



# NaturHelse

Landsorganisationen NaturSundhedsrådet



**OBS! Ny webside [www.lnsnatur.dk](http://www.lnsnatur.dk)**

*I dette nummer bl.a:*

**Ingen ekstraordinær generalforsamling**

*Formandsskifte*

*Har du fjernsyn?*

*Du må ikke sige det til nogen!*

*Kontingenter*

*Vask din mund med sæbe*



**DANAK**  
Reg. nr. 8001  
Kvalitetstyringsystem  
certificeret i henhold  
til  
DS/EN ISO 9001:2000  
af  
Det Norske Veritas,  
Danmark A/S  
Certificeringsafdelingen

Natur Helse udgives af Landsorganisationen  
NaturSundhedsrådet.  
ISSN 1396-6855  
Oplag 3300

**Bladgruppen**  
**Ansvarsh. redaktør p.t.:**

Charlotte Ryø  
**Lay-out:**  
René Thomsen

**Tryk:**  
Flemming Støvring Klit  
off-set service  
Næsbygårdsvej 5  
5270 Odense N  
Tlf. 66 18 18 51

Indhold må distribueres, citeres og gengives med kildangivelse.

Skriftlige indlæg til NaturHelse modtages med glæde, men vi forbeholder os ret til at redigere/for-korte.

Der kan underskrives med pseudonym, men navn og adresse skal være redaktionen bekendt.

Indlæg sendes til naturhelse@lnsnatur.dk

Artikler skrevet af andre end bestyrelsen/ bladgrup-pen udtrykker ikke nødvendigvis LNS's holdninger.

**LNS' bestyrelse:**

Ole Hjorth (formand)  
Tlf. 29 6316 53  
oh@lnsnatur.dk  
Mogens Ehrich (næstformand)  
Tlf. 46 49 77 31  
me@lnsnatur.dk

Bo Steen Jensen  
bo@lnsnatur.dk  
Rita Pommer  
rp@lnsnatur.dk  
Kirsten Kragh  
kk@lnsnatur.dk  
Vera Holbech Marcher  
vhm@lnsnatur.dk  
Charlotte Ryø  
cr@lnsnatur.dk

**Sekretariat:**

Jorcks Passage 1 A 4.  
1162 Kbh. K.  
Tlf.: 23 95 96 12  
E-mail: [lns@lnsnatur.dk](mailto:lns@lnsnatur.dk)

**Hjemmeside:** [www.lnsnatur.dk](http://www.lnsnatur.dk)

*Bestyrelsen ønsker alle medlemmer et natur-sundt og naturskønt 2007.*

## Fra redaktionen

Af Charlotte Ryø

Så skal vi i gang med et nyt år. Mange ting foregår på sundhedsfronten, som vi må glæde os over, selv om det kan ligne to skridt frem og et tilbage.

Flere og flere mennesker trodser advarsler og elitær "fingerløftning" og spiser kosttilskud eller søger alternativ behandling.

Økologisk mad og økologiske produktions-former er mere populære end nogensinde, og der efterlyses varer til eksport, men producen-terne kan ikke følge med. Økologi er kommet på EU's dagsorden ("der er penge i skidtet"), og vi må håbe, at de ikke udvander regler og etik i en grad, så vi senere bliver nødt til at starte "ny økologi". I marts 2006 blev det tilladt at tilsætte nitrit og nitrat til økologisk kød, hvilket tidligere har været forbudt i Danmark.

Disse tilsætningsstoffer skal hæmme bak-terievækst, men danner nitrosaminer, der kan forårsage kræft. Det røde mærke er altså ikke længere garanti for giftfrit kød.

Vindmølleproducenten Vestas er god at have aktier i. Det vælter ind med ordrer, og miljøet profiterer sammen med de glade aktieejere.

Den store kemikalielovgivning REACH er blevet vedtaget i EU efter 7 års forberedelse og tovtværkeri. Lovgivningen har til hensigt at skabe fælles regler, men er blevet så udvandet pga. den kemiske industris lobbyarbejde, at Greenpeace og andre miljøorganisationer udtrykker skepsis for, om den overhovedet er et fremskridt. Ifølge et tidligere forslag skulle alle farlige stoffer erstattes af mindre farlige, hvor det lod sig gøre. Dette er skåret ned til kun at omfatte svært nedbrydelige stoffer og altså meget færre end oprindeligt foreslået. Desuden er bevisbyrden ændret, således at producenten nu skal bevise, at stoffer IKKE er farlige. Det kommer der nok nogle interessante retssager ud af, og det kan blive op til dommerne at skabe retspraksis på området.

Hvad kan den enkelte gøre for at støtte naturlig sundhed? Som forbrugere har vi jo en fantastisk magt. Bed supermarkedet om at skaffe flere økologiske produkter, foreslå dit forsikringssselskab, at de opretter en "sundhedsforsikring", hvor du selv kan vælge alternativ behandling/medicin efter sygdom eller ulykke, boykot uetiske og beskidte metoder og produkter, og insister på etisk behandling af dig som værdig borger og forbruger i alle sammenhænge. Du er ikke bare "den lille mand". Dine tanker og handle-måder influerer på alle planer både nært og fjært.

Rigtig god fornøjelse med læsning af det første NaturHelse i 2007.

## Formandsskifte i LNS

Ole Hjorth er nu af bestyrelsen valgt til formand for LNS. Indtil udgangen af oktober var Jan Helge Kofod-Jensen formand.

De af jer, hvis mailadresse er kendt af LNS, modtog d. 3. december en mail fra den tidligere formand, hvor han søgte støtte til indkaldelse af en ekstra generalforsamling i protest mod, at han var blevet sat fra posten. Han begrundede det med forskellige påstande om undertegnede bestyrelsesmedlemmers hensigter med LNS og uansvarlige handlinger. Endvidere betegnede han afsættelsen som uretmæssig og nægtede bestyrelsen adgang til LNS's ejendom i hans besiddelse, herunder dokumenter og passwords.

De begrundelser og påstande, som er fremkommet i JHK's mail om bestyrelsen er enten direkte usande eller så meningsfordrejende, at budskaberne må anses som u-sande, men de udtrykker meget præcist den mistillid og misopfattelse, JHK havde af situationen og hele samarbejdet i bestyrelsen, hvilket netop umuliggjorde fortsat samarbejde med ham som formand og på tillidsposter i øvrigt. Afsættelsen skete med undertegnede fem stemmer ud af i alt syv.

I en demokratisk organisation er sådan beslutning retmæssig og skal efterleves umiddelbart, også af en tidligere bestyrelsesformand.

Mailen afspejler selvfølgelig det samarbejds-klima, der har været i bestyrelsen, og hvis vi ikke havde reageret, ville det være rimeligt at

stille os til ansvar derfor. To af de begrundelser, vi gav JHK for at fratage ham bestyrelsens tillidsposter, var netop et problematisk forhold omkring troværdighed af udtalelser og mangelfuld respekt for aftalte og gældende regler, herunder den tavshedspligt, der skal være om bestyrelsesarbejdet, bl.a. for at medlemmerne trygt kan udtale sig.

Da JHK straks efter sin afsættelse fortsat overtrådte tavshedspligten, og bl.a. derved satte LNSs forhold til andre organisationer i risiko, besluttede vi at holde ham uden for bestyrelsens informationsgange og dermed reelt udelukke ham fra bestyrelsesarbejdet. Denne beslutning skal forelægges for den kommende generalforsamling, og vi har sendt den til etisk råd for præcisering af det vedtægtsmæssige grundlag. Den ovenfor omtalte mail gentager overtrædelsen.

Intet i tilværelsen er helt sort eller hvidt, og JHK har også gjort meget godt for LNS, og gjort det med stort og ærligt engagement. Det er det, vi agter at huske ham for, når den aktuelle turbulens er overstået.

Bl.a. tilrettelagde han med stor dygtighed en dokumentserver, der ved at sikre bestyrelsens adgang til sin informationsbase sikrer, at LNS er mindre sårbar for personudskiftninger. Det er nyttigt lige nu.

Disse og andre tiltag i forbindelse med ISO 9001 certificeringen gør, at LNS er robust over for turbulens. Det er vi også i den aktuelle situation,

hvor der ikke har været megen tvivl om, hvad bestyrelsen skulle gøre, og hvordan det skulle gøres. Desværre har ikke-adgangen til nødvendige passwords hæmmet driften af LNS.

Normalt ville en proces som den beskrevne være foregået for lukkede døre. Det har næppe gavnet hverken

LNS eller de berørte personer, at formandsskiftet er sket for åbne døre. Det beklager vi.

Rita Pommer, Vera Holbech Marcher, Kirsten Kragh, Mogens Ehrich og Ole Hjorth, bestyrelsesmedlemmer i LNS.

## OBS! Ny website: [www.Insnatur.dk](http://www.Insnatur.dk)

Da den tidligere formand har afvist at afgive sin styring af LNS' hidtidige hjemmeside gør vi opmærksom på, at den nye og gældende hjemmeside for LNS er ændret til

[www.Insnatur.dk](http://www.Insnatur.dk).

Det er den legale web-adresse, du

skal bruge fremover for at kommunikere med LNS og være sikker på, at vi modtager fx. adresseændringer, indmeldelser og mails.

E-mailadressen er samtidig ændret til [Ins@Insnatur.dk](mailto:Ins@Insnatur.dk).

# Ugyldig indkaldelse til ekstraordinær generalforsamling

Mange medlemmer har midt i januar fra nogle medlemmer modtaget en indkaldelse til ekstraordinær generalforsamling d. 31. januar kl. 19. Ifølge LNSs vedtægter skal indkaldelse af ekstraordinær generalforsamling forelægges og formidles af bestyrelsen, forstået som bestyrelsesflertallet og ikke af enkeltmedlemmer af bestyrelsen. Tolkningen af vedtægterne på dette punkt har været forelagt Etisk Råd, som enstemmigt meddeler, at indkaldelsen er ugyldig. Da begrundelserne for indkaldelsen, som er kommet til bestyrelsens kendskab, ydermere

er usande, må vi nøjes med at beklage det postyr, der er vakt ude omkring. Bestyrelsen vil gerne takke de 51, der siges at have udtrykt ønske om en ekstra generalforsamling, for deres interesse for LNS.

Der kan naturligvis godt holdes et møde, men det vil være i strid med vedtægterne at opfatte vedtagelser på mødet som bindende for LNS.

Den ordinære generalforsamling afholdes som planlagt 31. marts, hvor alle medlemmer er velkomne.

Nærmere herom på bagsiden og på [www.Insnatur.dk](http://www.Insnatur.dk)

# Nyheder fra ind- og udland

Af Charlotte Ryø

## Et dødsfald

En stor nytænkner og pioner inden for tandpleje og dentalmateriale, Henrik Lichtenberg, er død den 25. oktober. Lichtenberg lagde grunden til den amalgamfrie tandpleje i Danmark og oplyste i årtier mod tandplejens brug af kviksølv og fluor via websites og nyhedsbreve.

