


Naturheilpraxis Viñals



Yvonne Viñals-Gerken
Jeanette Viñals Stein
Thorsten Fischer

Naturheilverfahren & Osteopathie

Telefon 0511 123 65 53

Eleonorenstr. 18 30449 Hannover
www.naturheilpraxis-vinalds.de

Heilpraktiker-Praxis

Kirstin Fossgreen
Thomas Franke



Colon-Hydro-Therapie

Darmreinigung und Darmaufbau

Limmerstr. 2d (Küchengarten) - 30451 Hannover
Tel. 0511- 45 48 34 - www.heilpraktiker-linden.de

Wohnungsgenossenschaft Selbsthilfe Linden e.G.



Großkopffstr. 6 • 30449 Hannover
Tel. 0511-45 44 44 • Fax 0511-590 252 85
Internet: www.Selbsthilfe-Linden.de
Bürozeiten: Di 14-16 Uhr • Mi 10-12 Uhr • Do 16-18 Uhr

genossenschaftlich wohnen

TANGO ARGENTINO

TANGO

Verführung zum Tango:
Sonntags 15 Uhr

Jeden 1. Wochenende
Anfängerkurs über
zwei Tage Sa/So 12-15h

MILIEU

Ökologischer Gewerbehof • Linden-Nord
Eingang Leinaustr./Berdingstr. • Tel. 44 02 02

Tabak - Papier Getränke - Lotto Zigarren

aus Honduras, Kuba, Dominikanische Republik, Kanarische Inseln und Nicaragua in guter Auswahl vorrätig.

Zigaretten-Tabak

Feinschnitt, hell & dunkel, 200g 15,45 €

Fritz Kivelitz Posthornstr. 30

Nähe Lind. Markt • Tel. 44 53 80

Wir sind **jederzeit für Sie da.**
Auch nachts, sonn- und feiertags.
Rufen Sie an. Wir beraten Sie gern.

☎ 92 99 10

Teichstraße 5, Limmerstraße 74,
Göttinger Chaussee 173, Mühlenbergzentrum 5a,
Badenstedter Straße 201,
www.lautenbach-bestattungen.de



Gebr. Lautenbach BESTATTUNGEN

Anzeigenverkauf: Tel. 0511-210 40 43

Kinder in der Naturheilpraxis:

Trend zur „sanften Medizin“ hält an

Immer mehr Menschen wünschen sich im Erkrankungsfall eine natürliche und nebenwirkungsarme medizinische Behandlung, wobei besonders Eltern auf die gute Verträglichkeit von Medikamenten für ihre Kinder achten. Als im Jahre 2004 die Ergebnisse einer repräsentativen Umfrage des Forschungsinstituts Emnid zum Thema Naturmedizin ausgewertet wurden, zeigte sich deutlich der seit den 1970er Jahren ungebrochene Trend zur „sanften Medizin“ (80% Akzeptanz im Vergleich zu 65% in der Allensbachstudie von 1997, vgl. Naturmedizin im Spektrum 03/04).

Gerade für die im Kindesalter gehäuft auftretenden leichten bis mittelschweren Erkrankungen hat die Naturheilkunde ein ausreichendes Repertoire an geeigneten Mitteln zu bieten, welche die Selbstheilungskräfte zu stärken und aktivieren vermögen, ohne einfach die störenden Symptome chemisch zu unterdrücken. Interessant ist die

wissenschaftliche Anerkennung der Tatsache, dass die Erfolge der Naturmedizin sich neben körperlichen Erkrankungen auch auf Lern- und Verhaltensstörungen erstrecken, wie eine aktuelle Studie aus England (2006) zeigt, bei der die symptomvermindernde Wirkung von mehrfach ungesättigten Fettsäuren bei kindlichen Leseschwächen und Aufmerksamkeitsdefiziten mit Hyperaktivität (ADHS) nachgewiesen werden konnte.

Eltern informieren sich im Internet, lesen Ratgeber über Heilpflanzen oder Homöopathie und lernen dabei Symptome wie Durchfall, Erbrechen oder einfache gripplale Infekte als eine Form von „Helfer“ im Selbstreinigungsprogramm des Körpers zu betrachten, die gleichzeitig eine Stimulation des kindlichen Immunsystems bewirken. Bei leichten und bekannten Beschwerden kann auch eine Selbstbehandlung durchaus sinn-

voll sein, während bei heftigen oder anhaltenden Symptomen der Weg zur Heilpraktikerin nicht gescheut werden sollte.

