

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 66 (2009)  
**Heft:** 4: Starkes Herz

## **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:** 04.02.2026

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



Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.

„Antiaging, Schlafprobleme, Übergewicht, Allergien, Bluthochdruck.... erfahren Sie was Vitalpilze können!

Dr. med. Heinz Knopf und sein Team

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

DER Infopool zu **Reishi, Shiitake & Co**

## Weiterbildung Wickelfachfrau / Wickelfachmann

10 Tagesseminare im WE'G in Aarau  
Mai bis November 2009

Leitung: Madeleine Ducommun-Capponi, Vreni Brumm  
NEU! **Seminar: Heilpflanzen, Wasser und Wellness**  
**Hotel Castle, Blitzingen, Goms**

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.  
Vreni Brumm, Tel. 044 910 07 88

[www.vrenibrumm.ch](http://www.vrenibrumm.ch), [www.primulaveris.ch](http://www.primulaveris.ch)

## Kuren & Erholen in bester Lage

Kneipp-Vital, Buchingerfasten, Obstfasten,  
Colon-Hydro, Jentschura's Basenkur „Regenata“



Kneipp- & Vital-Hotel Röther - D-88662 Überlingen am Bodensee  
Tel. 0049 (0)7551/92240 - [www.bodenseekur.de](http://www.bodenseekur.de)

## WASSERHAHN WIRD KRAFT- QUELLE

Verlangen Sie Unterlagen oder  
informieren Sie sich auf [www.coufal.ch](http://www.coufal.ch)



Tel. 071 891 41 40

## paracelsus heilpraktikerschulen

[www.paracelsus-schulen.ch](http://www.paracelsus-schulen.ch)

Die Nr. 1 in Europa • 54 Schulen i. d. Schweiz u. Deutschland

Großes Seminar- und  
Fortbildungsangebot!



Studienleiter R. Beer

Naturarzt/ärztin

Naturheilpraktiker/in

Craniosacrale Osteopathie

Natürliche Frauenheilkunde

Yogalehrer/in, -therapeut/in

Plastisch gestaltende

Kunsttherapie

Berninastrasse 47a • 8057 Zürich • Telefon: 043 - 960 20 00

## Gratis-Broschüre

### Anti-Aging mit Schüssler-Salzen Länger jung bleiben

Kostenlos erhältlich unter Angabe Ihrer

Postadresse bei: **Schüssler-Verein Schweiz,**

**Sekretariat: E. Schnellmann,  
Schachenfeldstrasse 22, CH-8967 Widen.**

E-Mail: [info@schuessler-verein-schweiz.ch](mailto:info@schuessler-verein-schweiz.ch)

Internet: [www.schuessler-verein-schweiz.ch](http://www.schuessler-verein-schweiz.ch)



## Anders Denken in der Schmerztheorie (Klinik für Biokinematik)

Müssen OP's wegen Bandscheiben sein?!

z.B.

z.B. Bandscheiben-OP

z.B. HWS-OP

z.B. Knie-OP

z.B. Schulter-OP

z.B. ...

z.B. OP nur wegen Schmerzen

Die Biokinematik eröffnet völlig  
neue Möglichkeiten der Behandlung.  
Man muß die *Logik des Schmerzes* verstehen.

z.B. bei

Migräne

unruhige Beine (restless legs)

Schleudertrauma

Asthma bronchiale

eingeschlafene Hände/Beine

usw.

