

Breuß-Dorn Newsletter * Februar 2015



NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Therapien nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de



Breuß-Dorn NEWSLETTER Februar 2015
4795 Empfänger. Bei Ausdruck ca. 28 Seiten

Inhalt dieses Newsletters:

TAGESORDNUNG: GRÜNDUNGSNGVERSAMMLUNG "DEUTSCHE GESELLSCHAFT DER DORN-BEWEGUNG"

ERINNERUNG: DORN-ANWENDERTREFFEN OTTOBEUREN 2015

TREFFEN SIE UNS BEIM DORN-TREFFEN IN LAUTRACH UND AUF DEM ANWENDERTREFFEN IN OTTOBEUREN

ARTIKEL: ERWORBENE SKOLIOSE UND RÜCKENSCHMERZEN - WIE DORN HELFEN KANN

FASTEN AKTUELL: HEILFASTEN NACH BREUSS

ARTIKEL: SCHMERZHAFTES WINTERWETTER

IMPRESSUM/MEDIADATEN

TAGESORDNUNG: GRÜNDUNGSNGVERSAMMLUNG "DEUTSCHE GESELLSCHAFT DER DORN-BEWEGUNG"



Deutsche Gesellschaft für die Dorn Bewegung (e.V. in Vorbereitung)

Einladung zur Gründungsversammlung der
"Deutsche Gesellschaft für die DORN-Bewegung (e.V.)" in D - 87763 Lautrach, Gasthaus Rössle.
Am Freitag, 27. März 2015, 18.00 Uhr.

Wir laden Sie herzlichst zu dieser zukunftsweisen Versammlung der "DORN-Bewegung" ein. Mögen Alle kommen - die DORN-Ausbilder / DORN-Anwender / DORN-Therapeuten und viele-Interessierte und sich

die Zeit nehmen, um an dieser "historischen" Zusammenkunft anwesend zu sein und um mitzerleben wie eine Vereinigung für DORN - im Sinne von Dieter Dorn - begründet wird. Wir wollen "DORN - im Sinne von Dieter Dorn" für alle Menschen erhalten! So wie sie uns von Dieter Dorn "frei" gegeben wurde, soll sie zukünftig von allen Menschen auch frei angewendet werden dürfen.

Am 7.+ 8. Nov. 2014 fand das erste Treffen statt. An diesem Tag - dem 7. November 2014 wurde in Lautrach die "DEKLARATION der DORN-Bewegung" mit juristischer Hilfe von Frau Dr. jur. Anette Oberhauser festgelegt und in Zusammenarbeit aller Anwesenden erarbeitet.



Teilnehmer des ersten Treffens am 07./08.11.14, die richtungsweisend den Weg bereitet haben für "DORN im Sinne von Dieter Dorn"



Empfang in der Gemeinde Lautrach von Reinhard Dorn, der Sohn Dieter Dorns, Bürgermeister der Gemeinde Lautrach



Frau Dr. jur. Anette Oberhauser bei der juristischen Klarstellung für DORN unterstützt von Gerhard Weinhold

Gleichentags wurde eine "Arbeitsgruppe" gebildet, mit der Idee, dass diese Gruppe als ein Komitee "stellvertretend" für alle Anwesenden die Vorbereitungsarbeiten zur effektiven Gründung gemeinsam erarbeiten werden. Die Freiwilligen konnten sich melden, nach vorne kommen und so wurden 16 Mitglieder für dieses Komitee von den Anwesenden am 7. November genehmigt. Der Aufgabenbereich umfasste den Entwurf der Satzung fertig zu erarbeiten, diesen zu beschließen, sodass die Vorbereitung zur Einreichung an das Finanzamt in Memmingen zeitnah erledigt werden kann.



Die 16 Gründungsmitglieder der DORN-Bewegung e.V.

Die Einreichung der Satzung, bezüglich der Gründung einer neuen Vereinigung mit der Namensgebung "Deutsche Gesellschaft für die DORN-Bewegung (e.V.) ist erfolgt
Ebenso wurde am 7. November beschlossen eine eigene Homepage baldmöglichst zu erstellen und diese konnte bereits am 8. November 2015 unter der Benennung dorn-bewegung.org bekannt gegeben werden.

Am 8. November 2014 wurde am Vormittag ein neuer "Leitfaden der Behandlungsschritte bei DORN" mit den Anwesenden erarbeitet und dank der Mithilfe vom DORN-Verband Schweiz direkt auf der Großleinwand gezeigt und umgehend im Text korrigiert werden. Eine neue Form der Zusammenarbeit hatte sich erstmals an diesen Zwei Tagen für die DORN-Bewegung zu Gunsten der DORN-Methode manifestiert. Mit viel Vorarbeit weniger und vor allem unter der Initiative von Helmuth Koch konnte dieses erste Treffen umgesetzt werden und die vorgängigen Gespräche mit Harald Fleig, Joachim Wohlfeil und Frau Dr. Oberhauser konnte an die Anwesenden beim Treffen informiert werden.

Das Resultat lässt sich sehen - am 7. November konnte der Startschuss für die Neue Bewegung der DORN-Methode gegeben werden und nun am 27. März 2015 wird die offizielle GründerVersammlung stattfinden und hoffentlich noch zahlreicher mit Dornlern vertreten sein als im 2014. Wir freuen uns auf Euer Kommen und auf die evtl. vorgängig eingereichten Mitgliedschaften - wenn eine persönliche Teilnahme nicht möglich sein sollte. Diese sind immer noch an Helmuth Koch - unter info@dornmethode.com zu mailen.

Programm:

17.30 -18.00 Uhr - Ankommen und Begrüßung unter Leitung von Helmuth Koch und Gerhard Weinhold

18.00 - ca. 21.00 Uhr

- Feststellung, wer als eingetragenes Gründungsmitglied an der Gründung mitwirken möchte
- Jeder Anwesende kann sich bei der Gründungsversammlung als Gründungsmitglied eintragen lassen
- Die Bereitschaft als Gründungsmitglied mitzuwirken muss durch die Abgabe von Name und Anschrift dokumentiert sein
- Feststellung der Beschlussfähigkeit. - Es müssen mindestens 7 eingetragene Gründungsmitglieder anwesend sein
- Die Satzung wird allen Teilnehmern und den Gründungsmitgliedern vorgelesen
- jedes Gründungsmitglied unterzeichnet mit Vor- und Nachname auf dem Gründungsprotokoll zur Satzung
- Festlegung des Wahlmodus.

