

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 62 (2005)  
**Heft:** 1: Fit statt dick

## **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:** 23.02.2026

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

Die Essenz des Heilens

Klassische Homöopathie  
Medizinische Ausbildung  
Ernährungsberatung  
Bachblüten-TherapeutIn  
FarbtherapeutIn

Die Schule, die Ihr Vertrauen verdient!

Fachschule für Homöopathie seit 1988  
Berufsbegleitende Ausbildungen EMR-anerkannt

**SHS**

Samuel Hahnemann Schule

EDU QUA

Samuel Hahnemann Schule GmbH  
Mühlemattstrasse 54 · 5000 Aarau  
Tel.: 062 822 1920 · Fax: 062 822 2088  
info@hahnemann.ch · www.hahnemann.ch

Verlangen Sie unsere Detailprospekte!

## Schweizer Wanderwochen

erleben – erholen – in kleinen Gruppen

**Leitung:** Dr. med. Peter Meier-Schlittler,  
Wallisellerstr. 11, 8152 Glatbrugg

**A) von Mauvoisin nach Zermatt:** Nachdem wir uns in einem heimeligen Hotel beim Lac de Mauvoisin eingestimmt haben, brechen wir auf zur Charion-Hütte und von hier durch die grossartige Gletscherlandschaft des Wallis bis nach Zermatt – für geübte Berggänger.

**Datum:** Samstag, 16.7., bis Samstag, 23.7.2005

**B) Rund um das Wildhorn:** Nach dem «schönsten Sonnenuntergang» im Berner Oberland in der Wildstrubelhütte gelangen wir zum Rawilpass und durch das Sanetschgebiet zum Lauenensee. Hier geniessen wir die Landschaft bei einem Grill-Abend! Auf der Iffigenalp angekommen, endet diese erlebnisreiche und erholsame Woche. Für gute Wanderer.

**Datum:** Sonntag, 14.8., bis Samstag, 20.8.2005

**C) Spätsommer-Wanderung durch die Greina:** Von Dangio aus, entlang dem Lago di Luzzone und durch die grandiose Landschaft der Greina-Hochebene, gelangen wir schliesslich zum Ziel: der Lukmanier-Passhöhe. Für gute Wanderer.

**Datum:** Sonntag, 28.8., bis Samstag, 3.9.2005

### Auskunft und Unterlagen:

Dr. med. Peter Meier-Schlittler, Allgemeinmedizin FMH  
Wallisellerstr. 11, 8152 Glatbrugg

**Tel.:** 01 810 22 12 / **Fax.:** 01 810 22 95 / **E-Mail:** meischli@bluewin.ch

## Märchenwälder und Renaissancestädte



### Wir besuchen die letzten echten Urwälder Europas

eine zauberhaft schöne und komfortable Natur- und Kulturreise mit leichten Wanderungen in Böhmen und Polen mit dem erfahrenen Schweizer Naturexperten Andreas Speich, dipl. Forstingenieur ETH / SIA / IUCN alt Stadtforstmeister von Zürich / Sihlwald.

**22. Juli. - 7. August 2005**

**Wunderbare Wald-Stimmungen in unberührter Natur.**

**Unter Urwaldeichen belauschen wir die Elfe Libussa.**

**Im einem verborgenen Märchenschloss, tief im Böhmerwald erleben wir längst vergangene Zeiten.**

**Grossmutter Sofies Zauberwald lässt uns die Waldnatur zu Herzen gehen.**

**Im Bialowieza Urwald staunen wir vor der Pracht des unberührten Waldes.**

**Im sanften Linden-Urwald schöpfen wir neuen Atem.**

Wir freuen uns, Sie zu verwöhnen.

Bestellen Sie unsere Prospekte:

**silvatur reisen**

Postfach 74

CH-8800 Thalwil

Tel. 043 366 91 13

Fax 043 366 91 14

travel@silvatur.ch

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

## DIE UNSICHTBARE GEFAHR: ELEKTRO-SMOG



Schlafen Sie gut?  
Sind Sie entspannt,  
erholt und leistungsfähig?



