

Breuß-DORN Newsletter * Dezember 2016



NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß & DORN

und alles für die Anwendungen 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 Dezember 2016

6486 Empfänger. Bei Ausdruck ca. 24 Seiten

Inhalt dieses Newsletters:

- JAHRESRÜCKBLICK UND AUSBLICK 2017 DER DORN-BEWEGUNG
- ERFAHRUNGSBERICHT DORN
- ARTIKEL: DIE-DORN-BEHANDLUNG
- DORN-SELBSTHILFEÜBUNGEN: SELBSTHILFEBLÖCKE UND SELBSTHILFELITERATUR
- PATIENTENERFAHRUNGSBERICHT
- BERICHT: FUTTER FÜR DIE WIRBELSÄULE
- IMPRESSUM/MEDIADATEN

JAHRESRÜCKBLICK UND AUSBLICK 2017 DER DORN-BEWEGUNG

Offizielle Webseite und Informations-Plattform
für die:
DORN-bewegung.org
Deutsche Gesellschaft für die Dorn Bewegung e.V.

Dieter Dorn
Aug. 1938 - Jan. 2014

Liebe Mitglieder der "Deutsche Gesellschaft für die DORN-Bewegung e.V."

Wir haben ein bewegtes Jahr 2016 mit vielen Terminen und Veranstaltungen hinter uns:

- 1. April, Treffen der Prüfungs-Kommission, im Hotel Hirsch Ottobeuren
- 2. April, Mitwirkung beim DORN-Anwender-Treffen, Ottobeuren
- 23. Juli, Prüfung aller Prüfungs-Kommissions-Mitglieder in Lautrach, Mehrzweckhalle
- 15. September, DORN-Anwender-Treffen in Hamburg
- 8./9. Oktober, Mitwirkung beim 4. CH-DORN-Kongress in CH-Deitingen
- 14. Oktober, 1. DORN-Ausbilder-Prüfung mit 15 Prüflingen in Memmingen, Stadthalle
- 14. Oktober, Jahreshauptversammlung in Memmingen, Stadthalle
- 15./16. Oktober, Mitwirkung beim 11. DORN-Kongress in Memmingen
- Der Vorstand traf sich am 9. Jan./ 1.April/ 13. Juli/ 23. Juli/ 28. Sept./ 23. November

Unsere Internetseite www.dorn-bewegung.org wurde erweitert. Unsere Mitgliederzahl ist inzwischen auf 180 Mitglieder angewachsen.

2016 war auch ein Wendepunkt in der Entwicklung von der DORN-Methode oder Methode-DORN zur DORN-Bewegung, die vielen Menschen die Hoffnung gibt, DORN frei anzuwenden. Das bedeutet, dass die DORN-Anwendung mit den DORN-Selbsthilfe-Übungen immer mehr Menschen ermöglicht, selbstverantwortlich ihre Gesundheit zu erhalten.

Im neuen Jahr 2017 wollen wir uns weiter vergrößern. Wir werden in verschiedenen Städten Deutschlands DORN-Anwender-Treffen und DORN-Ausbilder-Prüfungen organisieren.

Vor dem DORN-Anwendertreffen am Samstag 1. April in Ottobeuren unter der Regie von Max Herz findet am Freitag, 31. März ebenfalls in Ottobeuren wieder eine weitere DORN-Ausbilder-Prüfung statt.

Beim großen Turnfest in Berlin am 3. bis 10. Juni 2017 werden wir mit einem Infostand die "Beinlängen-Korrektur nach DORN" für alle Teilnehmer anbieten .

Im Rahmen des 12.DORN-Kongresses am 21./ 22. Oktober in Memmingen, Stadthalle wird am 20. Oktober wieder eine DORN-Ausbilder-Prüfung angeboten...

Weitere Termine werden später bekannt gegeben.

Angedacht ist für 2017 auch die Einrichtung eines offiziellen Büros für die "DORN-Bewegung".

Für alle Mitglieder sie nochmals erwähnt "wir sitzen alle in einem Boot". Die Aktivitäten der Vorstandschaft habt ihr oben gelesen. Wir würden uns über Eure Mitarbeit freuen und sehen auch ihre Notwendigkeit. Wir stellen uns vor, dass die Kommunikation von Eurer Seite - Vorschläge, Anregungen, Ideen, auch Kritik und vor allem Engagement für die DORN-Bewegung stetig zunimmt.

Wir "das Boot" braucht mehr Mitglieder - Beweger - also bringt alle ins Boot!!!! Unser Ziel ist, bis Juli 2017 mindestens 300 Mitglieder zu haben um mehr Fahrt aufnehmen zu können!!!

Wir wünschen Euch ein gutes erfolgreiches Neues Jahr zusammen mit der DORN-Bewegung und freuen uns auf ein Wiedersehen.

Euer Vorstand



Silke Dorn, Reinhard Dorn, Christine Perzi, Michael Rau, Helmuth Koch, Gerhard Weinhold, Thomas Zudrell v.l.n.r.

Kontakt und Anmeldung zur Ausbilderprüfung:



Helmuth Koch, Heilpraktiker

1. Vorsitzender der DORN-Bewegung und Organisationsleiter des DORN-Kongresses

Kirchstr. 9 / 79801 Hohentengen

Tel. 07742/978 00 28 / Fax 07742/978 00 31

E-Mail: info@dornmethode.com / www.dornmethode.com

Die Beitrittserklärung zur DORN-Bewegung finden Sie PDF direkt hier herunterladen und ausdrucken:
[aktualisierte Beitrittserklärung zum Verein "Deutsche Gesellschaft für die DORN-Bewegung" e.V. 2015](#)

Die Deklaration der DORN-Bewegung können Sie sich direkt herunterladen und Ausdrucken:

[Deklaration der Dorn-Bewegung](#)

Weitere Informationen und die aktuellen Entwicklungen der DORN-Bewegung finden Sie auf der Seite:

www.dorn-bewegung.org

ERFAHRUNGSBERICHT DORN

Erfahrungsbericht einer DORN-Behandlung

von Silke Dorn, November 2016

Ein Junge in meiner Nachbarschaft konnte mit 5 Jahren noch nicht sprechen. Nur äh..äh..Laute.

Sein Verstand wurde von den Ärzten überprüft, da man dort die Ursache vermutete. Zuerst dachte ich, es könnten die Stimmbänder sein, doch er konnte ja Laute von sich geben.