Wahlen:

- nur die eingetragenen Gründungsmitglieder sind Stimmberechtigt
- nicht eingetragene Teilnehmer der Gründungsversammlung können an der Veranstaltung teilnehmen, sind aber nicht Stimmberechtigt

- Wahl eines Wahl-Leiters
- Wahl eines Protokollführers

- Vorschläge für die Wahl des 1. Vorsitzenden
- * Wahl des 1. Vorsitzenden

- Vorschläge für die Wahl des 2. Vorsitzenden, Kassierer, Schriftführer, drei Beisitzer
- * Wahl des 2. Vorsitzenden
- * Wahl des Kassierer
- * Wahl des Schriftführer
- * Wahl der drei Beisitzer (mit der Funktion als Resort-Leiter)

- Vorschläge für ein Prüfungsgremium aus 12 Mitgliedern
- * Wahl des Prüfungsgremiums - das mit dem Vorstand eine Prüfungsordnung erstellen soll

- Vorschläge und Beschluss bezüglich des jährlichen Mitgliedsbeitrages
- Ehrenordnung und Ernennung von Ehrenmitgliedern

- Zukünftige Projekte wie DORN-Stiftung, DORN-Museum, DORN-Schulungs-Institut etc.
- Koordination von zukünftigen DORN-AnwenderTreffen, DORN-Tagen bzgl. dem DORN-Kongress
- Anregungen/Verschiedenes

Der Versammlungs-Ort:

Gasthaus Rössle, Deybachstraße 16, 87763 Lautrach

Tel. 08394-284

Diana Venzlaff

E-Mail: roessle-lautrach@web.de

diana.venzlaff@gmail.com

www.roessle-lautrach.de

Übernachtung:

Akzent Hotel Hirsch, Marktplatz 12, 87724 Ottobeuren

Tel.: 08332-796 77-0

Fax: 796 77-66

E-Mail: hotel@hirsch-ottobeuren.de

www.hirsch-Ottobeuren.de

Mit der Anmeldung zur Gründungsversammlung überweisen Sie bitte einen Kostenbeitrag von 20,- EURO (Anwaltskosten / Organisation und Raumkosten / und für die Pausenverpflegung der Getränke und Kaffee).

An: Helmuth Koch, Kirchstr. 9, 79801 Hohentengen, Tel. 07742-978 00 28, E-Mail:

info@dornmethode.com

Konto: Helmuth Koch, Sparkasse Hochrhein, Konto-Nr: 1000524619, BLZ: 684 522 90, IBAN-Nr. DE81 6845 2290 1000 5246 19, BIC-Code: SKHRDE6W

Am folgenden Tag, Samstag, 28. März 2015 findet das jährliche Dorn-Anwendertreffen in 87724 Ottobeuren, Akzent Hotel Hirsch, Marktplatz 12 statt.



Aktuelle Themen und praktische Übungen rund um DORN sind das Motto auf dem traditionellen Anwendertreffen in Ottobeuren. Gunter Ott bei praktischen Übungen in seinem Vortrag beim Anwendertreffen 2014.



Erfahrungsaustausch und die Diskussion von Themen rund um DORN machen die familiäre Atmosphäre auf den DORN-Treffen aus. Vortragsredner 2014 Helmuth Koch und Michael Rau im Gespräch mit dem Organisator Max Herz v.l.n.r.

Anmeldung, Infos und Programm bei Ingrid & Max Herz, Mozartstr. 6c, 87724 Ottobeuren, Tel. 08332-790 535, Mobil 0171-539 49 50, E-Mail: m.herz@vitality-company.de

Mit freundlichem Gruß
Helmuth Koch, Gerhard Weinhold

Organisation und Anmeldung bei:



Helmuth Koch, Heilpraktiker
Kirchstr. 9
79801 Hohentengen
Tel. 07742/978 00 28
Fax 07742/978 00 31
E-Mail: info@dornmethode.com
www.dornmethode.com

ERINNERUNG: DORN-ANWENDERTREFFEN OTTOBEUREN 2015

Hallo liebe Kolleginnen und Kollegen,
heute möchten wir Euch alle daran erinnern und ganz herzlich wieder zum jährlichen Dorn-Anwendertreff
am 28. März 2015 einladen.

Ort: Ottobeuren, Hotel Hirsch, Markplatz 12
Investition: Euro 55,00
Der Beitrag beinhaltet auch Verpflegung und Tagungsgetränke.

Überweisung auf folgendes Konto gilt als Anmeldung!

Ingrid Herz Targobank
BLZ: 300 209 00
Kto.- Nr. 1 608 531 935
IBAN: DE 61 3002 0900 1608 5319 35
BIC CODE: CMCIDEDD

Der Eingang der Zahlung gilt als Platzreservierung!!

Für das Mittagessen können nur die Teilnehmer berücksichtigt werden, die die Teilnehmergebühr auf das oben angegebene Konto überwiesen haben!
Bitte Mittags-Gericht Nr. 1 oder Nr. 2 mit angeben!!

Anmeldung per Mail/Tel.!! Bitte nur an Max Herz !!
m.herz@vitality-company.de Tel. 08332-790535

Auf Euer Kommen freuen sich Ingrid & Max Herz, Roland Bechtold, Helmuth Koch, Tilman Münster,
Thomas Zudrell

Programmablauf:

09.00 - 09.30 Uhr
Ankommen, Kollegen begrüßen, Ausstellung und 2. Frühstück Kaffee/Butterbrezen

09.30 - 09.45 Uhr
Begrüßung: Max Herz, Ablauf und Aktuelles

09.45 - 11.45 Uhr
Vortrag: Roland Bechtold, Dorn-Ausbilder
Thema: Wie stelle ich eine gute Ausgangsposition mit meinen Kunden/Patienten her. -Grundlagen-
Voraussetzungen- Praktische Übungen.

11.45 - 12.30 Uhr

Vortrag: Helmuth Koch, Heilpraktiker

Thema: "Die Dorn-Bewegung" Neuigkeiten von der Gründungsversammlung - Fragen/Antworten

12.30 - 13.30 Uhr Mittagspause

2 Tellergerichte zur Auswahl!!

Bitte bei Anmeldung das Essen mit auswählen und melden!!

Gericht 1: Gebratenes Zanderfilet mit Reis und ZucchiniGemüse auf Weißweinsauce.

Gericht 2: Bandnudeln (vegan) auf Gemüsebett mit Tomatensauce.

Getränke auf eigene Rechnung!

13.30 - 14.45 Uhr

Workshop mit Dorn-Ausbilder Tilman Münster

Neue Impulse für die fortgeschrittene Dorn-Arbeit. Neue Dorn-Anwendungstechniken für Kreuzbein/LWS, Rippenansätze, C7 und HWS. Praktische Übungen

14.45 - 15.00 Uhr Nachmittags-Kaffee (natürlich mit obligatorischem Nußzopf)

15.00 - 16.45 Uhr

Vortrag: Thomas Zudrell, Internationaler Dorn-Ausbilder

MNSRT - Myo-Neuro-Strukturelle-Rebalancierungs-Therapie mit der Dorn Methode als Kern Ansatz

· Dorn im strukturellen Bereich

· Dynamische Akupressur und/oder Massage im muskulären Bereich

· Dynamische Vakuum-Massage mit speziellen Schröpfköpfen zur Stimulation der Körperrezeptoren, Entgiftung, Durchblutungsförderung und Faszien-Entspannung, Praktische Übungen

16.45 - 17.15 Uhr

Abschluss: Max Herz

Fragen, Erfahrungsaustausch, Diskussion, Wünsche fürs nächste Mal, Verabschiedung u. u. u.

