

Natur Helse

27. årgang 2012 • nr. 1



Landsorganisationen
NaturSundhedsrådet

*Generalforsamling
Hotline
NSK*



LNS

- det naturlige samlingspunkt

Fra redaktøren

Kære læser

Så tager vi hul på år 2012, og jeg ser med forventning frem til, hvad året vil bringe os.

I LNS gør vi altid vores ypperste for at udbrede, oplyse og forklare om naturlig sundhed, og vi går igen ind i et år, hvor der ligger mange spændende opgaver foran os. Vi har altid mange kreative tanker om, hvad der kan gøres, og hvordan vi kan gøre det bedre, men da vi kun er en lille aktiv flok, må vi sortere i vores mange ideer. Det er simpelthen ikke fysisk muligt at føre dem alle ud i livet.

Derfor er mit ønske for det nye år, at antallet af aktive i LNS øges, så vi kan lægge endnu mere energi og kraft i vores fælles mål – at skabe naturlig sundhed for alle.

Har du energi, lyst og ideer, som du ønsker at bidrage med, så kontakt en af os i bestyrelsen, og ikke mindst - kom til vores generalforsamling d. 14. april - for flere oplysninger om tid, sted og tilmelding, se bagsiden af bladet.

Er du endnu ikke medlem af LNS, så meld dig ind og få indflydelse, nu!

Et af initiativerne for det nye år er, at vi vil skabe mere fokus på LNS og sundhed via nettet.

Vi ved, at en del af jer medlemmer ikke anvender computere, og bl.a. derfor er det også altid en stor glæde at sende NaturHelse ud, så I kan læse det sidste nye fra os i bladet.

Men vi lever også i en tid, hvor meget information foregår via nettet, og vi vil derfor bruge flere resurser på at formidle

vores budskaber via denne vej.

Vi har allerede en meget velfungerende hjemmeside www.lnsnatur.dk, hvor du kan se de seneste nyheder,



Annette

Kurtzmann

Som noget nyt har vi oprettet en profil på Facebook, så kig indenfor på vores side

NaturSundhedsrådet LNS

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

ISSN 1396-6855 - Oplag 2200

Deadline næste nummer 1. maj 2012

Redaktørteam:

Annette Kurtzmann (ansvarshav.), Vera Marcher

Kontakt: 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

Møllegaardsvej 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 (næstformand)

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

Erling H. Jensen tlf. tlf. 5122 9966,

erlinghelmerjensen@hotmail.com

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 og 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: Henrik Isager samt 3 suppleanter

SRab: Mogens Ehrich samt 2 suppleanter

Forskningsforum under ViFAB: Erling H. Jensen

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 sker der?

Afbud på afbud på afbud det sidste halve år til en ellers velkendt og velfunderet uddannelse og nedgang i strømmen af tilmeldinger til kurser har fået et af vore medlemmer til at stille sig selv spørgsmålet: Er der overhovedet brug for flere alternative behandlere?

Imidlertid oplever mange kolleger i branchen præcis den samme tendens, og hvor nødt vi end vil, må vi nok se i øjnene, at krisen også her spiller ind. Samtidig spiller myndighederne op og gør livet surt for mange seriøst arbejdende behandlere og helsekostfolk.

Set med LNS øjne må vi erkende, at det er med bankende hjerte, vi som organisation hvert år ved samme tid ser længselsfuldt i postkassen og på merkurkontoen, om vore medlemmer holder ved, om vore budskaber er nået langt nok ud til at fange nye interesserede. For tro os, det er svært at få medlemmerne op af sæderne til de mere alvorlige, beslutningsmæssige processer, hvorimod vi på vore tema- og foredragsaftener oplever stigende interesse, og det er vi taknemlige for.

I det forløbne år er samarbejdet i brobygningsgruppen blevet mere konkret, så noget går alligevel den rigtige vej.

Ved nærmere eftertanke kunne der også være tale om et generationsskifte i den alternative sundhedssektor. Dem der stod på barrikaderne for 30 år siden er så småt ved at overgive tømmerne til nye friske hænder.

Det fastnet-telefonaltende folkefærd er efterhånden en uddød race, de redskaber vi brugte i går, er gamle i dag, og i morgen er alt digitaliseret. Ligesom vi ser, at spiritualitet og energibevsthed stille og roligt går hen og bliver en del af mange menneskers hverdag. LNS er klar over, at denne udvikling kræver en anden tilgang og servering, og det vil vi prøve at forfølge i det nye år.

Det var bare det, vi i bestyrelsen ville sige. Der er lys forude og et nyt spændende år er lige begyndt. Tak for jeres tillid til vore aktiviteter, velkommen til alle jer nye og et fantastisk Godt Nytår – og på gensyn!



KULLERUP KURSER

Kullerup Byvej 2 A, 5853 Ørbæk

Psykoterapi (Samtale, Gestalt, Familieopstilling),

Kreativdage, Vegetar/veganerkost, Biodynamik, Livsvisdom, Martinus Kosmologi, Cirkeldans, Mazdaznan (Helsedage).

Ring - kom og kig. Hanne Kudsk Jensen og Ingolf Plesner.

Tlf. 65 31 54 31 www.kullerup.dk [kullerupkurser@gmail](mailto:kullerupkurser@gmail.com)



Reg. nr. Kontant

INDBETALINGSKORT

Kan betales i pengeinstitut og på posthuse

Kreditnummer og beløbsmodtager 8401

82570101
LANDSORGANISATIONEN
NATURSUNDHEDSRÅDET LNS
V/KIRSTEN KRAGH
MØLLEGÅRDSVEJ 3
4320 LEJRE

Medlemsnr. Dato

Underskrift ved overførsel fra konto

HUSK AT BETALE KONTINGENT FOR 2012!

Kroner Øre Betalingsdato

Til maskinel aflysning - Undgå venligst at skrive i nedenstående felt Dag Måned År

FKK 7332 (06.09) 190-648506

+73<

+82570101<

KA73



Landsorganisationen
Natursundhedsrådet

Kontingent incl. NaturHelse:

Brancheforening	600 kr
Forening	600 kr
Erhvervsvirksomhed ..	600 kr
Skolevirksomhed	600 kr
Personligt medlem	200 kr
Vil du kun abonnere på NaturHelse	150 kr
KODA: Terapeut / Klinik	900 kr
KODA: Terapeut / skole	900 kr
Sponsorat / Gave	?

0

Overfør fra din konto til vor konto 8401 101 0331
eller benyt informationerne: +73 < 82570101>
LNS er paraplyorganisation for det naturbaserede og
helse menneskesyn. Tlf. 7022 2339 www.lnsnatur.dk

Kreditnummer og beløbsmodtager

82570101

LANDSORGANISATIONEN
NATURSUNDHEDSRÅDET LNS
V/KIRSTEN KRAGH
MØLLEGÅRDSVEJ 3
4320 LEJRE

Indbetalers navn og adresse

**Betalings-
instruktioner på
modsatte side!**

Check og af-
række accept-
føres under
forbehold af
at penge-
institutter
modtager
betalingen.
Ved kortbet
betaling i
pengeinstit
med terminal
er det udeluk-
ket at betale
virksomheds
virksomheds
der er betalt
for lukket
betalt der er
indbetalt.

Kvittering



LNS kontingentsatser for 2012 inkl. NaturHelse

Vi har opjusteret terapeutkontingentet fra 700 til 900 kr. årligt, som generalforsamlingen i LNS vedtog i maj 2011. I skrivende stund har de fleste terapeuter allerede indbetalt kontingentet.

Terapeutgruppen inkl. Koda Gramex:

Personlig terapeut	900 kr.
Skolemedlem i terapeutgruppen.....	900 kr.

Andre medlemstyper:

Skolemedlem erhvervs-, branche- organisations- og foreningsmedlem	600 kr.
Personligt medlem	200 kr.
Bladabonnent (ingen medlemsrettigheder)	150 kr.

Brug bankkonto 8401 1010331 eller kode +73 +82070559
Er du kun til indbetalingskort, så bestil det på tlf. 6070 4887

På gensyn i LNS - det naturlige samlingssted

Lille indsats – stor effekt!

”Lad os mindes Steve Jobs (Apple-medstifter) som en af dem, der var smartest til at formidle de smarte maskiner til denne verdens teknologi-umættelige befolkninger, så alle kan sidde med hovederne begravet i deres iPods, iPhones og iPads og glemme at følge med i, hvad der sker omkring dem”. (Henrik Jensen, historiker og forfatter, kultur@jp.dk)



@ Har du fået (ny) e-mail?

Så lad os det vide på Ins@Insnatur.dk eller tlf. 7022 2339

INTERNATIONAL META-MEDICIN ASSOCIATION 2012 KONFERENCE



www.imma2012.dk

lars@mygind.info

+45 40327386

SPONSORER:

PSYKOLOGI
GÅL PERSONLIG UDVIKLING



www.DETT.dk

IMMA's 2012 konference afholdes d. 17-20 maj i Middelfart og vil danne rammerne for vidensdeling blandt alle med interesse for psykosomatik og integrativ medicin.

