

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 50 (1993)  
**Heft:** 12: Tropen : Reisen ohne Reue

**Rubrik:** Gesund durch den Dezember

#### 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

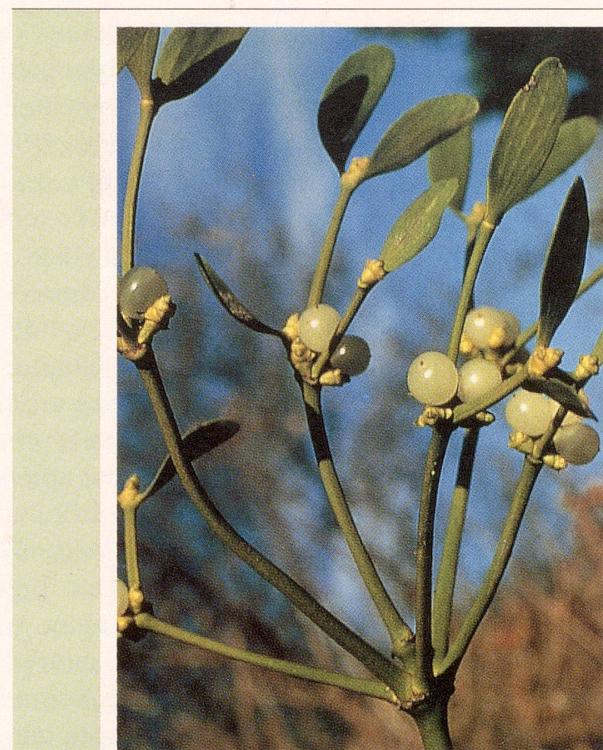
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media 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 DEZEMBER

<i>Mi</i>	<b>1</b>
<i>Do</i>	<b>2</b> <b>Gesund durch Bewegung und Sport,</b> 2.12. oder 4.12., Anmeldung: NETZ, 8008 Zürich, Tel. 01/262 55 22 (aus BRD und A: 0041/1/262 55 22)
<i>Fr</i>	<b>3</b> <b>Wie geschieht Heilung?</b> Vortrag von P. Schellenbaum im Hörsaal Bernoullianum, Basel, 20 h.
<i>Sa</i>	<b>4</b> <b>Kongress: Gesundheit, Ernährung, Ethik Tierschutz, Umwelt, Ökologie, 3.-5.12.,</b> Veranstalter: Vegetarische Gesellschaft Stuttgart, Ort: Kongresszentrum Stuttgarter Liederhalle
<i>Mo</i>	<b>6</b> <b>Rohkaffee-Aufguss:</b> Seit Generationen verwenden Indianer in Guatemala den Rohkaffee als Heilmittel gegen erhöhten Blutzucker. Bei einer seiner Studienreisen lernte Dr. Vogel diese wirkungsvolle Methode kennen, worauf er den Rohkaffee-Tee bei uns einführt. Für die Behandlung lässt man einen Teelöffel Rohkaffee in 100 ml aufgekochtem Wasser anbrühen. Über Nacht ziehen lassen; am Morgen absieben. Man trinkt den Aufguss schluckweise über den ganzen Tag verteilt. Bezugsquelle: A. Vogel GmbH, CH-9023 Teufen, Tel. 071/33 10 23 (aus BRD und A: 0041/71/33 10 23).
<i>Sa</i>	<b>11</b> <b>Meine Wechsel-Jahre, 11.-13.12.,</b> mit Dr. phil Maria-Theresa Jung, Anmeldung, GGB, Taunusblick 1, D-5420 Lahnstein, Tel. 02621/44 41 (aus CH und A: 0049/2621/44 41).
<i>Mo</i>	<b>13</b> Vollmond um 10.27
<i>Di</i>	<b>14</b>
<i>Mi</i>	<b>15</b> <b>Herrscht im Dezember recht strenge Kält', sie volle achtzehn Wochen hält</b>
<i>Do</i>	<b>16</b>
<i>Fr</i>	<b>17</b> <b>Eutonie:</b> Durch ganzheitliche Erfahrung die Mitte finden, 17.-19.12., St.-Katharina-Werk, 4015 Basel, Tel. 061/302 97 35 (aus BRD und A: 0041/61/302 97 35).
<i>Sa</i>	<b>18</b> <b>Zauberhafte Bäume im Winterwald,</b> Gemeinsam auf einem Spaziergang in der Elfenau die Naturschönheiten des Winterwaldes bestaunen, auf der Suche nach einheimischen Pflanzen und Tieren. Die Überwinterungsarten von Pflanzen und Tieren und die zauberhaften Schönheiten der einzelnen Bäume kennenlernen. Treffpunkt: Bushaltestelle Endstation Elfenau. Auskunft: Ökozentrum Bern, Tel. 031/311 99 91.
<i>So</i>	<b>19</b>
<i>Mo</i>	<b>20</b>
<i>Di</i>	<b>21</b>
<i>Mi</i>	<b>22</b>



*Do* **23**  
*Fr* **24**  
*Sa* **25**  
*So* **26**  
*Mo* **27**  
*Di* **28**  
*Mi* **29**

Die **Mistel** ist wohl eine der sagenumwobenensten Heilpflanzen, deren Erwähnung bis in die antike und germanische Mythologie reicht. Die Kelten sprachen ihr gar dämonenabwehrende Eigenschaften zu. Heute wird der Mistelzweig besonders als Winter-Dekoration in der Stube verwendet. Ein Aberglaube hat sich jedoch bis heute durchgesetzt. Wer nämlich unter ihren Zweigen geküsst wird, soll besonders viel Glück in der Liebe haben. In Frankreich laufen die Kinder am Neujahrstag mit Mistelzweigen von Haus zu Haus und überreichen ihre Neujahrswünsche. Als Heilpflanze verwendet, hat die Mistel leicht blutdrucksenkende Eigenschaften. Intravenös injiziert gilt sie außerdem als Mittel zur Krebsbehandlung.

*Do* **30** Lernen Sie besser im **Gleichgewicht** sein zwischen **Anspannung und Entspannung!** Einzelsitzungen und Seminare mit Elisabeth Auspurg, 8057 Zürich, Tel. 01/362 16 23  
(aus BRD und A: 0041/1/362 16 23).

*Fr* **31** Silvester

**Wintermärchen** ➤  
**Rentierzug in Lappland**