(Kilde: MayDay)

## Støt et europæisk borgerinitiativ

European Citizen's Initiative – ECI (Europæisk Borgerinitiativ)

En ny europæisk forening har set dagens lys: Europæisk Borgerinitiativ (ECI), et paneuropæisk netværk, som allerede har fået over 90 støtteforeninger (miljøorganisationer, borgerforeninger for demokrati, sundhedsorganisationer) samt støtte fra 45 medlemmer af Europaparlamentet. Foreningens projekt går ud på at få initiativret indført i europæisk lovgivning.

Hvad er initiativret? Det vil sige, at befolkningen skal have ret til at tage initiativet i forbindelse med lovgivning. Et "klip" fra deres hjemmeside:

*"Tiden er kommet til, at almindelige borgere skal spille en ægte og betydningsfuld rolle i det europæiske projekt. Målet for vores kampagne er at få så mange som muligt i alle medlemslande til at skrive under på,*

*at de vil have indført borgerinitiativ i europæisk lovgivning. En sådan lovgivning skal garantere, at hvis 1 million borgere i medlemslandene underskriver et ændringsforslag til en europæisk lov, skal ændringsforslaget fremsættes af EU-kommissionen.*

*Hvis en sådan lovgivning gennemføres, vil det være det første overnationale værktøj i et EU-deltagerdemokrati. Det vil gøre det muligt for europæiske borgere at påvirke den politiske dagsorden i EU direkte for første gang nogensinde."*

Et fantastisk projekt, som LNS vil opfordre så mange som muligt til at støtte. Det er det, vi får brug for, når EU i 2009 gennemfører den restriktive lovgivning med vitaminer og mineraler, hvor kun de stoffer på den så omdiskuterede positivliste (og den er ikke lang, sku' vi hilse og sige) må forhandles i EU.

Således lyder underskriftteksten: "Undertegnede opfordrer den Europæiske Union til at skabe retslige rammer for det Europæiske Borgerinitiativ, således at den Europæiske Kommission forpligtes til at fremsætte forslag til ændring af europæisk lov, når dette ønskes af en million europæiske borgere."

Du kan skrive under på: [www.democracy-international.org/sign.html](http://www.democracy-international.org/sign.html)

Læs mere på [www.citizens-initiative.eu](http://www.citizens-initiative.eu)

## 1984 er over os

En rapport fra CNET News.com melder, at FBI er begyndt at bruge mobiltelefoner som overvågningsapparat i mafiakredse. Hvordan det? Det gøres ved, at mobiltelefonens indbyggede mikrofon fjernaktiveres, så telefonen automatisk aflytter, hvad der foregår i rummet. Det kan gøres, ligegyldigt om telefonen er tændt eller slukket. Der er stadig en lille bitte strøm, selvom den er slukket, og kun ved at tage batteriet helt ud, kan man være sikker på, at den ikke kan aktiveres til aflytning. Dimsen hedder en "roving bug" (omrejsende aflytter) og er godkendt af USA's Justitsministerium til brug i kampen mod organiseret kriminalitet. Men som vi så tit har set: Først et lille testområde, derefter udbredt til almindelig brug.

Første gang undertegnede hørte om det, var i september 2004, hvor en talskvinde fra Dansk Industri kom til at sige, at mobiltelefoner, tændte som slukkede, kunne bruges til aflytning, hvilket var sket i Danmark under en rockersag. Da jeg 1 time senere prøvede at finde hendes citat på nettet, var det – pist væk.

Og kan vi så ikke bare være ligeglade – vi har jo rent mel i posen? Nej, borgerrettigheder der indskrænkes – langsomt eller pludseligt – skal man aldrig lukke øjnene for. Hvordan bevares privatlivets fred, når det via lovgivning efterhånden er tilladt at elektronisk overvåge alle nat og dag, ligegyldigt om de er mistænkte eller ej? Hvad er det for et samfund, vi får, hvor alle mistroisk vogter på alle?

Ja, vi kan jo bare se os omkring!



# Du må ikke sige det til nogen... men jeg tager altså kosttilskud!

Af Charlotte Ryø

Med dette indlæg ønsker jeg ikke at helbrede nogen, udgive mig som læge eller prøve at afholde nogen fra at søge læge – bare så vi er helt på det rene. Der bliver gjort rigtig meget for at overbevise folk om, at kosttilskud ikke virker, og det er så sandt så sandt. Man skal bare lade være at med at tage dem. Men jeg er en glad kosttilskudsbruger, og jeg vil godt indvi læserne i mine kosttilskuds-erfaringer og -glæder. Resultaterne er selvoplevede eller fra nærmeste omgangskreds. Og husk nu: At ligegyldigt hvad der står, så kan kosttilskud ikke erstatte en sund og alsidig kost (!) Nå, here we go:

Jod er ret godt mod menstruations-smerter. Dur ikke som akut smertestillende – lagrene skal bygges op. Tag et dagligt tilskud på ca. 225 mcg. Men forvent ingen virkning før efter 3 måneder.

Så er der B1 vitamin. Det er fantastisk og fast inventar på mit natbord. Brug det mod: Søvnbesvær på grund af kaffe, te eller anden form for speed. Prøv dig frem med dosis, men omkring 1-200 mg. Søvnbesvær pga. tankeværn: Man skal lige have planlagt konfirmationen kl. 4 om morgenen. Ca. 100 mg.

Mareridt (også for børn): 50-100 mg. Effekter af miljøgifte, elektrosmog, beskidt vand, ikke-økologisk mad, narkotika, panodiler. Kan kræve helt op til 500 mg. B1 dagligt over længere tid. Og går man i elektrosmog konstant, så tag 3-400 mg. dagligt. "Vintermørke" eller depressionsagtige følelser efter penicillinkur: 100-200 mg. B1 i nogle dage. Penicillin, ligesom anden form for medicin, "æder" alle lagre af B1, som medvirker til at føle os i mental balance. Tag det helst under kuren, men ellers nogle dage bagefter, til lagrene er fyldt op. Hvidt skær der flimrer foran øjnene: Tag 50 mg., og det forsvinder efter 10 minutter.

Sår i mundvigene, bygkorn: Det er B2-mangel. 50-100 mg. i en uges tid, og det er væk.

Stråleskader, også fra radioaktivitet, og solskadet hud klares med nikotinsyre eller niacin (ikke niacinamid). Tag 50-100 mg på ikke for fyldt mave. Man bliver rød over det hele, fordi strålingen "kører ud". Fortsæt med samme dosis, til der ikke er mere effekt, og sæt så dosis op med 50 mg ad gangen. Gå ikke op over 500 mg (det kræver en specialkur). Hav altid nikotinsyre på lager, så du kan beskytte dig mod radioaktive udslip.

Jeg-har-lyst-til-et-eller-andet-følelse, men jeg ved ikke, hvad det er (og det skal ikke være Medova te):

C-vitaminer, omkring 500 mg.

Det tager "the craving".

Enormt sløv kl. 16-18. Prøv med et skud C-vitamin 500-1000 mg. Jeg synes, det virker fantastisk.

Træt i krop, ømme muskler, ondt i ryggen: Også C-vitaminer. Gerne helt op til 5-6 g eller mere over en dag.

Det er ikke farligt, man tisser overskuddet ud, men mavesækken kan blive irriteret. Stort indtag af C er

også godt for alt muligt, men min erfaring er, at det holder kroppen stærk og immunforsvaret oppe. Der findes en del C-vitamin-præparater, og nogle er bedre end andre.

Man må prøve sig frem.

Brandsår, rifter, hudafskrabninger: E-vitaminsalve, eller prik hul på en naturlig e-vitaminkapsel med olie i, og smør på. Det tager smerterne omgående og hjælper til at danne ny, fin hud. Man har ikke børn i hjemmet uden et lager af E-vitaminer. De er fantastiske både indvendigt og udvendigt.

Ømme led: Chlorella og fiskeolie.

Min kat var helt vild med chlorella – man kan få en til dyr hos Matas.

Den var ved at blive rigtig træt og øm i leddene som 9-årig, kunne ikke springe højt mere, men efter 14 dage på chlorella var der ingen problemer.

Lilla ankler pga. små, fine blodårer der går i stykker i yderste hudlag: Kobber og tålmodighed. Der går 1-2

år, men så er anklerne helt fine. Det skulle også virke på åreknuder og hæmorider, men jeg har ikke set det selv. 1 af Berthelsens dagligt klarede det for mig.

Træthed og udmattelse i forbindelse med menstruation, klumpet ildelugtende blod: Jernmangel. Tag en biojern eller anden slags, som er letoptagelig. 1 om dagen fra ægløsning til 4-5 dage efter menstruation.

Kraftig, hormonal hovedpine grænsende til migræne: God stærk kaffe og en cykeltur, hvor der skal arbejdes lidt.

Et interessant råd, jeg har hørt, men ikke selv prøvet: salt mod søvnløshed. Det skulle virke herligt og give en fin søvnkvalitet. Når man lægger hovedet på puden, placerer man lidt groft havsalt på tungen (ikke almindeligt køkkensalt). Der lader man det ligge.

Spis endelig kernerne i æbler og abrikoser, når du spiser de frugter. De skal tygges, så den hvide bitre indmad kommer ud. Den indeholder B17-vitamin, og det vitamin kan man ikke få i pilleform, da det er blevet forbudt. Rygtet vil vide, at det er kræft hæmmende.

Og så må jeg anbefale blodtype-spisning. Ikke at spise efter blodtype har afstedkommet nogle af de mærkeligste symptomer, jeg har set. Det kan godt være, at veganere og vegetarer har det rigtig godt, men kun

hvis de har en blodtype, der passer til. Jeg har en veninde, som var overbevist om, at hun var meget sund – hun spiste kun vegetarisk. Efter læsning af blodtypebogen gik hun over til kød (til type 0), og hendes krop gik helt amok: Den smæskede sig i roastbeef – jo mere blod jo bedre. Hun spiste det simpelthen lige ud af pakken – kunne næsten ikke vente, til hun kom hjem. Det stod på i en uge. I løbet af denne uge bevægede hendes krop sig op gennem alle mulige stadier fra dyb apati, undertrykt sorg,

aggression osv. Den havde i 10-15 år prøvet at fortælle hende, at den fik forkert mad, som den ikke kunne (for)døje, men hun hørte ikke efter – hun "vidste", at hun spiste sundt. Nu får den kødproteiner, og harmonien er genoprettet.

Så et godt råd er også: Lyt til din egen krop. Hver krop er en unik organisme, som er helt fantastisk til at skabe energi, fungere, reparere, kommunikere – vi skal bare lære at lytte.

## - Opslag -

**Kan naturvidenskaben vise nye kræfter?  
Her i forbindelse med fødevarekvalitet, del og helhed,  
stoffer og kræfter**

**V. Jens Otto Andersen, ph.d. cand. agro**

Ernærer vi os af stoffer og/eller kræfter?  
Hvad bevirker forarbejdningsmetoder?  
Hvad kan vi se med billeddannende metoder?  
Om det nyeste inden for biodynamisk forskning  
Lysernæring

Et møde afholdes fredag den 16-3-2007 kl. 18  
Dybensgade 19 (ved Strøget) København  
Entre 50 kr, helst tilmelding

Der kan fra kl. 13.30 købes vegetarisk suppe med boller til  
Før kl. 16.30 afholdes foreningens generalforsamling

Mødet arrangeres af  
Biodynamisk Forbrugersammenslutning  
Toftevænget 30, 3320 Skævinge  
Tlf. 4828 8700 3887 9580  
email: lars.thomsen.mikkelsen@get2net.dk

# Du burde vaske din mund med sæbe

Af Charlotte Ryø

Ja, det er så sandt, som det er sagt, for det hjælper faktisk. Ikke så meget på de grimme udtalelser, som mundheldet vist egentlig går på, men mere på tænderne.

