SALVE

Ihr Gesundheitsgruß

Naturheilverein Bodensee e.V.

Homöopathie
Altes Heilwissen einfach erklärt

Väter und ihre Babys

Hypnose
Heilkräfte in Trance

u.v.m.

Heilkräfte aus der Natur und aus Ihnen!

Erstausgabe
Kostenlos für Sie!

Der Gesunde hat viele Wünsche

der Kranke nur einen.

-indisches Sprichwort-

Naturheilverein - BODENSEE e.V.
Mitglied im Deutschen Naturheilbund eV

12% AKTION

Alle Mitglieder erhalten
- vergünstigten / freien Eintritt zu Vorträgen
- monatlich die Zeitschrift Naturarzt
- alle Ausgaben von SALVE
- kompetente Ansprechpartner für die Gesundheit
- **12% Nachlass* auf alle Seminare**

* Vermerken Sie einfach Ihre Mitgliedsnummer auf der Anmeldung!

Das PLUS für Ihre Gesundheit

Liebe Leser!

Dem Naturheilverein Bodensee e.V. ist es ein großes Bedürfnis Ihnen ein reiches Spektrum an Wissen bereit zu stellen. Damit erreichen wir unser Ziel die Naturheilkunde zu erhalten und weiterzugeben. Wenn es um den Bezug zur Natur und das Thema Heilen geht, können Sie auf unseren vollen Einsatz zählen.

Mit dieser neuen Zeitschrift ist es endlich gelungen, Ihnen dieses Wissen direkt nach Hause zu liefern. Was Sie in Vorträgen, Treffs und Seminaren hautnah erleben können, bekommen Sie nun auch zum Nachlesen verständnisvoll aufbereitet.

In dieser Ausgabe erhalten Sie bereits viele Einstiegsinformationen. Ob Sie nun schon mit der einen oder anderen Therapieform geliebäugelt haben, oder grundlegendes über bestimmte Verfahren lernen möchten - auf den folgenden Seiten finden Sie Beiträge von Ansprechpartnern aus unseren eigenen Reihen, ganz in Ihrer Nähe.

Ein gesundes, aufgeklärtes Selbstbewußtsein im Einklang mit der Umwelt führt zu einer guten Gesundheit und erhält sie langfristig.

Wir hoffen, Sie finden zahlreiche Anregungen und wünschen Ihnen viel Vergnügen bei dieser Lektüre.

Im Namen der gesamten Vorstandschaft grüßt Sie Ihr

Hans Christian Hinne
Heilpraktiker für Homöopathie,
Vorsitzender des NHV Bodensee e.V.,
Chefredakteur, Layout & Gestaltung

Sie möchten ab sofort keine Ausgabe von **SALVE** mehr verpassen?

Jetzt **SALVE** bestellen!

Bitte senden Sie mir den Gesundheitsgruß regelmäßig an meine Adresse.
Ich trage nur die Kosten des anfallenden Portos (1,45€/Ausgabe), die Sie mir direkt vom Konto abbuchen dürfen.

Meine Adresse

Name

Vorname

Straße Nr.

PLZ, Stadt

Abweichende Rechnungsanschrift

Name, Vorname

Straße Nr.

PLZ, Stadt

Bankverbindung

Konto BLZ

Bank

Datum Unterschrift

Das Abonnement ist jederzeit schriftlich kündbar.

Ich freue mich eine Quelle der Gesundheit gefunden zu haben und bestätige mit meiner Unterschrift mein Abo.

Datum Unterschrift

Bitte ausreichend frankiert einsenden an:
Naturheilverein Bodensee e.V., Wackerstr. 47b, 88131 Lindau

Inhalt

Vorwort 3

Leserforum 6

Homöopathie Potenzen und Bedeutung 7
Hans Christian Hinne, Heilpraktiker

Hypnose, ein kurzer Abriss 10
Roland S. Herzhauser, Heilpraktiker und Buchautor

Väter und Ihre Babys – ein starkes Team 14
Ingrid Mathilde Sachs, Psychologische Beraterin und Tanztherapeutin

Rheuma – und was dagegen hilft 17
Thorsten van Bokhoven, Heilpraktiker

Kompetente Klienten 20
Angelika Baudisch-Kunze, Schulleiterin

Veranstaltungen 22

Kleinanzeigen 24

Impressum 26

Vorschau 26

Inserenten dieser Ausgabe:
Integrierte Lösungsorientierte Psychologie (ILP, Frau A. Baudisch-Kunze), Hans Christian Hinne, Roland S. Herzhauser, Ingrid Mathilde Sachs, Thorsten van Bokhoven, Mea-Natura, Pejosan GmbH, ASP Consulting GmbH, Sonett OHG

Leserforum

Ein lockeres Warm-up lockert auch das Gemüt!

Wir freuen uns über jede Zuschrift und lassen uns gerne von Ihnen inspirieren. Teilen Sie uns Ihre Wünsche mit, lassen Sie Ihrer Kritik freien Lauf und beschreiben Sie, was Sie bewegt.

Krankenversicherung zahlt nichts

Notbetten im Gang in den Krankenhäusern, Warteschlange bis auf die Straße hinaus am Wochenende bei den Notdiensten, so ist derzeit die Situation im Gesundheitswesen. Auch andere Bereiche, wie Apotheken und Optiker sind ausgelastet. Viele Arztpraxen und Krankenhäuser nehmen derzeit kaum noch Kassenpatienten auf.

Zocher
via E-mail

Daumen hoch für den Einsatz!

Nobisi cust, omnisquam, quostis doluptia voluptatin re la vel iur, sequiaerum quatqui de vollatem volupta turerepudi desequunt voloresedis qui cusandaes exerum re imil mil moluptatque minullitat.

Musterfrau
Anschrift unbekannt

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

vor einigen Jahren habe ich Christian Hinne in Lindau kennen gelernt. Ich lebe mittlerweile in Brasilien und gebe dort Englisch- und Deutschunterricht.
Die Internetseite des Naturheilvereines Bodensee ist mit soviel Detailliebe aufgemacht, dass es mir eine Freude ist dies an dieser Stelle kund zu tun.
Ich „schwoere" seit vielen Jahren auf die Biochemie von / nach Dr. Schuessler, mit den Salzen komme ich auch als Laie gut zurecht. Die Homoeopathie ist ebenfalls ein Segen Gottes.
Alles Liebe und Gute aus Brasilien,

Wolfgang Lutz
via E-mail

Hallo Ihr Aktiven,

finde die neue Homepage super.
Eure Aktivitäten sind bewundernswert. Arbeitet Ihr wirklich alle ehrenamtlich?:

jo-ko
via E-mail

Liebe Surfer auf der Naturheilkundlichen Welle,

vielen Dank für Eure Kommentare, Fragen und viele persönliche Anregungen.
Wir sind stetig bemüht allen Erfordernissen gerecht zu werden und auch die nötige Zeit zu finden up-to-date zu bleiben. Dies geschieht in der Tat alles in ehrenamtlicher Tätigkeit!
Deshalb sind wir jederzeit über Nachwuchs mit neuen Ideen und Tatkraft erfreut. Fühlt Euch herzlich dazu eingeladen mal auf eine der Vorstandssitzungen zukommen und aktiv mitzuwirken.
Mit herzlichen Grüßen

Hans Christian Hinne
via E-mail

Liebe Aktive des Naturheilvereins!

Ich finde die neue Internetseite wirklich sehr gelungen und ich wollte das hier einfach einmal in einem kurzen Satz formulieren.
Dem Naturheilverein und allen aktiven Mitgliedern und Freunden wünsche ich Gesundheit und Erfolg.

Thomas Drach

Schreiben Sie uns!

Wir legen Wert auf Ihre Meinung. Ihre Zuschriften sollten sich auf Veröffentlichungen des Vereins und dessen Tätigkeiten beziehen und möglichst kurz sein. Unter Umständen müssen wir kürzen um eine Veröffentlichung zu ermöglichen. Leserbriefe sind keine redaktionellen Meinungsäußerungen. Senden Sie uns Ihren Leserbrief per Post, oder nutzen Sie die Kontaktmöglichkeiten auf unserer Internetseite.

Naturheilverein
Bodensee e.V.
Wackerstr. 47b
88131 Lindau

Stichwort: SALVE-Forum

salve@naturheilverein-bodensee.de
www.naturheilverein-bodensee.de

Homöopathie Potenzen und Bedeutung

Hans Christian Hinne, Heilpraktiker

Viele haben bereits Ihre Erfahrungen mit der Homöopathie gemacht, oder zumindest mit dem, was Ihnen unter diesem Deckmantel verkauft wurde. Aber was genau steckt dahinter und wie funktioniert eigentlich Homöopathie?

Homöopathische Potenzen werden durch ein spezielles Verschüttelungsverfahren hergestellt

Bildquelle: Privat

Dazu betrachten wir die Bedeutung des Wortes einmal näher. Die Wortkreation kommt aus dem Griechischen und bedeutet „Ähnliches Leid", bzw. „Ähnliches heilt Ähnliches" von Homoion = das Ähnliche und Pathos = das Leid. Der Wortschöpfer und Initiator der heutigen Homöopathie, Samuel Christian Hahnemann (*1755 in Meißen), war seinerzeit promovierter Arzt. Während er eine medizinische Arbeit eines schottischen Kollegen übersetzte, stieß er auf die Behandlung Malaria-Kranker mit der Rinde des sogenannten Chinarindenbaums (Cinchona).

In einem Selbstversuch nahm er, obwohl gesund, mehrmals täglich diese Rinde zu sich und entwikkelte daraufhin typische Symptome des Wechselfiebers. Sorgfältig schrieb er seine Erfahrungen nieder, beendete die Einnahme und kehrte zu seinem gesunden Zustand zurück. Wenn nun also diese Substanz beim Gesunden typische Symptome auslösen und diese beim Kranken heilen kann, so muss doch eine gewisse Gesetzmäßigkeit dahinter stecken.