Forskellige medicinske områder udvikler sig hele tiden. Flere felter indenfor sygdom og sundhed er begyndt at se på bio-psyko-sociale fænomener. Den underlæggende overbevisning er at psykologiske og sociale faktorer er noget af det som påvirker vores sundhed mest.

Formålet med konferencen er at tilbyde terapeuter, sundheds coaches og andre nysgerrige den seneste opdaterede viden og forståelse indenfor feltet psykosomatik og psykoimmunologi.

OPLÆGSHOLDERE:

Sanna Ehdin
Lene Hansson
Susanne Billander
Dr. Anton Bader

PhD Rob van Overbruggen
Richard Flook
Dr. Kwesi Anan Odum
Johannes R. Fisslinger
Lars Mygind

Hvordan ser rapporten fra en ISO auditering egentlig ud?

Hvert år skal LNS gennem skærsilden ved ISO auditeringen, hvor administrationen kontrolleres for de mål og krav, vi har sat os for det forløbne år. I 2011 skete det d. 30. november atter med generel stor anerkendelse af, at vort arbejde er i god overensstemmelse med handlingsplanen og kvalitetsmålene for året. Krav og mål skal selvfølgelig beskrives detaljeret, og det er heri, det store arbejde ved at have en ISO 9001 kvalitetscertifi-

cering består. Når det er i orden, bidrager det naturligvis til godt fodslag i bestyrelsen, simpelthen fordi vi har besluttet, hvordan vi vil nå vore mål. Det er en af de nu årelange erfaringer, der gør os glade for at have ISO certificeringen; et ledelsesværktøj, der gør forarbejdet mere overskueligt og lettere for nye bestyrelsesmedlemmer. En sådan auditeringsrapport kan se ud, som du ser på billedet herunder.

Landsorganisationen NaturSundhedssrådet

Audit rapport
ISO 9001:2008

Rapport for Recertificeringsaudit Certificering af ledelsessystem i henhold til ISO 9001:2008 Dato: 2011-09-29

Positive forhold 5 score (høj)
Væsentligste forbedringsområder 2 (mellem)

Konklusion:

Generelt

- Ledelsessystemet virker til at støtte godt op omkring den daglige drift af LNS's administration
- Der er under audit diskuteret overordnede målsætninger, og det bør i LNS overvejes, om den i administrationen (horizontale værdikæde) fundne gode systematik, kan benyttes til en mere overordnet vertikal værdikæde.

Auditresultat – resumé:

Antal afvigelser:

Antal bemærkninger:	2
Antal forbedringsmuligheder:	2
Antal positive forhold og rosværdige tiltag:	0

- På det afsluttende møde blev auditresultatet præsenteret, diskuteret og accepteret.
- Team-leader kan indstille til udstedelse af certifikat iht. de standarder audit har omfattet.

Når DNV har truffet endelig beslutning om udstedelse af certifikat, har virksomheden ret til at anvende akkrediteringslogo og DNV logo i overensstemmelse med certificeringsbestemmelserne.

Urtedirektivets følgevirkninger

HOTLINE i den alternative sundhedssektor er nu etableret. SR og LNS har udsendt nedenstående opråb og tilbud til medlemmer, der har akut behov for hjælp eller råd, når Fødevarestyrelsens kontrollanter dukker op. Oplysningerne vil indgå i en fælles erfaringsbase.

"Mange steder i den alternative verden i Danmark er der praktiserende terapeuter, der har haft tilsyn af Fødevarestyrelsens kontrollanter (task-force gruppen) - ofte sammen med Lægemiddelstyrelsen; besøg som for mange var en ubehagelig oplevelse, fordi mange terapeuter manglede viden om det lovmæssige grundlag for disse besøg, og hvad der forventedes af dem, og fordi nogle af besøgene havde en razzialignende karakter, som var traumatisk for de pågældende terapeuter. Det har f.eks. virket stærkt krænkende at få en bøde for noget, man ikke anede var lovstridigt.

Sundhedsstyrelsens Råd vedrørende Alternative Behandlere (SRAB) er den alternative verdens nærmeste kontakt til myndighederne i Danmark og rummer repræsentanter såvel fra myndighederne som fra de tre alternative paraplyorganisationer: SundhedsRådet (SR), RAB-Forum, Landsforeningen Natur-Sundhedsrådet (LNS) samt Dansk Selskab for Orthomolekylær Medicin. På et møde i SRAB den 09-09-2011 fremlagde mange mødedeltagere førortaltale oplevelser for styrelsens repræsentanter. Deltagerne blev i den forbindelse bedt om at tage et medansvar for at påvirke den måde tilsynsmyndighedernes kontrolbesøg bliver udført i fremtiden.

LNS og SR påtager sig gerne dette ansvar og ønsker derfor at indsamle oplysninger om, hvordan kontrolbesøgene har foregået indtil nu, og hvordan de kommer til at foregå fremover. Oplysninger vi kun kan indsamle, hvis de terapeuter, der får besøg, videregiver deres oplevelser, så vi får en erfaringsbase at trække på. Til dette formål har vi oprettet en HOTLINE i form af et spørgeskema, som vi beder dig udfylde – et for hvert besøg, både dem du har haft, og dem du evt. måtte blive udsat for fremover.

Spørgeskemaerne lægges på:

www.sundhedsraadet.dk og www.lnsnatur.dk

Hjælper du os, kan vi hjælpe dig!

Har du akut behov for at drøfte dine oplevelser eller få råd om, hvordan du skal forholde dig, kan du også kontakte os direkte på HOTLINEN 70 22 23 39. Vi vil gøre vort bedste for at hjælpe dig."

SR og LNS

København, d. 1-12-2011

Kilde:

http://lnsnatur.dk/pdf/HM/Natur-Helse-sept_web.pdf

Samarbejde på nordisk plan gennem NSK



NSK står for Nordisk SamarbejdsKomite for komplementær- og alternativ medicin (KAM), hvor medicin kan oversættes med "behandling" - og NSK har til formål at fremme anvendelsen af KAM i de nordiske lande. NSK har generalforsamling én gang om året og mødes nogle år yderligere én gang afhængig af opgavernes vigtighed. Deltagerne består af branche- og/eller paraplyorganisationer indenfor KAM fra hvert af de nordiske fem lande. Hvert land har kun én stemme og kan kun sende to personer, og NSK landenes organisationer står selv for at afholde udgifterne til disse møder.

Samarbejdet reguleres gennem vedtægter underskrevet af de fem landes repræsentanter som er: LKL Finland, BIG Island, KAM Sverige, NNH Norge og LNS Danmark, som hver især har forpligtet sig til at være repræsentanter for hele den alternative branche i hvert land.

Ideen om NSK blev taget efter et nordisk sammentræf i Sverige og blev grundlagt i Danmark i år 2000. LNS var en af de bærende kræfter i at få dette nordiske samarbejde til at fungere. Grundideen om RAB registrering udgik også fra LNS. Ordningen findes nu i forskellige versioner i Norge og Island. NSK medlemmer i Sverige og Finland arbejder ihærdigt for en lignende ordning og bakkes op heri af de øvrige NSK medlemmer.

Det sidste NSK møde blev afholdt i Finland den 13. oktober 2011, hvor sidste års aktiviteter blev fremlagt fra bl.a. møde i Tromsø 2010, hvor NSK deltog i den internationale forskerkonference ICCMR 2010 sammen med 400 af verdens førende forskere indenfor KAM og derudover møde i NRN (Nordic Reflexology Network), hvor bl.a. Laila Erikssen præsenterede et migræneprojekt.

Opgaverne i 2011–2012 bliver bl.a.:

- at opgradere NSK hjemmesiden www.nsk-center.org
- at skabe et overblik over KAM situationen i de nordiske lande med inspiration fra NNH Norge
- at medvirke til udbredelse af WHO publikationer om verdens oprindelige alternative behandlingsformer (http://apps.who.int/medicinedocs/en/c/CL10.1.3/clmd,50.html#hlCL10_1_3)
- at arrangere næste NSK møde i København 21.–23. april 2012
- at deltage i ECHAMP (Homeopathic and Anthroposophic Medicines in Europe) 23.–24. april 2012 - eventuel deltagelse i CAMbrellas sidste og 7. møde, hvor europæiske forskningsinstitutioner fremlægger deres kortlægning af alternativ behandling i Europa (CAMbella er et pan-europæisk forskningsnetværk for komplementær og alternativ medicin (KAM) finansieret af EU) <http://www.cambrella.eu/home.php>
- samt emner som de enkelte deltagerlande ønsker behandlet på mødet i København.