I august i år fik jeg en mail fra en af mine venner. Den indeholdt en beskrivelse af, hvordan man kan holde sine tænder uendeligt uden tandlægebesøg, rensning eller noget andet, hvis de vaskes i håndsæbe. For godt til at være sandt, tænkte jeg, men jeg måtte alligevel prøve. Det var svært, for håndsæbe smager aldeles forfærdeligt. Men artiklen i mailen var tilstrækkelig videnskabelig og velunderbygget til, at jeg fortsatte. Der var tre uger til jeg næste gang skulle til tandlæge, og hvis hun ikke kunne se nogen forskel, kunne jeg jo altid stoppe.

Ved næste besøg var jeg rigtig spændt. Jeg sagde ikke noget om mine ændrede sæbevaner, men tandlægen kunne hurtigt se, at der var noget med tandkødet. Hun fik fat i journalen, hvor der stod, at jeg havde tandkødslommer på 4-6 mm og 5 løse tænder af 1. grad (konstateret i april 2006). Men det havde jeg ikke mere. Mit tandkød var helt lyst og fint, ingen lommer og ingen løse tænder. Vi var målløse begge to – ja, faktisk hele klinikken.

I artiklen stod også beskrevet, at emalje naturligt danner sig i tænderne, hvis ikke man ødelægger

tandbørstningen med tandpasta og flourbehandling, men det havde jeg til gode at konstatere. Og så skulle man supplere sin kost med kalk og C-vitaminer, hvilket jeg får rigeligt af via gode kosttilskud.



Med lidt god vilje kan man måske se, at tænderne i bunden er blevet gule og fortykkede pga. dannelsen af ny emalje.

Efter 2 måneder begyndte mine tænder at blive helt gule i bunden og nærmest fortykkede. Ganske rigtigt, der var ny emalje på vej, og i ca. 1 måned var mine tænder tofarvede: gule i bunden, og hvide-gennemsigtige i yderste halvdel. Langsomt voksede der ny emalje ud, og nu er mine tænder gule – måske ikke så "kønne", men meget stærke og sunde.

Den store forbryder i vores tandbørstning er tandpasta, som ifølge artiklen er så fyldt med glycerin, at det lægger en hinde hen over tænderne, så de faktisk ikke bliver rene. Det smager kun rent. Og det passer: Mine tænder forbliver rene og glatte hele dagen, ligegyldigt hvad jeg spiser.

Hvis nogen har fået lyst til at prøve,

så er her et par gode råd: Prøv at få fat i en vegetabilsk sæbe med så lidt glycerin (og parfume) som muligt. Børst tænderne uden at få sæben kørt rundt i hele munden, fx undermunden først og skylle, og så overmunden, så smager det ikke så grimt. Men ellers værner man sig til det i

løbet af en uges tid. Det er også en god ide at massere tandkødet og trykke det ind mod tandbenet, for det aktiverer et naturligt limstof, der findes i tandkødet, som hjælper til at lukke tandkødsломmerne.

Rigtig god fornøjelse med dine nye tænder.

## Rettelse:

I forbindelse med oprettelsen af det nye faglige selskab for sygeplejersker, godkendt af Dansk Sygeplejeråd i år, bragte vi i sidste nr. af NaturHelse artiklen "Selskab til fremme af brobygning og fremme af

komplementære terapier i sygeplejen". Vi beklager meget, at forfatternavnet, Karin Siff Munck, som er formand for FS-KOMP, desværre manglede. Dette være hermed gjort. Redaktionen



# Har du fjernsyn?

Af Charlotte Ryø

For det har jeg – i mild grad, hvilket blev konstateret på et kursus i London i sommeren 2006. Fjernsyn vil sige, at man er i stand til at se – opfatte – opfange, hvad der foregår fjernt fra en, enten i tid eller sted. Meget spændende. På engelsk hedder det **remote viewing** – eller med den engelske verdens forkærlighed for forkortelser: RV.

Kursuslederen var en pensioneret CIA-agent, og han vidste nok, hvad han talte om. Man kunne tro, at CIA er det mest jordbundne og "naturvidenskabelige", man kan forestille sig, men når det kommer til "spying behind enemy lines", er bureauet villig til at tage hvad som helst i brug, og det benytter sig i høj grad af folk med overnaturlige og telepatiske evner.

Vores kursusleder indledte med en kort historisk gennemgang. Han fortalte, at man i 70'erne var begyndt at lave eksperimenter med det berømte naturtalent Ingo Swan. Det var ham, der kunne få en temperatursøjle til at stige på kommando i et rum, han ikke selv opholdt sig i. Og Ingo kunne lidt af hvert, hvilket han i øvrigt skrev en underholdende science fiction-bog om kaldet Star Fire. Han begyndte at arbejde for CIA og uddanne folk i RV med stort held. De blev i stand til at spotte våbenlagre, vrage af militærfly og andet, som han ikke kunne sige så meget om.

Ifølge vores kursusleder er RV noget, de fleste kan i en eller anden grad, og det er også noget, der kan trænes. Man kan nemlig indstille sig på at modtage nogle specielle sansninger, og får man først "øje" på dem, så er det ikke så svært at videreudvikle, men det kræver altså noget arbejde.

RV har ikke noget at gøre med channeling, ude-af-kroppen-oplevelse, astral projektion, video i hovedet (Hollywood) eller noget andet mærkeligt. Det er, som ordet siger, at se på afstand, og formålet er at samle så præcis information som muligt om et sted, en person, et udfald e.l.

At udøve specielle evner kræver etik og gode hensigter. Indtrængen i andre menneskers univers eller på deres mentale privatsfære uden aftale må frarådes. Dette gælder også børn og dyr. Telepati, hvilket altså ikke er emnet her, kan trænes, men det kræver, at de, der medvirker, er fuldt informerede.

## Her følger et minikursus:

RV opøves ved, at man fokuserer sin opmærksomhed på noget, der er længere væk i tid eller sted, og man skal så prøve at se, hvad det er, eller hvor det er. Man får fx oplyst en bredde- og længdegrad, eller at nogen står i et bestemt rum i huset.

Man koncentrerer sig om de oplysninger, man får, og retter sin opmærksomhed mod stedet. Langsomt begynder nogle perceptionsfragmenter at komme til syne. Og dem skal man så tegne. Man sidder med lukkede øjne og tegner med løs hånd, det man ser, mens man koncentrerer sig om stedet. Man skal åbne sit sind imod det, og bare lade det komme ind. Man kan også beskrive det i beskrivende vendinger, men ikke ved at navngive. Man siger fx: Jeg ser noget højt, gråligt noget, som rager op i luften. Der er nogle mærker op ad siden, og øverst er der noget lys. Man siger ikke bare fyrtårn, for så har man låst sig fast i et billede, som vil have tendens til at sidde der som en realitet i stedet for en mulighed. Det kunne jo være noget helt andet.

Nogle kendetegn på at man er galt afmarcheret er, at man ser et helt klart billede af, hvad det er, eller at man får en kompleks og meget logisk historie, der gør det hele let at forstå.

### **Kendetegn på at man er på rette vej, er:**

- Vagt, uklart indtryk, ligesom en vag hukommelse af noget.
- Svært at sætte ord på
- Fragmentarisk
- Ikke kompleks eller velbegrunder
- Uventet

### **Ting, der hindrer en i at "modtage", er følgende:**

- Mental støj. (Clear your mind.)
- Livsforstyrrelser. (Skriv dem ned på et stykke papir, og læg det til side, og vid, at du kommer

tilbage til det senere.)

- Forskelligt der lægger sig mellem en selv og det, man skal observere. På engelsk: "Overlay". Det kan fx være analytisk overlay, hvor ens fornuft begynder at forklare, fortolke, komme med ideer. Overlay fra omgivelserne, eller telepatisk overlay, hvor man samler nogle andres tanker op om, hvad det er.

**For at få succes** må man have den indstilling, at man er villig til at fejle. Hvis man ikke er det, vil man prøve for hårdt og mase for meget på, og det ødelægger resultatet. Slip dig selv!

Hvis nogen har lyst til at prøve, så kommer her nogle lette øvelser, som man umiddelbart kan gå i gang med. Man skal være mindst 2:

- Den ene lægger noget i en kuvert, en kasse eller æske. Den anden skal beskrive eller tegne indholdet.
- En udsending: Send en person hen til et sted 15 minutters gang væk, og få den anden til at tegne/beskrive, hvor vedkommende er. Det er vigtigt, at personen faktisk er på stedet.
- Oplys koordinaterne, og få vedkommende til at tegne stedet (så er man altså god og har nok øvet sig en del). Sørg for at der på stedet er et bestemt kendetegn, så er det lettere, fx. Frihedsgudinden.

Rigtig god fornøjelse med at blive "fjernseer".

**Kilde: Kursus i "Remote Viewing" afholdt af WDDTY [www.wddty.com](http://www.wddty.com)**

# Organisationsmedlemmer af LNS 2007

## ERHVERVSGRUPPEN

### Danolan Magnetsengetøj,

Niels Erik Beck,  
Bønstrupvej 11, 6580 Vamdrup,  
7536 7711, 22983888,  
info@danolan.dk,  
www.danolan.dk

### Mælk og Honning,

Valby Tingsted 6, 2500 Valby,  
3630 5566

## PRE-JET,

Bøgedevej 14, Slimminge,  
4100 Ringsted,  
5687 9055

### Dansk Helios,

Østerkovvej 2, Pjedsted,  
7000 Fredericia,  
7595 4088, helios@helios.dk,  
www.helios.dk

### Sundhedskost,

Peer M Christiansen,  
Frederiks Alle 49, 8000 Århus C.,  
8612 7776,  
sundhedskost@sundhedskost.dk,  
www.sundhedskost.dk

### Slowlife, v/ Berg/Gøtzsche,

Svendborgvej 334, Åstrup,  
5600 Fåborg,  
6261 5933, slowlife@slowlife.dk,  
www.slowlife.dk

### Helsam A/S,

Rønsdam 1, Ragebøl,  
6400 Sønderborg,  
7448 8140, helsam@helsam.dk;  
www.helsam.dk

### Dansk Helsemiddel Center ApS,

Henrik Jensen,  
Birkholmvej 4, Osted, 4000 Roskilde,  
4649 8676, info@dhc.dk, www.dhc.dk

### Panacea Helse, Tommy Kobbervskov,

Yderholmen 9, 2750 Ballerup,  
4827 7110, info@Panacea.dk,  
www.panacea.dk

### Bioforce Danmark A/S,

Håndværkervej 17 B, 8643 Ans By,  
8770 8790, gerdas@bioforce.dk,  
www.bioforce.dk