Elektrosmog kann Ihre Gesundheit massgebend beeinträchtigen, unsichtbar und geruchlos. Wir können Sie davor schützen. Durch messen, analysieren und sanieren reduzieren unsere IBES Messspezialisten Ihr Umfeld auf ein elektrosmogverträgliches Mass. Sei es in Ihrer Wohnung, in Ihrem Haus, am Arbeitsplatz sowie bei Neu- und Umbauten.

Natürlich leben mit Elektrizität – wir schaffen die Voraussetzungen



**ELEKTRO HAFNER AG**  
Hauptstrasse 80  
9113 Degersheim

Tel. +41 (0)71 372 05 50 info@elektro-hafner.ch  
Fax +41 (0)71 372 05 55 www.elektro-hafner.ch

•Elektro •Telecom •EDV/Netzwerk •Elektro-Biologie •NIS-Messung



### Energie-Schlafsystem

**Vitalität durch natürliches Magnetfeld**  
Einzigartige Natur-Bettauflage aus Merino-Wolle mit Bio-Magnetfeld ohne Strom **regeneriert den Organismus in der Nacht optimal.**

90 cm X 1.90 cm CHF 635.– (auch nach Mass lieferbar)

[www.evitalplus.ch](http://www.evitalplus.ch) 0041 71 983 39 25

## Frawley Ayurveda®

Lernen Sie fundiert das ganze Spektrum der ayurvedischen Gesundheits-, Ernährungs- und Heilkunde mit den Lehrbüchern von Dr. David Frawley.

Beginn der Ausbildungen jeweils im Herbst in der Nähe von Aarau (Schweiz), ca. 1h ab Bern/Basel/Zürich/Luzern. Auch als Fernkurs erhältlich.

Weitere Infos unter [www.atreya.com](http://www.atreya.com),  
[eivs-ch@ayurquell.ch](mailto:eivs-ch@ayurquell.ch) oder Mobil +41 76 398 86 86.

*TERRA NATURA TMA. Eine weltweit einzigartige Naturkosmetik. Wir legen Wert darauf, dass die Urkraft der Natur in unseren sorgfältig ausgewählten und verarbeiteten Pflanzenextrakten sowie Ölen erhalten bleibt. Alle Stoffe, die Cremes und Lotionen nur angenehmer riechen, aussehen oder für Jahre halten lassen, sind für die Pflege der Haut nicht nur unnötig, sondern meist schädlich. Daher verzichten wir auf jegliche chemische Inhaltsstoffe. Sie verlangsamen den Alterungsprozess und revitalisieren das Gewebe. Die Haut wird wieder glatt und geschmeidig, sie sieht frisch und gepflegt aus.*

*Mit der neuen TERRA NATURA TMA Pflege, 'lernt' Ihre Haut sich wieder selber zu regenerieren. Keine phänomenalen kurzfristigen Effekte, sondern wir möchten eine nachhaltige Verbesserung Ihres Hautbildes erreichen.*

## NATUR EXCLUSIV

*Unsere Cremes und Lotionen sind reich an natürlichen Vitaminen, Mineralien, pflanzlichen Proteinen und Aminosäuren.*



*Für mehr Infos wenden Sie sich bitte an unsere InfoLine 061 723 00 80 oder besuchen Sie unsere Website [www.terranaatura.ch](http://www.terranaatura.ch)*



**Fasten-Wandern**  
macht vogelleicht und frei

**Bewährt und beliebt mit Regi seit 12 Jahren**

Fasten-Wander-Wochen mit frisch gepressten Säften, jederzeit im sonnigen Wallis in und um das UNESCO-Weltnaturerbe ab Fr. 900.– mit professioneller Wanderbegleitung und Ernährungsberatung.

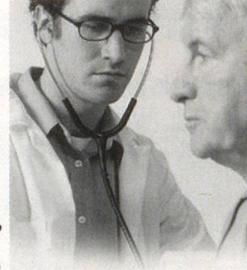
**Mallorca zur Mandelblüte 13.–20.2. und 20.–27.02.05**

Regi Brugger, CH-3938 Ausserberg  
Tel. 027-945 11 33, Fax 34, [www.gleichgewicht.ch](http://www.gleichgewicht.ch)

## Wir suchen Personen,

die an Alternativmedizin und naturheilkundlichen Behandlungen interessiert sind und zur Vermeidung von Befindlichkeitsstörungen od. zur Linderung altersbedingter Leiden, das neueste BIO-Magnetfeld-Therapiegerät, bequem zu Hause, eine Zeit lang kostenlos testen wollen.

