

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 73 (2016)  
**Heft:** 11: Dr. med. Wald

## 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:** 02.05.2026

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

**NATURHEILKUNDE & MEDIZIN**

## Sprechstunde bei Dr. Wald

Bäume tun uns gut. Weshalb Waldspaziergänge so gesund sind, beschäftigt Wissenschaftler weltweit. Sie finden aufschlussreiche Erklärungen für die immunstärkende Wirkung des Waldes.



**ERNÄHRUNG & GENUSS**

## Gut ist's, wenn es kratzt

Auf die Bezeichnung «extra vergine» kann man sich beim Kauf von Olivenöl nicht unbedingt verlassen, wie Tests zeigen. Weshalb das so ist, worauf man achten muss und was Fachleute raten.



**KÖRPER & SEELE**

## Förderschub für Überflieger

Hochbegabte Kinder sind eine Herausforderung. Es gibt neue Ansätze, wie man ihr Talent unterstützt und ihre Persönlichkeit fördert. Die Primarschule Untereggen SG verfolgt ein gutes Konzept.



**NATURHEILKUNDE & MEDIZIN**

### Sonniges Multitalent 23

Rund um Vitamin D wird viel geforscht. Interessant ist besonders die Beziehung zur Demenz.

**LEBENSFREUDE & WELLNESS**

### Rennt die Zeit im Alter? 27

Die Wahrnehmung von Zeit verändert sich im Leben. Warum das so ist und wie man gegensteuert.

**RUBRIKEN**

Fakten & Tipps	6
Buchtipp	6
Leserforum	31
Vorschau/Impressum	37
Anzeigen & Adressen	39



Die Welt der Kräuter und Gewürze: Ausgesprochen elegant kommt die gewöhnliche Zwiebel (*Allium cepa*) mit ihrem geöffneten Blütenstand daher. Bis zu 100 Einzelblüten können hervorspiessen.