

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 64 (2007)
Heft: 12: Depression : Wege aus dem Tief

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: 29.01.2026

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

Mehr Zeit fürs Glück

Burnout-Prävention in der Klinik Gais

7. bis 9. Februar 2008

«Lieber rechtzeitig vorbeugen als jahrelang unter den Symptomen leiden»

Kursleitungs-Team:

Reto Wambach, Mentaltrainer/Coach und Alfred Rohner, Psychologe FH, stv. Leiter Psychosomatik Klinik Gais

Individuelle Auskunft/Anmeldung:

www.mentalwellness.ch/oeffentlichekurse

Reto Wambach, CH-9436 Balgach, +41 (0)71 722 02 80

KREUZSCHMERZEN, ISCHIAS, HEXENSCHUSS, auch Knie- und Hüftarthrose



Beschwerden lindert das
EXTENSOR FLEXAP-Gerät bei
regelmässiger Anwendung.

Bei regelmässiger Anwendung während 1–2 Minuten lockern Sie damit am Abend vor dem Schlafen Wirbelsäule, Knie- und Hüftgelenke. Dabei entsteht in den Gelenken ein Vakuum, welches Blutplasma ansaugt. In diesem Plasma sind alle Nährstoffe vorhanden und kommen so gerade dorthin, wo sie am nötigsten sind. Die Gelenke können sich im optimalen Zustand während des Schlafes regenerieren. Eine spürbare Besserung tritt über Nacht ein.

Verlangen Sie unverbindlich Unterlagen bei:

Herbert Seiler, Grabenmattstrasse 26
CH-5452 Oberrohrdorf, Tel. + Fax 056 496 47 87

Gesundheit für den Darm

Die Colon-Hydro-Therapie (Darmspülung) eignet sich zur Behandlung von Krankheiten und zur Prävention.



Margrit Engeli, Therapeutin SVNH

Brunnergässli 7, 8302 Kloten

Tel. 044 813 42 94, www.colon-clean.ch

Stille Wellness: 5 Nächte mit HP EUR 470,-

Rücken-Spezial: 7 Nächte mit HP EUR 760,-

Sanft Entschlacken: 10 Nächte EUR 1.395,-

Relax-Woche f. Sie/Ihn: 7 Nächte je EUR 760,-

**Weihnachts-
Wellness-Tage:**

3 Nächte, inkl.
Anwendungen

EUR 270,-

**Vital-Zentrum
Felbermayer**

Tel +43/5558/8617

A-6793 Gaschurn / Austria
Alpenpark Montafon

www.vital-zentrum.at

Schlaf- und Rückenprobleme?



Bei uns erfahren Sie mehr über die natürlichen Ressourcen für mehr Energie am Tag: den erholsamen Schlaf im orthopädisch durchdachten Bett. Wir von SAMINA helfen Ihnen bei Schlafstörungen, Rücken- und Nackenschmerzen, muskulären Verspannungen und Allergien.

Kommen Sie zu uns Probeliegen und spüren Sie den Unterschied!

www.samina.ch

SAMINA

Von Ärzten, Orthopäden und Chiropraktikern empfohlen!

Fordern Sie eine Infomappe mit Händlerverzeichnis an:

SAMINA AG, Lindenstrasse 52, 9443 Widnau, Telefon 071 730 03 35, E-Mail: samina@samina.ch

„Eine richtige Wohltat für meinen Körper“



„Als Stationssekretärin bin ich den ganzen Tag auf den Beinen. Das strapaziert nicht nur meine Füsse, sondern den gesamten Körper. Seit ich die Swiss-Energy-Walker Einlegesohlen trage, habe ich abends keine Rücken- und Beinbeschwerden mehr. Ausserdem spüre ich mehr Energie im Körper und fühle mich rundum vitaler.“

Frau Schneider, Spital St. Gallen

Wirkt unterstützend und lindernd bei:

- ▶ kalten Füssen
- ▶ müden Beinen
- ▶ schlechter Durchblutung
- ▶ Venenproblemen
- ▶ Rückenschmerzen
- ▶ Muskelkater
- ▶ Rheuma
- ▶ Arthrose
- ▶ brennenden Füssen
- ▶ Fussinfektionen
- ▶ Fusschweiss

Das sagen zufriedene Kunden über Swiss-Energy-Walker:



M. Bruggmann

„Seit 3 Jahren habe ich abends ein ständiges Kribbeln in Beinen und Füssen. Vor drei Monaten habe ich die Swiss-Energy-Walker ausprobiert. Ich trage die Einlegesohlen täglich und das Kribbeln ist verschwunden. Super!“

„Als Gastronom bin ich täglich auf den Beinen. Deshalb habe ich Hüft- und Rückenprobleme. Die Swiss-Energy-Walker helfen mir, die langen Tage fast schmerzfrei zu überstehen. Die Sohlen trage ich nun täglich – auch beim Golfen. Kann ich nur weiterempfehlen!“



Pina Haller

„Leider habe ich seit einigen Jahren sehr starke Venenschmerzen und möchte nicht operieren, da ich Angst habe. Seit ich die Energie-Einlegesohlen trage, ist die Durchblutung viel besser geworden und die Schmerzen haben erheblich nachgelassen. Wirklich eine Alternative zum operieren.“

Ausser im Hochsommer habe ich ständig kalte Füsse. Ich habe bereits alle Schuheinlegesohlen die es gibt ausprobiert. Die einzigen die bei mir nützen sind die Swiss-Energy-Walkers. Seit ich sie trage, habe ich keine kalten Füsse mehr, sondern immer eine angenehme Wärme. Super!



Margeaux Büchler



NEUHEIT!

Gratis 
0800 45 37 35

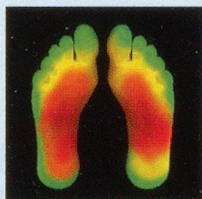
(gültig nur in der Schweiz)

Für Deutschland und Österreich:
0041 71 845 50 00

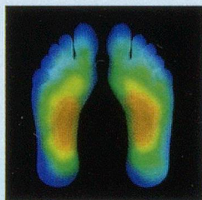
Die energieaktive Schuh-Einlegesohle

Swiss-Energy-Walker sind High-Tech Schuheinlagen, in deren Molekularstruktur ein für den menschlichen Körper optimiertes Schwingungsverhalten hinterlegt wurde. Durch eine neuartige Frequenzbehandlung der Sohlen können die natürlichen bioenergetischen Abläufe im Körper über die Reflexzonen in den Füssen positiv beeinflusst werden. Dadurch wird der Energiefluss verbessert und der Körper revitalisiert – in der Freizeit, bei der Arbeit oder im Sport.

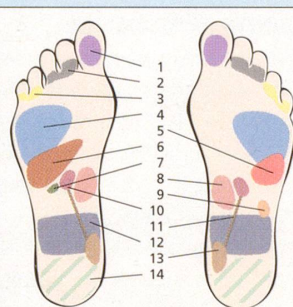
Energetisierung der Fussreflexzonen



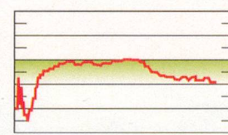
Gut durchblutete Füsse
mit Swiss-Energy-Walker



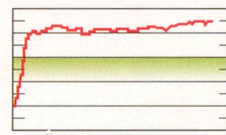
Schlecht durchblutete Füsse
ohne Swiss-Energy-Walker



1. Hirn
2. Augen
3. Ohren
4. Lunge
5. Herz
6. Leber
7. Gallenblase
8. Magen
9. Milz
10. Nieren
11. Harnleiter
12. Dick-/Dünndarm
13. Blase
14. Becken



Energiefluss in den Füssen
ohne Swiss-Energy-Walker



Energiefluss in den Füssen
mit Swiss-Energy-Walker

Bestellatalon

☐ Ja, Ich bestelle gegen Rechnung:

☐ **Packungen** (1 Packung enthält 2 Paar)
à CHF 34.90 (zzgl. CHF 8.50 Versandkostenanteil)

Schuhgrösse:

Name:

Vorname:

Strasse / Nr.:

PLZ / Ort:

Telefon:

Einführungsangebot:

34.90
statt Fr. 39.90

In Blockschrift ausfüllen und einsenden an:
Luma Vertriebs GmbH, Postfach 35, CH-9326 Horn
Bestellungen per Fax: 071 845 50 55
Bestellungen per Internet-Shop:

www.swiss-energy-walker.com

Gratis Bestell ☎ 0800 45 37 35

(gültig nur in der Schweiz)

Für Deutschland und Österreich: 0041 71 845 50 00

Gesundheits-Nachrichten Leserservice

Fehlen Ihnen einzelne Nummern der «Gesundheits-Nachrichten»?

