

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 78 (2021)
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: 19.01.2026

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

Naturheilmittel aus dem Appenzellerland

Unsere Produkte vereinen die traditionelle Erfahrungshelkunde 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!



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

Bierhefe für einen aktiven Stoffwechsel

Unser Körper ist bestens mit Kohlenhydraten, Fett und Eiweissen versorgt. Für einen reibungslosen Ablauf des Stoffwechsels müssen jedoch fast 50 Wirkstoffe mit der Nahrung aufgenommen werden. Ein Mangel an Nährstoffen kann sich durch Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, Reizbarkeit, Hautveränderungen, erhöhte Infektanfälligkeit und andere Befindlichkeitsstörungen äussern. Seit über 5000 Jahren ist die Heilwirkung der Bierhefe bekannt. Dieses Naturprodukt zeichnet sich durch seinen unvergleichlichen Wirkstoffreichtum aus und schliesst allfällige Ernährungslücken.

«Dr. H. Metz Panaktiv» ist chemiefrei und entsteht als natürliches Nebenprodukt bei der Bierherstellung. Es spricht vieles dafür, dass pflanzliche Biokomplexe besser vertragen werden als rein chemische Wirkstoffe.

Weitere Informationen: Rossi Vitalprodukte GmbH, Stradun 400, 7550 Scuol, Tel. +41 (0)81 864 10 74 Fax +41 (0)81 864 10 77, info@vitalprodukte.ch www.vitalprodukte.ch



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



TENNISELLBOGEN UND WEITERE
GELENKSERKRANKUNGEN
BEHADELN MIT DEM NOVAFON
SCHALLWELLENGERÄT.

Hilft bei

- Arthrose
- Gelenkschmerzen
- Fersensporn
- Narbenbehandlung
- Nackenverspannungen

Dank Novafon schmerzfrei durchs Leben!
Die Schallwellen dringen 6 cm ins Gewebe ein, fördern die
Durchblutung und regen den Stoffwechsel an.

Gerät mit Akku **CHF 495.00** inkl. Versand
Gerät mit Kabel **CHF 330.00** inkl. Versand



weitere Informationen finden Sie
auf unserer Website www.novafon.ch

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

Fasten.
Gesundheit.
Auszeit.



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



Fastenwandern
im Wunderland Schweiz

Wandern und Fasten

Anti-Aging – Immunsystem – Darm

Buchinger Heilfasten oder Intervall-Basenfasten.
Verstopfung – Darmentleerung: grüne Pflaumel

Mehr Info auf:

www.fastenwandern.ch

Fastenwandern GmbH, Patrizia Wechsler

Tel. +41 77 474 16 52

Schweizer Wanderwochen 2021

Die anderen Ferien

Tektonikarena SARDONA

Reise in die Urzeiten unserer Erde

Datum: Sonntag, 29. August

bis Sonntag, 5. September 2021

In der Woche erleben wir die atemberaubende
Schönheit einer Natur, die sich vor Millionen Jahren
gebildet hat. Dieser Bildungsprozess ist in seinem
geologischen Erscheinungsbild für uns im weltweit
einmaligen UNESCO Weltnaturerbe «Tektonikarena
Sardona» gut sichtbar.

Die schönsten Aussichtspunkte im Münstertal

Genusswanderungen im unbekannten Val Müstair

Datum: Sonntag, 12. September bis

Sonntag, 19. September 2021

Hier lernen wir das Münstertal aus einer anderen
Perspektive kennen: Aussichtspunkte und Gipfelziele
geben den Blick frei in die Umgebung des Tals: über
das Vintschgau, das Ortlermassiv bis zum Piz Bernina
eröffnet sich uns ein imposantes Panorama.

Leitung, Auskunft und ausführliche Unterlagen

Dr. med. Peter Meier-Schlittler, Allgemeinmedizin

FMH, Sager 225, 4954 Wyssachen/BE

Tel.: 062 964 02 81,

www.schweizer-wanderwochen.ch

Weil Olivenöl Vertrauenssache ist.



HERGETOS Olivenöl ist ein wun-
derbares, gesundes, griechisches
Olivenöl der Extraklasse.
Wir wünschen Ihnen viel Freude
und Genuss.

