

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 75 (2018)
Heft: 3: Katalysator im Stoffwechsel : tüchtige Enzyme

Rubrik: Impressum & Vorschau

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: 23.02.2026

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

Im nächsten Heft



1 Multimodale Schmerztherapie

Experten kombinieren zunehmend verschiedene Verfahren, um Schmerzzustände dauerhaft zu lindern. Wichtig dabei: motivierte Patienten.

2 Appetit auf Algen

Algen haben nicht nur viele Vorteile für die Gesundheit, sie sind auch eine feine Delikatesse.

3 Verblüffendes aus dem Pflanzenreich

Die Natur bringt kuriose Dinge hervor, z.B. Drehwuchs oder Verbänderung. Ein Streifzug.

Lymphsystem: Herzstück der Immunabwehr.

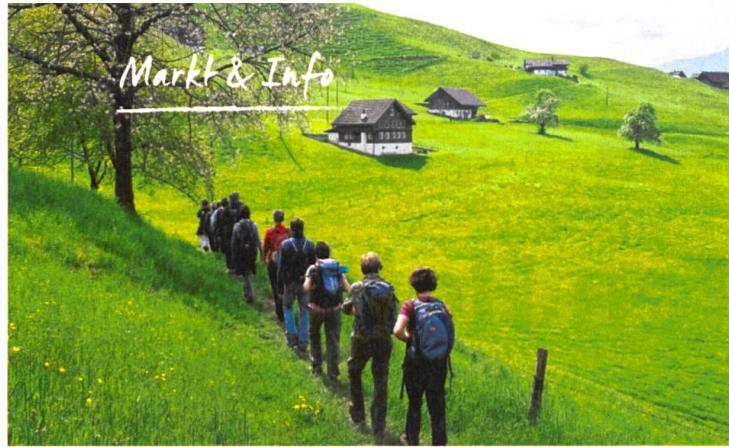


Rosazea & Ernährung

Wirksame Strategie gegen die gerötete Haut.

Impressum

A.Vogel Gesundheits-Nachrichten Natürlich gesund leben, Nr. 3 März 2018, 75. Jahrgang, erscheint 10-mal im Jahr, Copyright by Verlag A.Vogel AG | **Redaktion und Verlag** Verlag A.Vogel AG, Hätschen, Postfach 63, CH-9053 Teufen, Tel. +41 (0)71 335 66 66, E-Mail: info@verlag-avogel.ch, Internet: www.verlag-avogel.ch und www.gesundheits-nachrichten.ch | **Verlag A.Vogel Deutschland** c/o A. Stüber GmbH, Tel. +49 (0)7121 960 80, E-Mail: verlag@stuebers.de | **Redaktion** Andrea Pauli (Redaktionsleitung), a.pauli@verlag-avogel.ch, Tino Richter, t.richter@verlag-avogel.ch | **Verlagsleiter** Clemens Umbricht, c.umbricht@verlag-avogel.ch | **Anzeigen** KünzlerBachmann Verlag AG, Piera Schmid, Tel. +41 71 314 04 81, Patrick Marth, Tel. +41 71 314 04 94, E-Mail: gn@kueba.ch | **Mitarbeiter dieser Ausgabe** Gisela Dürselen, Petra Horat Gutmann, Silke Lorenz, Jo Marty, Assata Walter (Rezepte), Adrian Zeller | **Fotos** 123RF (D. Barbalata, T. Berlund, I. Bondar, P. Cernobrivets, A. Cherkasov, O. Ivanenko, jezoer, D. Kadlec, kzenon, maglara, momo5287, myroom, J. Polc, D. Poloha, O. Prokopenko, C. Richie, A. Volkov, tempustugit, T.W.Van Urk, WavebreakMedia, C. Wei, yelenayemchuk, I. Zahkharevich), agefotostock (D. Dalton), Fotolia (emmi, hywards), panthermedia (PicsFive), Shutterstock (L. Andronov, G. Rudy) | **Satz, Lithos** Amagoo AG, Arbon | **Druck** Ostschweiz Druck, Wittenbach | **Papier** Chlorfrei gebleicht | **Jahresabonnement** Schweiz: CHF 40.50 inkl. MwSt., EU: EURO 26.00/Nicht-EU: CHF 44.70, übrige Länder: CHF 55.- | **Abonnements & Bücher** Verlag A.Vogel AG, Hätschen, Postfach 63, CH-9053 Teufen, Tel. +41 71 335 66 66, Fax +41 71 335 66 88, E-Mail: info@verlag-avogel.ch



