

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 79 (2022)  
**Heft:** 10

## **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:** 31.01.2026

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

# Willkommen bei uns!

Jetzt gezielt auf die kalte Jahreszeit vorbereiten. Wir verraten, wie Sie gut durch den Winter kommen.

## Termine Oktober

Roggwil/TG

Wintertag

Gut geschützt durch die kalte Jahreszeit

Do., 13.10., 9.30 bis ca. 15.30 Uhr

Do., 22.10., 9.30 bis ca. 15.30 Uhr

Wintermorgen

Gut geschützt durch die kalte Jahreszeit

Fr., 28.10., 9.30 bis ca. 12.30 Uhr

Teufen/AR

Den A.Vogel Heilpflanzenschaugarten in Teufen

können Sie jederzeit und ohne Anmeldung

besuchen.

## Anmeldung und weitere Termine:

A.Vogel AG

Grünaustrasse 4

9325 Roggwil TG

Tel. +41 (0)71 454 62 42

E-Mail: [team.roggwil@avogel.ch](mailto:team.roggwil@avogel.ch)

[www.avogel.ch/erlebnisbesuche](http://www.avogel.ch/erlebnisbesuche)

**NOVAFON**

NACKENVERSPANNUNGEN  
SELBSTSTÄNDIG LÖSEN  
MIT DEM NOVAFON  
SCHALLWELLENGERÄT.

Hilft bei

- Arthrose
- Gelenkschmerzen
- Fersensporn
- Narbenbehandlung
- Nackenverspannungen

Neue Novafon mit Tiefenwirkung 6 cm **CHF 495.00** (inkl. Versand)  
Neue Novafon Power mit Tiefenwirkung bis 7cm **CHF 530.00**

Dank Novafon schmerzfrei durchs Leben!  
Die Schallwellen dringen 6 cm ins Gewebe ein, fördern die Durchblutung und regen den Stoffwechsel an.  
Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website.  
[www.novafon.ch](http://www.novafon.ch) | [info@birkenrot.ch](mailto:info@birkenrot.ch) | 041 558 86 41

# Das geniale Frühstück

Für den basisch perfekten Start in den Tag:

	basisch		Kohlenhydrate
	Eiweiss		Ballaststoffe
	glutenfrei		laktosefrei
	ohne Zuckerzusatz (enthalt von Natur aus Zucker)		vegan

**Jentschura® MorgenStund'**  
Hirse-Buchweizen-Brei mit Früchten und Samen  
Boulle de millet et sarrasin aux fruits et aux graines  
Pappa al miglio e grano saraceno con frutta e semi  
Blend of millet and buckwheat porridge with fruit and seeds

[www.jentschura-shop.ch](http://www.jentschura-shop.ch)  
Jentschura (Schweiz) AG · 8806 Bäch/SZ

## Jetzt Minispick abonnieren!

**Ideal für Kinder zwischen 5 und 9**

**Info-Abend in Zürich:  
23. Jan.**

**ikp-therapien.com**  
Tel. 044 242 29 30

[www.minispick.ch](http://www.minispick.ch)

« 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**  
Ressourcenorientierte Prozessbegleitung durch Atem- und Körpertherapie.  
3 Jahre. EMR und ASCA-anerkannt.  
Mehr Infos?

**EDUQUA** **IKP**  
Seit 40 Jahren anerkannt

**Kurhaus St. Otmar**

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](http://www.kurhaus-st-otmar.ch)

# Mein Salz, mein Geschmack



Rezept-Ideen:  
[www.herbamare.ch](http://www.herbamare.ch)

A.Vogel  
**Herbamare®**  
Meersalz mit Gemüse und Kräutern

➤ Nur echt mit frischen Kräutern.  
Bio, vegan und frei von Zusatzstoffen.

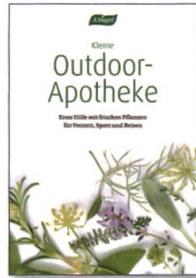


## Aktuelle Bücher von A.Vogel



### Der kleine Doktor

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



### Kleine Outdoor-Apotheke

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

Claudia Rawer und Ingrid Zehnder  
235 Seiten

### Die Leber reguliert die Gesundheit

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

Alfred Vogel  
400 Seiten

auch als  
eBook!

Jetzt online bestellen:  
[www.avogel.ch/buecher](http://www.avogel.ch/buecher)

## Rückenschmerzen, Stress? Shaktimatte, Entspannung pur !!!

Setzt Endorphine-Körpereigene Glückshormone frei.