### John Boel Akupunktur ApS,

John Boel,  
Industrivej Nord 22, 7490 Avlum,  
9747 3162, info@boel-akupunktur.dk,  
www.akupunktur2000.dk

### Allergica AMBA,

Hagemannsvej 24, 8600 Silkeborg,  
7026 1777, allergica@allergica.dk,  
www.allergica.dk

### Solspejlet-Antroposofisk Bogstue,

Elsbeth Larsen,  
Frederiksborggade 41 st.,  
1360 København K.,  
3333 7212, solspejlet@solspejlet.dk,  
www.solspejlet.dk

**Body SDS A/S,**  
Bengt Valentino Andersen,  
Egedal 1 A, 2690 Karlslunde,  
4615 5015, info@body-sds.com,  
www.body-sds.com

**Forlaget NCL,**  
Jette Annelise Dørffler Nybroe,  
Røllikevej 11, Nordstranden,  
5300 Kerteminde,  
6332 1266, ncl.jette.frejah@mail.dk,  
www.NCL.dk

**Clean Beauty,** Jørgen Jensen,  
Silkeborgvej 53, Alling, 8680 Ry  
8689 3633, info@cleanbeauty.org,  
www.cleanbeauty.org

**Berthelsen Health Group,**  
Walgerholm 18, 3500 Værløse,  
4466 3317, scanalka@berthelsen.dk,  
www.berthelsen.dk

**Kehlet's Miljø,**  
Vejlbygade 30 A, 8240 Risskov,  
86211395, kehmi@kehmi.dk,  
www.kehmi.dk

**Clearvision,** Lone Thomsen,  
Østbanegade 17, 2100 København Ø.,  
3930 8033, info@clearvision.dk,  
www.clearvision.dk

**Vital-Arkitekten,**  
Ruth Landbo Henriksen,  
Bredgade 45 C, 1260 København K.,  
39402888, 23291299, ruth@vital-  
arkitekten.dk

**Tandlæge Lene Bonnevie,**  
Peder Skramsgade 1,  
1054 København K.,  
3311 1165,  
post@holistisktandpleje.dk,  
www.holistisktandpleje.dk

**Merkur Den Almennyttige  
Andelskasse,** Henrik Pla,  
Sct. Clemensstorv 17.1, 8100 Århus C  
8746 0562, Aarhus@Merkurbank.dk,  
www.merkurbank.dk

**Natur Energi Aps,**  
Rypevang 4, 3450 Allerød

**ANDIelectromedical,**  
Kanalstræde 2, 4300 Holbæk,  
5944 0832, ag@andi.dk

**Danplus,**  
Sofienhøjvej 1 st. 0001,  
2300 København S.,  
3252 1420, danplus@vegatest.dk,  
www.danplus.dk

**B.S.D.S.-massørterapeut,**  
Atle Hedvard,  
Butterup Byevej 7, 4420 Regstrup,  
2127 7198

**Life Spice Production Aps,**  
Birgit Helen Jørgensen,  
Sportsvej 26, Nødebo,  
3480 Fredensborg,  
4848 3728, leifspice@email.dk,  
www.lifespicevital.dk

## SKOLEGRUPPEN

### ReikiSkolen Danmark,

v/Anny Petersen,  
Svinget 52, 1.tv, 3060 Espergærde,  
4913 3887, anny@vip.cybercity.dk,  
www.reikiskolendanmark.dk

### Zoneterapeutskolen, Vedbæk,

v/ Birgitte Bendjellal,  
Krogholmgårdsvej 50, Trørød,  
2950 Vedbæk,  
4589 0188, bendjellal@get2net.dk

### Kosmos Center Aps,

v/Inge & Steen Landsy,  
Bjelkes Allé 17, 2200 København N.,  
3582 1121, mail@kosmoscenter.dk,  
www.kosmoscenter.dk

### Skolen for Polaritetsterapi,

Gitte Larsen,  
Bredgade 51, 8340 Malling,  
8693 0377, gitte@polaritetsterapi.dk,  
www.polaritetsterapi.dk

### Seksualterapi & Orgasmeskolen,

Pia Struck,  
Jorcks Passage 1A, 4 sal,  
1162 København K.,  
3582 1910, pia@seksualterapi.dk,  
www.seksualterapi.dk

### Den Danske Kinesiologiskole,

v/Anne Straarup,  
Møllemarksvej 30, 4291 Ruds-Vedby,  
5826 2138,  
ascenter@worldonline.dk,  
www.dendanskekinesiologiskole.dk

### Naturmedicinsk Kursuscenter,

v/Tommy Aagaard Petersen,  
Bodenhoffs Plads 8, st.th,  
1430 København K.,  
3257 3259, info@naturmedicinsk.dk,  
www.naturmedicinsk.dk

### Skandinavisk Astrologiskole,

Karl Aage Jensen,  
Nørrebrogade 66 D, 3.,  
2200 København N.,  
3645 0545,  
horoskop@astrologihuset.dk,  
www.astrologihuset.dk

### Kilden,c/o Jørgen Warming,

Søndermarksvej 14, 2500 Valby,  
3646 0846, kilden@kilden.dk,  
www.kilden.dk

### Caberlain-Center for sundhed & trivsel, Gitte Ditte &

Morgan Gersdorff,  
Stensbyvej 9, 4772 Langebæk,  
5556 1424, caberlain@caberlain.dk,  
www.caberlain.dk

### Center for Multi Inkarnations

Terapi, v/Eya Bettina Jørgensen,  
Snorresgade 8, st.tv,  
2300 København S.,  
3332 5105, 3332 5305,  
center@multi-inkarnation.dk,  
www.multi-inkarnation.dk

### Alfa-Omega Instituttet,

v/ Anne-Grete Hav Hermansen,  
Forårsvvej 16, 2920 Charlottenlund,  
3963 6854, www.alfa-omega-  
instituttet.dk

**Skolen Psykospirituel Vejledning og udd.**, Ingelise Emby,  
Stakkeledet 79, 2970 Hørsholm,  
4586 0624, emby@deva.dk,  
www.deva.dk

**TriNadi Kreative Udviklingsterapeuter**, Bente Ploug,  
Søndre Jernbanevej 33,  
3400 Hillerød,  
4826 1446,  
evahenningsen@mail.tele.dk,  
www.psykoterapeuterne.com

**Frederikssund Healerskole**,  
v/ Gudrun Christensen,  
Acasievej 6, 3600 Frederikssund,  
4738 8005, klinik.sund@get2net.dk

**Kullerup Kurser**, Ingolf Plesner,  
Kullerup Byvej 2 A, Kullerup,  
5853 Ørbæk,  
6531 5431, i\_plesner@hotmail.com,  
www.kullerup.dk

**Skolen for Helsepraktik**,  
Hammershusvej 3 F, 7400 Herning,  
97121966, Hjem. 97127832,  
jwa@helseskolen.dk,  
www.helseskolen.dk

**Skolen For Helsepraktik**,  
Preben Leth Pedersen,  
Nørrebrogade 12, st.th.,  
8000 Århus C.,  
8620 2322, 8694 8636,  
helseskolen@helseskolen-aarhus.dk,  
www.helseskolen-aarhus.dk

**Naturlig Klinik og Uddannelsescenter**,  
Sanne Luisa Behrendt,  
Hårlevvejen 23, Endeslev,  
4652 Hårlev,  
7020 2586, 2858 2586,  
sannelouisa@naturhelbreder.dk,  
www.naturhelbreder.dk

**Institut for Kraniesakral Terapi**,  
Karin Sønderby,  
Næsgade 6, 5610 Assens,  
6471 4775,  
karin.soenderby@get2net.dk,  
www.kst.dk

**Skolen på Møllegården**,  
Kirsten Kragh og Mogens Ehrich,  
Møllegårdsvej 3, Osted,  
4000 Roskilde,  
4649 7731, 3179 7731,  
mogens.ehrich@mail.dk,  
www.afvikler.dk

**Akupunkturskolen i Skibby**,  
v/ Elsebeth Lægaard,  
Svanholm Alle 2, 4050 Skibby,  
4756 6636,  
info@akupunkturskolen.dk,  
www.akupunkturskolen.dk

**Institut for Optimal Næring, Helhedsorient. Terapi og Forskning**,  
Sundhedshuset, Teglgårdstrædet 4F,1  
1452 København K.,  
3332 4480, forskning@optinut.dk,  
www.optinut.dk

**Bell Healerskole,**

v/Bodil Sylvest Bell,  
Langekærgårdsvej 2, Evetofte,  
3370 Melby,  
4792 4767, healerskole@bell.dk,  
www.bell.dk

**Den gamle Kjøbmandsgaard,**

Hanna Francisca Thuesen,  
Reikimester,  
Hovkrog 3, Dysted,  
4684 Holme-Olstrup,  
5556 2669

**Hjertets Vej, selvudvikling og**

**livskunst,** v/Annalise Stourup,  
Nyrupvej 15, st., 4296 Nyrup,  
5780 3502, www.hjertetsvej.dk

**Hastrup Centret,**

Jan Helge Kofod-Jensen,  
Gl Havdrupvej 5, 4621 Gadstrup,  
4616 1006, 4078 8940,  
info@hastrup-centret.dk,  
www.hastrup-centret.dk

**Alternativ Balance Center,**

Britta Paaske,  
Torvet 1 A, 4690 Haslev,  
5631 4425, britta@4690.dk,  
www.alternativ-balance.dk

**ABC Center,** Clauss Paaske,

Regstrupvej 51, Aunslev,  
5800 Nyborg,  
6536 1740, clauss@webspeed.dk,  
www.abc-center.dk

**Energihuset, Healer Skole,**

Sven Riis Jensen,  
Holmvej 22, Astrup, 6780 Skærbæk,  
7475 3777

**IN2SPIRIT Healerskole,**

Jeff Munk Juel Martinussen,  
Saunte Bygade 14, Saunte,  
3100 Hornbæk,  
4976 5078, jefm@in2spirit.org,  
www.in2spirit.org

**Healerskolen,**

Linnésgade 14, 1.sal,  
1361 København K.,  
7020 9035, mail@healerskolen.dk,  
www.healerskolen.dk

**Dansk Skole for Tankefelt Terapi,**

Heilesen & Mygind,  
Skovbovej 10, Tornby, 9850 Hirtshals,  
9897 8585, lars@mygind.info,  
www.mygind.info

**Clairvoyance Uddannelsen,**

Artemis Maya Fridan,  
Svalevej 22, 2900 Hellerup,  
post@maya-fridan.dk,  
www.maya-fridan.dk

**Søren Winkel,**

Skuderløse Husrække 12,  
4690 Haslev,  
5632 5202, 4074 6605,  
swinkel@worldonline.dk

**Human Education Group,**

David Camacho,  
Skåde Skovvej 7, 8270 Højbjerg,  
2612 4308, info@heg.dk,  
www.heg.dk

**Rosenmetoden,** Bjørn Herold Olsen,

Spergelmarken 10, 2860 Søborg,  
3966 1585, info@rosenmetoden.dk,  
www.rosenmetoden.dk

**YOF Yoga Oplysningsforbundet,**  
Joseph Immanuel Blytner,  
Hiort Lorentzensgade 11 kld.,  
2200 København N.,  
50561357, 22123302, jb@gaiaorg.dk