Für die naturheilkundliche Behandlung von Kindern in der Praxis gelten zunächst die gleichen Grundsätze wie für jeden Menschen, nämlich die Entschlackung und Entgiftung des Organismus sowie die Reduzierung von Stoffwechselbelastungen durch eine gezielte Ernährungsweise. Darüber hinaus sind Disharmonien in der Umwelt des Kindes auszumachen und – wenn möglich – zu beseitigen. Weil vor allem jüngere Kinder kaum in der Lage sind, ihre Beschwerden genau zu lokalisieren oder seelischen Stress als solchen wahrzunehmen, muss die Heilpraktikerin sich nicht nur mit den im Kindesalter vorkommenden Krankheiten gut auskennen, sondern ihr Vorgehen den kindlichen Bedürfnissen anpassen, um wirkungsvoll untersuchen und helfen

zu können. Weil ein Kind auch „versteckte“ Spannungen und Sorgen erspürt und darauf reagiert, ist eine der wichtigsten Säulen bei der Heilbehandlung von Kindern – neben der Betrachtung der Beschwerden und der Untersuchung der kleinen Patienten – die klärende Gespräche mit den Eltern. Manchmal können familiäre Strukturen nämlich ungewollt kindliche Störungen begünstigen oder erhalten. In diesen Fällen kann gemeinsam mit den Eltern behutsam eine mögliche Lösung erarbeitet werden. Manchmal ist es sinnvoll, eine Bezugsperson gleichzeitig zu behandeln, etwa mit den passenden Blütenessenzen oder der Gabe von homöopathischen Einzelmitteln, die sich in der Behandlung von (Teil-)Familien bereits vielfach bewährt haben.

Weiterführend berät Sie in Linden gerne das Team der Naturheilpraxis Viñals, Eleonorenstraße 18, 30449 Hannover, Tel. 0511-123 65 53, sowie andere Naturheilpraxen.

Darmreinigung mit der Colon-Hydro-Therapie:

Das Gehirn im Zentrum des Leibes – Wellness aus dem Bauch

Was in Asien schon lange bekannt ist, wird im Westen gerade entdeckt. Ein wesentliches Bewusstseins- und Energiezentrum befindet sich in unserem Bauch. Die westliche Medizin spricht seit einigen Jahren vom „Bauchhirn“. Die Yoga-Traditionen Indiens bezeichnen es als Nabel-Chakra, die chinesische Medizin als Dantien.

Unser Darm ist die eigentliche Quelle unseres Gleich- oder Ungleichgewichtes. Unsere heutigen Lebensumstände mit den vielfältigen Reizen, Defiziten an Bewegung, überreichlicher aber meist minderwertiger, denaturierter Nahrung, Umweltgifte und bestimmter Medikamente führen zu einer nachhaltigen Schädigung. Das Verdauungssystem erlahmt, Aufnahme- und vor allem Ausscheidungsmechanismen versagen, das Bauchhirn wird permanent über-

lastet, überreizt. Die normale Flora des Darmes gerät zunehmend in völlige Schiefelage. Die Schleimhaut des Darmes, das wichtigste Bollwerk unseres Immunsystems, kann ihren Aufgaben nicht mehr gerecht werden. Sie erkrankt, entzündet sich, wird durchlässig für Elemente, die sie eigentlich abwehren und der Ausscheidung zuführen soll. Alte und verklebte Verdauungsreste setzen sich in den Darmfaltungen ab. Dadurch wird das Milieu im Darm verändert und Bakterien und Pilze siedeln sich an, die durch Gärungs- und Fäulnisprozesse Giftstoffe freisetzen. Diese belasten den Körper und rufen diverse Erkrankungen oder unspezifischen Symptomen wie Müdigkeit, Konzentrationsstörungen, Blähungen, Völlegefühl hervor.

Der gesamte Magen-Darm-Trakt wird von Nervengeflechten durch-

zogen. Diese Nervengeflechte haben alles, was ein Gehirn ausmacht: es denkt und lenkt. Das Bauchhirn kann seine Daten selbst verarbeiten und auswerten, gibt Nachbarorganen Anweisungen und koordiniert die Infektabwehr. 70 % aller Abwehrzellen sitzen im Darm und sind dort direkt mit dem Nervengeflecht des Darmes verbunden. 90 % der Nervenstränge verlaufen vom Bauch zum Kopf, nur 10 % umgekehrt. Das heißt, der Bauch informiert ständig den Kopf. Unbewusst erleben wir dies manchmal als Intuition, wir tun etwas einfach „aus dem Bauch heraus.“

Die bei weitem wirksamste Methode der Darmreinigung stellt die Colon-Hydro-Therapie dar. Über ein geschlossenes System wird Wasser in verschiedenen Temperaturen in den Darm gebracht und der gelöste Darminhalt durch einen Abfluss-

schlauch abgeleitet. Die Spülungen werden mit einer sanften Bauchmassage unterstützt, die Verhärtungen im Darm lösen hilft und das Nervensystem des Darms entspannt. Es entstehen weder für den Patienten noch für den Therapeuten unangenehme Begleiterscheinungen (Gerüche etc.). Nur ein gesunder Darm kann unsere Nahrung gut verwerten, ohne eine ständige Reizung des Bauchhirns zu verursachen. Und das können wir schon vom Kopfhirn: Ein ständig gereiztes Hirn, macht schlechte Laune während entspannte Nerven Wohlfühle verursachen und vielen Belastungen die Schwere nehmen.

