

*natürlich  
gesund*



naturaviva – alles Gute für ihre Gesundheit

# Die Kraft ätherischer Öle



Neue Energien tanken auf dem einfachsten Weg – der Aromatherapie. Mit den belebenden Eigenschaften bestimmter ätherischer Öle werden Körper und Geist erfrischt, Lustlosigkeit und Müdigkeit vertrieben und die Spannkraft erhöht. Hier erfahren Sie die besten Einsatzmöglichkeiten für Zuhause, mit Tipps für Körper, Küche und Haushalt.

**Joannah Metcalfe**  
**Vital durch die Kraft ätherischer Öle**  
80 S., € 15,-. ISBN 3-935407-00-9



Die Aromatherapie tut Gutes auf allen drei Ebenen: körperlich, geistig und seelisch. Viele der hier beschriebenen Öle helfen Spannungen abzubauen, das Immunsystem zu stärken, sie wirken beruhigend und stimulieren positiv. Düfte für ihr Wohlbefinden – natürliche Rezepte für Balance und Harmonie.

**Joannah Metcalfe**  
**Wohlfühlen durch die Kraft ätherischer Öle**  
80 S., € 15,-. ISBN 3-935407-01-7

# Wellness fängt zuhause an

„Das Prinzip aller Dinge ist das Wasser; aus Wasser ist alles und ins Wasser kehrt alles zurück.“ sagt *Thales*. Eine Zeitreise von den Anfängen antiker Badekulturen über die berühmten Bäder Europas bis zu den heutigen Badeformen wie Sauna, Onsen, Dampfbad und Hamam. Ein wunderschöner Bild- und Geschenkband für alle Badenixen und Wassermänner.



**Eva-Gesine Baur/Amiel Pretsch**  
**Badelust**  
189 S., € 49,90. ISBN 3-7750-0325-8

**Düfte im Haus: Anregungen für ein unvergleichliches Ambiente mit Blüten, Kräutern & Räucherwerk.**



Von der fast vergessenen Kunst mit Gewürzen und Düften Atmosphäre zu schaffen: mit Potpourris, Räucherwerk, Blütenwässern, Blumenbouquets und Kräuterarrangements, duftenden Körperölen, Duftkerzen und -seifen. Das Buch zeigt unzählige Möglichkeiten je nach Jahreszeit oder Anlass ein Zuhause zu schaffen, in dem sich jeder wohl fühlt.



**Laura Fronty/Yves Duronsoy**  
**Paradies der Düfte**  
160 S., € 34,90. ISBN 3-7750-0380-0

# So hilft die Natur



Venenleiden sind kein unabwendbares Schicksal! Hier wird gezeigt, was jeder selbst tun kann und wie natürliche Behandlungsmethoden helfen können.

**Dr. med. Robert M. Bachmann**  
**So hilft die Natur bei Venenleiden**  
€ 7,40. ISBN 3-935407-24-6



Bewährte und gesunde Fastenmethoden mit begleitenden Maßnahmen, Kneipp'schen Anwendungen, autogenem Training und Aufbau nach der Kur.

**Dr. med. Robert M. Bachmann**  
**Fasten, Entgiften, Wohlfühlen**  
€ 7,40. ISBN 3-935407-10-3

## Bausteine der Gesundheit: Naturheilverfahren, die sicher sind und effektive Hilfe bieten.



Migräne-frei mit dem richtigen Kurprogramm: natürliche Methoden zur Entspannung und Entschlackung, Kneipp-Anwendungen, richtige Ernährung und Stressabbau.

**Dr. med. Robert M. Bachmann**  
**So hilft die Natur bei Migräne**  
€ 7,40. ISBN 3-935407-26-2



Erfahrungsberichte und Erkenntnisse zur effektiven Behandlung von Arthritis, Arthrose, Rheuma und Osteoporose mit dem Extrakt der grünlippigen Muschel.

**John Croft**  
**Heilkraft aus dem Meer**  
€ 7,40. ISBN 3-935407-21-1

## So hilft die Natur: die leicht verständliche, naturmedizinische Patienten-Buchreihe. Jeder Band mit ca. 100 Seiten.



Das Programm zur Vorbeugung und Behandlung: richtig stehen, sitzen und liegen, mit einfachen Übungen zum Entspannen und Kräftigen der Muskulatur.

