

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 51 (1994)
Heft: 1: Prostataleiden : Männer, knackt die Nuss!

Rubrik: Gesund durch den Januar

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: 27.01.2026

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

Sa 1	12 Bausteine für Ihre Gesundheit: Lehrgang und Kurse zu aktuellen Gesundheitsthemen, gemeinsame Veranstaltungen von NETZ und dem Institut für medizinische Fortbildung (IMF), Hallenstrasse 10, CH-8008 Zürich, Tel. CH 01/262 55 22 / Tel. D 0041/01/262 55 22	Bestandteile. Kochen Sie die Kastanien, so können Sie sich das Schälen mit Hilfe eines Kartoffelschälers vereinfachen. Zum Purée verarbeitet, dient diese Edelfrucht als Basis für einen herrlichen Kastanienkuchen.
So 2	Schneeschuhlaufen: Hinterrhein-	
Mo 3	San Bernardino Pass–San Bernardino Dorf	
Di 4	Treffpunkt: 7.50 Uhr Verkehrsbüro Splügen	
Mi 5	Gabriella Lohner, Bova 11 CH-7432 Zillis	
Do 6	Tel. CH 081/61 10 29 / Tel. D 0041 / 81 61 10 29	
Fr 7	«Mutter Natur» – Ursachen und Folgen einer kulturellen Zuschreibung. Die Gleichsetzung von Natur/Erde mit Weiblichkeit/Mütterlichkeit scheint auch in der Ökologiebewegung selbstverständlich zu sein. Der Kurs will die historische Herleitung dieser Gleichsetzung diskutieren und zu einem kritischeren Umgang mit stereotypisierten Bildern beitragen. Universität Bern, Interfakultäre Koordinationsstelle für Allgemeine Ökologie, Niesenweg 6, CH-3012 Bern Tel. CH 031/631 39 87/51 / Tel. D 0041/31 631 39 87/51 Druckpunktmassage am Fuss – Einführung D-36129 Gersfeld-Rhön, Rhönakademie Schwarzenberg, Tel. D 06654/223 / Tel. CH 0049 / 66 54 223	
Sa 8	Kastanien-Zeit	
So 9	Ob als «heisse Marroni» oder traditionsgerecht gekocht, die Esskastanie ist der beste natürliche Snack. Denn sie ist reich an wertvollen Kohlehydraten, enthält viele Vitamine der B-Gruppe und Vitamin PP (10 g davon reichen aus, den täglichen Tagesbedarf zu decken!). Magnesium, Phosphor und Faserstoffe sind weitere wichtige	
Mo 10		
Di 11		
Mi 12		
Do 13		
Sa 14		
Sa 15		
So 16		
Mo 17		
Di 18		
Mi 19	Arbeitszeitverkürzung – eine Chance? Ökozentrum Bern, Bollwerk 35, CH-3000 Bern 7, Tel. CH 031/311 99 91 / Tel. D 0041/31 311 99 91	
Do 20	Ferienmesse Bern mit der integrierten Gesundheitsmesse. Myriam Schneider-Brotschi, TextCom, hint. Schermen 29, CH-3063 Ittigen, Tel. CH 031/921 75 55 / Tel. D 0041/31 921 75 55	
Sa 22	Original Dr. Bach Blüten-Seminar.	
So 23	Durchgeführt durch Buchhandlung Weyermann in Bern Tel. CH 031 / 311 37 46 / Tel. D 0041 / 31 311 37 46	
Mo 24		
Di 25		
Mi 26	Offizielles Aus- und Fortbildungsprogramm des Dr. E. Bach Center, Mechthild Scheffer Hp, Himmelstrasse 9, D-22299 Hamburg, Tel. CH 0049/40 46 10 41 / Tel. D 040/46 10 41	
Do 27	Hildegard-Ernährung – Eine echte Alternative? Kneippverein Appenzell,	
Fr 28	Frau R. Rochira, Rorschacherberg 14.15 Uhr und 19.30 Uhr Paracelsus-Messe Die Welt der Gesundheit, Rhein-Main-Hallen, Wiesbaden	
Sa 29	Besser sehen durch Augentraining	
So 30	Lotos-Zentrum, Zum Spycher, 8735 St.Gallenkappel, Tel. CH 055/88 19 16 / Tel. D 0041/55 88 19 16	
Mo 31		



Neujahrsgrüsse

«Das Lächeln, das du aussendest, kehrt tausendfach zu dir zurück.»
(Chinesisches Sprichwort)

