

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 79 (2022)  
**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:** 11.01.2026

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



## Voll im Trend

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Was mich jeweils zu Jahresbeginn amüsiert, ist die enthusiastische Ausrufung neuer Trends. Kostproben gefällig? Ein japanischer Hersteller hat ein CBD-Parfüm auf den Markt gebracht, mittels dessen man sich in eine Duftwolke aus Cannabis (Hanf) hüllen kann. Berausende Idee.

Total «in» ist man, wenn man auf «Local Exotics» setzt, also versucht, Obst und Gemüse von weit entfernten Standorten bei sich daheim anzubauen. Dazu passt, dass die asiatischstämmige Yuzu, eine säuerliche, mandarinengrosse Zitrusfrucht, das Trend-Obst 2022 sein soll.

Wenn Sie beschlossen haben, ab sofort als «Vegourmet» durchs Leben zu gehen, Glückwunsch: Rein pflanzliche Gerichte sollen künftig Bestandteil jedes (gehobenen) Restaurants sein. Da können Sie dann gleich mal Sonnenblumengelee bestellen oder Sonnenblumenbutter, denn erlesene Kreationen aus den (allseits bekannten) Kernen haben ab sofort Kultstatus. Konkurrenz macht denen allerdings der Hibiskus, der nun in Fruchtaufstrichen, Joghurts und Getränken als unverzichtbar gilt.

Die ganze Trend-Kulinarik trainieren Sie später am besten mit «Avi Mea» (Wortkreation aus «ma Vie – mein Leben» und «Avia – Weg») ab, einer Kreuzung von Funktionellem Training mit Intervalleinheiten. Und vergessen Sie nicht, tüchtig «Emotional Wellness» zu betreiben, am besten mit «Adaptogen-Faktor» und «Immunboostering».

Hä? Ja genau: Gemeint ist letztlich das natürlich gesunde Leben, wie von Alfred Vogel bereits im vergangenen Jahrhundert praktiziert. Damit kennen wir uns aus, ganz ohne Trend-Etikett. In diesem Sinne: Viel Vergnügen mit der stets zeitgemässen Lektüre der «Gesundheits-Nachrichten» im neuen Jahr!

### Korrigendum:

Im Beitrag über «Mastix» (GN 12, 2021) berichteten wir über eine Studie. Die Probanden erhielten 350 mg (und nicht g!) Mastix. Danke für Ihre Hinweise, liebe aufmerksame Leserinnen und Leser!

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

Geben Sie gut auf sich acht!  
Herzlichst, Ihre

Andrea Pauli

Andrea Pauli  
a.pauli@verlag-avogel.ch