Beratungsstelle Energiemedizin Schweiz, Leitung: Peter Folghera, Telefon: 033 251 33 05      Internet: [www.informationsmedizin.ch](http://www.informationsmedizin.ch)



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

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

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 Vormittags zwischen 8 u. 12 Uhr:**  
Prof. Kötschau-Institut e.V., Lindenweg 23,  
83071 Schlossberg/Stephanskirchen b. Rosenheim/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

# Wo haben Sie Ihre Energie her?



**ALTERNATIVE  
BANK**

Die Bank für eine  
andere Schweiz.

Trotz der bedrohlichen Klimaerwärmung sind AKWs keine Alternative.  
Die Alternative Bank ABS investiert deshalb gezielt in Projekte  
erneuerbarer Energiegewinnung.

**Nachhaltigkeit steht im Vordergrund, nicht die maximale Rendite.**

Ich möchte mich an der zukunftsorientierten Geschäftspolitik der ABS beteiligen. Bitte senden Sie mir:

Unterlagen zum Zeichnen von Förder-Kassenobligationen    Informationsmaterial

Name \_\_\_\_\_

c.p.a.

Adresse \_\_\_\_\_

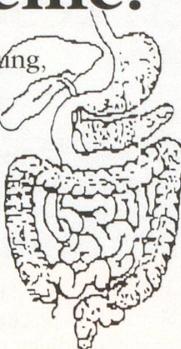
PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Talon an: Alternative Bank ABS | Leberngasse 17 | Postfach | 4601 Olten | Tel. 062 206 16 16  
[contact@abs.ch](mailto:contact@abs.ch) | [www.abs.ch](http://www.abs.ch)

A.Vogel.0510d

## Darmprobleme?

Bauchschmerzen, chron. Entzündung, Verstopfung, Durchfall, Reizdarm. Unsere ganzheitl. Behandlung als erfolgreicher Weg zur Linderung und Heilung.



**VillaMed Hinterzarten**  
– unter fachärztlicher Leitung –  
e-Mail [info@villamed.de](mailto:info@villamed.de)  
Infotel.: 0049 (0)7652 9821-21

Haben Sie nicht auch schon einmal davon geträumt, Ihren Lebensabend in Ruhe und Frieden zu geniessen? An einem Ort, wo Sie mit weniger Geld und weniger Gesundheitsproblemen leben könnten?

Machen Sie es doch wie schon Hunderte vor Ihnen, kommen Sie nach **SPANIEN!**  
Im besten **Heilklima in Denia an der Costa-Blanca** werden Sie sich rasch wohl fühlen.

Auskunft durch Schweizer Familie:  
Antonio und Ruth Schäfer, Carrer D'Ares 16,  
Apartado 334, E-03700 Denia (Alicante),  
Tel./Fax.: 0034-965 789 889,  
Mobil: 0034-610 789 889



Berufliche Weiterentwicklung - Dir zuliebe!

- Ganzheitliche Atemtherapie
- Körperzentrierte Psychologische Beratung
- Paar- und Familientherapie
- Ernährungs-Psychologische Beratung

Einführungsseminare in Zürich:  
18./19.02.05 Ganzheitliche Atemtherapie  
18./19.03.05 Körperzentrierte Psychologische Beratung  
20.03.05 Ernährungs-Psychologische Beratung

Ausbildungsinstitut für **Ganzheitliche Therapien**  
Programme/Auskünfte: Tel. 01 242 29 30  
[info@ikp-therapien.com](mailto:info@ikp-therapien.com) · [www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com)



## Müde, matt und schlapp?

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

Kneipp- & Vital-Hotel Röther  
[www.roether.de](http://www.roether.de)

Telefon 0049 (0)7551-92240

**D-88662 Überlingen/Bodensee**



[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!