Kurz darauf erinnerte ich mich, dass mir Dieter Dorn einen Fall erzählte, dass eine Nonne zu ihm kam und die Zunge hing ihr einfach aus dem Mund. Sie konnte nicht essen und sprechen und es sah einfach schlimm aus. Dieter Dorn hatte ihr damals den 12. Brustwirbel gerichtet und die Zunge ging sofort wieder in die richtige Position und funktionierte wieder wie vorher. Sie konnte sofort wieder sprechen und war überglücklich.

Als ich bei dem Jungen den 12. Brustwirbel kontrollierte, war dieser in der Ordnung. Ich holte meine alten DORN-Kurs-Unterlagen, die ich damals von Dieter Dorn bekommen hatte und las, dass die Zunge im Bezug zum 12. und 2. Brustwirbel steht. Sofort kontrollierte ich den 2. Brustwirbel, der stark verschoben war. Nach der Behandlung hatte der Junge sofort 5 komplette Sätze gesprochen. Er hatte darauf ganz normal weitergesprochen bis er nach 2 Monaten zu stottern begann. Darauf kontrollierte ich den 2. Brustwirbel und er war wieder genauso verschoben. Wieder korrigiert hörte er sofort zu stottern auf und war danach seine Sprachstörung los.

Nach unseren Erfahrungen mit der Meridian-Lehre und DORN wissen wir, dass der Meridian-Funktionskreis "Herz-Dünndarm-Zunge" zum Feuer-Element gehört und dazu auch die entsprechenden Wirbel: Brustwirbel 2 und 12 und Halswirbel

2. Gibt es ein Problem mit dem Herzen, dem Dünndarm oder der Zunge, kann das auch durch verschobene, oder blockierte Wirbel TH2 oder TH12 oder C2 verursacht sein.



Silke Regina Dorn-Olbrich, DORN-Ausbilderin

Beisitzerin im Vorstand der DORN-Bewegung und Leiterin der Behandlungsdemonstration auf dem DORN-Kongress
Bgm-Dorn-Str. 5 / 87742 Dirlewang
Tel. 08267-248

Dies und vieles mehr lernen Sie bei den DORN-Ausbildern, die von der "Deutsche Gesellschaft für die DORN-Bewegung e.V." geprüft sind: www.DORN-Bewegung.org

Eine Liste der Standards der DORN_Bewegung geprüften Ausbilder finden Sie auf der Seite:

http://dorn-bewegung.org/ausbilderliste_der_dornbewegung.html

Du hast auch einen DORN-Bericht, der die Erfahrungen von DORN bereichert und für andere Anwender und Interessierte informativ ist?

Schick den Bericht an uns und teile Deine Erfahrungen mit der DORN-Bewegung.

Bereits veröffentlichte interessante und informative DORN-Berichte zu den Themen:

- Erfahrungen
- Fallberichte
- aus der Dorn-Praxis
- Kinder
- Diskussion

und eine Einleitung über Dieter Dorn und DORN finden/st Du/Sie auf der Seite des DORN-Forums: [DORN-Forum](#)



Das neue Fachbuch:

Michael Rau
"Die Breuß-Massage"



- **Schmerzloses Einrichten der Wirbelsäule und Massage für Wirbelsäulen und Bandscheibenschäden nach Rudolf Breuß.**
- **Mit der Originalanleitung von Rudolf Breuß und Praxistipps aus der Erfahrung mit anschaulicher Darstellung.**
- **Mit Begleit-DVD Inklusive Demonstrationsvideo und den historischen Originalaufnahmen im Hause Rudolf Breuß.**
- **Mit Schritt für Schritt Anleitung.**

70 Seiten, Softcover, mit Begleit-DVD
Format DIN A5 hoch (210 x 148 mm)
24,80 EUR [D]

-> [Produktlink direkt zum Shop](#)

ARTIKEL: DIE-DORN-BEHANDLUNG

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um "Deine Gesundheit" in der Zeitschrift:



"Deine Gesundheit" ist eine Zeitschrift, die über wirksame Heilmethoden berichtet. Das können anerkannte, bewährte Therapien sein oder auch neue, noch wenig erprobte – wenn sie funktionieren. Die Intention dabei ist, wirkliche Heilung zu erfahren, nicht eine Symptombehandlung oder -verschiebung.

Das Heft 01/2017 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: "Wenn der Rücken plagt"

Das Magazin erscheint einmal im Monat. Zum Preis von 4.90 Euro pro Ausgabe

Driediger Verlag

Verlags- und Redaktionsanschrift:

Permer Str. 41 / 49479 Ibbenbüren

Tel.: 05451 / 54356-68/ Fax: 05451 / 54356-58

www.deine-gesundheit-online.de / E-Mail: zeitschrift@driediger.de

Fragen zum Abonnement: Tel.: 05451 / 54356-68

Die Dorn-Behandlung

Interview mit Monika Würstle und Silke Dorn-Olbrich,
Mitglieder des Dachverbands „Dorn-Bewegung“ www.dorn-bewegung.org

Wo liegen die Ursprünge der Dorn-Behandlung?

Silke Dorn-Olbrich: Mein Onkel Dieter Dorn hat die Behandlung aus der Not heraus entwickelt. Als Allgäuer Landwirt und Sägewerksbetreiber arbeitete er körperlich schwer und eines Tages überfielen ihn an der Säge starke Rückenschmerzen. Er hatte einen Hexenschuss. Während er sich auf das Sofa legte, um die Schmerzen zu lindern, grübelte er nach, ob er zum ansässigen „Dorfheiler“ oder zum Arzt gehen sollte. Er entschied sich für den „Dorfheiler“, der ihm die Hüfte und das Becken richtete. Danach ging es ihm so rasch wieder besser, dass er noch am selben Tag wieder an der Säge stand. Die einfache, aber hilfreiche Behandlung ließ ihn gedanklich nicht mehr los. Er erkannte, wie wertvoll die Fähigkeit war, mit passenden Handgriffen und Bewegungen Knochen und Gelenke wieder an die richtige Stelle zu bringen. Er begann mit Gefühl und Verstand zu experimentieren. Als erstes half er damit seiner Frau. Sie litt unter starken Kopfschmerzen und hatte vom Arzt die Diagnose erhalten, dass an ihrem 'Atlaswirbel der Dornfortsatz zu weit hervorstünde und entsprechende Nerven reizen würde. Dieter Dorn schaute sich die Anatomie des Atlaswirbels an und begann mit sanften Berührungen die Halswirbel seiner Frau zu behandeln. Es half. Dann bat ihn eine bettlägerige ältere Frau um Hilfe und meinte, bei ihr könne er nicht viel falsch machen, er solle es ruhig versuchen. Er brachte ihre Knochen in die richtige Position und bald darauf winkte sie ihm schon vom Fenster aus zu. Nach und nach verfeinerte er seine Vorgehensweise, bildete sich in Anatomie und alternativen Heillehren und entwickelte einen Behandlungsleitfaden und spezielle Selbsthilfeübungen.



