

JAHRESPROGRAMM 2025

Nichts ist  
so heilsam wie  
die Natur.



**Naturheilverein Chemnitz e.V.**

Gemeinschaft für gesundes Leben seit 1868

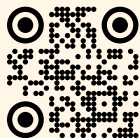
## ÜBERBLICK VERANSTALTUNGEN 2025

Datum	Thema	Seite
21.01.25	<b>Wasseranwendungen</b> nach Prießnitz und Kneipp – Helfer für mein Immunsystem besonders auch im Winter!	4
12.02.25	Was hat <b>Fasten</b> mit dem Medizin-Nobelpreis von 2016 zu tun? Vortrag zu Wirkungsweise und Arten des Fastens	5
11.03.25	Wie die <b>Naturmedizin</b> gegen Krebs und chron. Krankheiten hilft – natürliche Behandlungsverfahren stellen nicht die Krankheit, sondern den Menschen in den Mittelpunkt	7
29.03.25	Wie erfolgreich ist die <b>Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie</b> von Ardenne gegen Krebs?	9
10.04.25	Mit <b>Gewürzen</b> gesund und fit – die natürliche Kraft von Kurkuma, Ingwer & Co.	15
07.05.25	Aktivierung der <b>Selbstheilungskräfte</b>	16
Mai	<b>Fastenreisen</b>	17
19.06.25	<b>Langlebigkeit</b> – das Geheimnis des gesunden Alterns	19
23.08.25	Stärkung des Immunsystems durch <b>Pilze</b>	20
23.09.25	Eine erfolgreiche naturmedizinische Behandlung braucht gute <b>Diagnostik</b> – ein Heilpraktiker zeigt, wie Funktionsstörungen erkannt werden können	21
22.10.25	<b>Kiwibeeren</b> – das winterharte Superfood aus Sachsen?	22
04.11.25	Gegen Erkältung und Infekte ist ein Kraut gewachsen – Vortrag über das erstaunliche <b>Heilungspotenzial von Pflanzen</b>	23
25.11.25	Vereinsinterne <b>Weihnachtsfeier</b>	

## VERANSTALTUNGSORT, TICKETS

**Veranstaltungsort:** Wenn nichts anderes angegeben ist, finden alle Veranstaltungen im Hotel Artes (im Unger-Park) Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz statt.

**Anmeldungen zu unseren Veranstaltungen und Online-Tickets:** [www.nhv-chemnitz.de](http://www.nhv-chemnitz.de)



Stand November 2024, Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

## NATURHEILVEREIN CHEMNITZ e.V.

Gemeinschaft für gesundes Leben seit 1868

Im Laufe der letzten Jahrzehnte hat sich vieles verändert – nicht zuletzt die steigenden Belastungen, denen wir ausgesetzt sind. Mit unserem vielfältigen Programm für 2025 möchten wir Wege aufzeigen, wie Sie eigenverantwortlich für Ihre Gesundheit handeln und die natürlichen Selbstheilungskräfte Ihres Körpers aktivieren können.

Naturheilkunde bietet eine Vielzahl an Therapien, die auf den Einsatz natürlicher Mittel und Reize setzen und eine wertvolle Ergänzung zur modernen Medizin darstellen. Nutzen Sie die Möglichkeit, innezuhalten, sich mit der Natur zu verbinden und Impulse für Ihr persönliches Wohlbefinden zu gewinnen.

Jeder Schritt zu mehr Wohlbefinden und Lebensfreude zählt. Viele Menschen haben ihn bereits geschafft – ihre positiven Erfahrungen machen Mut. Wir freuen uns über eine rege Teilnahme an unseren Vorträgen und Exkursionen.

Herzlichst Eure **Andrea Wirth**  
und das gesamte Vorstandsteam

**PS:** Sie möchten Mitglied werden? Auf Seite 12/13 finden sie die verschiedenen Möglichkeiten.

## STAMMTISCH DES NHV CHEMNITZ

Jeden 2. Dienstag im Monat, ab 17:30 Uhr

Unser öffentlicher Stammtisch – zu dem wir Interessierte (nicht nur Mitglieder) gern einladen – findet im „Teelicht“ Schiersandstraße 15, 09116 Chemnitz statt. Ein wertvoller und unkomplizierter Austausch über Themen rund um die Naturheilkunde.

Impressum: November 2024, Herausgeber: Naturheilverein Chemnitz e.V.  
Gesamtumsetzung: aanders.de

Di  
21  
JAN

## WASSERANWENDUNGEN NACH PRIESSNITZ UND KNEIPP

Helfer für mein Immunsystem  
besonders auch im Winter!

**Referent: Dr. Jürgen Helfricht**

Wasserkuren zählen zu den ältesten und bewährtesten Heilmethoden der Menschheit. Doch erst Vincenz Prießnitz (1799–1851) schuf ab 1822 auf dem Gräfenberg im Altvatergebirge ein Therapiezentrum, verhalf dem kühlen Nass zu weltweiter Popularität. Noch heute werden einige seiner Verfahren im Sanatorium am Ursprungsort in Jesenik (Tschechien) angewandt. Ein Schwerpunkt liegt auf praktischen Hinweisen zur Selbstanwendung der Bäder, Güsse, Schwitzpackungen, Waschungen sowie Wickel und wie sich diese zur Abhärtung, Schmerzlinderung und unterstützenden Behandlung vieler Leiden nutzen lassen. Ob Burn-out, Fieber, Fuß- und Gelenkprobleme, Halsschmerzen, Rheuma, Schlaflosigkeit, Schüttelfrost oder Wechseljahresbeschwerden – Wasser wirkt!



