

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 78 (2021)  
**Heft:** 3

**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:** 14.01.2026

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



## Und jetzt fröhlich zwitschern!

**Liebe Leserinnen, liebe Leser**

Sehnen Sie sich auch so nach Frühling, milder Luft und Leichtigkeit? Zum Glück beginnt nun wieder die Zeit, in der unsere gefiederten Freunde am Morgen tirilieren. Ich jedenfalls bin sofort gut gelaunt, wenn ich von Vogelgezwitscher geweckt werde anstatt von einem unbarmherzigen «Rrrringgg». Im Winter hatte ich mir eine «Zwitscherbox» mit Vogelstimmen gekauft, ist leider nicht ganz dasselbe. In früheren Zeiten fingen die Menschen Rotkehlchen und hielten sie den Winter über im Käfig, um sich an ihrem wohltönenden Gesang zu erfreuen. Das ist natürlich keine Option. Zu meiner Vorliebe für Vogelgezwitscher passt eine der jüngsten Strömungen der Musikforschung: die Ökomusikologie. Die Klangforscherin Patricia Jäggi untersuchte im Rahmen eines Nationalfondsprojekts wie Laien und Fachleute Vogelstimmen wahrnehmen. An dieser Studie hätte ich nur allzu gerne teilgenommen!

Weniger erfreulich finde ich, dass man aufpassen muss wie ein Luchs, um Produkte ohne Nanopartikel zu kaufen, sei es bei Kosmetik oder Nahrungsmitteln. Mich ärgert besonders, dass die Teilchen in unser Leben geschleust werden, ohne dass die Folgen ihrer Anreicherung in unserem Organismus ausreichend erforscht wären. Da kann man mal wieder nur zu dem Schluss gelangen: möglichst alles Selbermachen. Frisches Obst und Gemüse kaufen, selbst kochen, einmachen, fermentieren.

Klar, Berufstätige und Eltern finden häufig nur bedingt Zeit dazu, und Senioren im Ruhestand fehlt mitunter Antrieb oder Kraft. An Anregung jedenfalls soll es nicht mangeln: In dieser und vier weiteren Ausgaben 2021 geben wir Ihnen Tipps, wie Sie Naturkosmetik selbst herstellen können. Viel Freude beim Ausprobieren!

Geben Sie gut auf sich acht!  
Herzlichst, Ihre

*Andrea Pauli*

Andrea Pauli  
a.pauli@verlag-avogel.ch

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