**Dr. med. H.G. Schmidt**  
**So hilft die Natur bei Rückenschmerzen und Bandscheiben-Beschwerden**  
€ 7,40. ISBN 3-935407-23-8

# Patientenratgeber

Das erfolgreiche 7-Punkte-Programm zur Vorbeugung und Behandlung hilft dem Patienten Schmerzen zu lindern und Lebensqualität zu gewinnen.

**Dr. med. R. Matejka / Dr. med. H.G. Schmidt**

**So hilft die Natur bei Arthrosen**

**€ 7,40. ISBN 3-935407-25-4**

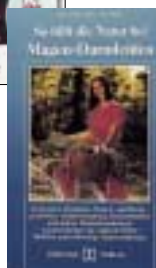


Bewährte Mittel der Naturheilkunde und Hinweise für die bestmögliche und naturbestimmte Ernährung bei Reizmagen und Reizdarm, Verstopfung, Durchfall und anderen Darmerkrankungen.

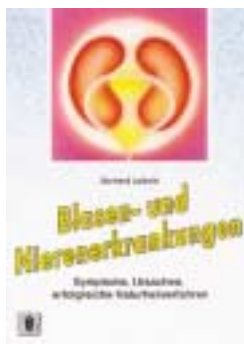
**Dr. med. H.G. Schmidt**

**So hilft die Natur bei Magen-Darm-Leiden**

**€ 7,40. ISBN 3-935407-22-X**



Der naturmedizinisch orientierte Ratgeber informiert umfassend über die Möglichkeiten der modernen Naturheilkunde bei Blasen-Nieren-Leiden. Diese Krankheiten sollten nicht leichtfertig oder aus falscher Scham verschleppt werden. Je früher eine gezielte Behandlung beginnt, desto besser werden chronische Schäden vermieden.



**Gerhard Leibold**

**Blasen- und Nierenerkrankungen**

**118 S., € 6,95 (unverbindliche Preisempfehlung). ISBN 3-926955-56-2**

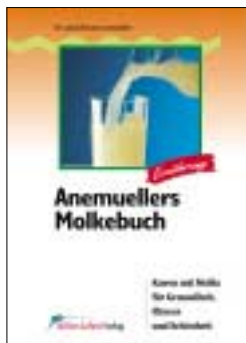
**Gesundheits-Aktionstitel:  
Bücher zu herabgesetzten  
Preisen, solange Vorrat reicht.**

Die Krankheiten der Prostata zählen zu den häufigsten „Männerkrankheiten“ jenseits der Lebensmitte. Gezielte Vorbeugung und frühzeitige Behandlung können den Krankheitsverlauf verzögern und Komplikationen vermeiden. Vor allem die moderne Naturheilkunde bietet hierzu viele Möglichkeiten.



**Gerhard Leibold: Männerkrankheiten**

**114 S., € 6,95 (unverbindliche Preisempfehlung). ISBN 3-926955-46-5**



**Dr. med. Helmut Anemüller**  
**Anemuellers Molkebuch**  
 128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-500-5

Bereits im Altertum war die unterstützende Wirkung der Molke bei Kuren bekannt und heute erlebt sie ihre „Renaissance“. Dieser praktische Ratgeber bietet fundierte Informationen zu neuesten wissenschaftlichen Untersuchungen und eine Fülle wertvoller Tipps für eine Molkekur zu Hause und eine gesunde, vollwertige Ernährung.



**Paul Bremer**  
**Eiweißwunder Lupine**  
 128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-504-8

**Fit fürs Leben-Ratgeber für eine natürliche und gesunde Ernährung**

Lopino ist eine Revolution unter den Nahrungsmitteln, denn sein hoher Gehalt an Eiweiß und aktivem Vitamin-B<sub>12</sub> macht ihn zu einer vollwertigen und schmackhaften Alternative zu tierischem Eiweiß, nicht nur für strenge Vegetarier. Die vielen bebilderten Rezepte laden zum Ausprobieren dieses wertvollen Lebensmittels ein.



