

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 61 (2004)  
**Heft:** 3: Keine Angst vorm Fett?

## Werbung

### 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:** 04.05.2026

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



# SANATURA

Gesundheit, Wohlbefinden, Genuss

## 18.-21. März 2004

### Messe Zürich, Hallen 9.1/9.2

**Showkochen, Showbäckerei, Bio-Erlebnis-Markt**  
Marianne Buser, Erica Bänziger, Monika Kägi  
Nicola Di Capua, Claudio Valsangiacomo

**60 Vorträge rund ums Thema Gesundheit**  
Mehr auf unsere Website [www.sanatura.ch](http://www.sanatura.ch)

**Besucherwettbewerb**  
Hauptpreis Forster Küche mit Electroluxgeräten und weitere tolle Preise

**Zu jedem Eintritt ein kleines Gesundheitsgeschenk**

**Gutschein**  
zum Bezug einer Eintrittskarte  
für Fr. 6.— anstatt Fr. 12.—  
vom 18.-21.3.2004, Messe Zürich  
Hallen 9.1/9.2  
Bitte Gutschein  
an der Kasse einlösen.  
Ges. Nach.

Do-So täglich 10.00-18.00 Uhr, Eintritt Fr. 12.—  
Studenten, Senioren und Lehrlinge Fr. 6.—  
SANATURA, Postfach 458, 8402 Winterthur, 052 212 85 05  
[info@sanatura.ch](mailto:info@sanatura.ch), [www.sanatura.ch](http://www.sanatura.ch)

**Sich selbst zuliebe...  
...naturein.**

**Basenreicher-Kräutertee** für einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt  
Originaldose, 100 g, Fr. 18.50

**Cystus-Bio-Teekraut**, reich an Vital- und Schutzstoffen für eine körpereigene Abwehr.  
Beutel, 250 g, Fr. 39.50

**Ceratolive-Pulver** mit Johannisbrot und Olivenblatt bindet Cholesterin und hilft der Verdauung.  
Originaldose, 400 g, Fr. 39.50

Portokostenbeitrag Fr. 5.-

Apotheke zur Taube  
Postfach 251  
6403 Küssnacht a. R.  
Tel. 041 850 10 45  
Fax 041 850 54 94

**Eine der feineren Adressen.**



**...für Farbprospekte  
...für Geschäftsdrucksachen**

Kunz-Druck & Co. AG      Telefon 071 333 24 33  
Buch- und Offsetdruckerei      Fax 071 333 19 18  
Hauptstrasse 51      kunzdruck@bluewin.ch  
Postfach      www.kunz-druck.ch  
9053 Teufen AR      ISDN 071 333 27 37

**Beugen Sie vor!**

**Fischöl-  
Kapseln**  
zur Nahrungs-  
ergänzung

Reich an Omega-3-  
Fettsäuren  
EPA und DHA

Ich bestelle: **Tiefpreis!**  
.....Stk. Fischölkapseln à 200 Kaps. CHF 59.90 + Porto u. Verpackung

Name:.....Vorname:.....

Strasse:.....Plz:.....Ort:.....

Tel:.....Fax:.....

Tel.G.:.....Mail:.....



**HEGGLI**  
NATURPRODUKTE

Hohlenbaumstrasse 71 Postfach 53 8204 Schaffhausen  
Tel: 052/625 75 81 Fax: 052/620 03 51  
Mail: info@drogerie-heggli.ch www.drogerie-heggli.ch



**BAD  
WURZACH  
IM ALLGÄU**

**Moor  
Thermal  
Massagen  
Saunen**

**Gesundheit und Wellness pur!**

Das einzige Moorheilbad im Allgäu bietet Ihnen wohltuende Naturheilverfahren und außergewöhnliche Wellnessangebote...  
... und das Beste, alles unter einem Dach!

Über 20 attraktive Pauschalangebote von 3 bis 21 Tagen im 3-Sterne-Superior-Kurhotel am Reischberg bereits ab € 199,- p.P.