Haben Sie Hefte ausgeliehen und nie mehr zurückerhalten?

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

- 
- | | | |
|--------------------------|--------|---|
| <input type="checkbox"/> | 1/06 | ADHS / Kopfschmerz durch Medikamente / Register 2005 |
| <input type="checkbox"/> | 2/06 | Chiropraktik / Lichtverschmutzung / Heilkräftiges Schwitzbad / Rotklee |
| <input type="checkbox"/> | 3/06 | Therapien fürs Bindegewebe / Basilikum / Mit Wildkräutern in den Frühling |
| <input type="checkbox"/> | 4/06 | Medikamente aus dem Internet / Blüten zum Anbeissen / Angst – ein mächtiges Gefühl |
| <input type="checkbox"/> | 5/06 | Teufelskralle und Rheuma / Jasmin / Kaffeetrends ohne Koffein |
| <input type="checkbox"/> | 6/06 | Sonnenlicht und Lichttherapien / Lavendel / Delfintherapie / Sonnenallergie |
| <input type="checkbox"/> | 7-8/06 | Makuladegeneration und Augenakupunktur / Wundervolle Wüste / Melonen / Neuraltherapie |
| <input type="checkbox"/> | 9/06 | Hat Ihre Leber was zu lachen? / Zitronengras, Koriander, Chili & Co. / Wenn die Blase schwächelt |
| <input type="checkbox"/> | 10/06 | Verwöhnen Sie ihre Leber / Das Diäten-Jojo / Zitronenverbene / Warum wird an der Uhr gedreht? |
| <input type="checkbox"/> | 11/06 | Frauenleiden Endometriose / Bereit für ein Baby? / Die besten Vitaminquellen des Winters / Blüten, die aus der Kälte kommen / Arganöl |
| <input type="checkbox"/> | 12/06 | Überwärmungs- und Fiebertherapie / Lärm macht krank / Unkraut? Ansichtssache! / Muskat |
| <input type="checkbox"/> | 1/07 | Wenn Kälte die Gelenke quält / Die besten Mineralquellen im Winter / Tanzen Sie sich gesund! / Register 2006 |
| <input type="checkbox"/> | 2/07 | Tiere als Therapeuten / Kichererbsen / Madagaskars grüne Medizin / Natürliche Gesichtsmasken |
| <input type="checkbox"/> | 3/07 | Neues zur Misteltherapie / Umgang mit Stress / Asiens Schätze für Haut und Haar / Nützliche Küchenzwerg |
| <input type="checkbox"/> | 4/07 | Natürliche Borreliose-therapie / Umgang mit Ärger / Spinat / Kräuterrezepte gegen Frühjahrsmüdigkeit |
| <input type="checkbox"/> | 5/07 | Mein Kind schläft nicht / Heilkunde rund ums Auge / Der grüne Jura / Schwertlilie |
| <input type="checkbox"/> | 6/07 | Wenn das Gehör nachlässt / Pflanzliche Reiseapotheke / Wenn der Körper Stimmung macht / Spinatsorten |
| <input type="checkbox"/> | 7-8/07 | Heilkunst Perus / Die Franklin-Methode / Wegwarte / Fit am Computer / Libellen |
| <input type="checkbox"/> | 9/07 | Burnout / Wenn Babys schreien / Malven / Sodbrennen / Schönheit mit Wein und Traubenkernöl |
| <input type="checkbox"/> | 10/07 | Ayurveda in Bayern / Schweizer Rheumabad / Granatäpfel / Mit dem Kopf durch die Wand? |
| <input type="checkbox"/> | 11/07 | Depression (Teil 1) / Heilsame Worte: Sprachtraining für Eltern / Ziegenmilch / Reise nach Patagonien |
| <input type="checkbox"/> | 12/07 | Wege aus dem Tief: Depression (Teil 2) / Osteopathie / Tonkabohnen |

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 AG, Postfach 63, CH-9053 Teufen

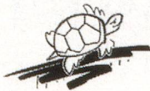
Verlag A.Vogel, Postfach 55, DE-78465 Konstanz