## Biochemischer Verein Zürich

**Öffentlicher Vortrag**  
Montag, 17. Januar 2005, 19.45 Uhr

**Feldenkrais und Schüssler Salze**  
Referentin: Regina Kempf

im Vereinshaus Glockenhof,  
1. Stock, Sihlstr. 33, Zürich  
Eintritt: Fr. 18.–, Mitglieder: Fr. 8.–

**A.Vogel** [www.g-n.ch](http://www.g-n.ch)

**GESUNDHEITS  
NACHRICHTEN**  
Natürlich gesund leben



**Jetzt aktuell!**  
Schenken Sie  
Gesundheit!  
Schenken Sie ein  
Jahresabo für nur  
Fr. 33.–/Euro 22.–  
(11 Ausgaben).

Pionier der Naturheilkunde  
– seit 1923

Bitte benutzen Sie die Bestellkarte am Schluss des  
Heftes oder telefonieren Sie:  
Schweiz: 071 335 66 66 / Deutschland: 07533 40 35  
Internet: [www.g-n.ch](http://www.g-n.ch)

# Gesundheits-Nachrichten Leserservice

Fehlen Ihnen einzelne Nummern der «A. Vogel Gesundheits-Nachrichten»?

Haben Sie Hefte ausgeliehen und nie mehr zurückgehalten?

Interessieren Sie sich für bestimmte Themen, die Sie verpasst haben?

Hier ist die Gelegenheit, Ihre Sammlung zu vervollständigen. Kreuzen Sie einfach die gewünschten Ausgaben an, und senden Sie uns die Liste zusammen mit dem Betrag von Fr. 4.90 / € 3.15 pro Heft in **kleinen Briefmarken** oder in **Noten** (Versandkosten für Europa sind in diesem Preis eingeschlossen).

Anzahl Ausg. Schwerpunktthemen

1/03	Hormonersatztherapie / Schwarzkümmel / Kinder und Zucker / Auf den Spuren Alfred Vogels / Randen oder rote Beete / Riechen und schmecken im Alter
2/03	Mandeloperation / Kurort Masserberg / Eier / Mangold / Zahnarztphobie
3/03	Hören und Hörverlust / Lotosblumen / Die Welt der Pilze / Lauch / Molke / Saftgetränke
4/03	Farben in der Natur / Beckenbodentraining kontra Inkontinenz / Birke / Kinder im Krankenhaus / Als Paar zu leben – eine Kunst / Bad Salzungen
5/03	Aus Paaren werden Eltern / Beinfit in den Sommer / Dinner-Cancelling / Sauerstofftherapie
6/03	Mundgeruch / Schüssler-Salze für die Psyche / Orchideen / Power für Ihr Herz / Die Macht der Gefühle
7-8/03	Homöopathische Reiseapotheke / Insektenzeit / Männer um die 50 (Prostata) / Apotheke der Secoya-Indianer / Kernseife
9/03	Salbei / Alzheimer / Lymphdrainage / Babyschütteln
10/03	Algen / vererbte Depressionen / Trüffeln / Fit durch den Winter
11/03	Darmpolypen, -krebs / Stirnhöhlenentzündung / Tränen und Weinen / Homöopathie für Männer / Schmerztherapie / Hypochonder / Durian
12/03	Zimt / Brustkrebs / Tomatis-Methode / Schlafwandeln
1/04	Haare / Kaiserschnitt / Gewürze / Craniosacralbehandlung / Register 2001
2/04	Babyschwimmen / Diabetes / Schrothkur / Rolfing / Beifuss
4/04	Heilpflanzen gegen Schmerzen / Molke / Unruhige Beine / Laufen (Benita Cantieni)
5/04	Haut und Pflanzen / Sekundäre Pflanzenstoffe / Kräuterliköre, Magenbitter
6/04	Reisen und Urlaub / Heilpflanzen und Menstruation / Sommersalate
7-8/04	Milch / Pflanzenhormone und Wechseljahre / Hakomi-Therapie
9/04	Weight-Watchers / Sellerie / Kreide / Makula-Degeneration / Magnet(feld)therapie
10/04	Sprossen / Allergien und NLP / Demenz / Multiple Sklerose
11/04	Heilpflanzen und Geburt / Bakterien / Kinder und Träume / Acrylamid
12/04	Eingewanderte Pflanzen (Neophyten) / Hören, Screening für Säuglinge / Mäusedorn Ganzheitliche Krebstherapie / Exotische Tees

(Die in dieser Liste fehlenden Ausgaben sind leider vergriffen)

Bitte senden Sie mir die bezeichneten «Gesundheits-Nachrichten» an die nachstehende Adresse. Der entsprechende Betrag in kleinen Briefmarken oder Noten liegt bei. Falls ein bestelltes Heft schon ausverkauft sein sollte, erhalte ich den Betrag in Briefmarken zurück.