**Ralf Moll / Ute Schain-Emmerich**  
**Natürliche Nahrung für mein Baby**  
 128 S., € 12,95, ISBN 3-89881-509-9

Wie lange soll ich stillen? Ab wann kann ich was zufüttern? Was tun, wenn Unverträglichkeiten auftreten? Ab wann kann ich meinem Baby Breikost anbieten? Der Ratgeber gibt kompetent und übersichtlich Antwort auf diese und viele andere Fragen und stellt zahlreiche abwechslungsreiche Rezepte für die selbst zubereitete Baby-nahrung vor. So kann von vornherein Allergien vorgebeugt werden. Vernünftige Ernährungs-Alternativen für empfindliche Babys werden vorgestellt.

# gesunde Ernährung

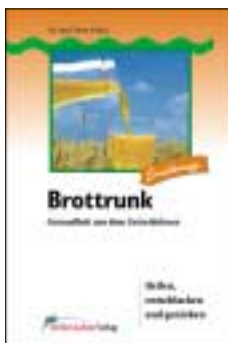
Ernährungsstörungen und Essprobleme bei Frauen sind häufig – ihnen kann nur mit Liebe und Verständnis begegnet werden. Die Autorin schildert in ihrem Verwöhnbuch sehr anschaulich und lebendig, wie das Essen als Streicheleinheit für Körper und Geist genutzt werden kann, und man sich in seinem Körper wieder wohlfühlt..



**Victoria Moran**  
**Streicheleinheit Essen**  
176 S., € 14,95. ISBN 3-89881-510-2

## Gesund werden und bleiben mit der richtigen Nahrung

Heilen, entschlacken und genießen – Brottrunk ist ein einmaliges Universalmittel für Gesundheit und Wohlbefinden. Dieses Buch erklärt anschaulich die positiven Auswirkungen von Brottrunk auf die Gesundheit und wie Erkältungen, Allergien, Schuppenflechte und andere Krankheiten damit kuriert werden können.



**Dr. med. Peter Scholz**  
**Brottrunk**  
128 S., € 12,95, ISBN 3-89881-515-3

Das Power-Prinzip der Gesundheit – füllen Sie mit einer 40-Tage-Kur Ihre aufgebrauchten Enzym-Depots nachhaltig wieder auf oder entgiften und erfrischen Sie Ihren Körper mit dem Enzym-Fasten. Die anschaulichen Beschreibungen der Enzyme und ihrer Aufgaben liefern ein lebendiges, gut verständliches Bild ihrer Wirkungsweise.



**Wolfgang Spiller**  
**Lebensaktive Enzyme**  
128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-517-X



**Dr. Candan Aypar**  
**Die Heilkraft im Grapefruitkern**  
104 S., € 12,95. ISBN 3-89881-501-3

Vorbeugung von Pilzen, Viren und Bakterien. Dieses praxisorientierte Buch schildert eine große Anzahl an pharmazeutischen und kosmetischen Anwendungen des Grapefruitkern-Extraktes. Daneben fasst Dr. Aypar die Forschungsergebnisse über den Grapefruitkern-Extrakt knapp und auch für Nichtfachleute verständlich zusammen.



**Dr. Paul C. Bragg/Dr. Patricia Bragg**  
**Wunder des Fastens**  
176 S., EUR 14,95. ISBN 3-89881-502-1

### Die Heilkräfte der Natur nutzen und verstehen

Fitness und Jugend durch individuell richtiges Fasten – der „Fasten-Klassiker“ erklärt, wie der Körper durch Fasten effektiv von Schlacken und Giftstoffen gereinigt und so Krankheiten und Übergewicht vorgebeugt werden kann. Mit praxisnahen Anleitungen für kürzere und längere Fastenkuren.



**Dr. med. Joachim Mutter**  
**Amalgam – Risiko für die Menschheit**  
168 S., € 14,95. ISBN 3-89881-522-6

Rat und Hilfe bietet dieser Ratgeber, der sich sowohl an Geschädigte als auch an Fachleute wendet. Hier wird genau gezeigt, für welche Erkrankungen das Quecksilber verantwortlich ist und wie es im Körper aufgespürt und fachgerecht ausgeleitet werden kann. Mit vielen Fallbeispielen und ausführlichem Kapitel zur richtigen Ernährung bei Amalgamvergiftungen.