Dieter Dorn während einer Behandlung...

Welche Grundgedanken liegen der Dorn-Behandlung zugrunde?

Silke Dorn-Olbrich: Es geht eigentlich darum, Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Jede Behandlung schließt mit dem Aufzeigen von Übungen ab, die der Betroffene zuhause selbst durchführen kann. So gab Dieter Dorn sein Wissen freizügig weiter. Bis heute ist der Begriff "Dorn-Behandlung" nicht geschützt und ich habe schon sogenannte „Dorn-Therapeuten“ gesehen, die Dinge taten, die mit den Behandlungsgrundsätzen meines Onkels nichts zu tun hatten. Nach Dorn wird nicht im Sinne der Chiropraktik eingerenkt, sondern viel sanfter vorgegangen. Dabei wird speziellen Behandlungsschritten gefolgt.



...und bei einem Vortrag

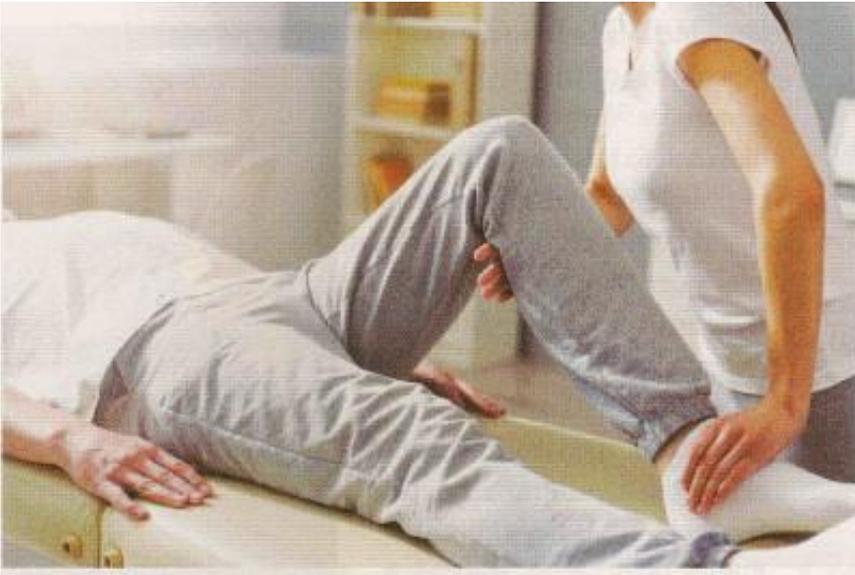
Wie sehen diese Behandlungsschritte im Einzelnen aus?

Monika Würstle: Als allererstes wird die Beinlänge geprüft. Dies geschieht in Rückenlage mit angehobenen Beinen über die Fersen. Sind die Beine unterschiedlich lang, erfolgt durch geeignete Übungen ein Längenausgleich. Dabei werden alle Beingelenke durch eine natürliche Bewegung aus der abgewinkelten in die normale Position geführt. Die Bewegung geschieht immer unter leichtem Berührungsimpuls am Gelenk. Es geht immer darum, zu spüren und wahrzunehmen, wie sich der Körper reguliert. Danach wird im Stehen die Beckenstellung geprüft. Durch Beinschwünge und sanfte Impulse findet das Becken in seine natürliche Ordnung zurück. Im Sitzen erfolgt dann durch Abtasten und Fühlen mit den Händen eine Einschätzung der Lenden- und Brustwirbelsäule. Auch hier unterstützen Arm- oder Beinschwünge die sanften Stellungskorrekturen. Abschließend widmet sich der Behandler der Halswirbelsäule. Um den Behandlungserfolg zu stabilisieren, sollten die genannten Selbsthilfeübungen regelmäßig durchgeführt werden.

Bei welchen Beschwerden ist die Dorn-Behandlung hilfreich?

Silke Dorn-Olbrich: Es wäre wohl einfacher aufzuzählen, wann die Dorn-Behandlung nicht angewendet werden sollte. In jedem Fall reicht der Nutzen über den Bewegungsapparat hinaus, denn nach der TCM steht jeder einzelne

Wirbelknochen mit einem bestimmten Organsystem in Verbindung. Deshalb ist es durchaus möglich, dass sich nach der Korrektur einer Fehlstellung z. B. des sechsten Brustwirbels auch Beschwerden im Magen-Darmbereich, wie etwa Sodbrennen, bessern. Wichtig ist zu wissen, dass es nach der ersten Behandlung zu einer Erstverschlimmerung kommen kann. Diese zeigt den Beginn eines Heilungsprozesses an. Also grundsätzlich kann die Dorn-Behandlung bei jeglicher Fehlstellung von Wirbeln und Gelenken zum Einsatz kommen, so z. B. bei Schulterschmerzen, Hexenschuss, Tennisarm, und, und, und ... Der Behandler schaut woher der Schmerz bzw. die Beschwerden kommen, korrigiert und gibt Anleitung, wie zukünftig solchen Vorkommnissen vorgebeugt werden kann.