## **FOREBYGGELSE- & PATIENTGRUPPEN**

**Sundhed for Alle-Patientgruppen,**  
Henning Christensen,  
Johan Krohns Vej 9, 1. lejl. 6,  
2500 Valby,  
3585 6616, 2249 4022,  
henning.christensen10@mail.dk

**Thorshøjgård Støtteforening,**  
Ulrik Irgens,  
Rådyrvænget 1, 3450 Allerød  
4817 4125, ulrik.irgens@get2net.dk

**Fejlbehandlede Patienter,** Birthe  
Lundquist,  
Toftvangen 11, 3200 Helsinge,  
4879 9375,  
fejlbeh.patients@get2net.dk

**Galebevægelsen,** Kaja Garupe,  
Dr. Abildgaards Alle 15, st.tv,  
1955 Frederiksberg C.,  
3535 7750,  
galebevaegelsen@thorvaldsen.dk,  
www.galebevaegelsen.dk

**Center for Sundhed,**  
v/Gunilla Lindroos,  
Englystvej 24, 3600 Frederikssund,  
4731 3108, det\_lille\_kim@sol.dk,  
www.sundbad.dk

**Landsforeningen til Forebyggelse  
af Kræft,** Vagn Skov,  
Torvet 14, Askov, 6600 Vejen,  
75367716, askovhelse@mail.dk,  
www.forebyg.dk

**Biodynamisk Forskningsforening,**  
Jens-Otto Andersen,  
Landsbyvænget 7, Herskind,  
8464 Galten,  
8695 4820,  
info@biodynamisk-forskning.dk

**Vaccinationsforum,** Else Jensen,  
Dønnevældevej 40, 3230 Græsted,  
4839 4062, 4817 0913,  
else@vaccinationsforum.dk,  
www.vaccinationsforum.dk

**Skt Michaels Patientskole,**  
v/ Marianne Schönemann,  
Baumgartensvej 7, 5000 Odense C.,  
6596 3979,  
sktmicptskole@hotmail.com

**Mercurius Therapeuticum,**  
c/o Hans Jørgen Abildgaard,  
Kong Georgs Vej 15 st.,  
2000 Frederiksberg,  
3811 7985,  
annalise.hjertetsvej@paradis.dk

**Inspirations Center Mariebo,**  
Henning Jørgensen,  
Kirkevej 13, Hunseby, 4930 Maribo,  
5478 4400, info@icmaribo.dk,  
www.icmaribo.dk

**Fore. mod skadeligt  
Dentalmateriale,** Inge-Lis Marchant,  
Sandstumpvej 9, 8500 Grenå,  
8632 5765, fmsd@fmsd.dk,  
www.fmsd.dk

### **Viden og Vækst,**

Gunhild Thyra Else Gervin,  
Stolpehøj 76, 2.th, 2820 Gentofte,  
3976 0402,  
gunhildur16@hotmail.com

### **Kundalini Netværk & Information,**

Skye Löfvander,  
Fredsskovhellet 2 G 2. 0021,  
3400 Hillerød,  
4464 0737, skyelof@hotmail.com,  
www.hjem.get2net.dk/kundalini

### **Landsforeningen Røgfrit Miljø,**

c/o Ove Bendtsen,  
Assensgade 12, 5.th.  
2100 København Ø.,  
3542 3463,  
flemming.sandoe@mail1.stofanet.dk,  
www.roegfrit.dk

### **Dansk Vegetarforening,**

Tornestykket 12, 2720 Vanløse,  
7022 4001, dennieroar@mail.tele.dk,  
www.vegetarforening.dk

### **Vegana - Danmarks**

#### **Veganerforening,**

v/ Bent M. Muus,  
Brøndbyøster Torv 6 7.th.,  
2605 Brøndby,  
7020 0510, vegana@bigfoot.com,  
www.vegana.dk

### **ParaDISCO, Kim Hjortholm,**

Vennemindevej 25 4.th.,  
2100 København Ø.,  
7027 1560, pd2005@paradisco.dk,  
www.paradisco.dk

### **Foreningen Antroposofisk**

**Sygehus,** V/Gunilla Lindroos,  
Englystvej 24, 3600 Frederikssund,  
4731 3108, info@sundbad.dk

### **Biodynamisk Jordbrug,**

Frederiksgade 72, B 1.,  
8000 Århus C.,  
8619 9445,  
biodynamisk-forening@mail.tele.dk,  
www.biodynamisk.dk

### **GONG-forening overtoning og**

**lydhealing,** Susanne Eskildsen,  
Sneglebo 1, 4000 Roskilde,  
4636 2888, s.eskildsen@c.dk,  
www.gong.dk

### **LAP, Eva Rasmussen,**

Klingenberg 15, 2th., 5000 Odense C  
6619 4511, lap@lap.dk, www.lap.dk

### **May Day,**

Tamara Thérèsa Mosegaard,  
Rundforbivej 2, Trødrød,  
2960 Rungsted Kyst,  
4499 8889, 2714 0409,  
ttm@mayday-info.dk,  
www.mayday-info.dk

### **BRANCHEGRUPPEN**

### **Miljø- og Jordstråleforeningen,**

Orla Søndergaard Pedersen,  
Ahornvej 2, 9000 Aalborg,  
9813 5564, hj@mj-danmark.dk

### **Dansk Osteopatforening,**

Jaron de Murashkin,  
Rosenvængets Allé 1, 1.th,  
2100 København Ø.,  
4087 6030

**Dansk Forening af Medic.  
Urteterapeuter,**

Janina Maria Sørensen,  
Bohnebakken 17, Tejn, 3770 Allinge,  
5648 0093, 60738431,  
janinaherb@bigfoot.com

**Forening Komplementære  
Terapeuter,** Jette Holm,

Skandrups Alle 10, 3500 Værløse,  
4449 2610, jetteholm@mail.dk,  
www.komplementaerterapeut.dk

**Danske Ernærings Terapeuter,**

**DET,** Anne van der Merwede,  
Pilevej 1, 2970 Hørsholm,  
4586 9955, vandermerwede@mail.dk

**Holistisk Kinesiologiforening, HKF,**

v/Lisbeth Baden Sørensen,  
Assendrupvej 10, Assendrup,  
8732 Hovedgård,  
8653 1171, huana@get2net.dk,  
www.huana.dk

**Healer-Ringen,** v/Anny Petersen,  
Svinget 52, 1 tv., 3060 Espergærde,  
4913 3887, anny@vip.cybercity.dk,  
www.healerringen.dk

**Danske Akupunktører,**

Henrik Jørgensen,  
Nordre Farimagsgade 1 B,  
4700 Næstved,  
5572 1400,  
info@akupunkturcentret.dk,  
www.danske-akupunktoerer.dk

**Den Danske Polaritets Forening,**

Vibeke Lundby,  
Bekkasinvej 9, 8800 Viborg,  
86187773, 28493512,  
info@polaritetsforeningen.dk

**NATURBALANCEHUSETs  
kontaktpersoner**

Valby, Johanne Lohmann,  
2943 3064  
Brøndbyøster, Susan Mai-Li Almbjørn  
3675 4728  
Skovlunde, Inger Rosenvold,  
4491 6331  
Søborg, Gerda Brown,  
3542 8434  
Gørlev, Britta Syren,  
5885 9299  
Odense, Eva Carlsen,  
6595 9745  
Haderslev, Ole Lund,  
7447 2382  
Vojens, Ketty G. Lauridsen,  
7454 0234  
Askov, Vagn Skov,  
7536 1568  
NBH sydvest, Jane Enemark,  
7475 7609  
Ansager, Martin Hansen,  
7529 7261  
Tarm, Johnny Kørvell,  
2427 4313  
Herning, Anni Klint,  
9721 7561  
Randers, Methe Holm,  
8642 6120, 2870 1565  
Kontoret, Lars Mikkelsen  
4828 8700

## Natur - Balance - Husene

Redaktør: Lars Mikkelsen, 4828 8700

Husene er i postnummerorden.

Generelt for alle huse: I de fleste tilfælde gives der **prøver på alternative helsebehandlinger**.

### Vinter/forår 2007:

**Valby**, Medborgerhuset, Toftegårds Plads.

2. torsdage kl.19: Startemne:

8/2 Tarot – et værktøj til selvudvikling,  
Heinz-Erik Bech

8/3 Et harmonisk hjem med Feng Shui,  
Inge Schmidt

12/4 Shamanistisk trommerejse, Pia Ømann

10/5 Hør om psykoterapi, Carsten Andersen

14/6 Hvad er auralæsning og aura,  
Casper Caspersen

www.nbh-valby.webbyen.dk

E 40 kr. Johanne Lohmann, tlf. 2943 3064

**Brøndbyøster**, Kulturhuset Kilden, Nygårds Pl.

Første tirsdage kl. 19.30:

6/2 Oplevelsesaften, generalforsamling

6/3 Konfliktløsning uden stressproblemer?  
Elisabeth Gram og Inge Nielsen

3/4 Biofeedback, Vera H. Marcher

1/5 Tankens kraft, Rebekka Dee Olsen

5/6 Oplevelsesaften

E 40/10 kr. Susan M. Almbjørn, tlf. 3675 4728

**Skovlunde**, Medborgerhus, Bybjergvej 10.

2. onsdage i måneden kl. 19.30. Startemne:

14/2 Hvorfor bliver vi syge? Lene Rødshage

14/3 Psykoterapi og Coaching,  
Thomas Nissen

11/4 Find din kraft,  
Merete Hedegaard Larsen

Gerne en entrégave på 20 kr. Inger Rosenvold,  
tlf. 4491 6331

**Søborg**, Borgernes Hus,

Søborg Hovedgade 79

Mandage kl.19. Indledningsforedrag:

12/2 Klarsynsaften, Marianne E. Gavelkind

12/3 Mennesket – en energivy,  
Pia "Lille krage" Ømann

23/4 Kanaliserede beskeder fra den  
åndelige verden, Juanita Albæk

Gerne en gaveentré på 20 kr. Gerda Brown,  
tlf. 3542 8434. Bus: 42,43, 68. Kørestolsadg.