In der Folge testete er viele weitere Substanzen auf deren ihnen typische Symptomatik beim Gesunden und schrieb diese in immer umfangreicheren Werken nieder, um sie bei Erkrankten mit den entsprechenden Symptomen einzusetzen. Das Prinzip der Homöopathie nahm Form an.

Potenzen

Zeitgleich entdeckte und entwickelte er noch eine weitere Feinheit, den ohnehin schon leidenden Menschen „schnelle, sanfte und dauerhafte Wiederherstellung der Gesundheit… auf dem kürzesten, zuverlässigsten, unnachtheiligsten Wege…" zu bringen (Organon der Heilkunst; Samuel Hahnemann). Die Potenzierung! Wie er bereits bei seiner Entdekkerarbeit bemerkte, sollten die durch schulmedizinisch angewandte Chinarinde behandelten Patienten entweder in kurzer Zeit genesen, oder aber daran versterben. Na klar! Wenn doch die Chinarinde im Stande ist beim Gesunden solche Symptome zu erzeugen, so wird ein ohnehin geschwächter Organismus daran ordentlich zu kämpfen haben.

So fing er an die Ursubstanz nicht nur zu verdünnen, sondern gleich zu potenzieren. Er nahm ein Teil gute China auf hundert Teile frischen Milchzukker und verrührte und verklopfte die Mischung während einer ganzen Stunde und erhielt so die C_1-Potenz (C =centisemal = 1/100). Ein Teil aus der C_1 mit weiteren hundert frischen Teilen ergibt die C_2. Dies wiederholte er insgesamt dreimal, über je eine Stunde bis zur C_3. Danach übernahm er einen Teil der C_3, fügte nun hundert Teile Alkohol hinzu = C_4 und verschüttelte die Mischung rhythmisch-dynamisch mit hundert Schüttelschlägen auf einem Buch. Diesen Vorgang wiederholt man heute bis in schwindelerregende Höhen z.B. der C10.000.

Man kann sich heute dank der Erkenntnisse der Quantenphysik vorstellen, wie Schwingungsmuster übertragen werden. Jedes Element des uns bekannten Universums schwingt auf seine eigene Weise. Der neutrale Trägerstoff übernimmt die Schwingung des Heilstoffes. Durch die zunehmende Verdünnung verliert die Arznei jedoch materiell toxische Wirkungen auf den Organismus. Man entfernt sich also von chemischen Dosen in Richtung „geistig gemachter Arznei".

Ähnliches heilt Ähnliches

Nun kann man sich vorstellen, dass bei hunderten und tausenden Mitteln aus der Welt der Minerale, Pflanzen und Tiere viele dabei sein werden, die einige Gemeinsamkeiten aufweisen werden. Man darf in der Homöopathie nicht den Fehler machen und ins Schubladendenken verfallen. Jeder Fall ist gesondert und mit der Aufmerksamkeit die jedem leidenden Individuum zuteil werden sollte, zu betrachten.

Nehmen wir z.B. einen Patienten mit den Anzeichen einer Erkältung. Er klagt über Schluckbeschwerden, Müdigkeit und Schnupfen. Sieht man in den entsprechenden Rubriken des Repertoriums nach,

Damit die Globuli ihre spezifische Wirkung entfalten können, wird einiges an Energie aufgewendet

Bildquelle: Privat

wird man sich mit über 200 möglichen Mitteln konfrontiert sehen. Welches ist nun aber das „Simile“ ? Dazu muss man „…die auffallendern, sonderlichen, ungewöhnlichen und eigentlichen (charakteristischen) Zeichen und Symptome des Krankheitsfalles, besonders und fast einzig ins Auge … fassen. …“ (§153 Organon der Heilkunst; Samuel Hahnemann).

Berichtet der Patient beispielsweise, er habe die Erkältung plötzlich mit heftigem Niesen bekommen und ein Fließschnupfen mit scharfem Sekret habe sich eingestellt, so gibt dies erste Hinweise in Richtung „Natrium-muriaticum“ - dem gewöhnlichen Kochsalz. Soll man nun viel Salz zu sich nehmen, wenn man eine solche Erkrankung bekommt? Nein! Wie gesehen, ruft beinahe jeder Naturstoff ihm eigene Symptome am Gesunden hervor. „Die langfristige Einnahme von zuviel Salz bewirkt tiefgreifende Veränderungen im Organsystem…“ (Konkordanz der Materia medica). Typischerweise hier mit trokkenen Schleimhäuten; oder dicke, weiße, oder klare (wässrige), scharfe Ausscheidungen. In unserem Beispiel deckt Natrium-mur. die Akutsymptomatik des Patienten ab und wird diese in einer C30-Potenz in Kürze kurieren.

Auch hier gilt das homöopathische Prinzip der Ähnlichkeit. Akute Symptome werden unter Einfluss des Pharmakons innerhalb weniger Minuten bis maximal weniger Stunden ausheilen, während chronische Fälle, wie der Name schon sagt, sich über Wochen, Monate und in schweren Fällen Jahre hinziehen können. Wichtig ist hier, dass die homöopathische Arzneimittelgabe auswirken darf. Die sogenannte Erstverschlimmerung – durch den Ähnlichkeitsanstoß – ist durchaus ein Zeichen für die passende Mittelwahl. Ergeht es dem Patienten danach Stück für Stück besser, bedarf es keiner Mittelwiederholung, bis der Heilungsprozess stagniert. Spricht der Patient nicht auf das Mittel an, gibt es keinen Grund dieses zu wiederholen. Im schlimmsten Fall würde der Patient nach ständiger Wiederholung dasselbe machen wie Hahnemann und viele andere Homöopathen – eine Arzneimittelprüfung. Das Mittel würde seine Symptomatik dem Patienten aufprägen und die Situation weiter verkomplizieren. Viel hilft nicht viel! Also bitte mit Bedacht anwenden, oder wie Hahnemann sich verständlich machte: „Macht es nach. Aber macht es genau nach!“

Schrotschussverfahren - Komplexmittel

An dieser Stelle ist eine Betrachtung der sogenannten „Komplexmittel“ angebracht. Diese frei erhältlichen Mittel sind aus einer Vielzahl (oftmals über 10) Einzelmittel zusammengesetzt. Der Hersteller und Anwender möchte es sich möglichst leicht machen, bestimmten, meist häufig vorkommenden Symptomen zu begegnen. Man nehme die best vertretensten Mittel aus den Rubriken Schlucken, schmerzhaft; Allgemeinbefinden, abgeschlagen; und Nase, Fließschnupfen und mische daraus eine universaltaugliche „homöopathische“ Mischung. Wie oben jedoch beschrieben, kann es nur ein passendes Mittel zu einer bestimmten Person bzw. Situation geben. Jeder weitere Impuls wird vom Organismus aber beantwortet. Folge: Völliges Symptomchaos bei Dauereinnahme!

Wie man sieht ist die homöopathische Fallaufnahme sehr darauf bedacht den Patienten in seiner Individualität zu erkennen und zu behandeln. Die Anschauungsweise und Techniken dazu sind nicht gerade Bestandteil unseres heutigen schnelllebigen Alltags und damit oft schwer nachzuvollziehen und in Folge dessen missverstanden. Ich beobachte eigentlich nur zwei Meinungen in der Gesellschaft. Entweder völlige Ablehnung durch Misserfolg, bzw. falsches Verständnis, oder Begeisterung durch positive Erfahrungen. Demnach liegt der Erfolg in den Händen von Behandler und Patient. Die Homöopathie allein ist ein universales Heilprinzip, das keiner menschlichen Zustimmung bedarf!

In Resonanz

Sie kennen vielleicht dieses Phänomen aus dem Beispiel der Bundeswehr. Die vom Kommandeur befehligte Truppe wird vor dem Betreten einer Brücke dazu aufgefordert, nicht mehr im Gleichschritt zu marschieren. Warum? Trifft nämlich der gewaltsam geladene Gleichschritt die Resonanzfrequenz der Brücke, schaukelt sich das System in kürzester Zeit auf und droht einzustürzen. Diese Aufgabe übernimmt nun der Homöopath, um krankhafte Schwingung im Patienten gezielt durch Resonanz – der Simile-Arznei – auszuschalten.

Ein anderes Veranschauungsbeispiel ist das Bild eines ruhigen Weihers. Durch Erschütterungen wird die Wasseroberfläche konzentrische Wellenkreise bilden. Der Homöopath wirft nun gezielt einen Stein in den See um dieses Wellenmuster zu löschen. Nicht die leichteste Aufgabe, aber wie vielfach belegte Patientenberichte bestätigen, durchaus machbar und mit resultierender dauerhafter, sanfter Wiederherstellung der Gesundheit.

Arzneimittelprüfung

Eine Arzneimittelprüfung ist die wissenschaftliche Überprüfung der Wirkungsweise eines Stoffes am gesunden Körper. Beinahe alle Substanzen, die uns im täglichen Leben umgeben entfalten ihre eigene Wirkung im Organismus. Bei bekannten Giften, wie bspw. Schlangengifte, oder auch Pflanzengifte, mag dies auf der Hand liegen. Tatsächlich löst auch vermeintlich Harmloses eine Reaktion hervor. Hierbei kommt es auf die Konzentration, bzw. auf Dauer und Wiederholung des Reizes an. Ein tägliches zuviel an Natriumchlorid (auch bekannt als Kochsalz) führt zu Bluthochruck, Trockenheit und Veränderung der Blutzusammensetzung und dergleichen mehr. Die genaue Überprüfung findet mit einer Vielzahl an Probanden statt (Doppel-/blindstudie, placebokontrolliert). Arzneimittelprüfungen sind in der sogenannten Materia Medica zusammengefasst.

