

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 76 (2019)  
**Heft:** 5

## **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:** 05.02.2026

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



**Original Birkenzucker**

Unterschiede zum Zucker

- Zahnfreundlich weniger Kalorien
- für Diabetiker geeignet
- gleiche Süßkraft wie der Haushaltszucker

Jetzt hier bestellen:

**Tautona BIRKENZUCKER®**

8606 Greifensee  
Mobil 079 103 88 15  
Tel. 043 538 97 02  
info@birkenzucker-shop.ch  
www.tautona-birkenzucker.ch

versüsst Ihren Tag!

Zahnfreundlich getestet



**Fasten - Wandern - Wellness**

teilweise mit Bodytraining oder Everdance®

tolle Hotels in Morschach SZ, Flüeli-Ranft OW,  
Serpiano TI, St. Moritz GR, Lipperswil TG, Gstaad BE

www.fasten-wandern-wellness.ch  
Ida Hofstetter, Tel. 079 257 18 33

Fasten.  
Gesundheit.  
Auszeit.



**Kurhaus St. Otmar**

**Wo Sie statt Meerblick mehr Blick haben.**

Im Kurhaus St. Otmar blicken Sie aus dem Fenster und sehen mehr als Meer. Bewusst wahrnehmen, weil Fasten Ihre Sinne schärft. Bewusst erleben, weil Sie Zeit haben zum Sein.

**Fastenkuren in St. Otmar – Ihre Mehrzeit**

Kurhaus St. Otmar · 6353 Weggis · www.kurhaus-st-otmar.ch



**NOVAFON**

Das NovaFon Schallwellengerät

Hilft gegen

- Arthrose
- Gelenkschmerzen
- Fersensporn
- Narbenbehandlung
- Nackenverspannungen

Die Schallwellen dringen 6 cm ins Gewebe ein, fördern die Durchblutung und regen den Stoffwechsel an.

Ihr Preis **CHF 330.00** inkl. Versand

Kontaktieren Sie uns [www.novafon.ch](http://www.novafon.ch)  
Tel. 041 558 86 41 / info@birkenrot.ch

...Dank NovaFon schmerzfrei durchs Leben...

**Durchblutungsstörungen?**

**Testen Sie die physikalische Gefäßtherapie BEMER bei Ihnen zu Hause.**

Infos bei: Hugo Müller  
Dipl. Naturheilpraktiker  
Naasstrasse 61  
6315 Morgarten

Tel. 079 696 38 31  
info@hugomueller.ch  
www.gesund-heit.ch  
**20 Jahre BEMER Erfahrung**

«Ihr Aus- und Weiterbildungs-institut IKP: wissenschaftlich – praxisbezogen – anerkannt.»

Mit Option zum eidg. Diplom  
Neu: Finanzierung Ihrer Ausbildung durch Bundesbeiträge

**Ganzheitlich-Integrative(r) Atemtherapeut(in) IKP**

Info-Abend: **5. Juni**

Atem- und Körperarbeit / ressourcenorientierte Prozessbegleitung / Komplementärtherapie. Dauer: 3 Jahre. EMR u. ASCA-angelernt.

Mehr Infos?  
Tel. **044 242 29 30**  
www.ikp-therapien.com

EDUQUA  
IKP  
Seit 30 Jahren anerkannt





**baumeler**  
Echt unterwegs.

Alle  
Abreisen garantiert!  
14.06./28.06./  
05.07./09.08.2019  
8 Tage | ab CHF 1'790

Geführte Wanderreise vom Spezialisten. Mit Monika Kalbermatten, baumeler Reiseleiterin.

## Irlands Südwesten.

Echt unterwegs: Irlands Südwesten abseits der betretenen Pfade erkunden. Das wechselnde Schauspiel von lieblicher Weidelandschaft und schroffen Felsrücken.



Unsere Spezialisten beraten Sie gerne:  
Tel. 041 418 65 65 | [info@baumeler.ch](mailto:info@baumeler.ch) | [www.baumeler.ch](http://www.baumeler.ch)

Webcode 335

# Toskana

**ab € 58 Pers./Tag mit HP**

Erleben Sie Natur pur inmitten eines Privatbesitzes mit über 150 ha.

Wir bieten 9 gemütliche DZ mit allem Komfort. Pool, sehr gute toskanische Küche, sehr ruhig gelegen, Ausflüge, Wanderungen.

Wir sprechen Deutsch.

[www.casamazzoni.it](http://www.casamazzoni.it)  
[info@casamazzoni.it](mailto:info@casamazzoni.it)  
tel. +390564567488



## FIT mit BIO WEIZENGRASSAFT

**FRISCH & TIEFGEFROREN**

- Vitamin- und Nährstoffbombe
- Mehr Energie
- Immunsystem und Abwehrkräfte stärken
- Verdauung optimieren



 **Weizengrasssaft**  
Schürmattstrasse 19  
6331 Hünenberg  
Tel. 041 750 89 59  
Mob. 079 371 76 74

[mail@weizen-gras-saft.ch](mailto:mail@weizen-gras-saft.ch)  
[weizen-gras-saft.ch](http://weizen-gras-saft.ch)





Die neue Wochenzeitung  
für Jugendliche,  
die's wissen wollen.

Jetzt  
gratis  
testen



spicknews.ch

# Grüezi

Das Magazin für die Schweiz!  
[www.gruezi-mag.ch](http://www.gruezi-mag.ch)





# CARITAS



## Selbstbestimmt leben bis zuletzt

Frühzeitig vorsorgen ist ganz einfach: Mit der Vorsorgemappe von Caritas. Sie enthält alle relevanten Dokumente und Informationen – von der Patientenverfügung bis zum Testament. Praktische Tipps helfen Ihnen, wichtige Fragen zu klären.