Der in Dresden geborene Publizist und Historiker **Dr. Jürgen Helfricht** gilt als profunder Kenner der Geschichte der Naturheilkunde, ihrer Therapien und Vertreter. Sein Wissen gab er in zahlreichen Büchern – u. a. über Hydrotherapie und Hildegard-Medizin bis zur Zecken-

Borreliose – sowie in dutzenden Beiträgen der Zeitschrift „Naturarzt“ weiter. Für die Dissertation über Vincenz Prießnitz, auf den unser Deutscher Naturheilbund (DNB) zurückgeht, wurde er mit der Prießnitz-Medaille geehrt. 2022 berief ihn die Sudetendeutsche Akademie der Wissenschaften und Künste zum Ordentlichen Mitglied ihrer Naturwissenschaftlichen Klasse.

**Ort:** Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz

**Zeit:** 18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn

**Kosten:** 6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste

**Tickets:** [www.nhu-chemnitz.de](http://www.nhu-chemnitz.de)

Mi  
12  
FEB

## WAS HAT FASTEN MIT DEM MEDIZIN-NOBELPREIS VON 2016 ZU TUN?

Vortrag zu Wirkungsweise und Arten des Fastens

**Referentin: Kati Walther**

Fasten ist wie ein gründlicher Hausputz im Inneren des Körpers. Es stärkt das Verdauungs- und Immunsystem und wirkt deshalb wie ein innerer Arzt. Dafür gibt es seit 2016 auch einen wissenschaftlichen Beweis.

Fasten heißt nicht Hungern oder Entbehrung, sondern es schenkt Gesundheit und neue Energie. Die DFA Fastenleiterin Kati Walther erklärt, wie die körpereigene Müllabfuhr funktioniert und angeregt wird, welche Fastenart richtig ist, wie eine Fastenwoche abläuft und man danach wieder in den Alltag einsteigt. Angebote für Fastenreisen gibt es auf Seite 17.



Als Diplom-Betriebswirtin fand **Kati Walther** erst auf dem zweiten Weg zur Gesundheitsberatung und Fastenbegleitung. Das Fasten hat ihr Leben verändert, wie sie sagt. Ihre Motivation war es, gewohnte Pfade zu verlassen und Neues auszuprobieren, vor allem aber die

Sehnsucht, in einer schnelllebigem Zeit abzuschalten und den Kopf frei zu bekommen. Fasten und gesundheitsfördernde Ernährung sind jetzt ihr Leben. 2015 schloss Kati Walther ihre Ausbildung zur ärztlich geprüften Fastenleiterin an der Buchinger-Klinik in Bad Pyrmont ab. Zusatzqualifikationen hat sie in den angewandten Prinzipien des Lebens und im Achtsamkeitstraining.

**Ort:** Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz

**Zeit:** 18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn

**Kosten:** 6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste

**Tickets:** [www.nhu-chemnitz.de](http://www.nhu-chemnitz.de)

## Praxis für Geomantie + Radiästhesie

### Unsere Leistungen:

- Exakte Wohnraum- und Umfeld - Analysen
- Energiebehandlungen
- Energieheilplatten für Mensch und Umfeld
- E-Smog-Schutz, stationär & mobil
- Workshops, Seminare + Ausbildung



Georg Steffen Kotzur  
Schulstraße 25 E, 09125 Chemnitz, Tel. 0371-444 53 847  
kraftort-lebensraum.de und **kraftort24.com**

**Im Dienste der Stärkung der Selbstheilungskräfte  
von Mensch, Tier und Umfeld**

**stiegler**  
*Natürlich Büro*



**Möchten Sie Ihren Arbeitsplatz mit uns in  
einen Kraftort verwandeln?**

#### Was wir bieten:

- Ergonomische Arbeitsplatzgestaltung
- 3D Planungen innovativer Arbeitswelten
- Biophilic Design
- Lieferung und Montage von Möbeln, Bestuhlung, Akustik, Beleuchtung, Sonnenschutz und Fußbodenbelägen

#### Ihre Vorteile:

- Gesunderhaltung und Motivation Ihrer Mitarbeiter
- Gewinnung von Fachkräften
- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Nachhaltige Produkte
- Gesundheitsprävention

Tel: 037204 687-0 info@buero-stiegler.de www.buero-stiegler.de

Di  
11  
MÄR

## WIE DIE NATURMEDIZIN GEGEN KREBS UND CHRONISCHE KRANKHEITEN HILFT

Natürliche Behandlungsverfahren stellen nicht die Krankheit, sondern den Menschen in den Mittelpunkt

**Referent: Prof. Dr. med. Uwe R. M. Reuter**

Chronische Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Probleme, Diabetes, Rheuma oder Krebs beeinträchtigen die Lebensqualität stark, oft begleitet von Nebenwirkungen der eingesetzten Medikamente. Der Ärztliche Direktor und Chefarzt der Klinik im LEBEN Greiz zeigt in seinem Vortrag, wie naturgemäße Behandlungen helfen können, chronische Krankheiten zu lindern, zu heilen und wieder „Ja“ zum Leben zu sagen. Dabei kommen bewährte Verfahren wie Akupunktur, Fieber- und Neuraltherapie sowie seelisch-psychische Therapien wie Coaching und Hypnose zum Einsatz. Die Klinik behandelt jeden Menschen individuell, nicht nach Schema F, denn „jeder Mensch ist besonders“. Der Vortrag richtet sich an alle, die auf natürliche Weise ihre Gesundheit fördern möchten.