**Gørlev**, Biblioteket (N. for Slagelse)

Sidste onsdage kl. 19.30:

31/1 Spirituel udvikling, Maritta

28/2 Oplevelsesaften, generalforsamling,  
samt australsk konkylie/koralessens  
Lisbeth Madsen

28/3 Shamanisme, Susanne Garcia

25/4 Foredrag "Rejsen", Gitte Liland

30/5 Oplevelsesaften

E 40/20 kr. Britta Syren, tlf. 5885 9299

**Odense**, Badstuen, Stationsvej 26

Første onsdag i måneden med foredrag kl.19:

7/2 Det spørger på slottet, Martin Hulbæk

7/3 Det søde sunde – glucoernæring,  
Bodil Holling Yttesen

4/4 Den ny tids børn, Ingeborg Hjortsballe

3/5 Miniworkshop med krystaller. Tag gerne  
sten med, Kim Beck

3. onsdag i måneden **prøvebehandlinger**:

21/2, 21/3, 18/4, 16/5

E 30 kr. Eva Carlsen, tlf. 6595 9745

**Haderslev**, Aktivitetshuset, Bispebroen 3

Første onsdag i måneden foredrag/debat kl.  
19: 7/2, 7/3, 4/4, 2/5

7/2 Kroppens erindringer,  
Marianne Bodilsen

Kaffe/té 40 kr. Maren Egtved, tlf. 7457 1226

**Sønderborg**, HK-huset, Møllegade, kl.13-16

E 40/20 kr. Ole Lund, tlf. 7447 2382

**Vojens**, Huset, Danmarksgade 8. Kl. 19

On 24/1 Aften med prøvebehandlinger

To 22/2 Generalforsamling og foredrag om  
shamanisme, Ole Tønder. E 25 kr

To 29/3 Foredrag om "Indigobørn",  
Ingeborg Hjortsballe. E 60 kr

Søndag i april kl. 13 på "Æ Træfpunkt" i

Toftlund med prøvebehandlinger

Ti 22/5 Foredrag: Håndlæsning, Vivi Marold.  
På **Hotel Pauli**, Vojens. E 100 kr.

Lørdag i juni udflygt til et spændende sted

E 50/25 kr. Ketty G. Lauridsen, tlf. 7454 0234

**Askov**, Torvet 14, Askov Helse.  
2. tirsdage i måneden kl.19 prøve-  
behandlinger og korte foredrag:  
9/1, 13/2, 13/3, 10/4, 8/5, 12/6  
Foredragene vil  
kunne ses på [www.kulturnaut.dk](http://www.kulturnaut.dk)  
(Ribe Amt, 6600 Vejen)  
Samt [www.nbhAskov.dk](http://www.nbhAskov.dk)  
E 40 kr. Foredrag 50 kr. Vagn Skov,  
tlf. 7536 1568

**Natur-Balance-Huset Syd-Vest.**  
(Ribe/Tønder/Esbjerg/Bramming/Gørding/  
Bredbro)  
Onsdage kl.19  
Medlemsmøder:  
14/2(gen), 14/3, 11/4, 9/5, 18/7 31/1  
Behandlingsaften i Ribe, Bispegades skole  
28/2 Samme i Tønder, VUC  
28/3 Samme i Esbjerg, Hovedbiblioteket  
25/4 Samme i Gørdig, forsamlingshuset  
23/5 Samme i Bredebro  
E 40 kr. Jane Enemark, tlf. 7475 7609

**Ansager**, Grødevej 8  
Indlæg og derefter prøvebehandlinger kl. 19,  
fredage: 16/2, 16/3, 13/4  
Tilmelding til alle møder  
E 100 kr. Martin Hansen, tlf. 7529 7261

**Tarm**, Tarm Skole Overbygning, Lønborgvej  
Første mandage i måneden kl. 19  
Prøvebehandlinger  
E 50 kr. Johnny Kørvell, tlf. 2427 4313

**Fredericia**, Søndermarken, Prangervej 120  
(i kælderens)  
E 25 Kr. Åse Andersen, 6441 8492

**Herning**, Kulturellen, Nørregade 7  
Mandage kl. 19 Startforedrag og behandling:  
19/2 Lokalisere/opløse blokeringer=energi  
frigives, healing af krop og sind i  
gangsættes, Gunhild Hansen  
19/3 Medfølelse – i hverdagen, Jesper  
Løhde  
16/4 Thaitian Noni juicen's indvirkning på  
kroppen og psyken,  
Agnethe Frederiksen  
23/4 **Temaaften:** Helhed ved brugen af  
Kombucha'en i naturmiljøet -  
til planteavl, fodertilskud, mennesker,  
John Rasmussen  
21/5 The Work/Byron Katie's teorier –  
lev i nuet, Erika Lorentzen  
17/9 Valfart til Hildegard von  
Bingen's kloster, Anna Scheel  
E 50 kr. Anni Klint, tlf. 9721 7561,  
[anik@tdcadsl.dk](mailto:anik@tdcadsl.dk) [www.kulturnaut.dk](http://www.kulturnaut.dk)

**Rønde**  
E 40 kr. Rosa Frederiksen, tlf. 8699 9004

**Silkeborg**, Lunden, Vestergade 74  
E 50 kr. Peer Boeriis, tlf. 8682 8688

**Randers**, Fritidscentret,  
Vestergade 15, lokale 8  
Torsdage kl.19, prøvebehandlinger:  
Indledningsforedrag:  
1/2 Fra stress til flow, Lone Beck Nielsen  
1/3 Regression, Susan Bieber  
12/4 Planeternes kollektive indflydelse,  
Hanne Monrad og Erik Bülow  
10/5 Hypnoterapi, læge Alice Steinov  
E 60 kr. Methe Holm, tlf. 8642 6120, 2870 1565



# Økologi og e-sans

Af Mogens Ehrich og Rita Pommer

Vi har talt i telefonen med 100 personer i Roskilde-området og 25 personer i det vestlige Sønderjylland, bl.a. med spørgsmål om e-sans, økologiske varer og naturmedicin. Ved e-sans forstår vi evnen til at sanse healingsenergi eller lignende, og sædvanligvis viser e-sans sig i en interesse for spirituelle fænomener.

Hvorfor to områder af landet? Vi havde en mistanke om, at folk ville svare forskelligt, men det gjorde de ikke. Da vi ikke kan se nogen forskel, har vi slået tallene sammen.

Interviewet har standardiserede

grundspørgsmål, men når vi mødte svar, der tydede på e-sans, spurgte vi uddybende som det var naturligt for samtalen. Det var vigtigt for os at få et klart JA eller NEJ til oplevelsen af e-sans, og det fik vi fra de fleste. Nogle få, der tydeligvis ikke havde e-sans, fandt interviewet så lidet inspirerende, at det oplevedes uhøfligt at spørge uddybende, så det gjorde vi ikke.

Vi spurgte alle "foretrækker du økologiske eller traditionelle varer?" og "Hvad mener du om naturmedicin over for medicinalindustriens medicin?" Resultatet ses i tabel 1 og 2.

Tabel 1

Foretrækker du økologiske eller traditionelle varer?	foretrækker økologiske varer		ved ikke, eller ingen forskel		foretrækker traditionelle varer		i alt	
	antal	procent	antal	procent	antal	procent	antal	procent
uden e-sans	32	33%	29	30%	36	37%	97	78%
med e-sans	15	54%	9	32%	4	14%	28	22%
i alt	47	38%	38	30%	40	32%	125	100%

Tabel 2

Hvad mener du om naturmedicin over for medicinalindustriens medicin?	foretrækker naturmedicin		ved ikke, eller ingen forskel		foretrækker medicinalindustriens medicin		i alt	
	antal	procent	antal	procent	antal	procent	antal	procent
uden e-sans	27	28%	27	28%	43	44%	97	78%
med e-sans	15	54%	7	25%	6	21%	28	22%
ialt	42	34%	34	27%	49	39%	125	100%

## Om e-sans

22 pct. havde e-sans, og vi har tidligere fundet, at omkring 90 pct. af medlemmerne i LNS har det.

Vi hørte, hvor vidt forskelligt e-sans ytrer sig hos de forskellige interviewede. En blev meget varm, når hun fik healing, og havde ellers ikke noget at berette. En anden kunne mærke, hvilke kvaliteter andre mennesker har. En tredje var så følsom for en lang række forhold, at det var et praktisk problem, hun ikke havde styr på. En femte kendte det fra, at når en voldsom oplevelse var under opsejling, fornemmede han det typisk nogle minutter før der skete, og han havde flere gange nået at træffe sine forholdsregler før hændelsen. En femte oplevede helligåndsenenergiene i kirken, men havde ellers ikke lagt mærke til noget. Når vi så snakkede om det og fortalte lidt om, hvordan andre oplever det, kunne de fleste godt genkende noget af det, men havde bare ikke tænkt over det på den måde. Nogle var ved samtalens begyndelse ikke klar over, at de havde e-sans, og enkelte takkede for at være blevet gjort opmærksom på det.

Meget få af de interviewede var altså klar over rækkevidden af deres kunnen. De drog derfor ikke de fordele deraf i dagligdagen, som de sagtens havde kunnet. Indtrykket var, at de ikke talte med ret mange om det. For nogle var det et tabuemne på arbejdsplads og i familie, mens det for andre ikke var tabuemne. Uanset om det var tabu eller ej, var det et tydeligt indtryk, at det ikke var noget, man gravede i, måske fordi det ikke

var god tone, og i hvert fald ikke noget, man talte med hvem som helst om.

Intet har tydet på, at der er forskellige slags e-sans. De to eneste egenskaber, der synes at være forskel på, er graden af sensitivitet og de oplevelsesområder, hvor e-sansen først viser sig hos den enkelte.

Disse observationer er nok værd at diskutere.

Det er en ny viden, at mennesker kan skilles i dem med e-sans, og dem uden, og det er derfor ikke kendt blandt folk. Derfor er det ikke gennemskueligt for dem med e-sans, at de kan slutte sig sammen med ligestillede. Derfor gør de det ikke på den måde, men at trangen er der, ses af de mange institutioner og organisationer, der trives inden for det spirituelle. Det er vidt forskelligt hvor klart de melder ud, at det drejer sig om noget spirituelt. F.eks. gør LNS det nærmest slet ikke, og har alligevel tiltrukket spirituelt orienterede medlemmer.

Det er tydeligt, at det spirituelle miljø er meget fragmenteret. Vi spurgte ikke de interviewede om deres medlemskaber.

E-sans er fællesnævner for fragmenterne. Hvis man ved undervisning optræner forskellige anvendelser af e-sansen, så er det derfor de samme færdigheder, forskellige mennesker med e-sans kan lære, og det er stort set de samme fænomener, de vil opleve i den indre verden. Mange erfaringer understøtter denne påstand, og derfor er der heller ingen, der har fæstet tvivl derved.

Denne viden giver et grundlag for at samordne de fragmenterede aktiviteter inden for det spirituelle, et grundlag man ikke har haft. Det kan der være mange gode grunde til at gøre, for de e-sansende har en lang række typiske problemer, hvis løsning behøves fælles indsats. Et af de mest banale problemer er, at e-sansende typisk hver for sig har oplevet sig som uspecifikt anderledes end andre mennesker, hvilket får mange til at opleve sig som "forkerte". Det problem må kunne løses ved oplysning om, at vi er mange, og at vi ligner hinanden. Vi er nødt til at slutte os sammen for at have kræfter til denne oplysningsaktivitet, i det mindste bevidsthedsmæssigt.

Det må her være rigtigt at formulere en varm hilsen til de medlemmer af LNS, der ikke har e-sans eller ikke ved, om de har det, netop fordi I er så få af os. For LNS må det være en forpligtelse at varetage større medlemsgruppers interesser, og de e-sansende udgør en virkelig stor gruppe. Forhåbentlig bliver I støttet af LNS på anden måde. I kan utvivlsomt noget andet, og vi glæder os over, at I også er her, måske som en slags repræsentanter for samfundsflertallet, til gavn for debatten. E-sans fremmer et holistisk sindelag, som giver rum for alle, så I får ingen problemer med de e-sansende i LNS, og for resten er det en udbredt opfattelse blandt e-sansende, at alle kan og vil udvikle e-sans før eller siden. Disse sidstnævnte vil naturligt opfatte jer som potentielt e-sansende, hvilket I forhåbentlig opfatter positivt, og i øvrigt helt uforpligtende for jer!

