

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 72 (2015)
Heft: 7-8: Blitzschnelle Botenstoffe

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: 29.01.2026

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

MiraVera
das Schönheitselixier

Jetzt weitere Informationen anfordern:
www.p-jentschura.ch

P. Jentschura®
regeneriert wie neugeboren

Tautona **BIRKENZUCKER®** Holzsüsse aus Finnland

Sieht aus wie Kristallzucker,
süßt wie normaler Zucker
Unterschiede zum Zucker

- Zahnschonend
- Weniger Kalorien
- Weniger Kohlenhydrate

www.birkenzucker-shop.com
Tautona Birkenzucker,
8175 Windlach, Tel. 079 103 88 15

Fasten mit Ida Hofstetter
Eine «Essenspause», die stark macht.

Gute Hotels in Cademario TI,
Flüeli-Ranft OW, St. Moritz GR, Heiligkreuz LU.
Tel. 044 921 18 09
www.fasten-wandern-wellness.ch

BIO-URLAUB IN SÜDTIROL

im 1. Biohotel Italiens

KURZURLAUB
4 Tage ab € 213,-
› VinschgauCard gratis
für alle öffentlichen Verkehrsmittel in Südtirol
› Gemüse und Kräuter
aus eigenem Anbau

Familie Steiner
Mals: +39 0473 83 11 86
www.biohotel-panorama.it

BIO HOTEL PANORAMA
Naturlich Wellness

Hildegard von Bingen oder Franziska von Gossau

3000 Naturheilpraktiker und Therapeutinnen
kennen sich aus.

NVS www.naturaerzte.ch
Naturärzte Vereinigung Schweiz

Psychosomatische Prävention bedeutet: Gesund bleiben - gesund werden



WAS KÖNNEN WIR FÜR SIE TUN? UND WAS TUN SIE FÜR SICH?

Mit dem Start des Psychosomatischen Kompetenzzentrums hält die Oberwaid – Kurhotel & Privatklinik ein breit gefächertes Angebot für Sie bereit – mit dem Ziel, dass Sie wieder leichter, aktiver und stressgesünder leben können.

Stress ist beruflich und privat nicht zu vermeiden, er gehört auch zu einem lebendigen und interessanten Lebensalltag. Um die eigene Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu erhalten, ist es wichtig, Stresssituationen aktiv und mit gelassener Akzeptanz anzugehen – nur so ist ein kreativer Umgang mit Stress möglich. Mit der Entstehung des neuen Psychosomatischen Kompetenzzentrums bietet die Oberwaid neue Anwendungen an, welche vorbeugend der Gesundheit dienen. Sie sind auf die individuellen Bedürfnisse jedes einzelnen Gastes zugeschnitten und ermöglichen somit die besten Ergebnisse. Zu unseren präventiven Angebot gehörten Coaching, medizinische Abklärungen, Ernährungsberatung, Sportmedizin, Körper- und Kreativtherapien, Traditionelle Chinesische Medizin (Akupunktur), Entspannungstherapien, medizinische Massagen und Anwendungen im Bewegungsbereich, z.B. Wasser Shiatsu.

Prävention in der Psychosomatik bedeutet:

Diese Ausweitung des Therapieangebots der Oberwaid in Verbindung mit der Qualität unseres erfahrenen und spezialisierten Teams von Beratern und Therapeuten kommt jetzt einmal mehr auch den Gästen zugute, die vorbeugend für das eigene Wohlbefinden und den Erhalt ihrer Leistungsfähigkeit etwas tun wollen. Dafür sind nicht nur einzelne Massnahmen wie Sport in richtigem Umfang, gesunde Ernährung und soziale Unterstützung wichtig. Eine zentrale Rolle in der psychosomatischen Rehabilitation in der Oberwaid spielt auch die Selbsterkenntnis: Denn nur wer seine eigenen Reaktionsweisen kennt und die eigene Gefühls- und Körperwahrnehmung entwickelt hat, kann gut für sich sorgen!



