

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 69 (2012)  
**Heft:** 12: Die innere Uhr : im Rhythmus des Lebens  
  
**Rubrik:** Spass & Unterhaltung

### **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:** 29.01.2026

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



# Grosses Winterrätsel: Hier ist Kreativität gefragt!

Wortfechterinnen und Wortfechter aufgepasst! Knobeln Sie mit beim kniffligen Buchstabenrätsel der «Gesundheits-Nachrichten». Es erwarten Sie Preise im Gesamtwert von über CHF 4000.-

Tino Richter

Diesmal geht es um folgenden Begriff:

## OMEGA-FETTSAEUREN

Bilden Sie aus diesem Begriff so viele neue deutsche Wörter wie möglich. Hier sind unsere Spielregeln:

Die Buchstaben dürfen nur so oft verwendet werden, wie sie im Begriff vorkommen. Variationen und Mehrzahlbildungen von Wörtern wie SAU und SAUEN sind erlaubt, gebeugte Formen wie MAUSTE von MAUSEN nicht, nur der Infinitiv zählt. Gleiche Wörter mit unterschiedlichen Bedeutungen zählen dagegen doppelt, wie z.B. MUTTER (Familienmutter) und MUTTER (Bauteil, Gewinde).

Umlaute dürfen ebenfalls verwendet werden, der Bindestrich spielt selbstverständlich keine Rolle. Länder- und Städtenamen gelten, Vor- und Familiennamen dagegen nicht. Fremdwörter gelten, wenn Sie wie MEGA Eingang in die deutsche Sprache gefunden haben. Abkürzungen wie GAU oder SARS sind nicht erlaubt.

Nun haben wir Ihnen bereits eine kleine Starthilfe gegeben und Sie können beherzt loslegen. Im Zweifelsfall entscheidet der Duden. Aber versuchen Sie es doch ohne!

**Wer mehr als 100 einzelne Worte findet, kann seine (bitte leserliche) Aufstellung bis zum 15.1. 2013 an die Redaktion schicken.**

### Viel Erfolg!

Schicken Sie Ihre Lösung mit dem Stichwort «Winterpreisträtsel» an:

Verlag A.Vogel  
Postfach 63, CH-9053 Teufen  
oder per E-Mail an: [info@verlag-avogel.ch](mailto:info@verlag-avogel.ch)

An der Verlosung können alle Leserinnen und Leser der «A.Vogel Gesundheits-Nachrichten» teilnehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Nicht teilnehmen können die Mitarbeitenden der A.Vogel-Betriebe.





Und hier zeigen wir Ihnen, was Sie gewinnen können:



## 1. Preis

Als Hauptpreis verlosen wir eine **Regenerationswoche für zwei Personen** im Doppelzimmer in der **Paracelsus Clinica al Ronc** im Wert von fast CHF 1800.-.

Füllen Sie Ihre physischen und psychischen Reserven wieder auf und finden Sie zurück zu Ihrer Balance. Mit dem Angebot erhalten Sie ein Rahmenprogramm, welches jedem Anspruch gerecht wird, um in einer wunderschönen Umgebung inmitten der Schweizer Alpen, bei mediterranem Klima mit morgendlichem Glockengeläut und in einem Zimmer mit Südbalkon Zeit für Ruhe und Regeneration zu finden.

Lassen Sie sich von erfahrenen Ärzten untersuchen und ganzheitlich beraten. Es erwarten Sie in dieser Woche eine Ganzkörper- und Fussreflexzonenmassage, eine Fangopackung, eine Dauerbrause und vieles, vieles mehr.

Neben Ihrem individuellen Programm wie wandern, lesen und geniessen, können Sie sich auch in das tägliche Aktivitätsprogramm integrieren (z.B. Trampolinspringen, Atem-, Tast- und Dehnübungen). Eine Regenerationswoche in der Clinica al Ronc sorgt für mehr gesundheitliche Stabilität, und darauf beruhen 99 Prozent unseres Glücks. Mehr Informationen finden Sie unter:

Paracelsus Clinica al Ronc  
Biologisch-medizinisches Zentrum  
Strada cantonale 158  
CH-6540 Castaneda GR  
Tel. +41 (0)91 820 40 40, Fax: +41 (0)91 820 40 41  
E-Mail: [info@alronc.ch](mailto:info@alronc.ch), Internet: [www.alronc.ch](http://www.alronc.ch)

## 2. Preis

Eine Übernachtung inklusive Frühstücksbuffet für zwei Personen im Doppelzimmer im **Kneipp- & Vital-Hotel Röther** in Überlingen zuzüglich eines **Gutscheins für zwei Personen für einen «Wohlfühltag Classic»** in der Bodensee-Therme Überlingen (Tageseintritt inklusive Sport- und Thermalbad, Wellness und Sauna; ein Leihwäschepaket [Bademantel und Handtuch] sowie ein Begrüssungscocktail).

