

# Naturheilkundliche Thementage



**Frühjahr 2025  
vom 03. bis 05. April**

*Gesunder Schlaf –  
gesundes Leben!*

*Ursachen und Behandlung  
von Schlafstörungen  
in der Naturheilpraxis*



Heilpraktikerverband  
Bayern e.V.



# Naturheilkundliche Thementage

## *Gesunder Schlaf – gesundes Leben!*



### **Online Vortrag, Donnerstag, 3. April 2025**

.....

**OS1 18:30 – 20:00 Uhr**

#### **Schlaf – seine Bedeutung, Eigenschaften und Funktionen**

**Referent: Herr Markus Treichler (Arzt), Nehren**

Wir schlafen ca. ein Drittel unserer Lebenszeit. Ist das eine „verschlafene“, eine versäumte Zeit, mit der wir etwas Besseres anfangen könnten, wenn wir nicht schlafen würden? Nein!

Schlaf ist notwendig – und wenn es Schlaf nicht gäbe, müsste man ihn erfinden, so sinnvoll und nützlich ist er für unser ganzes Leben. Dies soll in verschiedenen Zusammenhängen in dem Vortrag ausgeführt werden.

### **Online Vorträge, Freitag, 4. April 2025**

.....

**OS2 16:30 – 18:00 Uhr**

#### **Schlaf, Kindlein, schlaf!**

**HP Christiane Mathis, Darmstadt**

Wenn Kinder schlecht ein- oder durchschlafen und tagsüber vielleicht müde, unkonzentriert und dünnhäutig sind, kann das Familien schnell belasten. Wir wollen Kinderschlaf und damit auch Elternschlaf gemeinsam betrachten.

Was ist ein gesunder Kinderschlaf? Was braucht ein Kind für Rahmenbedingungen, um gut schlafen zu können? Wann ist Schlafverhalten auffällig und wann sollten Eltern den Kinderarzt aufsuchen? Gibt es im Alltag sanfte naturheilkundliche Unterstützungsmöglichkeiten und wo liegen deren Grenzen? Diese und weitere Fragen wollen wir gemeinsam betrachten.

**OS3 18:30 – 20:00 Uhr**

## **Psyche, Schlaf & Regeneration**

**Herr Florian Schimmitat (Apotheker), München**

Schlafstörungen sind besonders in den letzten Jahren, häufig das Resultat von entzündlichen Prozessen, als deren Folge eine Neuroinflammation entstehen kann und deren Ursache wiederum immer häufiger auf ein Long Covid bzw. Post Vacc Syndrom zurückzuführen ist, das nicht vollständig ausgeheilt wurde. Häufig führt das zur Mitochondriopathie, welche sich klinisch als chronisches Erschöpfungssyndrom manifestiert. Somit sollte am Anfang der Behandlung die Leitsymptomatik Schlafstörung stehen, zu der parallel die Mitochondrientherapie und zuletzt eine Darmsanierung als Ursachentherapie hinzu kombiniert werden kann. Im Vortrag werden zu den einzelnen Therapieabschnitten Konzepte und Rezepturen der Homöopathie, Phytotherapie und orthomolekularen Therapie praxisnah vorgestellt.

## **Präsenz-Workshops, Samstag, 5. April 2025**

.....

**Ort: Heilpraktikerverband Bayern e.V.,  
Baumkirchner Straße 20, Rückgebäude,  
81673 München**

**Vormittags 09:00 – 11:30 Uhr**

## **Manuelle Manipulation zur Schlafförderung**

**HP Renate Meier, München**

**A** Gezeigt werden sanfte osteopathische Behandlungen für den gesamten Nacken- und Schulterbereich sowie den Rücken. Durch angeleitete eigene Übungen des Patienten – sozusagen als Hausaufgabe – soll das Ergebnis einer erfolgreichen osteopathischen Manipulation möglichst lange erhalten bleiben.

Diese spezifischen Körperübungen sollten in der Praxis kontrolliert eingeübt werden. Ergänzt durch zusätzliche Entspannungsübungen können wir den Patienten unterstützen, schmerzfreier und relaxter zu sein und so zu einem besseren Schlaf verhelfen.

.....

## **Aus der Praxis für die Praxis – Gesundheitsfaktor Schlaf Gut geschlafen heute Nacht?**

**HP Bernadette Epp-Woehrl, Augsburg**

**B** Ursachen für Schlafprobleme gibt es viele – und wir decken in diesem Workshop die meisten Störfaktoren auf. Genauso vielfältig sind allerdings auch die Behandlungsmöglichkeiten und Sie erhalten verschiedene Lösungsansätze für einen gesunden und erholsamen Schlaf: Von sanften Einschlafhilfen,

naturheilkundlichen Rezepturen, allgemeinen Schlafregeln und den hilfreichen „Nachttechniken“ bis hin zu Atemübungen und der erfolgreichen NADA-Akupunktur.

