

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 67 (2010)  
**Heft:** 2: Spucke muss sein

**Rubrik:** Impressum

#### 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>**

**Impressum****A. Vogel Gesundheits-Nachrichten**

Natürlich gesund leben

Februar 2010, 67. Jahrgang

erscheint 11-mal im Jahr

Copyright by Verlag A.Vogel AG

**Redaktion und Verlag**

Verlag A.Vogel AG

Hätschen, Postfach 63, CH-9053 Teufen

Telefon +41 71 335 66 66

E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Internet: www.verlag-avogel.ch und

www.gesundheits-nachrichten.ch

**Verlag A. Vogel Konstanz**

Telefon +49 75 33 40 35

verlag-avogel@t-online.de

**Herausgeberin:** Denise Vogel**Chefredaktion:**

Dr. rer.nat. Claudia Rawer

c.rawer@verlag-avogel.ch

**Verlagsleiter:** Clemens Umbricht

c.umbricht@verlag-avogel.ch

**Anzeigen:** Cornelia Huber

Telefon + 41 71 335 66 70

c.huber@verlag-avogel.ch

**Mitarbeiter dieser Ausgabe**

Corina Amrein

Madelaine Karin Balmer

Vreni Giger (Rezepte)

Petra Gutmann

Christine Weiner

Ingrid Zehnder

**Fotos**

agefotostock, Bokelberg, Corbis

Crestock (MonkeyBusinessImages, OG\_Vision, soupstock)

Dreamstime (L. Friis-Larsen, V. Repina, D. Rosendorff)

Fotolia (detaillblick, gosphotodesign)

iStockphoto (A. Gvozdikov)

Panthermedia, Pixelio (U. Dreiucker,

flashcat, P. Flury, S. Fritsch, Joujou,

Jürgen, P. Kretschmer, A. R., E. Rose,

D. Schellenbeck, S. Schumann),

StockXchange (T. Jonsson), Wikipedia

(Wikipedia Moltebeerli, sarahemcc)

Aruna, Bioforce (B. Blum, A. Ryser,

G. Langer) Huber Verlag, G. Langer,

W. Jost, NHV Theophrastus, C. Rawer

**Satz, Lithos:** Seelitho AG, Stachen**Druck:** Zollikofer AG, St. Gallen**Papier:** Chlorfrei gebleicht**Jahresabonnement**

Schweiz: CHF 39.- inkl. MwSt.

EU: Euro 25.-

übriges Europa: CHF 43.-

übrige Länder: CHF 53.-

**Einzelheft** CHF 5.20 / Euro 3.25**Abonnements & Bücher**

Verlag A.Vogel AG

Hätschen, Postfach 63

CH-9053 Teufen

Telefon +41 71 335 66 55

Fax + 41 71 335 66 88

# Die nächste Ausgabe

## Die Kleine Outdoor-Apotheke

Gänseblümchenblätter fürs aufgeschürfte Knie, Holunderblätter, um den Sonnenbrand zu lindern – mit der Frischpflanzen-Apotheke wissen Sie sich in der Freizeit zu helfen.



## Auf dem «Chemin des Adonis»

Frühling erleben: Von März bis Mai strahlen dicke Büschel von Adoniröschen wie kleine Sonnen auf den Wiesen von Charrat – ein ganz besonderes Wanderziel.



## Unterwegs gesund essen

Keine Zeit, keine Ruhe – Berufstätige essen oft «auf die Schnelle». Wie man es anders machen kann: Tipps für gesunde Ernährung unterwegs.



## Und ausserdem:

**Blasen an den Füssen • Mitmachen und gewinnen beim grossen Pflanzen-Quiz!**



Die Speicheldrüsen passen sich unserer Nahrung genau an, was man als kleines Wunder bezeichnen kann.

Alfred Vogel (1902-1996)