Änderungen vorbehalten!!!

Weitere Infos zu Übernachtungsmöglichkeiten mit Frühstück:

Bitte selber buchen!!

Bitte Dorn-Treff oder Ingrid & Max Herz angeben für evtl. Sonderpreise!!!!

Gasthof Mohren, Marktplatz 1, Tel.: 08332 - 9213-0, Fax: 9213-49

www.gasthof-mohren.de

Hotel Hirsch, Marktplatz 12, Tel.: 08332-796 77-0, Fax: 796 77-66

eMail: hotel@hirsch-ottobeuren.de, www.hirsch-Ottobeuren.de

Hotel am Mühlbach Garni, Luitpoldstr. 57, ca. 800 m entfernt,

Tel.: 08332 - 9205-0, Fax: 8595

eMail: info@hotel-am-muehlbach.de, www.hotel-am-muehlbach.de

Pension Eva, Schützenstr. 2, ca. 500 m entfernt, Tel.: 08332-796275, Fax: 796276

eMail: info@pension-eva-ottobeuren.de, www.pension-eva-ottobeuren.de

Pension Mozart, Mozartstr. 22, ca. 1000 m entfernt, Tel.: 08332-796110, Fax: 796259
eMail: pensionmozart@yahoo.de,
www.hotel.de/de.hotels/Ottobeuren_39451/Pension_Mozart_256673/hotel.aspx

Jugendherberge, Kaltenbrunnweg 11, ca. 1,2 km entfernt, Tel.: 08332-368, Fax: 7219
eMail: jhottobeuren@djh-bayern.de
mit Jugendherbergs-Ausweis

herzliche Grüße von



Ingrid & Max Herz
Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke
Vitalstofftrainer/Vitalitätstrainer
Trainer of Vitality Company
Mozartstr. 6c
87724 Ottobeuren
Fon: 08332 - 790 535
Fax: 08332 - 925 196
eMail: m.herz@vitality-company.de
<http://www.vitaltherapiezentrum.de>
<http://www.vitality-company.de>

Anzeige



Capilli 2008 - das natürliche Haarwuchsmittel - mit der Wirkstoffkombination aus Hopfenblüten-Extrakt, Zinnkraut und Biotin

TREFFEN SIE UNS BEIM DORN-TREFFEN IN LAUTRACH UND AUF DEM ANWENDERTREFFEN
IN OTTOBEUREN

Auf dem DORN-Treffen in Lautrach und am Dorn-Anwendertreffen in Ottobeuren, haben Sie in diesem Jahr

gleich zweimal die Möglichkeit zum Informationsaustausch.

Wir freuen uns auf Ihre Fragen und stellen Ihnen gerne unsere Seminare, Vorträge und Workshops aus unserem Programm auf der Seite www.breuss-dorn-seminare.de und unsere Produkte von der Seite www.breuss-dorn-shop.de vor.

Bis zum 27./28.03.15 werden wir auch die DVD vom ersten DORN-Treffen vom 07./08. 11. 2014 in Lautrach im Programm haben. Für die, die nicht teilnehmen könnten für den Einblick und für alle zur Dokumentation dieses historischen Siegs an diesen beiden unvergesslicher Tagen des konstruktiven Miteinanders für "DORN", um DORN zukünftig die freie Ausübung zu ermöglichen.

Da wir nicht immer unser Gesamtprogramm dabei haben, bitten wir Euch uns im Vorfeld mitzuteilen, wenn Ihr das eine oder andere Produkt aus unserem Sortiment braucht, dann können wir es Euch gezielt mitbringen.

Der Versammlungs-Ort 27.03.15:

Gasthaus Rössle
Deybachstraße 16
87763 Lautrach

Veranstaltungsort 28.03.15:

Hotel Hirsch
Sebastian Kneipp Stube
Marktplatz 12
87724 Ottobeuren

ARTIKEL: ERWORBENE SKOLIOSE UND RÜCKENSCHMERZEN - WIE DORN HELFEN KANN

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" Bewusst Leben - Einfach Wohlfühlen, ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode. Die Ausgabe 01/2015 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: "Herz in Gefahr - Wie können wir es schützen?"



Das Magazin erscheint alle drei Monate. Zum Preis von 3.00 Euro pro Ausgabe
Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis von 12.00 Euro im Jahr.
Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:

Abonnement & Vertrieb

Gesund Media GmbH

Isarstraße 1a - 83026 Rosenheim

Telefon: (08031) 809-3363

Telefax: (08031) 809-2799

E-Mail: abo@gesund-media.de

Erworbene Skoliose und Rückenschmerzen - wie die DORN helfen kann.

Falsche Haltung im Alltag verursacht bei immer mehr jungen Menschen Haltungsschäden wie Skoliose zusätzlich zu Rückenschmerzen. Dr. med. Karin Botchen, Doktorin und Anwenderin komplementärer Therapien, berichtet über die Ursachen und beschreibt die Behandlungsmöglichkeiten.

Immer mehr Menschen - insbesondere aber junge Frauen - kommen zu mir und möchten nach DORN behandelt werden. Sie berichten von Rückenschmerzen und können sich oft nicht erklären, warum diese auftreten. Meist sind diese Frauen wirklich noch blutjung, schlank und sportlich und man sollte meinen, dass Rückenschmerzen bei ihnen keine Rolle spielen sollten.

Ich bitte sie als Erstes, sich auf den Rücken zu legen und beide Beine auszustrecken. Mit einer nach außen schwingenden Bewegung hebe ich die Beine an und füge sie etwa in Kopfhöhe wieder zusammen (Abb. 1).



Abb. 1: Mit diesem einfachen wie genialen Test kann sehr schnell eine Beinlängendifferenz festgestellt werden.

Schnell und einfach lässt sich so eine Beinlängendifferenz feststellen. Diese entsteht, wenn es bei dem komplexen Muskel- und Bandapparat zu einem verschobenen Druck-Zug-Verhältnis dieser Strukturen kommt. Dieses Problem lässt sich zum Glück mit DORN schnell und wirkungsvoll beheben. Durch Andrücken des unteren Oberschenkels Richtung Hüfte und einer Abwärtsbewegung des Beines kann die Beinlängendifferenz meistens sofort behoben werden (Abb. 2).



Abb. 2: Durch Andrücken des unteren Oberschenkels Richtung Hüfte und einer Abwärtsbewegung des Beines kann die Beinlängendifferenz sofort korrigiert werden.

Da die Beine bzw. Muskeln und Bänder diese falsche Position schon länger eingenommen haben, "verschieben" sie sich leider schnell wieder. Darum ist es unbedingt zu empfehlen, täglich die Selbsthilfeübungen daheim zu wiederholen. Diese nehmen nicht viel Zeit in Anspruch und bedürfen auch keiner Hilfsmittel. Somit "gewöhnen" Sie die Beine wieder an ihre richtige Position und mit der Zeit werden sie diese auch beibehalten (Abb. 3).



Abb. 3: Die Selbsthilfeübung ist zuhause leicht und unkompliziert ausüben. Fehlt die Kraft, kann auch ein Handtuch zur Hilfe verwendet werden. Auch eine Korrektur im Stehen ist Möglich.

