Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 68 (2011)

Heft: 6: Besser schlafen mit Duft?

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

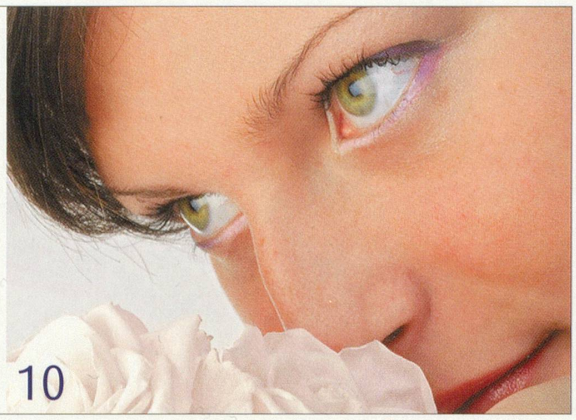
Download PDF: 10.12.2025

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

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Besser schlafen mit Duft?

Noch nicht im Schlafzimmer anzuwenden, aber ein wissenschaftlicher Beweis für die Wirksamkeit von Düften und der Aromatherapie: Der jasminartige Duft der Gardenie wirkt beruhigend und angstlösend.


10

ERNÄHRUNG & GENUSS

Fruchtige Königinnen

Goldgelbe Aromabömbchen, prallsaftige Zuckerpflaumen – Mirabellen und Reineclauden werden viel zu wenig geschätzt.

13

LEBENSFREUDE & WELLNESS

Pflege-Tipps für Babyhaut

Mit der richtigen Pflege im ersten Jahr wird Babys empfindliche Haut von Tag zu Tag widerstandsfähiger.

16

NATUR & UMWELT

Wilde Derborence 19

Urtümliche Naturlandschaft, Paradies für Pflanzen und Tiere: das Derborence-Tal im Wallis.

LEBENSFREUDE & WELLNESS

Barfuss wandern 24

Schusters Rappen bleiben zu Hause: Hautnaher Kontakt mit der Natur beim Wandern auf Barfusswegen.

RUBRIKEN

Fakten & Tipps 6
Buchtipp 6
Leserforum/Leserbriefe 31
Vorschau/Impressum 34
Anzeigen & Adressen 38

Wasserwelten: Rauschende Fontänen