**Bad Wurzach – einzigartig im Allgäu.**  
Fordern Sie einfach unverbindlich Prospektmaterial an!

Kurverwaltung Bad Wurzach/Allgäu  
Mühltorstraße 1  
D-88410 Bad Wurzach/Allgäu  
Telefon 0049/(0)7564/302-150  
Fax 0049/(0)7564/302-154  
info@bad-wurzach.de  
www.bad-wurzach.de

**Fr. 25.-  
das Paar**

**ZIMT**

**für Ihre Füße – die saugen ihn auf!**

Belastete Füße (z.B. stehende Berufe, Wandern, usw.)  
Problemfüsse, kalte Füße, heisse Füße, empfindliche  
Füße, Fusschweiss, Hornhaut und vieles mehr.

**ZIMTSOHLNEN – DIE LÖSUNG!**

**sofort lieferbar** Mit viel Zimt gefüllte  
Sohle einlagen aus Baumwollsattn

Haben Sie Fussbeschwerden? – Fragen Sie uns!

**Grosser Effekt und grosser Komfort!**

**Terra Schweiz, 5722 Gränichen**  
Tel. 062 842 37 48 – Fax 062 842 91 42

www.zimtsohlen.com



# Oberstaufer



im Dreiländereck  
Deutschland,  
Österreich,  
Schweiz

**Wellness  
Fitness/Golf  
Beauty  
Gesundheit**

im einzigen Schroth-Heilbad  
Deutschlands

Unser Tipp...

**1 Woche Wellness\*\*\*  
ab € 380,- p.P.**

**Infos/Prospekte:** Kurverwaltung  
**D-87534 Oberstaufer/Allgäu**  
Tel. 00 49 - 83 86 - 93 00 - 0, Fax 93 00 - 20  
info@oberstaufer.de www.oberstaufer.de



## PROSTATAKREBS

Behandlung ohne Operation, hoch dosierte  
Buserelingabe zur direkten Krebshemmung,  
Hyperthermie, gezielte Immunstimulation

### Klinik Marinus am Stein

Privatklinik für ganzheitliche Krebstherapie  
83098 Brannenburg  
Tel: 08034/9080  
[www.klinik-marinus.de](http://www.klinik-marinus.de)



**Sie haben schon oft  
unsere Anzeige gelesen?**



**Dann wird es Zeit, dass Sie uns auch kennen lernen!**

Wir, das Moierhofteam, bauen für Sie in reiner Demeterqualität alles an, was in unserer sonnenreichen Region wächst. Delikate, bekömmliche Vollwertgerichte verwöhnen Sie bei Tisch. Die ruhige, idyllische Lage des Moierhofes (42 ha) weckt Ihre Vitalität und Lebensfreude. Abwechslungsreiche Wander- und Radlandschaft. Intensivseminare nach Dorn/Breuss. **Neu:** Gesundheitswoche.

**Naturkost-Pension Moierhof • G. Schuhböck jun. • D-83339 Chieming**  
Telefon 0049/8664/987-0 • Fax 0049/8664/987 200  
[www.moierhof-naturkost.de](http://www.moierhof-naturkost.de)



[www.naturamed.de](http://www.naturamed.de)

## Erschöpft? Migräne? Tinnitus? Krankheit "Unbekannt"?

Wir suchen nach versteckten  
**Krankheitsursachen** und zeigen  
naturmedizinische Wege zu neuer

**Kraft.** Buchen Sie jetzt einen  
Ursachendiagnose-Tag oder eine  
Schnupperwoche:

D-88339 Bad Waldsee  
Badstr. 31m, Nähe Bodensee

00 49 / 75 24 / 990 - 222

**NaturaMed**

*Vitalclinic*

Nutzen Sie den  
günstigen Wechselkurs!

## Sauer oder ausgelaugt?

**Fasten – Kneippen – Entsäuern –  
F. X. Mayr**

Kur- und Gästehaus Röther  
[www.roether.de](http://www.roether.de)

Telefon 0049 (0)7551-92240

**D-88662 Überlingen/Bodensee**



**Biologische Ganzheits-Therapie Entgiftungs- und  
Vitalstofftherapie mit Verjüngungseffekt  
nach Prof. Dr. med. Karl Kötschau**

- Infektanfälligkeit
- Herz-Kreislaufstörungen
- Allergien und Asthma bronchiale
- Migräne, Kopfschmerzen
- Biologische Krebsvor- und -nachsorge
- Nachbehandlung von Lyme Borreliose (Zeckenbisse)
- Gelenkrheumatismus
- Durchblutungsstörungen
- Schmerztherapie

Testung u. Auflösung von Störstellen (Ablagerungen im  
Bindegewebe **d.h. Gelosen**, die Krankheiten auslösen, ebenso  
Störstellen im Narbengewebe)