Nach dieser Prozedur bitte ich den Schmerz betroffenen, den Oberkörper frei zu machen. Nun kann ich die Wirbelsäule genau betrachten und abfühlen. Dabei stelle ich schnell fest, ob das Becken schief steht oder ob einzelne Wirbelkörper verschoben sind.

Immer öfter stelle ich dabei auch ein erworbene Skoliose fest. Das bedeutet, in der Wirbelsäule ist eine S-Form zu erkennen. Bei nicht allzu offensichtlichen Fällen frage ich dann oft: "Wussten Sie, dass sie eine Skoliose haben?". Die Reaktion ist meist die gleiche: "Was? Ich? Wo kommt die denn plötzlich her?" Ich muss immer etwas schmunzeln, wenn ich das Wort "plötzlich" höre, denn eine Skoliose kommt nicht von heute auf morgen in die Wirbelsäule. Einige sind sogar angeboren oder haben sich in der Kindheit entwickelt - diese sind aber meist wirklich stark sichtbar und die Betroffenen kommen genau deswegen zu mir, weil sie bereits einen langen Leidensweg und etliche Arztbesuche hinter sich haben.

Die leichteren Skoliosen jedoch sind oft noch unerkant gewesen. Für den Laien sind diese schwer zu erkennen, und man muss auf mehrere Anzeichen achten. Zum einen natürlich die S-Form in der Wirbelsäule. Des weiteren kann man meist eine unterschiedliche Kurve in der Taille sehen, einen unterschiedlichen Stand des Brustbeins und somit auch einen unterschiedlichen Stand er Brüste (eine sitzt tiefer).

Woher kommt diese Fehlhaltung?

Wie schon erwähnt, entsteht Skoliose, ebenso wie der Beckenschiefstand und verschobene Wirbelkörper, nicht von jetzt auf gleich. Viele unserer Verhaltensweisen im Alltag tragen dazu bei, dass unsere Wirbel und Becken eine Fehlhaltung einnehmen:

Sitzen mit übereinander geschlagenen Beinen:

Durch das Sitzen mit übereinander geschlagenen Beinen - wie es vor allem Frauen häufig tun - kann es zu einem Beckenschiefstand kommen. In dieser Sitzposition wird das Becken leicht gekippt, um die Gewichtsverlagerung und die unterschiedliche Lage der Beine auszugleichen. Der Beckenschiefstand zieht dann wiederum Wirbelverschiebungen, Verspannungen und Blockaden nach sich, die Schmerzen und Organstörungen verursachen können.



Die Geldbörse immer am Mann:

Viele Männer neigen dazu, ihre Geldbörse in die hintere Hosentasche zu stecken. Das sorgt besonders im Sitzen für eine Verschiebung des Beckens. Man kann sich das auch so vorstellen, als säße man mit einer Pobacke auf einem Buch - dadurch wird der gesamte Beckenbereich sowie die Wirbelsäule in eine Fehlhaltung bewegt.



Sitzen mit der Geldbörse in der Gesäßtasche verursacht längerfristig einen Beckenschiefstand.

Das Tragen von Schuhen mit hohen Absätzen:

Dies bringt die ganze Statik des Skeletts aus dem Gleichgewicht: Die Beugehaltung der Wirbelsäule, das gekippte Becken und das daraus entstehende Hohlkreuz verändern die Belastung auf Knie- und Hüftgelenke. Über die Jahre kann es dabei zu Arthrosen in den betreffenden Gelenken kommen. Darüber hinaus stellt sich eine dauerhafte und nachhaltige Fehlstellung der Wirbel ein, die schwere Haltungsschäden nach sich ziehen kann.



Die einseitige Belastung beim Stehen auf einem Bein:

Das kann, über einen langen Zeitraum, schwerwiegende Folgen haben: Zum einen wird das Becken zur Seite gekippt, sodass ein Beckenschiefstand entsteht. Zum anderen bildet die gesamte Wirbelsäule eine S-Form, da die einseitige Belastung auf den Füßen im oberen Bereich des Skeletts wieder ausgeglichen werden muss. Bis nach oben zur Halswirbelsäule sind somit die Wirbel seitlich verschoben.



Falsches Schlafen:

Wer auf dem Rücken schläft und seinen Kopf auf ein zu hohes Kopfkissen bettet oder auf einer Matratze liegt, die den Rücken nicht optimal stützt und in gerader Position hält, tut seinem Körper absolut keinen Gefallen! Auch hier sind insbesondere Beinlängendifferenz und Beckenschiefstand vorprogrammiert. Ein zu hohes Kissen und eine zu weiche Unterlage belasten zudem erheblich die Halswirbelsäule. Sie macht dadurch einen Knick und schnell können so Wirbel aus ihrer richtigen Position rutschen. Die Folge sind Verspannungen und Kopfschmerzen sowie Schmerzen im Schulter-Nacken-Bereich bis hin zu den Kiefergelenken.



Eine falsche Schlafposition sorgt für eine Fehlstellung der Wirbelsäule und des Beckens.

Einseitige Bewegung:

Laut einer Statistik sind etwa 85-90% der Menschen Rechtshänder. Das bezieht sich aber keinesfalls nur auf das Schreiben. Wir neigen dazu, unsere Rechtshändigkeit auch vollkommen in den Alltag zu integrieren. Das fängt bei der schweren Tasche an, welche meist auf der rechten Schulter lastet und geht über das Sitzen am Computer (Mausbedienung) bis hin zum Aufheben von Lasten vom Boden. All das belastet unsere Haltung sehr einseitig und kann verstärkt zu Beinlängendifferenz und Beckenschiefstand führen. Das gilt natürlich auch für Linkshänder, bei welchen im Alltag die linke Seite dominiert.