OBERWAID

KURHOTEL & PRIVATKLINIK

Unser Prävention-Angebot für Sie:

Stressgesünder leben

- Ganzheitlicher Check-up Ihrer Stressbelastung
- Einzelcoaching
- Kennenlernen von anerkannten Stressbewältigungsverfahren
- Bewegung im Oberwaid Gym
- Wellness im Tau Spa
- SMART Cuisine

Vereinbaren Sie jetzt ein unverbindliches ärztliches Erstgespräch per Telefon oder persönlich.

Gemeinsam stellen wir ein massgeschneidertes Präventions-Angebot für Sie zusammen.
Tel. +41 (0)71 282 0713 oder
chefsekretariat@oberwaid.ch
Weitere Informationen finden Sie unter www.oberwaid.ch.



Naturfreunde
Amis de la Nature
Schweiz | Suisse

Naturfreunde

Leben aktiv Natur



Weit über 1'000 Kurse und Aktivitäten. Aktiv leben – Natur leben. Eine Mitgliedschaft bei den Naturfreunden lohnt sich! Jetzt anmelden!



www.naturfreunde.ch

info@naturfreunde.ch • Tel: +41 (0)31 306 67 67



Es gibt Dinge, die sich lohnen!

Zum Beispiel die Intraschallwellenbehandlung 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.

Bitte senden Sie mir einen Prospekt

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

Modell SK1 zu Fr. 270.– (Standardausführung)

Modell SK2 zu Fr. 310.– (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, novafon@bluewin.ch

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



Das ganzheitliche Gesundheitszentrum am Vierwaldstättersee

Fastinierend

Leicht, frei, energievoll, reich, wohlig, glücklich, seelig, offen, vital, lustig, erholt, neu, frisch, fröhlich, fit, regeneriert, schön, jung...
einfach fastinierend!

Persönlich und am schönsten Platz der Schweiz.

Kur- & Ferienhaus St. Otmar · Maya & Beat Bachmann-Krapf · CH-6353 Weggis
Telefon +41 (0)41 390 30 01 · Internet www.kurhaus-st-otmar.ch

SPICK



Das perfekte Geschenk

Das schlaue
Schülermagazin im Abo!

Jetzt Abo schenken
inkl. CHF 20.–
LeShop Gutschein.

EMPFOHLEN VON DER

Stiftung Lesen

Mangan – das Multitalent unter den Spurenelementen

Mangan ist ein wichtiges Spurenelement für unseren Organismus. Es gibt kaum einen Stoffwechselprozess, der nicht durch Mangan bestimmt wird. Vom Zucker-Fett-Eiweiss-Metabolismus, über den Aufbau von Dopamin und Abbau von Histamin, bis hin zur Stimulanz der wichtigsten Antioxidantien. Überall ist Mangan als Katalysator vertreten. Sein Einfluss steigert sich um ein Vielfaches, wenn es in Kombination mit Zink, Kupfer, Chrom, Eisen und Magnesium eingenommen wird. Kommen dann noch die Gewürze Moringa, Ingwer, Kuebenpfeffer und Cayennepfeffer hinzu, ergibt sich eine kraftvolle Mischung für unsere Gesundheit. Diese Pflanzen helfen dem Immunsystem, alte, kranke und veränderte Zellen zu eliminieren.

Jo Marty, international ausgewiesener Autor, Referent und Experte im Bereich der Komplementärmedizin und der Biochemie.

Anwendungsgebiete

Störungen im Stoffwechsel

Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebsmangel

Tiefe Eisenwerte

Leichte depressive Verstimmungen

Schlechter Schlaf

Frühzeitiges Altern

Träger Stoffwechsel

Hauterkrankungen

Juckreiz, Ekzeme

Schmerzen im Bewegungsapparat

Arthrose, rheumatische Schmerzen

Verdauungsbeschwerden

Magenbrennen, Blähungen, Durchfall

Mangan plus Kapseln



Nahrungsergänzung mit Mangan, Zink, Kupfer, Chrom, Eisen, Magnesium und den Gewürzen Moringa, Ingwer, Kuebenpfeffer und Cayennepfeffer.