**Prof. Dr. med. Uwe Rudolf Max Reuter** ist Ärztlicher Direktor der Klinik im LEBEN in Greiz (Vogtland) mit eigener Praxis.

Er behandelt mit bewährten und innovativen Verfahren der Integrativen Naturgemäßen Medizin. Zudem forscht er in der Krebsmedizin. Prof. Reuter studierte an der

Universität Greifswald. Als anerkannter Schmerztherapeut leitet er das Regionale Schmerzzentrum Greiz und hat Zusatzqualifikationen in Akupunktur, Chirotherapie und Palliativmedizin. Sein besonderes Interesse gilt der Homöopathie, in der er auch andere Ärzte ausbildet. Uwe Rudolf Max Reuter leitet Kurse in „Integrativer Naturgemäßer Krebsmedizin“ und ist Hochschuldozent und Autor vieler Bücher.

**Ort:** Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz

**Zeit:** 18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn

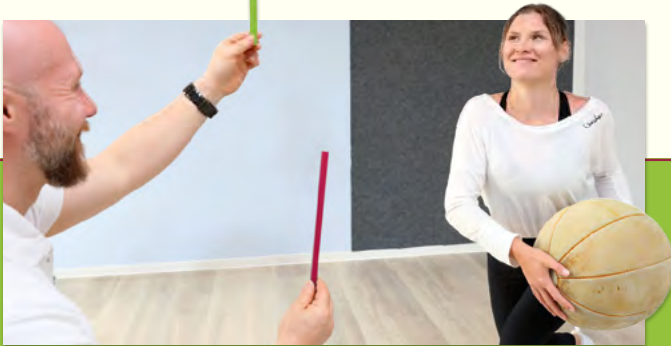
**Kosten:** 6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste

**Tickets:** [www.nhu-chemnitz.de](http://www.nhu-chemnitz.de)

# VILLA ENERGY


Neurotraining bietet ein enormes Potential für jeden Menschen, von jung bis alt, von gesund bis chronisch krank. Es kann positive Effekte haben bei Schmerzen, Ermüdung und Energielosigkeit, Gelenkblockaden und Einschränkungen der Beweglichkeit, visuellen

Problemen, Leistungsdefiziten im Sport sowie Schwindel und Depressionen. Es beinhaltet Übungen und Techniken für Augen, Gleichgewicht und Körper, die das Nervensystem stimulieren und die neuronale Kommunikation verbessern – für eine höhere Leistungsfähigkeit.



Villa Energy  
Hofer Straße 25  
09130 Chemnitz

Tel. 0371 725 7777  
www.villa-energy.de  
info@villa-energy.de

 Jetzt ist die beste Zeit  
für alles was gut tut.

Sa  
29  
MÄR

## WIE ERFOLGREICH IST DIE SAUERSTOFF-MEHRSCCHRITT-THERAPIE UND GANZKÖRPERHYPERTHERMIE BEI VERSCHIEDENEN INDIKATIONEN?

Besuch des Von Ardenne Instituts mit Vortrag und  
Vorführung der Ganzkörperhyperthermie

**Referent: Dr. rer. nat. Alexander von Ardenne**

Der nicht nur in Sachsen bekannte Prof. Manfred von Ardenne widmete seine wissenschaftliche Arbeit jahrzehntelang der Rundfunktechnik, dem Fernsehen und der Elektronenmikroskopie. Erst im Alter von 52 Jahren legte er im Rahmen seiner medizinischen Forschung den Fokus auf die Schädigung von Krebszellen, später auch auf die Anwendung von Sauerstoff zur Stärkung des Organismus und auf die Ganzkörperhyperthermie. Die von ihm entwickelte systemische Krebs-Mehrschritt-Therapie konnte sich in der Medizin nicht durchsetzen, schuf aber die Grundlagen für eine hochverträgliche Ganzkörperhyperthermie, die bei verschiedenen Erkrankungen signifikante Linderungen im Rahmen von Studien zeigen konnte. Sein Sohn Alexander führt ab 1993, zunächst noch gemeinsam mit seinem Vater, der 1997 starb, das „Von Ardenne Institut für Angewandte Medizinische Forschung“ bis in die Gegenwart. Im Vortrag wird er die Durchführung der Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie sowie der Ganzkörperhyperthermie im Detail erläutern und die Hyperthermieanlage praktisch vorführen.



