

Natur Helse

26. årgang 2011 • nr. 3



Landsorganisationen
NaturSundhedsrådet

Codex Alimentarius
Det siger politikerne
Hot-line
Klip din billet til messen

LNS

Fra redaktøren

- det naturlige samlingspunkt

Kære læser

Jeg byder dig velkommen til det seneste nummer af NaturHelse.

Da forrige udgave af bladet skulle udsendes, opstod der desværre en fejl på trykkeriet. Adresserne blev påført, men personnavnene kom ikke med på trykket. Vi måtte derfor udsende nye blade til flere medlemmer.

Har du ikke modtaget et blad, så kontakt mig venligst, og jeg vil sørge for, du får ét tilsendt.

Har du til gengæld modtaget mere end et eksemplar, vil jeg opfordre dig til at give et videre til gavn for både modtageren og LNS.

Spred det gode budskab om vores organisation. Jo flere vi står sammen, jo mere indflydelse har vi, og desto større er muligheden for, at vores tro på et naturligt og sundt liv spredes.

Den kommende tid giver os desuden mulighed for indflydelse på flere niveauer.

- Vi går snart til valg, og vi har derfor rundsendt spørgsmål til politikerne om deres holdning til bl.a. alternativ behandling og sundhed.

- I LNS regi inviterer vi vores medlemmer til seminar, hvor vi vil debattere LNS' virke og fremtidige mål. Mød op og giv dit besyv med.

- Du kan desuden finde os på vores stand på Sund Livsstil messen, som i år afholdes i Øksnehallen. Kom og få en snak og tag en interesseret ven med. Som noget nyt er der her i bladet trykt 2 stk. gæstebilletter, lige til at klippe ud og anvende.

Alt dette kan du læse mere om på de kommende sider.



Annette
Kurtzmann

Jeg ser frem til det spændende efterår, vi går i møde!

NaturSundhedsrådet LNS

Medlemsbladet NaturHelse sendes desuden til udvalgte politikere, myndigheder, biblioteker, læger m.fl.

ISSN 1396-6855 - Oplag 2200

Deadline næste nummer 12. december 2011

Redaktørteam:

Annette Kurtzmann (ansvarshav.), Vera Marcher

Kontakt: naturhelse@lnsnatur.dk

Indhold må distribueres, citeres og gengives med kildeangivelse. Skriftlige indlæg sendes til NaturHelse.

Vi forbeholder os ret til at redigere/forkorte.

Artikler skrevet af andre end bestyrelsen/ bladgruppen udtrykker ikke nødvendigvis LNS' holdninger.

Lay-out & tryk:

Freka grafisk A/S

LNS office:

LNS v/ Mogens Ehrich

Møllegårdsvej 3, 4320 Lejre, Danmark

Tlf.: 7022 2339, lns@lnsnatur.dk - www.lnsnatur.dk

Kasserer Kirsten Kragh tlf. 4649 7731

Kontingent indbetales til bankkonto: 8401 1010331

eller på indbetalingskort, kode +73 < +82570101 <

Rekvirer indbetalingskort på tlf. 6070 4887

Annoncer indbetales til bankkonto 8401 1112541

LNS' bestyrelse:

Annette Kurtzmann (næstform.)

tlf. 3133 0374, a.kurtzmann@gmail.com

Erling H. Jensen tlf. 5122 9966, erling@etbedreliv.dk

Michael Brown, mib@holotronik.dk

Mogens Ehrich (form.) tlf. 3179 7731, me@lnsnatur.dk

Morgan Gersdorff tlf. 5556 1424, morgan@caberlain.dk

Søren S. Nielsen tlf. 4929 9353, skogstadnielsen@ddf.dk

Vera Marcher tlf. 4448 4034/ 7022 2339, vhm@lnsnatur.dk

Suppleanter:

Annie Thygesen Andersen, Astrid Wiig, Bente Schibye,

Henrik Isager, Joseph Blytner, Lena Pultz,

Malene Lüders, Rita Pommer, Steen Braase, Xiao Qun Bao

Tillidsposter og repræsentationer:

ViFAB: Søren Skogstad samt 3 suppleanter

SRab: Mogens Ehrich samt 2 suppleanter

Forskningsforum under ViFAB: ny repr. søges

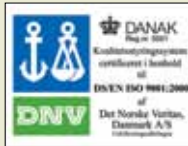
NSK: Erling H. Jensen, Jette W. Jensen

Forskningsudvalget: Mogens Ehrich, me@lnsnatur.dk

Medlemspleje: Vera Marcher, vhm@lnsnatur.dk

Pressegruppen: Søren Skogstad Nielsen

Terapeutgruppen: Morgan Gersdorff tlf. 5556 1424



LNS' administration er siden 2005 kvalitetscertificeret efter international standard, DS/EN ISO 9001:2000



Hvad mener I om vores bestræbelser?

LNS består af medlemmer, og bestyrelsens hele berettigelse er at fremme deres interesser. Derfor bliver I mindst en gang om året spurgt om et emne, som betyder noget for bestyrelsens beslutninger. I 2010 var det om organisatoriske forhold, og vi fik at vide, hvad vi gør godt, og hvad I kunne ønske, at vi også gjorde.

Det er sjældent nemt at indføre nyt, og selv når det lykkes, kan det skuffe. Feks. har LNS siden 1980-erne været aktiv for etablering af en registreringsordning for alternative behandlere, og sommetider var det lige ved at lykkes. Da den længe ønskede lov om RAB-ordningen blev vedtaget i 2004, fik den en form, så LNS desværre ikke selvstændigt kunne RAB-registrere. Alligevel må vi på sektorens vegne være glade for loven, og vi forsøger nu at tilrettelægge en certificering for

nogle typer af behandlere, der vanskeligt kan opnå RAB-registrering.

Som I ser inde i bladet, inviterer vi til drøftelse af nye behov d. 12 november, og i august blev I inviteret til at besvare et skema om livets gang med e-sans. Det var også emnet i 2008, hvor 70% fortalte, at de havde oplevet sociale problemer pga. e-sansen, og 40%, at de havde oplevet at blive diskrimineret.

Som om det ikke var slemt nok, fik vi siden fært af flere problemer. Er det f.eks. mest folk med e-sans, der er disponerede for at få el-overfølsomhed? Hvorledes var overgangsproblemerne hos dem, der fik e-sans i livets løb? For nogle var det en kriseperiode, men er det det almindelige? Hvis du ikke allerede har besvaret skemaet, så gør det nu! Vi har brug for at kende jeres erfaringer. Kan du ikke besvare over internet? Så sender vi gerne et spørgeskema på papir.



Det handler om mere end penge

Økologi · Etik · Klima · Kultur · Sociale initiativer



www.merkur.dk

MERKUR
Den Almenyttige Andelskasse

Netbank · Opsparing · Lønkonto · Kassekredit · Betalingsservice · Pension · Rådgivning · Investering · Boligt lån · Biliån · Realkredit · Barneopsparing

E-stress

– en kortslutning af livet

Diagnosen 'El-overfølsom' kom som lidt af et chok. Tænk at det skulle overgå mig!

For 20 år siden hørte jeg om nogle svensker, der havde slået telte op ude i skoven, fordi de ikke tålte elektriske artikler og strøm i deres umiddelbare nærhed. Jeg lyttede dengang høfligt, men indrømmer, at mine skeptiske tanker om denne højst aparte opførsel ikke var særlig sympatiske.

Da jeg efter mange år senere selv fik diagnosen, havde helbredet skrantet i årevis. En endeløs række af læger og alternative behandlere havde ikke kunnet hjælpe.

Imens døjede jeg med: kronisk træthed og energiløshed; hovedpiner og migræner; kvalme og svimmelhed; snurren og svidende fornemmelse i hovedet og i kroppen; kløen, svi- en, rødmen og prikken på huden (ligesom for meget sol); koncentrationsbesvær; hukommelsestab; uvirkelighedsfornemmelse; motoriske forstyrrelser; isninger i nervebanerne, især ved pludselige eller høje lyde; muskel- og rygsmerter; søvnløshed; åndenød til tider astma; stærk hjertebanken samt arytm; blodsukkerubalance, candida, depressioner; mange former for allergier og intolerancer; hormonforstyrrelser, fordøjelsesproblemer, gentagne lændehold - og så alle småskavanker, der fulgte i kølvandet.

Jeg oplevede, at symptomerne kom snigende over lang tid – ét efter ét, indtil jeg havde følelsen af, at der altid var noget galt.

Konstateringen

Igennem de seneste 8 år boede jeg i Island, men opholdt mig også i DK. Det skulle blive nøglen til forståelse. Med hjemmeverksomhed og uden børn levede jeg et harmonisk liv uden stress og jag – alligevel havde kroppen symptomer på voldsom stress og udrændthed. En homøopat i Reykjavik satte mig i

2008 på sporet. Hun kendte symptomerne, stillede diagnosen og anbefalede at få huset undersøgt for magnetisme. Målingerne viste magnetisme ca. 100 gange over grænseværdierne, og blev straks jordforbundet. Men der var flere problemer både i vores drømmehus i Island og i min lejlighed i DK, men af forskellig karakter.

I Island var det de elektriske installationer, en meget kraftig jordåre (en anden type end her i DK) samt bidske vandåre tværs gennem huset. Jordstråle-eksperter og geologer fortalte os, at naturen og undergrunden på vores ejendom er så at sige "elektrisk". Da jeg flyttede derop, følte jeg mig til at begynde med meget gearet og fyldt med energi og havde minimalt søvnbehov. Jeg elskede at være der.