Naturheilpraxis für Homöopathie
Hans Christian Hinne

- Homöopathie
- Phytotherapie
- Bach-Blüten-Therapie

Hier finden Sie Ihren Weg
zu besserer Gesundheit,
mehr Kraft und Gelassenheit.

Naturheilpraxis für Homöopathie
Westerhofen 7
87527 Ofterschwang
www.hc-hinne.de

0160 / 6895688
post@hc-hinne.de
Skype: Naturheilpraxishinne

Hypnose, ein kurzer Abriss

Roland S. Herzhauser, Heilpraktiker und Buchautor

Hypnose. Schon allein dieses Wort weckt in vielen Menschen Ängste, Befürchtungen, Vorstellungen von machtvollen Anwendungen geistiger Kräfte aus, denen man sich nicht erwehren kann.

Es erscheint mir wichtig, an der Stelle, in den ersten Zeilen meines kurzen Abrisses über die Hypnose klarzustellen, dass die Hypnosetechnik von jeder Person zu erlernen ist, die einigermaßen klar denken kann. Die Hypnose, wie im Vorsatz schon bezeichnet, stellt eine Technik dar, deren Zweck darin besteht andere Menschen zu beeinflussen.

Vor Jahrtausenden in der medizinischen Anwendung der alten Kulturen (z.B. bei den ägyptischen Priesterärzten, bei den alten Griechen) erfolgreich angewandt, haftet der Hypnosetechnik auch heute immer noch ein Hauch der Esoterik an. Es wird den Hypnotiseuren oftmals eine besondere Begabung, eine außergewöhnliche Fähigkeit, besondere spirituelle Reifung, göttliche Auslese etc. unterstellt. Es darf nicht verschwiegen werden, dass besonders bei Bühnenhypnosen diese unsinnige Meinung von den dort sich produzierenden Hypnotiseuren auch noch forciert wird.

Die Hypnose wird bewusst, wie auch unbewusst, seit dem Aufflackern der ersten Erkenntnis in der Menschheit, vorwiegend von den Frauen angewandt. Jede Mutter, die ihr Kind in den Schlaf singt, ihm tröstend die aufgeschlagenen Knie anpustet und beruhigend auf es einspricht, wendet eine bestimmte Form der Hypnose, nämlich eine helfende, beruhigende Suggestion an.

Es ist überliefert, dass in den ältesten, unserer Geschichtsschreibung bekannten Kulturen, die Hypnose von Priestern als Heilverfahren für die unterschiedlichsten Krankheiten genutzt wurde. Entzifferte Keilschriften der Sumerer lassen erkennen, dass Suggestionen zur Heilung angewandt wurden.

Der >Papyrus Eber< (ca. 1500 v.Chr.) aus dem antiken Ägypten, berichtet von der Anwendung der Hypnose. Es gilt als ältestes schriftliches Zeugnis, auch für hypnotische Induktionstexte (Edmonston, 1986).

Das Versenken in Selbsthypnose, sitzend über einer Felsspalte, aus der vulkanische Dämpfe aufstiegen, wurde in Delphi, Griechenland als rituelle Induktion des Orakels genutzt. Auch der sogenannte Tempelschlaf wurde durch Hypnosetechniken herbeigeführt und aufrecht erhalten und diente dieser der Heilung des Patienten.

In unserem Kulturkreis waren es die keltischen Druiden, die unter Verwendung von monotonen Gesängen dafür empfängliche Menschen, sogenannte Medien, in hellseherische Träume versetzen.

>Aus dieser langen Tradition wird deutlich, dass es schon immer möglich war Menschen im Denken und bei ihren körperlichen Reaktionen zu beeinflussen und dadurch Heilung zu erlangen. Der Arzt Bombastus von Hohenheim (1493-1541), besser bekannt als Paracelsus, nutzte die heilende Wirkung der positiven Suggestion. Damals schon sah Paracelsus den „inneren Arzt“ als den besseren Arzt an.< (Auszug aus: http://www.hypnosecoach.de/geschichte.htm)

Aber erst mit Franz Anton Messmer (1734-1815) wird der Hypnose endgültig der mystisch-religiöse Nimbus genommen.

Erst durch Schultz, der 1932 das Autogene Training, dieses aus Komponenten der Hypnose- und Yogatechnik, entwickelte kam die Hypnose wieder mehr in das Bewusstsein der Therapeuten.

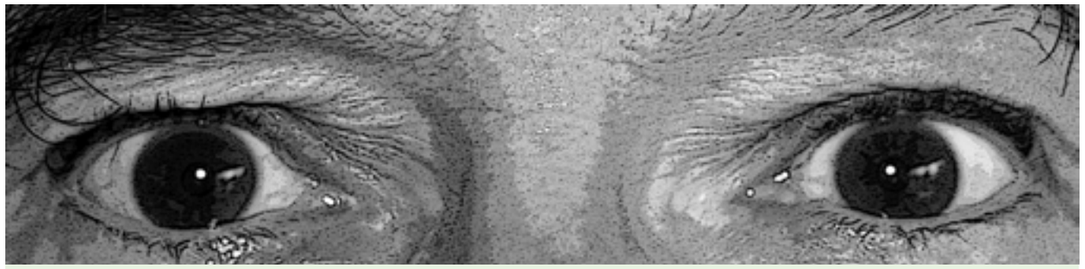
Ist die Hypnose Schlaf?

Hierüber streiten sich die Gelehrten. Bei EEG-Untersuchungen konnten die unterschiedlichsten Ergebnisse erzielt werden.

Bei einigen Patienten veränderte sich das EEG überhaupt nicht. Bei anderen konnten Kurven festgestellt werden, die nicht eindeutig zu interpretieren waren. Es wurden EEG-Bilder aufgezeichnet, die auf Veränderungen des Bewußtseinszustands in Form von Ober- oder Unterfunktionen hindeuteten:

- Verlangsamung der EEG- Wellen, die an einen Zustand des Vorschlafs denken ließ;
- Dissynchronisation der Alpha-Aktivität, Akzentuierung der okularen Artefakte, was auf einen überwachen Zustand hinwies.

Die Erfahrungen, die ich in der eigenen Praxis über dreieinhalb Jahrzehnte hinweg machen konnte, lassen mich zu der Auffassung kommen, daß die Hypnose ein Zustand der gesteigerten Konzentration und keineswegs ein Zustand des tiefen, bewußtlosen Schlafes ist.



Die Augen - ein Tor in unser Innerstes

Bildquelle: Privat

Was ist Hypnose?

Diese Frage wird immer wieder gestellt. Und immer wieder kann man nur eine subjektive Beantwortung dieser Frage bieten. Die unterschiedlichsten psychologischen Richtungen - angefangen von Messmers Theorie vom animalen oder tierischen Magnetismus bis hin zur Deutung im alphabetischen Handbuch für Psychiatrie (1952) - geben eine nur unbefriedigende Erklärung des Phänomens Hypnose ab.

Definition der Hypnose

Eine exakte Definition für die Hypnose, eine wissenschaftliche Erklärung warum sie so wirkt, wie sie wirkt, gibt es auch heute noch nicht.

Die Kommission der British Medical Association arbeitete 1955 eine Definition aus. Diese besagt, dass die Hypnose:

„ein vorübergehender Zustand veränderter Aufmerksamkeit beim Patienten, ein Zustand, der von einem anderen Meschen hervorgerufen werden kann und in dem verschiedene Phänomene spontan oder als Reaktion auf verbale oder andere Reize auftreten können.

Diese Phänomene umfassen eine Veränderung des Bewußtseins und des Gedächtnisses, gesteigerte Empfänglichkeit für die Suggestion, Antworten und Gedanken beim Patienten, die ihm in seinem gewohnten Geisteszustand nicht vertraut sind.

Unter anderem können im hypnotischen Zustand Phänomene wie die Anästhese (Schmerzbetäubung, d.Autor), die Paralyse (vollkommene Bewegungslähmung (med. als Folge von Schädigungen in den motorischen Nervenbahnen, d. Autor)), die Muskelstarre und vasomotorische Veränderungen (Vasomotoren = Gefäßnerven; vasomotorisch = Erweitung oder Verengung der Blutgefäße durch verschiedene Spannungszustände der glatten Gefäßmuskulatur und der Wirkung der Gefäßnerven, d. Autor) hervorgerufen oder unterdrückt werden.“

Falsche Vorstellungen, oft wird das Varieté angesprochen, müssen gleich zu Beginn einer Behandlung ausgeräumt werden.

Die Hypnose, die im Varieté durchgeführt wird, hat mit dem Willen der Probanden zu tun, die sich auf der Bühne produzieren wollen. Immer wieder werde ich darauf angesprochen, dass die Personen, die im Varieté oder im TV hypnotisiert werden, alles mit sich machen lassen.

„Bin ich Ihnen willenlos ausgeliefert? Weiß ich anschließend nichts mehr von dem, was Sie mit mir anstellten?“, höre ich oft.

Dazu kann ich nur sagen, die Zeitgenossen, die sich freiwillig in der Öffentlichkeit zu einer Hypnosesitzung melden, wissen, dass sie in der Trance als Kaninchen über die Bretter hoppeln, eine Zitrone als Apfel essen oder sonstigen Unfug mit ihnen angestellt wird – und sie sind dazu bereit, sind damit einverstanden. Der Schaustellerhypnotiseur sucht sich seine Teilnehmer aus einer großen Menschenmenge aus und kann solche Interessierte aussondern, die seiner Meinung nach, sich weniger gut zur Hypnose eignen und wenn er dazu fähig ist -, bei denen er einen psychischen oder körperlichen Defekt vermutet.

