Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 57 (2000)

Heft: 4: Wenn essen zum Problem wird

Rubrik: Der Natur auf der Spur

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: 10.12.2025

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

BUCHTIPP

Vogelbeere, Schlehe, Hagebutte

Bald blühen sie wieder, die Vogelbeeren, die orangeroten Früchte der Eberesche. Auch der Schleh- oder Schwarzdorn gehört zu den frühen Blühern im Jahr, und dasselbe gilt für die Hagebutte. Gemeinsam haben die drei auch, dass die Früchte erst im Herbst, ab August (Vogelbeere), ab den ersten Frösten (Schlehe), ab Oktober (Hagebutte) eingesammelt werden können. Als Heilpflanzen sind sie seit der Antike bekannt. Jetzt haben sie Paul Pfyl und Heinz Knieriemen für die Küche entdeckt – wiederentdeckt, muss man sagen. Denn wie bei so vielen Naturrezepten ging auch das einstige Wissen um die Verwendung von Vogelbeere, Schlehe und Hagebutte in der Küche im Laufe der Zeit verloren oder wurde von Mythen und Legenden verdrängt. Das Buch enthält – gegliedert in Vorspeisen, Suppen, Salate, Hauptgerichte und Süsses – mehr als 60 Rezepte, darunter so leckere Kreationen wie gefüllte Zucchiniröllchen mit Vogelbeersirup oder Kartoffelsuppe mit Schlehen-Apfelmus. Hier das Rezept für einen anregenden, vitamin C-reichen Vogelbeersirup:

Zutaten:

1 kg Vogelbeeren, 1 l Wasser, 500 g Birnendicksaft (Birnel), $^1/_2$TL Zimt, gemahlen

- Die Vogelbeeren zerquetschen und mit dem Wasser in einen Topf geben.
- Bei mittlerer Hitze 30 Minuten sanft kochen lassen.
- Pürieren und durch ein Tuch passieren. Den Birnendicksaft und den Zimt beigeben und nochmals 30 Minuten kochen lassen. Heiss in zuvor sauber ausgespülte Flaschen füllen. Haltbarkeit: 1 Jahr.

Paul Pfyl/Heinz Knieriemen, «Vogelbeere, Schlehe, Hagebutte», AT Verlag, Aarau, 80 Seiten, ISBN3-85502-655-6, sFr. 19.90/ DM 19.90/ATS 145.– • *CU*

Venen: Vorträge & Checks

Weitere Vorträge mit kostenloser Venenmessung zum Thema «Beine und Venen» der Gesundheitsberaterin und Venenexpertin Sylvie Hölterhoff finden wie folgt statt:

Horgen ZH, Dienstag, 30. Mai
In der Drogerie Bergli
13.30 bis 17.30 Uhr Venen-Check
Im Schulhaus Bergli
18.30 bis 19.30 Uhr Venen-Check
19.30 bis 21.00 Uhr Vortrag
21.00 bis 22.00 Uhr Venen-Check.

Chur, Dienstag, 6. Juni
Im Hotel Drei Könige
18.30 bis 19.30 Uhr Venen-Check
19.30 bis 21.00 Uhr Vortrag
21.00 bis 22.00 Uhr Venen-Check

Davos-Platz, Mittwoch, 7. Juni
Im Evang. Kirchgemeindehaus
18.30 bis 19.30 Uhr Venen-Check
19.30 bis 21.00 Uhr Vortrag
21.00 bis 22.00 Uhr Venen-Check

Buchs SG, Donnerstag, 8. Juni
Im Singsaal der Sekundarschule
18.30 bis 19.30 Uhr Venen-Check
19.30 bis 21.00 Uhr Vortrag
21.00 bis 22.00 Uhr Venen-Check

Weitere Termine in der Mai-GN. Info: M. Bischofberger, Bioforce, Tel. CH 071/454 62 43

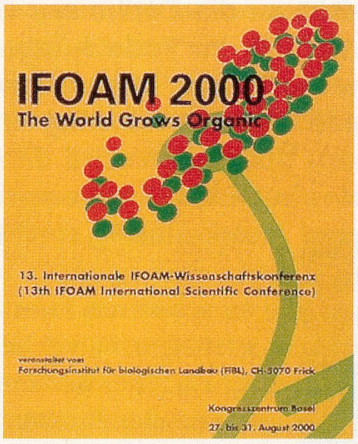
«RELAX 2000» – eine Erlebnismesse

Vom 11. bis 14. Mai 2000 findet im Zürcher Kongresshaus die 2. Messe für Wellness, Freizeit, Gesundheit und Beauty, «RELAX 2000», statt. Das Messeprogramm umfasst u.a. folgende Angebote: Ferien- und Kurorte für Wellness und Entspannung, Therapien und Gesundheitsprodukte, Fitness-Clubs sowie diverse Reiseangebote. Zur «RELAX 2000» gehört die Sonderschau «Fifty Plus», die Probleme rund um das Leben über 50 aufzeigt.