Name:

Adresse:

PLZ/Ort:

Einsenden an:

Schweiz:

Deutschland:

Verlag A.Vogel, Postfach 63, CH-9053 Teufen

Verlag A.Vogel, Brühlstr. 15, D-78465 Konstanz

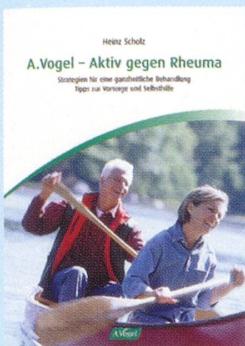


# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## Bestellkarte

**Gesundheit im Abonnement!**  
11-mal pro Jahr, für nur CHF 33.–

### Neuerscheinung



- Die wichtigsten Strategien für die ganzheitliche Behandlung von Rheuma
- Praktische Tipps
- Interessante Beispiele
- Mit einem Vorwort des Chefarztes der A. Vogel AG

**160** A. Vogel

**161** A. Vogel

von Heinz Scholz  
Illustrationen:  
CHF 24.80

Das Geheimnis  
gesunder Beine.



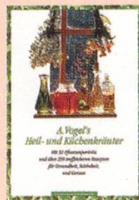
### Das A. Vogel Venen-Buch

von Dr. med. N. Linde  
und S. Hölterhoff,  
120 S., viele Fotos  
und Zeichnungen.

**150**

CHF 16.50

52 Pflanzenporträts  
mit über 250 treffsicheren Rezepten.

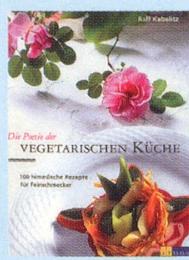


### A. Vogel's Heil- und Küchenkräuter

128 S., mit tollen Fotos  
und humorvollen Farb-  
illustrationen.

CHF 16.50

Vegetarische  
Küche vom  
Feinsten



### Die Poesie der Vegetarischen Küche

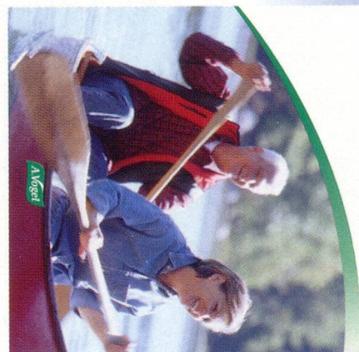
von Ralf Kabelitz  
gebunden, 144 S.

**240**

CHF 49.90

Bitte benutzen Sie die

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



**A. Vogel - Aktiv gegen Rheuma**  
Strategien für eine ganzheitliche Behandlung  
Tipps zur Vorsorge und Selbsthilfe

Karte bitte hier abtrennen!

**Jetzt aktuell!**

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affannare  
Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse

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

## Damit Ihre Stirnhöhle Sie nicht zermürbt.

Mit diesem Mörser zerkleinerte Alfred Vogel erstmals die frischen Wasserpflanzen, aus welchen er die Mischung für die A.Vogel Stirnhöhlen-Präparate zusammenstellte. Diese befreien Ihre Stirn- und Kieferhöhlen natürlich und zuverlässig von Entzündungen, Stockschnupfen und Druckschmerzen. A.Vogel Stirnhöhlen-Präparate unterstützen die Reinigungsfunktion Ihrer Schleimhaut, befreien Ihre verstopfte Nase und ermöglichen so ein freies Durchatmen. Schnuppern Sie doch einfach mal in unserer informativen Broschüre oder fragen Sie Ihren Apotheker oder Drogisten.

Pionier der Naturheilkunde – seit 1923

A. Vogel



A.Vogel Stirnhöhlen-Präparate: Damit atmen Sie wieder frei durch.