Während der therapeutischen Hypnosesitzung besteht das Phänomen des Rapports. Als Rapport wird die Verbindung, während der Hypnose, zwischen Therapeut und Hypnotiseur bezeichnet. Der Patient erlebt jedes Wort des Therapeuten bewusst, weiß auch nach der Behandlung alles was gesprochen oder geschehen ist. Eine Suggestion, die gegen die moralische, willentliche, religiöse oder ethische Einstellung des Patienten verstößt, bewirkt eine sofortige Unterbrechung des Trancezustandes. Der Patient wird regelrecht, selbst aus der tiefsten Trance, geschleudert und in seinen kritischen Wachzustand versetzt. Bewirkt wird dieses Verhalten durch das in

Ohne Bereitschaft des Patienten hat die Hypnose auch keinen Show-Erfolg.
Erteilt der Patient jedoch sein Einverständis durch die Therapie, sind grundlegende Heilungsmöglichkeiten möglich.

Bildquelle: Fotolia

jedem Menschen vorhandene Alarmsystem, Selbsterhaltungstrieb, genannt.

Ist die Tiefe der Trance ein Parameter für den Erfolg der Hypnose?

Leider nein. Je nach Patient, nach Orientierung auf die physische oder psychische Seite wirkt die Trancetiefe verschieden.

Ein Somnalbuler (Schlafwandler) kann sich in tiefster Trance befinden und dennoch weniger von den Heilsuggestionen aufnehmen, wie ein Patient, der sich in leichter bis mittlerer Trance befindet.

In der medizinischen, psychologischen Anwendung der Hypnose hat es der Therapeut mit Personen zu tun, die unter seelischen oder körperlichen Beschwerden leiden, die Ängste oder Verhaltensstörungen aufweisen, die eine Verbesserung oder Änderung bestimmter gelebter Grundmuster erreichen möchten.

Diese Menschen benötigen eine sorgfältige Einführung, eine vollständige Aufklärung und eine gemeinsame Absprache der in der Behandlung zu gebenden Suggestionen.

Vertrauen heißt die Grundvoraussetzung dieser Art der Behandlung. Und zwar Vertrauen vom Patienten, dass der Therapeut sein Bestes für ihn will und Vertrauen im Therapeuten, dass der Patient auch wirklich bereit ist, auch außerhalb der Therapiestunde, an sich zu arbeiten.

Der Heilungsprozess, der mittels des Einsatzes der Hypnose wirkt, stellt tatsächlich einen Prozess dar. Die Hypnose wirkt kumulativ. Das heißt, jede weitere Behandlung verstärkt die Wirkung der vorangegangenen Therapiesitzung.

Was zeichnet den Therapeuten aus?

Doch auch für den Therapeuten gibt es bestimmte ethische und fachliche Vorgaben. Entscheidet sich ein Therapeut für die Anwendung der Hypnose im Rahmen einer psychologisch orientierten Behandlung, so hat er sich gewissen Anforderungen, zum Wohle des Patienten, zu stellen. Diese wären z.B.:

1. Er benötigt Intelligenz. (Davon sollte man eigentlich immer ausgehen)
2. Er benötigt Willensstärke und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.
3. Er benötigt Kenntnisse über die psychische Verfassung des Patienten.
4. Er sollte sich stets auf seine Selbsterkenntnis überprüfen.
5. Er muss die religiösen, ethischen und moralischen Gepflogenheiten des Patienten kennen.
6. Er muss sich einer wiederholten Selbstanalyse unterziehen.
7. Er muss sich mit seinen eigenen Konflikten vertraut machen.
8. Er benötigt Intuition.
9. Er muss sich von Voreingenommenheit freimachen.
10. Er muss den Patienten als gleichwertigen Partner akzeptieren.
11. Er muss auf die Wünsche des Patienten, die seiner Heilung dienen, eingehen.
12. Er muss dem Patienten seine Vorgehensweise exakt erklären.
13. Er muss auf die Ängste des Patienten vor der Hypnose eingehen.
14. Er muss fähig sein einen Patienten - in dessen eigenem Interesse abzulehnen.
15. Er muss sich dessen bewusst sein, dass nicht jeder Patient gleich gut zu hypnotisieren ist.

Diese Aufstellung stellt einen Auszug dar. Diese Aufstellung kann unschwer von jedem Therapeuten für sich selbst erweitert werden.

Aber auch für den Patienten gibt es ein Kriterium, das er unbedingt beachten sollte. Es ist besonders wichtig, dass er Vertrauen zu seinem Behandler finden kann. Stellt er schon beim ersten Gespräch fest, dass eine Antipatie, eine innere Ablehnung zum Therapeuten besteht, sollte er so frei sein und sich für einen anderen Behandler entscheiden.

Abschließend wäre noch die Frage der Indikation zu klären.

Bei welchen Erkrankungen kann die Hypnose eingesetzt werden?

Grundsätzlich kann die Hypnose bei allen somatischen und psychischen Erkrankungen eingesetzt werden. Wichtig ist dabei die vorherige medizinische Abklärung unklarer körperlicher Schmerzzustände, unklarer anfallsweise auftretende Ausfallerscheinungen des Bewusstseins.

Lediglich, und das ist besonders wichtig, bei einer akuten Psychose sollte die Hypnose nicht angewandt werden, da eine Verschlimmerung des Krankheitsbildes (Auslösung eines weiteren Schubs) nicht ausgeschlossen werden kann.

Abschließend betrachtet stellt die therapeutische Anwendung der Hypnose m.E. die angenehmste Art einer Behandlung dar.

Ob Raucherentwöhnung, Behandlung von Übergewicht, Regressionen (durch das Versetzen in die Kindheit oder vor die Geburt), alles was mit dem Willen des Patienten einhergeht, wird zur Verbesserung oder gar zur Heilung beitragen.

Naturheilpraxis
Roland S. Herzhauser HP
Praxis für Naturheilverfahren und Hypnosetherapien

Heuschnupfen - Pollenallergie
Allergien
Schmerzbehandlung
Raucherentwöhnung
Migränebehandung
Reinkarnationstherapie
Hypnose
Regressionen
Hypnose zur Gewichtsreduktion

Elisabethenstr. 9
88212 Ravensburg
0751 3524000
sarorv@herzhauser-rs.de

Väter und Ihre Babys – ein starkes Team

Ingrid Mathilde Sachs, Psychologische Beraterin und Tanztherapeutin

Noch vor 30 Jahren waren die Väter eher etwas unbeholfen, was die Versorgung Ihrer Babys anbelangt - dafür waren oft ausschließlich die Mütter zuständig. Doch seit einigen Jahren interessieren sich die Väter immer mehr für Entwicklung und Versorgung Ihres Babys . Dadurch werden die Mütter entlastet und der Vater genießt die Bindung zu seinem Kind. Welche Erkenntniss bringt dem Vater nun auch die pränatale Forschung ?

Zunächst einmal schauen wir uns die Entwicklung der Pränatalforschung von 1958 bis heute genauer an. In den 50-er Jahren wurde verstärkt im Bereich der Pränataldiagnostik geforscht. Der britische Geburtshelfer Ian Donald stellte erstmals ein ungeborenes Kind mit Ultraschall dar. Durch die Weiterentwicklung der Ultraschallgeräte können heute schon ziemlich genaue Angaben bezüglich der Größe und des Gewichts des Kindes gemacht werden. Auch Mehrlingsgeburten und das Geschlecht des Babys werden so festgestellt.

Von 1966 bis Anfang der 1980er Jahre wurde der Augenmerk verstärkt auf die Entwicklung invasiver Techniken gelegt. Gelang es doch seit dieser Zeit auch Fruchtwasserpunktion, sowie Nabelschnuruntersuchungen zur besseren Diagnose heranzuziehen. Die psychische Belastung solcher Untersuchungen sollte jedoch nicht außer Acht gelassen werden, da sie ja meist bei sogenannten Risikoschwangerschaften angewendet werden. Es entsteht deshalb häufig bis zu einem aussagekräftigen Untersuchungsergebnis bei der Mutter das Gefühl einer „Schwangerschaft auf Probe". Dadurch ergeben sich extreme Konflikte und Schuldgefühle, und die Unsicherheit bleibt. Wie entscheide ich nach dem Ergebnis: Schwangerschaft oder Schwangerschaftsabbruch? Es ist deshalb sinnvoll, wenn werdende Eltern vor der Untersuchung Angebote von entsprechenden Beratungsstellen in Anspruch nehmen.

Pränatale Erfahrungen prägen uns

Seit 2005 wird die Aufmerksamkeit bei der pränatalen Forschung gezielt auf den psychologischen Aspekt bei Mutter und Kind gelegt. Aufgrund zahlreicher Forschungsergebnisse kann davon ausgegangen werden, dass das spätere Temperament des Kindes von pränatalen Erfahrungen geprägt ist. Wie viel bekommt ein Kind nun wirklich mit im Mutterleib?

Bekannt ist, dass das ungeborene Kind auf Musik aber auch Stimmen von Mutter und Vater nach der Geburt reagiert und sie wieder erkennt.

Auch Stress , Ängste und Depressionen der Mutter haben einen großen Einfluss auf die Entwicklung des Kindes.

Was bedeuten diese Erkenntnisse nun aber für die Väter ?

Wenn ein Baby nach der Geburt , wie die Forschungsergebnisse zeigen, nun wohlig auf ihm bekannte Stimmen reagiert - kann sich der angehende Papa genau dies zu Nutze machen. Liebevolles Reden mit dem Kind in Mamas Bauch und eine sanfte Berührung vermitteln dem Baby das Gefühl der Geborgenheit und Anerkennung.