Efter nogen tid blev jeg udmattet og fik søvnbesvær. Min helbredsmæssige deroute begyndte for alvor, og jeg mærkede stor fysisk forskel på, om jeg opholdt mig i DK eller Island. Der gik et par år med frustrationer, endeløst detektivarbejde og forsøgsvis løsninger. Vi havde troen og håbet på, at problemet kunne løses, og vi kunne flytte tilbage i drømmehuset. Til sidst stod det klart, at denne kamp kunne vi aldrig vinde. Både min mand og jeg havde symptomer, men jeg var værst ramt og måtte flytte til DK, i første omgang uden ham.

I lejligheden i DK havde jeg naboer med trådløse internet og paraboler m.m., men var længe om at opdage, at det udgjorde et problem. Jeg hørte om en beskyttende og skærmende maling, og fik til at begynde med malet et enkelt værelse. Det virkede! Nu havde jeg et beskyttelseskammer, jeg kunne krybe i, når omgivelserne blev for strålende. Og vigtigst af alt: et sted, hvor jeg kan sove trygt om natten. I løbet af et års tid fik vi malet det meste af lejligheden, så jeg nu kan opholde mig her uden bekymring. Det har forandret hverdagen. Lykken varede dog kort. Kommu-

nen har varslet opsættelse af en 33 m høj mobilmast tæt på min bolig, og vi må sikkert flytte igen.

Hvordan fik jeg e-stress?

Jeg er uddannet i computerbranchen og arbejdede i mange år med stressende arbejde og deadlines i usunde kontor miljøer og hvad deraf følger af skærme, store edb-maskiner, tonsvis af kabler under gulve og i lofter, laserprintere, fotokopimaskiner, lysstofrør, aircondition, nålefilttæpper m.m. Måske har det også betydning, at min far arbejdede som radartekniker i 20 år i flyvevåbnet, inden jeg blev født, var ivrig radioamatør og selvbygger i elektronik og antenner. Vores hjem var fyldt med teknologi. Denne fascination af elektronik arvede jeg og var i mange år altid med på den nyeste udvikling indenfor computere og mobiltelefoner samt alskens elektroniske dimser, men er til min store ærgrelse nu nødt til at frasige mig denne luksus i hverdagen.

Et liv med e-stress

e-stress er miljøbetinget og opstår, når man overeksponeres for elektromagnetiske felter i omgivelserne. Det kan være naturens magnetfelter, men især den menneskeskabte elektronik og trådløse teknologi er skadelig. En slags digital overdosis.

Vi investerede gennem tiden betragtelige summer i behandlinger, målinger og desuden et udvalg af pyramider, kobberindretninger, krystaller, terninger med uvist indhold m.m. for at omdirigere eller neutralisere strålingen. Jeg har endnu ikke fundet noget, der virkelig giver personlig beskyttelse mod stråler af nogen som helst art – undtagen malingen.

Ikke nok med at man mister helbredet og måske job og familie, man mister også sit hjem og den tryghed det repræsenterer. En tilværelse med e-stress bliver reduceret til nærmest ingenting og kan i værste fald ende i omflakkende hjemløshed, hvor man

zik-zakker sig mellem byer, mobil- og tv-master samt alverdens trådløse sendestationer i folks private hjem og i det offentlige rum, uden at være i stand til at finde ly noget steds. Man bliver miljøflygtning og tvunget til at leve i isolation, afskåret fra normale, sociale aktiviteter, eller med en næsten urimelig grad af særbehandling. Tilværelsen fyldes med angst, bekymringer og ensomhed.

Det skete for mig. Det kan ske for dig. Jeg slap dog for ydmygelsen at skulle flytte i telt.

I takt med at teknologien udvikler sig med raket fart, deler jeg skæbne med et stadigt stigende antal e-stress ramte. Mængder af forskningsresultater beviser, at tilstanden eksisterer, og alligevel er lidelsen stadig ikke anerkendt i DK.

Den omsorg, som "rigtigt" syge får tildelt, udebliver for de el-overfølsomme. Måske fordi denne lidelse er politisk ubekvem, stikker en kæp i hjulet for teleindustriens milliardindtjeninger, og for de "raske" bare er for kompliceret og besværlig at forholde sig til. Nogle lytter høfligt med et fjernt ansigtsudtryk. Måske prøver de at forestille sig: Hvordan ville mit liv se ud, hvis...?

En tanke man lynhurtigt skyder fra sig. Forståeligt nok. Jeg havde jo selv præcis samme reaktion for mere end 20 år siden.

Codex Alimentarius Commission (Codex)

- den usynlige globale organisation

Det følgende er et uddrag af et tankevækkende foredrag i dette forår med Carol Coenca, sygeplejerske, født i Frankrig, men bosat i Danmark i 25 år. Engageret forklarede hun og viste skematisk sammenhængen mellem EU-fødevaredirektiverne, GMO- og Codex Alimentarius-verdenen. Carol tog udgangspunkt i, at Codex Alimentarius er en verdensorganisation i globaliseringen og i påstanden om det eneste alternativ til et fremtidigt sundt verdenssamfund. Tal i parentes henviser til links anført sidst i artiklen.

Til trods for at vi lever i et demokratisk samfund, har de færreste hørt om Codex Alimentarius Commission. Tilsyneladende fører det en anonym tilværelse og skjuler derved sine hensigter for verdens befolkninger. Carol viste og fortalte, hvordan et kæmpe netværk er trukket ned over hovedet på verdensborgerne, et netværk bestående af internationale organisationer fra FN til Codex Alimentarius Commission, der samler trådene og forslagene fra alverdens landes regeringer og organisationer og skaber global "harmonisering og frihed" (læs: ensretning). Vi har fundet Codex Alimentarius Commissions egen og eneste præsentation, en kort video fra 2009, <http://www.youtube.com/watch?v=AxDgRNRkTMA>. Man fornemmer bl.a. Codex-visionen med konventionelt landbrug og GMO, og man noterer sig, at Codex hele tiden refererer til fødevarer sikkerhed, nem international handel og understreger, at det arbejder til verdensbefolkningens bedste. Codex har endvidere en pjece "Understanding the Codex Alimentarius", der kan læses på http://www.who.int/foodsafety/publications/codex/understanding_codex/en/index.html

Alle udsagn kunne dokumenteres, udsagn som havde chokeret Carol til bristepunktet. Derfor er hendes ambitioner i dag at gøre en forskel ved at udbrede budskaberne om, hvorledes Codex-netværket arbejder pan-globalt.

Hvad er Codex, og hvem står bag?

Codex har en lang, historisk løbebane. Det er et selvstændigt organ under FAO/WHO - Food and Agriculture Org. of the United Nations / World Health Org. og består af ikke-folkevalgte medlemmer! Den første Codex Commission session fandt sted i FAO's hovedkvarter i Rom d. 24. juni 1963, og i dag mødes fra 200-400 ikke-folkevalgte jævnligt i Codex Alimentarius Commission, der udgør 185 medlemslande. Codex har mange undergrupper, som mødes på tværs af landegrænserne (0). USA er med via FDA - Food and Drug Administration, svarer til Fødevarestyrelsen (1). Dagsordenen er under dække af at støtte frihandel, at alt, også fødevarer, harmoniseres. Visionen er, at der kun skal eksistere GM afgrøder og kun lavdosis kosttilskud. Die Endlösung, som Carol sagde. Regler og standarder bruges som "benchmark", dvs. tests med ensartede betingelser i regional/national lovgivning i WTO – World Trade Organisation, som Codex har et tæt samarbejde med og støtter WTO's harmonisering af verdenshandelen. Arbejdet ledes gennem 27 komiteer, som hver varetager særlige områder/fag, bl.a. naturlige kosttilskud og ernæring og føde til speciel kostmæssig anvendelse.

Før WTO – World Trade Org. kom ind i billedet i 1990-erne, kunne de ansvarlige lande frit acceptere og afvise regler m.v., som blev fremsat af den aktuelle Codex Alimen-

tarius Commission. I dag eksisterer denne frihed ikke mere.

Der er høringskredse for diverse fagkomiteer, som får skriftlige codex-forslag. Man kan undre sig over, hvor gennemsigtigheden er, og om det er bevidst, at forslag ikke debatteres i fuld offentlighed? Codex er på vej til at blive en del af "corporate governance" (kontrol og styring af virksomheder gennem ejerskab, bestyrelsesstruktur, aflønningssystemer osv.), en elitær, politisk finansiell tilblivelse, samt "compartmentalization" som er en kontrol- og magtopdeling i Codex Alimentarius Commission, bl.a. kritiseret for at forvirre begreberne og vanskeliggøre gennemsigtighed for borgerne. Fx er fødevarerkontrol opdelt i 5 hovedområder.

ADI-værdien - den gennemsnitlige risikofrie, anbefalede dagsration, fastsættes på basis af dyreforsøg, som tilsyneladende har fået GM-føde. (2, 3). Men hvordan skal det nu gå, når mennesker ikke er GM-ere, som Carol sagde.

Hvordan styrer Codex vores liv og vores mad?

Internationaliseringen/globaliseringen styres på højt plan og tæller kendte topchefer lige fra internationalt drevne virksomheder, organisationer, styrelser og banker til politikere og regeringer, også fra Danmark.

