

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 53 (1996)
Heft: 2: Frauen in den Wechseljahren : alt genug, um nicht alles beim Alten zu lassen

Titelseiten

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: 16.01.2026

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



Gesundheits-Nachrichten

Zeitschrift für Naturheilkunde

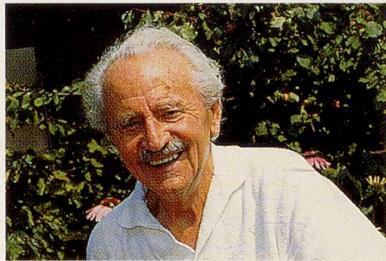


Jahrgang 53 • Februar 1996 • Fr. 3.- / DM 3.50

**Frauen in den Wechseljahren:
alt genug, um nicht alles beim Alten zu lassen**

Alkohol ist kein Retter in der Not

Gewürze aus Grenada



Alfred Vogel

Das Werk Dr. h.c. Alfred Vogel ist geprägt vom Gedankengut einer in jeder Hinsicht an der Natur orientierten Lebens- und Heilweise.

Ein Leben in möglichst weitgehendem Einklang mit dem Schöpfer und der Natur und im Bewusstsein um deren Kräfte ist gleichbedeutend mit wahrer Lebensqualität.



IMPRESSUM

Gesundheits-Nachrichten

Zeitschrift für Naturheilkunde
Februar 1996, 53. Jahrgang
erscheint 12mal im Jahr
Auflage: 70 000

Herausgeber
Dr. h.c. Alfred Vogel

Verlagsleitung
Ingrid Schindler

Redaktion
Ingrid Schindler
Ingrid Zehnder-Rawer
Clemens Umbricht

Gestaltung/Satz
Peter Renn

Mitarbeiter
Maria Habich

Fotos

Baumann, Incolor, Zefa
Prisma, Tony Stone, Keycolor
The Image Bank, I. Schindler
C. Umbricht, B. Blum, W. Habich

Redaktionsadresse

A.Vogel's
Gesundheits-Nachrichten
Verlag A.Vogel AG
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
Telefon 071 33 46 12

Anzeigen/Abonnemente

Verlag A.Vogel AG
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
für die Schweiz:
Telefon 071 33 30 35
Fax 071 33 46 84
für Deutschland:
Telefon 0041 71 33 30 35
Fax 0041 71 33 46 84

Litho

Offset-Repro AG,
Begonienstrasse 10
8057 Zürich

Druck

Zollikofer AG,
Fürstenlandstrasse 122
9001 St.Gallen

Papier

Diese Zeitschrift ist auf chlorfrei
gebleichtes Papier gedruckt

Jahresabonnement

Schweiz Fr. 26.-
Deutschland DM 29,-
Österreich S 250
übriges Ausland Fr. 29.-
Übersee Fr. 39.-

Copyright

by Verlag A. Vogel AG
Nachdruck, auch auszugsweise,
nur mit Genehmigung des Verlags

Abonnementszahlungen

In der Regel nur mit vor-
gedrucktem Einzahlungsschein.
Bei Fehlen eines solchen:

In der Schweiz:
Postscheckkonto Nr. 90-663-6
Schweiz. Volksbank St.Gallen
zu Gunsten Konto-Nr.
10-420.524.9

A.Vogel's Gesundheits-Nachrichten
CH-9053 Teufen
in Deutschland:

Postbank D-76118 Karlsruhe
Konto-Nr. 0070082756
Verlag A.Vogel AG
CH-9053 Teufen

übriges Ausland:
Bankscheck, ausgestellt auf:
A.Vogel's Gesundheits-Nachrichten
CH-9053 Teufen

wettbewerb

ein hauch von paradies...

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser

Die Februar-Ausgabe der Gesundheits-Nachrichten bringt den Duft von exotischen Gewürzen und einen Strahl südlicher Sonne zu Ihnen. Wir berichten von einer Studienreise nach *Grenada*. Seite 26

Auch eine Reise in unbekannte Gefilde ist diejenige, die durch die *Wechseljahre* führt. Für viele Frauen - und Männer - sind sie ein Wendepunkt im Leben. Lesen Sie ab Seite 6.

Wie immer steckt ein ganzer Strauß von Tips und Themen für ein gesundes, vitales Leben in Alfred Vogels Monatsmagazin. Wir überreichen ihn Ihnen mit Freude!

H. Schindler

Ingrid Schindler
Chefredaktorin

Die Wettbewerbsfragen:

Frage 1: Welches ist eine Spezialität von Grenada?

- Mini-Artischocken
- Tropische Gewürze
- Avocados

Frage 2: Wie heißt das neueste Buch aus dem Verlag A.Vogel?

- A.Vogel - für die Frau
- A.Vogel - für den Mann
- Die A.Vogel Winterfibel

Frage 3: Wozu dient die Echinaceapflanze (Roter Sonnenhut) in der Naturheilkunde?

- Zur Gemüts-Aufhellung
- Als Magenbitter
- Zur Stärkung des Immunsystems

A

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-risposta
Envoi commercial-réponse



Verlag A.Vogel
Hätschen
Postfach 63
9053 Teufen

gesundheits-gutschein: zu gewinnen:

- 1. Preis:** Ein Besuch im Alpinum Schenzen und dem A.Vogel Heilkräuter mit Übernachtung im Bergturm
- 2. – 5. Preis:** Je ein Diner à deux im Restaurant Hofgarten in Luzern
- 6. – 15. Preis:** Das neueste A.Vogel-Buch: A.Vogel - für die Frau
- 16. – 50. Preis:** Je ein tropisches Gewürzsäckchen Spice Island Study Tours

Einsendeschluß ist der 15. April 1996.
Alle Wettbewerbskarten mit den richtigen
Antworten nehmen an der Verlosung teil.
Die Gewinner werden persönlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Bitte vergessen Sie nicht, Ihren Absender auf
der Rückseite anzugeben.



- Bitte senden Sie mir die Gesundheits-Nachrichten zwei Monate lang kostenlos
- Ich abonneiere die Gesundheits-Nachrichten ein Jahr zu Fr. 26.– (12 Ausgaben)
- Ich nehme nur am Wettbewerb teil

Name:
Straße:
PLZ/Ort:
Datum/Unterschrift:

Gesundheits-Nachrichten
Zeitschrift für Naturheilkunde
Februar 1996, 53. Jahrgang
erscheint 12mal im Jahr
Auflage: 70 000

Herausgeber
Dr. h.c. Alfred Vogel

Verlagsleitung
Ingrid Schindler

Redaktion
Ingrid Schindler
Ingrid Zehnder-Rawer
Clemens Umbricht

Gestaltung/Satz
Peter Renn

Mitarbeiter
Maria Habich