**Dr. rer. nat. Alexander von Ardenne** (geb. 1949, Suchumi) studierte Physik an der Technischen Universität Dresden, hat Artikel und Buchkapitel in Hochleistungs-Elektronenoptik und Ganzkörperhyperthermie veröffentlicht. Seit 1993 leitet er die Entwicklung und Herstellung von Ganzkörper-Hyperthermie-Geräten als

Direktor des „Von Ardenne Institut für Angewandte Medizinische Forschung“. Er ist Mitglied diverser Hyperthermie-Gesellschaften, des ICHS-Vorstands, Mitglied der USA STM, der europäischen ESHO und der deutschen DGHT.

**Ort:** Ardenne Institut, Zeppelinstr. 7, 01324 Dresden

**Zeit:** 09:45 Uhr Treffpunkt, 10:00 Uhr Beginn

**Kosten:** 15 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste

**Tickets:** [www.nhu-chemnitz.de](http://www.nhu-chemnitz.de)

FRISCHES GEMÜSE KÄSETHEKE TROCKENWARE

  
Gärtnerei Hofladen  
Liebers

UNTERE HAUPTSTRASSE 2  
09244 LICHTENAU  
037208/2560

MO-MI 10-12 & 14-18 DO-FR 10-12 & 12.30-18 SA 10-12

Natürlich.  
Gesund.  
Leben.

Heilsa

Gesundheitsapotheken Bethanien & Flemming

heilsa-apotheke.de



Klinik im LEBEN

PRIVATKLINIK FÜR INTEGRATIVE  
NATURGEMÄSSE MEDIZIN

**MITTELDEUTSCHES  
HYPERTHERMIEZENTRUM  
GREIZ / VOGTLAND**

FACHBEHANDLUNGSZENTRUM

BioCheck-Diagnostik & Prävention  
Biologische Integrative Krebsmedizin  
Energie- & Informationsmedizin  
Ernährungs- & Orthomolekulare Medizin  
Gesundheitsdienstleitungen  
Homöopathie & Naturheilkunde  
Spezielle Schmerzmedizin  
Spezifische Labordiagnostik

liebenswürdig : lebenswert  
Der ganze Mensch im  
Mittelpunkt seiner Natur

Klinik im LEBEN

Gartenweg 5-6  
D-07973 Greiz / Vogtland

Telefon: +49 36 61 – 44 38 210  
Telefax: +49 36 61 – 44 38 215

www.klinik-imLEBEN.de



## WERDEN SIE MITGLIED IM NATURHEILVEREIN CHEMNITZ E.V.

### Ihre Vorteile

- Ermäßigter Eintritt zu fast allen Veranstaltungen
- Kostenfreier monatlicher Erhalt der Fachzeitschrift „Naturarzt“
- Zugang zum breiten naturheilkundlichen Wissen unserer Referenten, Mitglieder, Therapeuten und Heiltätigen
- Teil einer starken bundesweiten Gemeinschaft im Deutschen Naturheilbund sein

### Unterstützen Sie unsere Arbeit mit Ihrer Spende!

Ihre Spende hilft uns, Veranstaltungen, Vorträge und Aktionen rund um die Naturheilkunde auch weiterhin anzubieten und unser Wissen an eine wachsende Gemeinschaft weiterzugeben. Gemeinsam können wir einen wertvollen Beitrag zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden leisten. Jeder Beitrag zählt und stärkt unser Vereinsleben. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

### Vereinskonto für Mitgliedsbeiträge und Spenden

IBAN: DE96 8705 0000 3552 0059 00

BIC: CHEKDE81XXX

### Sparkasse Chemnitz

Der NHV Chemnitz e.V. ist aufgrund der Förderung der öffentlichen Gesundheitspflege als gemeinnützig anerkannt. Spenden und Beiträge sind steuerbegünstigt. Der NHV Chemnitz e.V. ist Mitglied im Deutschen Naturheilbund eV (DNB).

### IN EIGENER SACHE

Vorträge und Kurse des Naturheilvereins Chemnitz e.V. vermitteln gesundheitsinteressierten Laien Spezialkenntnisse zur praktischen Selbsthilfe. Bei uns lernen Sie wirksame Therapien, erfahrene Therapeuten und geeignete Naturheilmittel kennen. Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen setzt eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus und geschieht eigenverantwortlich. Die Angebote ersetzen keine akuten Behandlungen. Für die Teilnahme an allen Veranstaltungen übernimmt der Verein keine Haftung. Die Inhalte der Vorträge und Seminare liegen in der Verantwortung der Referenten.

## MITGLIEDSANTRAG

Ich beantrage die Aufnahme in den  
Naturheilverein Chemnitz e.V. ab:

.....  
Monat, Jahr

.....  
Name, Vorname

.....  
Straße und Hausnr.