Fasten schafft Vertrauen

«Ich glaube, ich würde verhungern», ist hin und wieder von Menschen zu hören, die noch nie gefastet haben. Und wenn sie es dann doch ausprobieren, sind sie sehr erstaunt darüber, nach drei, vier Tagen ohne Essen keinerlei Hunger zu verspüren. «Glaube nicht alles, was du denkst», ist dann das Fazit. Die Erfahrung, dass man nicht jedes Bedürfnis sofort befriedigen muss, stärkt das Vertrauen und macht freier. In den Fastenferien geniessen Interessierte eine kompetente und herzliche Begleitung, ohne den Freiraum einzuschränken. Diverse Termine und wunderschöne Orte bietet: Ida Hofstetter, zertifizierte Fastenleiterin UGB aus Männedorf, Tel. +41 (0)44 921 18 09 www.fasten-wandern-wellness.ch.

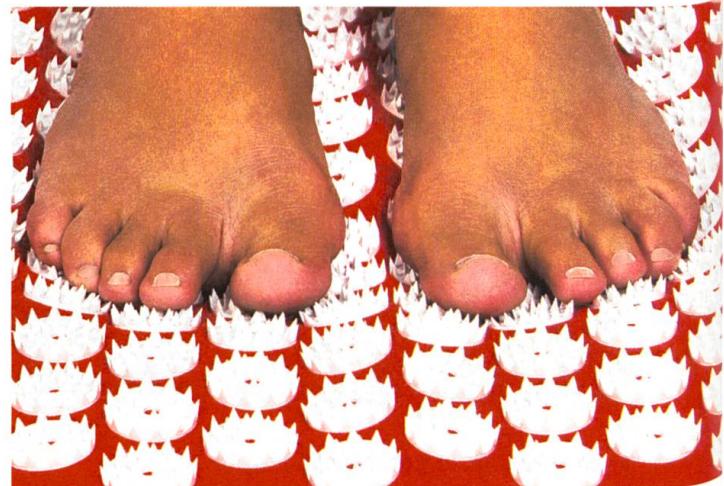


Referate über Schüsslersalze

Spannende Referate zum Thema Schüsslersalze können Interessierte in Zürich besuchen. Drei Referenten werden am Samstag, 14. April 2018, erwartet:

- * 9.00 bis 10.30 Uhr – Der Darm (Udo Lamek)
- * 11.00 bis 12.30 Uhr – Kulinarischer Streifzug durch die wilde Küche (Claudia Rickenburger)
- * 13.30 bis 15.00 Uhr – Hormonunterstützung (Raphael Amhof)

Veranstaltungsort: AKI, Hirschengraben 86, 8001 Zürich. Die Vorträge können einzeln oder als Paket besucht werden, es ist keine Voranmeldung nötig. Veranstalter: Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler, Tel: +41 (0)44 767 03 28, www.svfbs.ch.



Besser erholt: Shaktimatte

Die Shakti-Akupressurmatte sorgt für spürbar bessere, tiefere Entspannung und mehr Energie. Sie ist ein anwenderfreundliches Akupressurhilfsmittel in Form einer «Nagelmatte».

Sie löst Verspannungen, erhöht die Blutzirkulation im gesamten Organismus und die Durchblutung des Muskelgewebes. Durch die kleinen Spitzen werden tiefliegende Nerven (Akupressurpunkte) intensiv stimuliert, was u.a. zur Ausschüttung von Endorphinen führt. Die Folge sind Schmerzlinderung, Tiefenentspannung, Stresslinderung und ein allgemeines Wohlbefinden sowohl bei Rücken- und Nackenschmerzen, Muskelverspannungen und Durchblutungsstörungen als auch bei Stress, Schlafstörungen, Kopfschmerzen und Erschöpfungszuständen.

Erhältlich sind Shaktimatten im Fachhandel oder unter www.shaktisuisse.ch, hier finden Sie auch Anwendungsbeispiele und Anleitungsvideos.

Auf dieser Seite kommen unsere Anzeigenkunden zu Wort. Sie sind für den Inhalt verantwortlich.
 anzeigen.avogel.ch