EFCR - European Council of Foreign Relations, <http://www.ecfr.eu/content/council/> er en magtfuld politisk elitær organisation i Codex, og USA er via FDA så afgjort den største faktor i Codex. FDA og EFSA – European Food and Safety Authority, der overvåger og sikrer, at Europas fødevarer er sikre, har siden 2007 styrket deres samarbejde, og EFSA spiller en massiv rolle i Codex (4, 5).

Positivlisten

Den er allerede aktuel i Danmark. Det er en officiel fortegnelse over de tilsætningsstoffer, der må bruges i vore fødevarer. Alt andet er forbudt. Tilsætningsstoffer findes efterhånden i al mad, vacciner, medicin, emballage, kosmetik osv. Næppe sundt for os og vore efterkommere (6). Fx kender vi fluor som tilsætningsmiddel i tandpasta (7, 8). Forskning

viser, at det gør steril, giver pletter på tænderne, sætter sig på hjernen og gør apatisk. Polystyrene resin er østrogeninvaderende og påvirker puberteten. Melaminkontamineret mælk havde forfærdelige konsekvenser i Kina for nylig, hvor børn blev syge eller døde.

Carol nævnte også nanoteknologi, som er manipulerede molekyler/atomer. Danmark samarbejder med Kina og Japan i nanoforskning (9). Nanofood /Novelfood er nye fødevarer på vej frem, hvis udvikling og udbredelse Codex også tager stilling til. (10)

Carol nævnte, at i den nyeste forskning, Life Force, vil DNA kunne udsende meget små mængder fotoner (aura) med det formål at kontakte universets fotoner og så at sige "overflytte" informationer. (11). Ret avanceret, og den passer ikke lige ind i Monsanto materialistiske tankegang. Monsanto er en multinational bioteknologisk landbrugsvirksomhed med hovedsæde i USA og verdens største producent af ukrudtsmidlet "Roundup" samt ledende på GM-området med filialer globalt. Visionen er store globale landfarme med GM-afgrøder, og der foreligger sågar et GMO World Map Production Card. Monsanto markedsfører bl.a. sojabønner og aspartam, og i Sønderjylland er der nu flere marker med GMO-majs. I foråret 2011 har Monsanto ansøgt den danske regering om forsøgsudsætning af genetisk modificerede sukkerroer, H-7-I ved Flakkebjerg i Vestsjælland. Vor bekymring er imidlertid, at forskning tyder på, at risiciene ved GMO-teknikken kan volde irreversible skader på alle planter og alle levende væsner ved at forurene og forstyrre den naturlige energi og DNA.

EFSA forsvarer denne forskning og holdning og ser eller forstår ingen konsekvenser på sigt; det er embedsmænd, der forvalter fødevarerens sikkerhed.

Vandret genmodificering (non-GMO der kontamineres med GMO, når vinden blæser, og bierne flyver fra blomst til blomst) sker allerede over hele verden. DNA-et er under voldsomt pres ved lodret genmodificering, dvs. når næringsstoffer i fødevarer udtages specifikt og manipuleres med nano, GM osv.

Endvidere omtales den bestråling, som mange fødevarer i dag undergår for at forlænge holdbarhed, smag, farve osv, dog ikke i Danmark, som kun bestråler krydderier. I USA bestråles friske råvarer. Kloning er på fremmarch, men stadigvæk under stærkt pres (12, 13).

Vort samfund bygger i dag på et "kunstigt", et bureaukratisk opdelingsprincip, der skaber forvirring og uvidenhed frem for at bygge broer mellem mange forskellige instanser, grupper eller mennesker. I en tid hvor kommunikation og åbenhed er in, sker der faktisk det modsatte. Borgerne holdes tilsyneladende fanget i et globalt samfundsspil, hvor vi ikke er medspillere. Codex bygger på en udemokratisk globaliseringsstruktur, som i al ubemærkethed er ved at blive trukket ned

over vore hoveder. Uden en demokratisk debat om hvilke veje og fælles værdier vi ønsker for vores verdenssamfund, vil vi ufrivilligt holde et pyramidalt samfund i live og være bærere af følgerne af eksperimenterne. EU-lederne og medlemmerne af Europa-Parlamentet bærer derfor et stort ansvar for den udvikling, der synes at rive EU med ind i en gigantisk global, udemokratisk topstyret verdensorden. Er de klar over det?

Carol opfordrede til at studere inderen Vandana Shiva, som er en stor kapacitet inden for global miljømæssig retfærdighed og kulturel, økologisk diversitet. Hun er aktiv i mobilisering mod GMO, så længe der er begrundede risici. Hun har bla. skrevet bogen "Planting the Seeds for Change", hvorfra Carol læste denne opfordring: "Be the change you wish to see in the world".

Tallene henviser til tallene i parentes i artiklen:

- (0) <http://www.worldfoodscience.org/cms/?pid=1005468&printable=1>
- (11) http://www.fs.is.usda.gov/Codex_Alimentarius/codex_news_archive_011411/index.asp
- (2) http://en.wikipedia.org/wiki/Genetically_modified_food
- (2) http://en.wikipedia.org/wiki/Genetically_modified_food_controversies
- (3) <http://www.actionbioscience.org/biotech/margawati.html>
- (3) <http://www.wisegeek.com/what-are-transgenic-animals.htm>
- (4) <http://www.efsa.europa.eu/en/press/news/corporate070702.htm>
- (5) <http://www.efsa.europa.eu/en/international/codex.htm>
- (6) <http://www.foedevarestyrelsen.dk/Forbruger/Emner/Tilsaetningsstoffer/Sider/Positivlisten.aspx>
- (6) <http://translate.google.com/translate?hl=da&langpair=en%7Cda&u=http://www.food.gov.uk/safereating/chemsafe/additivesbranch/enumberlist>
- (7) <http://www.leksikon.org/art.php?n=812>
- (8) http://www.lichtenberg.dk/anvendelsen_af_fluor_i_tandpleje.htm
- (9) http://www.denstoredanske.dk/Lt_teknik_og_naturvidenskab/Kemi/Kemi_generelt/molekyle
- (10) <http://en.wikipedia.org/wiki/Nanotechnology>
- (11) <http://www.rense.com/general50/buiop.htm>
- (12) <http://www.rickaster.com/world/dnaphoton.html>
- (13) <http://www.euractiv.com/en/cap/novel-foods-review-stumbles-cloning-news-503610>

Kilder: Wikipedia, "En Sundere Verden" (<http://www.de-positive-budskaber.dk/Foredragsholdere/RobbyCurdorf.htm>)
 LNS Temahæfte om GMO (<http://lnsnatur.dk/gmo-heftet.shtml>), Carol Coenca samt disse links.

Broccoli - igen, igen

Broccoli er en vidundergrøntsag; gennem årene har mange mærket dens effekt på skøre knogler og led, slidgigt og – cancer

Også forskere er efterhånden så glade for denne supermad, at den anbefales som fast føde for at undgå, stagnere eller forhale selv en svær sygdom som cancer. Blot 3-5 portioner broccoli ugentligt vil have en forebyggende og sundhedsfremmende effekt. Det er stoffet sulforaphane (SFN), som findes i højt niveau i broccoli og styrker tarmfloraen, så den forbedrer broccolis kræftforebyggende egenskaber.

Broccoli i behandling af brystkræft kan hindre kræftcellerne i at sprede sig. Flere forskere mener, at nøglen til at kurere can-

cer ligger i behandling af kræftstamcellerne, som nutidens kemo ikke angriber. Det gør til gengæld sulforaphane eller broccoli ekstrakt, som hæmmer dannelse af nye tumorer og derved hindrer spredning af selve kræften.

Resultaterne er tilvejebragt af især britiske og amerikanske forskere.

Kilder: http://fpn.dk/liv/krop_valvare/article2186889.ece
- http://fpn.dk/liv/krop_valvare/article2058618.ece



Invitation til politikerne om dialog

LNS har bedt nogle politikere komme med deres bud på en dialog med det alternative sundhedsbagland, der jo i vidt omfang trodser det, der officielt ses som fornuftigt.

Så skal vi snart til valgurnerne igen, denne gang folketingsvalg. Vi skal endnu engang være med til at bestemme, om vi skal regeres af rød eller af blå blok. Den trængte økonomiske situation på verdens- og hjemligt plan præger billedet mere end nogensinde og kan nok sætte sindene i kog og skabe utryghed i de små hjem.

Når det kommer til stykket, hvad kan vi så egentlig bestemme, når kommunikationslinierne fra borger til politiker cuttes mere og mere? Først blev kommunerne lagt sammen, så nedlagde man amterne, så oprettede man regionerne, og nu er turen sandsynligvis kommet til nedlæggelse af 3 sygehusbestyrelser. Nedskæringer, reduceringer, besparelser.

Hvad sker der mon med sundhedsområdet?

NaturHelses redaktion har henvendt sig til folketingets sundheds- og fødevarerudvalg og udvalgsformænd samt de politiske ordførere for at få deres tilkendegivelse om landets sundhedssystem, og hvordan de stiller sig til vores naturlige område.

For hvordan kan det være, at der på trods af den enorme indsats er ca. 45% af den danske befolkning [se www.vifab.dk], som regelmæssigt søger hjælp hos 'skygge-systemet' – det der kaldes alternativ behandling? Det sker med fuld brugerbetaling og er basis for, at der nu er næsten lige så mange aktive alternative behandlere som praktiserende læger. [Analyse af det danske udbud af komplementær og alternativ behandling. Cast – Center for Anvendt Sundhedstjenesteforskning og Teknologivurdering. Syddansk Universitet 2007]. Vort ønske om en meget større andel i de milliarder af kroner, der årligt flyder gennem

sundhedssystemet, prioriteres derfor fortsat.

