Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 77 (2020)
Heft: 1-2

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: 16.12.2025

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

Naturheilmittel aus dem Appenzellerland

Unsere Produkte vereinen die traditionelle Erfahrungsheilkunde mit neuen Erkenntnissen im Bereich der Heilpflanzenforschung. Vertrauen Sie den sanften und wirksamen Heilpflanzenpräparaten aus dem Appenzellerland. Diese fördern und unterstützen das Wohlbefinden Ihres Körpers. Wir sind für Sie da und beraten Sie gerne!
Die Drogerie für Ihr Wohlbefinden finden Sie hier:
Hauptstrasse 50, 9042 Speicher
Tel. +41 (0)71 344 10 22
www.drogerie-sonderegger.ch

sonderegger

Die Drogerie für Ihr Wohlbefinden!

Chronische Schmerzen per Vibration lindern

Die lokale Vibrationstherapie kann bei Muskelverspannungen, chronischen Schmerzen und den Folgen eines Schlaganfalls ein hilfreiches Mittel sein. Die Schallwellengeräte von NOVAFON finden unter anderem Anwendung in der Neurorehabilitation, um beispielsweise die Wahrnehmung bei einem Neglect zu verbessern. In der Schmerztherapie, um Gelenk-, Muskel- und Phantomschmerzen zu reduzieren, sowie in der Handtherapie, um tieferliegende Verklebungen des Narbengewebes zu lösen.

Das Schallwellengerät «NOVAFON PRO» leitet mechanische Vibrationen bis zu sechs Zentimeter tief ins Gewebe. Das Gerät wird zudem bei Fersensporn, Nackenschmerzen, Muskelkater, Arthrose und vielen weiteren Beschwerden angewendet. Das Gewebe wird besser durchblutet und der Stoffwechsel angeregt. «NOVAFON PRO» kostet CHF 330.– und ist u.a. über die NOVAFON-Webseite bestellbar.
Novafon Schweiz
Tel: +41 (0)41 558 86 41, Fax: +41 (0)41 558 86 45
E-Mail: info@birkenrot.ch, www.novafon.ch

Lust auf weniger?

Weniger Essen, weniger Arbeit, weniger Stress? Beim Fasten passiert das Weniger wie von selbst. Zum Vorschein kommt das Wesentliche und die Klarheit darüber, was einem wirklich wichtig ist. Fasten heisst auch Grossreinemachen in und zwischen den Zellen. Im Fasten liegt ein Schlüssel zu einem gesunden Leben, was unzählige Studien belegen. Wir begleiten Sie mit viel Erfahrung und herzlicher Umsicht durch die Fastenferien. Alle Tagesangebote sind freiwillig. Sie können stets wählen, ob Sie teilnehmen wollen oder nicht.

Weitere Informationen: Ida Hofstetter, zertifizierte Fastenleiterin UGB, Männedorf. Tel. 044 921 18 09, www.fasten-wandern-wellness.ch

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

Was wächst im Frühling, was im Sommer und was wird im Herbst hergestellt...

Küchenkräuter und Wildpflanzen begleiten uns durchs Jahr

Im Jahreskurs wie auch in den Tagesseminarien lernen Sie Pflanzen und ihre Anwendung kennen. Sie stellen verschiedene natürliche Produkte her, z.B. Sirup, Brotaufstrich, Salben, Kosmetik, Tinkturen, Kräutersalz und Teemischungen. Das Kochen und Backen mit Kräutern wird nicht zu kurz kommen.

Habe ich Ihr Interesse geweckt? Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich in die Welt der Kräuter und Wildpflanzen entführen ...