Kontrolle und Korrektur der Beinlänge

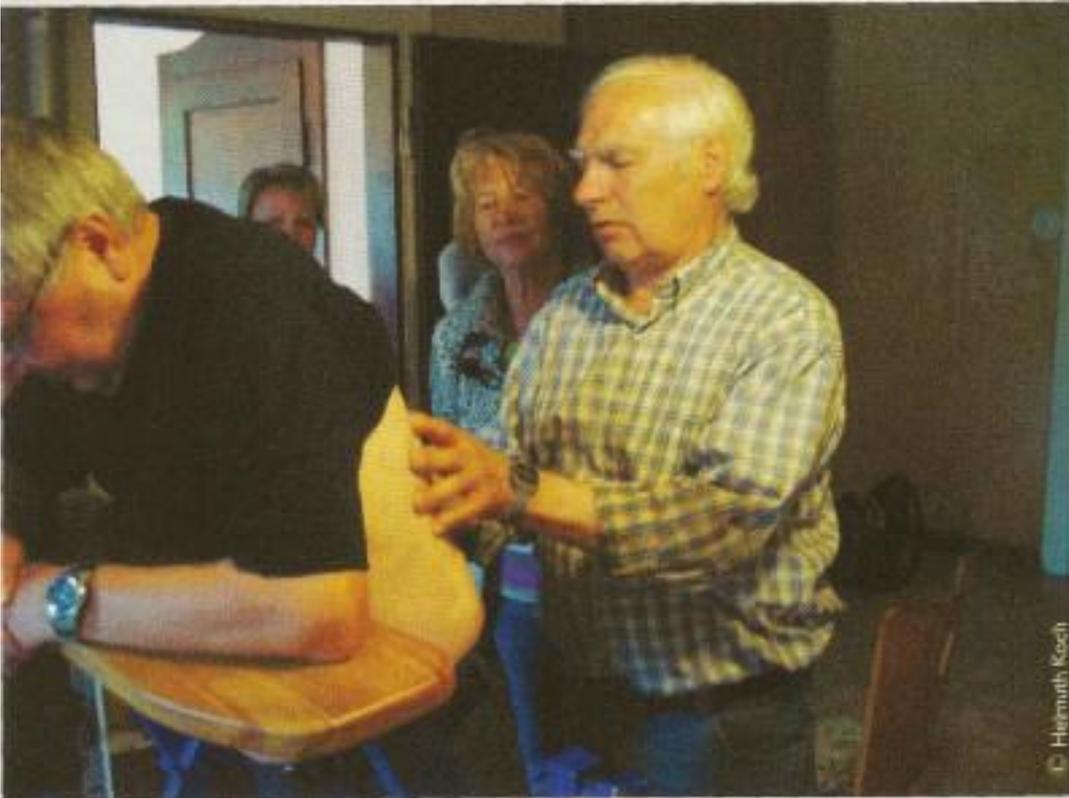
Gibt es Einschränkungen bei der Anwendung der Dorn-Behandlung?

Monika Würstle: Bei folgenden Erkrankungen ist von einer Dorn-Behandlung abzuraten bzw. muss sehr vorsichtig vorgegangen werden:

- bei Verletzungen und noch nicht verheilten Brüchen
- bei akuten Entzündungen
- bei Bandscheibenvorfällen bzw. nach einer Bandscheibenoperation
- bei ausgeprägter Osteoporose
- bei Tumoren
- bei Morbus Bechterew.

Welche Erfahrungen haben Sie selbst mit der Dorn-Behandlung gemacht?

Monika Würstle: Als ich 25 Jahre alt war, bekam ich seltsame Schmerzen in der Wade, die im weiteren Verlauf bis zur Taubheit in meinem Fuß führten. Ich tippte auf Bandscheibenvorfall, doch die Ärzte meinten, dafür wäre ich zu jung, es müsse etwas anderes sein. Außer Reizstrom bekam ich keine weitere Behandlung. Schließlich wurde die Taubheit so schlimm, dass nun doch eine Bandscheiben-OP mit dem Hinweis, meine Chancen ständen 50:50 bezüglich der Rollstuhlgefahr, anstand. Da bekam ich Angst. Mir wurde empfohlen, zu Dieter Dorn zu gehen. Ich wagte den Versuch und bereits nach der zweiten Behandlung war ich geheilt. Später half mir Dieter Dorn bei meinem Sohn, der im Alter von zwei Jahren seltsam mit einem Fuß nach außen lief. Der Arzt wollte ihn in ein Gipsbett legen, aber das wollte ich meinem Sohn, der gerade die Welt entdeckte, nicht antun. Dieter Dorn schaute ihn sich an und erkannte sofort, dass man ihm bei der Geburt das Hüftgelenk ausgekugelt hatte. Er behandelte ihn und zeigt mir, wie ich sein Bein in die richtige Position bringen konnte. Das tat ich fünf Mal am Tag beim Wickeln und alles wurde gut.



Demonstrationsbehandlung beim Anwendertreffen in Ottobeuren.

Was fällt Ihnen spontan zu der Aussage ein „... wenn sich die Psyche auf den Rücken schlägt“?

Silke Dorn-Olbrich: Nicht nur einzelne Organe sind energetisch mit den Rückenwirbeln verbunden, auch bestimmte Verhaltensweisen, bzw. psychische Beschwerden lassen sich mit einzelnen Rückenabschnitten in Verbindung bringen. Mein Onkel hat sich bei jeder Behandlung notiert, welche Wirbel er behandelt hat und wie ihm der Mensch in seiner Persönlichkeit vorgekommen ist. Er verglich dies später mit den Ausführungen der TCM und entdeckte erstaunliche Parallelen. Unabhängig voneinander waren sie zu den gleichen Beobachtungen gelangt. Wenn z. B. Fehlstellungen in der Lendenwirbelsäule vorliegen, geht dies oft mit Ängstlichkeit, der Unfähigkeit Loszulassen und einen Neuanfang zu wagen einher. Der Mensch verkrampft sich schnell und neigt zu Panikattacken. Schuldgefühle und eine fehlende Geborgenheit können ebenfalls eine Rolle spielen. Eine Dorn-Behandlung in der Lendenwirbelsäule kann daher auch Prozesse auf der psychischen Ebene anstoßen und unterstützen. Generell schafft eine Stabilisierung der Wirbelsäule Sicherheit und Selbstbewusstsein, denn das Rückgrat wird im wahrsten Sinne des Wortes gestärkt.

Ihr persönliches Schlusswort?

Silke Dorn-Olbrich: Mein Onkel hegte immer den Wunsch, dass Menschen in der Lage sind, sich selbst zu helfen. Er stellte sich vor, in jeder Familie würde es einen geben, der die Dorn-Behandlung beherrschte, dann könnte jedem Familienmitglied viel Gutes getan werden. Der Mensch wäre durchaus in der Lage, ohne Gelenkabnutzungen und Beschwerden im Bewegungsapparat 120 Jahre alt zu werden, wenn jede Fehlstellung rasch ausgeglichen würde. Die Dorn-Behandlung ist wirklich eine ganz einfache Möglichkeit dies zu tun.

Original Selbsthilfeübungen nach Dieter Dorn



Hüfte: Bein 90° abwärts, mit der Hand Druck auf den obersten Bereich der Oberschenkel ausüben und gleichzeitig das Bein abwärts. Übung nach jedem Sturz wiederholen (beruhigend). Diese Übung geht im Liegen wie im Stehen.



Nebe: Knie 90° abtragen, mit Druck auf die Kniekehle (zum Körper hin) und obere Wade (vom Körper weg). Gewichtswirkung auf den zu behandelnden Fuß. Dabei das Bein gerade stellen. Alle 3 Haltpunkte gleichzeitig ausüben.