Nach der Geburt erkennt das Baby nun auch Papas Stimme und reagiert darauf sehr stark. Die Väter haben nun die Möglichkeit Ihre bereits bestehende Bindung zum Kind zu festigen. Die Bindung stärkt die Nähe von Papa und Kind und aktiviert das Immunsystem des Babys. Die Zugehörigkeit zu Mutter und Vater sind essentiell wichtig für die Weiterentwicklung des Babys.

Ohne Bindung sind Menschen nicht beziehungsfähig. Durch die Bindung entsteht in der kleinen Familie ein großes Vertrauen und Zugehörigkeitsgefühl.

Welche Möglichkeiten haben die Väter nun, die Bindung zum Baby zu stärken ?

Durch die Möglichkeit, dass auch Väter Elternzeit beantragen können, sind sie heute in der glücklichen Lage, schon von Beginn an für Ihre Babys da zu sein. Die Statistiken zeigen, dass die meisten Paare (61%) die Leistung in der Regel 2 Monate gemeinsam beziehen. Die Väter haben laut Statistik 2,5 Monate und die Mütter 11,4 Monate Elternzeit. Der Anteil der sogenannten Väterbeteiligung (Anteil der Kinder, deren Väter Elterngeld bezogen haben), stieg im 1.Quartal 2010 immerhin um 1,4%. Was können die Väter nun gemeinsam mit Ihren Babys tun? Zunächst einmal gibt es eine Fülle von Bildungsangeboten für Eltern und Neugeborene, oft werden solche Angebote auch von den Bundesländern gefördert, z.B. in Baden-Württemberg durch das STÄRKE-Programm. Ein 40,-€ Gutschein, den die Eltern von den Städten und Gemeinden zur Geburt Ihres Kindes bekommen und bei Elternkursen einlösen können. PEKIP-Kurse, Babymassage, Babyschwimmen, „Auf den Anfang kommt es an" - das alles sind Kurse, die die Bindung von Vätern und Babys fördern. Extrem wichtige Elemente zur Entstehung der Bindung zwischen Eltern und Baby sind der Blick- und Hautkontakt. Die Mütter können das durch Stillen erreichen, denn dabei wird das wichtige Oxytocin ausgeschüttet, ein Hormon, das die Fürsorglichkeit fördert. Moderne Forschungen haben inzwischen bestätigt, dass Väter durch die Babymassage ebenso eine Steigerung des Oxytocinspiegels erreichen können. Sie können dadurch gestärkt Ihrem elterlichen Instinkt nachgehen.

Vorteile der Babymassage für Vater und Kind

Beim Babymassagekurs für Papas werden die Signale erklärt, die ein Baby aussendet, wenn es Kontaktaufnahme möchte oder wenn es sich zurückziehen will. Der junge Vater kann so genau erkennen und respektieren, was sein Baby möchte - für sich selbst bekommt er dadurch immer mehr Sicherheit im Umgang mit dem Baby.

Wichtig ist auch der Austausch mit anderen Vätern zu Themen wie: was ist, wenn die Mutter nicht da ist und das Kind schreit - wie kann ich es dann beruhigen? Wie geht es mir jetzt mit der Verantwortung für meine Familie - was verändert sich in der Partnerschaft, sind wir jetzt nur noch „Mama und Papa"?

Die Babymassage vertieft die Bindung zwischen Vater und Kind. Sie vermittelt beiden auch

Babys genießen den engen Kontakt zum Vater
Bildquelle: Fotolia

Geborgenheit, Zugehörigkeit, Ruhe und Sicherheit. Sie verstärkt außerdem die väterliche Fürsorge für das Kind. Außerdem wird die körperliche Entwicklung des Babys gefördert, z.B. die Verdauung, Entspannungsfähigkeit, Selbstwertgefühl, aber auch die Körperwahrnehmung und bei all diesen Entwicklungen kann der Papa sein Kind tatkräftig unterstützen. Die Wahrnehmung des Vaters für sein Kind wird sensibilisiert und er fühlt sich sicher im Umgang mit seinem Kind.

Der Psychologe Tom Daly berichtet: „Bei der Massage lernen Väter Ihre Kinder in einer ganz besonderen Art und Weise kennen. Sie treten mit einem sehr tiefen Bereich des Kindes und einem sehr tiefen Bereich Ihrer Selbst in Verbindung - ihrer Fürsorglichkeit. Immer wieder werden Jungen darauf konditioniert, ab dem Alter von ungefähr 9 Jahren, diese Seite zu unterdrücken. Wenn Sie sich aber später mit ihrem Baby beschäftigen, wird dieser Teil in Ihnen wieder lebendig. Väter stellen dann fest, dass sie hervorragende Ernährer sind, wenn sie erst einmal sicher sind, dass Ihre Männlichkeit nicht beschnitten wird. Männer und Männlichkeit verändern sich. Machen wir damit weiter, Väter stärker in

Ideen zur Förderung der Bindung zwischen Baby und Eltern

Die Bindungstheorie des englischen Psychoanalytikers John Bowlby geht davon aus, dass Bindung eines der elementaren Lebensbedürfnisse von uns Menschen ist, gleichwertig mit der Nahrungsaufnahme. Schon während der Schwangerschaft beginnt ein tiefer Bindungsprozess zwischen Eltern und dem Kind. Das Neugeborene erkennt nach der Geburt die Stimmen der Eltern wieder und reagiert mit Lächeln und Wohlbefinden. Der Körper- und Blickkontakt, der Geruch, die Mimik, die zuverlässige Fürsorge, die Hormone, die Wärme und die Nahrung - all dies fördert die Bindung zwischen Eltern und Kind. Die Eltern lernen die Signale Ihres Kindes zu verstehen und das Baby lernt, dass seine Signale und Bedürfnisse Beachtung finden. Die innige Bindung zwischen Eltern und Baby fördern das körperliche, seelische und geistige Wachstum des Kindes. Kinder, die eine liebevolle Bindung zu ihren Eltern kennengelernt haben, werden zu selbstbewussten Jugendlichen.

die Kindererziehung zu integrieren. Babymassage ist eine hervorragende Möglichkeit, zu dieser Veränderung beizutragen. Jedes Mal, wenn ein Baby massiert wird, wird die Welt besser - und Väter müssen sich daran beteiligen."

„Stimmen von Vätern, die einen Babymassagekurs besucht haben:

· -„Ich bin meiner Tochter sehr viel näher gekommen"
· „Ich fühle mich sicherer im Umgang mit meinem Sohn"
· „Der Austausch mit den anderen Vätern, war sehr interessant für mich"
· „Für mich waren die Informationen im Kurs sehr wichtig und ich fühle mich vertrauter mit meinem Kind."
· „Ich bin dankbar, dass ich meinem Kind nun auch bei Koliken eine wirkungsvolle Hilfe bieten kann."
· „Es war für mich sehr schön, die Zeit mit meinem Kleinen so angenehm zu nutzen."

Schlussbetrachtungen:

Jeder Vater profitiert von einer tiefen Bindung zu seinem Kind. Forschungen belegen inzwischen: der Vater kann das Entwicklungspotential des Babys maßgeblich fördern.

Väter, die sich viel mit ihren Kindern beschäftigen, haben auch wenn die Kinder größer sind einen viel leichteren Zugang zu Ihnen. Das ist vor allem wertvolle Hilfe in der Kindergarten- und Schulzeit, aber auch in der Pubertät .

Familien BANDE
Kraftort zum werden und wachsen

- Baby und Kindermassage
- kreative ADS / ADHS Therapie
- Psycholog. Familienberatung
- Burn-Out Beratung
- Tanztherapie

Ingrid Mathilde Sachs

Grüner-Turm Straße 16
88212 Ravensburg
Telefon: 0751/ 95 86 05 07
sachs@familienbande.org
www.familienbande.org

neue Babymassagekurse für Papas wieder ab Herbst 2012

Rheuma – und was dagegen hilft

Thorsten van Bokhoven, Heilpraktiker

Der rheumatische Formenkreis umfasst Krankheiten von Gelenken, Bändern, Sehnen und Muskulatur, die zu Schmerzen und Bewegungseinschränkungen führen. Diese Krankheiten betreffen keinesfalls wie oft angenommen nur ältere Menschen, sondern können auch in mittleren und jungen Jahren auftreten.

Bei den meisten rheumatischen Erkrankungen ist nachgewiesen, daß es zu einer Überreaktion des Immunsystems kommt und dieses körpereigene Gewebe und Strukturen angreift, was zu deren Entzündung und Abbau führt.

Meine ersten Erfahrungen mit Rheuma machte ich, als meine Mutter Anfang der 90er an Primär Chronischer Polyarthritis erkrankte.
Die Krankheit schritt rasch fort und wurde schulmedizinisch mit Cortison und Schmerzmittel behandelt. Dies konnte zwar die Zerstörung der Gelenke etwas bremsen, führte aber auch bald zu den typischen Nebenwirkungen. Speziell die sich entwickelnde Pergamenthaut, die bei minimalsten Verletzungen einreißt und blutet, war erschreckend anzusehen.

Da dies keine Lebensperspektive war, entschloss sie sich zu einer Behandlung bei einem mit Stoffwechsel und Immunsystem erfahrenen Heilpraktiker, wodurch das Fortschreiten der Krankheit komplett gestoppt wurde. Bereits vorhandene Deformationen blieben logischerweise bestehen, durch das vollständige Abklingen der Entzündungen wurde dennoch die Beweglichkeit großteils wieder hergestellt.

Das überschiessende Immunsystem zu unterdrükken, sei es mit Cortison oder neuerdings durch Biologicals mag auf den ersten Blick logisch erscheinen und im akuten Schub auch durchaus hilfreich sein, eine Heilung ist es jedoch nicht. Auf Dauer kommen nicht nur massive Nebenwirkungen zur Grunderkrankung hinzu, auch die Fähigkeit zur Selbsthilfe und Eigenregulation unseres Körpers geht dabei mehr und mehr verloren.