Som paraplyorganisation for alternative behandlere og klienter kan vi bevidne, at det kun sjældent føler sig behandlet med respekt og forståelse. Dette skygge-bagland er i alt væsentligt uden for det politiske systems kontakt- og interesse-flade. Skyldes det mon dårlig vilje fra politikernes side?

Vi er så forhåbningsfulde at tro, at der er nogle politiske ildsjæle, der både kan og vil forvalte magt og indflydelse på vegne af selve befolkningen og vil bidrage til at modvirke fornemmelsen af et politisk system, der kunne fungere mere relevant. Derfor har vi stillet spørgsmålet:

”Hvad er din holdning til, at de to lejre kunne begynde at samarbejde?”

I betragtning af det forestående valg har vi underbygget spørgsmålet med oplysninger om, at en nylig publiceret undersøgelse, som fik støtte fra ViFAB, viser, at klienterne er kommet igen til alternativ behandling i gennemsnit 35 gange, og at det hjalp dem i deres proces. [<http://www.issseem.org/mo-gensehrich.cfm>]. Sundhedssystemets autoriteter betvivler nemlig jævnligt, at der er videnskabeligt belæg for virkningen af alternativ behandling. Det har de ret i, og virkningsmekanismen er heller ikke klart kendte. Det hænger naturligt sammen med, at forskningsmidlerne til denne sektor generelt er små; her i landet går kun 0,07 promille af statens forskningsbudget til Videnscenter For Alternativ Behandling (ViFAB). Jævnlig undersøgelse af hvor stor en del af den daglige lægelige praksis, der hviler på lægevidenskabelige studier, når alle frem til, at det er langt under halvdelen, på trods af de mange penge der løbende bruges på den forskning. Man kan vel sige, at ovennævnte autoriteter ”kaster med sten fra et glashus”. Mon ikke sund fornuft og erfaring til daglig er hovedgrundlaget i begge lejre?

Eksempelvis foreslår vi, at patienter på

venteliste får et dispositionsbeløb til alternativ behandling efter eget valg i ventetiden, og efter en operation. Endvidere foreslås etablering af "grønne afsnit", hvor traditionel og alternative ekspertise samarbejder.



Liselott Blixt, Dansk Folkeparti:

I Dansk Folkeparti har vi altid arbejdet for at indføre alternativ behandling. Det var derfor, Dansk Folkeparti fik gennemført VIFAB samt skaf-

fet de penge til organisationen, som bliver brugt til området. Vi ser gerne grønne afsnit, samt at man som syg kan vælge alternative behandlinger. Jeg arbejder for, at eksempelvis kræftlæger har andet end "dyr medicin" på hylderne, når man vil give patienterne livsforlængende behandling. Det har vist sig, at en god palliativ indsats evt. med alternative behandlinger, forlænger livet lige så meget som den dyreste medicin. Jeg mener, at patienten bør have mulighed for at vælge. Desværre har vi ikke pt ekstra ressourcer at putte ind i sundhedsvæsenet, så derfor kan vi ikke pt arbejde for et dispositionsbeløb før og efter en operation. Men håber, at det bliver en mulighed i fremtiden.



Vibeke Grave, MF for Socialdemokratiet, Valgt i Region Sjælland:

Selvfølge skal der samarbejdes. Der er sket rigtig meget på det sund-

hedspolitiske område igennem de seneste år. Der kommer til stadighed nye behandlinger der gør, at vi kan hjælpe flere patienter for flere forskellige sygdomme. Det har betydet, at den gennemsnitlige levealder til stadighed stiger, og det er mit ønske og håb, at denne tendens skal fortsætte.

Vi oplever også, at patienter gør en indsats selv og ikke lader sig nøje med de bud på behandling, som det offentlige kan tilbyde. Det har givet grobund for et stort alternativt be-

handlingsområde, hvor der hele tiden kommer nye patienter/kunder til. Jeg tror, det er en god tendens, at folk i forskellige sammenhænge tager sagen i egen hånd og forsøger sig på det alternative marked. Det stiller dog også høje krav til udøverne af den alternative behandling. Vi har tidligere set behandlere, der ikke havde nok styr på deres virkemidler og derfor tappede meget syge folk for deres sidste ressourcer. Men vi har også set, at alternative behandlingsformer har hjulpet rigtig mange mennesker for smerte og øget deres livskvalitet.

Det er forståeligt, at man som alternativ behandling kunne ønske sig mere fokus på forskning inden for deres arbejdsfelt. Og det tror jeg også vil komme på sigt. Men som situationen er i øjeblikket, hvor der er stort pres på de alt for få forskningsmidler i sundhedsvæsenet, så ligger en meget markant øgning af forskningen indenfor det alternative område nok ikke lige hen om hjørnet. Samtidig er der nogle problematikker i forskning indenfor det alternative behandlingsfelt, idet mange alternative behandlingsformer er positivt tilvalgt af patienten/kunden og vedkommende derfor ofte vil være mere positiv overfor behandlingen, uanset virkning. Behandleren tillægger det ofte også stor betydning, at patienten har en positiv tro på behandlingen. Det vil være svært at forske i det!

Det er glædeligt, at så mange borgere gør en aktiv indsats for deres helbredssituation. Men kan patienten altid selv vide, hvad der vil være bedst for vedkommende?

Jeg synes, der skal ske forskning indenfor det alternative behandlingsområde. Og jeg synes derfor, der skal arbejdes videre med at finde egnede forskningsprojekter, hvor der ikke kan stilles spørgsmålstegn ved neutraliteten, og hvor der samtidig kan være fokus på kvalitetssikring.

At give patienten et "dispositionsbeløb" til alternativ behandling er en model, jeg ikke går ind for. At blive behandlet for en sygdom er ikke noget man som patient selv skal definere eller diagnosticere. Der skal fagfolk ind over. Og tilskuddene til behandling må gives, når behandlingen beviseligt kan give effekt.

Sluttelig vil jeg fastslå, at jeg er sikker på, at flere og flere alternative behandlinger i de kommende år vil blive anerkendt og vil blive brugt til de typer sygdomme/lidelser, som de har en effekt på.

Karl H. Bornhøft, sundhedsordfører SF:

I Socialistisk Folkeparti er vi glade for, at der findes alternativ behandling som supplement til den almindelige lægevidenskabelige behandling. Det er vores indtryk, at alternativ behandling hvert år hjælper mange danskere, og i flere andre lande betragtes flere typer af alternativ behandling da også som helt almindelig.

Vi mener derfor, det er vigtigt, at de alternative behandlingsmetoder, som supplement til almindelig behandling, undersøges nærmere. Så vi kan få klargjort, hvilke alternative behandlingsmetoder, der virker, men også så vi kan udelukke de metoder, som ikke hjælper. Den lange liste af alternative behandlere og behandlinger skal kort sagt gøres mere overskuelig og dokumenteret. Samtidig er det nødvendigt, at vi politikere i en tid med stigende sundhedsudgifter, får mere viden om, hvilke alternative behandlingsmetoder, der giver mening af støtte, set i lyset af de begrænsede økonomiske midler, der er til rådighed

SF foreslår derfor, at der skal nedsættes et udvalg, der skal kortlægge den alternative behandling i Danmark. Udvalget skal bl.a. se på modeller for, hvordan den alternative behandling kan finde anvendelse i det bestående sundhedsvæsen og andre steder, hvor dette måtte være relevant. Samtidig finder vi det i SF vigtigt, at der hele tiden udvikles og udforskes nye og andre behandlingsmetoder, for så vidt de virker og har videnskabelig evidens. Vi ønsker derfor også, at udvalget undersøger, hvordan man sikrer videnskabelig evidens for den alternative behandling. Så der kan finde en afklaring sted om, hvilke alternative behandlere og behandlinger, som bør løftes til en godkendelse og dermed evt. være støtteberettiget via Sygesikringen på lige fod med godkendte behandlinger. Konkret skal udvalget have følgende opgaver:

- Kortlægge den alternative behandlingsverden i Danmark
- Se på mulighederne for en autorisation af alternative behandlere
- Se på muligheden for at alternative behandlere inddrages i behandlingen, hvor det er relevant og udbytterigt – gerne i et fornuftigt samarbejde med det eksisterende sundhedsvæsen.
- Give nogle bud på, hvordan man sikrer den videnskabelige evidens ved alternativ behandling.

I SF håber vi på, at et sådan tiltag vil kunne løse nogle af de problemstillinger I ridser op. Samt at der på den måde skabes nogle mere fornuftige rammer for den alternative behandling. Til gavn for de mange, som har brug for alternativ hjælp.



Ole Vagn Christensen, Socialdemokratiet:

Jeg ved ikke, hvor god en ide det er at blande de to systemer. Dermed ikke sagt, at der ikke er noget I kan lære

af hinanden, det mener jeg nok der er. Derfor er mit råd - find et samarbejdsrum et dialogforum, hvor I ildsjæle kan finde samarbejdsområder sammen med sundhedssystemet. Alt hvad der hedder videnskab i dette land bygger på ildsjæles erfaringer. Men at blande de to sundhedssystemer sammen kan med brændte kar i begge systemer ødelægge mere end nogen af jer overhovedet i de to systemer ønsker. Et samarbejdsrum vil kunne bringe jer begge videre.