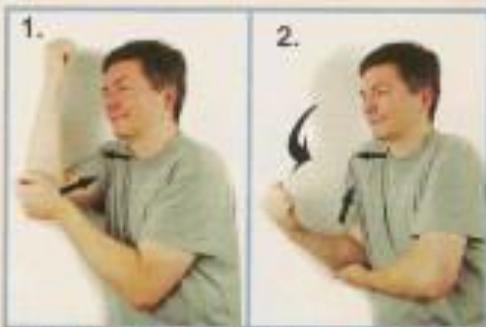
Hand: Hand 90° nach innen abwärts und mit leichtem angespannten Druck zum Gelenk gerade stellen.



Hand: Beide Hände in den Nacken, Kopf leicht nach hinten neigen und lockere NEHM-Bewegung.



Sprunggelenk: Fuß voll aufsetzen, mit dem Knie über die Zehen beugen und mit Gewichtswirkung auf die Ferse wieder zurückziehen. (Die Zehen bleiben dabei auf dem Boden).



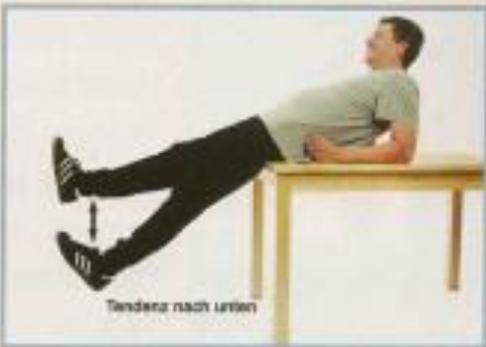
Schulter: Die Schulter an die Wand lehnen, obwärts nach oben ziehen, mit leichtem angespannten Druck des Oberarm zum Schlüsselgelenk und dann nach unten bewegen.



Kiefer: Mund öffnen und mit den Handballen den Unterbiss Richtung Ohr schieben, dann den Mund schließen.



Beine Wirbelsäule: Zwischen zwei Stuhlformen mit gestreckten Armen abgesetzt (wie bei einem Bein), die Beine gegenüberlich pendeln. Durch das Hängen und Schwingen der Beine wird der gesamte Körper bewegt.



Becken: Auf einem Tisch oder einer Treppe (ganz oben, hinter Untergrund), die zum Gesäß, hoch oder runter, mit Ellenbogen abgesetzt liegend, dabei mit angespannten Zehen und durchgestreckten Knien die Beine gegenläufig nach unten auf und ab schwingen. Diese Bewegung ca. 30 mal wiederholen. Mindestens 15mal täglich, 6-8 Wochen lang zur Stabilisierung. Danach 1x täglich vor dem zu Bett gehen.



Daumengrundgelenk: Daumengrundgelenk nach innen und in Richtung Handgelenk fallen. Dann mit der Haltpunkte das Daumengrundgelenk nach außen (Richtung Hand) schieben.



Ellbogen: Arm abtragen und mit leichtem angespannten Druck zum Gelenk gerade stellen.

Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung bei Silke Dorn und Reinhard Dorn.

Die Übungen stammen aus den persönlichen Unterlagen von Dieter Dorn.

Copyright: Therapiebedarf PANEK, Ingenieur, www.therapiebedarf.net, Tel.: 08346-98 23 56
Die Verwendung der Übungen erfolgt unter Ausschluss jeglicher Haftung. Alle Bilder unterliegen dem Urheberrecht. Unzulässige Vervielfältigung ist rechtswidrig.

Die Gelenk- und Selbsthilfeübungen sind ein essentieller Bestandteil von DORN.

Neben der Dorn-Behandlung durch einen Anwender kann der Betroffene mit den Selbsthilfeübungen die Statik ausrichten und den Bewegungsapparat stabilisieren.

Selbsthilfeübungen nach DORN



Die Gelenk- und Selbsthilfeübungen sind ein essentieller Bestandteil von DORN.

Neben der Dorn-Behandlung durch einen Anwender kann der Betroffene mit den Selbsthilfeübungen die Statik ausrichten und den Bewegungsapparat stabilisieren.

Die Übungen können auch präventiv den Bewegungsapparat ausrichten und stabilisieren. Ideal zur Vorbeugung von Wirbelsäulen- und Gelenkproblemen.

Die Übungen sind einfach und verständlich dargestellt und können ohne großen Zeitaufwand schnell durchgeführt werden.

Als Gedächtnisstütze für Patienten, Klienten und Kunden. An die Wand gehängt, oder als Erinnerungshilfe auf dem Schreibtisch, Nachttisch, etc.

Das ideale Geschenk für Patienten, Kunden und Klienten, für Kollegen, Freunde, Bekannte und Verwandte zum Geburtstag, Weihnachten und für jeden Anlass.

Ein passendes und bleibendes Geschenk für jeden DORN-Anwender. Für jeden selbst, oder als ideales Geschenk für alle, deren Gesundheit einem am Herzen liegt.

Selbsthilfeblöcke mit den Darstellungen der wichtigsten Selbsthilfe und Gelenksübungen finden Sie bei uns im Shop. Hier klicken für die Kategorie [Selbsthilfeblöcke](#)

In dieser Rubrik finden Sie:



Selbsthilfeübungen nach der MethodeDorn

Die Übungen sind auf DinA4-Größe Spiral-Ringbuchgebunden und können so einfach auf dem Schreibtisch gelegt, oder an der Wand aufgehängt durch einfaches umklappen gezeigt und erläutert werden.

12 Selbsthilfeübungen DinA4
Gesamtgröße mit Deckblatt BxH 30x78 cm
Spiral-Ringbuchbindung



Original Selbsthilfeübungen nach Dieter Dorn

Auf diesem Block sind alle wichtigen Eigenübungen übersichtlich dargestellt die, dem Patienten nach Hause mitgegeben, einen nachhaltigeren Behandlungserfolg ermöglichen. Ideal als Gedächtnisstütze für den Patienten. Ideal zur Vorbeugung.

Erklärt werden:

Beinlänglenkorrektur, Kniegelenkkorrektur, Sprunggelenkskorrektur, Schulter, Halswirbelsäule, Kreuzbeindarmgelenk, Ellenbogen, Handgelenk, Fingergelenke, Kiefergelenk

Größe DIN A4, 50 Blatt
mit Stempelfeld



Die Dorn-Methode Selbsthilfeprogramm

Schmerzfrei mit dem 5 Minuten Selbsthilfeprogramm.

Ein Block besteht aus 50 Patientenblättern mit Stempelfeld für eigenen Stempel.