Die Therapie wird unterstützt durch ein von  
Prof. Kötschau entwickeltes biologisches Heilmittel

**Information und Anmeldung: Prof. Kötschau-Institut e.V.,  
Lindenweg 23, 83071 Schlossberg/Stephanskirchen b. Ro-  
senheim/Obb., Tel. 08031/7 13 51, Fax 08031/7 23 76**

Zugelassen bei privaten Krankenkassen, beihilfefähig, € 20,-  
bis 30,- je nach Behandlung, Hausbesuche evtl. Mi + Sa

# **DIE UNSICHTBARE GEFAHR: ELEKTRO-SMOG**

**Elektrosmog kann Ihre Gesundheit  
massgebendbeeinträchtigen,  
unsichtbar und geruchlos.**


Der Elektrosmog – dieses heimtückische Gemisch aus elektromagnetischen Feldern, elektrischen Strömen und Mikrowellen, sowie Geomagnetischen Feldern, hervorgerufen durch Rundfunk- und Fernsehsendern, durch Mobilfunkanlagen, Satelliten, Radaranlagen, Mikrowellenherde, Funktelefonen und herkömmlichen Elektroinstallationen und Apparate.

Wer die ernstzunehmenden Gesundheitsrisiken nicht kennt, kann sich auch nicht vor ihnen schützen.

Durch Messungen, Analysen und Sanierungen reduzieren wir den Elektrosmog in Ihrer Umgebung auf ein elektrobiologie-verträgliches Mass.

Sei es in der Wohnung, am Arbeitsplatz oder bei Neu- und Umbauten.

**Natürlich leben mit Elektrizität –  
wir schaffen die Voraussetzungen**

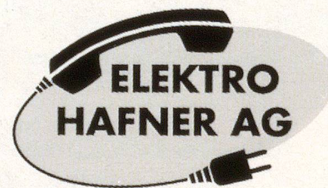
Als akkreditiertes Messlabor  (STS 364), mit einer über 25-jährigen Erfahrung im Bereich Elektrobiologie/Elektrosmog, bieten wir Ihnen massgeschneiderte Lösungen.

## **ELEKTRO HAFNER AG**

**Hauptstrasse 80  
CH - 9113 Degersheim**

Tel. +41 (0)71 372 05 50  
Fax +41 (0)71 372 05 55

info@elektro-hafner.ch  
www.elektro-hafner.ch



•Elektro •Telecom •Radio/TV •Elektro-Biologie •NIS-Messung





Sit i gfaschtet  
han, föhl i mi viel  
wohler...

**kneipp hof**  
8 3 7 4 · D u s s n a n g

Die Fasten-Wochen  
Jeweils von Samstag bis Samstag

13. März	–	20. März	04
20. März	–	27. März	04
27. März	–	3. April	04
24. April	–	1. Mai	04

Tel. 071 978 63 63 • www.kneipp-hof.ch

Gourmet-Öl  
Nahrungsergänzung  
Radikalfänger  
Hautöl & Naturkosmetikum

# Arganöl

Enthält die bisher höchste Konzentration an ungesättigten Fettsäuren (> 80%), Linolsäuren. Hohe Konzentration von Alpha-Tocopherol, das die stärkste Vitamin-E Aktivität besitzt.

Online-Shop: [www.salzstengel.de](http://www.salzstengel.de)

Produktinformationen anfordern bei:  
RS-Versand R. Stengel  
Sternwiesen 25 • D-74653 Künzelsau  
Telefon: 07940-51280 • Fax: 07940-2863  
eMail: [info@salzstengel.de](mailto:info@salzstengel.de)

**RS**  
VERSAND

Ferner: Weizengras, Algen, Noni, Aloe-Vera

Laufend neue Kurse in

## Klassischer Massage und Fussreflexzonenmassage

für den Hausgebrauch oder als Einstieg zum Berufsmasseur

**Verlangen Sie das Kursprogramm!**

**Zentrum Bodyfeet®**



FACHSCHULE FÜR NATURHEILKUNDE UND MANUELLE THERAPIEN

3600 Thun, Aarestr. 30, Tel. 033 222 23 23  
5000 Aarau, Bahnhofstr. 94, Tel. 062 823 83 83  
8640 Rapperswil, Tiefenastr. 2, Tel. 055 210 36 56  
[www.bodyfeet.ch](http://www.bodyfeet.ch), Kursorte in der ganzen deutschen Schweiz