.....  
PLZ und Ort

.....  
Geburtsdatum

.....  
Beruf / Tätigkeit

.....  
Telefon

.....  
E-Mail

## MITGLIEDSBEITRÄGE / KOSTEN

- Familien-Mitgliedschaft: Jahresbeitrag 90,00 EUR, inkl. Zeitschrift**  
(auch für Ehe-/ Lebenspartner, Kinder bis Vollendung 18. Lebensjahr)
- Single-Mitgliedschaft: Jahresbeitrag 75,00 EUR, inkl. Zeitschrift**
- Studenten-/Azubi- Mitgliedschaft: Jahresbeitrag 54,00 EUR, inkl. Zeitschrift** (mit entsprechendem Nachweis)
- Kostenlosen Newsletter** und Informationen zu aktuellen Veranstaltungen per E-Mail erhalten

## ZAHLUNGSWEISE

- SEPA-Lastschriftmandat
- Ich überweise selbst

## EINWILLIGUNGSERKLÄRUNG

Ich habe die Datenschutzerklärung des Vereins (<https://nhv-chemnitz.de>) gelesen und erkenne sie mit meiner Unterschrift an. Sie informiert umfassend über die Verarbeitung meiner Daten gemäß DSGVO und meine Rechte. Weiterführende Informationen sowie Hinweise zum Widerrufsrecht gegenüber dem Naturheilverein Chemnitz e.V. finden Sie unter der genannten Website. Ich stimme hiermit der in der Datenschutzverordnung beschriebenen Verarbeitung, Speicherung und Weitergabe meiner Daten zu. Ich willige ein zur (bitte Zutreffendes ankreuzen):

- Verwendung meiner Daten zwecks Mitgliederbetreuung gemäß der Art der Mitgliedschaft
- Zusendung von Terminen und Einladungen zu naturheilkundlichen Themen und Veranstaltungen
- Unentgeltlichen, anonymen Nutzung von Fotos für Vereins-PR in verschiedenen öffentlichen Medien

.....  
Ort und Datum

.....  
Unterschrift

## JEDEN 2. DIENSTAG IM MONAT, AB 17:30 UHR

Unser öffentlicher Stammtisch – zu dem wir jeden Interessierten (nicht nur Mitglieder) gern einladen – findet im „Teelicht“ Schiersandstraße 15, 09116 Chemnitz statt. Ein wertvoller und unkomplizierter Austausch über Themen rund um die Naturheilkunde.

## EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich ermächtige den Naturheilverein Chemnitz e.V. den Jahresbeitrag bei Fälligkeit von meinem Konto per SEPA-Lastschrift einzuziehen und weise mein Kreditinstitut an, diese Lastschriften einzulösen. Hinweis: Eine Erstattung des Betrags kann ich innerhalb von 8 Wochen ab Belastungsdatum gemäß den mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen verlangen. Die Mandatsreferenznummer wird Ihnen separat mitgeteilt.

.....  
IBAN

.....  
BIC

.....  
Kreditinstitut

.....  
Kontoinhaber

.....  
Ort und Datum

.....  
Unterschrift

Bei Eintritt im laufenden Jahr wird der Beitrag anteilig berechnet. Nach Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Bestätigung und einen Mitgliedsausweis. Der Jahresbeitrag ist jeweils im Januar fällig. Bei Selbstzahlung bitte im Januar unaufgefordert überweisen. Eine Kündigung ist zum Jahresende möglich, wenn sie schriftlich bis zum 30. September eingeht.

Anzeige

# bellicon

GESUND UND GLÜCKLICH

## Minitrampolin mit maximaler Wirkung

- Rückenschmerzen lindern
- Lymphfluss und Detox anregen
- Entspannung finden

info@bellicon.de | 0221 / 888 258 0

bellicon.com



# Black Forest

Das stille Mineralwasser  
aus dem Schwarzwald



## Black Forest ist niedermineralisiert

- Von Öko-Test mehrfach mit „sehr gut“ ausgezeichnet
- Alle PET-Flaschen aus 100 % Recyclingmaterial
- PET-Flaschen frei von Weichmachern
- Zur kochsalzarmen Ernährung auch bei Bluthochdruck und Diabetes geeignet.
- Ideal für die Zubereitung von Babynahrung



Do  
10  
APR

## MIT GEWÜRZEN GESUND UND FIT

Die natürliche Kraft von Kurkuma,  
Ingwer & Co.

Referent: **Richard Friedrich**

Gewürze können das Immunsystem stärken und fit halten. In seinem Vortrag verbindet Richard Friedrich, Gründer von „Direkt vom Feld“ und Gewürzexperte, sein Wissen aus Reisen, Yoga und Naturheilkunde, um zu zeigen, wie Gewürze nicht nur das Essen, sondern auch die Gesundheit bereichern. Er lädt damit ein, die Kraft von Kurkuma, Ingwer & Co. zu entdecken. Doch Gewürze wirken nur so gut, wie sie auch angebaut und verarbeitet wurden. Wer weiß schon wirklich, wo der von ihm gekaufte Pfeffer wächst? Oft ist es unklar, woher die Gewürze im Supermarkt wirklich stammen. Richard Friedrich hat sich auf die Reise zum Ursprung des guten Geschmacks gemacht. In seinem Vortrag kann man erleben, wie Urwaldpfeffer, süßer Paprika und Zimt wirklich schmecken. Seine Gewürze kommen direkt vom Feld, werden biologisch angebaut und in der Manufaktur abgefüllt.



**Richard Friedrich** ist Gewürzexperte und Gründer von „Direkt vom Feld“. Er studierte ursprünglich Maschinenbau, bevor er seiner Leidenschaft für Gewürze folgte und die Bio-Gewürzmanufaktur gründete. Seine Reisen führten ihn zu Bauern auf der ganzen Welt, wo er die Geheimnisse

nachhaltiger und fairer Gewürzproduktion lernte. Durch seine Yoga-Lehrerausbildung vertiefte er sein Wissen über die Heilwirkung von Gewürzen. Seit 2016 bringt er mit seinem Team die besten Biogewürze der Welt erntefrisch und fair bezahlt direkt vom Erzeuger auf die Teller. Er zeigt, wie man gesunde Gerichte zaubert, die dazu verleiten, den Teller abzulecken.