Grundlæggende er NSK et succesrigt organ for udveksling af erfaringer og inspiration til fremme af anvendelsen af KAM i de nordiske lande. Der lægges vægt på at arbejde med dokumenterede videnskabelige principper, når disse findes eller kan fremskaffes. Der arbejdes for, at der stilles meget høje krav til udøverne af KAM i de nordiske lande, dels for at højne troværdigheden for KAM udøvelsen, og dels for at brancherne selv kan sætte "overliggeren", så myndighederne ikke har behov for at regulere. Sidst men ikke mindst arbejder NSK med respekt for vore landes forskellige metoder og midler til at nå de mål, som vi i hvert land har valgt at følge, hvilket også inkluderer LNS' spirituelle vinkel, som LNS ønsker at fremme i Danmark såvel som i de andre nordiske lande.

Europarådet opfordrer til ”at begrænse eller forbyde anvendelsen af amalgam”

Europarådets Forsamling vedtog den 27. maj 2011 en resolution, som opfordrer sine 47 medlemslande til at begynde ”at begrænse eller forbyde brugen af amalgam til tandfyldning”. Jean Huss, Luxembourgs repræsentant i Europarådet (ikke at forveksle med Den Europæiske Union) har udarbejdet en omhyggeligt gennemarbejdet rapport, der forklarer de to væsentligste grunde bag denne resolution:

1. Amalgam er en trussel mod folkesundheden: ”... amalgam er den primære kilde til eksponering for kviksølv i de industrialiserede lande, hvilket også påvirker embryoer, fostre (gennem moderkagen) og børn (via amning). Udsættelse for kviksølv kan i alvorlig grad påvirke sundheden for patienter og tandklinikansatte ...”
2. Amalgam udgør en miljømæssig trussel: ”... Mellem 60 og 90 tons kviksølv lækkes årligt fra tandlægeklinikker og forurenar Europas atmosfære, overfladevand og jord”.

Europarådet, som er kendt som ”Europas Tredje Parlament,” omfatter hele Europa, ikke kun de 27 EU nationer, men også Rusland, Ukraine, Tyrkiet, Schweiz, Kaukasus, alle på Balkan, og hele Skandinavien. Europarådets epokegørende resolution vil have en favorabel effekt på de igangværende forhandlinger vedrørende en global kviksølvaftale. Med denne resolution tilslutter Europarådet sig det voksende internationale krav om udfasningen af amalgam, der allerede er godkendt af de afrikanske lande, Den Arabiske Liga og USA. Det næste møde for kviksølv forhandlingerne vil blive afholdt i Nairobi den 30. oktober.

(under ledelse af UNEP, FN’s miljøprogram)
Charlie Brown, charlie@toxicteeth.org
Præsident, World Alliance for Mercury-Free Dentistry
National Counsel, Consumers for Dental Choice
www.toxicteeth.org Washington, U.S.A.
Juli 2011

**Er kviksølv kun skadeligt i
naturen, men ikke i vores mund?**



Fællesbrev om amalgam-resolutionen til politikere, danske UNEP medlemmer og pressen d. 9-11-2011

"Vi skal hermed på vegne af Foreningen Mod Skadeligt Dentalmateriale (FMDS), Landsorganisationen Natursundhedsrådet (LNS) samt foreningen May Day henlede din opmærksomhed på vedlagte resolution, vedtaget af Europarådet 27. maj 2011, hvori rådets 47 medlemslande opfordres til at begrænse eller forbyde brugen af amalgam til tandfyldning.

Resolutionen er i vore øjne selvfølgelig og kærkommen. Vi har i den senere tid gang på gang kunnet læse om flere skandaler omhandlende kviksølv.

Da kviksølv netop er et tungmetal, som opbygges og akkumuleres i fødekæden, er det tvingende nødvendigt, at yderligere disponering i form af kviksølvsforbindelser søges undgået i videst muligt omfang. Selvom amalgam er blevet forbudt/indskrænket med de 4 forbehold, bliver der stadig brugt alt for meget kviksølv i tandplejen, viser de seneste tal oplyst af Tandlægeforeningen:

i 2008: 504.966 fyldninger

i 2009: 201.373 fyldninger

i 2010: 165.301 fyldninger.

Som andel af det samlede antal fyldninger er der tale om et fald fra 17,2% i 2008 til 7,0% i 2009 og yderligere et fald til 5,9% i 2010.

Forbeholdene bliver misbrugt af visse tandlæger, der giver folk frit valg mellem amalgam og plast, og forbeholdene er overflødige, hvilket bevises ved, at de tandlæger, som sætter sig ind i teknikkerne, kan lave stort set alt i plast.

Ud over Europarådets anbefalinger om forbud mod anvendelsen af kviksølv-amalgam som fyldningsmateriale vil vi gerne henlede opmærksomheden på den hastigt voksende trussel fra de såkaldte energisparepærer, som ligeledes indeholder enorme mængder kviksølv – samlet set.

Miljøstyrelsen anslår, at fortsat kun 40% af udtjente eller itu energisparepærer og lysstofrør indsamles og afleveres efter forskrifterne til destruktion via godkendt kommunal indsamlings-ordning; resten forbrændes med forurening af miljøet til følge. Dertil skal lægges den direkte eksponering for forbrugerne samt personale, der håndterer pærerne samt ikke mindst det personale, der varetager bortskaffelsen og indsamlingen af de stærkt sundhedsskadelige stoffer.

Ydermere importeres disse pærer, for langt størstedelens vedkommende, fra Kina, hvor der ikke er samme fokus på arbejds- og naturmiljøet. Transporten er sikkert også alt andet end CO2-neutral.

Det er et stort skridt i den rigtige retning, at Europarådet nu så direkte beder medlemslandene forbyde brugen af kviksølvamalgam som fyldningsmateriale. Vi imødeser denne anbefaling omsat til lovtekst af hensyn til folkesundheden, såvel patienter, fostre, børn (via amning) samt tandklinikpersonale der eksponeres for dette højt toksiske stof i deres arbejde – og ikke at forglemme hensynet til miljøet.

Med venlig hilsen"

EU-regler truer dansk foreningsliv

2 ting er i fokus, som nok kan have vores bevågenhed. For det første, at EU Kommissionen ikke vil acceptere, at vi i Danmark har fritaget foreninger for moms. Store arbejdsbyrder fritager p.t. foreninger for kompliceret kasse- og momsregnskab, som hovedsagelig udføres af frivillige. Danmark og 6 andre nationer står til at blive trukket for EF-Domstolen.

http://www.tax.dk/lv-2010-2/moms/D_11.htm



For det andet er etikken i højsædet truet, idet en kendelse ved EF-domstolen nu tvinger psykologer til at bryde tavsheden mellem klient og psykolog. Den konkrete sag handler om en dom, afsagt 13-12-2010 af Københavns Byret, der pålægger en psykolog i forsvaret at bryde sin tavshedspligt i f.t. sin klient, som har fortalt om tortur og mishandling af krigsfanger. Dansk Psykolog Forening har ellers hidtil bakket psykologen op, men har nu indtaget den holdning at følge EF-domstolen. Psykologer i Dansk Psykologforening er rystede over kendelsen og deres forenings holdning. Det kan betyde, at klienter mister garanti for psykologens tavshed, som er grundlæggende for behandling af disse klienter, men også at psykologer risikerer straf, hvis de nægter at bryde tavshedspligten.

EU's lange arm får mere magt og et fastere greb, nu også i det danske retsvæsen. Til trods for at politikere, og især rød blok vil modsætte sig denne udvikling, ser det ret håbløst ud at få et ben til jorden.

<http://www.etik.dk/artikel/405293:Krig-og-etik--Psykologer-er-i-oproer-over-tavshedspligt>
<http://www.etik.dk/artikel/405278:Tavshedspligt--Psykologers-tavshed-er-truet-af-kendelse>

Af og til giver det pote

Lykkeligvis vandt tyske biavlere, bi-organisatorer og økologer d. 6-9-2011 en sag ved EU-Domstolen mod Monsanto og den tyske rege-

ring. Biodynamisk Forbrugersammenslutning indsamlede 25.000 kr. til støtte for sagen. En undersøgelse i okt. 2010 viste, at 87 % af tyskerne er imod GMO (GenModificerede Organismer).

Mere på <http://lnsnatur.dk/GMO.shtml>. Læs den originale pressemeddelelse fra "Europäischer Gerichtshofes" under

www.bienen-gentechnik.de/news

EU-formandskabet

I første halvdel af 2012 skifter EU-formandskabet som bekendt til Danmark, og vores ny statsminister forestår hvervet. På hjemmefronten er der blandt rød og blå blok tilslutning til at sætte nogle af vore forbehold til afstemning, hvorimod DF helst ser endnu et forbehold indført, nemlig begrænsning af EF-Domstolens beføjelser, så man sikrer, at dommerne er upolitiske og kun beskæftiger sig med jura. EU-konstruktionen er udemokratisk, mener DF, idet EF-Domstolen ikke blot fortolker gældende lovgivning, men også laver nye love, hvilket Danmark ikke bør acceptere. Vi skal heller ikke acceptere, at i og med at EU får mere magt og kontrol, overføres medlemslandene af EU. Og hvad koster EU-medlemskabet egentlig Danmark? DF kræver penge afsat hertil på finansloven.

