

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 81 (2024)  
**Heft:** 11

## **Titelseiten**

### **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:** 12.01.2026

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

# Gesundheits Nachrichten

*Natürlich gesund leben*

**Gedankenfalle:  
Was gegen Grübeln hilft**

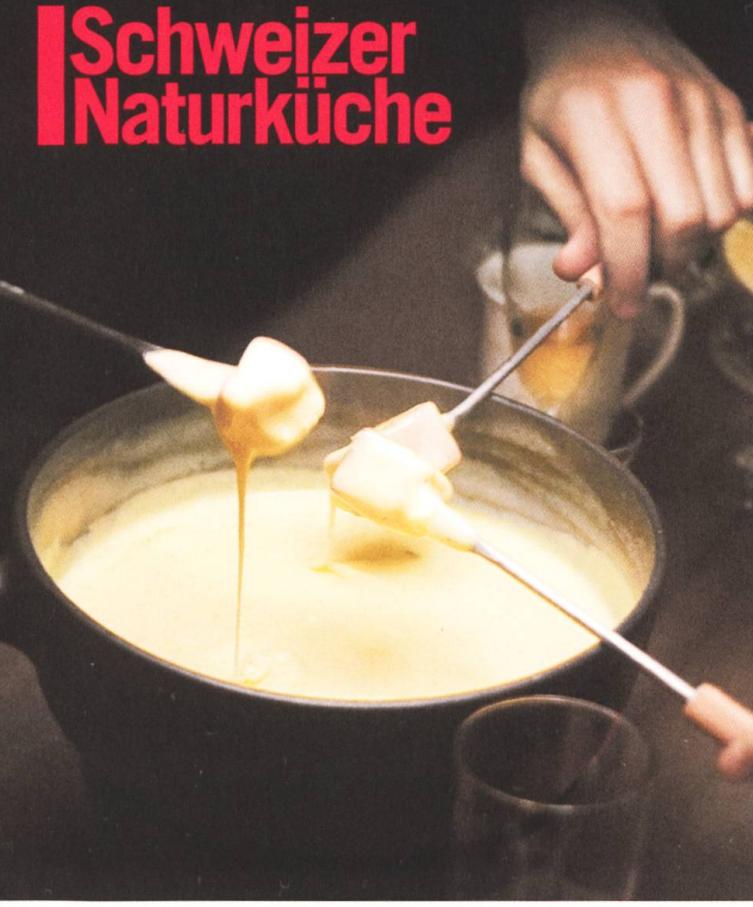
**Fussreflexzonen:  
Therapie mit Tradition**

**Wirkweise verstehen:  
Misteln**

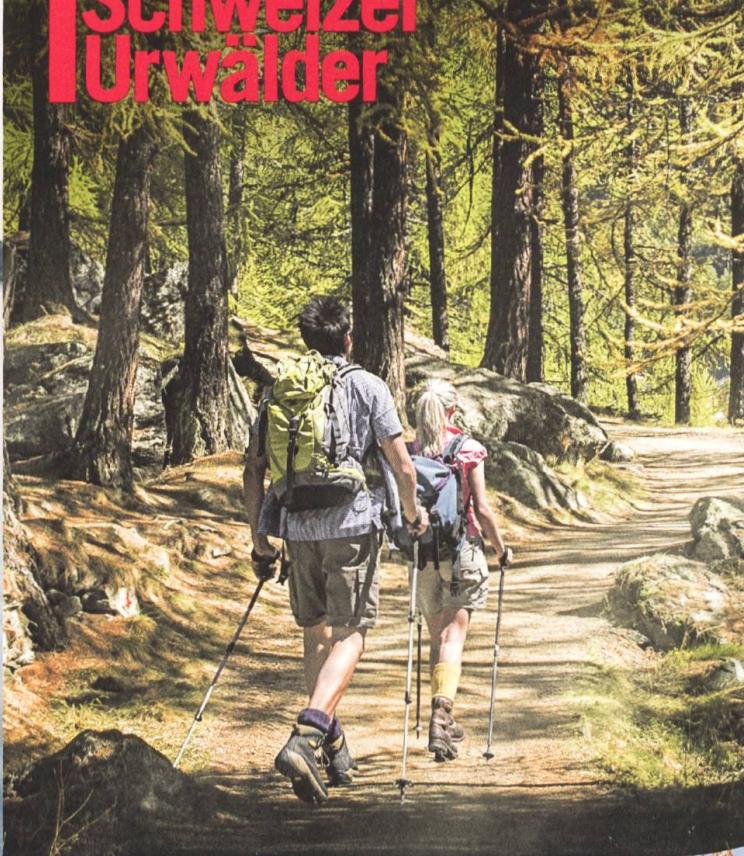
# Schweizer Kaltblüter



# Schweizer Naturküche



# Schweizer Urwälder



# Schweizer Zauberland



Jetzt im Kennenlernpaket mit 10 Ausgaben für nur  
**CHF 33.–** statt **CHF 55.–**



So vielseitig wie die Schweiz.

Schweizer  
Familie

Jede Woche abwechslungsreiche Unterhaltung mit neuen Ideen für Freizeit, Ferien und Ihr Zuhause, mit spannenden Reportagen, interessanten Menschen und Wissenswertem aus der Tier- und Pflanzenwelt. Am besten im Abo: Gratistelefon 044 404 63 63 oder [vielseitig.schweizerfamilie.ch](http://vielseitig.schweizerfamilie.ch)



QR Code scannen und abonniieren.