„... konkrete Lösungen, von denen einige hier erstmals veröffentlicht sind ... Es ist höchste Zeit!“

*Dietrich Klinghardt, M. D., PhD*



# Natürliche Gesundheit

Mit Schwung und Elan das Leben meistern ist ein vielgehegter Wunsch – den nötigen „Energieschub“ können Meeresalgen liefern, denn kaum ein anderes Naturprodukt enthält so viele Mineralien, Spurenelemente, Aminosäuren und Vitamine und ist dazu noch in der Lage Schwermetalle im Organismus zu binden, um sie über den Darm auszuscheiden.



**Dr. med. Karel Probst**  
**Energieschub aus dem Meer**  
128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-513-7

## Ratgeber für ein gesundes Leben und Ihr Wohlbefinden

Die blaugrünen Uralgen aus dem Klamath Lake in Oregon sind eine einzigartige organische, unbehandelte Mikronahrung und effektiv für Körper und Geist. Mit Hilfe dieser blaugrünen Lebenskraft können Sie Ihre mentale Fitness und Ihr körperliches Wohlbefinden steigern, Ihr Immunsystem stärken und Ihre Ziele leichter erreichen.



**Christian Salvesen**  
**Blaugrüne Algen**  
128 S., € 14,95. ISBN 3-89881-525-0

Licht, Luft, Wasser und Lehm bilden die vier elementaren Säulen dieser seit 100 Jahren bewährten Heilkur, die alle Ausscheidungsorgane anregt und damit zur Entgiftung des Körpers beiträgt. Die von Pastor Emauel Felke entwickelte ganzheitliche Therapie richtet sich nach den Elementen der Natur und dem Rhythmus der Jahreszeiten.



**Jürgen Westphal**  
**Kuren nach Felke**  
128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-519-6



**Dr. med. Wilhelm Brühl**  
**Hilfe bei Hämorrhoiden**  
 128 S., € 12,95, ISBN 3-89881-505-6

Die Hälfte aller Bundes hat mindestens im Leben Probleme mit Hämorrhoiden. Dabei kann mit einer gesunden Ernährung, der richtigen Hygiene, gymnastischen Übungen oder Massagen vielem vorgebeugt werden. Dieser Ratgeber beschreibt gut verständlich Wege der Vorbeugung, Heilung und Beschwerdelinderung.



**Cynthia Cournoyer**  
**Impfschutz für Kinder**  
 128 S., € 14,95. ISBN 3-89881-523-4

### Ganzheitliche Gesundheit für Körper, Geist und Seele

Für jede Kinderkrankheit, für die es traditionelle Impfstoffe gibt, existieren homöopathische Alternativen, die sich auch in der Behandlung von Impfschäden als sinnvoll und effektiv erwiesen haben. Dieser Ratgeber stellt Risiken und Nutzen des Impfens vor und schlägt zur Immunisierung die Homöopathie als Weg der vor.



**Dr. Devanando O. Weise/Nicole Eschmann**  
**Sanfte Darmreinigung für zu Hause**  
 128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-511-0

Ein intakter Darm ist die Grundvoraussetzung ganzheitlicher Gesundheit. Ayurveda, die alte indische Lehre, bietet eine sanfte und natürliche Methode der Darmreinigung und Ernährung, die problemlos von jedem zu Hause durchgeführt werden kann. Im Vordergrund steht der praktische Nutzen für die Gesundheit.

# Ganzheitliche Medizin

Die ganzheitliche Fußreflexzonen-therapie bietet jedem die Chance, den „richtigen Standpunkt auf der Erde“ wieder zu erlangen und über die Herstellung des „Verwurzelteins“ Gesundheit zu erfahren. Hinweise für die Selbstmassage sowie eine Übersicht der verschiedenen Krankheitsbilder mit ergänzender homöopathischer Therapie runden das Buch ab.



**Deva Vanshi Anita Hinterschuster**  
**Mein Standpunkt auf der Erde**  
128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-506-4

## Sanfte Therapieformen für die Wiederherstellung einer natürlichen Balance

TouchLife ist eine einzigartige Form der Ganzheitlichen Massage und verbindet Berührung mit Gespräch, Atem, Energieausgleich und Achtsamkeit. Sie belebt und glättet das Gewebe und führt zu mehr innerer Kraft und Ruhe. Praktische Massageanleitungen von Kopf bis Fuß und anschauliche Illustrationen laden ein zum Mitmachen und Selbsta ausprobieren.