Größe DIN A4, 50 Blatt
mit Stempelfeld



Übungen mit der Dorn-Methode Selbsthilfeblock

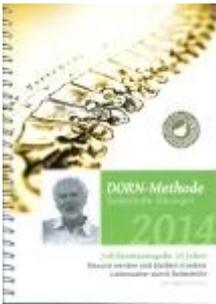
mit Kräftigungsprogramm für die Hüftregion.

Eine praktische Hilfe zur schnellen Orientierung für den Patienten bei seinen täglichen »Hausaufgaben«.

Ein Block besteht aus 100 Patientenblättern.

Größe DIN A4, 100 Blatt

Sie finden die übersichtliche Darstellung der wichtigsten Gelenk- und Selbsthilfeübungen bei uns im Shop in der Rubrik DORN-Selbsthilfeliteratur:



Helmut Koch "DORN-Methode Selbsthilfe-Übungen"

Gesund werden und bleiben in jedem Lebensalter durch Selbsthilfe.

Die Selbsthilfeübungen die jedermann an sich machen kann, sind aus der Erfahrung heraus entstanden, welche wir aus über 10-jähriger Behandlungspraxis und der Durchführung vieler Seminare gewonnen haben.

Dafür danken wir den vielen Patienten und Seminarteilnehmern.

Ganz besonders danken wir Dieter Dorn, der uns auf den Weg gebracht hat.

Jubiläumsausgabe 10 Jahre

7. Neuauflage 2014

58 Seiten, Ringbuchbindung



Natascha Blum "Schritt für Schritt zum Körperwohlgefühl-Glück"

Mit diesem Buch möchte ich Ihnen als Gesundheitsberaterin für Rücken, Füße und Gelenke einen Leitfaden an die Hand geben, mit dem Sie mit einfachen Mitteln und Bewegungsübungen etwas Hilfreiches für Ihr Körperwohlbefinden tun können. Dabei ist es mir wichtig, dass sich alles unkompliziert in den Alltag integrieren lässt.

Durch die Erfahrungen, die ich im Laufe der Zeit in meiner Praxis sammeln durfte, ist mir klar geworden, dass es wenige, essenzielle Dinge sind, auf die es ankommt:

-Bewegungsübungen sollen unkompliziert im Alltag durchzuführen und wirkungsvoll sein

-Nahrungsmittel sollen in ihrer Natürlichkeit erhalten bleiben und ausreichend basisch sein

-Gutes Schlafen mit der individuell passenden Matratze ist wichtig für die richtige Lage der Wirbelsäule und eine gesunde, erholsame Nachtruhe

Mehr braucht es nicht, um gesund und vital ins hohe Alter zu gelangen.

Nun wünsche ich Ihnen eine interessante Lektüre und viel Erfolg beim Umsetzen.

Die Autorin stellt PDF-Dateien mit Auszügen des Buches zur Verfügung:

Einleitung (172 KB)

Selbsthilfeübung Hüftgelenk (246 KB)

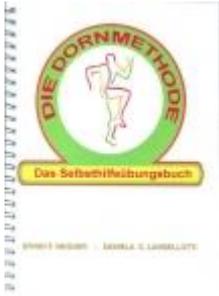
Erfahrungsberichte (146 KB)

Demo zur Begleit-DVD finden Sie unter:



start Demo-Video

54 Seiten, Ringbuchbindung



Die Dornmethode - Das Selbsthilfeübungsbuch

Wozu Selbsthilfeübungen ?

Liebe/r Dornmethode Anwender/in

die Selbsthilfeübungen sind für diejenigen unter Ihnen gedacht, die aktiv mithelfen wollen

- ihre körperlichen Beschwerden zu erleichtern, zu verbessern oder gar zum Verschwinden zu bringen.
- das körperliche und seelische Wohlbefinden zu vereinen, damit wir alle ein "gesundes" "erfülltes" Leben führen können.

Die Selbsthilfeübungen ersetzen jedoch nicht den Dorntherapeuten, der Sie auf Ihrem Heilungsweg mit Rat und "Daumendruck" unterstützt.

Die Autoren stellen eine PDF-Dateien mit Auszügen des Buches zur Verfügung:

Leseprobe "Inhaltsverzeichnis" (18 KB)



Matthias Schwarz "Schmerzfrei mit der Dornmethode"

Die ebenso einfache wie effektive Wirbeltherapie von Dieter Dorn hat sich in den letzten Jahren wie kaum eine andere alternative Behandlungstechnik bei Rücken- und Gelenkschmerzen durchgesetzt.

Der Heilpraktiker und Dorn-Therapeut Matthias Schwarz assistierte bei Dieter Dorn und spezialisierte sich bereits 1992 auf die Dorn- Methode.

Mit Schmerzfrei mit der Dorn-Methode stellt er erstmals ein umfassendes Selbsthilfe-Programm für den Laien vor.

Es erklärt nicht nur alle Dorn-Selbstübungen mit Bild, sondern sieht auch ein Muskelkräftigungsprogramm zur Stabilisierung des Heilerfolgs vor und bringt viele nützliche Tipps für die Entlastung des Rückens am Arbeitsplatz und in der Freizeit.

Sie haben mit der Dorn-Methode Erfolg? Dann kennen Sie das Problem, dass sich initiale Therapieerfolge wieder verflüchtigen. Damit räumt das Übungsbuch des Dorn-Experten Schwarz auf: Es zeigt Ihnen alle Dorn- und Muskelkräftigungsübungen, die der Patient in seiner häuslichen Umgebung durchführen soll, um den Therapieerfolg zu stabilisieren.

Die ebenso einfache wie effektive Wirbeltherapie von Dieter Dorn hat sich in den letzten Jahren wie kaum eine andere alternative Behandlungstechnik bei Rücken- und Gelenks-schmerzen durchgesetzt.

Der Heilpraktiker und Dorn-Therapeut Matthias Schwarz stellt erstmals ein umfassendes Selbsthilfe-Programm für den Laien vor.

Er erklärt nicht nur alle Dorn-Selbstübungen mit Bild, sondern sieht auch ein Muskelkräftigungsprogramm zur Stabilisierung des Heilerfolgs vor und bringt viele nützliche Tipps für die Entlastung des Rückens am Arbeitsplatz und in der Freizeit.

Neu in der 3. überarbeiteten und erweiterten Auflage:

- Reich bebildeter Ablauf einer Grundbehandlung beim Therapeuten
- Erweitert um neue Übungen
- Alle Übungen noch besser bebildert und genau beschrieben
- 3 Workouts je nach vorhandener Zeit und Trainingszustand

Über den Autor:

Der Heilpraktiker Matthias Schwarz arbeitet als Dorn-Therapeut, Homöopath und Körper-Psychotherapeut (Core-Energetik) mit eigener, ganzheitlich ausgerichteter Praxis in München.