Ort: **Direkt vom Feld, Str. der Nationen 99, 09113 Chemnitz**

Zeit: **18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn**

Kosten: **6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste**

Tickets: **[www.nhu-chemnitz.de](http://www.nhu-chemnitz.de)**



## AKTIVIERUNG DER SELBSTHEILUNGSKRÄFTE

Referentin: Dr. KarlaMaria Uhlig



Dr. KarlaMaria Uhlig lebt seit 47 Jahren ihre Berufung als Ärztin. Seit Anfang der neunziger Jahre ist sie unermüdlich auf der Suche Körper, Geist und Seele im Zusammenhang mit Krankheit und Gesundheit zu erkennen. Aus ihrem reichen Wissen wird sie uns ihre Sicht „Kinderkrankheiten ganzheitlich zu betrachten“ näherbringen.



**Dr. KarlaMaria Uhlig** bringt fast 50 Jahre Erfahrung als Ärztin mit einem besonderen Interesse an Naturheilkunde mit. Seit über drei Jahrzehnten ist sie in der Homöopathie tätig, gefolgt von acht Jahren intensiver Beschäftigung mit Geistheilung.

Ihr Ansatz ist geprägt von einer tiefen

Aufmerksamkeit für die seelischen und geistigen Eigenheiten ihrer Patienten und einem bewussten Annehmen all dessen, was im Heilungsprozess auftaucht – eine Haltung, die auch ihre Rolle als Mutter von vier Kindern und Großmutter von sechs Enkelkindern prägt. Neben ihrer umfassenden therapeutischen Erfahrung fasziniert sie vor allem die Kraft der Selbstheilung und Selbsterfahrung.

Zu ihren Lieblingsthemen zählen Impfungen, Fieber, Darmgesundheit, die liebevolle Begleitung kranker Kinder, die Stärkung des Immunsystems, eine bewusste Denkweise und die spirituelle Entwicklung in Richtung allumfassender Liebe. Besonders wichtig ist ihr der Dialog – offen und persönlich auf Ihre Fragen einzugehen und gemeinsam in ein tiefes Gespräch zu kommen.

**Ort:** Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz

**Zeit:** 18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn

**Kosten:** 6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste

**Tickets:** [www.nhv-chemnitz.de](http://www.nhv-chemnitz.de)

## FASTENREISEN

### FASTENWANDERN UND SELBST-REFLEXION IM SCHÖNEN WANDERDORF WEITERSGLASHÜTTE IM ERZGEBIRGE

Begleiterin: Kati Walther



Das Frühjahr ist die beste Zeit, um den Körper von Zellmüll und Ballast zu befreien. Fasten ist eine bewährte Methode dafür, denn es reinigt und regeneriert Körper, Geist und Seele. Bewegung unterstützt diesen Prozess.

Fasten lässt sich auf verschiedenste Art – entweder durch den zeitweisen Verzicht auf feste Nahrung – beim Buchinger-Fasten – oder durch eine Umstellung der Ernährung auf basische Lebensmittel – beim Basenfasten. Zwei derartige Angebote hat Fastenleiterin **Kati Walther** in Weitersglashütte bei Eibenstock. Teilnehmer können die Zeit allein zur inneren Einkehr und gemeinsam in der Fastengruppe verbringen. Für den Aufenthalt stehen entweder erzgebirgische, stilvolle Zimmer im Hotel Kranichsee oder neue Appartements im Landhausstil in der Berghütte zur Verfügung.

**Angebot 1: Buchinger-Fasten und Wandern vom 17. bis 24. Mai 2025**

**Angebot 2: Gourmet-Basenfasten mit täglichem Kochkurs vom 24. bis 31. Mai 2025**

**Kosten:** ab 740 Euro, Mitglieder des NHV Chemnitz erhalten 50 Euro Rabatt

**Ausführliche Informationen und Buchungsdetails finden Sie auf [www.meine-glueckskueche.de](http://www.meine-glueckskueche.de)**





## EM - Heidi

Zertifizierte EM-Beraterin

Effektive Mikroorganismen nach Prof.  
Higa für Mensch, Tier, Haus, Garten,  
Landwirtschaft

**EM-Stammtisch, Beratung  
und Verkauf**

Heidemarie Wagner  
Robert-Siewert-Straße 20  
D-09122 Chemnitz

Tel.: 0371 225575  
Mobil: 0176 42765720  
Mail: wagnerheidemarie@t-online.de

Do  
19  
JUN

## LANGLEBIGKEIT - DAS GEHEIMNIS DES GESUNDEN ALTERNS

Referent: **Dr. med. Ralf Oettmeier**

Menschen in sogenannten Blauen Zonen der Erde zeigen, wie man lange und glücklich lebt. Für die erfolgreiche Netflix-Serie „Das Geheimnis der Hundertjährigen“ hat der Autor Dan Buettner sogenannte Blaue Zonen wie Okinawa, Bergdörfer Sardinien, die griechische Insel Ikaria und die Nicoya-Halbinsel Costa Ricas besucht. Die Menschen dort pflegen eine traditionelle und typische Ernährung. Doch auch ihr Lebensstil und ihre Einstellung zum Leben sind besonders. Der Krebspezialist und Naturmediziner Dr. Ralf Oettmeier zeigt in seinem Vortrag, dass sich die Prinzipien der Langlebigkeit auch in unseren Breiten umsetzen lassen. Unter Beachtung wichtiger Prinzipien, die der Naturheilkunde schon lange bekannt sind, lässt sich ein hohes und gesundes Alter erreichen – das Ziel eines jeden Menschen. Oettmeier geht in seinem Vortrag von der Forschung an Einzellern bis hin zu aktuellen epigenetischen Analysen und zieht praxisnahe Schlussfolgerungen.