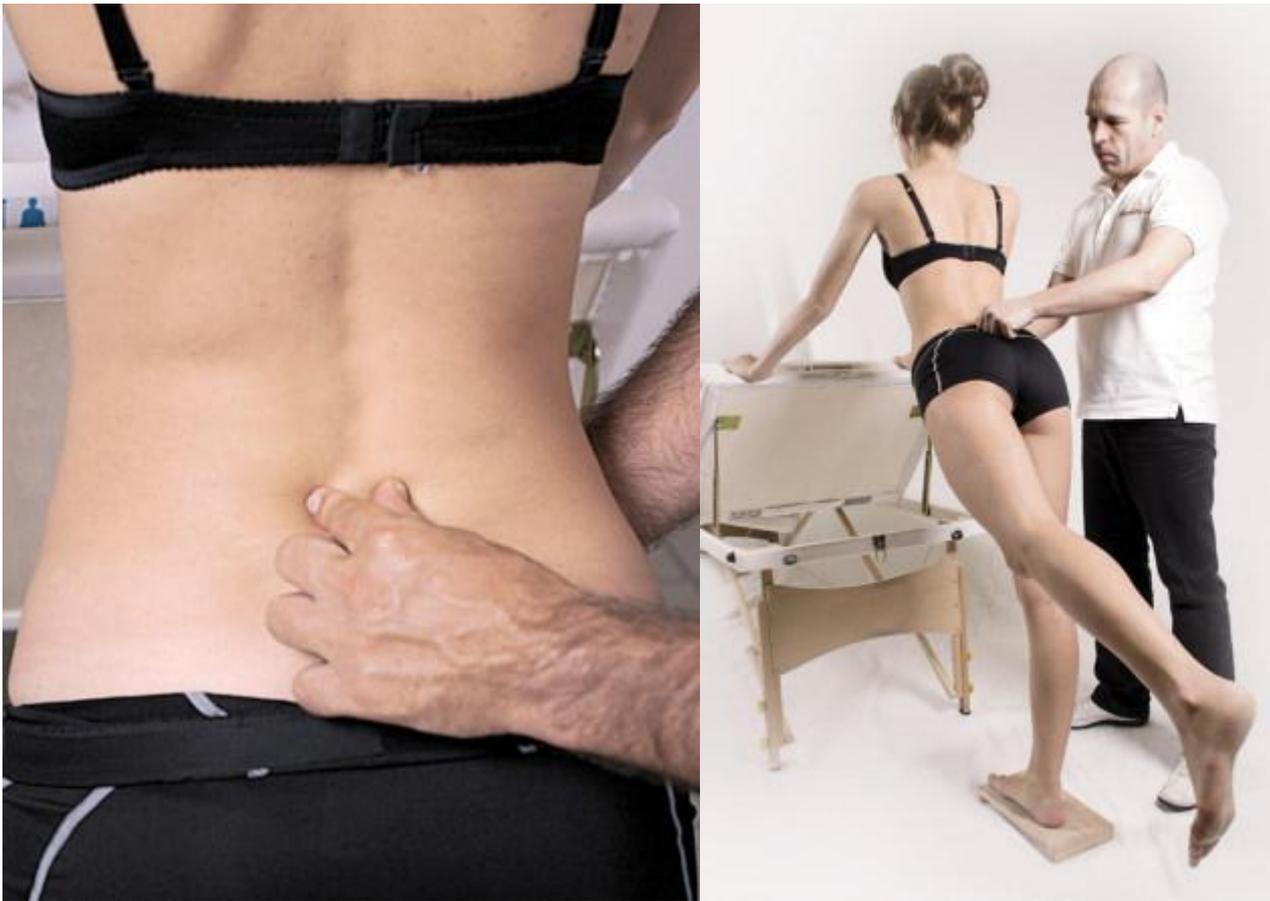
Einseitiges tragen sorgt für eine Fehlstellung der Wirbelsäule und des Beckens.

Bei Kindern sind einseitige Belastungen besonders folgenreich: Nicht selten kommt es vor, dass Kinder ihren Schulranzen oder die Sporttasche auf einer Seite tragen. Da sich ihre Knochen und Wirbelsäule noch im Wachstum befinden, können falsche Belastungen in jungen Jahren langfristige Schäden verursachen. Diese Fehlhaltung führt nicht nur zu Beinlängendifferenz und Beckenschiefstand, auch die Wirbel der Brust- und Halswirbelsäule rutschen durch die Fehlbelastung aus ihrer richtigen Position und können unterschiedliche Beschwerden und Erkrankungen verursachen.



Behandlung einer Skoliose

Eins vorweg: eine erworbene Skoliose ist genauso wenig sofort heilbar wie sie zustande gekommen ist. Hierfür braucht es einige Sitzungen und die Mitarbeit zuhause. Zuerst behandle ich den Betroffenen nach DORN und "drücke" das Becken wieder in die richtige Position. Danach taste ich alle Wirbel von der Lende bis zum Hals ab und schiebe sie sanft unter der Pendelbewegung des Patienten in ihre gedachte Position zurück.



Das Prinzip von DORN ist sehr simpel: Ich ertaste verschobene Wirbel und schiebe sie sanft unter der Bewegung des Patienten in seine natürliche Position.

Nun gibt es aber auch Wirbelkörper welche nicht nur seitlich, sondern auch nach innen verschoben sind. Diese kann ich natürlich nicht mit dem Daumen in Position schieben. Ich bitte den Schmerz betroffenen deshalb nach der Behandlung, sich auf den Bauch zu legen. Sanft verteile ich erst einmal ein spezielles Öl auf der Haut. Für die nach innen verschobenen Wirbel, sowie für die deutliche Durchblutung der Muskel- und Gewebepartien und Verspannungen an der Wirbelsäule, kommt nun das Schröpfset zum Einsatz. Entlang der kompletten Wirbelsäule setze ich behutsam die einzelnen Schröpfgläser auf. Dazu benutze ich nicht das Mittel der Erwärmung, sondern eine spezielle Pumpe. Diese hat den großen Vorteil, dass ich die Saugkraft ganz individuell gestalten kann - mal mehr, mal weniger - ganz so, wie es die jeweilige Stelle benötigt. Beim Schröpfen mit dem Feuerwattebausch setzt man das Glas auf und es saugt sich so fest wie es die Hitze hergibt. Außerdem hat das Schröpfen mit der Schröpfungpumpe den Vorteil, dass sich die Schröpfgläser ganz leicht durch Druck auf den Vakuum-Verschluss wieder lösen lassen. Das Abziehen noch angesaugter Saugglocken kann mitunter sonst schmerzhaft sein. Nach dem Ablösen der Schröpfgläser kann bereits eine deutliche Verbesserung der Skoliose festgestellt werden. Wie bereits erwähnt, bedarf es nun auch der Mitarbeit zuhause. Dies stellen vor allem die Selbsthilfeübungen nach DORN dar, aber auch andere Hilfsmittel. Da es bei einer länger bestehenden Skoliose zu einer einseitigen Verkürzung von Muskeln kommt, sollte auch hier angesetzt werden. Beispielsweise durch spezielle sportliche Übungen, Stretching oder das tägliche Tragen von einseitigen Gewichten an Arm- und/oder Beinknöcheln. Dies zwingt den Körper dazu, die vernachlässigten Muskelgruppen wieder verstärkt zu benutzen. Die ungleiche Taillenform und der schiefe Brustkorb werden somit nach und nach behoben und die Schmerzen lassen nach.



Mit der Technik des Schröpfen, werden nicht nur Gewebe und Haut optimal durchblutet, sondern auch nach innen verschobene Wirbel wieder in Position gebracht.



Am Beispiel erkennt man sehr gut die geschwungene Wirbelsäule sowie die Unterschieden in der Tailen-

Kurve. Nach drei DORN-Behandlungen mit darauf folgenden Schröpfen ist an der Wirbelsäule eine deutliche Verbesserung zu erkennen. Die Muskelverkümmierung in der Taille und am Brustkorb müssen mit einem speziellen Muskeltraining wieder aufgebaut werden.