Øvrige svar fra politikere, som af forskellige årsager ikke kunne besvare eller har videresendt vor henvendelse:

Bente Dahl Radikale Venstre, Karina Lorentzen Socialistisk Folkeparti, Carina Christensen Konservative, Henrik Sass Larsen Socialdemokratiet, Preben Rudiengaard Venstre, Anne Marie Geisler Andersen Radikale Venstre, Marlene Harpøe Dansk Folkeparti, Mette Gjerskov Socialdemokratiet.

Eftervirkninger af urtedirektivets effekt

kræver ekstraordinær handling

Både i LNS og Sundhedsrådet er der medlemmer, der har haft besøg af levnedsmiddelkontrollen og lægemiddelstyrelsen, besøg som for mange var en meget ubehagelig oplevelse. Dels fordi vores medlemmer manglede en viden om det lovmæssige grundlæg for disse besøg, og det de skulle leve op til, og dels fordi nogle af besøgende havde en razzialignende karakter med deraf følgende traumatisering af de berørte medlemmer.

I den anledning har LNS haft kontakt til nogle af de medlemmer, der har haft denne oplevelse, hvorved ideen om en hotline som en forebyggende foranstaltning og en form for krisehjælp er opstået. Det vil gøre det muligt at indsamle informationer ved at undersøge omfang af konsulentbesøg og konsulenternes praksis samt bearbejde henvendelserne. Indholdet vil være relevant i f.t. at kunne give en tilbagemelding til SRAB, som er det centrale samarbejdsforum mellem myndigheder og alternative behandlere, repræsenteret via de respektive paraplyorganisationer for alternative behandlere og brugerne og dermed vejlede den alternative branche om rettigheder m.m. Formålet er endvidere at skabe ligeværdighed i kontakten mellem og uddannelsen af kontrollanter fra styrelser / ministerier og alternative behandlere.

Selvom SRAB på et møde i 2007 afslog at involvere sig yderligere vedr. Fødevarestyrelsens håndtering af kosttilskudssager, vil vi, forhåbentlig sammen med andre fra brobygningssamarbejdet, bringe ovennævnte sag op på det næste SRAB møde og foreslå Rådet at tage kontakt til de ministerier, der har disse kontrolfunktioner, med henblik på her og nu at etablere en uddannelse for de involverede parter på begge sider. Målet skal være, dels at begge sider bliver bedre rustet til at opfylde udøvelsen af de lovmæssige krav, der på ethvert tidspunkt måtte være gældende på området, og dels og ikke mindst set fra paraplyorganisationernes side, at kontrolpersonalet

bliver uddannet i en mere respektfuld menneskelig adfærd i udøvelsen af deres funktion. Vi kan her sammenligne med den menneskelige holdning vores medlemmer generelt møder hos SKAT, der afholder kurser og har mulighed for personlig vejledning og dermed fjerner usikkerhed og højner muligheden for opfyldelsen af lovmæssige krav. Lykkes det ikke, vil vi foreslå, at SRAB initierer fremmøde af de involverede kontrolfunktioner med henblik på at uddybe og forklare gældende regler.

Endvidere vil vi informere SRAB om, at vi selv agter at tage et ansvar i denne sag i vores branche og vil arbejde på at uddanne vore medlemmer. Vi vil også give vore medlemmer en mulighed for at rapportere om styrelsernes kontrolbesøg, som vi ønsker må have en positiv karakter, men selvfølgelig også hvis det modsatte mod forventning skulle være tilfældet. En viden vi selvfølgelig agter at dele med SRAB ved vore fremtidige møder.

Det er vort håb, at flere af branchens paraplyorganisationer vil arbejde videre med emnet i deres respektive bestyrelser til styrkelse af vore fælles krav for ligeværdighed. Skulle du få behov for bistand, inden vi får aftalt en endelig form med andre organisationer, så få yderligere oplysninger hos LNS på 70 22 23 39.

SUND. LIVSSTIL

FLYTTER TIL

ØKSNEHALLEN

Danmarks største sundhedsmesse
23. - 24. - 25. september 2011 kl. 10-18

Gratis smagsprøver

Økologiske fødevarer

Økologisk og naturlig hudpleje

180 udstillere • Foredrag

Prøver på alternative behandlinger

Gratis udstillerkatalog og
magasinet **naturli** ved indgangen

Entré: Voksne kr. 100,-

Børn under 14 år gratis ifølge med voksne.

Se udstillere og foredrag på:

www.sund-livsstil.dk



Sund Livsstil messe nu i Øksnehallen

23.- 24.- 25. september 2011

Sund Livsstil er kommet for at blive, og den velkendte sundhedsmesse flytter til Øksnehallen efter 25 år på Frederiksberg.

Nu er det på tide med fornyelse og prøve nogle spændende rammer i Øksnehallen, så det bliver en ny og inspirerende oplevelse for gæsterne, siger messens arrangør Peter Mikelsen, der har været med siden begyndelsen. De første ti år som udstiller og de sidste femten år som arrangør af Danmarks største sundheds arrangement.

De sidste par år er besøgstallet steget og var sidste år tæt på at runde 20.000 gæster.

Antallet af udstillere er oppe på 180, hvilket er en fordobling i forhold til den første messe.

Udstillerne fylder den gamle rustikke Øksnehal med det flotte lysindfald til bristepunktet med sundhed, skønhed og velvære. Og helt i Øksnehallens ånd vil der være mange udstillere med fødevarer og økologiske produkter. Lækkerier til at smage og til at købe med hjem til et sundt og lækkert måltid.

Går du til alternativ behandler? Og har du lyst til at stifte bekendtskab med forskellige alternative behandlingsformer? Tænk du på, hvad du smører på din krop? Og har du lyst til at møde mange udstillere med rene, økologiske hudpleje- og kropsplejeprodukter?

Så skal du lægge vejen forbi Øksnehallen og besøge de mange udstillere på Sund Livsstil messen.

Overalt i Øksnehallen vil der være tilbud om at smage, dufte, lytte, se, føle og fornem-

me. Glæd dig allerede nu til en dag fyldt med sunde fristelser, økologiske produkter, naturlig hudpleje, alternativ behandling og spændende foredrag.

Som gæst på Sund Livsstil har du mulighed for at tale med dygtige terapeuter og sundhedsrådgivere, få prøver på helbredende behandlinger, samle viden om sundheds-kurser og alternative uddannelser, eller tale med udbydere af godkendte naturlægemidler, kosttilskud samt andre helse og velvære produkter. Se listen med de 180 udstillere på www.sund-livsstil.dk

Kom og få en snak med folkene bag...

- de mange nye, lækre økologiske fødevarer og drikkevarer
- de helsebringende naturlægemidler og kosttilskud
- det store udbud af naturlige hudplejeprodukter
- de mange forskellige helbredstests og undersøgelser, som benyttes til at tage en sygdom i opløbet

... og prøv velvære behandlinger på din egen krop

Sund Livsstil messen byder på mange former for helse og velvære behandlinger. Flere typer massage: Fysiurgisk, Shiatsu, Healing og Stolemassage samt Zoneterapi, Ansigtssoneterapi, Rosenterapi, Kranio-Sakral terapi, Kinesiologi og Biopati. Dybde-udrensende fodbad, massagestole og -puder samt dejlige hudpleje og spa behandlinger.

Skoler, kurser og uddannelser

Blandt de mange udstillere er flere skoler og kursuscentre repræsenteret. Her finder du spændende tilbud om uddannelser til



Gæstekort

Derne invitation giver gratis adgang for 1 person til et besøg på:

SUND

LIVSSTIL

FLYTTER TIL

ØKSNEHALLEN

Danmarks største sundhedsmesse
23. - 24. - 25. september 2011 kl. 10-18

Kun gyldig med firmastempel



Gæstekortet må ikke sælges

Se udstillere og foredrag på:

www.sund-livsstil.dk

Art: Plakater & Tryk: Peter H. H.



Gæstekort

Derne invitation giver gratis adgang for 1 person til et besøg på:

SUND

LIVSSTIL

FLYTTER TIL

ØKSNEHALLEN

Danmarks største sundhedsmesse
23. - 24. - 25. september 2011 kl. 10-18

Kun gyldig med firmastempel



Gæstekortet må ikke sælges

Se udstillere og foredrag på:

www.sund-livsstil.dk

Art: Plakater & Tryk: Peter H. H.



alternativ behandler, f.eks. FDZ Zoneterapeutiskolerne, At Work Skolen, Body-SDS, Kursuscenter Kilden, Sportseducation og TouchPro Stolmassage.

Foredrag

Alle tre dage afholdes foredrag i tilknytning til Sund Livsstil messen. Foredragene foregår i det nye og topmoderne CPH Conference - 30 meter fra Øksnehallen. Her uddyber udstillerne mange spændende emner. Der er f.eks. foredrag om "Super fordøjelse med den rette mad", "Mad, D-vitamin og sundhed", "Tantra – vejen til mere livsglæde, kærlighed og bedre sex", "Knogler skal holde hele livet – kan dine det?" og "Coclo magnet og akupunktur system".

Se hele foredragsprogrammet og entré prisen til det enkelte foredrag på www.sund-livsstil.dk Entré billetter til foredragene kan kun købes på messen. På messens hjemmeside finder du også nyheder om messen og hele listen med de mange spændende udstillere.

Arrangør: Peter Mikkelsen
Mikkelsen & Myrtoft Messer ApS *
Maglebjergvej 4 * 2800 Lyngby
T: 3976 6660 * E: mail@sund-livsstil.dk
*** w: www.sund-livsstil.dk**



INFO

Sund Livsstil i København,
Øksnehallen, Halmtorvet 11,
1700 København V

23. - 25. september

Åbningstid: 10-18.