Aus ganzheitlich-naturheilkundlicher Sicht sollte eine Therapie die Selbstheilungskräfte aktivieren und stärken und dem Körper-Geist-Energie-System Mensch die Möglichkeit zur Selbstheilung zurückgeben.

Dies kann durch verschiedene Maßnahmen erfolgen:

Ausleitung

Der heutige Mensch ist einer Vielzahl von Giftstoffen ausgesetzt, die es vor hundert Jahren noch gar nicht gegeben hat und nimmt durch raffinierte, konservierte und überzuckerte Nahrung ein großes Maß an Säurebildnern auf. Die hochkomplexen Vorgänge in unseren Zellen, in Stoffwechsel und Immunsystem funktionieren jedoch nur innerhalb einer sehr kleinen Bandbreite des ph-Werts optimal und können durch die unterschiedlichsten Schadstoffe gestört werden. Deshalb sind es Grundpfeiler jeder ursächlichen Therapie, daß einerseits die Ausscheidungsorgane unterstützt und angeregt werden und andererseits der Übersäuerung entgegengewirkt wird.

Dies kann durch eine Kombination verschiedener Maßnahmen, wie der Einnahme von pflanzlichen und mineralischen Präparaten, Injektionen und auch Anwendungen wie z.B. Basenbädern, erreicht werden.

Symbioselenkung/Darmsanierung

Der Körper eines erwachsenen Menschen besteht aus etwa 100 Billionen Zellen. Die Anzahl der auf und in uns lebenden Mikroorganismen ist jedoch mehr als zehn mal so hoch! All diese Organismen haben einen eigenen Stoffwechsel mit dem sie wiederum unseren Stoffwechsel und unser inneres Millieu beeinflussen.

Vor allem die Besiedlung unseres Darmes (in dem sich fast 80% unseres Immunsystems befinden) ist bedeutsam; die richtige oder falsche Besiedlung kann großen Einfluss auf unsere Gesundheit haben.

Blutegelbehandlung

Bereits im alten Ägypten wurde die heilsame Wirkung des Blutegels hoch geschätzt. Während

diese zu früheren Zeiten vor allem auf den mit der Behandlung verbundenen Aderlass zurückgeführt wurde, hat die moderne Medizin heute diverse vom Egel abgegebene Wirkstoffe identifiziert, die auch in verschiedenen schulmedizinischen Medikamenten zum Einsatz kommen. Die Kombination an Wirkstoffen der „biologischen Apotheke“ Egel ist jedoch einzigartig.

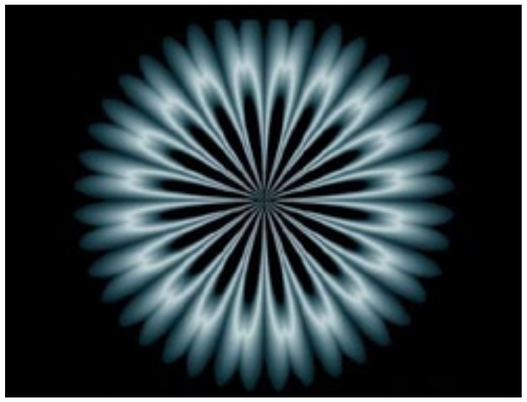
Die Liste der erfolgreich mit Blutegeln behandelten Leiden ist lang und reicht von Tinnitus bis Krampfadern. Vor allem aber bei akuten und chronischen Schmerzen der Gelenke ist der Blutegel ein fantastischer Helfer. Meist reicht eine einzige Behandlung für eine deutliche Schmerzminderung, die oft Monate anhält – und das ohne Nebenwirkungen!

Eine Behandlung dauert etwa ein bis zwei Stunden. Der Egel wird an der zu behandelnden Stelle angesetzt, saugt sich fest und sägt sich vorsichtig in die Haut ein. Dies wird meist als kitzeln oder ziehendes Gefühl empfunden und ist wie das anschliessende saugen schmerzfrei. Wenn der Egel satt ist, fällt er von alleine ab und die kleine Bisswunde blutet noch etwa 12 – 24 Stunden leicht nach (Verband erforderlich).

Der schmerzstillende Effekt tritt meist direkt nach der Behandlung ein.

Selbstverständlich werden Egel heute nicht mehr selbst im Teich gesammelt, sondern stammen aus kontrollierter Zucht. Sie sind als Fertigarzneimittel eingestuft und unterliegen den gleichen Anforderungen wie alle zulassungspflichtigen Arzneimittel.

Respektvoller Umgang mit Blutegel in der Naturheilpraxis
Bildquelle: Privat



Hypnose

Die Realität der therapeutischen Hypnose hat nur wenig mit dem durch Hollywoodfilme und Fernsehshows verbreiteten Bild zu tun. Dennoch kann eine hypnotherapeutische Behandlung bei Rheuma sehr hilfreich sein.

Einerseits ermöglicht Hypnose eine effiziente Schmerzbehandlung. Diese ist auch oft dann noch wirksam, wenn selbst schwerste Schmerzmittel nicht mehr greifen.

Noch wertvoller ist aber die Möglichkeit mit Hypnose unbewußten Krankheitsursachen auf die Spur zu kommen und die inneren Heilkräfte zu aktivieren. Denn auch wenn Rheuma keine psychische Erkrankung ist, hat sie wie alle chronischen Krankheiten eine deutliche psychische Komponente (Stichwort: Psychoneuroimmunologie).

Die tiefe Entspannung von Körper und Geist die in Hypnose möglich wird, ist nicht nur überaus wohltuend, sondern kann auch direkt heilsam wirken. Heute weiß man z.B., daß bei an rheumatoider Arthritis erkrankten Menschen die Muskeln um die erkrankten Gelenke eine deutlich höhere Spannung aufweisen als anderswo. Entspannung reduziert nicht nur den Schmerz, sondern führt auch direkt zu einer besseren Ver- und Entsorgung des betroffenen Gebietes durch Blut und Lymphe.

Neuraltherapie

In den zwanziger Jahren des letzten Jahrhunderts wurde von den Brüdern Huneke die Möglichkeit wiederentdeckt, Lokalanästhetika nicht nur zur Schmerztherapie sondern auch zur Heilung einzusetzen.

Die therapeutische Wirkung beruht auf zwei Mechanismen:

Dem sog. kuti-viszeralen Reflexweg: Unserem Rükkenmark entspringen beidseitig 31 Paare von Nervenwurzeln, die jeweils bestimmte Gebiete unseres Körpers, sogenannte Segmente, versorgen. Hierbei nutzt die Neuraltherapie die Tatsache, daß Haut, Organe, Muskeln, Nerven und Gefäße eines Segments als Einheit reagieren und so durch eine kleine Injektion Einfluss auf das gesamte Segment und den gigantischen Informationsfluss in unserem Körper genommen werden kann.

Der Beseitigung von Störfeldern: Gesunde Zellen haben an ihrer Membran eine elektrische Spannung von 40 – 90 Millivolt. Je höher diese Spannung, desto größer muß ein Reiz sein, damit die Zelle reagiert und Erregungsimpulse aussendet.

Bei einer kranken Zelle ist diese Spannung niedriger und es genügt schon ein wesent- lich kleinerer Reiz – mit der Folge - daß es zu Störimpulsen und Problemen im Informationsfluss unseres Organismus kommt.

Durch die Injektion von Procain oder ähnlichen Substanzen in ein betroffenes Gebiet werden die Zellen dort „hyperpolarisiert“, d.h. Ihre Spannung auf deutlich über 90mV angehoben. Gleichzeitig wird der Zellstoffwechsel massiv gesteigert und die Zellen befreien sich von Giften und Schlacken. Passiert dies in ausreichendem Maße, stabilisiert sich die Zelle auf einem normalen Spannungsniveau und arbeitet wieder harmonisch im Gesamtsystem Mensch mit.

Gerade bei Muskelrheuma hat sich Neuraltherapie in Verbindung mit Mitteln welche die Mikrozirkulation (den Blutfluss in kleinen und kleinsten Gefäßen) verbessern, bewährt.

Abschliessend kann gesagt werden, daß komplementärmedizinische Methoden weit über Motivation zur Bewegung, Ernährungsberatung und der Verordnung von Weihrauch und Teufelskralle hinausgehen und eine wirklich ursächliche Behandlung ermöglichen.

Thorsten Willem van Bokhoven

Heilpraktiker und Hypnosetherapeut

Behandlungsschwerpunkte:

- Ängste und Phobien
- Krankheiten des Stoffwechsels und Immunsystems
- Psychosomatische Erkrankungen

Elsterweg 33 88094 Oberteuringen 0177 552 1947

www.Heilpraxis-Bokhoven.de

Kompetente Klienten

Angelika Baudisch-Kunze, Schulleiterin

Die Herausforderungen für den Einzelnen und die Gesellschaft sind größer geworden. Das bedeutet auf der einen Seite mehr Stress, wachsende Existenzängste, Risiken für Gesundheit und für berufliche Prosperität. Auf der anderen Seite werden dadurch kreative Impulse geweckt und neue Möglichkeiten erschlossen.

Ein Aktivposten für eine hoffnungsvolle Zukunft sind die in den letzen Jahrzehnten gewonnenen Erkenntnisse der praktischen Psychologie. Ihr gemeinsamer Nenner sind Antworten auf die Fragen: Welche Kompetenzen ermöglichen dem Einzelnen oder einer Gemeinschaft, zufriedenstellende Ergebnisse zu erzielen? Und: Wie lassen sich diese mentalen und psychischen Fähigkeiten gezielt fördern?