Walter Packi  
Arzt für Allgemeinmedizin

Klinik für Biokinematik  
Heribert-Hellmann-Allee 29-31  
D-79189 Bad Krozingen  
bei Freiburg  
Tel. 0049-(0)7633/93321-0  
Fax: 0049-(0)7633/93321-99

Praxis für Biokinematik  
Böttingerstr. 38  
D-79111 Freiburg  
Tel. 0049-(0)761-383037  
Fax: 0049-(0)761-383047

Informieren Sie sich: home: [www.biokinematik.de](http://www.biokinematik.de)  
mail: [info@biokinematik.de](mailto:info@biokinematik.de)

# Aktion

sloggi®



27.90  
statt 41.70

3-er Pack

A

**Sloggi 100 Tai**  
95% Baumwolle, 5% Lycra  
Maschinenwäsche  
**61-596.171 weiss**  
Größen: 36-46  
**3-er Pack Fr. 27.90**  
statt 41.70

B

**Sloggi Basic Midi**  
95% Baumwolle, 5% Lycra  
Maschinenwäsche  
**61-680.033 weiss**  
**61-680.037 champagne**  
Größen: 36-48  
**4 für 3 Fr. 41.70**  
statt 55.60

C

**Sloggi Basic Maxi**  
95% Baumwolle, 5% Lycra  
Maschinenwäsche  
**61-680.017 weiss**  
**61-680.025 champagne**  
Größen: 38-54  
**4 für 3 Fr. 44.70**  
statt 59.60

D

**Sloggi Control Maxi**  
94% Baumwolle, 6% Lycra  
Maschinenwäsche  
**61-596.213 weiss**  
**61-596.221 schwarz**  
Größen: 38-54  
**4 für 3 Fr. 59.70**  
statt 79.60



Einfach und schnell –  
Ihre Bestellung im Internet!  
[www.wullehus.ch](http://www.wullehus.ch)

wullehus

Wullehus-Mode AG  
Emmentalstrasse 4  
3510 Konolfingen  
Tel. 031 790 20 20  
Fax 031 790 20 21  
[www.wullehus.ch](http://www.wullehus.ch)



**BESTELLUNG** einsenden an Wullehus-Mode

Artikel	Artikelnummer	Farbe	Grösse	Menge	Aktionspreis
3 x Sloggi 100 TAI					Fr. 27.90
4 x Sloggi Basic Midi					Fr. 41.70
4 x Sloggi Basic Maxi					Fr. 44.70
4 x Sloggi Control Maxi					Fr. 59.70

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ/Ort:

Tel:

E-Mail:

Datum:

Unterschrift:

# Gesundheits-Nachrichten Leserservice

Fehlen Ihnen einzelne Nummern der «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

- |       |        |  |
|-------|--------|--|
| _____ | 1/07   | Wenn Kälte die Gelenke quält / Die besten Mineralquellen / Tanzen / Register 2006                      |
| _____ | 2/07   | Tiere als Therapeuten / Kichererbsen / Madagaskars grüne Medizin                                       |
| _____ | 3/07   | Neues zur Misteltherapie/ Umgang mit Stress / Asiens Schätze für Haut und Haar                         |
| _____ | 4/07   | Natürliche Borreliosetherapie/ Umgang mit Ärger / Spinat / Frühjahrsmüdigkeit                          |
| _____ | 5/07   | Mein Kind schläft nicht / Heilkunde rund ums Auge / Der grüne Jura / Schwertlilie                      |
| _____ | 6/07   | Wenn das Gehör nachlässt / Pflanzliche Reiseapotheke / wie der Körper Stimmung macht                   |
| _____ | 7-8/07 | Heilkunst Perus / Franklin-Methode / Wegwarte / Fit am Arbeitsplatz / Libellen                         |
| _____ | 9/07   | Burnout / Wenn Babys schreien / Malven / Sodbrennen / Schönheit mit Trauben                            |
| _____ | 10/07  | Ayurveda in Bayern / Bad Ramsach / 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                                     |
| _____ | 1/08   | Die Heilkraft der Bitterstoffe/ Harmonien für die Hirnzellen / Schokolade macht schön / Register 2007  |
| _____ | 2/08   | Wenn die Pollen plagen / Die Farben der Bergseen / Heilender Rhythmus: TaKeTiNa / Mango                |
| _____ | 3/08   | Naturheilkunde für Schwangere / Hormon-Selbsthilfe / Die Launen des Wetters                            |
| _____ | 4/08   | Ernährungsstricks für Kinder / Emotionale Intelligenz / Atmen Sie sich ruhig! / Heilpflanze Ehrenpreis |
| _____ | 5/08   | Asia-Salate / Wandern als mentales Training / Pfingstrosen / Fussreflexzonentherapie / Kinderschuhe    |
| _____ | 6/08   | Medizin aus dem Meer / Seekrankheit/ Couscous / Genusswanderung / Fleischfressende Pflanzen            |
| _____ | 7-8/08 | Schönheit aus dem Meer / Aroniabeere / Vitamin D / Die Welt unter Ihrem Badetuch / Molekularküche      |
| _____ | 9/08   | Neuromuskuläre Bahnung / Innere Kündigung / Pudding: die süsse Verführung / Chelsea Physic Garden      |
| _____ | 0/08   | Beweglich bleiben mit Glucosamin/ Hypersensibilität / Saures Vergnügen: Essig / Fieberkrämpfe          |
| _____ | 11/08  | Farbe gegen Winterblues / Weihrauch / Tofu / Wüstenwanderer Andrea Vogel                               |
| _____ | 12/08  | Sanfte Kinderheilkunde / Edelweiss / Am Glück bauen / Gummibärchen                                     |



