

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 36 (1979)  
**Heft:** 11

## 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](#)

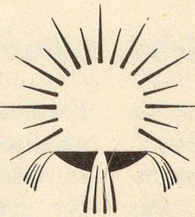
### Terms of use

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:** 03.05.2026

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG · KÖRPERPFLEGE · ERZIEHUNG

November 1979

36. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23  
Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermundigen

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90 – 10 775 Jahresabonnement: Fr. 10.50  
Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck Karlsruhe 70082 – 756 DM 12.50  
Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 S 100.–  
Übriges Ausland: Fr. 12.50

## INHALT

1. «Bärner Zibelemärit» . . . . . 161
2. Die Zwiebel, Allium Cepa . . . . . 162
3. Sanguinaria, kanadische Blutwurzel . . . . . 163
4. Zucker, Saccharose oder Fruktose . . . . . 164
5. Magnesium, das vergessene Element . . . . . 165
6. Wieviel sollen wir täglich trinken? . . . . . 166
7. Gefahren der Krebsdiagnosen . . . . . 168
8. Gesunde Lebensweise, ein Problem der Neuzeit . . . . . 169
9. Trotz gleicher Veranlagung ungleiche Auswirkung . . . . . 172
10. Missachtung oder Beachtung der Schöpfung? . . . . . 173
11. Ratschläge zum biologischen Landbau . . . . . 175
12. Aus dem Leserkreis:
  - a) Günstige Beeinflussung eines hohen Blutdruckes . . . . . 175
  - b) Beobachtungen einer Apothekerin . . . . . 175
  - c) Russisches Malaria-Rezept . . . . . 176

### «BÄRNER ZIBELEMÄRIT»

«Andre Orte, andre Sitten,  
Kommt und kauft, lasst euch bitten,  
Denn bedächtig und besonnen  
Hat der Zwiebelmarkt begonnen!  
Wir verkaufen nur das Beste  
An dem heitern Zwiebelfeste. –  
Weil gelobt hat unsre Zwiebel  
Längst schon die Gesundheitsfibel,  
Müssen unsre schönen Zöpfe  
Schliesslich wandern in die Töpfe,  
Denn das Jahr, es dauert lange,  
Ohne Zwiebeln würd's uns bange! –  
Eilt herbei zum frohen Feste,  
Wir verkaufen nur das Beste!»  
Aus der Nähe kommen alle,  
Und weil Neugier eine Falle,

Lockt sie auch die fremden Gäste  
An nach Bern zum Zwiebelfeste. –  
Dass den Segen unsrer Erde  
Durch Verkauf man los wohl werde,  
Feiert man ein Fest der Freude,  
«Kommt daher, ihr wackern Leute! –  
,Zibelemärit' längst bekannt  
Und beliebt im ganzen Land,  
Denn aus einer kleinen Knolle  
Wuchs in stiller Erdenscholle  
Eine Zwiebel schön gerundet,  
Die uns allen sicher mundet. –  
Unser Fest ist grad nur heute,  
Darum eilt herzu ihr Leute!  
Was der Schöpfer hat ersonnen,  
Diente stets zu Freud' und Wonnen!» –  
S. V.

Umschlagbild: «Zibelemärit» in Bern

Originalaufnahme von Ruth Vogel