Der neue Ansatz ist, dass Psychotherapie und Coaching Klienten befähigen, sich selbst zu helfen und selbstständig Probleme zu lösen. Nicht der passive Patient, der sich behandeln lässt, ist gefragt, sondern Menschen, die Herausforderungen in ihrem Leben annehmen und ihnen erfolgreich begegnen.

Gelingende Beziehungen und Erfolg im Beruf hängen davon ab, ob jemand frei über seine Energien verfügen kann, ob er konstruktive Ziele entwirft und weiß, wie er persönliche Schwächen in Stärken verwandeln kann. Das gilt auch in der Psychosomatik. Ob jemand gesund ist oder wieder gesund wird, ist nicht zufällig. Es gibt eine Gesundheits-Kompetenz, die sich erlernen lässt.

Dafür sind Verfahren geeignet, die lösungsorientiert und systemisch arbeiten, die vorhandene Ressourcen der Klienten aktivieren und auf Kompetenzen abzielen. So geförderte Klienten beginnen schon nach wenigen Sitzungen, ihre Situation zum Positiven zu verändern, sich wohlzufühlen und Selbstvertrauen aufzubauen.

Die Integrierte Lösungsorientierte Psychologie (ILP®) ist eine Kombination systemisch-lösungsorientierter Methoden, die seit 2008 auch wissenschaftlich anerkannt sind. ILP®-Therapeuten arbeiten im Sinne eines Coachings, anerkennend, aufbauend und motivierend. So gewinnen Klienten Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, lernen auf eigenen Beinen zu stehen und zuversichtlich ihr Leben zu gestalten.

Zur Geschichte der ILP®

Dr. Dietmar Friedmann, Begründer der Integrierten Lösungsorientierten Psychologie, kann auf einen reichen Erfahrungsschatz zurückgreifen: Berufserfahrungen als Stahlbaukonstrukteur; Philosophie-, Literatur-, Psychologie- und Pädagogikstudium in Stuttgart, sieben Jahre Lehrer an einer ländlichen Hauptschule, Zweitstudium an der Universität Heidelberg in den Fächern Erziehungswissenschaft, Psychologie und Philosophie. Auf diese recht unterschiedlichen Erfahrungen führt er die drei Prinzipien zurück, die seine weiteren Tätigkeiten bestimmten: Erfolgreiches Handeln muss angemessen organisiert und institutionalisiert sein, praktische Psychologie benötigt ein ganzheitliches, ökologisches Wissen, Qualität ist zu erzielen durch permanente Verbesserung.

Bei der Arbeit an seiner Dissertation entdeckte Dr. Friedmann 1975 die Eigengesetzlichkeit der drei Lebensbereiche Beziehung, Erkennen und Handeln. 1980 begann er eine prozessorientierte Persönlichkeitstypologie zu entwickeln. In den folgenden zehn Jahren lernte Dr. Friedmann NLP und die Lösungsorientierte Kurztherapie kennen und damit arbeiten. Parallel dazu erfolgte die Entwicklung der Systemischen Kurztherapie und er begann, diese lösungsorientierten, tiefenpsychologischen und systemischen Verfahren zu integrieren. Bei der Arbeit an seinem Buch ‚Integrierte Kurztherapie' entdeckte Dr. Friedmann 1996 das Integrations-Dreieck, die Grundlage der Integrierten Lösungsorientierten Psychologie. In den letzten Jahren seiner Ausbildungstätigkeit entwickelte er ein Autonomie-Training, das ILP® ergänzt.

ASP Consulting GmbH
Accounting • Service • Personal

- Personalabrechnung
- Businessplanung
- Existenzgründerberatung
- Buchhaltungshilfe

Sie suchen nach einer kostengünstigen Lösung für Ihre Buchhaltung?

Wir richten Ihnen Ihr eigenes Buchhaltungsprogramm ein und schulen Sie gerne bei Ihnen direkt vor Ort. Nach dem zweiten gebuchten Monat sind Sie selbstständig in der Lage, Ihre Buchhaltung zu erledigen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Kemptener Str.8
88131 Lindau (B)
info@asp-gmbh.li
www.asp-gmbh.li
Telefon: 08382 - 709 900
Telefax: 08382 - 709 920

ILP – Leben zum Gelingen bringen

ILP®
Integrierte
Lösungsorientierte
Psychologie

Ausbildung in Psychotherapie und Coaching

Starttermin Eriskirch-Moos: 10.11.2012

Infotermine

Eriskirch-Moos
- Samstag, 06.10. und 20.10.2012 (jeweils 16:00 - 18:00 Uhr)
- Dienstag, 30.10.2012 (19:00 - 21:00 Uhr)

Inselhalle Lindau (Tag der Naturheilkunde)
- Sonntag, 14.10.2012 (11:00 - 18:00 Uhr)

http://www.ilp-fachausbildung-friedrichshafen.de
☎ 07571 - 645 285

A. Baudisch-Kunze
(Schulleitung)

"Ich engagiere mich für ILP®, weil mich die persönlichkeitsspezifische, ganzheitliche Wirkungsweise überzeugt.
Ich bin fasziniert, dass sich in der ILP®-Arbeit mit Klienten, die Begriffe 'kurz' und 'intensiv' nicht ausschließen."

Veranstaltungen

Naturheilverein Bodensee e.V.

Vorträge

Friedrichshafen

Reinkarnation
Graf-Zeppelin-Haus, Graf-Soden-Zimmer,
Olgastr. 20, 88045 Friedrichshafen
Dienstag, 02.Oktober, 20 Uhr
Roland S. Herzhauser
Heilpraktiker und Buchautor

Transformator Homöopathie
Graf-Zeppelin-Haus, Kapitän-Lehmann-Zimmer,
Olgastr. 20, 88045 Friedrichshafen
Dienstag, 30.Oktober, 20 Uhr
Hans Christian Hinne
Heilpraktiker, Dozent, Trainer, Coach

Die Weisheiten der Hildegard von Bingen und ihre praktische Anwendung im Alltag
Graf-Zeppelin-Haus, Kapitän-Lehmann-Zimmer,
Olgastr. 20, 88045 Friedrichshafen
Dienstag, 13.November, 20 Uhr
Jutta I. Martin
Ernährungsberatung nach Hildegard von Bingen

Angst vor der Zukunft - Aktuelle Weltsituation
Graf-Zeppelin-Haus, Kapitän-Lehmann-Zimmer,
Olgastr. 20, 88045 Friedrichshafen
Dienstag, 04.Dezember, 20 Uhr
Brigitte Jutta Bennewies
Seminarleiterin, Coach

Lindau

Selbstheilungskräfte aktivieren
Inselhalle Lindau, Zwanziger Str. 12, 88131 Lindau
Mittwoch, 19.September, 20 Uhr
Karl Rosenberger

Wie gesund ist unser Wasser?
Haus Rosenberger, Conrad-Forster-Str. 6,
88149 Nonnenhorn
Mittwoch, 17.Oktober, 20 Uhr
Annette U. Kröhl
med. techn. Radiologieassistentin, Wasserexpertin

Bewegungen der Liebe
Inselhalle Lindau, Zwanziger Str. 12, 88131 Lindau
Mittwoch, 14.November, 20 Uhr
Hans-Peter Regele
Dipl. Heilpädagoge und Heilpraktiker

Transformation von Mensch und Erde
Inselhalle Lindau, Zwanziger Str. 12, 88131 Lindau
Mittwoch, 05.Dezember, 20 Uhr
Oswald Schrey

Ravensburg

Reinkarnationsanalyse
Mehrgenerationenhaus, Herrenstr. 43,
88212 Ravensburg
Dienstag, 25.September, 19 Uhr
Magdalena Heiberger

Astropsychologische Lebensberatung
Mehrgenerationenhaus, Herrenstr. 43,
88212 Ravensburg
Dienstag, 23.Oktober, 19 Uhr
Oswald Schrey

Quantenheilung mit Matrix-Methode
Mehrgenerationenhaus, Herrenstr. 43,
88212 Ravensburg
Dienstag, 27.November, 19 Uhr
Mirjana Allweier
Heilpraktikerin/Psychotherapie,
Gesundheitsberaterin, Mental-Coach

Seminare

Anmeldung und Informationen unter
www.naturheilverein-bodensee.de/seminare

Leben aus der Fülle
Schlemmerwochen nach Hildegard von Bingen
Haus Elisabeth, 87527 Ofterschwang
Erste Woche: 24.09 - 29.09, 525,-€ mit Vollpension
Zweite Woche: 29.09 - 04.10, 525,-€ mit Vollpension
Jutta I. Martin
Ernährungsberatung nach Hildegard von Bingen
Hans Christian Hinne
Heilpraktiker, Dozent, Trainer, Coach

Winterfest - Gesund in die kalte Jahreszeit
Haus Schönenberg, 73479 Ellwangen
01.11 - 07.11, 552,-€ mit Vollpension
Jutta I. Martin
Ernährungsberatung nach Hildegard von Bingen
Hans Christian Hinne
Heilpraktiker, Dozent, Trainer, Coach

Gesundheitstreffs

Friedrichshafen

Schlossgarten-Restaurant, Friedrichsstr. 1,
88045 Friedrichshafen
jeweils Donnerstag ab 20 Uhr

Cranio-Sacrale-Therapie:
Wirkung & Anwendungsgebiete
27.September
Gabriele Rosenberger

Einführung in EFT (Energie-Psychologie /-Medizin) zur Selbsthilfe mit praktischen Übungen
25. Oktober
Oswald Schrey

Rheuma - und was man dagegen tun kann
08.November
Thorsten van Bokhoven

Lindau

Restaurant am See, Zwanziger Str. 12, 88131 Lindau
jeweils Donnerstag ab 20 Uhr

Wie wirken Farben auf Körper, Geist und Seele?
20.September
Ingrid Mathilde Sachs

Unser Blut - Spiegelbild des Lebens
18.Oktober
Ingrid Richter-Athenstädt

Systemische Aufstellungen:
Möglichkeiten & Grenzen
15.November
Karl Rosenberger

Ravensburg

Hotel-Gasthof „Goldene Uhr", Saarlandstr. 44,
88212 Ravensburg
jeweils Montag ab 20 Uhr

Was sagen Engel zum Aufstieg der Erde 2012?
03.September
Brigitte Jutta Bennewies

Träume
01.Oktober
Thorsten van Bokhoven

Spagyrik, Aromatherapie
05.November
Martin Mutschler

Kleinanzeigen

Seminare

Erleben Sie eine **Woche nach der Hildegard von Bingen** und machen Sie sich **winterfest**! Informieren Sie sich und melden Sie sich gleich an unter www.naturheilverein-bodensee.de/seminare

---

Hier könnte Ihr Text stehen, qui utem velique comnimus aut ut voluptae qui bea que et aut verae. Et autaestio molum la doluptae sinum id quis ulluptassime dolupta. Cea pellore volorit atiaspisto expliquam ent ut aspelit odit.