Dosierung: 1-2 Kapseln pro Tag mit einem Glas Wasser einnehmen.

Preis: 100 Kapseln CHF 28.50

Drogerie zum Chrüterhüsli AG

Gerbergasse 69, 4051 BASEL

Tel. 061 269 91 20

www.chrueterhuesli.ch info@chrueterhuesli.ch



Die «Gesundheits-Nachrichten» auch digital

Auf epaper.avogel.ch bzw. epaper.avogel.de können Sie die «Gesundheits-Nachrichten» jetzt bequem als digitale Ausgabe abonnieren.

Wenn Sie bereits Abonnentin oder Abonent der Druckausgabe sind, können Sie das E-Paper mit Ihrer Abo-Nummer **kostenlos** herunterladen.

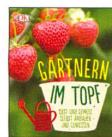


Komplementärmedizinische Begleitung.

Krebs ganzheitlich behandeln

von Prof. Josef Beuth,
broschiert, 215 S.

360 CHF 36.50



Küchengarten auf kleinstem Raum.

Gärtner im Topf

von der Royal Horticultural Society,
gebunden, 192 S.

361 CHF 21.90



Tipps bei Vergesslichkeit und Überlastung.

Die 50 besten Vergesslichkeit-Killer

von Christoph M.
Bamberger,
broschiert, 100 S.

358 CHF 14.90



Für Jung und Alt, für Frau und Mann.

Heilpflanzenrezepte

von Ursel Bühring,
broschiert, 144 S.

355 CHF 25.90



Richtig gehen und gesund werden.

Die Heilkraft des Gehens

von Wim Luijpers,
broschiert, 248 S.

354 CHF 21.90



Alles über ein unterschätztes Organ.

Darm mit Charme

von Giulia Enders,
kartonierte, 285 S.

352 CHF 24.50



Schmerzfrei und beweglich bleiben.

Das Arthrose-Stopp-Programm

von Dr. Jürgen Fischer,
broschiert, 128 S.

336 CHF 21.90



Gesundheit, Schönheit und Genuss.

Die frische Welt
der Heil- und Küchenkräuter

neue Auflage,
broschiert, 128 S.

140 CHF 18.50

Wir empfehlen
siehe Buchtipp Seite 6


Die 50 besten Zucksucht-Killer
Regina Tödter
TRIAS

Tipps zur Reduktion von allzuviel Süßem

Die 50 besten Zucksucht-Killer
von Regina Tödter, 88 S.

362 CHF 13.50

Das Erfolgsbuch von A.Vogel!

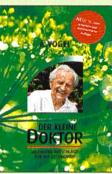

Kleine Outdoor-Apotheke
Ursel Bühring
TRIAS

80 CHF 18.50

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen.

Kleine Outdoor-Apotheke
von Claudia Rawer und Ingrid Zehnder, kartoniert, mit Schutzhülle aus Glasklarfolie, 216 S.

Der Klassiker – neu aufgelegt!


Der kleine Doktor
von Alfred Vogel
Leinen mit Schutzumschlag, 864 S.

12 CHF 48.00

Neu überarbeitet und mit vielen Anmerkungen!

Bitte benützen Sie die Bestellkarte



Weitere Buchempfehlungen auf buecher.avogel.ch

Bestellkarte: Aus dem Programm des Verlags A.Vogel bestelle ich mit Rechnung:

<input type="checkbox"/> Jahresabo A. Vogel Gesundheits-Nachrichten	CHF 40.50
<input checked="" type="checkbox"/> Geschenkabo	CHF 40.50
<input type="checkbox"/> Probeabo 3 Ausgaben	gratis

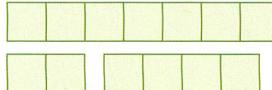
Zutreffendes bitte ankreuzen. Abopreise inkl. MwSt.