Sepp und Marion Herger
Scheregg 13 / 9057 Weissbad
071 797 02 26 / 079 839 12 99

info@hergetos.ch / hergetos.ch

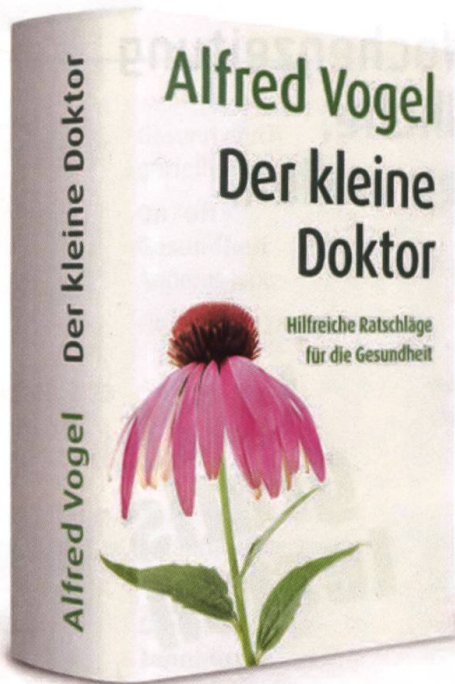


Geschenke finden statt suchen



Mit gratis
Geschenkkarte
zu jeder Bestellung

www.spickshop.ch



Aktuelle Bücher
von A. Vogel

Jetzt neu in der 74. Auflage

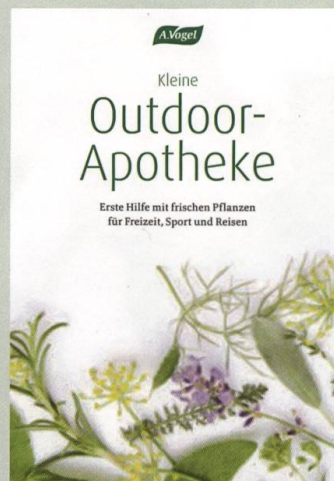
- Hilfreiche Ratschläge für die Gesundheit
- Ganzleinen mit Schutzumschlag
- 856 Seiten
- Auch als eBook erhältlich (Deutsch, Französisch & Englisch)



Das Buch, das aufgezeigt, wie lebenswichtig eine gesunde Leber ist.

Die Leber reguliert die Gesundheit

Alfred Vogel
400 Seiten



Ein Muss für alle, die sich in der Natur aufhalten. Handlich, praktisch, tolle Tipps.

Kleine Outdoor-Apotheke

Claudia Rawer und Ingrid Zehnder
235 Seiten

Jetzt online bestellen: www.avogel.ch/buecher



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

**Jetzt
gratis
testen**



spicknews.ch



Die «Gesundheits-Nachrichten» auch digital

Auf www.avogel.ch/epaper 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.



Gesund durch
gezielte Ernährung

**On/Off
Gesundheit**
Andreas Jopp

Flexcover, 238 S.

Best.-Nr. 523
CHF 26.90



Täglich 7 Tipps für
ein gesundes Leben

**7 Minuten am
Tag...**

Dr. Franziska Rubin
Softcover, 176 S

Best.-Nr. 522
CHF 28.90



Ernährung für die
Zahngesundheit

**Die Ernährungs-
Zahnbürste**

J. Wölber, C. Tennert
Flexocover, 220 S.

Best.-Nr. 521
CHF 37.50

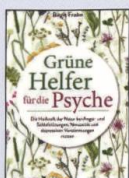


Vitamine & Co.

**Ist das gesund
oder ...?**

Christine Gitter
kartoniert, 304 S.

Best.-Nr. 519
CHF 25.90

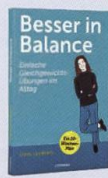


Mit Anwendungshinweisen

**Grüne Helfer für
die Psyche**

Birgit Frohn
kartoniert, 192 S.

Best.-Nr. 518
CHF 21.90



Übungen für das
Gleichgewicht

Besser in Balance
Carol Clements

broschiert, 176 S.

Best.-Nr. 513
CHF 23.90



Naturkosmetik zum
Selbermachen

Nachhaltig schön
Valerie Jarolim

broschiert, 150 S.

Best.-Nr. 487
CHF 28.90

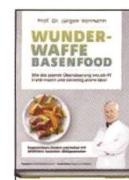


Übungsbuch

**Energiequelle
Beckenboden**
Heike Höfler

broschiert, 127 S.

Best.-Nr. 389
CHF 12.90



Wir empfehlen

Wunderwaffe Basenfood

Prof. Jürgen Vormann

Mehr Infos siehe Seite 6
Hardcover, 288 S.

Best.-Nr. 524
CHF 41.50



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



Der Klassiker

Der kleine Doktor

von Alfred Vogel

Neu 74. Auflage, mit vielen
Anmerkungen. Leinen mit
Schutzumschlag, 856 S.

Best.-Nr. 12
CHF 48.00



Weitere Buchtipps auf
www.avogel.ch/buecher

431485

76
1831

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.

ANZAHL 21

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

PLZ 80

AZB

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

Hitzewallungen?

Ich bleibe cool...

1 Tablette
pro Tag



Menosan® Salvia

- Lindert übermässiges Schwitzen und aufsteigende Wärmegefühle
- Aus frischem Salbei

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.
Lesen Sie die Packungsbeilage.
A.Vogel AG, Roggwil TG.

Eine Antwort der Natur