Til trods for at majoriteten af politikerne ønsker Danmarks forbliven i EU, nævntes EU ikke med et kvæk under valgkampen i efteråret 2011. Meget udemokratisk i betragtning af den indflydelse, som EU allerede har på dansk lovgivning og i baggrund af, at EF-Domstolen er Europas "højesteret". Vi har også stadig til gode at få Landsrettens dom om, hvorvidt vores tiltrædelse af Lissabon Traktaten er grundlovsstridig og derfor ugyldig, ligesom de danske forbehold ligger på standby. I skrivende stund er fx kun 48 % af den tyske befolkning glade for Euroen, ikke mindst grundet Grækenlands og Italiens uholdbare situation, som har trukket Tyskland dramatisk med mod dybet. Det bliver interessant at se, hvilke synspunkter der forfølges under det danske EU-formandskab. Bliver det klimapolitik, forbeholdene? www.k.dk Nr. 1 . 2012

LNS har også plads til dig!

Alle medlemstyper modtager medlemsbladet NaturHelse 3 gange årligt.

Terapeutgruppen

omfatter enkeltterapeuter/naturterapeuter, RAB som ikke-RAB, der udøver naturlige behandlingsformer. Du omfattes af den kollektive Koda-Gramex ordning med LNS. Ved indmeldelsen oprettes en samarbejdsaftale <http://lnsnatur.dk/samarbejdsaftale.shtml>

OBS:

Hvis en skole eller et Natur-Balance-Hus bruger sine lokaliteter til at spille musik uden for undervisningstiden, skal der betales Koda-Gramex licens. Mere på: <http://lnsnatur.dk/koda-gramex-aftale.shtml>

Kontingent inkl. afgift og blad 900 kr. årligt

Organisationsmedlemmer

omfatter skoler og uddannelsessteder, handlerforeninger og brancheorganisationer, erhvervsforetagener, patientforeninger og andre foreninger, der ønsker en fælles platform i LNS til fremme af og oplysning om alternativ behandling, spirituel tankegang og naturlig sundhed. Mere på tlf. 4649 7731 eller [mail me@lnsnatur.dk](mailto:me@lnsnatur.dk)

Kontingent inkl. blad 600 kr. årligt.

Generelt for ovenstående medlemstyper:

- Medlemsliste med navn og adresse lægges på www.lnsnatur.dk og sættes i bladet min. en gang årligt. Vi medtager jeres brochurer på messer p.t. i Falkonercentret og i Øksnehallen.
- Der er mulighed for at være med på standen i Øksnehallen. Mere på tlf. 6070 4887.
- Op til 10 NaturHelse kan leveres u/beregning til uddeling på klinik, skole, butik m.v. Mere på: tlf. 6070 4887 eller email lns@lnsnatur.dk
- Du kan annoncere i NaturHelse og/eller på messestanden (på videoskærm) med medlemsrabat.

Mere på:

<http://lnsnatur.dk/annoncering-i-bladet.shtml>

- Du kan få juridisk rådgivning om annoncering og salg af kosttilskud hos: <http://www.lolex.dk>. Som medlem af LNS får du 10% rabat på ydelsen.
- Du kan afholde temadag eller foredragsaften sammen med LNS. Mere på tlf. 6070 4887.
- Vi annoncerer dine arrangementer i NaturHelse eller på vores hjemmeside afhængig af plads til rådighed på tidspunktet.
- Du kan levere artikler til NaturHelse via redaktionen tlf. 3133 0374 eller mail: a.kurtzmann@gmail.com

Personligt medlemskab

er for dig, som falder uden for ovennævnte medlemstyper, men som gerne støtter vore aktiviteter med at udbrede respekten for det holistiske og spirituelle livssyn, bl.a. ved oplysningsarbejde til borgere og politikere om alternativ behandling og naturlig sundhed.

Kontingent inkl. blad 200 kr. årligt.

Ønsker du kun at abonnere på NaturHelse (ingen medlemsrettigheder) koster det 150 kr. årligt.

Generelt for alle:

Alle medlemstyper har 1 stemme på generalforsamlingen og er valgbar til bestyrelse og alle tillidsposter. Dog har en forenings/organisations egne medlemmer samt en skoles elever ikke stemmeret, men er valgbar til bestyrelse og alle tillidsposter. Der er mulighed for at brevstemme. Ikke-medlemmer og abonnenter har kun taleret.

Meld dig ind og bliv vild med LNS, jo flere desto bedre!

Brug <http://lnsnatur.dk/indmeldelse.shtml> eller kontakt Vera på 6070 4887

Benyt denne konto til indbetaling af kontingent: 8401 1010331 eller kode +73< +82570101

Arrangementer

**Tirsdag d, 24. januar kl. 19 – 21.30
i Værløse Kirke, Højeloft Vænge 20, 3500 Værløse.
Hver 3. dansker dør af en hjertekarsygdom!**

Kom og hør hvad du selv kan gøre, hvis du har eller ønsker at forebygge hjertekarsygdomme, den største "dræber" i Danmark. *Anne Johannessen, sygeplejerske, akupunktør* og urtemediciner vil fortælle om den forskning hun har deltaget i og sine erfaringer med hjertekarsygdomme som akupunktør. Der tages udgangspunkt i, hvordan man ser hjertekarsygdomme ud fra et kinesisk perspektiv med kost, yin og yang samt underbygget af vestlig videnskab.



Et emne der vedkommer os alle. **Incl. forfriskning, medlem 80 kr., andre 100 kr.**
Tilmelding senest 22. januar på tlf. 6070 4887 eller vhm@lnsnatur.dk



**Besøg LNS og behandlere på
KROP-SIND-ÅND Helsemesse
den 3. - 5. februar kl. 10-18 i
Falkoner Centret, Frederiksberg
Mere på www.lnsnatur.dk**

**Hvordan klarer el-overfølsomme en ganske almindelig hverdag!
Foredrag og dialog tirsdag d. 7. februar kl. 19-21.30
i Værløse Kirke, Højeloft Vænge 20, 3500 Værløse**

Vi gentager succesen med *Johnny Wulff*, Dansk Metafysisk Institut. Han berører forskellige fag-udtryk og deres betydning og kommer også ind 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, nysgerrig som el-overfølsom. Mere på www.lnsnatur.dk eller tlf. 6070 4887 samt på www.dowseren.dk

Pris incl. kaffe-te-kage, medlem 60 kr., andre 80 kr. Tilmelding ikke nødvendig.



**Natur-Balance-Huset Danmark
Netværk med 15 velfungerende huse
Mødesteder for alternativ behandling
Husk årsmødet d. 25. februar. Se mere på
<http://www.alswebdesign.dk/naturbalancehuse/index.htm>**

Arrangementer

'Din intelligente Krop' – Lars Mygind foredrag Tirsdag d. 13. marts kl. 19-21.30 i Værløse Kirke

Lars Mygind forfatter, underviser, inspirator, foredragsholder og leder af Dansk Skole for Tankefeltterapi og Emotionel Friheds Teknik vil sætte fokus på kroppen og sindets evne til at behandle sig selv med hjælp fra den nyeste viden i såvel alternativ som traditionel medicin.

Internationalt kaldes dette metamedicin, og begrebet dækker over en revolutionerende anderledes og overraskende måde at forstå krop, sind og sygdom på.

Mygind tager os med på en rejse gennem sind og krop for at forstå medicin og lægekunst på nye måder og udfordre vores syn på sundhed og sygdom. Myginds foredrag er baseret på egne erfaringer og ikke mindst bogen 'Din intelligente krop', som han har redigeret, og hvor et revolutionerende paradigme udrulles. Mygind vil komme ind på omfattende teori og en lang række eksempler, som giver os noget at tænke over. Bl.a. forklares, hvordan det vi normalt kalder sygdom, faktisk er en del af kroppens naturlige helbredelsesproces. Er du klar til at blive underholdt, rørt og en del klogere så mød op til Lars Myginds foredrag.

