleiter für den Alltag erhalten Sie  
bei Ihrem Naturheilverein oder beim DNB.*



## Deutscher Naturheilbund eV

(Prießnitz-Bund) gegr. 1889

Dachverband deutscher Naturheilvereine

Bundesgeschäftsstelle:

Am Anger 70 • 75245 Neulingen • Tel. 07237-4848799, Fax -4848798

info@naturheilbund.de • www.naturheilbund.de

Der jährliche „Tag der Naturheilkunde“ ist eine Initiative  
des Deutschen Naturheilbundes.

Die Zentralveranstaltung findet statt am  
28./29. Okt. 2017 im CongressCentrum Pforzheim



Bundesweite Aktionstage

Sa. 16. Sept. 2017  
Naturheilverein  
Hesel e.V.

Thema 2017:

Wir laden Sie  
herzlich ein!

Stell' Dir vor  
– Du bist  
gesund!



INFO + PROGRAMM

## Die Kraft, die aus uns selber kommt

Unser Aktionstagsmotto besitzt eine dynamische Kraft, die unsere Gesundheit stärken und zur Heilung beitragen kann. Allzu oft verlieren wir die Hoffnung, werden enttäuscht, sehen die Zukunft schwarz, weil wir den negativen Nachrichten in uns zu viel Resonanz geben. Das können wir ändern. Niemand kann uns hindern, die Kräfte in uns zu nutzen, die uns selbstbestimmter, gesünder und stärker werden lassen.

In unseren Naturheilvereinen stellen wir die Pflege positiver Vorstellungskräfte in den Mittelpunkt der diesjährigen Aktionstage für die Naturheilkunde. Von Therapeuten begleitet werden die Teilnehmer in Vorträgen und Übungen angeleitet, Ihre Selbstheilungskräfte zu finden und zu nutzen. Im Krankheitsfall heißt das, unser Befinden nicht den Auswirkungen der Beschwerden unterzuordnen sondern sich vorzustellen, wieder gesund zu werden und auf diesem Weg die therapeutisch richtigen Schritte zu finden.

Diese Schritte kann kein Arzt, kein Heilpraktiker oder anderer Therapeut an unserer Stelle gehen, aber sie werden uns durch ihre Erfahrung und ihr medizinisches Wissen in unserer geänderten geistig-seelischen Haltung begleiten. Frei nach Goethe heißt es: Was die Natur dir an Gesundheit mitgegeben, erwirb sie, damit du sie besitzt. Ja, erst was wir selbst erworben haben, lernen wir zu schätzen und zu bewahren.

Ihr Naturheilverein hat dazu ein Programm vorbereitet, das Sie sich nicht entgehen lassen dürfen. Wir alle freuen uns auf Ihren Besuch!

Alois Sauer  
Präsident des Deutschen Naturheilbundes eV



# Stell' Dir vor – Du bist gesund!

Die Naturheilkunde – das Wissen um die Heilkraft der Natur – lässt sich in zwei Teilen zusammenfassen: den materiellen Anteil (z. B. physikalische Anwendungen, pflanzliche Wirkstoffe), und den psychosomatischen, spirituellen Anteil. Beide Gebiete entfalten im Zusammenwirken die Heilkraft, die uns die Natur mitgegeben hat und uns befähigt, auf Krankheit und Gesundheit selbst einzuwirken.

Der seinerzeit als Welt-Naturarzt gefeierte Vinzenz Priëbnitz teilte seinen zahlreichen Patienten schon vor 180 Jahren seine Erfahrung mit: „Nicht ich heile euch, es ist euer innerer Arzt, der euch heilt.“ Und von Paracelsus stammt die weise Erkenntnis: „Der Geist ist der Meister, die Vorstellung ist das Werkzeug und der Körper ist das formbare Material“.



Die Vorstellung gesund zu sein, kann sich mit den geeigneten Übungen erfüllen. Wir kennen aus der Tiefenentspannung und aus dem Autogenen Training, dass unser Körper tut, was wir uns vorstellen.

Je inniger und klarer wir unseren Wunsch visualisieren oder formulieren, die aufbauenden und frohen Gedanken zulassen, desto stärker entwickelt sich die Selbstheilungskraft. Es braucht Zeit, alte Denkmuster zu überwinden und statt mit Krankheit sich mit Gesundheit zu beschäftigen. Dies ist der erste Schritt! Wagen Sie ihn, Sie können nur gewinnen. Der Weg zur Gesundung oder zur Gesunderhaltung ist ein ganz persönliches und in jedem Falle lohnendes Lebensprojekt!

Unsere geschärfte Vorstellungsfähigkeit soll keine medizinische Diagnose und auch nicht das geeignete Behandlungsverfahren ersetzen. Wir können aber Einfluss nehmen auf den Heilungsprozess, auf das Immunsystem und unsere Widerstandsfähigkeit, auf Vorbeugung und Vermeidung von Krankheiten – das sind keine Illusionen, sondern erlebte Erfahrungen.

Der Naturheilbund und Ihr Naturheilverein helfen Ihnen gerne auf diesem Weg. Doch Sie selbst können unabhängig von Zeit und Ort jederzeit damit beginnen, dazu empfehlen wir Ihnen diese grundlegenden Einstiegshilfen als zuverlässige und kompetente Begleiter:

- die CD „piano medicine®“, eine therapeutische Musik, eigens komponiert zur Tiefenentspannung, und
- das Buch „STELL DIR VOR, DU BIST GESUND“, mit Vorstellungsübungen, die auf die Heilung einwirken.

– Beide Helfer beschreiben wir an anderer Stelle.

Aus der DNB-Ratgeberreihe empfehlen wir Band 5 „Wege zu neuer Energie – Die Heilkraft der Balance“, erhältlich für 5,- € bei Ihrem Naturheilverein.