Entré: Voksne 100 kr.

* Børn under 14 år gratis med voksne

www.sund-livsstil.dk

LNS på Sund Livsstil messe

I Øksnehallen

Mød LNS på stand 843, hvor vi igen i år har besøg af udvalgte medlemmer

I kan bl.a. møde

Miljø- & Jordstråleforeningen Danmark, www.mj-danmark.dk

På gensyn på standen!

Arrangementer



DanInfo Messerne

KROP-SIND-ÅND Helsemesse

30. sep. - 2. okt. 2011 - kl. 10 - 18

NRGi Park, Stadion Allé 70, 8000 Århus

Et liv som el-overfølsom har mange aspekter

Tirsdag d. 20. september kl. 19-21.30

i Værløse Kirke, Højeloft Vænge 20, 3500 Værløse

Hvordan klarer el-overfølsomme en ganske almindelig hverdag.

Foredrag med plads til dialog v. Johnny Wulff, dowser, Miljø- & Jordstråleforening Danmark. Vi kommer ind på forskellige fagudtryk og deres betydning og også på kost og levevis. Vi får en viden om de mange el-systemer og apparater, man som el-overfølsom kan prøve at undgå og dermed øge muligheden for at få en tålelig hverdag. Der er 10 hovedpunkter til inspiration samt henvisninger til brugbare links og udlevering af materiale og informationer. Alle er velkomne, nysgerrige som el-overfølsomme.

Tilmelding senest 19. september med navn og deltagerantal til yhm@lnsnatur.dk eller på tlf. 60 70 48 87.

Pris incl. te-kaffe-m.v., medlem 60 kr., ikke-medlem 80 kr.



LØRDAGS-seminar d. 29. oktober kl. 14-17.30

Værløse Kirke, Højeloft Vænge 20, 3500 Værløse

Johnny Wulff causerer om den alternative- og spirituelle verden, som vi er en del af. Healing, e-sans, dowsing (måling) og divining (vandvisning og pendulering), krystalenergi og det levende vand, som er manifesteringer af denne verden af energi. Der fokuseres på praktisk demonstration af forskellige teknikker og den bagved liggende viden. Vi prøver selv at håndtere pilekvist, pendul og krystaller's svingninger og at få testet egen sensitivitet.

Incl. Te-kaffe-m.v. medlem 60 kr., ikke-medlem 80 kr. Tilmeld dig senest dagen før til yhm@lnsnatur.dk eller tlf. 6070 4887.

Kommunikationstræning der rykker d. 26. sept. og 2.

november kl. 9.00. Coach Træf: 13-10-2011 17:00

Kontakt ClearVision tlf. 3930 8033, info@clearvion.dk

Arrangementer



Helsemesse i Gilleleje Hallerne

Søndag d. 4. december kl. 10-16

Bøgebakken 19 C, 3250 Gilleleje, entré 20 kr

**Besøg Jule- og kræmmermarked i Gilleleje Hallerne
på 1. sal 3.-4. december lørdag 10 - 17, søndag 10 - 16**

Spirituel udviklingsgruppe 26-27 Nov. kl. 9-16 i Lyndby

Spirituel Wellness 30. sept kl.16 til 2. okt. kl.16 i Vedersø

Stresskursus 14-15. oktober kl. 9-16 i Lyndby. Kontakt

Spiren personlighedsudvikling tlf. 4643 7245, www.spiren.dk



Natur-Balance-Huset Danmark

Netværk med 15 velfungerende huse.

**Mødesteder for alternativ behandling og
krop, sind, ånd. Prøv selv og find et hus i
dit område på www.mandala.dk/gaia/HJEMMESITE.shtml**

Mystikkens Univers i KB Hallen, d. 4. - 6. november

Fredag kl. 12-19, lørdag og søndag kl. 10-18

Entré 80 kr. Peter Bangs Vej 147, 2000 Frederiksberg

Spirituel overbygning på KROP-SIND-ÅND Helsemesserne

QiGong med QiVera for begyndere kl. 17.45

mandage fra 22. sept. Skovgården, 3500 Værløse.

Forebyggende, afstressende, lindrende, afbalancerende
bevægelser i slow-motion. Tlf. 4448 5155 - joan@famsam.dk





BIO-STRATH

- Modstandskraft til hele familien...

Er man sammen med mange andre hver dag, kan der være behov for at styrke modstandskraften gennem en optimal ernæring. Bio-Strath er et naturligt tilskud af ekstra vitalitet, der sammen med en god og sund kost styrker kroppens naturlige modstandskraft, så man er bedre rustet til at møde dagligdagens påvirkninger, bl.a. ved den tætte fysiske kontakt mennesker imellem.



SE HER!!

- **Naturterapeuter**
- **Alternative Behandlere**
- **Skoler**
- **Foreninger**

LNS indkalder til seminar om udveksling af erfaringer og klarlæggelse af mulige fremtidige LNS mål
Lørdag d. 12. november 2011 kl. 14 – 17
i Værløse Kirke, Højeloft Vænge 20, 3500 Værløse



Har du lyst til at være med til at præge den fremtidige udvikling i LNS, og har du en inspiration hertil, som du ønsker at dele, så mød op. Det kræver blot, at du sender en bindende tilmelding senest 10. november med navn og antal deltagere til vhm@lnsnatur.dk eller på tlf. 60 70 48 87. Det er gratis at deltage. Der vil dog blive opkrævet et beskedent beløb på 20 kr. for servering (Kaffe/te samt lidt mundgodt!). Vi glæder os til se dig.

Baggrunden for seminaret er LNS medlemsundersøgelse i 2010. Vi ønsker at invitere alle alternative behandlere, skoler og foreninger med baggrund i den alternative verden til erfaringsudveksling og til at klarlægge mulige mål for LNS' fremtidige virke.

LNS har som paraplyorganisation allerede påvirket udviklingen indenfor den alternative verden fx som initiativtager til RAB registreringen, medvirkende til oprettelse af VIFAB, til samarbejde på nordisk plan i NSK (Nordisk Samarbejds Komite for Komplementær- og Alternativ Medicin), som medlem af SRAB (Sundhedsstyrelsen Råd for Alternative Behandling) og videnskabelig forskning, fx med offentliggørelsen af forskningsresultat der viser, at der er en sammenhæng mellem mennesker, der har energi-sans (e-sans) og brugere samt udøvere af alternativ behandling (<http://www.lnsnatur.dk/forskningsudvalg.shtml>).

Bæredygtig udvikling

I Cambodia



Jeg har været tilknyttet LNS i ca 6 år, sidder i bl.a skolerådet og har en baggrund indenfor forsvaret, iværksætter fra erhvervsfremmestyrelsen etc og har siden 1996 uddannet mig indenfor yoga, akupressur, healing m.m. I 2009-10 rejste jeg Asien rundt sammen med LNS' redaktør Annette Kurtzmann, og vi besøgte bl.a. Cambodia.

Cambodia er et fantastisk land at rejse i. Når det kommer til natur bl.a., er viden om plantemedicin i god behold. Velsignelsen er, at der ingen rigtig infrastruktur er, og at det derfor ikke er muligt at få vestlig (allopatisk) medicin ud til landområderne. Dette har medført, at regeringen er gået med til at sponsorere udbredelse og undervisning i den oprindelige khmer medicin. Vi har begge haft den glæde at være med til et kursusforløb i denne traditionelle medicin.

Anvendelsen af plantemedicin i Cambodia er tæt på fytoterapien, som vi kender den i DK, altså medicinsk brug af plantedele i form af teer, pulver, tinktur etc. Projektet, som vi besøgte, er bl.a. kommet på vej med hjælp af "Medecine de la nature", som er en international ngo med følgende tre målsætninger:

1. **At sikre den viden, der kommer fra traditionelle læger og sikre videregivelsen til nye generationer**
2. **At skabe medicinske plantehaver**

(dette sikrer jo, at naturen ikke bliver udnyttet, jvf. bæredygtigheden)

3. **At skabe den nødvendige infrastruktur til et autonomt og lokalt baseret produktions- og styrings-system af den plantebaserede medicin.**

I Cambodia er der et reelt behov for lokal naturmedicin, da langt størstedelen af landbefolkningen lever under fattigdomsgrænsen og derfor, selv om de kunne få vestlig medicin, ikke ville have penge til at købe den. Dette gav os på en lidt hård måde måske, de perfekte omstændigheder til at udforske brugen og indsamling m.m. af plantemedicinen i et af Asiens fattigste lande.

Som sagt så gjort. Vi valgte at tage turen til junglen mellem Cambodia og Laos, nærmere bestemt Ratanakiri provinsen. Her besøgte vi et projekt og boede hos en familie på et såkaldt homestay (interesserede kan få yderligere info på email j.blytner@gmail.com).

Det skal dog siges, at det var en lidt primitiv uge (ingen strøm eller senge). Men vi valgte denne løsning for at være tæt på begivenhederne. Det medførte bl.a. 2 dages vandring i junglen med rangerguide og høvdingen fra landsbyen, som naturligt er en af dem, der ved mest om medicinsk brug af planterne, da han jo har en hel by at passe på.

Det blev en fantastisk tur; området er et af de sidste store jungle-regnskovsområder, der er tilbage i Asien, og som desværre forsvinder med rivende hast - som alle andre steder. Derfor er det nødvendigt for landet at lave projekter, der kan beskytte floraen, inden den er helt væk.

