

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 70 (2013)  
**Heft:** 12: Heilpflanzen für schöne Haut

## **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:** 12.01.2026

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

**P. Jentschura®**  
regeneriert wie neugeboren

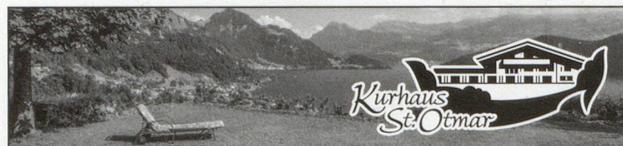
**basisch schön**

- ✓ Tee trinken
- ✓ mineralstoffreich ernähren
- ✓ basisch baden

Moderatorin, Model und Ernährungsberaterin Monica Ivancan vertraut seit vielen Jahren auf die P. Jentschura Qualitätsprodukte.

Jetzt Infos und kostenlose Proben anfordern:  
Jentschura [Schweiz] AG · Seestrasse 62 · CH-8806 Bäch · Tel.: +41 (0) 44 - 784 79 31  
[www.p-jentschura.com](http://www.p-jentschura.com)

A. Vogel 12/13



Das ganzheitliche Gesundheitszentrum am Vierwaldstättersee

## Wohlfühlwoche

Ihre Trink-Fasten-Kur unterstützen wir persönlich mit frischen Säften, Massagen, Wickeln, Fussbädern, Dampfbädern, Sauna, Wanderungen u.v.m.. Geniessen Sie die ruhige und entspannte Atmosphäre!

Kur- & Ferienhaus St. Otmar · Maya & Beat Bachmann-Krapf · CH-6353 Weggis Telefon +41 (0)41 392 00 10 · Internet [www.ottmarsan.ch](http://www.ottmarsan.ch)

## Komplementärtherapeut

Ein Beruf mit Zukunft.

Eine Ausbildung mit Branchendiplom  
APM-Therapeut.

Telefon 044 680 32 30 oder  
[www.wba.ch](http://www.wba.ch) oder E-Mail: [info@wba.ch](mailto:info@wba.ch)

**NMT Natur-Medizin-Technik®**

## ParacelsusClinica al Ronc

auf der Sonnenterasse des Calancatals mit Dr. Petra Wiechel und dem Team al Ronc 2013



Die Intaktheit aller Entgiftungs- und Regulationssysteme des Menschen sind wesentliche Voraussetzung, um die Waage zwischen gesund bleiben und krank werden im Gleichgewicht zu halten. Unsere Intensivwochen umfassen nicht nur ein therapeutisches Angebot, welches an den Ursachen von Entgleisungen ansetzt, die Gestaltung dieser Intensivwochen beruht auf einer über 25 jährigen Erfahrung mit den Möglichkeiten der lebenskonformen biologischen Medizin. Krankheit ist immer ein dynamischer Prozess, erst wenn das Fass zum Überlaufen drängt, werden Symptome wahrgenommen. In der persönlichen Erkenntnis um die Fürsorge und Verantwortung für sich selbst kann eine Intensivwoche in der Paracelsus Clinica al Ronc viel bewegen.

## Intensivwochen

### UNSERE INTENSIVWOCHE

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leber-Entgiftung</li> <li>• Regeneration</li> <li>• Schmerztherapie</li> <li>• Dr. Coy-Anti-Krebs-Therapie</li> <li>• Schwermetall-Ausleitung</li> <li>• Gesundheitsscheck</li> <li>• Entzugsbehandlungen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Burn-Out</li> <li>• Fibromyalgie</li> <li>• Biologische Krebstherapie</li> <li>• Multiple Sklerose</li> <li>• Morbus Parkinson</li> <li>• Diabetes mellitus</li> </ul> |
|---|---|

DR. MED. PETRA WIECHEL, Paracelsus Clinica al Ronc CH-6540 Castaneda, Tel. 091 8204040 [info@alronc.ch](mailto:info@alronc.ch)  
Weitere Informationen finden Sie unter: [www.alronc.ch](http://www.alronc.ch)

photography: www.felder-images.com

# Schenken Sie doch mal wieder!



Für die beste *Freundin*,  
*Töchter* und *Söhne*, das frisch-  
gebackene *Paar*, *Väter*,  
die schwangere *Nichte*, den *Lieb-  
lingsonkel*, *Kräutertanten*,  
die nette *Nachbarin*, *Natur-  
freunde* und *Wellnessfans*,  
*Gartenbesitzer* oder den  
*Hausarzt* und...

Ein Abo der A.Vogel Gesundheits-  
Nachrichten macht immer Freude!

