

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

## 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:** 02.05.2026

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



## Fasten – Wandern – Wellness

Fasten ist Erholung pur.

Diverse Daten, sehr gute Hotels, schöne Orte (Tessin, Wallis, Engadin, Toggenburg).

[www.fasten-wandern-wellness.ch](http://www.fasten-wandern-wellness.ch)

Tel. 044 921 18 09, Ida Hofstetter, Männedorf

eine Welt fuer sich



**Reishi, Shiitake & Co**  
erfahren Sie, was Vitalpilze können.

Gern für Sie da!

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

## Weiterbildung Wickelfachfrau / Wickelfachmann

10 Tagesseminare im WE'G in Aarau  
März bis Oktober 2010

Leitung:

Madeleine Ducommun-Capponi  
Vreni Brumm

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)



## Erdmandelflocken

Jeder zweite leidet an Darmträgheit, häufig bedingt durch ballaststoffarme Ernährung. Eine effektive Hilfe sind die gutschmeckenden Erdmandelflocken.

- über 30% verdauungswirksame Ballaststoffe
- reich an Magnesium und Schutzvitamin E
- mit feinem Mandelgeschmack
- wertvoll für Allergiker



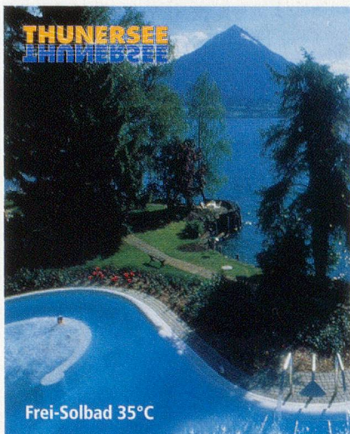
rossi-venzi ag, Manaröl, 7550 Scuol  
Tel. ++41 (0)81 864 10 74

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

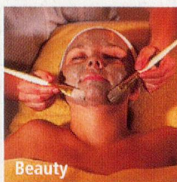
## Erdklang-Flöte

Der tiefe, erdige Klang dieser traumhaften Flöte wird Sie nicht mehr loslassen!  
Die Erdklangflöte, ein wunderschönes, leicht zu spielendes Instrument.  
Noch nie war musizieren so einfach.

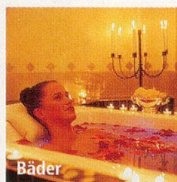
handgefertigte Erdklangflöten  
Tel. 044 401 51 20 • [ajetzer@bluewin.ch](mailto:ajetzer@bluewin.ch)



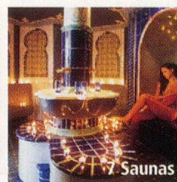
Frei-Solbad 35°C



Beauty



Bäder



Saunas

### KLEINES WELLNESS ABC...

	Bis 01.04.2010		01.04. – 12.05.2010	
	3 Nächte	4 Nächte	3 Nächte	4 Nächte
Nord-Z. p.P.	ab 610.–	ab 675.–	ab 655.–	ab 727.–
Süd-Z. p.P.	ab 700.–	ab 779.–	ab 760.–	ab 847.–
• 3 resp. 4 Nächte mit Verwöhn-Halbpension (Frühstücksbuffet & Diner) • 1 Kräuterpackung mit «Relax Royal» • 1 Vital-Massage • Täglich aktiv betreutes Sport-Programm (Di – Sa) * Bei 4 Nächten Anreise So oder Mo				

Verlangen Sie unsere  
«Ferienträume 2010»



BEATUS · MERLIGEN

3658 Merligen-Thunersee

☎ 033 748 04 34  
[info@beatus.ch](mailto:info@beatus.ch)