Anzahl

Ex. Kleine Outdoor-Apotheke	CHF 18.50
Ex. Der Kleine Doktor (73.Auflage)	CHF 48.00
Ex. Best-Nr. (bitte eintragen)	CHF

Buchpreis inkl. Mwst., ab CHF 100.- portofrei.

Lösung Preisrätsel GN 6 und 7-8/2015:



Meine Adresse lautet:

Name _____
Vorname _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____

Das Geschenk-Abo geht an:

Name _____
Vorname _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____



Unterschrift des Bestellers _____

Datum _____

GN 7-8/2015 CH

Besuchen Sie uns im Internet:

www.avogel.ch

Jeden Monat neu!

Noch mehr aktuelle
Gesundheits-Informationen:

- Gesundheits-Dossiers**
- Gesundheits-Checks**
- Ernährungstipps**
- und vieles mehr**

AZB 9053 Teufen

Bitte nachsenden, neue
Adresse nicht melden

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

Bestellkarte

GESUNDHEITS NACHRICHTEN



Karte bitte hier abtrennen!

Jetzt neu: 9. Auflage!

Die frische Welt der
Heil- und Küchenkräuter

mit 12 Pflanzensorten von über 200 verschiedenen Sorten

A.Vogel



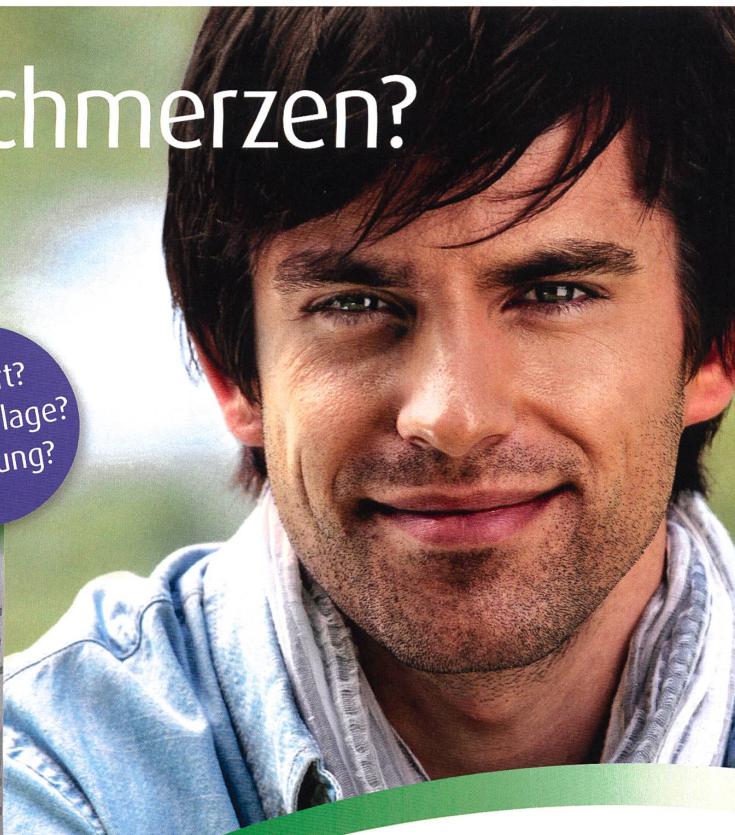
Gesundheit im Abonnement!
10-mal pro Jahr, für nur CHF 40.50

Die frische Welt
der Heil- und Küchenkräuter
Tolle Pflanzenporträts und viele Rezepte für
Gesundheit, Schönheit und Genuss

Halsschmerzen?



Zugluft?
Klimaanlage?
Erkältung?



Eine Antwort der Natur.

- zur kurzzeitigen Behandlung von Halsschmerzen, Schluckbeschwerden und Heiserkeit
- mit frischem Rotem Sonnenhut und Salbei

www.halsschmerzspray.ch

