

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 56 (1999)  
**Heft:** 1: Kabis, Kraut & Kohl

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Zehnder, Ingrid

#### **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:** 10.01.2026

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

## INHALT

- 4 Der Natur auf der Spur**
- 6 Thema des Monats**  
Kreuzblütler-Gemüse:  
total gesund
- 12 Kinder im Wandel der Zeit**  
Typisches Spielzeug für  
Mädchen und Buben?
- 16 Serie Hormone**  
Die Stoffe, die überall eine  
Rolle spielen
- 19 Serie Baumporträts**  
Fichte/Rottanne
- 22 Die praktische Seite**  
Grünfink
- 23 Bild des Monats**
- 24 Therapie**  
Mit Zilgrei den Rücken  
entzücken
- 28 PSYCHOTHERAPIE**  
Die Systemische Familien-  
therapie, Interview mit  
Bert Hellinger
- 32 AUF DEM SPEISEPLAN**  
Getrocknete Bohnen
- 33 Leserforum-Galerie**
- 34 Leserforum**  
Erfahrungsberichte und  
neue Anfragen
- 37 Blick in die Welt**  
Kneipp-Woche in  
Bad Wörishofen

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Von Dichtern in Versen besungen, von Sängern in Reimen umschwärm, von Künstlern auf Leinwand gemalt oder wie kürzlich in Basel von Christo in Folien verpackt – Bäume sind für den Menschen seit jeher etwas ganz Besonderes, und nicht nur als Symbol für die Erkenntnis von Gut und Böse.

Ein Baum (vor dem Küchenfenster, auf dem Schulweg, im eigenen oder in Nachbars Garten) kann wie ein guter Freund sein. Wir beobachten, wie er sich verändert, und er schaut zu, wie wir uns den Zeitläufen anpassen. Weil uns das Beispiel seines Lebenslaufs zeigt, dass auf stürmische, kalte und dunklere Phasen immer wieder höchst kraftvolle, blütend und fruchtbringende Zeiten folgen, gibt er uns Trost und Mut, auch wenn wir mal zwischen Baum und Borke stecken sollten.



Die «Magie der Bäume» wird in diesem Jahr einer der Schwerpunkte in den «Gesundheits-Nachrichten» sein. Sie werden das ganze Jahr über Baum-Fotos im Rahmen der Leserforum-Galerie bewundern und darüber hinaus viele Informationen in einer 12-teiligen Reihe mit Baumporträts von Birke bis Zypresse finden können.

Übrigens sind auch wir uns unserer Wurzeln bewusst und haben im «Stammbaum» nachgesehen, dass Alfred Vogel bereits vor 70 (!) Jahren die erste Publikumszeitschrift geschrieben und herausgegeben hat. Sie hieß damals zeitgeistgemäß *Das neue Leben*, erschien in Basel und Freiburg im Breisgau und hatte ein ähnliches Format wie die GN heute. Im Jahresabo kostete sie fünf Franken bzw. vier Mark achtzig und war vom 27jährigen Autor als «Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform» gedacht.

Natürlich werden wir dieses Jubiläum gebührend feiern und unter anderem ein tolles Fest für alle Vogel-Freunde vorbereiten. Näheres erfahren Sie, sobald die Bäume auf dem Hätschen zu neuem Leben erwacht sind.

Herzlichst, Ihre

Ingrid Zehnder