Die Dorn-Methode kombiniert er bei entsprechender Indikationstage auch mit der Matrix-Rhythmus-Therapie (MaRhyThe) und dem Kinesio-Taping.

Er wurde von Harald Fleig ausgebildet, assistierte längere Zeit bei Dieter Dorn und hat sich seit 1992 auf die Dorn-Methode spezialisiert.

Sein umfangreiches Wissen gibt er schon seit vielen Jahren auch als Leiter von Seminaren zur Dorn-Therapie und als Dozent an einer Münchner Heilpraktikerschule weiter.

Der Verlag stellt PDF-Dateien mit Auszügen des Buches zur Verfügung:

Inhaltsverzeichnis (94.2 KB)

Aus dem Inhalt:

Geleitwort (98.9 KB)

Einführung in die Methode (1.45 MB)

Unsere interessante Produkte finden Sie im Bereich "Dorn-Selbsthilfeböcke":

Klicken Sie hier für den **Dorn-Selbsthilfeböcke**

und die weiteren interessanten Produkte finden Sie im Bereich "Dorn-Selbsthilfeliteratur":
Klicken Sie hier für den [Dorn-Selbsthilfeliteratur](#)

Unser Gesamtprogramm mit allen Produkten finden Sie unter:
Klicken Sie hier für den [breuss-dorn-shop.de](#)

PATIENTENERFAHRUNGSBERICHT

Die Dorn-Behandlung als Helfer in der Not



Erfahrungsbericht von Eleonore und Johann März

Stehen vor Schmerzen unmöglich

Ich war ungefähr 64 Jahre alt, als ich nach einer ungünstigen Bewegung plötzlich vor Schmerzen nicht mehr aufrecht stehen konnte. Die Halswirbel hatten sich irgendwie verschoben. Der starke Schmerz strahlte über den oberen Rücken nach unten hin aus und zwang mich in die Knie. Nur im Liegen war es halbwegs erträglich. So legte ich mich auf den Rücksitz unseres Autos und mein Mann fuhr mich anstatt ins Krankenhaus zu einer Bekannten, welche in der Dorn-Methode bewandert war. Ich schleppte mich in das Behandlungszimmer und setzte mich so gut es ging auf einen Stuhl. Die Bekannte rieb meinen oberen Rücken mit einem speziellen Gel ein und wies mich an, meine Arme entgegengesetzt vor und zurück zu schlenkern. Währenddessen tastete sie die Wirbelsäule ab und schob mit den Daumen die Wirbel an die richtige Stelle. Die ganze Prozedur dauerte ungefähr 5 bis 10 Minuten. Ich konnte danach tatsächlich aufrecht zum Auto gehen und auf dem Beifahrersitz Platz nehmen. Die Schmerzen waren deutlich reduziert. Acht Tage danach erhielt ich eine zweite Behandlung dieser Art. Ich bin sehr froh, dass mir bis heute so etwas nicht noch einmal passiert ist.

Einer Bandscheiben-OP entkommen

So im Alter von 60 Jahren überfielen mich auf einmal starke Schmerzen im unteren Rücken. Ich ging zum Arzt, um mir eine Spritze gegen die Schmerzen geben zu lassen. Doch die Spritze half nicht. Schnell war die Diagnose Bandscheibenvorfall gestellt und ein Termin für eine Bandscheiben-OP vereinbart. Im letzten Moment sagte ich den Termin ab und besann mich auf unsere Bekannte, welche die Dorn-Methode praktizierte. Im Behandlungsraum musste ich mich rücklings auf eine Liege legen. Die Bekannte schien schon beim Hereinkommen mit dem Blick die Ursache erfasst zu haben. Sie vermaß meine Beinlänge und es stellte sich heraus, dass ein Bein 2 cm kürzer war. Eine Fehlstellung im Hüftgelenk verursachte die Schmerzen in der Wirbelsäule. Ich sollte aufstehen und das Bein vor und zurückschwingen. Dabei drückte sie auf den Sitzbeinhäcker. Nach der Behandlung hatten sich die Schmerzen gebessert. Es folgte eine zweite Behandlung nach etwa acht Tagen. Sie zeigte mir, wie ich diese Übung zu Hause alleine machen konnte. Als ich kürzlich unter Hüftschmerzen litt und zunehmend schlechter laufen konnte, erinnerte ich mich an diese Übung. Ich probierte es aus und tatsächlich wurde es besser, so dass ich wieder mit meiner Frau längere Spaziergänge unternehmen konnte.

Fazit

Die Dorn-Methode hat uns nicht nur einmal in der Not geholfen. Sobald jemand in der Familie über schmerzhaftes Rücken- oder Gelenksbeschwerden klagt, probieren wir zunächst die Behandlung nach Dorn aus, bevor drastischere Maßnahmen ergriffen werden.

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um "Deine Gesundheit" in der Zeitschrift:



"Deine Gesundheit" ist eine Zeitschrift, die über wirksame Heilmethoden berichtet. Das können anerkannte, bewährte Therapien sein oder auch neue, noch wenig erprobte – wenn sie funktionieren. Die Intention dabei ist, wirkliche Heilung zu erfahren, nicht eine Symptombehandlung oder -verschiebung. Das Heft 01/2017 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: "Wenn der Rücken plagt"

Das Magazin erscheint einmal im Monat. Zum Preis von 4.90 Euro pro Ausgabe

Driediger Verlag

Verlags- und Redaktionsanschrift:

Permer Str. 41 / 49479 Ibbenbüren

Tel.: 05451 / 54356-68/ Fax: 05451 / 54356-58

www.deine-gesundheit-online.de / E-Mail: zeitschrift@driediger.de

Fragen zum Abonnement: Tel.: 05451 / 54356-68

Anzeige



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

www.capilli2008.de

BERICHT: FUTTER FÜR DIE WIRBELSÄULE

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 04/2016 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: "Schlafe ich Gesund?"