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

## SCHUTZ VOR ELEKTROSMOG

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

**COUFAL**  
ELECTRONICS

Tel. 071 891 41 40

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

Natascha Badmann, 6-fache  
Weltmeisterin Ironman-Hawaii



**A.Vogel**

**Bewegungsfreiheit.**

## EFT Emotional Freedom Techniques (Meridian-Klopftechnik nach Gary Craig)

### Workshop-Seminar Level 1

Samstag, 27. März 2010, oder Samstag, 24. April 2010

### Workshop-Seminar Level 2

Wochenende, 29./30. Mai 2010 (2 Tage), jeweils von  
9.00 Uhr bis 17.00 Uhr, (EMR-anerkannt 6 Std./Tag)

**Kurskosten: CHF 200.00/Kurstag inkl. Unterlagen und  
Pausengetränke**

**Anmeldung:** Romy Zimmermann, Telefon 056 450 39 92  
[r.zimmermann@myshiatsu.ch](mailto:r.zimmermann@myshiatsu.ch) / [www.myshiatsu.ch](http://www.myshiatsu.ch)

## Fasten-wandern zur Zeit der Mandelblüte auf Mallorca

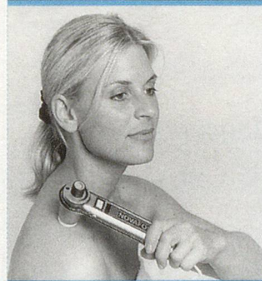
13. bis 20.02., 20. bis 27.02.  
und 27.02. bis 06.03.10



*Geniessen Sie mit uns den  
vorgezogenen Frühling.  
Fasten und wandern macht federleicht und frei.*

**Emanuel Ludi**

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



## Es gibt Dinge, die sich lohnen!

Zum Beispiel die Intraschallwellen-  
behandlung bei Beschwerden wie:

- Verspannungen
- Sportverletzungen
- typische Altersbeschwerden

mit dem Original NOVAFON Gerät!

Forschungen namhafter Wissenschaftler haben gezeigt, dass die direkte Einwirkung von Schallwellen auf die betroffenen Körperbereiche spürbare Linderung bringen kann. Auf der Grundlage dieser wissenschaftlichen Erkenntnisse ist das NOVAFON Intraschallgerät entstanden.

Die Schallwellen des NOVAFON Intraschallgerätes bewirken eine intensive Tiefenmassage an den behandelten Körperstellen, wodurch die Durchblutung und der Zellstoffwechsel gefördert werden.

**Linderung, Entspannung und Wohlbefinden stellen sich oftmals  
schon nach der ersten Behandlung ein.** GN 2-10

Bitte senden Sie mir einen Prospekt

Bitte senden Sie mir gegen Rechnung mit Rückgaberecht innert 10 Tagen ein NOVAFON Intraschallgerät:

Modell SK1 zu Fr. 290.- (Standardausführung)

Modell SK2 zu Fr. 330.- (Luxusausführung mit ausklappbarem Verlängerungs-  
bügel für bequeme Rücken- und Nackenbehandlung)

Modell SONOSSAGE zu Fr. 215.- (preisgünstigere Variante in weissem Kunststoff)

**Auch in Apotheken, Drogerien und Sanitätsgeschäften erhältlich.**

Name: \_\_\_\_\_

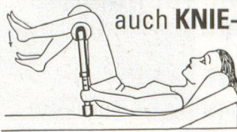
Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

**NOVAFON, Forbuelstrasse 21, Postfach, 8707 Uetikon am See,  
Telefon 044 920 26 46, Fax 044 920 26 15, [www.novafon.ch](http://www.novafon.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:  
**Frau Verena Seiler, Grabenmattstrasse 26**  
CH-5452 Oberrohrdorf, Telefon 056 496 47 87

**«Chrüter»- und Botanik-Reisen 2010**

Der fröhliche Dialog mit der Natur unter der Leitung von Heilpflanzenkundigen sowie Botanikern nach:

Madeira (April), Cevennen (April), Bulgarien (Mai), Côte d'Azur (Mai), Slowakei (Mai), Stelvio-Nationalpark Val Martello (Juni), Sextener Dolomiten (Juli), Provence (Juli), Madagaskar (Oktober)

Gerne senden wir Ihnen den neuen Katalog:

**ARCATOUR**  
sinnvoll reisen

6301 Zug, Tel. 041 729 14 20, www.arcatour.ch

*wirksame Hilfe bei ...*

- ◆ **Blasen- und Prostataproblemen**
- ◆ **Rheuma / Arthrose**
- ◆ **Reizdarm**
- ◆ **Wechseljahrbeschwerden**

Vertrauen Sie auf unsere wirksamen und erprobten Therapien mit unseren pflanzlichen Heilmitteln. Diese können auch Ihnen Linderung bringen.

**Bei uns erhalten Sie sehr viele Naturheilmittel. Z.B. Weihrauch-tabletten, Wobenzym, Padma-Produkte, Symbioflor usw.**

Lassen Sie sich von uns beraten!

**drogerie sonderegger, 9042 speicher**  
Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist,  
kant. appr. Naturheilpraktiker  
Telefon 071 344 10 22  
drogerie@drogerie-sonderegger.ch  
www.drogerie-sonderegger.ch

**Jetzt schenken!****LESEN SIE  
SICH GESUND!**

- ▶ Die beliebte Zeitschrift für natürlich gesundes Leben.
- ▶ Mit Tipps, Ratschlägen und tollen Rezepten für die gesunde Ernährung.
- ▶ 11 x pro Jahr gute Nachrichten für Ihre Gesundheit.

Pionier der Naturheilkunde  
– seit 1923

*A. Vogel*

**Jetzt aktuell!**

Schenken Sie  
Gesundheit!  
Schenken Sie ein  
Jahresabo für nur  
Fr. 39.- / € 25.-  
(11 Ausgaben).

Bitte benutzen Sie die Bestellkarte am  
Schluss des Hefes oder telefonieren Sie:  
Schweiz: 071 335 66 66 / Deutschland: 07533 40 35



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

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 Biokinetik 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 Biokinetik  
Herbert-Hellmann-Allee 29-31  
D-79189 Bad Krozingen  
bei Freiburg  
Tel. 0049-(0)7633-93321-0  
Fax: 0049-(0)7633-93321-99

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

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

## Fastenwandern

im Wunderland Schweiz  
mit Liselotte ...



...eine fröhlich-gesunde Woche unter kundiger Leitung in prächtigen Wandergebieten – entspannen, entschlacken, Gewicht verlieren, Vitalität gewinnen!

Die Fastenwanderwochen finden im: März, Mai, Juni, Juli und September 2010 statt.

Verlangen Sie Gratis-Unterlagen bei:

**Liselotte Güntert**, CH-1712 Tafers

Tel. 026 494 25 79 [www.fastenwandern.ch](http://www.fastenwandern.ch)



Einmal  
anders!

**Vitalpilze**  
natürliche Stärke

[www.tobebalanced.com](http://www.tobebalanced.com)  
[info@tobebalanced.com](mailto:info@tobebalanced.com)  
0041(0)52 5115056

Jetzt auch



## Biochemischer Verein Zürich

Öffentlicher Vortrag

Montag, 15. Februar 2010, 19.45 Uhr

Chemie und Psyche: Der mineralische Reigen und Schüssler-Salze

Referent: Dr. Georges Spring

im Vereinshaus Glockenhof,

1. Stock, Sihlstr. 33, Zürich

Eintritt: Fr. 18.-, Mitglieder: Fr. 8.-

Das Portal für  
die Generation  
50plus

informativ  
aktiv  
kommunikativ

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

Kneipp Kurhotel



Kneipp Kurhotel  
"Das Marienbad"  
Eichwaldstr. 25 a,  
86825 BadWörishofen  
Tel: 0049/8247/3950  
Internet: [www.marienbad.de](http://www.marienbad.de)

