

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 49 (1992)
Heft: 9: Beschwerdefreie Wechseljahre

Rubrik: Gesund durch den September

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](#)

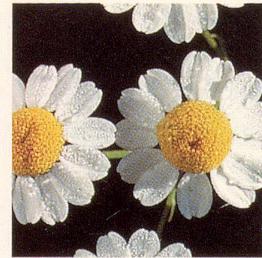
Download PDF: 23.02.2026

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

GESUND DURCH DEN SEPTEMBER

Di 1	Verena
Mi 2	Degenhard
Do 3	Theodos
Fr 4	Esther
Sa 5	Herkules Schmerzfrei in der Bewegung – Alexandertechnik 5./6.9.; Lotos-Zentrum, St. Gallenkappel, Schweiz, Tel. 071/91 29 98
So 6	Magnus
Mo 7	Regina
Di 8	Appenzellische Bauernregel: Wenn's am Achten nicht regnet, bleibt des Bauern Tisch gesegnet.
Mi 9	Egidi, Lilly
Do 10	Sergi
Fr 11	Regula
Sa 12	Tobias Vollmond um 3.17 Uhr
So 13	Hektor
Mo 14	Kreuzerhöhung
Di 15	Fortunat Manch ein Naturmensch hat auf seiner Septemberwanderung ein Körblein bei sich, um Holunderbeeren zu ernten. Hier unser Rezept einer Holundersuppe : Den Holunder abbeeren, waschen. Mit ganzem Zimt, Zitronenschale, Wasser bedecken. Eine halbe Stunde kochen. Durch ein Sieb streichen und mit Fruchtzucker, heißem Wasser, einer Prise Salz und etwas Butter wieder kochen. Suppe mit einem Löffel Kartoffelmehl, das in ein Glas Weisswein eingerührt ist, sämig machen. Über gerösteten Semmelwürfeln anrichten. Sehr gut schmeckt's auch mit Apfel-, Birnen- oder Pflaumenstücken.
Mi 16	Euphemia
Do 17	Lambert
Fr 18	Rosa
Sa 19	Renatus
So 20	Fausta
Mo 21	Matthäus
Di 22	Mauriz

Mi 23	Thekla Schulhausweiher – Lebensraum für Pflanzen und Tiere – Erlebnisraum für Schüler und Lehrer. Kurs mit Gestaltungsanleitung; Arbeitsgemeinschaft für Naturschutz und Landschaftspflege, 4460 Gelterkinden, Tel. 061/99 44 60
Do 24	Robert
Fr 25	Kleophas
Sa 26	Ziprian
So 27	Kosmos Die reiche Früchteernte, die uns der September beschert, soll nicht zum übermässigen Genuss verleiten. Wenn sich deshalb der Körper einmal mit einem kräftigen Bauchgrimmen meldet, dann ist die Kamille das beste Naturheilmittel, wie uns das Karl Heinrich Waggerl in seinem «Heiteren Herbarium» (Otto Müller Verlag Salzburg) so schön ausführt: Sie blühn und warten unverzagt auf jemand, den das Bauchweh plagt. Der Mensch jedoch in seiner Pein glaubt nicht an das, was allgemein zu haben ist. Er schreit nach Pillen. Verschont mich, sagt er, mit Kamillen, um Gotteswillen!
Mo 28	Wenzeslaus
Di 29	Michael
Mi 30	Hieronymus



Indisches Landleben ►

In der Einfachheit des ländlichen Lebens:
Mädchen vor dem elterlichen Bauernhaus
in Himachal Pradesh (Nordindien)