**Frank Boaz Leder/Kali S. v. Kalkreuth**  
**TouchLife**  
128 S., € 12,-. ISBN 3-89881-507-2

Vorbeugung gegen Übersäuerung und Vergiftung: Unser Blut ist ein lebendiger Strom, ein „Lebenssaft“ mit vielfältigen Aufgaben. Verunreinigtes, „zähes“ Blut aber ist der Nährboden für viele Zivilisationskrankheiten sein. Mit Hilfe der Dunkelfeldmikroskopie wird das Blut untersucht, Maßnahmen zur mitunter lebensrettenden Blutreinigung werden anschaulich beschrieben.



**Dr. Gerhard Orth**  
**Lebenssaft reines Blut**  
128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-512-9

# Ganzheitliche Medizin



Gesunder Darm – gesunder Mensch. Die ganzheitliche Darmsanierung mit Hilfe der Colon-Hydro-Therapie zählt zu den wirkungsvollsten Methoden der Gesundheitsvorsorge. Dieser Ratgeber, von sechs Medizinern geschrieben, zeigt anschaulich Ursachen und Heilungsmöglichkeiten von Darmerkrankungen, aber auch von Allergien, Asthma und anderen Krankheiten.

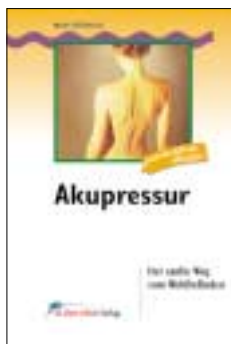
**Dr. med. Thomas Schultz-Wittner (Hrsg.)**  
**Das Buch der ganzheitlichen Darmsanierung**  
122 S., € 12,95. ISBN 3-89881-516-1



Dieses Buch widmet sich besonders der Lebenssituation von Kindern mit der Diagnose Diabetes mellitus. Eltern, Verwandte, Lehrer und Betreuer können so die Situation des diabeteskranken Kindes verstehen und ihm helfen, die Lenkung der Therapie in die eigenen Hände zu nehmen. Aber auch der Erwachsene Diabetes-Patient findet hier noch viele hilfreiche Hinweise.

**Dr. med. G.-R. Storm**  
**Diabetes von Kindheit an**  
128 S., € 11,95. ISBN 3-89881-518-8

**Fit fürs Leben-Ratgeber:  
für ein Leben in natürlicher  
Gesundheit**



Gesundheit im Einklang mit Körper, Geist und Seele beruht auf einem Gleichgewicht der vitalen Lebensenergie. Durch die Stimulation bestimmter Punkte kann dieses „Chi“ auf sanfte Art wieder ins Fließen gebracht und das Zusammenspiel von Meridianen und Chakren positiv beeinflusst werden. Alle Akupressurpunkte sind abgebildet und der ausführliche Index mit über 750 Indikationen macht den Ratgeber für Laien und Therapeuten wertvoll.

**Maitri Hillebrecht**  
**Akupressur**  
ca. 144 S., € 14,95. ISBN 3-89881-524-2

# Natur & Umwelt

Licht ist die eigentliche Quelle für alles Leben auf der Erde, es ist die Kraft, die das Leben in Gang setzt und die Energiequelle, die es aufrecht erhält. Die Autoren beschreiben ausführlich die Einflüsse, die Licht auf unsere Gesundheit hat, sowie die heilende Wirkung von natürlichem und sonnenlicht-analogenem Licht.



**Elke Brandmeyer / Dr. med. Bodo Köhler**  
**Licht schenkt Leben**  
128 S., € 12,95. ISBN 3-89881-503-X

## Wege zu einer Umgebung im Einklang mit der Natur

Berufsgärtner, Hobbygärtner und in der Landwirtschaft Tätige erfahren hier eine neue Sicht der Bodenbehandlung, Kompostierung und Pflege von Gärten und landwirtschaftlichen Flächen. Ein Buch mit wertvollen Hinweisen zur Behandlung verschiedener Bäume und Pflanzen, Schädlingsbekämpfung und zu den Pflanzzeiten.