## Kneipp-Verwöhntage

buchbar vom 31.01. - 07.02.2010

7 Übernachtungen incl. Halbpension (Menüwahl)  
und komplettem Hotelprogramm

**pro Person** 2 Kneipp-Wellness-Wechselgüsse,

1 Kneipp-Wellness-Heublumenpackung,

1 durchblutungsfördernde Beinwickel

1 Rückenmassage 30 Minuten

pro Person im Zimmer ohne Balkon:

491.- Euro

mit Balkon: 552.- Euro

Bei Buchung bis zum 20.01.2010  
erhalten Sie eine Pediküre gratis!

# 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 CHF 5.20/Euro 3.25 pro Heft in **kleinen Briefmarken** oder in **Noten** (Versandkosten für Europa sind in diesem Preis eingeschlossen)



## Anzahl Ausg. Schwerpunktt Themen

- |                          |        |   |
|--------------------------|--------|---|
| <input type="checkbox"/> | 1/08   | Die Heilkraft der Bitterstoffe/Harmonien für die Hirnzellen/Schokolade macht schön/Register 2007  |
| <input type="checkbox"/> | 2/08   | Wenn die Pollen plagen/Die Farben der Bergseen/Heilender Rhythmus: TaKeTiNa/Mango                 |
| <input type="checkbox"/> | 3/08   | Naturheilkunde für Schwangere/Hormon-Selbsthilfe/Die Launen des Wetters                           |
| <input type="checkbox"/> | 4/08   | Ernährungstricks für Kinder/Emotionale Intelligenz/Atmen Sie sich ruhig!/Heilpflanze Ehrenpreis   |
| <input type="checkbox"/> | 5/08   | Asia-Salate/Wandern als mentales Training/Pfingstrosen/Fussreflexzonen-therapie/Kinderschuhe      |
| <input type="checkbox"/> | 6/08   | Medizin aus dem Meer/Seekrankheit/Couscous/Genusswanderung/Fleischfressende Pflanzen              |
| <input type="checkbox"/> | 7-8/08 | Schönheit aus dem Meer/Aroniabeere/Vitamin D/Die Welt unter Ihrem Badetuch/Molekularküche         |
| <input type="checkbox"/> | 9/08   | Neuromuskuläre Bahnung/Innere Kündigung/Pudding: die süsse Verführung/Chelsea Physic Garden       |
| <input type="checkbox"/> | 10/08  | Beweglich bleiben mit Glucosamin/Hypersensibilität /Saures Vergnügen: Essig/Fieberkrämpfe         |
| <input type="checkbox"/> | 11/08  | Farbe gegen Winterblues/Weihrauch/Tofu/Wüstenwanderer Andrea Vogel                                |
| <input type="checkbox"/> | 12/08  | Sanfte Kinderheilkunde/Edelweiss /Am Glück bauen/Gummibärchen                                     |
| <input type="checkbox"/> | 1/09   | Richtige Ernährung für Sportler/Bodyguards der Gesundheit/Winterwanderung/ Floating/Register 2008 |
| <input type="checkbox"/> | 2/09   | Allergien im Vormarsch/Klangmassage/Biokinematik gegen Migräne/Lob dem Lorbeer/Sauna              |
| <input type="checkbox"/> | 3/09   | Das richtige Körper-Mass/Schlank durch Schmauen/Nachhaltig gesund leben/Tägliches Wohlbefinden    |
| <input type="checkbox"/> | 4/09   | Starkes Herz/Tiere, die sich selbst verarzten/Hilfe bei chronischem Tinnitus/Hirse macht schön    |
| <input type="checkbox"/> | 5/09   | SOS für Frauenherzen/A.Vogel-Brot/Medizin für Mieke/Blumenuhr/Schönheit aus dem Garten            |
| <input type="checkbox"/> | 6/09   | Aktiv gegen Herzkrankheiten/Indianerheilpflanzen/Urlaubszeit: Unbesorgt fliegen/Ringelblume       |
| <input type="checkbox"/> | 7-8/09 | Wenn Herzen schwach werden/Prostatitis/Essen, was glücklich macht/Kochen mit Sonnenkraft          |
| <input type="checkbox"/> | 9/09   | Fibromyalgie/Milch – Meiden oder geniessen?/Meridian-Energie-Technik/Quitten                      |
| <input type="checkbox"/> | 10/09  | Schaufensterkrankheit pAVK/Asthma: Intakte Heilchancen/Der innere Kritiker/Schabziger             |
| <input type="checkbox"/> | 11/09  | Lungenkrankheit COPD/Spiraldynamik/Welcher Fisch darf auf den Tisch?/Winterfreuden/Naturfasern    |
| <input type="checkbox"/> | 12/09  | Reizdarm/Laktose-Unverträglichkeit/Dufttherapie/Fischfang in der Barentssee/Sauerkraut            |