Info: Haenni Messen und Promotion, Rhyblick 328, Postfach 73, CH-8455 Rüdlingen, Tel. CH 01/867 25 10, Fax 01/867 25 11

Bio in Basel

Die 13. Weltkonferenz der IFOAM (Internationale Vereinigung biol. Landbauorganisationen) findet vom 27. bis 31. August 2000 im Kongresszentrum Basel statt. Das Tagungsmotto *«The world grows organic»* signalisiert, dass Wege aufgezeigt werden sollen, wie dem biologischen Landbau weltweit zum Durchbruch verholfen werden kann. Parallel werden Seminare zur Verarbeitung von Bioprodukten und zum Bioanbau von Wein in der Schweiz durchgeführt. Begleitet wird die Konferenz von einen Bio-Markt in Zofingen (25. bis 27. August), wo Bioprodukte aus aller Welt degustiert und gekauft werden können.



Osteoporose bei Männern

Bisher galt Osteoporose (Knochenschwund) als eine typische Erkrankung von insbesondere hellhäutigen und zierlichen Frauen nach den Wechseljahren. Doch auch Männer können davon betroffen sein. Kürzlich warnte die *«Deutsche Medizinische Wochenschrift»*, dass 29 Prozent aller Männer über 60 Jahren an Osteoporose leiden. Zur Vorbeugung dient u.a. *Urticalcin von A. Vogel*. Das Präparat fördert die Kalziumaufnahme und wird bei Störungen des Kalkstoffwechsels eingesetzt.

Wildpflanzenmärit Bern

Am 3. Mai 2000 findet in Bern, am Oberen Waisenhausplatz, von 7 bis 18 Uhr der alljährliche Wildpflanzenmärit statt. Der grösste Wildpflanzenmarkt der Schweiz wartet auch dieses Jahr mit einer Fülle von Pflanzen und einem reichen Informationsangebot auf.

Info: Ruth Steffen, CH 3652 Hilterfingen, Tel. CH 033/243 29 19, Fax 033/243 29 23

Wäsche für schwache Blasen

Über 400 000 Frauen und Männer leiden allein in der Schweiz unter Blasenschwäche. Bei Frauen sind meistens eine Geburt, eine Operation oder die Wechseljahre die Ursache. Oft genügt ein plötzliches Niesen, ein kräftiges Schneuzen oder ein herzhaftes Lachen, um einen leichten Harnabgang auszulösen. Bei schulpflichtigen Kindern mögen Stress und andere psychische Gründe vorliegen.

Bei Männern ist häufig die Prostata für das Problem verantwortlich. Etwa die Hälfte der Männer über 50 haben eine gutartige Vergrösserung der Prostata; bei den 60-jährigen sind es etwa 60 Prozent, bei den 70- bis 80-jährigen sogar 80 Prozent. In vielen Fällen kommt es zu unkontrolliertem Harnverlust (es «tröpfelt» manchmal …).

Die «Contina»-Sicherheitswäsche mit Baumwolle macht sicher, denn sie saugt durch eingearbeitete Mikrofasern bis zu einem Viertel Liter Flüssigkeit auf, ohne dass die Unterhose nass wird. Eine atmungsaktive Nässesperre garantiert, dass keine Feuchtigkeit nach aussen dringt. Das ist sauber, hygienisch, sparsam und umweltfreundlich. «Contina» gibt es einzeln und im preisgünstigen Dreier-Pack. Neu auch für Kinder.

Ausführliche Gratis-Informationen:
In CH: *Wellsana Versand GmbH*
Hauptstrasse 17, PF 57, CH 9053 Teufen
Tel. CH. 071/335 09 90, Fax 071/335 09 98
Internet: www.wellsana.ch
In D: *Beckmann Versand*
D 82477 Mittenwald, Tel. D 0180/529 29 00
In A: *Beckmann Versand*
A 6175 Kematen, Tel. A 05232/3100