BEGEGNUNGEN 2004

## MENSCHEN

die etwas zu sagen haben

li: Vreni Brumm  
dipl. Pflegefachfrau, Gesundheitspädagogin SKA, Kneipp Hydrotherapeutin, Erwachsenenbildnerin AEB

re: Madeleine Ducommun-Capponi  
dipl. Pflegefachfrau, Erwachsenenbildnerin AEB, Ausbildung in Pflanzenheilkunde und Phytotherapie, Wickelfachfrau

**SEMINAR**

## Gesund und «zwäg» im Alltag

– Sich stärken und entspannen mit Wickel/Kompressen, Bewegung und Wasser –

Datum und Seminarort:  
23. / 24.4.2004  
Nottwil/LU  
Seminarhotel Sempachersee

Kosten:  
EGK-Mitglieder Fr. 400.– EZ  
Fr. 370.– DZ  
Fr. 320.– o.Ü.\*  
Nichtmitglieder Fr. 440.– EZ  
Fr. 410.– DZ  
Fr. 360.– o.Ü.\*

Dauer:  
2 Tage  
Freitag 9<sup>00</sup>– Samstag 17<sup>00</sup> Uhr

Anmeldung:  
GFM AG, Tel. 032 623 36 31

\*ohne Übernachtung

EGK-Agentur Luzern  
Winkelriedstrasse 31  
6002 Luzern  
Tel. 041 226 30 80

**EGK-GESUNDHEITSKASSE**

Produkte der natürlichen Erfahrungslehre  
Die natürlichsten, kieselsäurehaltigen, luftdurchlässigen

## Ur-Dinkelspreu-Matratzen und -Kissen

Positive Beeinflussung bei Rücken-, Schulter-, Gelenkproblemen, Kopfweh, Migräne, Schlafstörungen, Krampfadern, Blutdruck usw. Stärkt das Immunsystem. Herrliche Bettwärme, ohne zu schwitzen. Abschirmung gegen Erdstrahlen. Keine Milbenbildung. Grosses Sortiment an **speziell gesteppten Kissen** gegen Schleudertrauma, Nackenverspannungen, Venenentzündungen, Tennisarm, Prostata. Still-, Meditations- und Autokissen. Matratzenauflagen, Steppdecken, Kindermatratzen, Edelhaarduvets aus Kamelflaumhaar oder Seide.

**Leony** Die gesundheitsfördernden Gebrauchsartikel / Schlafkomfort auf Ur-Dinkelspreu

**ALBERT CHRISTEN**  
CH-2544 Bettlach SO, Telefon 032/645 12 87

## Biochemischer Verein Zürich

Einführungsseminar I  
für Schüssler-Salze Nr. 1–12

Samstag, 27. März 2004, 9.15 bis ca.17.00 Uhr

**Seminarleiter: Jo Marty**

Im Hotel Glockenhof,  
Sihlstrasse 31, 8001 Zürich

Anmeldung unter: [www.biochemischer-verein.ch](http://www.biochemischer-verein.ch)  
Infos bei: Edith Pilater, Tel. 01 737 08 08,  
ab 18.00 Uhr



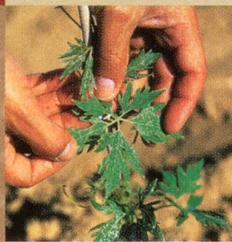
## Wir suchen

Personen, die an Alternativmedizin und naturheilkundlichen Behandlungen interessiert sind und zur Vermeidung von Befindlichkeitsstörungen und zur Linderung altersbedingter Leiden ein BIO-

Magnetfeld-Therapiegerät gratis testen wollen.  
Beratungsstelle für Energiemedizin Schweiz, Leitung: Peter Folgera, 3655 Sigriswil, Telefon 033 251 33 05, [www.energiemedizin.ch](http://www.energiemedizin.ch)

Das Begrüssungspaket für  
**nur CHF 25.-**  
 statt CHF 46.10. Sie sparen CHF 21.10.