Aktuell CHF 40.50/Euro 26.-

## Für Energie und Erholung!

Erhältlich im Fachhandel und bei Shaktisuisse:

**Shaktimatte für Fr. 99.-**

**Shakti Nackenkissen für Fr. 39.-**

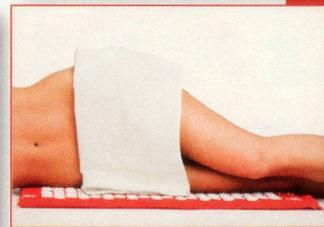
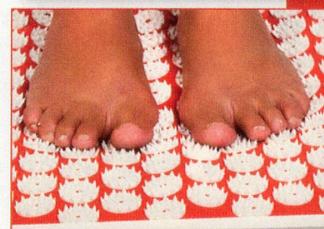
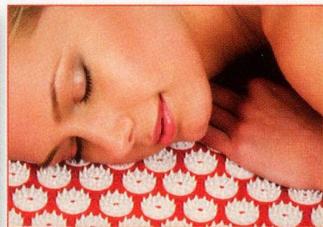
**Shakti Augenkissen mit Lavendelfüllung für Fr. 25.-**

Gratis zu jeder Bestellung im Dezember 2013,  
ein Shakti Augenkissen im Wert von Fr. 25.-



**Die indische Nagelmatte**

- Entspannen Sie sich auf 6000 Spitzen
- Wecken Sie die Energie in sich
- Werden Sie zum Freund Ihres Rückens
- Weniger Stress im Leben
- Schlafen Sie entspannt



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

E-Mail: [info@shaktisuisse.ch](mailto:info@shaktisuisse.ch) | Telefon 043 268 99 40 | Vertrieb: [aph.swiss.design@hispeed.ch](mailto:aph.swiss.design@hispeed.ch)



### **Es gibt Dinge, die sich lohnen!**

Zum Beispiel die Intra-Schallwellenbehandlung 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 Körperfälle spürbare Linderung bringen kann. Auf der Grundlage dieser wissenschaftlichen Erkenntnisse ist das NOVAFON Intra-Schallgerät entstanden.

Die Schallwellen des NOVAFON Intra-Schallgerätes 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.**

Bitte senden Sie mir einen Prospekt

Bitte senden Sie mir gegen Rechnung mit Rückgaberecht innert 10 Tagen ein NOVAFON Intra-Schallgerät:

Modell SK1 zu Fr. 290.- (Standardausführung)

Modell SK2 zu Fr. 330.- (Luxusausführung mit ausklappbarem Verlängerungsbügel 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)

**neu**

**neu**

## **Grippeschutz**

**Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, um mit unserer bewährten und wirksamen Grippeschutz- und Resistenzkur zu beginnen!**

**Unsere Grippeschutzkur wird stufenweise durchgeführt.**

**Sie erhöht massgeblich die Resistenz und ist ein idealer Grippeschutz.**

**Verschiedene Heilpflanzenpräparate sind integrierter Bestandteil dieser Kur.**

Appenzeller Naturheilmittel.  
Lassen Sie sich von uns beraten!

**drogerie sonderegger, 9042 speicher**  
Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist,  
kant. appr. Naturheilpraktiker  
Telefon 071 344 10 22  
[www.drogerie-sonderegger.ch](http://www.drogerie-sonderegger.ch)  
[drogerie@drogerie-sonderegger.ch](mailto:drogerie@drogerie-sonderegger.ch)

**Rücken-Balance:** 7 entlastende Tage ab € 920,-

**Ski-Coaching:** 5 schwungvolle Tage ab € 600,-

**F.X.Mayr-Kur:** 10 Kurtage ab € 1.670,-

**Body-Wrap-Intensiv:** 7 Kurtage ab € 1.160,-

Vital-Zentrum **\*\*\*\***

**Felbermayer**

Tel +43/5558/8617

A-6793 Gaschurn / Austria

Alpenpark Montafon

[www.vital-zentrum.at](http://www.vital-zentrum.at)



**Date50.ch**

*Liebe im besten Alter.*

## ***Der Geschenk-Tipp!***

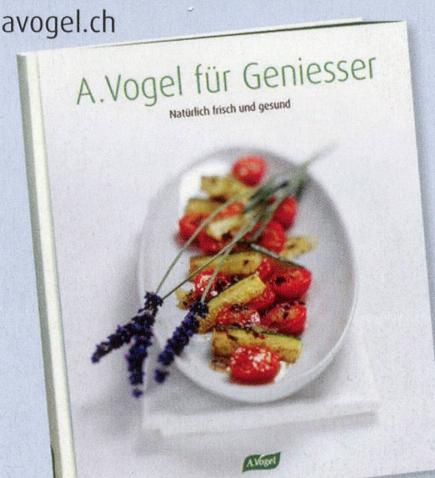
**Das A.Vogel Kochbuch für Geniesser!**

80 Seiten, über 80 Rezepte, 70 ganzseitige Farbfotos.

ISBN 978-3-906404-21-9

CHF 38.-

Erhältlich im Buchhandel oder auf [www.avogel.ch](http://www.avogel.ch)