Jahreskurs Kursdaten 2020

Mittwoch od.	18.3./22.4./20.5./24.6./19.8./23.9./21.10./18.11.
Freitag	20.3./24.4./15.5./26.6./21.8/25.9./23.10./20.11.
Zeit	17.30 bis 21.00 Uhr

oder

Samstag	21.3./25.4./16.5./27.6./22.8./26.9./24.10./21.11.
Zeit	10.00 bis 13.30 Uhr
Kosten	Pauschal Fr. 485.– Jahreskurs mit 8 Daten inkl. Verpflegung. Materialkosten für Glasflaschen, Creme-Tiegel usw. Fr. 45.–

Tageskurse 10.00 bis 16.00 Uhr, pauschal Fr. 135.– inkl. Material und Verpflegung. Details und mehr finden Sie auf der Homepage oder auf Anfrage.

SA 8. Mai	Vitalpower: Löwenzahn und Brennnesseln
FR 29. Mai	Frau-sein in jeder Lebenslage
SA 12. Juni	Kräuterbuffet
SA 29. August	Depressionen und Angst
FR 16. Oktober	Teemischungen, Essig, Öl, Seife

Ort Praxis Walzenhausen, Kräutergarten bei der Praxis, Wiese und Wald, Güetli 160, 9428 Walzenhausen

Mitnehmen Schreibzeug, dem Wetter angepasste Kleidung.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig – es soll Spass machen.
Ich freue mich auf gemeinsame und spannende «Kräuter-Stunden».

Anmeldung/Auskunft

Naturheilpraxis sportivo | Cornelia Krapf-Rütimann, kant. appr. Heilpraktikerin
Mobil +41 (0)79 436 03 36 | info@praxis-sportivo.ch | praxis-sportivo.ch

NOVAFON

Dank Novafon schmerzfrei durchs Leben!

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

Ihr Preis **CHF 330.00** inkl. Versand

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.
Wir freuen uns Sie zu beraten.

www.novafon.ch | info@birkenrot.ch | 041 558 86 41

Fasten - Wandern - Wellness

mit diversen Spezialprogrammen

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

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

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

Seit 30 Jahren anerkannt

Mit Option zum eidg. Diplom

Neu: Finanzierung Ihrer Ausbildung durch Bundesbeiträge

Atem und Psyche

Beobachten Sie einmal Ihren eigenen Atem. Wie atmen Sie in ruhendem Zustand, beim Sport, anhaltendem Stress, bei Angst oder unter grossem Druck? Das Atemgeschehen ist eine lebensnotwendige, vegetative Funktion des Menschen, die sich in unterschiedlicher Amplitude und Frequenz im Körper manifestiert. So fliesst der Atem z.B. bei Angst oder Schreck nicht mehr „gesund", d.h. mühelos und fliessend, sondern unregelmässig und kurz, bei Stress flach. Diese Atemstörungen verringern das natürliche Atempotential und damit unsere gesamte Befindlichkeit: Es entstehen Verspannungen, Blockaden und Erschöpfungszustände im körperlichen und seelischen Bereich.

ATEM

Info-Abende:
13. Jan.
oder
16. März

Lernen Sie jetzt den Diplomlehrgang in Ganzheitlich-Integrativer Atemtherapie IKP kennen

Dauer: 3 Jahre, EMR- und ASCA-anerkannt. Im Rahmen der Ausbildung kann die eidgenössische Höhere Fachprüfung Komplementärtherapie absolviert werden.

IKP Institut für Körperzentrierte Psychotherapie Zürich und Bern

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

EDUQUA

IKP

Olibanosan®

bewährt und wirksam

Weihrauch-Extrakt-Tabletten zur Linderung von:

- Entzündungen
- Rheuma / Arthrose
- Reizdarmbeschwerden
- Neurodermitis

Gesundheit und Schönheit

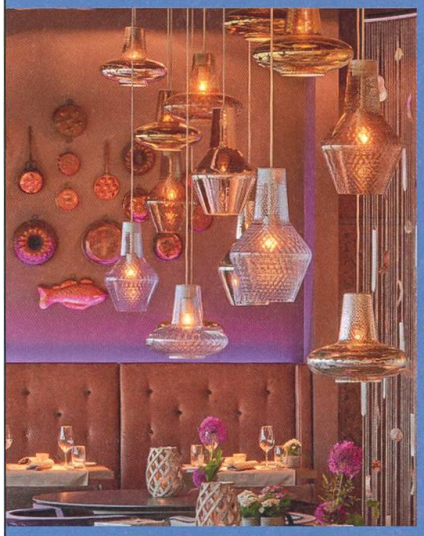
sonderegger

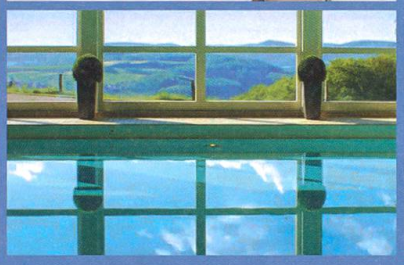
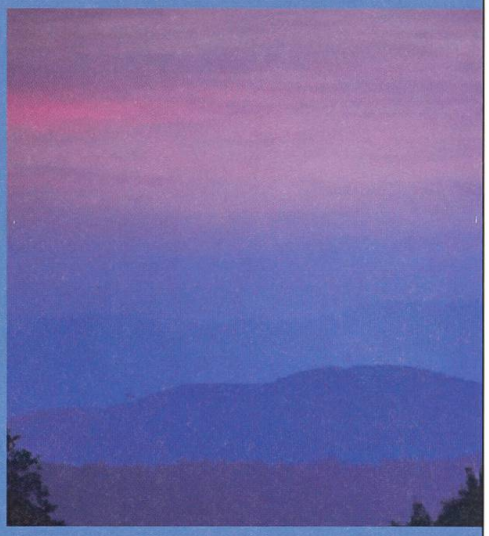
9042 Speicher 071 344 10 22
Die Drogerie für Ihr Wohlbefinden!

Erfahrung
Fachkompetenz
Beratung

SOGLIO
Gepflegt mit der Kraft der Berge
Bündner Alpen-Power
SOGLIO-gepflegt in den Winter
Gewinner Publikumspreis PRIX MONTAGNE 2019
10 % Rabatt
auf Ihre Bestellung* im Onlineshop mit dem Gutschein-Code:
AV20
*gültig bis 28.2.2020
HANDCREME
LIPPEN-BALSAM
SOLIOFIT
SOLAR 7
CALENDULA-CREME
FUSSPFLEGE-BALSAM
braincom.ch
graubünden
SOGLIO-PRODUKTE AG, 7608 Castasegna/Bregaglia | www.soglio-produkte.ch

BAD RAMSACH QUELLHOTEL
durchatmen am Wisenberg



DURCHATMEN AM WISENBERG

Bringen Sie Körper und Seele während unseren Gesundheitswochen in Balance. Geniessen Sie eine Woche im Zeichen Ihres Wohlbefindens inmitten kraftvoller Natur.

Schlank im Schlaf	ab CHF 1'460
Säure-Basen-Balance	ab CHF 1'491
Slim World	ab CHF 1'522
Saftfasten	ab CHF 1'140

Ramsachstrasse 40, Häfelfingen, CH-4448 Läufelfingen
T + 41 62 285 15 15
hotel@badramsach.ch, www.badramsach.ch

BALANCE FAMILIE
das Gute leben
www.balancefamilie.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 Abonnent der Druckausgabe sind, können Sie das E-Paper mit Ihrer Abo-Nummer kostenlos herunterladen.

Gut erklärt, einfach auszuführen
Golden Age Apotheke
Eva Fauma
kartoniert, 112 S.

Best.-Nr. 510
CHF 24.90

Krebsrisiko senken
Der Anti-Krebs Ratgeber
Dr. Andrea Flemmer
Softcover, 184 S.

Best.-Nr. 509
CHF 28.90

Sanfte Übungen
Qigong für Frauen
Bernadett Gera
Broschur, 128 S.