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: \_\_\_\_\_

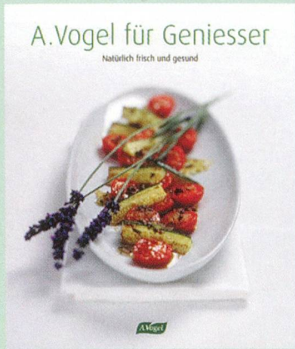
Einsenden an: Schweiz: Verlag A.Vogel AG, Postfach 63, CH-9053 Teufen  
Deutschland: Verlag A.Vogel, Postfach 55, DE-78465 Konstanz

A.Vogel

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## Bestellkarte

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



Für die Gesundheit des wichtigsten Organs.



**Die Leber reguliert die Gesundheit**

von Alfred Vogel  
broschiert, 349 S.  
Neue Auflage mit aktuellen Anmerkungen.  
CHF 27.50

30



Endlich richtig erkennen und behandeln.

**Fibromyalgie**

von Dr. med. W. Brückle,  
kartoniert, 112 S.

CHF 24.30

297



Die schönsten Wanderungen im Schnee.

**Wandern und Geniessen im Winter**

von Heinz Staffelbach,  
gebunden, 192 S.

CHF 59.90

300

Bitte benützen Sie die

Weitere Buchempfehlungen auf

Februar 2010

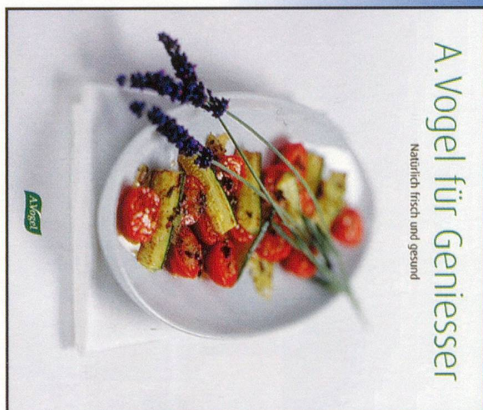
Innerhalb CH nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsvorstellung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse

Verlag A. Vogel AG  
Postfach 63  
CH-9053 Teufen

Karte bitte hier abtrennen!

# Immer aktuell!



Das 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

Neu!



A.Vogel

«Für meine Gesundheit  
bin nur ich verantwortlich.»

Die Verantwortung für unser tägliches Wohlbefinden tragen nicht die Gesundheitsorganisationen, sondern wir selbst. Daher gibt es jetzt Pflanzenkombinationen von A.Vogel, dem Pionier für die natürliche Gesundheit mit langjähriger Erfahrung in biologischem Anbau und nachhaltiger Herstellung. Mit den A.Vogel Wohlfühl-Produkten tun Sie sich täglich etwas Gutes. Jetzt neu im Fachhandel und in größeren Coop Supermärkten erhältlich. [www.avogel.ch](http://www.avogel.ch)