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

Futter für die Wirbelsäule

Bestimmte Nahrungsmittel fördern die Rückengesundheit

Fast 80 % aller Deutschen leiden regelmäßig unter Rückenschmerzen(1). Vor allem Bewegungsmangel, Muskelverspannungen und Bandscheibenverschleiß durch hohe oder einseitige Belastungen tragen Mitschuld an diesen Beschwerden. Häufig helfen bereits regelmäßiger Sport sowie konservative Methoden wie Physiotherapie und Massagen, Probleme zu vermeiden. Aber auch durch bewusstes Essen mit ausreichend Nährstoffen lässt sich bereits effektiv vorbeugen: „Viele Menschen unterschätzen den Einfluss einer ausgewogenen Ernährung auf die Rückengesundheit. Eine rege Zufuhr von Milchprodukten, Getränken oder Gemüse sorgen für die Stabilität des Skelettes“, berichtet Dr. Reinhard Schneiderhan, Orthopäde aus München und Präsident der Deutschen Wirbelsäulenliga.

Wasser – Quelle des Lebens

Wasser spielt eine vielseitige Rolle für unsere Wirbelsäule. Wirbelkörper bestehen beispielsweise zu einem Viertel aus Flüssigkeit: Innen sind sie schwammartig, nach außen hin wiederum robust aufgebaut. Zusätzlich benötigt der Organismus Wasser, um die Bandscheiben mit Nährstoffen zu versorgen – dies geschieht nicht über die Blutgefäße sondern durch Diffusion. „Bei jeder Belastung geben die Bandscheiben durch den entstandenen Druck Flüssigkeit ab und saugen bei Entlastung mit Biostoffen angereichertes Wasser wieder ein. Für eine stabile, aber elastische Wirbelsäule empfiehlt es sich daher, täglich rund eineinhalb bis zwei Liter zu trinken“, so Dr. Schneiderhan. Dazu eignen sich insbesondere Mineralwasser, verdünnte Gemüse- oder Obstsaftsäfte und ungesüßte Kräutertees. Zitronen- oder Orangenscheiben sowie frische Minze stellen eine gute Möglichkeit dar, auch Leitungswasser einen anregenden Geschmack zu verleihen.

Tierische Produkte als Kalziumlieferanten

Kalzium gilt als wichtigster Nährstoff zur Knochenbildung und eine ausreichende Zufuhr beugt Osteoporose vor. Vor allem tierische Produkte wie Milch, Naturjoghurt und Hartkäse enthalten eine große Menge des Minerals. In Käse findet sich außerdem viel Phosphor, das zusammen mit Kalzium zum Knochenaufbau dient. Dr. Schneiderhan weiß: „Beide Stoffe sollten in einem ausgeglichenen Verhältnis im Körper vorkommen. Kalzium und Phosphor sind wichtige Partner, sie bilden den Knochenzement, sofern das Verhältnis der Mineralien zueinander stimmt. Nimmt der Körper zu viel Phosphor auf, geht die natürliche Feinabstimmung verloren. Häufig liegt ein Überschuss vor, zum Beispiel durch ungesunde Ernährung mit Fastfood oder Softdrinks. Um wieder ein Gleichgewicht herzustellen löst der Organismus Kalzium aus dem Knochen, was dann zu Problemen führt.“ So benötigt ein Mann pro Tag circa eineinhalb Gramm Kalzium sowie Phosphor, eine Frau etwa ein Gramm. Dieser Bedarf lässt sich beispielsweise mit zwei Scheiben Käse und zwei Gläsern Milch decken. Weiterhin enthalten Milch, Käse oder Joghurt das wichtige Vitamin K, welches den Abbau von Knochenmasse verhindert.



Starkes Gemüse für starke Knochen

Nicht nur in Milch, sondern auch in Gemüse steckt Kalzium, beispielsweise in Grünkohl, Rucola oder Spinat. Weiterhin finden sich Bor und Magnesium in grünem Gemüse. Dieses sorgt innerhalb des Körpers vor allem für die notwendige Stabilität des Skelettes. Bor hilft beim Einbau von Kalzium, Magnesium und Phosphor in die Knochen. Gute Lieferanten von Bor und Magnesium sind neben Spinat auch Brokkoli oder Kopfsalat. „Der Verzehr von Gemüse wie Feldsalat oder Spinat fügt dem Körper wichtige B-Vitamine zu, die wiederum unser Skelett stärken. Es empfiehlt sich, mindestens drei Portionen Gemüse auf den täglichen Speiseplan zu setzen“, betont Dr. Schneiderhan. Daneben sorgen Vitamin K sowie Zink für gesunde Knochen. Letzteres ist in Naturreis, Vollkornprodukten und Eiern enthalten, Vitamin K steckt in grünen Gemüse- und Salatsorten.

Borgmeier Public Relations

Geburtstags-Aktion*:

Geburtstags-Aktion*

Beim Kauf von je einer OrthoDorn-Matratze erhalten Sie dazu:
ein Original OrthoDorn-Kissen **gratis!**
im Wert von 129,- Euro
und ein Zirbenkissen im Wert von 40,- Euro

Ihr Rücken- und Gesundheitsspezialist in Rosenheim:

OrthoDorn®
Bei uns liegen Sie richtig!

Isarstraße 1a
83026 Rosenheim
08031/809 33 60
info@orthodorn.de
www.orthodorn.de

Öffnungszeiten: Montag-Freitag, 9.00-18.00 Uhr, Samstag, 9.00-18.00 Uhr

* Die Aktion ist gültig bis einschließlich 31. Dezember 2016 und gilt pro Kauf einer Original-OrthoDorn-Matratze (egal welches Modell). Eine Barauszahlung oder ein Umtausch mit anderen Produkten ist nicht möglich!

Beim Kauf von je einer OrthoDorn-Matratze erhalten Sie dazu:

ein Original OrthoDorn-Kissen im Wert von 129,- Euro und ein Zirbenkissen im Wert von 40,- Euro.

* Die Aktion ist gültig bis einschließlich 31. Dezember 2016 und gilt pro Kauf einer Original-OrthoDorn-Matratze (egal welches Modell). Eine Barauszahlung oder ein Umtausch mit anderen Produkten ist nicht möglich!

Gebäudereinigung Ott
Wir zaubern für Sie



- **Glas, Schaufenster- & Fassadenreinigung**
- **Büro- & Praxisreinigung**
- **Reinigung von Einkaufsmärkten & Gastronomieobjekten**
- **Teppich & Polsterreinigung**
- **Bauschlußreinigung**
- **Treppenhausreinigung**
- **Grünanlagenpflege & Winterdienst**

Ihr zuverlässiger Partner in Nordbaden und der Südpfalz

www.zauberhaft-sauber.de

Tel: 0176/49941290

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 2006-2016 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 1,2 DORN-Bewegung, Artikel 3,5 Helmuth Koch, Deine Gesundheit, Artikel 4 NSC, Artikel 6 Gesund Media

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-12.2016.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](#)**