**Nachmittags 12:15 – 14:45 Uhr**

## **Den Seinen gibt's der Herr im Schlafe**

**HP Bernd Hertling**, Grafing bei München

**C** Offenbar ist es in unserer Gesellschaft nicht die Norm, dass man ausgeschlafen an sein Tagewerk geht – dabei kommt es beim Schlaf weniger auf Quantität als auf Qualität an. Im Verlauf dieses Workshops erfahren wir einiges über verschiedene Schlaftypen, über die Bedeutung des Schlafs für unsere Gesundheit und vor allem, wie wir als Heilpraktiker mit pflanzlichen und anderen Mitteln unseren Patienten auf dem Weg zu einem gesunden, erholsamen Schlaf helfen können.

.....

## **Progressive Muskelentspannung nach Jacobson – zum Kennenlernen**

**HP Silke van Loo**, München

**D** Die Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson beruht auf dem Prinzip wechselweiser Anspannung und Entspannung einzelner Muskelgruppen. Durch bewusstes Anspannen, Loslassen und Nachspüren einzelner Muskelgruppen lernen Sie, den Unterschied zwischen muskulärer Überspannung und Wohlspannung wahrzunehmen.

Mit progressiver Muskelrelaxation können Sie Ihr körperliches und psychisches Wohlbefinden gezielt fördern und so stressbedingte Belastungen wie z.B. Schlaf- und Konzentrationsstörungen besser bewältigen.



Veranstalter:  
Heilpraktikerverband Bayern e.V.  
Baumkirchner Straße 20, Rgb, 81673 München  
Telefon 089 435526-0, Fax 089 435526-50  
tagung@heilpraktikerverband-bayern.de

Bildnachweis: AdobeStock

**Heilpraktikerverband  
Bayern e.V.**

# Anmeldung

## Naturheilkundliche Thementage

### 03. bis 04. April 2025

*Gesunder Schlaf – gesundes Leben!*

#### Teilnahmegebühren Onlineseminare

Mitglieder, HP-Anwärter und Schüler  
des HVB und FDH ..... € 20,00  
Heilpraktiker (Nicht-Mitglied FDH, Nachweis) und  
Schüler anderer Schulen (Studienausweis) ..... € 35,00  
Angehörige anderer Gesundheitsberufe (Nachweis) .. € 45,00

#### Teilnahmegebühren Präsenzworkshops

Mitglieder, HP-Anwärter und Schüler  
des HVB und FDH ..... kostenfrei  
Heilpraktiker (Nicht-Mitglieder, Nachweis) und  
Schüler anderer Schulen (Studienausweis) ..... € 50,00  
Angehörige anderer Gesundheitsberufe (Nachweis) .. € 60,00

Die Teilnehmerzahl bei den Workshops ist begrenzt.

**Anmeldeschluss (Zahlungseingang) ist 31.03.2025.** Leider können wir danach keine Anmeldungen mehr annehmen.

Die Bearbeitung und verbindliche Reservierung erfolgen in der Reihenfolge der Anmeldungen ausschließlich in Verbindung mit der gleichzeitigen Bezahlung.

Anmeldung und Stornierung können nur schriftlich (per E-Mail, Fax, Post) erfolgen. Ihre Anmeldung wird erst nach Eingang der Gebühr bestätigt. Bei Stornierungen bis 31.03.2025 wird eine Bearbeitungsgebühr von € 15,00 einbehalten. Bei Stornierungen nach dem 31.03.2025 oder bei Nichtteilnahme ist die volle Kursgebühr zu entrichten.

Der Zugangslink zu unseren Online-Seminaren geht Ihnen rechtzeitig an Ihre angegebene E-Mailadresse zu.

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung vorzugsweise per Mail an:

tagung@heilpraktikerverband-bayern.de oder  
schicken Sie diese per Fax oder Post an uns.

Bitte überweisen Sie die Seminargebühren ausschließlich an:

Heilpraktikerverband Bayern e.V.  
IBAN: DE52 7008 0000 0623 1342 00  
BIC: DRESDEFF700

Bitte geben Sie im Verwendungszweck, Vorname Name und Vortragsnummer (z.B. OS1, WS-B) an.

**Seminar-/Workshopbuchung** umseitig →

## Anmeldeinformationen

.....

### Naturheilkundliche Thementage

03. bis 04. April 2025 (Anmeldeschluss: 02.04.2025.)

**Bitte senden Sie uns folgende Daten in Ihrer Anmeldung per Mail zu.** (Formular bitte ausfüllen, unter anderem Namen abspeichern und als Anlage mitsenden!)

Vorname, Name

gültige E-Mail-Adresse (bitte in Großbuchstaben)

Telefon Nr. für Rückfragen

Ich bin:

- Mitglied MG-Nr: \_\_\_\_\_ Schüler, HP-Anwärter des FDH  
Heilpraktiker Nicht-Mitglied FDH, Schüler anderer Schule  
Angehöriger anderer Gesundheitsberufe

Der Betrag von €

wurde überwiesen auf das Konto der Commerzbank AG  
IBAN: DE52700800000623134200  
BIC: DRESDEFF700

### Seminarbuchung

Bitte kreuzen Sie die gewünschten Seminare an

Online-Seminare

OS1      OS2      OS3

### Präsenzworkshops

Bitte kreuzen Sie die gewünschten Seminare an

WS – A    oder    WS – B  
WS – C    oder    WS – D

Ort, Datum

.....

Unterschrift 

.....