Ganz wichtig ist ergänzend die Wahl des Nachtlagers. Auch wenn Sie gut und gemütlich schlafen, muss das gleiche nicht für Ihren Rücken gelten. Achten Sie verstärkt darauf, ob Sie besonders am Morgen unter Schmerzen leiden oder sehr verspannt sind. Eine Großzahl der Rückenleiden zeugt von einer falschen Matratze! Die meisten Menschen sparen hier wirklich am falschen Ende und geben Unmengen für Möbel, Küchen und Elektrogeräte aus. Leider ist es dann oft das Nachtlager, welches vernachlässigt wird ". man sieht es ja nicht und nachts ist es eh dunkel ."! Soweit so gut! Doch jetzt frage ich Sie: "Wie viel Zeit verbringen Sie in Ihrer Küche? Auf Ihrem Sofa? . vor dem Fernseher?" Ich wage zu behaupten, dass sie keines Ihrer Möbel und Gebrauchsgegenstände 6-8 Stunden täglich und vor allem durchgängig benutzen! Und da ist der Punkt: Sie befinden sich TÄGLICH mehrere Stunden in Ihrem Bett, insbesondere auf Ihrer Matratze und Ihrem Lattenrost. Jede Nacht aufs Neue liegt Ihre Wirbelsäule mehrere Stunden in gleicher Position. Nun, wie wir bereits gelernt haben, werden die Wirbelkörper durch etliche Muskeln in Position gehalten. Die Wahrscheinlichkeit, dass eine Fehlstellung der Wirbelkörper und des Beckens nachts entsteht, ist enorm! Liegt ihr Rücken in falscher, für ihn ungesunden Position, haben Muskeln, Bänder und Gewebe auch genug Zeit, sich dieser Position anzupassen. Liegen Sie allerdings auf einer ergonomisch angepassten Schlafunterlage und Ihr Rücken hat im Schlaf die für ihn optimale Position, kommt die Tatsache der Gewebeanpassung Ihnen zugute.



Ganz besonders nachts ist auf eine rückenoptimale Lage zu achten - Sie verbringen immerhin 6-8 Stunden durchgängig in Ihrem Bett!

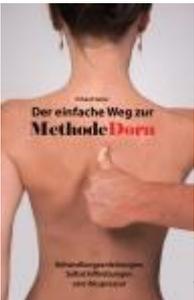
Als passende Schlafunterlage kann ich eine Matratze mit mehreren austauschbaren Modulen empfehlen, die individuell auf Ihre Körperergonomie angepaßt wird.



Dr. med. Karin Botchen
Fachärztin für Physikalische
und Rehabilitative Medizin
Bruneck, St. Georgen
Tel: 0039 0474 830 494
Mobil: 0039-346 621 6884

Weitere Hintergrundinformationen zum Thema finden Sie im Buch von Erhard Seiler "Der einfache Weg zur MethodeDorn"

Klicken Sie hier für das Buch:



[Bestellseite](#)

weitere interessante Bücher finden Sie im Bereich "allg. Dornliteratur":

Klicken Sie hier für die **[allg. Dornliteratur](#)**

Unser Gesamtprogramm mit allen Produkten finden Sie unter:

Klicken Sie hier für den **[breuss-dorn-shop.de](#)**

Anzeige



Capilli 2008 - das natürliche Haarwuchsmittel - mit der Wirkstoffkombination aus Hopfenblüten-Extrakt, Zinnkraut und Biotin

FASTEN AKTUELL "HEILFASTEN NACH BREUSS"

Die Fastenzeit steht vor der Tür. In dieser Zeit machen sich die meisten Menschen Gedanken zu diesem Thema.

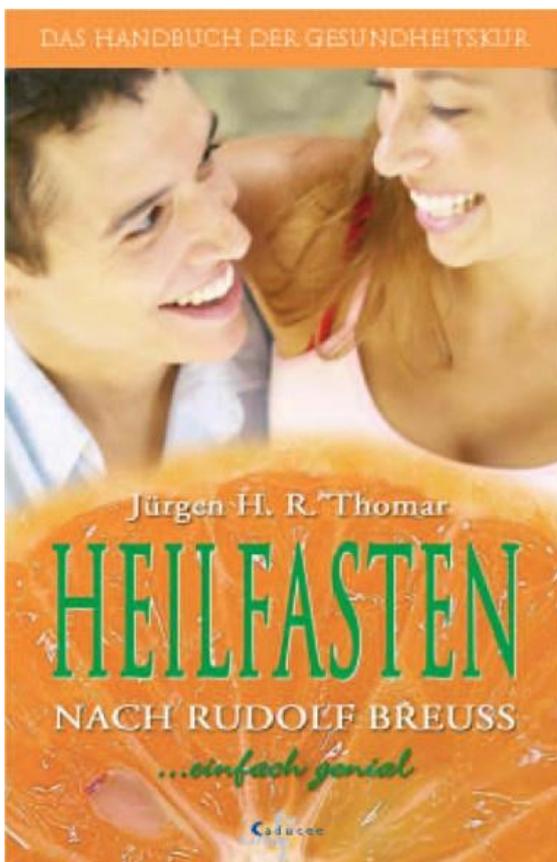
Die Bandbreite des "Verzichts" in dieser Zeit zwischen Aschermittwoch und Karfreitag reicht von:

- Verzicht auf Genussmittel Süßigkeiten, Schokolade, Alkohol, etc.
- Heilfasten nach Buchinger / Lützner - mit Gemüsebrühe, Tee und Säften
- Heilfasten nach der F.-X.-Mayr-Kur - mit Milch und Semmeln
- Heilfasten nach Hildegard von Bingen
- Molkefasten
- Saftfasten
- Suppenfasten
- Schleimfasten
- reines Wasserfasten

Der Autor Jürgen H.R. Thomar, der die Anwendungsbücher zur Krebs-Fastenkur nach Breuß geschrieben hat, kam im Jahre 2006 zu dem Schluss, dass die Breuss-Kur zu schade und zu wertvoll ist, als dass sie "nur" im Kampf gegen den Krebs eingesetzt wird.

Durch diesen Gedanken entstand das Buch "Heilfasten nach Breuss", als Anleitung die Breuss-Fastenkur nicht nur wie von Rudolf Breuss in seinem Buch: "Krebs, Leukämie und andere unheilbare Krankheiten" 42 Tage bei schweren Erkrankungen durchzuführen, sondern die Kur als Fastenkur wie andere bekannte Formen des Fastens s.o. im Rahmen des Heilfastens durchzuführen.

Das Buch ist die ideale Informationsquelle für Menschen, die erfahren wollen, wie effektiv Heilfasten sein kann, und die wissen wollen, wie sie Ihr Leben künftig gestalten sollten, um gesund zu werden, und dann auch zu bleiben.



Wohlbefinden aus dem Gemüse- und Kräutergarten...
...dank Rudolf Breuss.

Rudolf Breuss, Naturheilkundiger aus Bludenz in Österreich, konnte in seinem langen Leben bei vielen Patientinnen und Patienten große Erfolge mit dieser Fasten-Kur verbuchen, bei der er wesentliche Elemente des Buchinger-Fastens mit Elementen der Kneippschen Lehre sowie mit seinen eigenen Erfahrungen verknüpft hatte.