Hättenschwiler

Neugasse 51

Liegenschaften

9000 St.Gallen



**Zu verkaufen
Wohlfühl-Haus
mit Praxis/Atelier
in 9053 Teufen AR**

Grundstück 600 m², Wohnfläche ca. 330 m², mit natürlichen Materialien renoviert, Praxisraum ca 80 m², 9 Zimmer, Parkett-/Natursteinböden, Cheminée, grosser Wintergarten, schöne Gartenanlage, Garage für 4 PW, 5 Abstellplätze

Verkaufspreis Fr. 1 480 000.-

Telefon 071 225 40 00

info@haettenschwiler.ch

www.haettenschwiler.ch

Mit Ceylon-Zimt gefüllte Sohleneinlage
in Baumwolle oder Satin.

**TERRA
Zimtsohlen®**

**Für das Wohlbefinden
unserer Leser**

**Spezialangebot für
Terra-Zimtsohlen bis Ende 2007
Zusätzlich 10% Rabatt!**

TERRA International
Kapellenweg 13
5722 Gränichen

Tel. 062 842 78 01
Fax 062 842 78 02
www.terra-india.ch

Biochemischer Verein Zürich

Öffentlicher Vortrag

Montag, 21. Januar 2008, 19.45 Uhr

**Erfolgreiche Gewichtsregulation/
Balance im Körper**

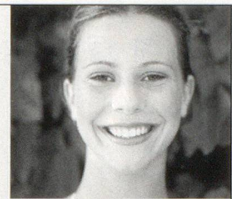
Referent: Ursula Scherrer

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

ERSCHÖPFT?

MIGRÄNE? TINNITUS?

KRANKHEIT „UNBEKANNT“?



WIR SUCHE nach versteckten Krankheitsursachen und zeigen naturmedizinische Wege zu neuer Kraft. Buchen Sie jetzt einen Ursachen-diagnose-Tag, eine Schnupperwoche, einen Krankenhaus- oder Kuraufenthalt. *Auch für Selbstzahler. Privatkrankenhaus, beihilfefähig.*

NaturaMed
Vitalclinic

Badstraße 31m
88339 Bad Waldsee
Tel. (0 75 24) 990-222
kontakt@naturamed.de
www.naturamed.de

Naturamed ...weil Ihre Gesundheit uns am Herzen liegt.

Hilfe zur Selbsthilfe mit der **BEMER**[®]-Therapie

Die BEMER-Therapie ist anwendbar bei
verschiedensten Schmerzzuständen und
Krankheiten wie:

Allergien, Asthma, Arthrosen,
Durchblutungsstörungen, Muskelverspannungen,
Knochen- und Wundheilung,
Rückenschmerzen, Schlafstörungen usw.

**Einfachste Anwendung zu Hause
mit Testmöglichkeiten**

Wenden Sie sich an:
Hugo Müller, Naturheilpraktiker
Toggenburgerstr. 10
9532 Rickenbach

Telefon 071 971 47 22

www.magnetfeldtherapien.ch

„Medizin im Einklang mit der Natur“

Menschen aus der ganzen Welt suchen hier Ihre Heilung,
wo die klassische Schulmedizin und die Naturheilkunde
sich verbinden, wo sie angehört, geschätzt und
verstanden werden.

Die Therapien der Naturheilkunde erhalten wo immer
möglich den Vorrang.



CENTRE DE MEDECINE
NATURELLE SCIENTIFIQUE

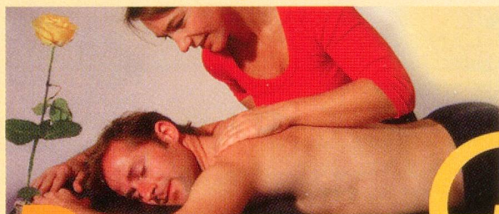
BIRCHER-BENNER
GRAND-HÔTEL DU LAC

Rue de la Dent 11 | CH - 1342 Le Pont | Tel: +41 21 841 91 00 | Fax: +41 21 841 91 01 | www.bircher-benner.com

Geschenkidee

Einen Gutschein bestellen für eine Kursteilnahme, einen Verwöhntag oder eine Einzelbehandlung nach Wahl.

Berührung schenken



massage
wellness

Gutschein Partnermassage

Zwei-Tage-Kurs für zwei Personen auch inkl. Hotel möglich...