Medlem 100 kr., andre 150 kr. incl. forfriskning. Tilmelding senest 11. marts tlf. 6070 4887 eller yhm@lnsnatur.dk

Mere på www.lnsnatur.dk - www.metamedicin.dk - www.mygind.dk - www.tankefeltterapi.info

Helse- og Sundhedsmesser

Odense Congress Center 17., 18. og 19. februar 2012

www.astro-design.dk netshop
eller skriv info@astro-design.dk eller ring 86836039

'Fagre nye verden' - ligger i vandets fysiske struktur Kom og hør alt tirsdag d. 20. marts kl. 19-21.30 Værløse Kirke, Højeloft Vænge 20, 3500 Værløse

Industrielle processer og diverse forurening har i dag bragt vandet langt væk fra sin naturlige cyklus. Leif Pedersen, ABC Nordica, causerer over vands forunderlige evne og de muligheder, vi har for at ændre vandet tilbage til en optimal struktur. Gør vi det, skaber vi en revolutionerende gunstig indvirkning på både mennesker, planter, dyr og industrivirksomheder, der bruger vand i deres processer og produktion. Ganske enkle processer, der kan rense og vitalisere os selv og omgivelserne, da vand er bærer af information til kroppen. Med ganske enkle metoder kan vi fx forhindre, at rørsystemer ikke stopper til, at vandtrykket kan stige og biofilm i vandrørene reduceres væsentligt, at grumset vand fra vandhuller renses, og ikke mindst at vi får rent, vitaliseret drikkevand. Nams for vores hjerte-karsystem! Masser af solide erfaringer fra det meste af verden, der gør os en hel del klogere, og som gerne skulle blive en del af fremtiden.

**Medlem 80 kr., andre 100 kr. incl.
forfriskning. Tilmelding ikke nødvendig.
Mere på tlf. 6070 4887 eller yhm@lnsnatur.dk**



Svensk Domssag - Sag nr. 6634-10

Sagen handler om en læge, som har kæmpet mod den svenske Socialstyrelsen for at få lov til at bruge homøopati i sin praksis i Sverige.

Der er tidligere faldet dom i sagen, mere nøjagtigt den 29. september 2010 ved "Kammarrätten i Stockholm". Denne dom blev indbragt for "Högsta Förvaltningsdomstolen" i Stockholm den 23. september 2011, som omstødte dommen, ligesom beslutningen afgivet af Hälso- och Sjukkvårdens Ansvarsnämnd (HSAN) ophævedes.

Med denne artikel ønsker LNS dels at pege på den betydning dommen kan have for homøopatens udbredelse i de nordiske lande,

samt den berettigelse NSK (Nordisk SamarbejdsKomite for KAM) har for udveksling af informationer de fem nordiske lande imellem.

Denne artikels indhold blev udvekslet på det afholdte NSK møde i Finland september 2011.

LNS påtager sig intet ansvar for eksaktheden i oversættelsen fra svensk til dansk og skal oplyse, at kun den første del af dommen er medtaget her. Af samme årsag kan den svenske version af dommen læses i sin helhed på LNS webside. Se nederst i artiklen.

LNS NaturSundhedsrådet 2011-12-02

Högsta Förvaltningsdomstolens afgørelse:

Högsta förvaltningsdomstolen godkender appellen og ophæver underinstansens afgørelse.

Andragender m.v.

Anklagede AA hævder, at Kammerrättens dom bør underkendes, og at beslutningen af Hälso- och sjukkvårdens Ansvarsnämnd (HSAN) ophæves. Han anfører i hovedlinjer følgende:

Der er ingen international medicinsk konsensus vedr. påstanden om, at homøopati skulle være en uvidenskabelig behandlingsmetode. At homøopatisk behandling ikke indgår i den svenske lægeuddannelse kan ikke danne grundlag for, at metoden skal afvises som uvidenskabelig. Det er almindeligt, at svenske læger indhenter viden i udlandet på mange medicinske områder. Adskillige behandlinger i det offentlige sundhedsvæsen i Sverige er

alternativ medicin og har således ikke gennemgået videnskabelige forsøg og indgår ikke i den svenske lægeuddannelse. Alle patienter som AA har haft, er blevet diagnosticeret på anerkendt lægepraksis vis. De fleste af hans patienter søgte ham kun for at få homøopatisk behandling. Nogle af de gennemgåede patienttilfælde er rent lægelige. Han har kun behandlet med homøopati i relevante tilfælde, når patienten har taget initiativet, og kun hvis behandling har været givet sammen med lægebehandling, eller når en sådan behandling har manglet. Socialstyrelsen erkender, at homøopatiske midler ingen negativ indvirkning har på den menneskelige organisme. Hvis homøopatisk terapi betragtes som uden effekt, så accepteres placeboeffekten almindeligvis

at have en indvirkning, når patienten tager initiativet til en behandling, som han tror, har en effekt på sygdommen.

Patienter har ret til medindflydelse i sundhedsvæsenet.

Sundhedsplejere må naturligvis ikke sætte patientsikkerheden i fare, men i dette tilfælde har patienterne bedt om en harmløs homøopatisk behandling som et supplement til lægebehandlingen, som de mener ikke har været tilstrækkelig. Han har handlet i overensstemmelse med videnskaben og dokumenteret erfaring, hvor han i de aktuelle tilfælde har imødekommet patienterne. Konkluderende bestrides det, at han har sat patientsikkerheden i fare ved, at han i kraft af sin uddannelse i homøopati i et andet EU-land, hvor det er relevant i henhold til international erfaring, har behandlet patienter efter eget ønske med homøopatiske midler sammen med lægebehandlingen. Straffen på tre års prøvetid er ikke proportional med de mindre forglemmelser i journalføringen, som han indrømmer.

Socialstyrelsen benægter godkendelse og anfører kort følgende: Behandling med homøopatiske midler kan undtagelsesvis accepteres i tillæg til konventionel medicin; det gælder ikke systematisk behandling eller behandling af mindreårige. Alternativ behandling med homøopatiske midler er ikke i overensstemmelse med videnskaben og dokumenteret erfaring. Homøopatiske midler kan ikke i sig selv anses for at udgøre en patientsikkerhedsrisiko, men manglende behandling i henhold til videnskabelig og dokumenteret erfaring som en konsekvens af alternativ homøopatisk behandling udgør som sådan en væsentlig risiko. Dokumentation er grundlaget for udveksling af information og sporbarehed. I dette tilfælde er dokumentation af ek-

sisterende patientjournaler i mange tilfælde så dårlig, at den ikke kan danne grundlag for at vurdere undersøgelse, behandling eller overførsel af information, og langt mindre på hvorvidt homøopatisk behandling tjente som et alternativ eller supplement til konventionel medicin.

I modsætning til andre lande i EU er der i Sverige ingen tilladelse til eller tilsyn med udbydere af homøopati. Det kræver en litteraturgennemgang efter videnskabelige metoder for at afgøre, om forskningssituationen nu er sådan, at homøopati kan betragtes som videnskab og dokumenteret erfaring. En sådan oversigt, som kan anses at opfylde de krav, som bør stilles til et sådant paradigmeskifte, som det ville være, hvis behandling med homøopatiske lægemidler skulle kunne anses for at være en behandling ifølge videnskab og dokumenteret erfaring, er ikke gennemført hverken i Sverige eller noget andetsteds.

Dommen i sin helhed kan læses på svensk på: http://Insnatur.dk/#Domsafsigelse_til_fordel_for_homøopati



Kvinder i fokus



Ønskerolle eller ej, så indskrev den første kvindelige statsminister sig i efteråret 2011 i Danmarkshistorien. Uden nogen sammenligning i øvrigt så viser et tilbageblik i 2011, at kvindelige ildsjæle også ude i den store verden fik fokus. Kvinder, der med livet som indsats har lagt krop og sjæl i deres kamp og dialog for demokrati og ligeberettigelse. Som har sat deres spor, endda så eftertrykkeligt, at 3 af dem modtog Nobels Fredspris 2011. Fælles for disse 3 kvinder er, at selv under de mest krævende og mandsdominerede forhold kan hverken vold eller dødstrusler nu eller fremover stoppe dem i deres aktiviteter for retfærdighed.

Tawakol Karman fra Yemen, journalist, har gjort indtryk. Hun er mor til tre, dannede i 2005 organisationen "Kvindelige journalister uden lænker" med det formål at fremme ytringsfrihed og demokratiske rettigheder for kvinder og bekæmpe tiltagende begrænsninger i dagligdagen og til at ytre sig som kvinde. Leyman Gbowee (Afrikas Gandhi) er socialarbejder, bor i dag i Ghana med sine 6 børn og har om nogen mærket uligheden. Hun stiftede organisationen "Kvinder, Fred og Sikkerhedsnetværk Afrika" og blev

frontfigur for en fredelig massebevægelse, der under borgerkrigen bl.a. bidrog til gennemførelse af fredsforhandlinger i 2003. Hun er udtryk for, hvordan søsterskab, bøn og sex kan ændre en nations holdning. I 2005 mobiliserede hun tusindvis af kvinder til at stemme ved valget, hvilket resulterede i den første kvindelige afrikanske præsident, Ellen Johnson-Sirleaf (Liberias "Jernlady"). Hun er mor til fire, har seks børnebørn - og er den 3. prismodtager. Hendes kontroversielle holdninger for at genopbygge sit land, der lå i ruiner efter borgerkrigen, hendes offentlige kritik af det militære regime og arbejdet mod korruption har medført, at hun måtte flygte, blev anklaget for forræderi og måtte gå i eksil og nu kræves bandlyst fra at stille op til politiske poster i 30 år. Selv siger hun, at "man skifter ikke pilot midt under en flyvetur". Prisen er, siger de, universel og skal bruges som platform for deres fortsatte anti-voldsaktiviteter for demokrati og ligeberettigelse.