## Om økologi

Det fremgår af tabel 1, at flertallet af de e-sansende foretrækker økologiske varer, mod kun hver tredje af de andre.

Det fremgår ikke, hvorfor det forholder sig således, men at det ikke er en tilfældighed støttes af tabel 2, der viser, at det forholder sig ligeså med naturmedicin.

Ved studiet af data fandt vi også, at de fleste e-sansende, der foretrækker økologi, også har en forkærlighed for naturmedicin og omvendt. For dem synes det at være to sider af samme sag. Omvendt kan man for de ikke-e-sansende ud fra forkærlighed for økologi ikke vide, om der også er forkærlighed for naturmedicin, og omvendt. For dem synes det at være to adskilte emner.

## Hvilken forståelse kan vi få ud af det?

Må vi ud fra disse data tro, at de fleste e-sansende har en mere bevidst holdning til økologi og naturmedicin end andre? Det er værd at undersøge nærmere.

Kunne det tænkes, at det er de mest bevidste forbrugere, der i forgangne år har efterspurgt økologiske varer, indtil butikkerne fandt ud af at sørge for at have dem? Hvis det er sådan, det hænger sammen, så er det folk af samme slags som LNS-medlemmerne, der har skabt den økologiske bølge, der nu går over landet.

Kan vi deraf uddrage, at det nytter at stå sammen om en god sag?

Hvilke andre forbruger-sager

ønsker vi at fremme?

En af sagerne drejer sig om at få adgang til den naturmedicin og de kosttilskud, vi ønsker at bruge. Lovgivningen er gået os stærkt imod i de seneste år. Mange medlemmer har sagt, at de selv er gode til at mærke, hvad de har brug for at spise, og hvad der er godt for dem, og mener det skyldes deres e-sans. Så er det ærgerligt, hvis varerne er forbudte.

Er det sandt, at e-sansende bedre end andre kan mærke, hvad der er godt for dem?

Hvis det er sandt, så har e-sansende en fordel på det punkt, men også et problem, hvis de ikke må købe det, de har særlig grund til at foretrække.

Heldigvis lægger indtil videre ingen lovgivning bånd på anvendelsen af økologiske varer.

Et lille forskningsprojekt har her givet os en øget viden om folk med e-sans. Det giver LNS et mere sikkert grundlag at handle ud fra, men vi har stadig brug for mere præcis viden. Der er derfor god mening i at fortsætte denne slags undersøgelser.



# LNS i fremtiden

Af Ole Hjort

LNS' formål er en abstrakt ramme, der kan udfyldes på mange måder. Der kan være mange meninger om, hvordan det gøres bedst i praksis, og i opløbet til en generalforsamling er det naturligt at gentænke.

Målet med en forening er, at mennesker med en fælles interesse eller et fælles mål kan forbinde sig til hinanden og det fælles interessefællesskab via foreningen.

De forskellige aktiviteter inden for de fælles rammer er en vigtig faktor, for at foreningens liv kan blomstre og gro.

## Vi ser LNS som:

**Et socialt samlende organ** – LNS opfylder en væsentlig opgave ved fortsat at udvikle sig for mennesker med et holistisk livssyn og med ensans. LNS vil på den baggrund kunne medvirke til, at de livssyn, som LNS's medlemmer deler, giver grobund for socialt samvær på tværs af geografiske, sociale og etniske forskelle. Det er at formidle grundtonen i medlemmernes virke i deres daglige indsats fra medlem til medlem. Det er når dette lykkes, at det socialt samlende opleves.

**Et identitetsskabende forum** – Når man er sammen med mennesker, der

deler ens grundlæggende livssyn, kan det være meget givende at opleve ens egne aktiviteter i forhold til, hvad andre gør. Viden om hinandens aktiviteter giver et tydeligt identificerbart forum for os som medlemmer.

**Et forskningscenter** – for naturterapeutiske undersøgelser inden for det holistiske sundhedssystem, hvor både medlemmernes erfaringsopsamling og grundforskning kan berige hinanden. LNS har gode muligheder for at gøre sig gældende via sin aktive repræsentation i Vifab og via egne undersøgelser. Temadage og spørgeundersøgelser har afgørende afsløret en del af medlemmernes fælles interesser og evner, og denne nødvendige aktivitet bør styrkes.

**En debattør i det offentlige rum** – der aktivt søger medindflydelse i samfundets besluttende fora og institutionelle magtcentre. LNS har altid været repræsenteret i nøglesammenhænge, men gennemslagskraften har skullet ses over mange år, hvilket bør forbedres.

**En brobygningsorganisation** – der fortsat sikrer forbindelse til andre dele af samfundet via fællesaktiviteter og udbygning af samarbejdsflader med både bredde og dybde til de øvrige aktører i og uden for det samlede sundhedssystem.

Hvis en forening skal tilgodese sine medlemmer, så de inden for de fælles rammer kan opleve samvær, støtte og udvikling, må der skabes en mål-sætning, der kan være med til at kalde på og videreformidle de enkelte medlemmers indsats og bidrag. Derfor vil bestyrelsen gerne pege på nogle områder, som vi kunne vælge at videreudvikle til gavn for de medlemmer, der er behandlere eller undervisere.

**En brancheforening** – LNS kunne have fordel af i højere grad end i dag at være en brancheforening for dem, som dette er relevant for, dvs. fagligt repræsentere medlemmer under angivelse af, at de har e-sans som kompetence, og hvor behandler-medlemmerne bruger e-sansen som et væsentligt eller afgørende element i behandlingerne. LNS har allerede med oplægget til branchecertificeringen bevæget sig væk fra den almindelige vej for også at have medlemstilbud og handlinger som en brancheforening. Branchecertificering er en overordnet kvalitetssikring af en kliniks eller en skoles daglige driftsforhold – ikke dens indhold, formål eller menneskesyn. Hermed menes, at LNS, som ISO-certificeret forening, har mulighed for at tilbyde en lignende, men mere enkel og mindre bureaukratisk form for certificering. Hvis branchecertificeringen blev suppleret med en tilsvarende kvalitetssikring af de uddannelsesmæssige forudsætninger for klinik- eller skoledrift, ville det samlede faglige tilbud, som LNS

kunne tilbyde sine medlemmer være meget attraktivt.

LNS har udarbejdet et forslag til kvalitetshåndbog for en klinik med flere behandlere, og der efterlyses en eller to klinikker, der har lyst til uforpligtende at afprøve konceptet.

**RAB-tilbygning** – LNS er i kraft af sine medlemmers samlede viden og færdigheder en uddannelses- og kompetencegivende naturterapeutisk ressource. LNS kunne vælge at udvide sit uddannelsesstilbud til at supplere den enkelte medlemsskoles uddannelsesstilbud med en valgfri RAB-tilbygning. Et uddannelsesstilbud i den naturterapeutiske verden er oftest bygget op omkring et metodisk hovedkoncept. Det kan have været en livslang rejse for stifteren af et sådant tilbud overhovedet at være nået til at have sammensat et kommunikerbart forløb, og det er de færreste der i den situation har kræfter til at tilføje en supplerende bredde eller undersøge, om der er sammenlignelige tilbud, der kunne føje et eller flere elementer til det samlede uddannelsesstilbud. Samordning kunne derfor være en styrkelse af mange af vore medlemsskoles tilbud, hvor medlemsskolen fortsat kunne sælge sit kernetilbud og samtidig tilbyde de elever, der ville ønske at blive RAB'er, at en sådan tilbygning også ville være mulig.

Det er bestyrelsesmedlemmernes ønske, at LNS fortsat udbygger rammer, der er kommunikerbare, stabile,

langsigtede og målsætningsmæssigt i overensstemmelse med nuværende og kommende medlemmers primære behov.

Med dette 7 punkts oplæg håber vi at kunne bidrage til alle vore medlemmers overvejelser og skabe baggrund for en god debat på den kommende

generalforsamling om LNS's fremtidige mål og rammer – til glæde og gavn for rigtig mange mennesker.

Bidrag til debatten, fx mails, publiceres på hjemmesiden sammen med dagsordenen før generalforsamlingen.

## Kontingenter i 2007

### En orientering fra bestyrelsen

#### Hvad får du som medlem for kontingentet?

Du får stemmeret ved generalforsamlingen, hvis du har betalt årets kontingent og har været medlem mere end en måned.

Du kan vælges til tillidsposter på generalforsamlingen og vælges til andre slags tillidsposter af bestyrelsen. Hvis du er medlem af en medlemsorganisation, som abonnerer på Natur Helse til dig, så kalder vi dig "kollektivt medlem", og også du er valgbar til tillidsposter, men har ikke stemmeret til generalforsamlingen. En pudsig konsekvens heraf er, at LNS har et bestyrelsesmedlem med stemmeret i bestyrelsen, men ikke på generalforsamlingen.

Hvis du ikke kan møde op på generalforsamlingen og bruge din stemmeret, kan du give en anden stemmeberettiget fuldmagt til at stemme på dine vegne. Ingen kan dog medbringe mere end to fuldmagter.

Derudover får du som

udgangspunkt for dit kontingent frugterne af det frivillige arbejde, som bestyrelse og tillidsrepræsentanter gør for dig. Jo flere dygtige medlemmer, der er med til at løfte dette arbejde, jo mere får du.

Du kan selv bidrage med artikler til Natur Helse og derved være med til at sætte dit præg på medlemsbladet. Desuden er LNS's webside efterhånden så udbygget, at du om ønsket kan få et link til din egen webside.

I årenes løb er arbejdet kommet ind i stabile rammer, og foruden det nødvendige faste møde- og sekretariat-sarbejde er der disse **faste opgaver**:

- At udgive Natur Helse 3-4 gange om året.

- At repræsentere LNS i SRab (Sundhedsstyrelsens Råd for alternativ behandling).

- At repræsentere LNS i bestyrelsen for ViFAB (Videns- og Forskningscenter for Alternativ Behandling).

- At repræsentere LNS i NSK (Nordisk SamarbejdsKomite)
- At repræsentere LNS i brobygnings-samarbejdet med andre organisationer i den alternative branche.
- At gennemføre mindst én medlems-tilfredshedsundersøgelse om året.
- At ajourføre listen over medlemmer i terapeutgruppen og sende den til Koda en gang om året.
- At ajourføre listen over organisationsmedlemmer til NaturHelse og LNS-hjemmesiden.

Udover dette er der disse hyppige **ad hoc opgaver:**

- At udsende et Nyhedsblad per mail, når medlemmerne skal holdes ajour med den løbende udvikling,
- At arrangere et Christiansborg-møde, når en sag fortjener at blive fremmet politisk.
- At arrangere en temadag, når der er anledning til at søge medlemmernes meninger og holdninger afdækket, så vi kan vide, hvordan vi kommer videre.

Vi forsøger endvidere at udbygge vore aktiviteter over for de politikere, som vi mener er ansvarlige for aktuelle områder inden for den holistiske sundhedssektor.

