**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:** 10.12.2025

**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

## 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**

**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.

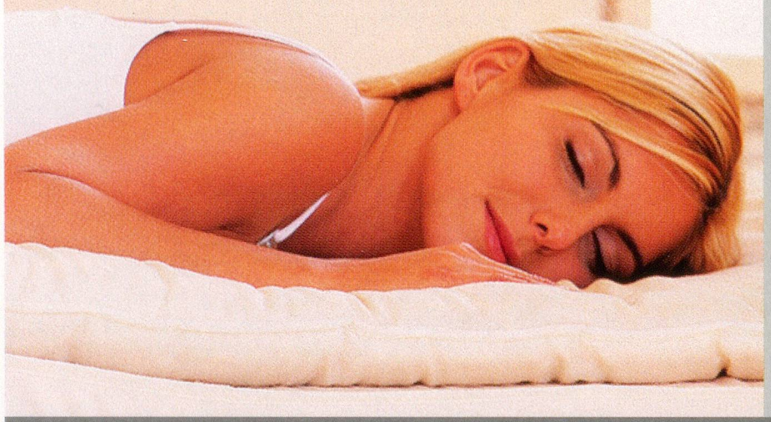
Verlangen Sie unverbindlich Unterlagen bei:
**Herbert Seiler, Grabenmattstrasse 26**
**CH-5452 Oberrohrdorf, Tel. + Fax 056 496 47 87**

**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 Einlagesohlen 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
- Fussschweiss

**Gratis** ✆
**0800 45 37 35**
(gültig nur in der Schweiz)
Für Deutschland und Österreich:
0041 71 845 50 00

## Die energieaktive Schuh-Einlagesohle

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.

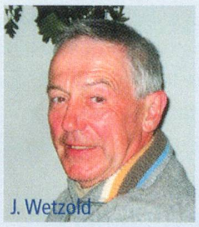
## *Das sagen zufriedene Kunden über Swiss-Energy-Walker:*

M. Bruggmann

„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

„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 Einlagesohlen täglich und das Kribbeln ist verschwunden. Super!"



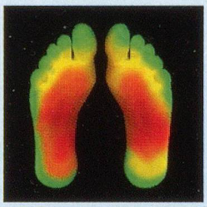
J. Wetzold

„Leider habe ich seit einigen Jahren sehr starke Venenschmerzen und möchte nicht operieren, da ich Angst habe. Seit ich die Energie-Einlagesohlen 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 Schuheinlagesohlen 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!

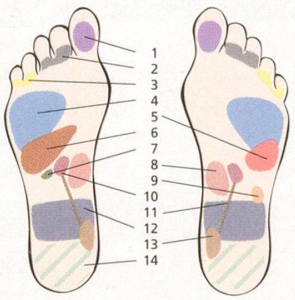
Margeaux Büchler

## Energetisierung der Fussreflexzonen

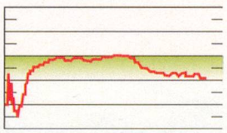


Gut durchblutete Füsse **mit** Swiss-Energy-Walker

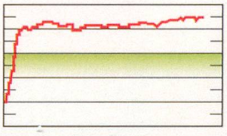
Schlecht durchblutete Füsse **ohne** Swiss-Energy-Walker




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

## Bestelltalon

☐ **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: _____

GN 12/07

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

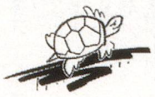
Name: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Einsenden an: Schweiz: Verlag A.Vogel AG, Postfach 63, CH-9053 Teufen
Deutschland: Verlag A.Vogel, Postfach 55, DE-78465 Konstanz

**Hättenschwiler** **Liegenschaften**
**Neugasse 51** **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

ERSCHÖPFT?
MIGRÄNE? TINNITUS?
KRANKHEIT „UNBEKANNT"?

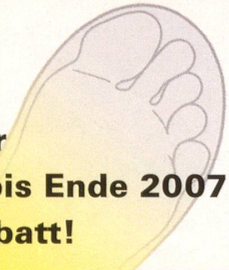
**WIR SUCHEN** nach versteckten Krankheitsursachen und zeigen naturmedizinische Wege zu neuer Kraft. Buchen Sie jetzt einen Ursachendiagnose-Tag, eine Schnupperwoche, einen Krankenhaus- oder Kuraufenthalt. *Auch für Selbstzahler. Privatkrankenhaus, beihilfefähig.*

NaturaMed ...weil Ihre Gesundheit uns am Herz liegt.

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

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

**Hilfe zur Selbsthilfe**
**mit der BEMER 3000®-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**

**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.–

*„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

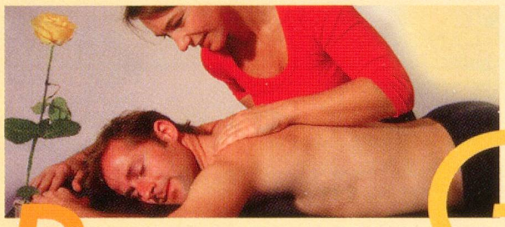
Rue de la Dent 11 | CH - 1342 Le Pont | Tel: +41 21 841 91 00 | Fax: +41 21 841 91 01 | www.bircher-benner.com

# 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*

## Modell **Phoenix**

*made in USA* *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:* | *formstabiles, 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***

*Wüstensand* *Beige* *Altrosa* *Schwarz* *Pastellblau*

*Graublau* *Rosa* *Kornblau* *Dunkelgrün* *Pastellgrün* *Creme* *Rot* *Weiss*

***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!

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

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 Illustrationen.

160

**CHF 24.80**

Originelle Angebote für die Beweglichkeit.

**Locker sein macht stark**
von Eric Franklin, broschiert, 176 S.

275

**CHF 29.10**

Aktueller Ratgeber.

**Rezeptfrei gesund mit Schweizer Hausmitteln**
von Ruth Jahn, Beobachter-Buchverlag, gebunden, 336 S.

278

**CHF 38.00**

**Bitte benützen Sie d**

Weitere Buchempfehlungen

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