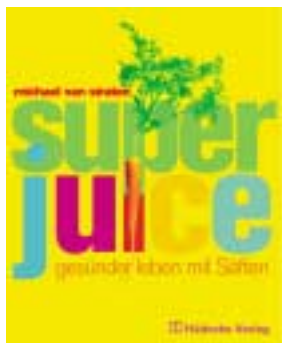
**Wilhelm Lugerth**  
**2000 Jahre Erfahrung im biologischen Gartenbau**  
88 S., € 9,95. ISBN 3-89881-017-8

Altbewährte Gesundheitstipps für den modernen Wohlstandsmenschen: Unser Organismus unterscheidet sich nicht wesentlich von demjenigen unserer Vorfahren, die sogenannten Zivilisationskrankheiten sind jedoch ein Phänomen unserer Zeit. Die Autoren zeigen, was wir von der steinzeitlichen Lebensweise lernen können, und schlagen eine Brücke zwischen schul- und komplementärmedizinischen Erkenntnissen.



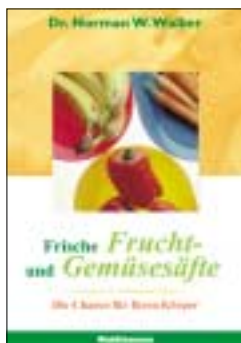
**Frank Balmer/Hans-Peter Studer**  
**Lieber leben wie die Steinzeitsammler?**  
159 S., € 10,95. ISBN 3-9520820-1-5

# Kräfte durch Säfte



**Michael van Straten**  
**Superjuice**  
160 S., € 16,80. ISBN 3-7750-0341-X

Sensationell im Geschmack und dazu noch gesundheitsfördernd: Superdrinks mit herrlichen Aromen und vitaminreiche Säfte für neuen Schwung. Das Buch bietet 100 Rezepte für Powersäfte, Entschlackungssäfte, Energiedrinks, Aphrodisiaka, Muntermacher, Gesundheitssäfte, Heilsäfte und Kuren. Mit Nährwertinfos sowie Tabellen für Nährwerte und Therapien.



**Dr. Norman W. Walker**  
**Frische Frucht- und Gemüsesäfte**  
223 S., € 14,95. ISBN 3-89881-041-0

Weitere Titel aus dem Waldthausen Verlag finden Sie in einem Sonderprospekt, den Sie beim Verlag kostenlos anfordern können (Adresse s. vorletzte Seite).

Dem Begründer der natürlichen Gesundheitslehre, Dr. Walker, ist es zu verdanken, dass wir heute die Kräfte frischer Frucht- und Gemüsesäfte optimal für unsere Gesundheit nutzen können. Wie der Körper am besten mit den benötigten Wirkstoffen versorgt werden kann, zeigt dieses Buch.



**Dr. Michael T. Murray**  
**Das neue Saftbuch**  
328 S., € 17,95. ISBN 3-89881-021-6

Der Naturheilkundearzt und Gesundheitsbuch-Autor verrät hier, wie frische Obst- und Gemüsesäfte dazu beitragen, Arthritis, Bluthochdruck, Nierensteine, Geschwüre und andere Krankheiten zu überwinden. Er verknüpft neue wissenschaftliche Erkenntnisse und uraltes Wissen, um mit den ungeahnten Heilkräften der Säfte, Krankheiten natürlich in den Griff zu bekommen.

# Mein Wunschzettel

## Bestellung

Bitte liefern Sie mir über: \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Expl. \_\_\_\_\_

Titel- und Preisänderungen sowie Lieferfähigkeit sind vorbehalten.  
Alle Ladenpreise sind gebunden bis auf die mit \* gekennzeichneten  
(= unverbindliche Preisempfehlung). Stand: Herbst 2002.

## Zahlung

per Bankabbuchung: Kto. \_\_\_\_\_ BLZ \_\_\_\_\_  
Bank \_\_\_\_\_

per Kreditkarte:  VISA Nr. \_\_\_\_\_  
gültig bis \_\_\_\_\_  
 AmEx Nr. \_\_\_\_\_  
gültig bis \_\_\_\_\_

per Rechnung

\_\_\_\_\_  
Name

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon, Fax

\_\_\_\_\_  
Mail

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

NaturaViva Verlags GmbH  
Postfach 1203  
D-71256 Weil der Stadt  
Telefon + 49 (0) 70 33 / 138 08 16, Fax + 49 (0) 70 33 / 138 08 17  
E-Mail [info@naturavivaverlag.de](mailto:info@naturavivaverlag.de) / [www.naturavivaverlag.de](http://www.naturavivaverlag.de)