Best.-Nr. 508
CHF 14.50

Therapien im Porträt
Starke Knochen. Osteoporose richtig behandeln.
Dr. med. Peter Krapf
Softcover, 127 S.

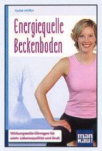
Best.-Nr. 507
CHF 25.90

Mit vielen Rezepten
Praxishandbuch Frauenkräuter
Margret Madejsky
Softcover, 236 S.

Best.-Nr. 506
CHF 26.90

Schmerzen lindern
Ich helfe mir selbst – Gicht
Andrea Flemmer
Softcover, 128 S.

Best.-Nr. 505
CHF 29.90



Übungsbuch
Energiequelle Beckenboden
Heike Höfler
broschiert, 127 S.

Best.-Nr. 389
CHF 12.90

A.Vogel Pflanzenkalender 2020
7 Blatt
Format:
42 × 42 cm

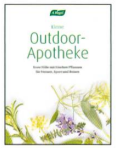
Best.-Nr. 207
CHF 8.50 (ohne Porto)

Wir empfehlen

Heilkräuter und Gewürze gegen Schmerzen
Sanja Lončar u.a.

Mehr Infos siehe Seite 6
Hardcover, 237 S.

Best.-Nr. 511
CHF 28.50



Das Erfolgsbuch

Kleine Outdoor-Apotheke
von Claudia Rawer
und Ingrid Zehnder

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen, kartoniert, broschiert, 235 S.

Best.-Nr. 80
CHF 18.50

Guter Ratgeber

Die Leber reguliert die Gesundheit
von Alfred Vogel

Neu durchgesehene, 24. Auflage, mit einem Vorwort von Dr. Silvia Bommer und 69 Anmerkungen, broschiert, 460 S.

Best.-Nr. 30
CHF 27.50

Weitere Buchempfehlungen auf buecher.avogel.ch

Die Gesundheits-Nachrichten im Abo

- ☐ **Jahresabo** CHF 40.50
- ☐ **Geschenkabo** CHF 40.50
- ☐ **Probeabo** 3 Ausgaben gratis

Buchbestellung

Anzahl	Best.-Nr.	Titel	Preis

Alle Preise inkl. MwSt.

Lösungswort

Adresse

Name
Vorname Jahrg.
Strasse
PLZ/Ort
E-Mail*
Unterschrift Datum

☐ Geschenkabo ☐ Probeabo geht an

Name
Vorname
Strasse
PLZ/Ort

GN 01/02-2020 CH

*Mit der Angabe Ihrer E-Mail-Adresse bestätigen Sie, dass Sie den kostenlosen monatlichen Gesundheits-Newsletter von A.Vogel wünschen. Sie können den E-Mail-Newsletter jederzeit abbestellen.

Besuchen Sie unsere Webseite:
www.avogel.ch

- Hilfe zur Selbsthilfe
- Heilpflanzen & Lebensmittel
- Gesunde Rezepte
- Gesundheitschecks
- und vieles mehr

Jetzt Newsletter abonnieren!

A.Vogel

431485

66
1675

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

Herzlichen Dank für Ihre Mühe.

ETH Zürich
Frau Janine Dadier
ETH-Bibliothek / DigiCenter
Rämistrasse 101
8092 Zürich

ANZAHL 24

PLZ 80

AZB
CH-9053 Teufen
P.P. / Journal
Post CH AG

GAS/ECR/ICR

nicht frankieren
ne pas affranchir
non affrancare
50015486
000001

DIE POST

B

pro clima

Verlag A. Vogel AG
Postfach 63
CH-9053 Teufen

Gesundheit im Abonnement

Die A.Vogel Gesundheits-Nachrichten
10 Mal pro Jahr, für nur **CHF 40.50**

Kleine Outdoor-Apotheke

Ideal für unterwegs

Für alle, die die Natur lieben:
Kleine Outdoor-Apotheke
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen
für Freizeit, Sport und Reisen

www.buecher.avogel.ch