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

## Fasten und wandern im schönen Flims

mit Emanuel vom 21.6. bis 27.6.09 /  
12.7. bis 18.7.09 / 19.7. bis 25.7.09 /  
13.9. bis 19.9.09. Geniessen Sie mit uns den Sommer im schönen Flims und Umgebung. Fasten-wandern macht federleicht und frei.

Emanuel Ludi  
[www.fasten-wandern.ch](http://www.fasten-wandern.ch), 076 570 15 68



## Gesundheit pur aus der Natur!

To Be Balanced

[www.tobebalanced.com](http://www.tobebalanced.com)  
[info@tobebalanced.com](mailto:info@tobebalanced.com)  
0041(0)52\_5115056  
0041(0)76\_3328850

**Vitalpilze**

## Schweizer Wanderwochen

erleben – erholen – aktiv sein

**Leitung:** Dr. med. Peter Meier-Schlittler, Allgemeinmedizin FMH  
Wallisellerstr. 11, 8152 Glattbrugg  
Tel.: 044 810 22 12 oder 055 412 47 73 / [www.schweizer-wanderwochen.ch](http://www.schweizer-wanderwochen.ch)

**A) Bishorn:** Hochtourenwoche in den imposanten Walliser Bergen zwischen St. Niklaus und Zinal. Auf den Hütten verbindenden Höhenwegen und Übergängen geniessen wir das Panorama der umliegenden Viertausender. Unter uns liegen die drei Täler: Matteringtal, Turtmanntal und Val de Zinal. Die Woche ist technisch wenig schwierig, erfordert aber eine gute Kondition. Höhepunkt: Besteigung des Bishorn, 4153 m. (WS; UIAA: I-II)

**Datum:** Sonntag, 5.7., bis Samstag, 11.7.2009

**B) 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: die Lukmanier-Passhöhe. Charakter: Wanderwoche (T1-3)

**Datum:** Sonntag, 10.8., bis Samstag, 16.8.2009

**C) Bernina-Süd:** In einer Woche wandern wir durch die wunderbare und urtümliche Bergwelt südlich des Bernina-Massivs. Lerchenwälder, Natur- und Staueseen, schroffe Felsklötzte und ein weites Panorama sind tagsüber unsere Umgebung, am Abend lassen wir uns in gemütlichen Unterkünften verwöhnen und stärken für den nächsten Tag. (T1-3)