Motiveringen fra Nobelkomitéen begrundes bl.a. i disse kvinders "ikke-voldelige kamp for kvinders sikkerhed og ret til fuld deltagelse i fredsbyggende arbejde".

Kilder:

<http://jp.dk/udland/europa/article2570557.ece>



ESKIMO-3

Når kvalitet og miljø tæller

Testvinder

- **Bæredygtig produktion.** Miljøcertificeret af "Friend of the Sea".
- **Ren fiskeolie.** Den reneste i 5 ud af 5 undersøgelser.
- **Stabil/frisk fiskeolie.** Bedst i test. Lugter og smager ikke af fisk.
- **Naturlig fiskeolie.** Samme sammensætning som i frisk fed fisk. Ikke kemisk opkoncentreret.



Certified from sustainable fisheries
www.friendofthesea.org



Fås hos Matas, helsekostforretninger og på apoteket
Yderligere info: Anjo - Tlf.: 3819 1889 * - www.anjo.dk

Tilbageblik fra ”dengang”

Som såkaldt krigsbarn, født ugen efter at krigen kom til Danmark i 1940, tilbragte jeg af sikkerhedsmæssige årsager, vurderede mine forældre, megen tid hos min mormor. Hun boede på landet, og jeg elskede roen, den skønne natur og at få lov til at bruge mig selv i stald og på mark og at opleve at blive elsket, uanset hvad. Noget jeg først blev bevidst om som voksen og siden har tænkt tilbage på mange gange. Hendes smukke sangstemme, hendes livsglæde, livslyst og aktive deltagelse i lokalsamfundet, beundrede jeg allerede den gang, og mon ikke disse barndomsoplevelser fæstner sig dybt i et barns sind. Hendes måde at ansøge tingene på og mange af hendes udtryk og gøremål tænker jeg stadig tilbage på med taknemlighed.

Fadeburet var den tids køleskab

Her opbevaredes alverdens fødevarer, drikkevarer, syltetøj, marmelade, grød, mælk i

store brune lerbæde, som blev ”strøget” hver dag for fløde, som igen blev opdelt i kaffefløde og smørfløde. Sidstnævnte opbevarede i trædrutler. En del mælk fik lov at henstå til tykmælk. Uhm hvor det smagte. Brød blev gemt og skåret i fadeburet, og det var også her, man opbevarede saltet sul i kar og pølser på rækker. Grøntsager blev derimod opbevaret i spande med sand i et skur, og løg blev tørret under tagskægget. Så husk – ikke løg i køleskabet, men hæng dem på altanen eller andre udendørs lufttørre steder. Så rådner de ikke.

Vi kan nok blive enige om, at dagens informationssamfund bugner af dårlige nyheder. Så hvis du har et minde fra ”dengang”, som har påvirket din tilværelse på en god måde, og hvis du vil dele det med andre, så send en beskrivelse på max. 300 ord til ”Tilbageblik”, a.kurtzmann@gmail.com

Annoncering i NaturHelse:

1/4 side	550 kr.
1/2 side	850 kr.
1/1 side	1.300 kr.
1/1 bagside.....	1.600 kr.



Rubrikannonce: Kun tekst, 50 x 25mm, uden logo, illustrationer o.lign. Pris 100 kr.

15% rabat for medlemmer. 5% rabat ved 3 på hinanden følgende annoncer.
Ingen rabat på rubrikannonce.

Annoncer skal mailes i trykoptimeret pdf-fil til redaktionen: naturhelse@lnsnatur.dk

Betaling netto 8 dage efter modtagelse af faktura, som tilsendes, når bladet udkommer.
Beløbet bedes indbetalt til vor konto i Merkur Bank Reg. 8401 111 2541.

Alle oplysninger fås på tlf. 60 70 48 87 eller på mail, a.kurtzmann@gmail.com

Ingefær

Ingefær stammer oprindeligt fra Kina og Indien, men dyrkes i dag overalt i troperne.

Planten er en flerårig urt, som kan blive op til 60 cm høj. Det er rødderne, som er den spiselige del.

Ingefæren er i tusindvis af år blevet anvendt både som madkrydderi og lægemiddel, ikke mindst af kineserne.

Roden lindrer alt fra kvalme til forkølelse og influenza. Den forbedrer blodomløbet, giver immunforsvaret et boost, har positiv indvirkning på gigt, er god for fordøjelsen og virker smertelindrende.

I denne kolde vintertid er der ikke noget, der luner, som en kop god hjemmelavet ingefærte.

En god kop te kan fremstilles på følgende måde:

Skyl den friske ingefærrod og skær den i skiver.

Kom ingefær og vand i en gryde med låg og bring væsken i kog.

Lad det hele simre i ca. 30 min. ved svag varme.

Tag gryden af blusset og lad teen trække under låg i 10 min. Fjern låget og lad udtrækket køle af i 5 min. Si ingefæren fra og smag evt. teen til med frisk citron- eller appelsinsaft, samt honning.

Alternativt kan du lave en hurtig ingefærte ved at tilsætte 2 teskefulde revet ingefær til en kop kogende vand og lade det trække i 5 min.

En anden dejlig måde, at indtage ingefær på, er ved først at kandisere den. Den kandiserede ingefær kan tages med på rejsen, hvis du døjer med transportsyge og kvalme.

Skræl et stykke frisk ingefær og hak det i små tern. Lav en sukkerlage ved at opløse

1 kop rørsukker i 4 kopper vand. Tilsæt ingefæren og lad den simre til roden er blød. Lad den ligge i sukkerlagen natten over, hæld væden fra og pak den i rene glas.

Velbekomme!



Scener fra dagens Danmark med kosttilskud

Morten Krabbe, medlem af LNS, er ayurveda-behandler, og hans uddannelse og erfaring gennem mange år lader ikke tvivl om hans faglighed og ekspertise. Efter at Morten i nogle måneder havde fulgt de daglige indlæg om kosttilskud i et stort dansk dagblad, som han abonnerer på, kunne han simpelthen ikke længere lade udsagnene fra fødevareministeren og Fødevarestyrelsen (FVST) stå uimodsagte; han måtte gribe til pennen og sende sine kommentarer til sin avis. Med tilladelse fra Morten citerer vi herunder endnu en ud af mange scener fra det virkelige liv som naturbehandler og forhandler med kosttilskud, og han skriver bl.a.:

”Det virker som om, at man fra de danske sundhedsmyndigheders side kører et gedigent korstog mod kosttilskud, der savner både proportioner og logik. Her er et upåagtet område, hvor det åbenbart er velset at sætte demokratiet ud af kraft.

Jeg har i sammenlagt 20 år studeret, arbejdet med, importeret og produceret indiske urter som kosttilskud. I september 2010 blev jeg af FVST pludselig pålagt at tilbagetrække og destruere 6 forskellige produkter pga. urten *Tribulus Terrestris*, der er meget velbeskrevet i den videnskabelige litteratur og ofte brugt i både indiske og kinesiske kosttilskud. Påbuddet undrede mig, da TT er sikkerhedsvurderet og godkendt til salg indenfor EU. Ikke desto mindre kunne jeg ikke få opsættende virkning på min klage og blev oven i købet pålagt at skulle destruere produkterne, før min klage blev behandlet.

Ved udstedelsen af påbuddene bad jeg FVST om dokumentation for, at urten skulle være farlig at indtage, som påstået af DTU og FVST, men det kunne de ikke umiddelbart levere.

Først 3 uger senere modtog jeg et uredi-

geret svarbrev til et andet firma med påstået dokumentation fra DTU. Problemet er blot, at dokumentationen fra DTU er på så lavt et niveau, at det dårligt vil kunne rubriceres under begrebet videnskab.

Oveni dette fik jeg kort før nytår 2011 bøder for samlet 30.000,- kr., de 20.000,- kr. for at have forhandlet produkterne og de 10.000,- kr. for at returnere dem til producenten i Italien i stedet for at destruere dem.

Jeg har selv engageret den tyske læge Mathias Schmidt, som er indehaver af det tyske firma Herbresearch, til at gennemgå litteraturen om *Tribulus Terrestris* samt til at forholde sig til DTU's dokumentation, og her er man mildt sagt forarget over den videnskabelige standard hos DTU.

Alt dette ligger nu som en klagesag i Klagenævnet under Fødevareministeriet.

I januar måned 2011 startede FVST så en ny sag vedr. 3 andre produkter med den indiske urt *Ashwaganda* – også kendt som indisk ginseng og en af de mest kendte og hyppigst brugte indiske urter. Her anvender man kun roden, som ligeledes er sikkerhedsvurderet og godkendt til handel indenfor EU. Men DTU og FVST mener, at den er giftig, fordi man kun vil forholde sig til hele planten. Selve planten er giftig, nøjagtig samme problematik som med kartoffel, der dog ikke er blevet forbudt - endnu?