Massage & Wellness | Aeschiriedstrasse 21 | 3703 Aeschi b. Spiez | T 033 654 65 43 | info@partnermassage.ch | www.partnermassage.ch



made in USA

Modell Phoenix

der Firma Living Earth Crafts

Der Tisch ist zusammenlegbar und als Koffer einfach zu transportieren.

Gewicht:	15 kg
Grösse:	73 x 193 cm (ohne Kopfteil)
Höhe:	verstellbar von 55 bis 90 cm
Bezug:	Kunstleder, fleckenresistent
Farben:	verschiedene Farben erhältlich
Gestell:	formstabil, helles Holz, Naturharzöl versiegelt
Polster:	6 cm mittelfester Schaum, Ränder und Ecken weich und dick umpolstert
Preis:	CHF 895.- (Tisch inkl. Kopf- und Armstütze)
Zubehör:	Bezug Kopfteil 17.-, 1 Paar Kniepolster 48.-, Tragetasche 125.-
Versandkosten:	CHF 15.-



Tisch mit
Kopf- und
Armstütze

B 92 cm
H 78 cm
T 20 cm

Wählen Sie aus einer
reichhaltigen Farbpalette



Bezugsquelle

Massage & Wellness | Aeschiriedstrasse 21
3703 Aeschi b. Spiez | T 033 654 65 43
info@sportmassage.ch | www.sportmassage.ch

massage
wellness

Sich selber lieb sein...

Gönnen Sie sich eine Massage
zum Entspannen und Geniessen...

Lassen Sie sich verwöhnen in der
Praxis für Massage & Wellness in Aeschi
b. Spiez, Aeschiriedstrasse 21.
Oder bei Ihnen in der Ferienwohnung/
Hotelzimmer.



Wählen Sie unter folgenden Behandlungen

Klassische Körpermassage
Esalen-Massage
La Stone und Hot Stone
Fussreflexzonen-Therapie
Lymphdrainage

30 Minuten CHF 50.-
60 Minuten CHF 95.-
90 Minuten CHF 125.-

Der Therapeut

Dietmar Thielmann, med. Masseur FA, Theologe,
Gesundheitsberater GGB, von Krankenkassen anerkannt

Anmeldung und Informationen

033 654 65 43, www.sportmassage.ch

A. Vogel

GESUNDHEITS NACHRICHTEN

Bestell- und Verlosungskarte

Gesundheit im Abonnement!
11-mal pro Jahr, für nur CHF 36.00

Innerhalb CH nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta
Envoi commercial-réponse

Verlag A. Vogel AG
Postfach 63
CH 9053 Teufen

Karte bitte hier abtrennen!

Jetzt aktuell!



Alfred Vogel
**Die Leber reguliert
die Gesundheit**
Das Buch, das schon Tausenden einen sanfteren Weg
zur erfolgreichen Gesundheitsvorsorge gewiesen hat.

Neue Auflage.



Umfassender Ratgeber
für die Gesundheit des
wichtigsten Organs.

30

Die Leber reguliert die Gesundheit
von Alfred Vogel
349 S., broschiert. Mit aktuellen
Anmerkungen.

CHF 25.00

Ganzheitliche
Behandlung.



A. Vogel - Aktiv
gegen Rheuma

von Heinz Scholz, 180
S., viele Fotos und Illu-
strationen.

160

CHF 24.80

Originelle Angebote
für die Beweglichkeit.



Locker sein macht
stark

von Eric Franklin,
brochert, 176 S.

275

CHF 29.10

Aktueller Ratgeber.



Rezeptfrei gesund
mit Schweizer Haus-
mitteln

von Ruth Jahn, Beob-
achter-Buchverlag,
gebunden, 336 S.

278

CHF 38.00

Bitte benützen Sie d

Weitere Buchempfehlungen

Die Leber reguliert die Gesundheit
Neue Auflage
mit einem Vorwort von Prof. H. Bankhofer

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

Stirnhöhlen dicht? Die frische Kraft der Natur hilft.

Bei akuten und
chronischen
Beschwerden.



A.Vogel

A.Vogel Stirnhöhlen-Spray und -Tabletten:

- Bei entzündeten Stirn- und Nasennebenhöhlen
- Für ein befreites Durchatmen
- Natürlich wirksam und besonders schonend

www.avogel.ch