Vortrag: „Gesundheit aus dem Darm“ am 27.09. 19.00 in der Heilpraktiker Praxis Fossgreen & Franke, Limmerstr. 2d. Kosten 10 Euro. Anmeldung und weitere Informationen unter Tel.: 0511-454834.

Buchvorstellung: Von der Seele schreiben

Im Prozess des Schreibens den Zugang zu den Gefühlen finden

Dieses Buch liegt eine sehr einfache Absicht zugrunde: Es möchte die Leser und Leserinnen befähigen, sich selbst zu helfen. Wenn wir den verschlungenen Pfaden unseres Lebens folgen, so benötigen wir Werkzeuge, um mit unserer Unbehagen, unserer Unsicherheit, unserer Trauer, unserem Ungleichgewicht, unserer Verwirrung zurechtzukommen. Sich selbst zu helfen, bedeutet nicht, zu versuchen, diesen ungeliebten Zuständen zu entkommen, sondern zu lernen, unser Leid umzuwandeln, es zu transformieren. Für dieses erstrebenswerte Ziel müssen wir die Energie des Schmerzes in konstruktive Tätigkeiten fließen las-

sen. Schreiben ist eine dieser Tätigkeiten. Beim Schreiben gibt man den Gefühlen Form und Gestalt. Schreibend begibt man sich auf Entdeckungsfahrt in den Dschungel der Gefühle. Während man schreibt, entstehen Muster, die zu allmählichen Erkenntnissen führen.

Dieses Buch spricht zu unserer inneren Stimme, die endlich gehört werden will, für die es lebensnotwendig ist, gehört zu werden.

Nur wenn wir empfänglich werden für diesen lebendigen Impuls, können wir beginnen, unsere Gefühle auszudrücken. Auszudrücken, was uns bewegt, befreit uns. Haben sie auf dem Papier Form und Gestalt angenommen, zeigen unsere Gefühle erkennbare Muster, die es uns ermöglichen, ausgediehte Vorstellungen, Meinungen und Verhaltensweisen aufzugeben für andere, die unserer Entwicklung, unserer verän-

erten Situation und unserer neu gewonnenen Gefühlsebene angemessener sind. Dieses Buch handelt davon, wie Sie Ihre weg gesperrten Gefühle befreien und ihnen mit Hilfe der Sprache Gestalt geben können. Aber das wichtigste Anliegen dieses Buches ist es, Sie zu lehren schöpferisch zu sein, anstatt zu stagnieren oder gar sich selbst zu schaden.

Gabriele Rico: Von der Seele schreiben; 292 Seiten, Kartoniert, Format: 17 x 24cm, ISBN: 3-87387-396-6, 20,50 Euro. Erhältlich im Atlantis Buchladen in der Limmerstraße und anderen gut sortierten Buchhandlungen.



Fördereinrichtung Legasthenie



- Beratung und individuelles Training bei Les- und Rechtschreibschwäche
- Vermittlung von Lern- und Arbeitstechniken

H. Oberhoff
Tel. 0511/123 43 42
Hohe Straße 9 • 30449 Hannover

„Leben - dir schulde ich Lebendigkeit“

Daß da plötzlich eine DEA EX MACHINA in Form des rettenden Engels, „Angela, aus dem Lande der aufgehenden Sonne“, dem testosteron-gesteuerten Ballett mit einer eigenen Choreographie aufwarten will, ist interessant zu beobachten.

Drei Gretchenfragen an die promovierte Heilsbringerin: Wie hältst Du's mit der Macht? Wie wirst Du's halten und aushalten und durchhalten mit Vaternord in Permanenz? Was immer Weiblichkeit bedeutet... wie elastisch sind Deine Gelenke von wegen Verbiegung? Wir werden sehen.

Hochschämender Optimismus, liebe ZuhörerInnen, liebe LeserInnen, ist vorerst nicht angesagt... denke ich mal. Und unbesehener Bonus, weil FRAU, liegt nicht mehr drin. Die Zeit ist ein für alle mal vorbei.

Lilo Zack: „Leben - dir schulde ich Lebendigkeit“, 126 Seiten, 15 Euro, ISBN 3-927 639-23-0
Zehn Prozent des Netto-Erlöses geht an Terre de Femmes