**Dr. med. Ralf Oettmeier** ist heute Chefarzt und Medizinischer Direktor der Alpstein Clinic Gais (Schweiz). Er leitet dort die Fachbereiche Orthopädie und Osteologie, spezielle Schmerztherapie, chronische Infektionen und Umweltmedizin.

Er studierte Medizin in Jena und war von 2002 bis 2018 leitender Chefarzt in der Klinik im LEBEN in Greiz (Vogtland). Er ist Spezialist in vielen Fachbereichen, zum Beispiel Orthopädie, Homöopathie, Akupunktur, integrative biologische Krebsmedizin, Chirotherapie und psychosomatische Medizin. Neben seiner ärztlichen Tätigkeit ist er Referent und Lehrer für integrative biologische Medizin sowie Autor von Büchern und vielfältigen Publikationen.

Ort: **Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz**

Zeit: **18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn**

Kosten: **6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste**

Tickets: **www.nhu-chemnitz.de**



*Nur wenn die Wurzeln gesund  
sind, können wir stark sein.*

**Gesunde Ernährung · Wellness mit ätherischen Ölen  
Autogenes Training · Entspannungsmassagen**

### KATJA SCHÖNHERR

Gesundheits- und Präventionscoach  
Telefon: 0151-46112688  
[www.viridi-chemnitz.de](http://www.viridi-chemnitz.de)



Vielfalt bewusst genießen.

## EXKURSION!

### STÄRKUNG DES IMMUNSYSTEMS DURCH PILZE

zu Besuch bei: **Roberto Kaden in Marienberg**

Sa  
**23**  
AUG

Seit ca. 40 Jahren werden in der Pilzzucht in Reitzenhain verschiedenste Pilze kultiviert. Besonders interessant sind die Arten, die aufgrund ihrer medizinischen Wirkstoffe eine bedeutende Rolle in der Naturheilkunde spielen. So zählt der Glänzende Lackporling, in Japan Reishi genannt, mit zu den zehn wirksamsten Naturheilmitteln, die es gibt auf der Welt. Um diesen Pilz und andere Arten und ihre Wirkstoffe geht es bei dieser Exkursion.



Das Unternehmen **reiPiKo Reitzenhainer Pilzkorb GmbH** wurde 1989 unter dem Namen Champignonzucht Roland Münzner gegründet und begann zunächst mit der Belieferung umliegender Gaststätten mit frischen Pilzen. Kurz darauf wurden auch die großen Supermarkt-Ketten auf die

Pilzzucht aufmerksam. Bis 2018 war der weiße Champignon der Hauptartikel des Betriebs, während die Zahl der kultivierten Pilzarten auf etwa 20 anwuchs. Ende 2018 erfolgte eine Neuausrichtung: Statt der Massenproduktion von Champignons liegt der Fokus seither auf der Zucht von Edelpilzen wie Shiitake, Kräuterseitlingen und Stockschwämmchen sowie Vitalpilzen wie Reishi, Maitake und dem Brasilianischen Mandelpilz. Für Interessierte werden regelmäßig Führungen durch die Pilzzucht angeboten.

**Ort:** reiPiKo Reitzenhainer Pilzkorb GmbH,  
Ernst-Thälmann-Str. 22, 09496 Marienberg /  
OT Reitzenhain  
**Zeit:** 10:00 Uhr Beginn  
**Kosten:** 6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste  
**Tickets:** [www.nhu-chemnitz.de](http://www.nhu-chemnitz.de)

### EINE ERFOLGREICHE NATUR- MEDIZINISCHE BEHANDLUNG BRAUCHT GUTE DIAGNOSTIK

Di  
**23**  
SEP

Heilpraktiker Dirk Grundmann zeigt, wie Funktionsstörungen erkannt werden können

**Referent: Heilpraktiker Dirk Grundmann**

Schmerzen, Energiearmut oder andere Beschwerden beeinträchtigen die Lebensqualität. Doch mit den üblichen schulmedizinischen Labormethoden wie Blut- und Urinalysen können Krankheiten und Störungen oft nicht erkannt werden. Die Menschen werden schnell als Simulanten oder psychisch Kranke abgestempelt. Doch das sind sie meist nicht.

Dirk Grundmann erklärt, wie mit naturmedizinischen Diagnosemethoden der Grundstein für eine individuelle, erfolgreiche und ganzheitliche Behandlung gelegt werden kann. Beispiele für solche Diagnoseverfahren sind die Vitalblutanalyse im Dunkelfeldmikroskop, der Test der Herzratenvariabilität, die Elektroakupunktur nach Dr. Voll oder der Buffy-Test.