## Schlank im Schlaf

**Die Schlank im Schlaf-Wochen des Hotels Bad Ramsach zeigen erstaunliche Resultate. Im Schlaf verbrennt der Körper bis zu 70 Gramm Fett – vorausgesetzt man isst nach dem Prinzip des deutschen Ernährungsmediziners Detlef Pape.**

„Fasten ist nicht mehr in, das entspricht nicht dem Zeitgeist“, sagt Ursula Mägerli. Geniessen, essen, und trotzdem möglichst schnell schlank werden, lautet der oft geäusserte Wunsch ihrer Gäste. Das Wunschgewicht zu erreichen, erfordert allerdings Disziplin, weiss die Leiterin des Programms „Schlank im Schlaf“ des Hotels Bad Ramsach bei Läufelfingen im oberen Baselbiet.

### Morgens richtig anfeuern

Da ist guter Rat teuer, wird sich die Eine oder der Andere sagen. Doch das Programm „Schlank im Schlaf“ des deutschen Ernährungswissenschaftlers Dr. Detlef Pape zeigt erstaunliche Resultate. Bei der sogenannten Insulin-Trennkost muss auf nichts verzichtet werden. Zum richtigen Zeitpunkt das richtige essen, lautet das Geheimnis.

Morgens reichlich Kohlenhydrate, um den „Ofen richtig anzufeuern“, will heissen, den Stoffwechsel kräftig anzuregen, mittags ausgewogene Mischkost und abends Fleisch und Gemüse, um die Fettverbrennung zu aktivieren – das sind die Rohstoffe, die die Köche des Hotels Bad Ramsach ihren Gästen zu schmackhaften Mahlzeiten bereiten.

### Einzigartig in der Schweiz

Was sich der Mensch zu viel anisst, kann er sich wieder wegessen, so Detlef Papes Überlegung. Wenn der Körper abends keine Kohlenhydrate erhält, greift er auf den nächsten verfügbaren Brennstoff, das in den Zellen eingelagerte Fett, zurück. Pro Nacht verbrennt der Körper bis zu 70 Gramm Fett – vorausgesetzt, man hält sich an die Vorgaben des deutschen Ernährungswissenschaftlers.

Ohne Hungern, Pillen und Pülverchen erhält das Essen wieder die ihm gebührende Wertschätzung. Begleitet von einem moderaten Training hilft der Körper noch besser mit, das Wunschgewicht zu erreichen. Das Bad Ramsach mit seiner Lage inmitten der Baselbieter Juralandschaft, seinem Gymnastikraum und dem Schwimmbad bietet dafür beste Voraussetzungen.

### Selig schlafend Fett verbrennen

In seiner Heimat ist Dr. Detlef Papes Prinzip sehr beliebt. Bekannt wurde der Ernährungsmediziner mit seinem Bestseller „Schlank im Schlaf“. Das Bad Ramsach ist das erste und bisher einzige Hotel in der Schweiz, das Papes Ernährungsprogramm anbietet.

Inklusive Hotelzimmer, täglich drei Mahlzeiten, Ramsacherwasser, fünf Massagen und der Betreuung durch Schlank im Schlaf-Coach Ursula Mägerli kostet die Woche rund 1400 Franken pro Person.

### Selig schlafend Fett verbrennen

19. bis 25. Januar / 26. Januar bis 1. Februar / 23. Februar bis 1. März / 2. bis 8. März / 27. April bis 3. Mai / 4. bis 10. Mai / 8. bis 14. Juni

Kurhotel Bad Ramsach, 4448 Läufelfingen, 062 285 15 15 , [www.bad-ramsach.ch](http://www.bad-ramsach.ch)





# Buchtipp

## Jetzt lesen!

Wer zu lesen versteht, besitzt den  
Schlüssel zu grossen Taten.