Vorträge

ADS/ADHS und Homöopathie
Vortrag am 22.10.2012
Burnout Prävention für Eltern
Vortrag am 19.11.2012
Zeit: jeweils 19 - 20.30 Uhr
Praxis Familienbande, Grüner-Turm-Str. 16, 88212 Ravensburg
Telefonische Voranmeldung erbeten: 0751 / 95 86 05 07

Workshops

Kreativ Werkstatt für Kinder von 5 -8 Jahren
Kreativ Werkstatt für Kinder von 9- 12 Jahren
Infos bei:
Praxis Familienbande, Grüner-Turm-Str. 16, 88212 Ravensburg
0751 / 95 86 05 07 oder
www.familienbande.org
sachs@familienbande.org

Ausbildung

Hier könnte Ihr Text stehen beaqui dolorum utes aborem eatia con rem a et aut quisti di inum et qui conet id eliaestis doluptur, seque rersper chitet omnis prat volorit minvelenda cum iliquam, cusci doluptatende iunti soluptur. At pos ut omniaturis rerferovidel issitat iation num enecto is quae magnatquiate volorepudae eum ut odipsunt eumqui temquist officab orectorumqui coriatquam doloratem quis sum si dolupta commos minum fugiandebit, conse et harunt pratiorro volore re omnimin ienistrum

---

Quia volo optinte el **issimaximus** doluptatur autem quiatum estibus cipsandamus nam in eosam sapel ini cone coresen ihiciis in.

Mietgesuche

Wohnung/Haus mit mind. **4 Zimmer** im **Raum Sonthofen**/Blaichach gesucht. Möglichkeit zur Praxisnutzung dringend erforderlich. Wünschenswert: Erdgeschoß, Gästetoilette, Parkmöglichkeit 08321 / 7807752, post@hc-hinne.de

Verschiedenes

Nach dem Motto **„Essen Sie sich gesund"** finden Sie nach den Empfehlungen der **Hildegard von Bingen** ein umfangreiches Sortiment an Kräutern, Kräuterweinen, Cremes, Tees und Literatur in meinem online shop unter
www.divera.org
Jutta I. Martin - Ernährungsberaterin nach Hildegard v. Bingen

---

Auch hier könnte Ihr Text stehen quaspedic to to tem fugiant poriore minimpo?
At pos ut omniaturis rerferovidel issitat iation num enecto is quae magnatquiate volorep.

Ihre Kleinanzeige

Gestalten Sie Ihre eigene Kleinanzeige. Wählen Sie Ihre Rubrik(en) und senden Sie uns Ihren Text.
Buch- und zahlbar ist jede angefangene Zeile jeweils einspaltig (ca. 30 Zeichen inkl. Leerzeichen). Gültig ist nur Text!
Preis pro Zeile: 3,10€

Naturheilverein
Bodensee e.V.
Wackerstr. 47b
88131 Lindau

Stichwort: SALVE-Kleinanzeige

salve@naturheilverein-bodensee.de
www.naturheilverein-bodensee.de

Besuchen Sie unsere

Seminare

gemeinsam erfahren

zusammen erleben

miteinander austauschen

www.naturheilverein-bodensee.de/seminare

Impressum

Salve - Ihr Gesundheitsgruß

Herausgeber: Naturheilverein Bodensee e.V.

Vereinssitz: Wackerstr.47b , 88131 Lindau, 08382 / 942747, Fax: 08382 / 946829

Vorsitzender: Hans Christian Hinne, Westerhofen 7, 87527 Ofterschwang, 08382 / 2740611

2. Vorsitzende: Jutta Isabella Martin, Am Haldenrain 8 , 78343 Gaienhofen

Schatzmeisterin: Edith Varadi, Brahmsweg 7, 88074 Meckenbeuren, 07542 / 979525, Fax: 07542 / 979528

Bankverbindung: Sparkasse Ravensburg, BLZ 650 501 10, Konto 482 320 50

Internet: www.naturheilverein-bodensee.de

Redaktion und Gestaltung: Hans Christian Hinne

Kontakt: salve@naturheilverein-bodensee.de oder über den Vereinssitz

Auflage: 3.000 kostenfreie Exemplare

Verbreitungsgebiet: SALVE wird an alle Vereinsmitglieder überregional versendet und im deutschen und österreichischen Bodenseeraum, sowie Allgäu und Oberallgäu verteilt

Titelbild / ungekennz. Bilder: Fotolia, Privat

Haftung und Gerichtsstand: Die Inhalte unserer Seiten wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte können wir jedoch keine Gewähr übernehmen. Die Verantwortung für die Inhalte der Anzeigen und angegebener Internetadressen, sowie die Verfügbarkeit der e-mail-Adressen liegt ausschließlich beim jeweiligen Inserenten/Betreiber. Soweit auf unseren Seiten personenbezogene Daten (beispielsweise Name, Anschrift oder e-Mail-Adressen) erhoben werden, erfolgt dies soweit möglich stets auf freiwilliger Basis. Der Nutzung von im Rahmen der Impressumspflicht veröffentlichten Kontaktdaten durch Dritte zur Übersendung von nicht ausdrücklich angeforderter Werbung und Informationsmaterialien wird hiermit ausdrücklich widersprochen. Wir behalten uns rechtliche Schritte im Falle der unverlangten Zusendung von Werbeinformationen, etwa durch Spam-Mails, vor. Gerichtsstand ist Lindau.

Vorschau

In der nächsten Ausgabe finden Sie folgende Artikel.

Impfen aus homöopathischer Sicht

Impfungen als Isopathisches Mittel zur Vorbeugung von schwerwiegenden Krankheiten sind ein umstrittenes Thema. Viele Fragen sind bei Eltern, wie auch anderen Erwachsenen offen geblieben. Wo genau die Risiken und auch Vorteile im Sumpf der Diskussionen verborgen bleiben, soll hier beleuchtet werden. Erfahren Sie, was für Möglichkeiten die Homöopathie bietet und wo sich der gemeinsame Denkansatz der chemischen Impfungen von dem des homöopathischen trennt.

Energetisches Wasser kann Heilen!

Wasser ist nicht gleich Wasser. Seit Jahrzehnte setzt sich der Dipl. Wasserforscher Peter J. Pejot mit der Materie Wasser auseinander. Seine Erfahrungen und zahlreichen Versuche mit dem Medium Wasser erbringen neue Erkenntnisse zum Medium "Lebenselixier Wasser" und senden die Botschaft " Nur energetisches Wasser wird von Zellen aufgenommen und gespeichert".
Als Mitglied und Mitausrichter der Wassersymposiums der DGEIM sind auch daraus neueste Erkenntnisse in dem Artikel zu erfahren.

„Unser täglich Brot" - Die Bedeutung des Dinkels bei Hildegard von Bingen.

Bis vor hundert Jahren diente Getreide auf der ganzen Welt als wichtigstes Grundnahrungsmittel. Bei uns in Europa waren es vor allem Roggen, Weizen, Dinkel, Gerste und Hafer. Kaum ein anderes Nahrungsmittel enthält alle lebensnotwendigen Stoffe in einem solch ausgewogenen Verhältnis wie das Getreide.
Hildegard von Bingen hat vor fast tausend Jahren bereits erkannt, dass die Lebensmittel als tägliche Medizin eingesetzt werden sollen.

Sonett – so **gut**

Ö K O L O G I S C H K O N S E Q U E N T

NEU

reddot design award winner 2012

Das neue Erscheinungsbild von Sonett hat den renommierten red dot award für herausragende Gestaltung gewonnen. Eine internationale Jury hat Sonett „für wegweisendes und smartes Design, das Trends setzt, ausgezeichnet". Design: Studio Lierl

GUT: Sonett ist zertifiziert mit dem Siegel STOP CLIMATE CHANGE. Es ist der höchste Standard für umfassende CO_2-Analyse und -Zertifizierung. Das Siegel gewährleistet die Analyse des gesamten Unternehmens in Bezug auf CO_2-Emissionen und volle Transparenz der CO_2 verursachenden Prozesse. Die Analyse zeigt, dass durch Heizung und elektrische Energie bei Sonett nahezu keine CO_2-Emissionen erzeugt werden. Mehr Informationen unter **www.sonett.eu**

Certified by Certisys eco-control.com Reg. by Vegan Society

Klimafreundliches Unternehmen nach STOP CLIMATE CHANGE Standard

Renate Künast überreicht auf der Biofach 2012 in Nürnberg das Zertifikat „Stop Climate Change" den beiden Geschäftsführern Gerhard Heid und Beate Oberdorfer.

sonett

ÖKOLOGISCH KONSEQUENT