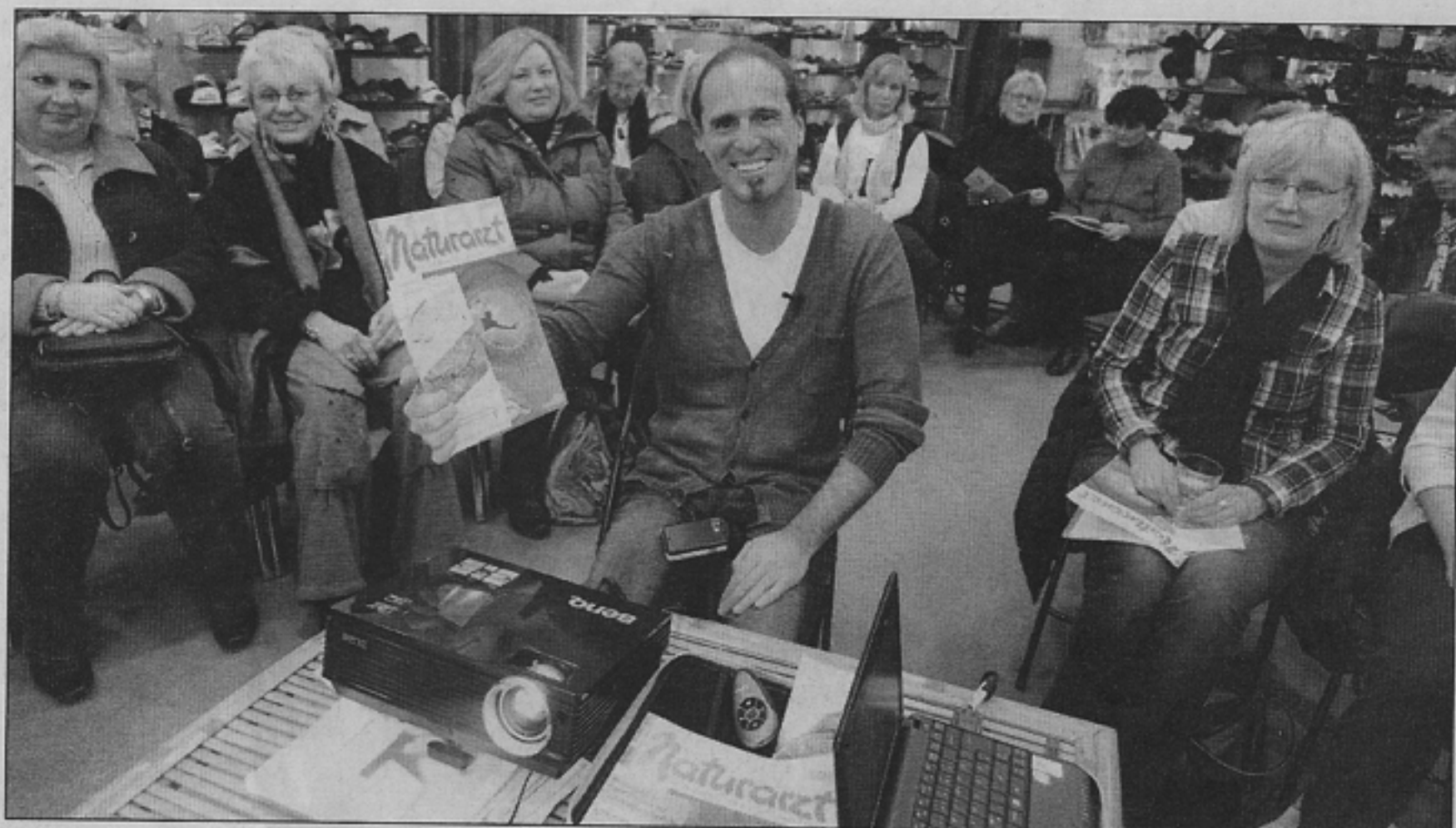


Herten Allgemeine vom 04.03.11

## HERTEN & WESTERHOLT



Der Naturheilverein Ruhrgebiet – Ortsgruppe Gelsenkirchen/Herten – hatte zum Vortrag eingeladen. Vorne zeigt Heilpraktiker Jörg Mietz die Monatszeitschrift „Der Naturarzt“.

—FOTO: CHRISTOPH SCHNEEWEIS

# Krankheiten natürlich vorbeugen

### Heilpraktiker Jörg Mietz informiert über Ursachen und Therapien

**WESTERHOLT.** (-cs-) „Der Mensch ist, was er isst“, sagt ein altes Sprichwort. Falsche Ernährung spielt eine große Rolle bei der Entstehung von Krankheiten. Was daran falsch ist oder sein kann, das erklärte der Heilpraktiker Jörg Mietz vom Naturheilverein Ruhrgebiet in seinem Vortrag im Schuhhaus Schnieders.

Thema des Abends: Wenn Knochen, Muskeln und Gelenke schmerzen. Neben genetischer Veranlagung för-

dern auch Stress und falsche Bewegungsabläufe den Verschleiß von Bandscheiben und Gelenken. Die Ursachen von Rücken- oder auch Kopfschmerzen liegen oftmals aber an ganz anderer Stelle, als man vermutet – nämlich zum Beispiel am Atlas, dem Wirbel, auf dem sich der Kopf dreht. Deshalb, so der Heilpraktiker, müsse man schon möglichst früh dafür sorgen, dass Atlas und Becken auf einer Ebene liegen. „Fehlstellungen – auch nur geringe – fördern Verschleiß und somit Schmerzen“, weiß Jörg Mietz.

Weitere Ursachen für körperliche Beschwerden und chronische Schmerzen sieht der Heilpraktiker unter anderem in einer Ernährung, die den Körper übersäuert. „Übersäuerung greift die Nerven an, es entsteht Minderdurchblutung in den Gefäßen – auch eine Ursache für die Entstehung von Krebs“, erklärt der Heilkundige.

Natürlich lässt er die Besucher nicht allein mit solchen Feststellungen, sondern vermittelt Strategien zur Vorbeugung. Und natürlich, welche Maßnahmen der Heilprakti-

ker bei welchen Beschwerden ergreifen kann.

Der nächste Vortrag des Naturheilvereins ist am Mittwoch, 9. März, ebenfalls im Schuhhaus Schnieders, Bahnhofstraße 81, Thema: „Iss dich schlank und gesund“. Kostenbeitrag: Mitglieder 2 Euro, Gäste 5 Euro. Anmeldung ist wegen begrenzter Plätze erforderlich: ☎ 0209/12041654.

**INFO** Ortsverein Gelsenkirchen im Naturheilverein Ruhrgebiet (1995 gegründet), Königgrätzer Str. 20, GE, ☎ 0209/12041654