Aldous Huxley



**Hausputz für Leber und Galle**  
In 4 Wochen natürlich reinigen und Leberwerte verbessern.  
Von Dr. med. Volker Schmiedel.  
Trias Verlag, broschiert, 200 S.  
CHF 25.90/Euro 17.99  
[Bestellnummer 439](#)



**Magen und Darmerkrankungen natürlich behandeln**  
Einfache Therapien, die wirklich helfen.  
Von Dr. Andrea Flemmer.  
Verlag schlütersche, broschiert, 152 S.  
CHF 24.40/Euro 16.95  
[Bestellnummer 330](#)



**Warum ist mir schwindelig?**  
Ursachen für Gleichgewichtsstörungen finden und behandeln.  
Von Sigrid Nesterenko.  
ersa Verlag, broschiert, 110 S.  
CHF 28.50/Euro 19.70  
[Bestellnummer 441](#)



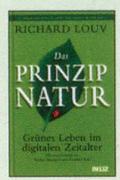
**Wieviel Medizin überlebt der Mensch?**  
Tabletten und OPs sind keine Allheilmittel.  
Unbequeme Fragen eines Mediziners.  
Von Dr. med. Günther Loewit.  
Verlag Haymon, TB, 280 S.  
CHF 18.90/Euro 12.95  
[Bestellnummer 451](#)



**Super Tipps bei Pollenallergie**  
Von Dr. Bernd Wollmann und Dr. Anja Stamm.  
Gebunden, 63 S.  
CHF 12.90./Euro 9.90  
[Bestellnummer 440](#)



**Chronische Krankheiten natürlich behandeln**  
Erfolgreiches Therapiekonzept.  
Von Prof. Dr. med. Gustav Dobos.  
Verlag Zabert Sandmann, gebunden, 192 S.  
CHF 29.90/Euro 19.95  
[Bestellnummer 452](#)



**Das Prinzip Natur**  
Grünes Leben im digitalen Zeitalter.  
Von Richard Louv.  
Verlag Beltz, gebunden, 335 S.  
CHF 29.90/Euro 19.95  
[Bestellnummer 453](#)



**Der Diabetes Einkaufsberater**  
Die richtige Wahl bei Diabetes.  
Übersichtlich und praktisch.  
Von Doris Fritzsche.  
Verlag GU, broschiert, 254 S.  
CHF 19.90/Euro 12.99  
[Bestellnummer 454](#)



**Tomatenrot + Drachengrün**  
Die besten Lebensmittel aus Ost und West.  
Abwehrstark und antikrebs-aktiv.  
Von Dr. med. Susanne Bihlmaier.  
Verlag Hädecke, broschiert, 288 S.  
CHF 19.90/Euro 19.90  
[Bestellnummer 448](#)



**Basenfasten für Eilige**  
Das 7-Tage-Erfolgsprogramm.  
Von Sabine Wacker.  
Trias Verlag, broschiert, 144 S.  
CHF 21.90/Euro 14.99  
[Bestellnummer 327](#)

### So einfach können Sie das gewünschte Buch bestellen:

Bestellnummer auf Bestellkarte am Ende des Heftes notieren, Karte ausfüllen und abschicken. Sie erhalten das Gewünschte anschliessend gegen Rechnung (Vorauszahlung ausserhalb Schweiz und Deutschland).



# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## Bestellkarte

**Gesundheit im Abonnement!**  
10-mal pro Jahr, für nur CHF 40.50



### Die «Gesund

Auf [epaper.avog.ch](http://epaper.avog.ch) können Sie die «Gesundheits-Nachrichten» jetzt online lesen.

Wenn Sie bereits die «Gesundheits-Nachrichten» abonniert haben, können Sie diese über die Abo-App auf dem Smartphone oder Tablet kostenlos herunterladen.



Schritt für Schritt zur richtigen Diagnose.

Lebensmittelunverträglichkeiten zuverlässig erkennen

von Sigrid Steeb,  
broschiert, 160 S.

**345** CHF 28.50



Vorbeugung und Therapiebegleitung

Bewusste Ernährung – was hilft gegen Krebs?

von Marianne Botta  
kartonierte Broschüre, 296 S.

**344** CHF 39.90



Spannende Information zum Zucker

Garantiert gesundheitsgefährdend

von Hans-Ulrich Grimm, broschiert, 304 S.

**342** CHF 25.90



Schmerzfrei und beweglich bleiben.

Das Arthrose-Stopp-Programm

von Dr. Jürgen Fischer, broschiert, 128 S.

**336** CHF 21.90

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse

Innenhalb CH nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Karte bitte hier abtrennen!

## Ein schönes Geschenk

**Kleine Outdoor-Apotheke**

Für alle, die die Natur lieben:  
**«Kleine Outdoor-Apotheke»**  
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen  
für Freizeit, Sport und Reisen

Info: [www.outdoor-apotheke.ch](http://www.outdoor-apotheke.ch)

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

Herzlichen Dank für Ihre Mühe

# Erkältung?

Neu:  
Erkältungs-  
App



Eine Antwort der Natur.

- Zur Steigerung der körpereigenen Abwehr
- Bei Grippe und fiebrigen Erkältungen
- Aus frischem Rotem Sonnenhut



Erhältlich in Apotheken und Drogerien.  
Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.  
Bioforce AG, Roggwil TG. [www.echinaforce.ch](http://www.echinaforce.ch)