Igen samme procedure med påbud om tilbagetrækning og destruktion uden mulighed for opsættende virkning, mens klagen bliver behandlet og uden at kunne levere nogen dokumentation på påstået toxicitet før 3 uger senere. Og igen en dokumentation af en rygende ringe standard, hvor Mathias Schmidt og Herbresearch igen har kunnet tilbagevise

alle påstande fra DTU.

Dette ligger nu som en del af en officiel klage, jeg har indsendt til FVST i slutningen af juli måned 2011.

Udover de 2 verserende sager har de nye afgifter på kosttilskud gjort, at jeg af økonomiske grunde er blevet tvunget til at afmelde en række andre kosttilskud, fordi de ikke omsætter nok til, at det er økonomisk rentabelt at skulle svare afgift af dem samt pga. evt. ekstra udgifter til udsigtsløse kampe med de danske myndigheder, køb af videnskabelig dokumentation og advokatbistand.

Det synes grotesk, at vi som branche nu selv skal finansiere det korstog mod os, som de danske myndigheder har sat i værk. Vi er blevet pålagt at betale vores egen død på trods af, at de danske sundhedsmyndigheder ikke har noget juridisk grundlag for at forbyde mange kosttilskud og urter, da det er i konflikt med både grundloven, EU og WTO samarbejdet, som Danmark er forpligtet til at følge.”

Morten tilbyder sluttelig at fremlægge sin og DTU's dokumentation for sin avis samt lade den følge den videre udvikling i sagen.

Efterfølgende reaktioner fra læsere på Mortens indlæg opfordrer bl.a. FVST til at komme ud i befolkningen og opleve, hvad der virker. At få mere viden om produkterne i stedet for at boykotte dem samt vise at Danmark bakker op om helbredelse i stedet for symptombehandlinger!

Kilder:

www.human-balance.dk,

<http://jp.dk/morgenavisen/puls/article2518110.ece?ncc=1>

Tag med på spirituelle og udviklende rejser 2012 med Hjertets Vej

Sydengland ca. 3/8 - 10/8



Åbning og healing af hjertechakraet i Glastonbury, det gamle Avalon, jordens hjertechakra. Afbalancer, forfin og forstærk din hjerte- og energifrekvens på stærke energisteder som: Glastonbury Tor, Chalice Well, Weatherhill, Merlins grotte ved Tintagel på Cornwall, Stonehenge og Avebury – ældgamle og magiske ceremoni- og energisteder samt centrum for korncirkler.

Canada ca. 21/8 - 7/9



Healing af ubalancer i fortid, nutid og fremtid i og omkring os i Canadas kraft og magi, kultur og klarhed i en overvældende, mangfoldig og storslået natur på og omkring Vancouverøen og i Rocky Mountains samt i mødet og udvekslingen med de Canadiske Indianere, den oprindelige befolkning. Oplev kraften og visdommen i “The Power of Giving” (Kraften ved at give). Vi løfter energifrekvens og bevidsthed i og omkring os.



Hjertets Vej – Center for Intuition, Selvudvikling & Livskunst
v/Annalise Stourup de Molade,
Nyrupvej 15, 4296 Nyrup.

Brochure, info og tilmelding:
Tlf. 57 80 35 02

annalise.hjertetsvej@paradis.dk www.hjertetsvej.dk

Ching

Den 3000 år gamle kinesiske livsvejledning

Kineserne har i mange år brugt en flere tusind år gammel metode til livsvejledning, selvindsigt og selvcoaching - længe før dette begreb kom på mode i Vesten.



Den 3000 år gamle kinesiske orakelbog I Ching (muligvis verdens ældste bog) også kaldet "Forvandlingernes bog", var oprindeligt en visdomsbog, man

spurgte til råds i natur- og jagtrelaterede situationer. Men senere blev det til en måde at tolke livssituationer på og blive bevidstgjort om, hvordan energierne i situationen var, så man kunne forholde sig konstruktivt hertil.

Forvandlingernes bog hentyder bl.a. til, at I Ching ikke fokuserer på problemer, men beskriver forskellige situationer i forvandling. I Ching vil altid påpege det forvandlende aspekt, i selv den mest vanskelige og fastlåste situation. Faktisk overrasker den ofte ved at se tingene fra en helt anden side, end man havde forestillet sig. Ved at rådføre sig med I Ching, får man et større indblik i sin situation, bliver mere afklaret og får derved en bedre mulighed for at handle. Den synliggør bagvedliggende hensigter, ideer og forvandlingsmuligheder, og på en poetisk måde beskriver, antyder, advarer og anviser den forskellige muligheder og løsninger.

I Chings filosofi, bygger på en antagelse om, at tingenes tilstand kan forandres, at alt er i konstant forandring, er dynamiske og i stadig forvandling. Det er tingenes indbyggede modsætningsforhold mellem yin og yang, der leder til denne forvandling.

Når man konsulterer I Ching, får man en større indsigt og bevidsthed om, hvordan disse energier arbejder, og hvilke kræfter der er indeholdt i en given situation. Den påpeger, hvor der er ubalance i ens livssituation, så man bliver mere bevidst om dette og opnår en indsigt i, hvor styrker og muligheder er. Derved får man en bedre baggrund og platform at handle ud fra.

Ordet "I" betyder forvandling og "Ching" betyder en litterær klassiker, en hædersbetegnelse bogen fik, da den blev samlet som én tekst under Chou-dynastiet (1150-249 f.kr.). Den er en af de 5 klassikere, der udgjorde grundlaget for al kinesisk kultur og filosofi som fx akupunktur, kinesisk urtemedicin, Tai Chi, Qi gong og den kinesiske indretningskunst Feng shui. I Ching er en af de store grundsten i al kinesisk filosofi og kultur.

I dag vil det moderne menneske gerne have kontrol og styr på tingene. I Chings livssyn og livsopfattelse har den stik modsatte holdning: Vi skal lære at give slip, give os mere hen, være afslappede og flyde med energierne. Være åbne og modtagende.

Ifølge taoismen er mennesket underlagt de store naturlove og derfor en integreret del af disse. At følge strømmen vil være en naturlig proces i stedet for at stritte imod.

Når kornet står modent på marken, er det ret smart at høste det; i dårligt vejr – ikke så smart.

På samme måde giver I Ching os en viden om tingenes bagvedliggende natur og energi.

Jo mere bevidst man er om disse energier, jo bedre vil man kunne handle i en given situation.

I Ching er oversat til mange forskellige sprog og findes i utallige oversættelser pga det kinesiske sprogs mangfoldighed, helt afhængig af hvad den enkelte oversætter har lagt vægt på. Nogle oversættelser kan være meget kryptiske og uforståelige for almindelige mennesker uden kendskab til kinesisk symbolsprog og kultur. Det er derfor vigtigt at bruge mange forskellige oversættelser, da svarene derved blive mere fyldestgørende.

Der findes forskellige måder at konsultere I Ching på.

Den mest kendte er nok møntmetoden, hvor der kastes 3 mønter og aflæses et svar i I Ching. Metoden er dog en smule overfladisk og blev oprindeligt opfundet, så man havde en forenklet metode at konsultere I Ching på, når man var på hesteryg.

En anden betydelig mere original og dybtgående metode er den såkaldte Røllike stilke metode (Røllike blev anset for en hellig plante). Man benytter 50 pinde til oplægning, hvorved en figur bestående af 6 linjer, et såkaldt hexagram (hexa=6), kan optegnes.

Hexagrammet består af to såkaldte trigrammer (en figur på 3 linjer) som de fleste, som arbejder med kinesisk kultur eller medicin, er stødt på. Disse trigrammer bygger over 8 visuelle illustrationer fra naturen; Himmel, Jord, Vand, Ild, Vind, Torden, Bjerg og Sø og illustrerer energien i de forskellige situationer.



Trigrammerne blev senere sat op i et særligt skema, som kaldes Ba Gua (Ba=8, Gua= en figur).

I princippet er to trigrammer ovenpå hinanden = et såkaldt hexagram. Trigrammer og hexagrammers fortolkning indgår som en

stor bestanddel i I Ching.

Et Hexagram indeholder et billede på ens livs situation, og ud fra dette tolkes det via I Ching. Det beskriver situationen i forvandling og peger altid på det forvandlerende aspekt, i selv den mest fastlåste situation, men er også inspiration til udvikling og positiv forandring.