**Es ist nie zu früh, das Richtige zu tun. Der richtige Zeitpunkt ist: jetzt.**

**Bestellung online: [www.caritas.ch/vorsorge](http://www.caritas.ch/vorsorge)**



### Ja, ich möchte frühzeitig vorsorgen und bestelle:

..... Ex. Mappe komplett mit Patientenverfügung,  
Vorsorgeauftrag, Anordnungen für den Todesfall,  
Leitfaden zum Testament (CHF 28.–/Ex.)

..... Ex. Patientenverfügung (CHF 16.–/Ex.)

..... Ex. Vorsorgeauftrag (CHF 16.–/Ex.)

..... Ex. Anordnungen für den Todesfall (CHF 8.–/Ex.)

..... Ex. Leitfaden zum Testament (CHF 6.–/Ex.)

Alle Preise zzgl. Versandkosten

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

### Caritas Schweiz

Adligenswilerstrasse 15  
CH-6002 Luzern

Tel.: +41 41 419 22 22  
Fax: +41 41 419 24 24

[www.caritas.ch/vorsorge](http://www.caritas.ch/vorsorge)  
E-Mail: [info@caritas.ch](mailto:info@caritas.ch)

1232



## Die «Gesundheits-Nachrichten» auch digital

Auf [epaper.avogel.ch](http://epaper.avogel.ch) bzw. [epaper.avogel.de](http://epaper.avogel.de) können Sie die «Gesundheits-Nachrichten» jetzt bequem als digitale Ausgabe abonnieren.

Wenn Sie bereits Abonnentin oder Abonnent der Druckausgabe sind, können Sie das E-Paper mit Ihrer Abonnementnummer kostenlos herunterladen.



Unkraut naschen

### Der Giersch muss weg!

S. Hansch,  
E. Schwarzer

broschiert, 128 S.

**Best.-Nr. 504**  
CHF 23.90



Hilfe aus der Natur

### Heilpflanzen für Kopf & Seele

N. und E. Perry

Hardcover, 240 S.

**Best.-Nr. 503**  
CHF 32.00



Erprobte Methode

### Rosacea – Das hilft wirklich

Franziska Ring

Softcover, 160 S.

**Best.-Nr. 501**  
CHF 30.50



Gute Tipps

### Ich helfe mir selbst – Diabetes

Dr. Andrea Flemmer

broschiert, 144 S.

**Best.-Nr. 399**  
CHF 28.90



Wechseljahre

### Erste Hilfe bei Hitze

Petra Neumayer

broschiert, 127 S.

**Best.-Nr. 394**  
CHF 12.90



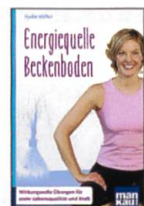
Osteopathische Methoden

### Verspannungen sanft lösen

Dr. Ellen Fischer

Softcover, 168 S.

**Best.-Nr. 392**  
CHF 27.90



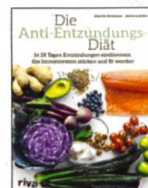
Übungsbuch

### Energiequelle Beckenboden

Heike Höfler

broschiert, 127 S.

**Best.-Nr. 389**  
CHF 12.90



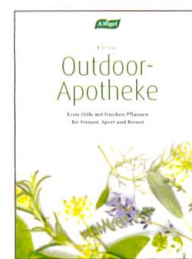
Richtig essen

### Die Anti-Entzündungs-Diät

M. Kreutzer,  
A. Larsen

kartoniert, 272 S.

**Best.-Nr. 384**  
CHF 30.90



## Wir empfehlen:

### Kleine Outdoor-Apotheke – das Erfolgsbuch!

von Claudia Rawer  
und Ingrid Zehnder

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen, kartoniert, broschiert, ca. 220 S.

4. Auflage, inhaltlich unverändert, optisch aufgefrischt, neu mit benutzerfreundlichem Register. Erscheint in der zweiten Junihälfte 2019.

Unentbehrlich für alle, die gerne aktiv sind und auf die heilsame Kraft der Natur vertrauen.

**Best.-Nr. 80**  
**Sonderpreis CHF 13.50**  
(statt 18.50)  
Aktionspreis gültig  
bis 31.8.2019



## Der Klassiker

**Der kleine Doktor**  
von Alfred Vogel

Neu überarbeitet und mit vielen Anmerkungen! Leinen mit Schutzumschlag, 864 S.

**Best.-Nr. 12**  
CHF 48.00



Weitere Buchempfehlungen  
auf [buecher.avogel.ch](http://buecher.avogel.ch)



431485

66

1687

Liebe AbonnentInnen

Bitte melden Sie uns bei Wohnungs-  
und Namenswechsel die Änderung.

Sie erreichen uns unter

Tel. 071 335 66 66, Fax 071 335 66 88

E-Mail: [info@verlag-avogel.ch](mailto:info@verlag-avogel.ch)

Herzlichen Dank für Ihre Mühe.

ETH Zürich  
Frau Janine Dädler  
ETH-Bibliothek / Digital  
Rämistrasse 101  
8092 Zürich

ANZAHL 15

PLZ 80

AZB

CH-9053 Teufen

P.P. / Journal

Post CH AG

# Hitzewallungen?

Ich bleibe cool...

1 Tablette  
pro Tag



## Eine Antwort der Natur: Menosan® Salvia

- Lindert übermässiges Schwitzen und aufsteigende Wärmegefühle
- Aus frischem Salbei

Erhältlich in Apotheken und Drogerien. Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.  
Lesen Sie die Packungsbeilage. Bioforce AG, Roggwil TG.

A.Vogel