

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 19 (1962)  
**Heft:** 3

## Inhaltsverzeichnis

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

App P 3656

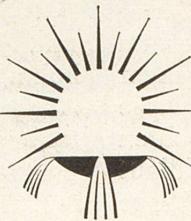
März 1962

Nr. 3

19. Jahrgang

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE



ERNAHRUNG · KÖRPERPFLEGE · ERZIEHUNG

Redaktion und Verlag: A. Vogel, Naturarzt, und Frau S. Vogel, Teufen (Schweiz), Telefon 071 23 60 23

Druck: J. H. Schoch & Co., Ostermundigen

Jahresabonnement:

Schweiz: Postcheck-Konto St. Gallen IX 10775 6.— Fr.

Deutschland: Vertriebsstelle: Fa. Merk & Co., Konstanz, Postcheck Karlsruhe 6228 6.— DM

Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 36.— S.

Übriges Ausland: Fr. 7.50

Insertionspreis: Die 1spaltige mm-Zeile 35 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

### A U S D E M I N H A L T

1. Vorfrühlings Walten . . . . .	33
2. Der Wald als Heilmittel . . . . .	34
3. Frühlingskuren . . . . .	35
4. Verschiedene Märzarbeiten im Garten . . . . .	37
5. Wieviel Nahrung braucht der Mensch? . . . . .	39
6. Heilsame Naturmittel für die Leber . . . . .	41
7. Die Frau des zwanzigsten Jahrhunderts . . . . .	43
8. Begegnung mit Menschen . . . . .	45
9. Fragen und Antworten:	
a) Günstige Behandlung	
bei Hüftgelenkschmerzen und Rückenwirbelschwäche . . . . .	47
b) Joghurtzubereitung . . . . .	48
10. Aus dem Leserkreis:	
a) Die Gesundheits-Nachrichten als willkommener Guest . . . . .	48



### VORFRÜHLINGS WALTEN

Jauchzender Föhnsturm, was hast du im Sinn?  
Willst du die weissen Flächen zerstören?  
Denkst du, es sei dies der beste Gewinn,  
Dem Frühling soll das Land nun gehören?

Brause und sause drum mächtig und kühn,  
Wir begrüssen dein kraftvolles Walten,  
Lieber doch haben die Wiesen wir grün,  
Lieber des Lebens gütiges Schalten!

Dring drum hinauf bis zum obersten Baum,  
Rufe die lieblichen Blüten alle,  
Lass gänzlich versinken des Winters Traum,  
Ruf dem Leben mit jubelndem Schalle!

Legende zum Umschlagbild: Frühling in Braunwald

Originalaufnahme von Ruth Vogel