Der Heilpraktiker **Dirk Grundmann** (58) ist Diplom-Sportwissenschaftler und Trainer, hat sich aber auch der Naturheilkunde verschrieben. In der Klinik im LEBEN Greiz ist er unter anderem Therapeut für Vitalblutdiagnostik und für Ohrakupunktur.

**Ort:** Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz  
**Zeit:** 18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn  
**Kosten:** 6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste  
**Tickets:** [www.nhu-chemnitz.de](http://www.nhu-chemnitz.de)

Mi  
22  
OKT

## KIWIBEEREN – DAS WINTERHARTE SUPERFOOD AUS SACHSEN?

Referent: **Richard Hamann**

Kiwis gelten als vitaminreiche Südfrüchte. Doch warum aus Neuseeland und Italien importieren, wenn es doch eine winterharte Alternative gibt? Die Kiwibeeren haben mehr Aroma, mehr Inhaltsstoffe und sind mit Schale essbar. Selbst Temperaturen unter -25 Grad machen ihnen nichts aus. Dabei enthalten sie mehr Vitamin C als eine Zitrone, Kalzium, Kalium und eine große Menge an Antioxidantien. Superlecker sind sie auch noch! In seinem Vortrag erläutert Kiwibeeren-Spezialist Richard Hamann, wie er auf die außergewöhnliche Spezialisierung gekommen ist, was Kiwibeeren so besonders macht und wie man sie leicht im eigenen Garten anbauen kann.



Geboren im Jahr 1989 in Karl-Marx-Stadt und heute wohnhaft in Braunsdorf, legte **Richard Hamann** 2007 in Flöha sein Abitur ab. Danach studierte er an der Fachhochschule und schloss 2011 erfolgreich als Diplomverwaltungswirt (FH) und Polizeikommissar ab. Ein weiteres

Studium der Europawissenschaften folgte 2014. Zwischen 2016 und 2022 war er als Sachbearbeiter in der Ausländerbehörde der Stadt Chemnitz tätig. Im Jahr 2012 gründete er im Nebenerwerb das Unternehmen KIWIRI, welches er seit 2022 in Vollzeit leitet. Seit 2024 bekleidet er zudem das Amt des ersten stellvertretenden Bürgermeisters von Niederwiesa.

Ort: **Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz**

Zeit: **18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn**

Kosten: **6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste**

Tickets: **[www.nhv-chemnitz.de](http://www.nhv-chemnitz.de)**

Di  
04  
NOV

## GEGEN ERKÄLTUNG UND INFEKTE IST EIN KRAUT GEWACHSEN

Vortrag über das erstaunliche Heilungspotenzial von Pflanzen

Referent: **Heilpraktiker Dietrich Mühlberg**

Die Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) ist einer der ältesten Zweige der Naturmedizin. Schon vor vielen hundert Jahren haben Menschen die Heilkraft der Pflanzen genutzt. In der modernen Industriegesellschaft geriet dieses Wissen immer mehr in Vergessenheit. In seinem Vortrag geht Heilpraktiker Dietrich Mühlberg der Ursache von sogenannten Erkältungskrankheiten auf den Grund. Er erklärt, wie Fieber entsteht und wirkt, wie man mit diesem Symptom umgeht und ob Antibiotika immer eine gute Lösung sind. Die Pflanzenwelt ist riesig und vielfältig. Beinahe gegen alles ist ein Kraut gewachsen. Dietrich Mühlberg kennt sie und weiß, wie sie angewendet werden – das alles erklärt er auf unterhaltsame und kurzweilige Art.



Seit über 30 Jahren ist **Dietrich Mühlberg** als Heilpraktiker in seiner eigenen Praxis tätig. Neben seiner praktischen Arbeit leitet er die Dresdner Heilpraktiker-Schule, wo er als Dozent verschiedene Unterrichtsfächer unterrichtet. Zu seinen Schwerpunkten gehören Phytotherapie, Arzneimittellehre,

Injektionstechniken, Augendiagnose sowie diverse klinische Fächer. Darüber hinaus hat er zahlreiche Publikationen in naturheilkundlichen Zeitschriften verfasst, die sein Wissen und seine Ansichten zu verschiedenen Themen der Naturheilkunde widerspiegeln.

Ort: **Hotel Artes, Leipziger Straße 214, 09114 Chemnitz**

Zeit: **18:00 Uhr Einlass, 18:30 Uhr Beginn**

Kosten: **6 € für Mitglieder NHV / 15 € Gäste**

Tickets: **[www.nhv-chemnitz.de](http://www.nhv-chemnitz.de)**

Mitglied im Deutschen Naturheilbund eV (DNB)

## KONTAKT

Ihr habt Fragen oder möchtet Mitglied  
im Naturheilverein Chemnitz e.V. werden?  
Wir freuen uns auf Euren Anruf oder Eure E-Mail.

Naturheilverein Chemnitz e.V.  
Chopinstr. 26 · 09119 Chemnitz  
kontakt@nhv-chemnitz.de  
1. Vorsitzende: Andrea Wirth  
Telefon: 0175-7110638

[www.nhv-chemnitz.de](http://www.nhv-chemnitz.de)