Som du ser her, er meget af arbejdet langsigtet; noget med i forskellige

kontaktflader at holde fast i de sager, der betyder noget for naturterapien, så resultater kan opnås ad åre, når tiden er blevet moden. Det er en sej, vedvarende proces, men LNS har i sine 27 år fået meget flyttet. Du får altså meget mere for kontingentet, end du umiddelbart oplever, og det håber bestyrelsen naturligvis, at du alligevel er taknemmelig for. De langsigtede tiltag betyder mere for organisationerne end for enkelt-medlemmerne, og organisationernes kontingenter er da også større. Nedenfor uddybes de særlige forhold i forbindelse med KODA og Gramex samt kontingentændringer indført i år for organisationsmedlemmerne.

## **Om licens til Koda og Gramex:**

Dette drejer sig om musik til erhvervsbrug. Alle medlemmer af terapeutgruppen er omfattet af LNS aftalen med KODA og Gramex fra det tidspunkt, hvor de indmelder sig i gruppen. Det er underordnet, om det enkelte medlem spiller musik i egen klinik, i lejet lokale etc., men for et medlem, der samtidigt har klinik to steder, kræves der to licenser. Retten til at spille musik er knyttet til det enkelte medlem, og de vil, så længe de er medlem, og aftalen er i kraft, være omfattet af denne. Hvad angår musik i skolerne er en principiel sondring mellem musik til undervisning og underholdning central. Der opkræves ikke vederlag for

den musikanvendelse, der finder sted i forbindelse med undervisningen. Derimod er musikanvendelse til underholdning betalingspligtig. Dette kan være som baggrundsmusik til behandlinger, i pauser, til caféarrangementer, fester mv. En skole med behov for en licens tilknyttes terapeutgruppen. Brancheforeningen for komplemen-

tærterapeuter har via LNS licens for alle sine medlemmer. Foreningen betaler LNS 300 kr. per medlem per år for licens via LNS. LNS sørger for, at medlemmerne bliver registreret hos KODA og sørger for at betale til KODA og Gramex. Andre brancheforeninger kunne utvivlsomt opnå samme ordning.

## Kontingenter gældende for 2007

Medlemstype	Opkrævning Pr. år	Blad & Nyhedsbrev	Stemme Gen.For.	Koda & Gramex	Pris
Personligt medlem	1	ja	1		200,-
Medlem af terapeutgruppen, inkl. licens til Koda og Gramex	1	ja	1	ja	700,-
Skole	1	ja	1		600,-
Skole med licens til Koda og Gramex	1	ja	1	ja	900,-
Brancheorganisation, forening	1	ja	1		600,-
Erhvervsmedlem	1	ja	1		600,-
Forebyggelse & Patientorganisation	1	ja	1		600,-
NaturBalanceHuse, kontingent samlet	1	ja	1		600,-
Koda og Gramex, per hus	1	ja*	1*	ja	300,-
Kollektivt medlem, per NaturHelse	1	ja	0		15,-
Bladabonnement	1	ja	0		150,-

Ved indmeldelse eller ændring af medlemsskab i årets løb betales for indværende kvartal samt efterfølgende kvartaler.

\* Hvis huset har kollektivt bladabonnement til medlemmerne.

## Ændrede kontingenter for organisationsmedlemmer

Vi opdeler fra 2007 kontingentet for en organisation i et grundkontingent på 600 kr. plus et kontingent for brancheorienterede tiltag.

Tidligere generalforsamlinger fastsatte det hidtidige kontingent på 1100 kr. eller 850 kr. per år ud fra en for-

ventning om at kunne yde forskellige services, men bestyrelsen mødte vanskeligheder ved at følge op på de gode hensigter. Ved samtaler med medlemmer er det blevet klart, at det er temmelig individuelt, hvilke ydelser de enkelte organisationsmedlemmer kan have gavn af. Den naturlige konsekvens er da at fastsætte et grundkontingent, suppleret med et

kontingent for eventuelle særlige ydelser. Generalforsamlingen i 2006 bemyndigede bestyrelsen til denne disposition, hvilket hermed er sket. Hvad der her umiddelbart præsenterer sig som en kontingentsænkning, kan altså med tilvalg i stedet blive til et større kontingent. Bestyrelsen vil gøre sit bedste, for at det samlede kontingent for de fleste organisationsmedlemmer bliver større.

### **De næste branche-relevante tiltag:**

Skolerådet har talt med en række skoler om, hvordan LNS kan samordne og servicere skoleområdet. Fælles i mange skolars ønsker er at blive præsenteret på Internettet sideordnet med de andre skoler og med en udførlig beskrivelse af deres kursus tilbud, samt hvilke kompetencer de tilbyder eleverne. Supplerende oplever de et behov for at have en oversigt over indsamling af elevudtalelser, f.eks. forudsætninger og forventninger før kurset, med opfølgning nogle uger efter kurset om, hvad

eleverne så syntes, de fik ud af det. Elevudtalelserne skulle registreres over nettet og opgøres, så de blev sammenlignelige med de andre skolers elevudtalelser.

Dette vil LNS gerne forsøge at etablere i det kommende år, selvom det teknisk set kan vise sig at være en kompliceret opgave. Det giver god mening at løse denne opgave, idet LNS har mange skolemedlemmer, og det er vanskeligt at forestille sig, hvem der ellers skulle tage denne sag op, hvis ikke LNS. Det ville f.eks. være vanskeligt at initiere det fra skolerne selv.

Naturligvis bliver der knyttet et særligt kontingent til ordningen.

Når dette tiltag på et tidspunkt er lykkedes, vil det være helt naturligt at etablere en overbygning bestående i en branchecertificering eller en egentlig ISO 9001 certificering for de skoler, der ønsker det.

Hvilke services de andre medlemsgrupper kunne have særlig glæde af, er vi ikke færdige med at undersøge. Vi hører i øvrigt meget gerne vore medlemmers uopfordrede forslag.

## Announce:

Lokale søges til undervisning og terapi  
2-3 gange ugentl. om aftenen.

Kan vi dele butik, klinik, behandlerrum e.l. i København?

Kontakt Charlotte på [charlotte35@mail.dk](mailto:charlotte35@mail.dk)

# Alting er i evig bevægelse

Af Vera Marcher



**”Plejer er død”.** Det var min mormors finurlige svar, når jeg som barn, mod forventning, ikke fik min vilje, eller tingene ikke gik som forventet. I dag vil jeg nok udtrykke mig på en lidt anden måde, selvom mormor et eller andet sted havde ret. For alting er ikke, som det plejer at være. Intet er som det var lige før. Hvis der ingen forandring var, ville alt liv stå stille. Yin og yang i det store univers og i alt levende er i evig forandring.

**Der er nuet,** som vi hver især skal forholde os til og lære at respektere

og værdsætte. Det ser ud til at være lidt svært frivilligt at give sig selv et moralsk skub, erkende sine fejl og følgerne deraf og komme videre med god samvittighed og gode hensigter. Resultaterne bliver derefter, kosmisk, åndeligt og naturnødvendigt, som det i menneskehedens historie er kendt i form af krigeriske kampe, epidemier og naturkatastrofer. Klimænderinger.

**Måske er istiden** endnu over os. Måske vil den globale opvarmning påvirke temperaturniveauet mellem nord og syd. Måske er det i grunden ikke så galt, hvis vi i norden får et

klima, der ligner det, der florerede i tidligere tider. Og dog er det efterhånden enhver bevidst, at mennesker over alt på kloden har hjulpet naturen lidt på vej og bærer en stor del af (mis)æren for de tilsyneladende uforklarlige og til tider voldsomme forandringer.

**"Vi må følge udviklingen"**- siger vi. Heri ligger også mindre flatterende handlinger og betydninger gemt: at de svage bukker under for de mindre svage, den der råber højest kommer først, og kapitalen bestemmer i høj grad, hvilken vej det skal gå, såvel i alverdens lande som i naturen og i mennesket selv.

**"Måske får vi ingen vinter i år"** erindrer jeg i de senere år som en vittighed ved vintertide, når sne og frost udeblev, og først kom i det tidlige forår. Nu er det tilsyneladende en realitet. Røde hindbær på buske der burde stå i skjul af sne. Fuglesang ved vintertide.

Ligeså når det længe ventede forår pludselig brød igennem og var pist væk efter 2 dage – hvorpå sommerens første hedebløge var over os.

**Intet er aldrig som det plejer!** Vi må kigge i kalenderen for at konstatere, at tiderne skifter. Vi har stadig jævndøgn, hvor dag og nat er lige lange, solhverv med den korteste og længste dag på året. Tidevand der stiger og falder, fugletræk der tiltager og aftager på ubestemt tid, og aldrig der sniger sig ind på os i henhold til naturloven, mens børn fødes og sjæle stiger op. Tiden går alle døgnets 24 timer, og klokken slår. Årstiderne kommer og går, når de

skal. Vi føler det bare anderledes, end vi plejer van!

**Vi kan præge** vor daglige tilværelse, som præges af vore handlinger, som altid er under påvirkning, og der er lige så mange, som der er individer på jorden. I denne forbindelse kommer jeg i tanke om et lille rim fra LO-Kultur i 1989. Det er stadig aktuelt, også i LNS regi! Det hedder **"Om at ta' det"**:

Det er sandelig ikke nemt at ta' let på det. Men at ta' det for tungt går slet ikke. At ta' det som det kommer, kan man komme galt af sted med, og så kommer man ingen vegne. Måske kan man i virkeligheden ikke ta' det. Så må man ta' det med fatning.

Nu udviklingen for eksempel. Kan man ta' den med ro? Den har det med at ta' overhånd. Det eneste man får at vide om den er, at man ikke kan stå eller gå imod den. Tiden kan ikke skrues tilbage. Man er nødt til at tro på fremskridtet hvad skulle man ellers tro på? Man må ta' det i stiv arm.

Nu LNS for eksempel. Nogen må ta' hånd om det nogen må ta' et ansvar på sig nogen må ta' hånd i hanke og alle må ta' en tørn. Det ta'r sin tid alt sammen mens nogen ta'r for sig nogen ta'r ved lære nogen ta'r til takke og nogen er nødt til at ta' skraldet.

Godt nytår fra Vera Marcher

Returneres ved vedvarende adresseændring til:  
Rita Pommer, Bækkevang 51, 2800 Lyngby



LNS

## **ordinær generalforsamling**

**lørdag 31. marts 2007 kl. 14**  
**Valby Medborgerhus,**  
**Valgårdsvej 4, 5. sal**  
**v. Toftegårds Plads,**  
**tæt på Valby St.**

**Dagsorden iflg. vedtægterne**  
**Adgang for medlemmer**

**Der indledes med korte foredrag**  
**bl.a. om status for skolesamarbejde og forskningen i e-sans.**  
**Se det fulde program på hjemmesiden [www.lnsnatur.dk](http://www.lnsnatur.dk)**

**Forslag sendes til bestyrelsen senest 28. februar.**  
**Email: [ohjorth@gmail.com](mailto:ohjorth@gmail.com) – Tlf. 29 63 16 53**

**Vel mødt!**  
**Bestyrelsen i LNS**