**Datum:** Sonntag, 23.8., bis Samstag, 29.8.2009

### Auskunft und Unterlagen:

Dr. med. Peter Meier-Schlittler, Allgemeinmedizin FMH  
Wallisellerstrasse 11, 8152 Glattbrugg  
Tel.: 044 810 22 12 oder 055 412 47 73  
[www.schweizer-wanderwochen.ch](http://www.schweizer-wanderwochen.ch)

## V.I.T.I.S *Vital*

Leben mit der Kraft des Traubenkerns



Neu in der Schweiz

**Bio Traubenkernprodukte & Traubenkernkissen**

[www.vitis-vital.ch](http://www.vitis-vital.ch)  
**Tel. 061 361 45 14**

## Biochemischer Verein Zürich

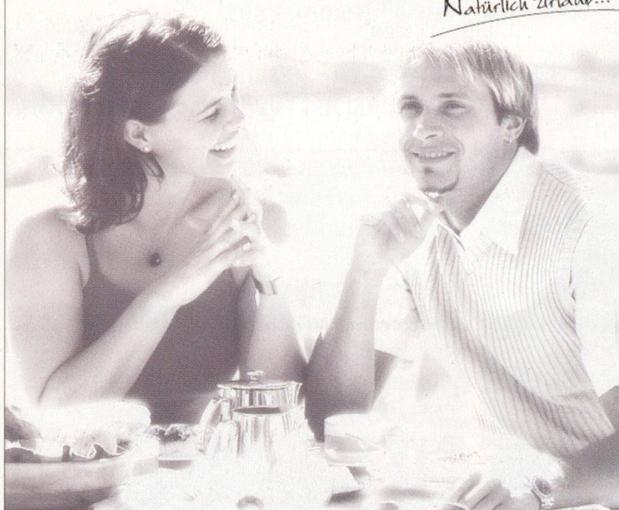
Öffentlicher Vortrag  
Montag, 27. April 2009, 19.45 Uhr

**Wenn der Körper spricht:  
spezielle Aspekte der Organsprache  
mit Schüssler-Salzen**

**Referent: Martin Nedok, Naturarzt**

im Vereinshaus Glockenhof,  
Sihlstrasse 33, 8001 Zürich  
Eintritt: Fr. 18.–, Mitglieder: Fr. 8.–

\*\*\* **bio HOTEL PANORAMA**   
Natürlich Zertifiziert...



## 100% bio im 1. Biohotel Südtirols/Italiens

Kennenlernangebote ab € 65 pro Tag mit BioHalbpension PLUS. Topp-Angebote 2009: **bleib7-zahl6** & attraktive Pauschalwochen im April, Juni & Oktober. Sie finden uns auf [www.biohotel-panorama.it](http://www.biohotel-panorama.it) oder direkt bei Familie Steiner unter 0039 0473 831 186

**BIO HOTELS**

A.Vogel

# Buchtipps

## Jetzt lesen!



### «Her mit dem Gemüse, Mama!»

So essen Kinder Gemüse – sechs Tipps.  
Von Susanne Klug.  
Trias Verlag, broschiert, 128 S.  
CHF 24.30/Euro 12.45  
Bestell-Nummer 406



**Das grosse Handbuch der Homöopathie**  
Ein Ratgeber für die ganze Familie.  
Von Eric Meyer (Hrsg.).  
H. Hugendubel Verlag, gebunden, 320 S.  
CHF 19.80/Euro 9.95  
Bestell-Nummer 400



**Der Dingsda aus Dingenskirchen**  
Über die Gedächtnislücken ab 40.  
Von Cathryn Jakobson Ramin.  
Kreuz Verlag, gebunden, 319 S.  
CHF 35.90/Euro 19.95  
Bestell-Nummer 403



**Klug essen – gesund bleiben**  
Ernährung mit Köpfchen – ganz einfach.  
Von Dr. Susanne Holst.  
Rowohlt Verlag, broschiert, 284 S.  
CHF 22.30/Euro 12.00  
Bestell-Nummer 404