Vi fandt ca. 75 planter, tog prøver, smagte osv. Vi var fra Siem Rep (tæt ved Angkor Wat) blevet udstyret med en bog fra det cambodianske sundhedsministerium. Dejlig bog lavet i samarbejde med ovenstående ngo. Vi bragte et eksemplar med hjem til DK, da en af grunden til rejsen netop var at finde ud af Asiens udvikling i plantemedicin og tage relevant viden med hjem til kære Danmark, udvalgt efter bedste evne og med LNS' medlemmer og den danske befolkning som primære målgrupper.

Niveauet i bogen er fint med kemiske analyser af flere af planterne osv. Der er stort potentiale i Cambodia og muligheder for et evt. samarbejde på flere planer. Infrastrukturen gør dog, at folk med kommercielle interesser skal se sig for, da korruption her, ligesom mange andre steder i Asien, er et problem. Dette ændrer dog ikke på den store mængde medicinske viden, der foreligger, en viden der er blevet overleveret mundligt (bl.a. på grund af udbredt analfabetisme). Undertegnede ynder den gamle mesterlære metode, fordi den giver et godt kendskab til urterne, og man skal kende dem i naturlig form. Det er først inden for de sidste år, at man er begyndt at katalogisere denne værdifulde viden, som også er af betydning for os her hjemme. En del af planterne har kunnet fås gennem mange år f.eks. kokos, ananas m.m. - så længe det varer....

For yderligere information kig på
<http://www.medicine-nature.org/>

LNS

kontingentsatser for 2011

incl. NaturHelse:

Terapeutgruppen inkl. Koda Gramex:
 Personlig terapeut 700 kr.
 Skolemedlem i terapeutgruppen 900 kr.

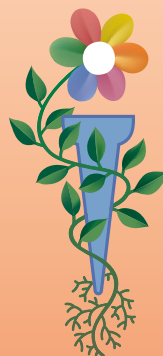
Andre medlemstyper:

Skolemedlem uden Koda-Gramex,
 erhvervs-, brancheorganisations-
 og foreningsmedlem 600 kr.
 Personligt medlem 200 kr.
 Bladabonnent (uden medlemsrettigheder)
 150 kr.

Brug bankkonto 8401 1010331
 eller kode +73 +82070559
 Er du kun til indbetalingskort, så bestil det på
 tlf. 60 70 48 87

**På gensyn i LNS -
 det naturlige samlingssted**

*Lille indsats
 – stor effekt!*



Vigtigheden af bevidsthedsændring

Hvor tit går du og tænker på dine kroppe?

Den opmærksomme læser studser sikkert en ekstra gang og konstaterer, at her er der vist tale om en slåfejl. Der står kroppe og ikke bare krop.

Det er imidlertid bevidst, at jeg skriver kroppe. Du og jeg består nemlig af mere end en enkelt krop.

Der er sikkert nogen, der mener, at nu ræb-ler det helt for ham. Mange mennesker har aldrig hørt, at vi skulle bestå af mere end en enkelt krop. Men uanset om du tidligere har hørt om vore forskellige kroppe, skal jeg her prøve ganske kort at forklare, hvordan det hænger sammen ud fra min virkelighed.

Det er nemlig sådan, at der findes mere end blot en enkelt sandhed. Sandheden har mange ansigter, og erfaringsmæssigt ændrer sandheden sig hele tiden. Kigger vi tilbage i vor egen nuværende levetid, så har sandheden og mange ting ændret sig ustandselig. Tænk blot på Europas historie, eller oplysninger om hvad der er sundt at spise.

Det er min oplevelse, at vi består af flere kroppe, som omgiver og gennemtrænger den fysiske krop med et energifelt. At vi består af en krop, der er fysisk, en energikrop, en emotionel krop, en mental krop og endelig en spirituel/åndelig krop = sjælen.

Mange mennesker tror, at den eneste rigtige måde at holde den fysiske krop i orden er, at træne den fysisk. Min erfaring er, at der skal meget mere til. I min verden er vi mere end blot en lille baby, der bliver født. Vi er

en sjæl, som stiger ned og bosætter sig i en menneskelig krop. Sjælen, som er den spirituelle eller åndelige krop, bruger den fysiske krop for at kunne fungere på det fysiske plan. Med sig ned til det jordiske plan medbringer sjælen flere kroppe/legemer. Nemlig energilegemet, den emotionelle og den mentale krop.

Energikroppen, også kaldet livslegemet, er en tro kopi af kroppens fysiske krop. Den svinger blot på et mere "luftigt" plan. Energikroppen har til opgave at sørge for, at den fysiske krop får al den energi, den har behov for. Energilegemet modtager livsenergi fra universet, og energi fra den mad vi spiser. Det oplager energien og viderefordeler den ud i kroppen. Når energilegemet holder op med at modtage og videregive livsenergi, dør den fysiske krop.

Når vi bliver syge i den fysiske krop, sker det normalt først i energikroppen, hvilket også er årsagen til, at mange clairvoyante siger, at de kan se kommende sygdomme mange år frem i tiden. Sygdomme som det almindelige sundhedssystem ikke kan se og derfor afviser, at det hænger sådan sammen.

Den emotionelle krop (også kaldet det astrale legeme) indeholder den følelsesmæssige essens af alle de liv, vi tidligere har levet her på jorden eller på andre steder. Det vil sige, den indeholder vores følelser, så som forelskelse, venlighed, lyst, begær, hengivenhed, misundelse, jalousi, had, angst, grådighed, skyld og meget mere.

Når vi mærker et andet menneskes udstråling, er det normalt det emotionelle legeme, vi sanser. Hvorimod den mentale krop knytter sig til vore tanker og idéer. Indehol-

der essens af, hvor logiske eller kreative vi er. Den mentale krop knytter sig mest til hjerneområdet.

Sjælen er vor "sande individuelle" bevidsthed og vor kontakt til vort højere selv, som igen er en del af det, som er alt.

Det er min opfattelse, at disse kroppe eller legemer skal være i indbyrdes harmoni, for at vi kan have det godt. Chok eller fysiske uheld kan f.eks. påvirke vort energilegeme, så der opstår huller, og vi mister energien (så og sige fyrer for gråspurvener). Det får indvirkning på vor fysiske krop, som bliver træt og utilpas. Følelsepåvirkninger kan bringe ubalance i det emotionelle legeme, og igen påvirker dette vor fysiske krop. Er vi alt for mentale og lukker af for vore øvrige kroppe påvirker det også vor fysiske krop.

Desuden kan andre mennesker dræne os totalt for energi, hvis vi ikke passer på.

For at føle sig godt tilpas både fysisk og psykisk, er det vigtigt, at de forskellige kroppe/legemer svinger i indbyrdes takt, rytme. Dette kræver, at vi bevidst bringer alle vore legemer/kroppe i overensstemmelse. Svinger vore kroppe i uensartet harmoni, påvirker det ikke alene vort fysiske legeme, men også vore evner.

Gennem livet har jeg mange gange været vidne til, hvordan mange behandlere, både de mere systemforankrede og de mere alterna-

tive har fået alvorlige problemer med helbredet. Har set, hvordan de via at hjælpe andre med at få det bedre, har fået drænet deres egen krop for energi og dermed pådraget sig en fysisk lidelse, der i mange tilfælde har forkortet deres liv i alt for høj grad.

Ovennævnte problematik er noget af det, vi bør tage meget seriøst og via en målrettet bevidsthedsændring gøre noget ved!

Og hvordan gør man så det?

Der kan være mange måder at arbejde med bevidsthedsændring på. Jeg vil imidlertid mene, at en af de bedste måder er at blive sig sine forskellige kroppe bevidst, at få en oplevelse af disse kroppes svingningsfrekvens samt finde ud af, hvad vi har af informationer i de forskellige kroppe.

Når jeg arbejder med en klient i forbindelse med at skabe en bevidsthedsændring, bringer jeg normalt klienten i en lettere transectilstand, så klienten bedre kan få kontakt til alle dele af sig selv. Når klienten har nået et tilpas afslappet niveau, guider jeg klienten til at få de informationer fra de forskellige bevidstheder, der er brug for. Med disse informationer hjælper jeg klienten til at skabe balance mellem de forskellige kroppe/dele af sig selv.

Det er nemlig vigtigt, at der ikke kun er tale om behandling, men også undervisning i årsagen til "problemet", og hvad der kan/bør gøres for fortsat at være velfungerende i fremtiden.

Morgan Gersdorff driver Caberlain

- Center for sundhed og trivsel, som har eksisteret siden 1989.

Det er et privat behandlings- og undervisningscenter med specialer i pædagogiske og psykologiske behandlinger og kurser.

Tlf. 5556 1424.

Når din mad gør dig syg"

af Jonna Deibjerg

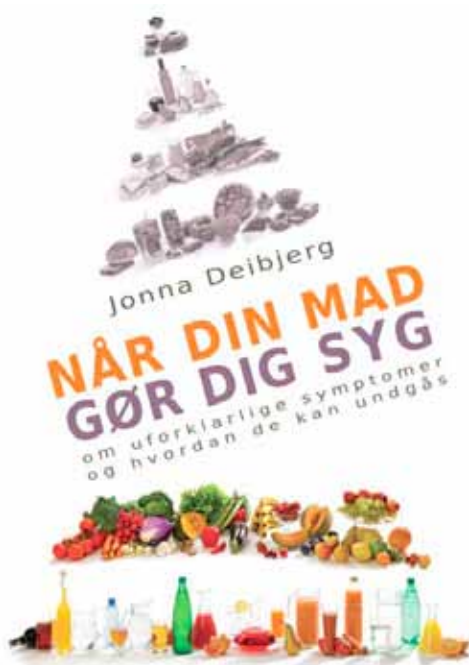
– 229 kr. fra forlaget Hovedland.