Präzise Ratschläge für die Fastenkur - auch für die Zeit danach! Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Leben verändern sollten, egal ob vor oder nach einer Breuss-Kur.

Jürgen Thomar:



Der Autor über das Buch:

Wenn Sie die Breuss-Kur als ganz normales Heilfasten, also nicht zum Kampf gegen den Krebs, machen wollen, so empfehle ich Ihnen mein HANDBUCH DER GESUNDHEITSKUR, das Ihnen aufzeigt, wie gesund das Heilfasten für Sie ist.

Nachdem ich einige Fasten-Seminare mit vielen Gesprächen und mit sehr interessanten Ergebnissen durchführen durfte, reifte in mir der Plan, die Breuss-Kur einem größerem Leserkreis zu erschließen. Ist doch diese Saft-Kur, wie sie Rudolf Breuss auch nannte, einfach zu "schade", und zu genial, um sie "nur" als Mittel im Kampf gegen den Krebs zu sehen. Die Kur bietet weit mehr als "nur" dieses Ziel.

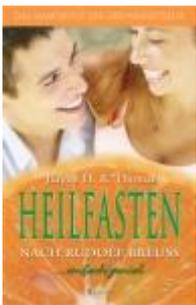
Breuss konnte in seinem langen Leben bei vielen Patientinnen und Patienten große Erfolge mit seiner Fasten-Kur verbuchen, bei der er wesentliche Elemente des Buchinger-Fastens mit Elementen der Kneippschen Lehre sowie mit seinen eigenen Erfahrungen zusammengeführt hat. So reifte in mir das Buch "HEILFASTEN nach Rudolf Breuss, einfach genial"

Denn mit exakt derselben Rezeptur

- macht die "pumperl"gesunde Mittdreißigerin beispielsweise ihre jährliche Frühjahrskur, um danach fit, vital und gut aussehend in den Sommer zu gehen,
- reduziert der übergewichtige Familienvater sein Gewicht innerhalb von vier bis sechs Wochen um stolze 15 bis 20 Kilo,
- regeneriert der gestresste Manager seinen gesamten Körper innerhalb von nur drei Wochen und fühlt sich danach nicht nur, sondern er ist dann auch wirklich, wieder "fit wie ein Turnschuh",
- hilft die mit Gelenkleiden sich herumplagende Hausfrau ihren Gelenken mit einer vierwöchigen Badekur in heimischen Gefilden,
- verbessert die mit Ihrer Gesundheit nicht so ganz zufriedene Angestellte sowohl ihre körperliche Konstitution als auch ihre Blutwerte, die ihr zunehmend Sorgen bereiteten,

- macht der besorgte Landwirt, in dessen Familie schon seit drei Generationen immer wieder Prostatakrebs auftrat, prophylaktisch die Kur, weil er vorbeugen möchte, dass er nicht plötzlich von der Diagnose "Krebs" überrascht wird,
- nimmt der Krebspatient den Kampf gegen seine schlimme Krankheit auf, um sie möglichst ohne OP, Bestrahlung und Chemotherapie zu überwinden.

Heilfasten nach Rudolf Breuss einfach genial



Das Handbuch der Gesundheitskur

176 Seiten

13,5 x 21,0 cm, broschiert

? [D] 14,90

? [A] 15,40 / sFr 26,80 ISBN: 978-3-89845-191-8

Aus dem Inhalt:

- o Die traditionelle Frühjahrskur
- o Regeneration des Körpers
- o Gewichtsreduktionskur
- o Heilfasten zur Blutverbesserung und bei Gelenkleiden
- o Heilfasten bei Leukämie, bei Lungentuberkulose und bei Multiple Sklerose
- o Heilfasten zur Krebsprophylaxe und zur Krebstherapie
- o Heilfasten leicht gemacht
- o Präzise Ratschläge und Hilfen
- o Einfach, natürlich, genial

Über den Autor:

Jürgen H.R. Thomar hat sich intensiv mit Rudolf Breuss, dem mit 91 Jahren verstorbenen Naturheiler, und seinen medizinischen Erkenntnissen, Fähigkeiten und Ratschlägen beschäftigt.

Sie finden das Buch in unserem Sortiment: **Heilfasten nach R. Breuß... einfach genial**

Weitere Literatur zum Thema Breuss-Fastenkur finde Sie in der Rubrik: **Breußliteratur**

Alles für die Breuss-Fastenkur finden Sie unter: **Fastenzubehör**

Unser Gesamtprogramm mit allen Produkten finden Sie unter:

Klicken Sie hier für den **breuss-dorn-shop.de**

Schmerzhaftes Winterwetter Wie kaltes, feuchtes Klima unsere Gelenke beeinflusst

Nasskalte, windige Tage sorgen bei vielen Menschen für Unbehagen. Doch bei einigen geht es noch darüber hinaus: Gelenkschmerzen zählen zu den fünf häufigsten Symptomen, von denen Wetterfühlige berichten. "Witterungseinflüsse rufen zwar keine Erkrankungen hervor, greifen den Körper aber an bereits geschwächten Stellen an", erklärt Prof. Dr. Gerhard P. Lenz, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie in der SternKlinik in Bremen. "Betroffene verspüren häufig Schmerzen, die in einigen Fällen mit einem steifen Gefühl einhergehen. Zusätzlich schwellen betroffene Gelenke oft an."

Klima aktiviert Erkrankungen

Wer im Winter unter verstärkten Schmerzen leidet, weist gewöhnlich verschleißbedingte Veränderungen oder entzündliche Gelenkerkrankungen wie Rheuma oder Gicht auf. Aber auch grippale Virusinfekte bringen oft entsprechende Beschwerden mit sich. Wie stark sich die Schmerzen äußern, unterscheidet sich von Patient zu Patient. "Dabei reicht die Skala von leichten, ziehenden bis hin zu akuten, massiven Schmerzen, die zusätzlich Ergussbildung, Überwärmung sowie starke Bewegungseinschränkung der Gelenke mit sich bringen", betont Prof. Lenz. Meist treten die Beschwerden in Knie- und Hüftgelenken sowie in der Wirbelsäule auf.

Wechselspiel des Wetters

Experten bestätigen Zusammenhänge zwischen der Schmerzintensität und plötzlichen Wetteränderungen vom Hoch- zum Tiefdruckgebiet, die mit abnehmender Temperatur, hoher Luftfeuchtigkeit und sinkendem Luftdruck einhergehen. Tatsächlich leiden Patienten in Norddeutschland im Winter häufiger unter Gelenkbeschwerden als im Rest der Republik. Aus welchem Grund Kälte und Nässe den Gelenken zusetzen, ist wissenschaftlich jedoch noch nicht belegt. "Es gibt Vermutungen, dass Wetterumschwünge zum einen die Schmerzrezeptoren reizen und zum anderen entzündete Gelenke bei abnehmendem Luftdruck anschwellen können", ergänzt Prof. Lenz.