Das mit 34 Betten überschaubar grosse, komfortable, in herrlicher Südhanglage gelegene Haus blickt auf eine lange Tradition zurück. Mehr als 60 Jahre Erfahrung in der individuellen Betreuung von Gästen und Patienten sowie die familiäre Atmosphäre prägen den Stil des Hauses. Traditionelle



Kneippkuren, klassisches Fasten nach Buchinger, Obst- und Basenfasten sowie Jentschura's Basenkur «Regenata» bilden neben einem umfassenden physiotherapeutischen Angebot den Schwerpunkt im Kneipp- & Vital-Hotel Röther. Darüber hinaus bietet



das Hotel ambulante und stationäre Vorsorge- und Rehabilitationsmassnahmen für alle Krankenkassen und Beihilfeempfänger sowie ein ambulantes Therapie- und Vitalzentrum. Ob mit oder ohne Kur – das Kneipp- & Vital-Hotel Röther ist mit Kompetenz, Herz und Einsatzfreude für Sie da.

Mehr Informationen finden Sie unter:

Kneipp- & Vital-Hotel Röther

Uhlandstrasse 2, DE-88662 Überlingen am Bodensee

Tel. +49 (0) 75 51/92 240

E-Mail: [info@bodenseekur.de](mailto:info@bodenseekur.de), [www.bodenseekur.de](http://www.bodenseekur.de)

### 3. Preis

Ideal für die kalten Wintertage sind die **Softshell-Jacken von Schöffel**. Wir verlosen



eine davon entweder in Grösse 38 für Damen im Wert von CHF 209.90 oder in Grösse 50 für Herren im Wert von CHF 139.90.

Die trendige Damenjacke «Stacy» besteht aus wasserabweisendem Venturi-Stretch-Softshell in der Farbe Türkis. Eine ergonomische Schnittführung sorgt für eine optimale Passform mit zwei Fronttaschen sowie einer Ärmeltasche. Die Saumregelung ist verstellbar. Auch die Herrenjacke besteht aus wasserabweisendem Softshell-Stretch mit Saumregulierung, hat zwei Fronttaschen sowie einen sportlich-ergonomischen Schnitt. Mehr Informationen erhalten Sie bei: Schöffel Schweiz AG [www.schoeffel.com](http://www.schoeffel.com)



### 4. bis 5. Preis

Zusätzlich vergeben wir **zwei Gutscheine im Wert von je CHF 50.– für A.Vogel-Produkte**. Stellen Sie sich ein Paket mit Ihren Lieblingsprodukten von A.Vogel selbst zusammen. Ob Kräutersalze, Molkeprodukte oder Bonbons, wir liefern Ihnen Ihre ganz persönliche Auswahl nach Hause. Oder kommen Sie doch einmal selbst in Teufen vorbei:

A.Vogel Gesundheitszentrum und Heilkräutergarten CH-9053 Teufen AR, Tel. +41 (0)71 335 66 11

E-Mail: [r.vetter@avogel.ch](mailto:r.vetter@avogel.ch).

#### TIPPS

#### So halten Sie Ihr Gehirn fit

Die letzte Zuschrift zum Buchstabenrätsel aus dem Jahr 2007 erreichte uns übrigens im Frühjahr dieses Jahres (!) mit der Bitte um eine Lösung. Damit es Ihnen nicht auch so ergeht, geben wir Ihnen hier gleich ein paar Tipps, wie Sie das Broca-Areal und das Wernicke-Zentrum Ihres Gehirns optimal auf die Denksportaufgabe einstellen können:

- ★ Gehen Sie jeden Buchstaben der Reihe nach durch und notieren Sie die Wörter, die ihnen einfallen.
- ★ Wenn Sie nicht mehr weiterkommen, stehen Sie auf und laufen Sie etwas hin und her, das aktiviert das Gehirn.
- ★ Ein kurzer Spaziergang an der frischen Luft wirkt ebenfalls oft Wunder.
- ★ Oder machen Sie ein Nickerchen, das hilft, sich wieder neu zu konzentrieren.
- ★ Kaffee oder grüner Tee können die Durchblutung des Gehirns fördern.
- ★ Wenn Sie «Fakten & Tipps» gelesen haben, können Sie es auch mit Schokolade probieren.