Entdecken Sie Weine mit  
 Höchstbewertung  
 «\*\*\* sehr empfehlenswert»



Delinat ist das einzige Weinhaus der Schweiz, das sich seit 1980 ausschliesslich auf Weine aus biologischem Anbau konzentriert. Ein Engagement für hohe Weinqualität im Einklang mit den Anliegen der Natur. In der Label-Übersicht für Lebensmittel bewertet der WWF Schweiz das Delinat Qualitätszeichen mit «\*\*\*sehr empfehlenswert». Mit dem Degustier-

Service können Sie laufend auserlesene Weine aus Europas besten Lagen entdecken. Geniessen Sie die hervorragende Qualität dieser Trouvaillen aus gesunder Natur. Überzeugen Sie sich ganz einfach und unkompliziert. In aller Ruhe – ganz ohne Bestellpflicht. Nutzen Sie diese Gelegenheit und senden Sie den Degustier-Gutschein noch heute zurück!

Ihr zusätzliches Geschenk!  
 1 Profi-Korkenzieher «Pulltap»  
 im Wert von CHF 15.-.



Höchstbewertung: «\*\*\* sehr empfehlenswert»



Dieses Qualitätszeichen für biologischen Weinbau garantiert eine mehrfache Kontrolle zur Einhaltung der Delinat-Anbaurichtlinien. Es erhielt vom WWF und von den Konsumentenschutzorganisationen der Schweiz die höchste Bewertung «\*\*\*sehr empfehlenswert»



Diese drei Weine sind  
 im Angebot enthalten

Die Domaine de Lauzières wurde im Juni 2001 von der «Revue du vin de France» zur Entdeckung des Jahres gewählt.



**Vinya Laia**  
 Catalunya DO 2000

Der 2000er ist nicht nur symbolisch «rund», sondern auch sehr zugänglich und vielfältig in der Aromatik. Ein herrliches Trinkvergnügen – viva Laia! Rubinrot; komplexes Bukett, dunkle Beeren, Schokolade; wunderschöne Harmonie!

Delinat-Listenpreis  
 CHF 13.80

**Equinoxe**  
 Domaine de Lauzières

Les Baux de Provence AC 2000  
 Ein schlichter «Südfranzose» mit viel Charme für den täglichen Genuss. Besondere Empfehlung! Mittleres Blauviolett; Himbeer- und Brombeeraromen, im Hintergrund Schlehe und Süssholz; angenehmer Süssteil, eingebettet in Fruchtnoten, noch jugendliche Tannine, gefällig.

Delinat-Listenpreis  
 CHF 19.50

**Rubino**  
 Chianti DOCG 2001

Rubino ist ein typischer Chianti von jugendlichem Temperament. Er wird all jenen munden, die einen Chianti mit geringem Tanningehalt vorziehen. Kirschrot; fruchtiges Bukett, Kirschen mit würzigen Noten; weich im Gaumen, ausgesprochen harmonisch; ein typischer Chianti, der sehr viel Spass macht!

Delinat-Listenpreis  
 CHF 12.80

**Degustier-Gutschein** Mit zusätzlichem Geschenk!

Bitte Bestellschein ausfüllen und einsenden an: Delinat Kundenservice, Marian Truniger, Kirchstrasse 10, CH-9326 Horn. Oder bestellen Sie per Telefon unter 071 227 63 00 oder per Fax 071 227 63 01. [www.delinat.ch](http://www.delinat.ch)

**Ja**, diese drei trinkreifen Weine möchte ich entdecken!  
 Senden Sie mir das einmalige DegustierService-Begrüssungspaket zum Spezialpreis von **nur CHF 25.-**.

- Ich spare dabei gegenüber dem Delinat-Listenpreis CHF 21.10.
- Ich erhalte zusätzlich als Geschenk einen **Profi-Korkenzieher «Pulltap» gratis**.  
 Art. 9001.75. Zzgl. CHF 6.50 Anteil Verpackung/Versand.  
 Angebot gültig bis 30. Juni 2004.

Bitte senden Sie mir kostenlos den aktuellen Katalog «Wein aus gesunder Natur».



**DELINAT**  
 Wein aus  
 gesunder Natur

Name/Vorname

Strasse / Nr.

