

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 56 (1999)  
**Heft:** 2: Eine scharfe Sache : Pfeffer

**Artikel:** Willkommen an der RELAX 99!  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557635>

#### 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:** 24.12.2025

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

# Willkommen an der RELAX 99!

Vom 25. bis zum 28. Februar findet im Kongresshaus Zürich im Rahmen der Zürcher Gesundheitstage 1999 die RELAX 99 statt, die Messe für Gesundheit, Wellness und Freizeit. Ein äusserst vielversprechendes und spannendes Programm mit viel Ambiente erwartet die Besucherinnen und Besucher. Jeder der vier Messestage widmet sich einem besonderen Thema: den Allergien, den Frauen, den Männern und dem Wasser.

Die RELAX 99 widmet sich ganz der Gesundheit und spricht Jung und Alt an. So stellen sich etwa die schönsten Wellness-Hotels, Bäder und Reha-Kliniken vor, am Samstag und Sonntag finden Aerobic-Shows statt und an allen vier Tagen gibt es verschiedene Demonstrationen und Gesundheitstests. Wellness- und Relax-Bar, Schminkecke sowie verschiedene Wettbewerbe umrahmen das attraktive Messeprogramm. Und dieses sieht wie folgt aus:

Der erste Messestag, der «**Tag der Allergien**», wird von der Allergiestation der Dermatologischen Klinik des Universitäts-Spitals Zürich bestritten. Allergien gelten als «Umweltkrankheit Nr. 1». Fünf ausgewiesene Fachleute, darunter *Prof. Dr. med. B. Wüthrich*, behandeln in ihren Referaten die Themen Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten, Ekzeme, Neurodermitis und Heuschnupfen.

Krampfadern, Brustkrebs, Wechseljahre, Hormonbehandlungen, Osteoporose – das sind die Schwerpunkte des «**Tags der Frau**» am 26. Februar. Der TV-Arzt *Dr. Samuel Stutz* führt die Besucher zusammen mit Fachärzten und Patienten durch den Tag. Es ist möglich, Gesundheitstests (Knochendichte-Messung, Cholesterin- und Zuckertest) durchzuführen.

Zum «**Tag des Mannes**», 27. Februar 1999, siehe Kasten nebenan.

Welche Bedeutung besitzt Wasser in unserer Ernährung? Was sind seine Besonderheiten? Warum tut Wellness so gut? Diesen Fragen widmet sich der 28. Februar, der «**Tag des Wassers**». Weitere Themen dieses letzten Messestages: «Die Dauerbrause als Baustein zur Entgiftung» und die Vorstellung des Buches «Wasser – die geheimnisvolle Energie für Gesundheit und Wohlbefinden» von *Dr. phil. Urs Honauer*.

## «TAG DES MANNES», 27. FEBRUAR 1999

Am «Tag des Mannes», der von der Bioforce AG und vom Verlag A. Vogel organisiert wird,

### Der Termin für sie und ihn!

Samstag, 27. Februar 1999,  
«Tag des Mannes»

10.30 – 11.15 Uhr

«Der Mann in der Mitte des Lebens»  
Bea Rieder, Bioforce AG, Roggwil TG

12.00 – 12.45 Uhr

«Natürlich gesund und leistungsfähig  
in jedem Mannesalter»  
Jo Marty, Gesundheits- und  
Ernährungsberater, Uster

13.30 – 14.15 Uhr

«Der Mann in der Beziehung –  
nichts ist mehr wie früher»  
Marta Emmenegger,  
Lebensberaterin

15.15 – 16.00 Uhr

«Heilpflanzen für Herz, Kreislauf,  
Psyche und Prostata»  
Silvia Bommer, Ärztin,  
Bioforce AG, Roggwil TG

17.00 – 17.45 Uhr

«Viagra – oder helfen Heilkräuter?»  
Dr. Andreas Lenherr, Apotheker,  
Berg-Apotheke, Zürich

**RELAX**  
99

Die Messe  
für Gesundheit,  
Wellness  
und Freizeit

Holen Sie sich das tolle GN-Jojo  
am «Tag des Mannes»!

beleuchten fünf hochkarätige Referenten die verschiedenen Aspekte der Gesundheit des Mannes sowie seinen Umgang mit dem fragilen Gut aus. Den Anfang macht **Bea Rieder** von der Bioforce AG. Sie ist im vergangenen Jahr durch Vorträge zum Thema «Wechseljahre» bekannt geworden. An der RELAX spricht sie zum Thema «Der Mann in der Lebensmitte – reif für das Leben?», macht den «Herren der Schöpfung» Mut zur Lebensfreude und ermuntert sie, vermehrt auf die leiseren, aber nicht weniger wichtigen körperlichen und seelischen Signale zu hören.



Bea Rieder

### Vitalität und Wohlbefinden

**Jo Marty**, dessen Praxisgespräch mit Frau Dr. med. Dorothea Allemann über Prostata im Verlag A. Vogel AG als Sprechkassette erschienen ist, geht in seinem Referat auf die unterschiedlichen Anforderungen der Ernährung und Verhaltensweisen in den verschiedenen Lebensphasen des Mannes ein. Im Zentrum stehen natürliche Ernährungstips für Vitalität, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden bis ins hohe Mannesalter. Stress, Veränderungen, Druck, Belastungen und Angst bilden weitere Elemente in seinem Vortrag.



Jo Marty

Muss man **Marta Emmenegger** noch eignen vorstellen? Wohl wie kaum jemand weiß die bekannteste Lebensberaterin der Schweiz Bescheid über Beziehungsfrüden und -leiden. Dass in den Partnerschaften zwischen den Geschlechtern heute nichts mehr so ist,



Marta Emmenegger

wie es früher einmal war und insbesondere die Männer in vielen Bereichen verunsichert sind, bildet den Inhalt ihres Referats. Wie können Mann und Frau einander erfüllend und partnerschaftlich begegnen? Der Vortrag von Marta Emmenegger ist einer der Termine für sie und ihn, den es nicht zu verpassen gilt!

### Heilpflanzen für den Mann

**Silvia Bommer**, Ärztin bei der Bioforce AG, stellt «Heilpflanzen für Herz, Kreislauf, Psyche und Prostata» vor und zeigt, warum die sanfte Naturheilkunde ein unverzichtbares Element der natürlichen Lebens- und Heilweise auch für



Silvia Bommer

den Mann ist. Ein Streifzug durch die Welt der Heilkräuter, vom Johanniskraut bis zur Sägpalme.

**Dr. Andreas Lenherr** spricht mit seinem Referat ein heikles Thema an. «Viagra – oder helfen auch Heilkräuter?», fragt der durch zahlreiche Vorträge bekannt gewordene Apotheker. Wann ist der Einsatz von Viagra sinnvoll und in welchen Situationen erzielen Heilkräuter auf sanfte und nachhaltige Weise Erfolge? Dr. Lenherr erörtert die Wirkungsweise der modernen «Pille für die Männeskraft» und informiert über Risiken und Nebenwirkungen.



Dr. Andreas Lenherr  
• CU

**Machen Sie mit beim  
GN-Wettbewerb an der  
RELAX '99 und gewinnen  
Sie eine Wellness-Woche  
und vieles mehr.**

(siehe auch Seite 32)