Bewegt durch den Winter

Bei vielen Betroffenen führen Knie-, Hüft- und Rückenschmerzen im Winter dazu, dass sie sich noch mehr schonen als üblich. Doch damit wählen sie den falschen Weg. Zwar gilt es, Überlastungen zu vermeiden, aber Gelenke leben von Bewegung. "Da Gelenkknorpel nicht durchblutet, sondern über die Gelenkflüssigkeit ernährt werden, verbessert der Wechsel von Be- und Entlastung ihren Stoffwechsel", weiß der Orthopäde der SternKlinik. Bereits ein täglicher Spaziergang trägt somit dazu bei, Gelenkschmerzen zu lindern. Hierbei wind- und wasserabweisende Kleidung tragen, die warm hält. Nach der Bewegung im Freien tut den Gelenken ein Saunagang oder ein warmes, durchblutungsförderndes Bad gut. Weiterhin gelten Schwimmen im warmen Wasser und Fahrradfahren als ideale Sportarten. Sie ermöglichen, Gelenke unter Entlastung zu bewegen, und trainieren gleichzeitig die Muskulatur.

Frühzeitige Diagnose

Anhaltende Gelenkschmerzen im Winter, die sich nicht auf bereits vorhandene Erkrankungen zurückführen lassen, gehören in die Hände eines Orthopäden. Denn auch andere Erkrankungen - etwa eine verschleppte Borreliose-Infektion - können den Beschwerden zugrunde liegen. Im Patientengespräch, mit Röntgen- oder MRT-Aufnahmen und gegebenenfalls Blutuntersuchungen geht der Arzt der Ursache auf den Grund und leitet bei Bedarf eine entsprechende Behandlung ein. So lässt sich einem weiteren Fortschreiten der Beschwerden frühzeitig vorbeugen.

borgmeier

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" Bewusst Leben - Einfach Wohlfühlen, ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode. Die Ausgabe 01/2015 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: "Herz in Gefahr - Wie können wir es schützen?"



Das Magazin erscheint alle drei Monate. Zum Preis von 3.00 Euro pro Ausgabe Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis von 12.00 Euro im Jahr.

Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:

Abonnement & Vertrieb

Gesund Media GmbH

Isarstraße 1a - 83026 Rosenheim

Telefon: (08031) 809-3363

Telefax: (08031) 809-2799

E-Mail: abo@gesund-media.de

I M P R E S S U M (Breuß-Dorn-Newsletter)

NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Anwendungen nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

Inhaber: Michael Rau

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de

USt.-IdNr. DE219554812

Handelsregister-Nummer: entfällt

nicht im Handelsregister eingetragenes Kammermitglied der IHK-Karlsruhe

Unser Newsletter ist ein Informationsmedium für Neuigkeiten der Methoden nach Breuß und Dorn und unserem Ausbildungszentrum.

Wir wenden uns damit an Therapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Gesundheitsberater, Interessierte, Betroffene, etc. - für alle, die die BREUß- und DORN-Methoden anwenden und sich für die Methoden interessieren, zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

Sie finden in unserem Newsletter Neuigkeiten, Erfahrungsberichte, Studien, Termine, Buchvorstellungen, Produktneuheiten, u.a..

Wir veröffentlichen gerne auch Ihre Neuigkeiten, die für allen anderen Leser interessant sind, wobei sich die Newsletterredaktion das Recht vorbehält Artikel zu kürzen, abzulehnen, oder terminlich in einer anderen Ausgabe zu veröffentlichen.

Copyright 2006-2015 NSC-Natural Spinal Care®. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, wenn nicht anders angegeben, mit Quellenangabe: www.breuss-dorn-shop.de frei.

Der regelmäßige Versand unserer Newsletter erfolgt 1x pro Monat. Bei einer Netzüberlastung können sich die Übertragungszeiten verschieben. Haben Sie jedoch einmal keinen Newsletter auf ihrem Rechner, bitten wir um Information.

Der Bezug des Newsletters wird von uns aus beendet, wenn Ihr e-mail-Programm oder Ihr Provider den Bezug zurückweist (Fehlerhafte Programmierung eines Spam-Schutzes, der Mailbox oder der Abrufparameter). Sollte der Newsletter fehlerhaft ankommen (Steuerzeichen statt Umlauten), teilen Sie uns dies bitte mit.

Der Bezug der Newsletter ist kostenlos und kann jederzeit beendet werden. In unserer Bezugsdatei werden nur die e-mail-Adressen ohne jeden weiteren Personenbezug gespeichert. Es ist daher erforderlich, dass eine Abbestellung von der Empfängeradresse erfolgen muss. Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten wollen, klicken Sie auf den folgenden Link. Newsletter abbestellen: **newsletter-loeschen@breuss-dorn-shop.de** Wir werden Sie dann aus der Datenliste der Empfänger streichen.

Haben Sie den Newsletter von jemand anderem erhalten und sind nicht in der Verteilerliste, senden Sie uns eine e-mail und schreiben einfach **NEWSLETTER ANMELDUNG**.

Wenn Sie der Meinung sind, dass ein anderer Kollege oder eine andere Kollegin unseren Newsletter ebenfalls erhalten sollte, schreiben Sie bitte **EMPFEHLUNG NL** und die e-mail-Adresse des neuen Empfängers. Wir nehmen diese Adresse dann in unsere Newsletter-Datei auf und versenden den letzten aktuellen Newsletter. Newsletter-Versand-Adressen werden von uns ausschließlich für diese Zwecke gespeichert und enthalten keinen weiteren Personenbezug. Sie werden Dritten nicht weitergegeben.

Bilder/Grafiken: Artikel 1 Helmuth Koch, Cornelia Rey, Artikel 2 Max Herz, Dorn-Kongress, Artikel 4,6 Gesund Media, Artikel 5 J.H.R. Thomar

Die Herstellung des Newsletters erfolgte mit der gebotenen Sorgfaltspflicht, jedoch ohne Gewähr. Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für etwaige Fehler. Schadensersatz ist ausgeschlossen.

Für den Inhalt ihrer Artikel und die Bildrechte sind die jeweiligen Fremdautoren selbst zuständig. Keine Haftung für Fremdautoren.

Irrtum und Änderungen vorbehalten.

Wenn Sie unseren Newsletter nicht richtig angezeigt bekommen, klicken Sie bitte auf: **<http://www.breuss-dorn-shop.de/newsletter/breuss-dorn-newsletter-02.2015.pdf>**

Für die Anzeige der Dokumente benötigen Sie den Acrobat Reader. Sollte das Programm auf Ihrem Rechner noch nicht installiert sein, so können Sie es unter <http://get.adobe.com/de/reader/> kostenfrei beziehen.

Alle bisher erschienen Newsletter finden Sie auf unsere Seite: **[Breuss-Dorn-Newsletter](#)**

MEDIADATEN

Sie wollen in unserem Newsletter auf Ihre Präsenz, Produkte, Seminare, Neuigkeiten, Bucherscheinungen, etc. aufmerksam machen?

Von der Bannereinspielung bis zu PR-Berichten besteht jede Möglichkeit. Sprechen Sie mir unserem PR-Berater. Unsere Mediadaten finden Sie unter: **[Mediadaten breuss-dorn-newsletter.pdf](#)**