PLZ / Ort

Telefon

E-mail\*

Geburtsdatum\*

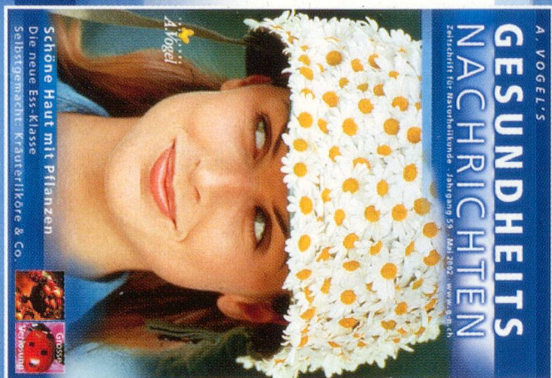
VGN587.837

\*Freiwillige Angaben

\*Keine Weinlieferung an Personen unter 18 Jahren

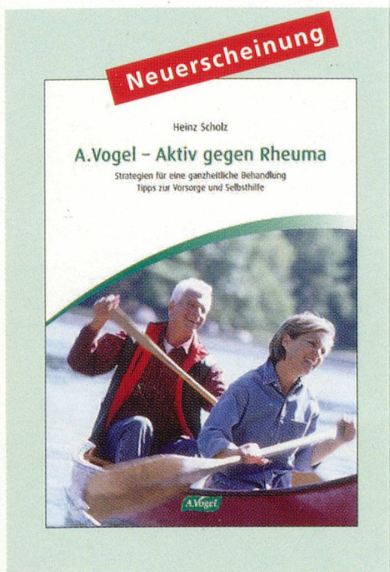
So funktioniert der DegustierService: Sie erhalten **viermal pro Jahr** ein Paket mit drei ausgewählten Rotweinen, dazu wichtige Weininformationen und einen Rezeptvorschlag. Die Pakete erhalten Sie je nach Auswahl der Weine für CHF 30.- bis max. CHF 45.-. **Und Sie können jederzeit wieder aussteigen – ein Anruf genügt.**

# Bestellkarte



Gesundheit im Abonnement!

11-mal pro Jahr, für nur Fr. 33.-



Das Geheimnis gesunder Beine.

**150** Das A. Vogel Venen-Buch von Dr. med. N. Linde und S. Hölterhoff 128 Seiten, viele Fotos und Originalzeichnungen. Fr. 16.50



Der Weg zur erfolgreichen Krankheitsvorsorge.

**30** Die Leber reguliert die Gesundheit 400 Seiten, 20 Illustrationen, viele Rezepte. Fr. 25.-

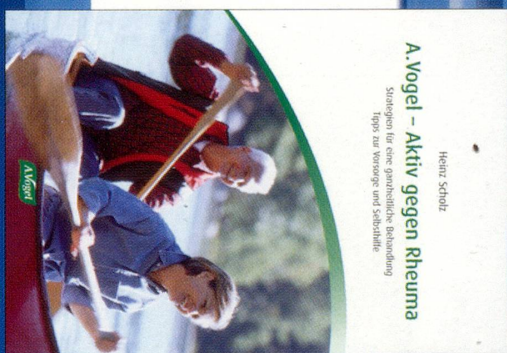
Bitte benützen Sie die Bestellkarte. 

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsvorstandung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse

Verlag A. Vogel AG  
Postfach 63  
CH 9053 Teufen

# Neuerscheinung!



Karte bitte hier abtrennen!

Das Buch über alles, was gegen Rheuma hilft!  
**Jetzt bestellen!**

Heiln  
nen  
**22**  
Pov  
Inte  
Spe  
Fr.

das  
ogi-  
ohe  
tur.  
der  
mit  
ier-  
gen  
llen  
pli-  
iese  
rick!

t all  
t  
n  
ein  
s

se,  
ber  
at.ch

837

lahren

Bitte nachsenden, neue  
Adresse nicht melden

AZB 9053 Teufen

Liebe Abonnenten

Bei Wohnungs- oder Namenswechsel  
melden Sie uns bitte die Änderung!

Sie erreichen uns unter

Tel. 071/335 66 66, Fax 071/335 66 88,  
E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Herzlichen Dank für Ihre Mühe

*A. Vogel*

## *Prostata-Beschwerden?*



## *Prostasan*

Pflanzliches Heilmittel zur Linderung  
von Beschwerden infolge beginnender  
Prostatavergrößerung wie:

- häufiger Harndrang
- Nachträufeln
- Probleme beim Harnlösen

**Nur eine Kapsel täglich!**

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

Verlangen Sie die informative Broschüre in  
Ihrer Apotheke oder Drogerie!



[www.avogel.ch](http://www.avogel.ch)