**Olivenbaumtherapie**  
Uraltes Heilwissen vom Mittelmeer.  
Von Birgit Frohn.  
AT Verlag, gebunden, 176 S.  
CHF 29.90/Euro 17.90  
Bestell-Nummer 407



**«Das Lesen nimmt so gut wie das Reisen die Einseitigkeit aus dem Kopfe.»**

*Jean Paul*



**Blütenwanderungen in der Schweiz**  
Die schönsten Pflanzen-Streifzüge.  
Von Sabine Joss.  
AT Verlag, broschiert, 160 S.  
CHF 34.90/Euro 21.90  
Bestell-Nummer 408

**Sanfte Heilpraxis**  
mit selbstgemachten Medikamenten.  
Von Jürg Reinhart.  
AT Verlag, gebunden, 205 S.  
CHF 38.00/Euro 22.90  
Bestell-Nummer 409



**Abnehmen mit dem inneren Schweinehund**  
Von M. v. Münchhausen/M. Despeghel.  
Verlag Gräfe & Unzer, broschiert, 192 S.  
CHF 29.90/Euro 16.90  
Bestell-Nummer 254



**Das Anti-Herzinfarkt-Ernährungsbuch**  
Mit vielen getesteten, leckeren Rezepten.  
Von Dr. Andrea Flemmer.  
Felix Verlag, gebunden, 190 S.  
CHF 35.90/Euro 19.95  
Bestell-Nummer 410



**Das Baby ist da!**  
Wie Sie in den ersten 12 Monaten alles richtig machen. Von Jenifer Calvi.  
Bhv Buchverlag, gebunden, 255 S.  
CHF 29.00/Euro 15.95  
Bestell-Nummer 268

### So einfach können Sie das gewünschte Buch bestellen:

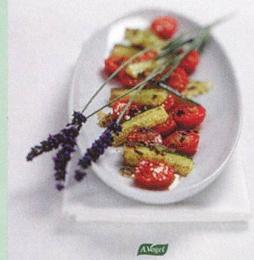
Einfach Bestell-Nummer auf Bestellkarte am Ende des Heftes notieren, Karte ausfüllen und abschicken. Sie erhalten das Gewünschte anschliessend gegen Rechnung (Vorauszahlung ausserhalb Schweiz und Deutschland).

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## Bestellkarte

**Gesundheit im Abonnement!**  
11-mal pro Jahr, für nur CHF 39.00

A.Vogel für Geniesser



Für die Gesundheit des wichtigsten Organs.

Die Leber reguliert die Gesundheit



von Alfred Vogel  
broschiert, 349 S.  
Neue Auflage mit aktuellen Anmerkungen.

30

CHF 27.50



Ihr Alltag ist Training genug.

Fit ohne Sport

von Prof. Hans A. Bloss,  
Dr. Isabel Bloss,  
broschiert, 126 S.

286

CHF 27.50



Lachen ist gesund!

Ist dieses Buch ansteckend?

von Cordula Stratmann, Marion Grillparzer, gebunden, 176 S.

291

CHF 27.50

Bitte benützen Sie die

Weitere Buchempfehlungen auf

Geschäftsanwartsendung Invio commerciale risposta  
Envío comercial-réponse

Innerhalb CH nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Karte bitte hier abtrennen!

## Jetzt aktuell!

A.Vogel für Geniesser

Natürlich frisch und gesund



Das neue Kochbuch von A.Vogel:  
«A.Vogel für Geniesser»  
Köstliche Naturküche, die garantiert gelingt!

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](mailto:info@verlag-avogel.ch)

Herzlichen Dank für Ihre Mühe

**„Bewegung ist  
meine Leidenschaft,  
deshalb schütze  
ich meine Gelenke  
mit Glucosamin<sup>Plus</sup>.“**

Natascha Badmann, 6-fache  
Weltmeisterin Ironman-Hawaii

**NEU!**



**A.Vogel**

**Bewegungsfreiheit.**

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