

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 65 (2008)  
**Heft:** 5: Rosen ohne Dornen

## Inhaltsverzeichnis

### 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](#)

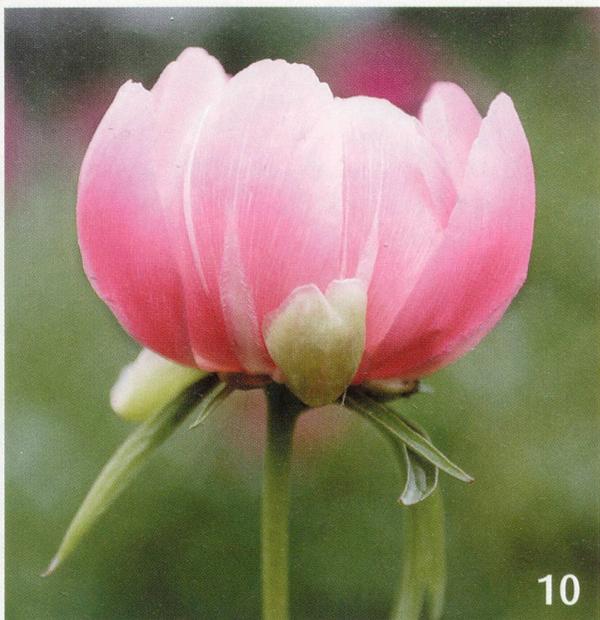
### Terms of use

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:** 22.02.2026

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

## Inhalt/Vorschau



10

### Natur & Umwelt

- Frühlingsrosen ohne Dornen 10

Pfingstrosen oder Päonien gehören zu den ältesten Kulturpflanzen der Welt – und sind noch immer zum Verlieben schön.

### Lebensfreude & Wellness

- Wandern als mentales Training 15

Eine ungewöhnliche Wanderung zu Entspannung, Zielstrebigkeit und Selbstvertrauen.

### Ernährung & Genuss

- Pak Choi, Mizuna & Co. 18

Öfter mal was Neues, auch in Salatschüssel und Wok: Delikate Gemüse aus Fernost.

|                |   |
|----------------|---|
| Editorial      | 5 |
| Fakten & Tipps | 6 |
| Buchtipp       | 6 |

### Kindergesundheit

- Wenn Kinderfüsse sprechen könnten 22

... würden sie sich wohl beschweren. Zu viele Kinder tragen zu kleine Schuhe.

### Naturheilkunde & Medizin

- Füsseln mit der Gesundheit 26

Reflexzonentherapie am Fuss: Seit 50 Jahren bewährt und heute so aktuell wie damals.



22

### Nächsten Monat

- Medizin aus dem Meer  
Nie mehr Neptun opfern  
Bergtour für Geniesser  
Pfiffiger Küchen-Orientale: Couscous

|                     |    |
|---------------------|----|
| Treff & Talk        | 31 |
| Impressum           | 37 |
| Anzeigen & Adressen | 38 |



Bild des Monats: Frühlingsläuten