Forvandlingernes bog arbejder også med begrebet synkronisitet; meningsfulde og tilsyneladende tilfældige hændelser, som ikke bevisligt har noget med hinanden at gøre, men støder sammen og derved afgiver ny betydning og mening. Det er bemærkelsesværdigt, hvordan denne gamle kinesiske bog har kunnet give mennesker gennem mange forskellige tidsaldre et kvalificeret bud på og forslag til forandring af deres situation. Hver gang lige intenst, dybdegående og med nærmest radaragtig nøjagtighed i søgningen efter årsag, virkning og udvikling, længe før vi i Vesten har tænkt på coaching og psykoterapi. Faktisk var det den kendte dybdepsykolog og psykoanalytiker C.G Jung, som i sin tid fik I Ching til Vesten. Han blev så begejstret for bogen, som indgik i hans arbejde, at han overtalte en rig patient til at få udgivet en engelsk udgave. Et flere sider langt forord bevirkede i den grad, at I Ching blev kendt, populær og udbredt i Vesten.

I dag udbydes der i Danmark konsultationer og forskellige kurser og workshops i I Ching, så man selv kan få glæde af at arbejde med dette tusind år gamle kinesiske visdomssystem derhjemme. I Ching er en helt speciel coaching metode til det moderne menneske og et anderledes og udfordrende bud på personlig udvikling og afklaring af livssituationer på et dybt psykologisk og spirituelt plan.



Jeanet Abel
I Ching konsulent
Konsultationer – foredrag og kurser - i.ching@hotmail.com
- Tlf: 3131 1754

Guide til legal netbutik

Skal du til at starte en netbutik, kan du på www.e-handelsfonden.dk downloade en gratis guide til, hvordan man indretter sin netbutik efter dansk lov, samt hvordan den gøres brugervenlig. Det er forbrugerrådet, Dansk Erhverv mfl. som i baggrund af mere end 10 års erfaring står bag initiativet. (Børsen)

Sluk for systemet, når du ikke bruger det

'IT som miljøsynder'? Ikke blot er vi mange, der i dag er meget opmærksomme på, at strålingsfaren kan nedsættes blot ved et tryk på el-kontakten. Men i en radioudsendelse for nylig fremgik det, at servere og IT-udstyr og vores liv på nettet i det hele taget bruger masser af energi og udleder masser af CO₂ og koster strøm.

Ifølge eksperterne kan CO₂ udslippet nedsættes betydeligt ved et tryk på afbryderkontakten. I relation til gmail, som mange af os har konto hos, har vi hver især lagerplads op til 6 GB. Imidlertid betyder manglende oprydning i vores emails samt den kendsgerning, at vi måske har fotos og emails liggende på mange forskellige servere, at strøm- og energiforbruget og den statiske elektricitet øges, og at miljøet derved belastes af CO₂ udslip; faktisk er den samlede forurening fra IT på højde med det samlede udslip fra fly. Det er overraskende, uanset om man er tilhænger af den styrende klima- og miljøpolitik eller ej.

Jo mere vi fylder, desto mere udledning – og ikke mindst, jo mere stråling. Strålings-skade-kendsgerningerne har myndighederne som bekendt ikke megen fidus til, derfor ville en nedsættelse af CO₂ udslippet være en sidegevinst for de mennesker, der er strålingsbelastet. Så følg et godt råd og slå 2 fluer med et smæk: Sluk for systemet, når du ikke bruger det.

Kilde:

<http://www.goenergi.dk/aktuelt/forbruger/dit-liv-paa-nettet-koster-stroem>



Om føje år kører vi på biobrændstof fra pandabæ

Pandabæ har ligesom koklatter og termitter en speciel bakteriesammensætning i deres fordøjelsessystem, som udover at nedbryde bambus, som den spiser 10-20 kg af dagligt, også kan nedbryde græs, planterester mv., som ellers er svært at udnytte energimæssigt. Det viser sig, at pandaenzymernes nedbrydelsesproces er så meget anderledes, at produktionen af biobrændstof både bliver nemmere og grønnere, og at udnyttelsesgraden af energien fra disse planterester i højere grad optimeres. En naturlig løsning som beforder et bæredygtigt klima. Forskere har gennem et år indsamlet og analyseret frisk afføring fra pandaer i Memphis Zoo, men yderligere forskning er nødvendig. (Politiken www.life.ku.dk, http://portal.acs.org/portal/fileFetch/C/CNBP_028112/pdf/CNBP_028112.pdf fra American chemical society)

D-vitamin og vægttab hos kvinder

Overvægtige kvinder med mangel på D-vit. kan ved at tage mindst 15% af deres kropsvægt få niveauet af frit cirkulerende D-vit. i blodet til at stige, ja, det bliver næsten tredoblet. Forsøget er udført i USA på 439 overvægtige kvinder mellem 50-75 år. D-vit. er fedtopløseligt og ophobes i fedtvævet. I f.m. vægttab frigives vitaminet i blodet og cirkulerer og stimulerer kroppen. (Fred Hutchinson Cancer Research Center, USA, American Journal of Clinical Nutrition, maj 2011,

Følg schweizernes eksempel

Fokus på sundhed og årsager med brug af sund fornuft kan erstatte sygdomme og symptomer. En stor schweizisk tandlægeklinik i Lustmühle under ledelse af MD Thomas Rau har i årtier behandlet 10.000-vis af patienter. Tænderne saneres, toksiner i kroppen udskilles, og dens egenhelbredelse reetableres skånsomt uden operation. Hos Dr. Rau ser lægerne ikke patienterne, før tænderne er saneret efter de mest moderne metoder. Herefter indledes en behandling eller forebyggende indsats, og oftest kan patienterne fortsætte deres arbejdsliv uden behov for hospitalskontakt. Foruden milliard-besparelser for samfundet er gevinsten sundhedsrevolutionerende, da kronisk syge kunne bringes fra passiv forsørgelse til aktiv indsats. <http://www.paracelsus.ch/paracelsus/paracelsuse/downloads-en>

Et stigende antal alternative læger benytter sig af den omfattende biokemiske videnskab. Ifølge Thomas Rau undervises læger stort set ikke i miljøtoxiditet, fx. tungmetaller, og er derfor ikke rustet til at diagnosticere og behandle de tungeste sygdomme, de mentale og øvrige kroniske lidelser, som er smertefuld for den der plages heraf, og som koster samfundene store summer penge. Tænderne har uhyre stor betydning for hele kroppens sundheds- og sygdomstilstand og kan i værste tilfælde medføre døden.

Kilde: Ole Gerstrøm

En bøn

Det forlyder, at sundhedsministeren i Trinidad og Tobago har sat foden i døren for såkaldte "fastfood-donationer". Såvel Burger King som McDonald er blevet afvist, selvom de tilbyder at punge ud med store beløb til behandling af sygdomsramte børn. Hmm – i mine øjne ser det ud som om de spiller på 2 heste (vm). Ministeren har skåret det ud i pap forstået således, at donationer er statens domæne, men hold markedsføringen langt

væk fra børnene. Gør fastfood-kæderne ikke det, vil evt. donationer blive returneret. Kilde: www.borsen.dk/sundhed

6 cm lang monsterhveps dukket op på Sulawesi i Indonesien

Det er amerikanske forskere, der er stødt på denne kæmpehveps af gravehvepsetype. Hannens kæber er i udfoldet stand længere end dens forben. Normalt er det kun hunnerne der stikker, men jeg vil da nødtigt "smage" et bid fra en hankæbe. (Politiken, spiegel.de)



Frosne grøntsager er også sunde

Ofte er vitaminindholdet større i frosne grøntsager end i ferske, oplyser Fødevarestyrelsen. Det skyldes, at grøntsagerne pakkes og fryses lige efter høsten. Ved fragt og opbevaring af ferske grøntsager nedbrydes en del af vitaminerne. F.eks. indeholder frosne bønner dobbelt så meget C-vitamin som ferske bønner, der har været opbevaret i 2 dage.

Generalforsamling

Lørdag d. 14. april 2012 kl. 14.00-18.00

Værløse Kirke, Højeloft Vænge 20, 3500 Værløse

Dagsorden iflg. vedtægterne, som kan ses på www.lnsnatur.dk

Reservér dagen allerede nu!

Skriftlige forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 14. marts 2012 kl. 12.00 helst på email til vhm@lnsnatur.dk, eller sendes til postadressen LNS – Møllegårdsvej 3, Østed, 4320 Lejre.

Dagsorden med bilag kan ses på www.lnsnatur.dk fra d. 14. marts og frem til 14. april. Justeringer kan forekomme indtil en uge før generalforsamlingen. Du kan kommentere dagsordenen og foreslå kandidater til tillidsposter indtil en uge før. Som medlem har du 1 stemme på generalforsamlingen.

Er du forhindret i at være fysisk til stede kan du vælge at stemme pr. brev eller pr. mail hele måneden. I så fald kontakter vi dig for at bekræfte din identitet. Et skema til afgivelse af brevstemme vil kunne rekvireres ved henvendelse til et bestyrelsesmedlem. Bestyrelsen skal have din evt. brevstemme i hænde senest kl. 21 dagen før.

Hjælper du os, hjælper vi dig!

Vel mødt

Bestyrelsen i LNS

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!