Om uforklarlige symptomer og hvordan de kan undgås.

Mon ikke de fleste af os kender en person, som er allergisk eller overfølsom og har tilbagevendende lidelser med fordøjelsen, forkølelser, urinvejslidelser, hudproblemer, psykiske sygdomme, lavt blodsukker, candida mv, som vort sundhedsvæsen trækker på skuldrene af, fordi tilfældet ikke kan testes i f.t. de gængse regler? Eller fordi mange ikke skænker det en tanke, at deres dårligdom kan hænge sammen med den mad, de spiser? Det tror jeg, så jeg vil varmt anbefale diætrådgiver Jonna Deibjergs seneste og 9. bog, "Når din mad gør dig syg".

Med baggrund i egne erfaringer og 35 års virke som foredragsholder og diætrådgiver af denne gruppe sygdomsramte mennesker får vi et klart billede af de barske realiteter og også den uvidenhed, der hersker omkring de madreaktioner, der ikke skyldes allergi, men som mange patienter lider under. Personligt synes jeg, at afsnittet "Til Eftertanke" måske bør læses først, da Jonna her beskriver symptomer og faktorer, som mange ikke drømmer om kan have en sammenhæng. Ligeledes er afsnittet "Psykiske Sygdomme og Psykiske Handicaps" interessant oplysning om hjerterelaterede sygdomme, der også kan være kostbetingede for såvel børn som voksne.

Et fyldigt indhold til genopbyggelse af helbredet og ny livsstil med masser af oplysninger og litteraturhenvisninger og et særafsnit med Praktiske Råd og Tips. Der er gode opskrifter, beskrivelse af dagens industriprodukter, som i stor udstrækning kan indgå i en fødevareroverfølsom persons diæt, og der er anvisninger på, hvor man kan få fat i produkterne, hvordan du kan undgå tilsætningsstofferne, hvad der skjuler sig i varedeklarationer, symptomer der kan opstå ved kost med



hvede, og hvad man kan spise i stedet for. Spørgeskemaerne for hhv. børn og voksne kan være døråbneren for de "ramte" personer, som ikke ved, hvordan de skal komme videre eller komme i gang med at ændre deres helbredssituation.

Jonna Deibjergs bøger er gennemgående et budskab om, at man ikke bør være tilskuer til egen sundhed og eget helbred, og denne bog er ingen undtagelse. Naturens veje er uransagelige, og anvendelse af såvel teoretisk som praktisk viden i forening med vedholdenhed og oplysning er uvurderlige redskaber. Vi skal blot bruge dem, også lægerne.

Bivirkninger man ikke hører om

Gardasil vaccination mod Humant Papilloma Virus (HPV) infektioner anbefales ikke til piger med allergiske problemer. Ifølge lægevidenskaben har vaccinen bivirkninger som feber, smerte, rødme og hævelse, men ifølge tilbagemeldinger fra det virkelige liv, er de negative reaktioner langt værre, så som hjerteproblemer, lammelser, krampesygdom, udslæt, nervesmerter, forandringer i menstruationscyklus, besvimelse og sogar dødsfald. Kilde: <http://thruthaboutgardasil.org>

I Danmark har HPV-vaccination mod livmoderhalskræft siden indførelsen i 2008 i Danmark været gratis for piger fra 12-15 år. Fra 1. januar 2009 blev den en del af børnevaccinationsprogrammet for piger, og i august 2011 meddeler sundhedsministeren, at fra 2012 skal HPV-vaccinationen udvides til at være et gratis tilbud til kvinder op til 26 år. De har indtil nu selv skullet betale for en vaccination. Ifølge Kræftens Bekæmpelse vil det kunne redde liv og livskvalitet for 2000 kvinder årligt.

Skejby Hospital oplyser, at der findes flere HPV-typer, som alle overføres seksuelt, er uden nogen symptomer og forsvinder igen. Så tænk lige over det, før du lægger krop til en vaccination. (Red.)

Interaktionsdatabase fra ViFAB.dk

Interaktionsdatabasen er målrettet sundhedsprofessionelle brugere, og medicinkombination.dk er målrettet borgerne. Ved at søge på naturlægemidlets produkt navn (godkendte naturlægemidler) kan man tjekke, hvordan naturlægemidler påvirker de andre lægemidler, man tager. Naturmedicin og kosttilskud kan nedsætte eller forstærke virkningen af medicin fra lægen (interaktion). Så det er en personlig vurdering, om man vil nedsætte medicinforbruget til fordel for sit kosttilskud og naturmedicin – eller omvendt...! (Red.)

Effekt af alternativ behandling og naturmedicin ved psykiske sygdomme og lidelser findes som en oversigt på vifab.dk. Det er det etablerede sundhedssystemets forskning, der fx omtaler musikterapi til reduktion af symptomer ved depression og om afspænding mod depression. En metode som alternative behandlere for øvrigt har brugt i mange år.

Så er han her igen, musikeren, sangeren, forfatteren

Mange kender Lars Muhl som succesfuld musiker i 90-erne. Men i 1999 sagde han stop. Han ville ikke være styret af popmusikkens rullende pengemaskine, som musikbranchen er præget af. I årene op til nu har Lars mest helliget sig forfatterskabet, men vender nu også tilbage med 14 sange, skrevet og sunget sammen med hustruen, lytterapeuten Githa Ben-David. En helt anden tilgang giver sig udtryk i albummet, som er på vej ud i æteren, 'To Heal The Space Between Us' - nemlig nærhed. Udover musik og sang arrangerer Lars galsrejser og holder foredrag. <http://larsmuhl.com/index.php?vis=alle>

Økologisk certificering på normannsgranfrø

Bols Borstplanteskole i Bræstrup kan bryste sig af at være de første i verden der har fået øko-godkendt juletræsfrø, fra det lille frø til det færdige normanner grantræ. Frø og planter skal således være produceret på en socialt ansvarlig og bæredygtig måde og med minimalt brug af kemikalier og fokus på arbejdsvilkår. Samtidig er planteskolen som den første i verden optaget i World Fair Trade Org. For udvikling af konceptet Fair Trees. Kilde: <http://www.fairtrade.dk/> - Borsen.dk

Er verdensborgerne gidsler?

Gen-soja, designet til at kunne modstå sprøjtegifte, gøres »ansvarlig« senest i år 2020. Det er Arlas mål at markedsføre gensplejset soja incl. foderstoffer, sprøjtet med massive mængder sprøjtegift, mærket som »ansvarlig produceret soja«. Arbejdsgruppen 'Round Table on Responsible Soy', der tæller koncerner med stærke interesser i gensoja-industrien fra sojaproducenter og kornforhandlere til virksomheder inden for gensplejsning og sprøjtegifte samt forhandlere af foderstoffer (bl.a. Bayer, Syngenta og Monsanto samt Arla Foods og Danisco fra DK,) er i gang med at udvikle denne nye mærkning.

Fra flere vinkler må det betragtes som vildledning. Derimod får gensplejsede afgrøder en »grøn« mærkat. (<http://arbejder.dk/artikel/2011-04-28/gen-soja-g-res-ansvarlig>).

Er det ikke at spille hasard med sundheden og bedrage al verdens befolkning? (Red.)

Hvorledes vil EU-Kommissionen til sin tid mon angribe en sådan "sundhedsanprisning"? Fx har EU-kommissionen for nylig trodset et simpelt flertal i EU-Parlamentet og godkendt anprisning af babydam med DHA (Omega-3 fedtsyre). Hvilket paradoks. I betragtning af at hvorledes kosttilskuds- og urtmedikamenterne har vanskeliggjort og forvirret fremtiden for brugerne og producenterne heraf - fordi det virker?

Overvejer du at blive medlem af LNS?

LNS ønsker:

- Et bæredygtigt samfund med et holistisk syn på levevis og livsvilkår, forebyggelse og sygdomsbehandling og på menneskets rolle i samfundet.
- Frihed til årsagsbehandling og brug af bivirkningsfri behandlinger komplementært til andre behandlingstilbud, også på sygehusene.
- At den alternative sektors vidensdisciplin, forskningen vedr. finere energier, får sit eget modul
- At være medlemmernes talerør over for politikerne

Udpluk af fordele som medlem af LNS:

- Et medlemskab der passer dig til et lavt kontingent incl. medlemsbladet NaturHelse
- Fordelene af LNS' indflydelse via ViFAB, SRab, NSK m.fl.
- En attraktiv Koda-Gramex-licens, hvis du er terapeut med egen klinik.
- 15% rabat ved annoncering i bladet
- Gratis information i bladet og på Insnatur.dk om egne her-og-nu arrangementer
- Levere indlæg til bladet
- Være medarrangør i et bredt forum
- Være aktiv i et af vore udvalg
- Præsentation af dit materiale på de messer, LNS deltager i.

Harmonerer det med dine holdninger?

Så meld dig ind i LNS på tlf. 6070 4887 eller vhm@Insnatur.dk

Den heldige er

I hvert nr. af NaturHelse annoncerer vi gratis for organisationsmedlemmerne DIT arrangement. Oplysningerne får vi fra din webside, så det er en fordel, at den er opdateret. Måske er DU den heldige næste gang. Selvfølgelig kontakter vi dig lige først, hvis du vinder!

