

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 76 (2019)  
**Heft:** 1-2

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Pauli, Andrea

### **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>**



## Friskick für «Ihre» Seiten

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Manche haben ja Angst vor dem «weissen Blatt», einer unbeschriebenen Seite, die es zu füllen gilt. Dazu gehöre ich definitiv nicht. Ich finde es wunderbar, immer wieder frisch beginnen zu können. Mit einem neuen Jahr, neuen Ideen, neuer Tatkraft. Darum mag ich auch den Januar: Alles geht von vorne los und bietet die Gelegenheit, möglichst viel daraus zu machen. Auf die «Gesundheits-Nachrichten» bezogen bedeutet das: Wir gestalten das Leserforum, also «Ihre» Seiten, etwas um. Wir möchten Raum schaffen für noch mehr Beteiligung Ihrerseits, für Ihre Tipps und Ratschläge an die Mit-Leserschaft, unabhängig von den Fragen, die eingehen. In Wirtschaft und Marketing spricht man dabei von «best practice», also der Orientierung an einem «Erfolgsrezept». Beispiel? Ich reibe mir seit einiger Zeit jeden Abend vorm Zubettgehen behutsam den Bauch mit Johannisöl ein und meine: Seither schlafe ich wohlgier.

Sicher haben auch Sie Ihre «Geheimrezepte», auf die Sie schwören. Wir freuen uns, wenn Sie Ihr ganz persönliches Gesundheitswissen mit den Leserinnen und Lesern der «GN» teilen. Schreiben Sie uns, mailen Sie uns, rufen Sie uns an! Apropos Anruf: Rasch beantwortet werden Ihre Gesundheitsfragen am Lesertelefon – und diesem besonderen A.Vogel Service räumen wir auf dem Leserforum ein Extra-Plätzchen ein.

Diese Ausgabe ist eine der beiden Doppelnummern im Jahr, also wundern Sie sich nicht, wenn im Februar kein Heft kommt. Dafür geben wir Ihnen ein winterliches Rätsel auf – mit der Chance auf attraktive Gewinne, z.B. einen Wellness-Kurztrip. Wie die Erfahrung zeigt, sind Sie ja schneller als der Blitz mit der Lösung ...

Geben Sie gut auf sich acht!  
Herzlichst, Ihre

*Andrea Pauli*

Andrea Pauli  
a.pauli@verlag-avogel.ch

Das **Sachregister** 2018 mit allen Stichworten zu den Ausgaben des vergangenen Jahres finden Sie **online** auf unserer Webseite:  
[www.gn-register.avogel.ch](http://www.gn-register.avogel.ch)

Gesundheits-Nachrichten  
Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
info@verlag-avogel.ch  
www.gesundheits-nachrichten.ch