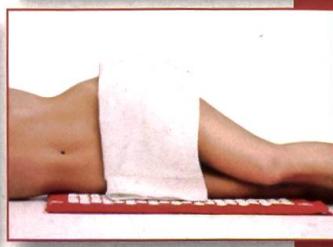
Erhältlich z.B. bei der Apotheke und Drogerie Nature First in Zürich, Winterthur, Schaffhausen

- Shaktimatte Original orange + grün (67 x 42 cm) für Fr. 99.– plus Porto
- Shaktimatte Luxury (77 x 42 cm) inkl. Tasche Fr. 119.– plus Porto
- Shaktimatte XL orange + grün (77 x 42 cm) Fr. 109.– plus Porto
- Shakti-Nackenkissen orange + grün (41 x 15 x 10 cm) Fr. 44.90 plus Porto
- Alle Shakti Produkte finden Sie auf [www.shaktisuisse.ch](http://www.shaktisuisse.ch), oder rufen Sie uns an!



### Seit 2009 erfolgreich in der Schweiz

- Rücken- und Nackenschmerzen
- Schlaflosigkeit und Einschlaf Schwierigkeiten
- Schmerzlinderung, Spannungskopfschmerzen
- Energiesteigerung, Regeneration nach dem Training



[www.shaktisuisse.ch](http://www.shaktisuisse.ch)

E-Mail: [info@shaktisuisse.ch](mailto:info@shaktisuisse.ch) | Telefon: 043 268 99 40 | Vertrieb: [aph.swiss.design@bluewin.ch](mailto:aph.swiss.design@bluewin.ch)



## Die «Gesundheits-Nachrichten» auch digital

Auf [www.avogel.ch/epaper](http://www.avogel.ch/epaper) können Sie die «Gesundheits-Nachrichten» jetzt bequem als digitale Ausgabe abonnieren. Wenn Sie bereits Abonnentin oder Abonent der Druckausgabe sind, können Sie das E-Paper mit Ihrer Abo-Nummer kostenlos herunterladen.



Fusschmerzen  
einfach beheben

### Die einfachsten Fuss-Übungen aller Zeiten

A. Fengler/Dr. med.  
M. Gall  
broschiert, 128 S.

**Best.-Nr. 537**  
CHF 25.90



Anleitungen für  
Tees und Tinkturen  
**Wohlfühlen in den  
Wechseljahren**

Nathalie Rosenegger

broschiert, 164 S.

**Best.-Nr. 536**  
CHF 27.80



Leber, Galle und  
Bauchspeicheldrüse

### Gesunde Ernährung bei Erkrankungen von ...

Maria Lohmann

**Best.-Nr. 535** Softcover, 168 S.  
CHF 30.50



Mit Krafttraining  
zur Heilung

### Osteoporose ist heilbar!

Dr. med.  
Martin Weiss

Softcover, 146 S.

**Best.-Nr. 533**  
CHF 25.90

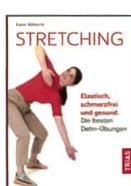


Demenz, Kraft und  
Gefäße

### Das Geheimnis, jung zu bleiben und alt zu werden

Dr. Andrea Flemmer,  
Friedrich Graf

**Best.-Nr. 532** Softcover, 240 S.  
CHF 28.90



Schmerzfrei mit  
Dehnungsübungen

### Stretching

Karin Albrecht

kartoniert, 144 S.

**Best.-Nr. 529**  
CHF 25.90



Ein Hausmittel, viele  
Anwendungen

### Apfelessig neu entdeckt

Annette Sabersky  
Klappbroschur,  
174 S.

**Best.-Nr. 526**  
CHF 25.90



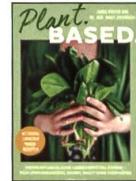
Hilfreiche Tipps bei  
Knieproblemen

### Fokus Knie

PD Dr. Patrick  
Weninger

Softcover, 128 S.

**Best.-Nr. 525**  
CHF 24.90



## Wir empfehlen

### Plant.Based.

Laura Merten,  
Dr. med. Marie Ahluwalia  
Mehr Infos siehe Seite 6

### Best.-Nr. 538

CHF 30.90



## 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

74. Auflage, mit vielen  
Anmerkungen. Leinen mit  
Schutzhülle, 856 S.

### Best.-Nr. 12

CHF 48.00



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

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.

AZB  
CH-9053 Teufen  
P.P./Journal

Post CH AG

Gesundheitsnachrichten

# Wohltuend für Rachen und Hals



A.Vogel

**Santasapina® Bonbons schmecken ausgezeichnet und helfen bei**

- Husten
- Heiserkeit
- Rachenkatarrh

**Natürlich – aus frischen Tannenspitzen**

Erhältlich in Apotheken, Drogerien und im Lebensmittelhandel.