

Freundeskreis Naturheilkunde

Jahresprogramm 2026

Sich wohlfühlen, im Gleichgewicht sein und die eigene Gesundheit bewusst begleiten – das wünschen sich viele Menschen. Natur- und Erfahrungsheilkunde eröffnen dafür ganzheitliche Wege und praktische Anregungen für den Alltag.

Der Freundeskreis Naturheilkunde lädt auch 2026 zu Vorträgen, Workshops und Begegnungen ein. Die Veranstaltungen vermitteln Wissen, geben Impulse und machen Zusammenhänge verständlich – von Heilmitteln und Prävention bis hin zu aktuellen Gesundheitsthemen.

Im Mittelpunkt stehen der Austausch und die Möglichkeit, sich informiert und eigenverantwortlich mit Gesundheit auseinanderzusetzen. Das Angebot richtet sich an alle Interessierten, unabhängig von Vorkenntnissen.

„Natürlich gesund“ - Highlights für Gesundheitsinteressierte!

Apitherapie – Die Heilwerte aus dem Bienenvolk und ihre Bedeutung für die Gesundheit!

Referent: Rainer Krüger

Donnerstag, 29.01.26, 19.30 Uhr

Stress? Muss nicht sein!

Gelassenheit ist möglich – denn wir haben mehr Einfluss, als wir glauben.

Referentin: Christina Leser

Donnerstag, 26.02.26, 19.30 Uhr

Omega-3-Fettsäuren – der Schlüssel zur Gesundheit?

Unser Darm ist mehr als nur ein Verdauungsorgan – er ist die zentrale Schutzbarriere unseres Körpers.

Referent: Michael Tholen
Donnerstag, 26.03.26, 19.30 Uhr

**Das Sound Bath
eine Meditations- und Klangreise, die Körper, Geist und Seele in
tiefe Harmonie bringt**

Kennenlernen-Workshop mit Ingrid Künstler
Freitag, 17.04.26, 18.00 Uhr

**„Du bist, was du denkst - immer“
Die Macht deiner Gedanken!**

Referent: Joe Orszulik
Donnerstag, 23.04.26, 19.30 Uhr

**Ganzheitliche Fußgesundheit und Entspannung
Unsere Füße sind unser Fundament und tragen uns durchs Leben**

Referent: Andreas Stöffler
Donnerstag, 21.05.26, 19.30 Uhr

**Von Stress und Unruhe zu Stärke und Resilienz
Erlebe Kinesiologie als Weg zu mehr Leichtigkeit & innerer Balance**

Referentin: Marina Seehuber
Donnerstag, 25.06.26, 19.30 Uhr

**Energie-Parcours
Frische Energie in 5 Minuten**

Rundgang mit Einweisung in den Parcours: Carina Mattusek
Donnerstag, 23.07.26, 19.30 Uhr

**Das Gesicht - Spiegel der Gesundheit
Was hat sich verändert und was sagt das aus?**

Referentin: Heike Leonhardt
Donnerstag, 24.09.26, 19.30 Uhr

Vagus-Meditation

Tiefe Entspannung und innere Ruhe erleben

Referentin: Birgit Schnack-Iorio

Donnerstag, 22.10.26, 18.30 Uhr

Digitale Zeiten - Faszination oder Risiko?

Wie Mediennutzung uns beeinflusst und was wir tun können

Referentin: Kerstin Fehst

Donnerstag, 26.11.26, 19.30 Uhr

Veranstaltungshinweise

Die Vorträge finden in Mutlangen im Konferenzsaal des Stauferklinikums, Wetzgauer Straße 85, statt. Der Eintritt bei den Vorträgen ist frei.

Eine detaillierte Programmbeschreibung finden Sie zum Zeitpunkt der Veranstaltungen auf der Webseite www.freundeskreis-naturheilkunde.de.