

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 70 (2013)
Heft: 4: Aktiv gegen Osteoporose

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: 12.01.2026

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

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Osteoporose

Knochenschwund ist so häufig, dass er bereits als Volkskrankheit bezeichnet wird. Schutz und Linderung bringen die richtige Ernährung – nicht nur mit Milchprodukten – und viel Bewegung im Freien.

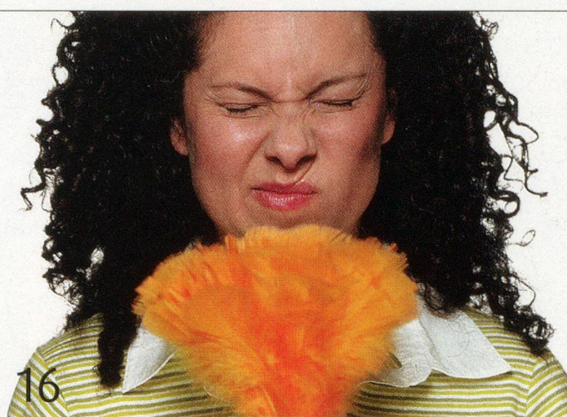


10

LEBENSFREUDE & WELLNESS

Staubige Sachen

Was es mit der «persönlichen Staubwolke» auf sich hat, wem die Mini-Partikel nützen und wie wir uns vor schädlichem Staub schützen.

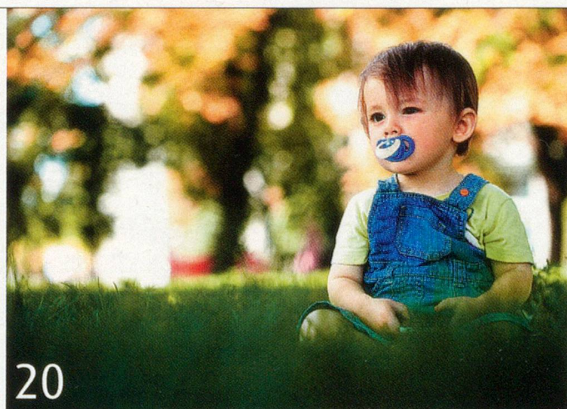


16

KÖRPER & SEELE

Schnuller – pro und kontra

Legitimes Trösterchen oder Beruhigungsautomat fürs Baby? Es gibt Argumente für oder gegen den Einsatz der praktischen Sauger, und die Entwöhnung bleibt eine Herausforderung für die Eltern.



20

ERNÄHRUNG & GENUSS

Kokoswasser 24

Gesund und fit mit Kokoswasser? An diesem Trend ist etwas dran.

A.VOGEL SPEZIAL

Besuchen Sie uns! 27

Führungen, Kurse, Seminare – und ein neuer Berater bei A.Vogel.

RUBRIKEN

Fakten & Tipps	6
Buchtipp	6
Leserforum	30
Vorschau/Impressum	34
Anzeigen & Adressen	38



Feldhasen (*Lepus europaeus*): Tanz in den Frühling