

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 82 (2025)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Rätselspass ; Vorschau & Impressum

### **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**

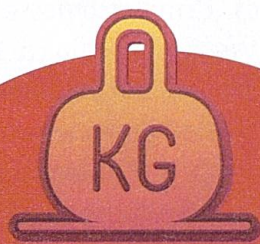
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 01.04.2026

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

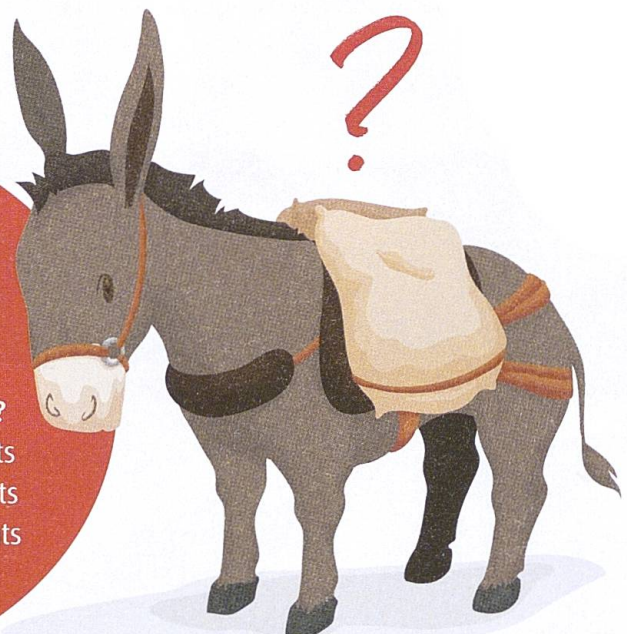
|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| C | I | S | A | P | X | F |
| E | Z | C | R | A | Y | O |
| K | I | H | N | P | D | G |
| L | P | A | I | A | I | O |
| E | I | D | K | E | L | T |
| E | Z | E | A | P | L | E |
| P | I | Z | B | U | I | N |
| A | S | A | L | B | E | I |
| G | T | C | U | E | Z | A |
| E | B | O | L | D | O | U |

In diesem Wortgitter  
haben sich **fünf Pflanzen**  
versteckt.  
Entdecken Sie die Namen!



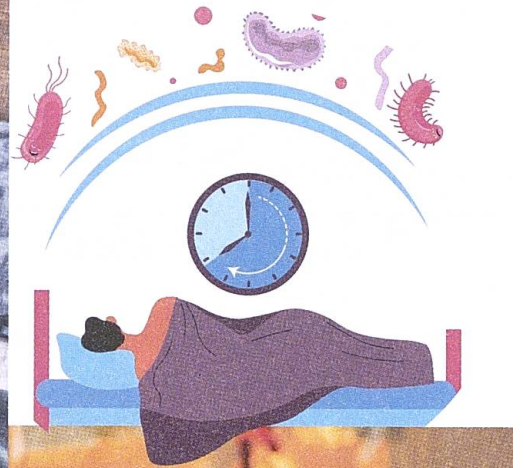
Wie viel Last kann ein Esel tragen?

- a) 10 Prozent seines Körpergewichts
- b) 20 Prozent seines Körpergewichts
- c) 100 Prozent seines Körpergewichts



Die Auflösung finden Sie  
im nächsten Heft, GN April.

# Im nächsten Heft



## Fokusthema SCHLAF:

- ❖ Das Neueste aus der Schlafforschung
- ❖ Warum weltweit zu wenig geschlafen wird
- ❖ Wie wichtig Schlaf für die Gesundheit ist
- ❖ Die besten natürlichen Schlafhelfer
- ❖ Wie wirken eigentlich Schlafmittel?
- ❖ Kuriose Schlafmythen
- ❖ Hilfreiche Buchtipps
- ❖ Viele weitere ausgeschlafene Aspekte



**Kinder & Jugendliche**  
Was tun bei schlechtem Schlaf?

## Impressum

**A.Vogel Gesundheits-Nachrichten** Natürlich gesund leben, Nr. 3, März 2025, 82. Jahrgang, erscheint 10-mal im Jahr, Copyright by Verlag A.Vogel AG | **Redaktion und Verlag** Verlag A.Vogel AG, Hätschen, CH-9053 Teufen, Tel. +41 (0)71 335 66 66, E-Mail: [info@verlag-avogel.ch](mailto:info@verlag-avogel.ch), Internet: [www.verlag-avogel.ch](http://www.verlag-avogel.ch) und [www.gesundheits-nachrichten.ch](http://www.gesundheits-nachrichten.ch) | **Verlag A. Vogel Deutschland** c/o A. Stüber GmbH, Tel. +49 (0)7121 960 80, E-Mail: [verlag@stuebers.de](mailto:verlag@stuebers.de) | **Redaktion** Andrea Pauli (Redaktionsleitung), [a.pauli@verlag-avogel.ch](mailto:a.pauli@verlag-avogel.ch), Tino Vega [t.vega@verlag-avogel.ch](mailto:t.vega@verlag-avogel.ch) | **Verlagsleitung** Djulijana Kilic, [d.kilic@verlag-avogel.ch](mailto:d.kilic@verlag-avogel.ch) | **Anzeigen** KünzlerBachmann Verlag AG, Olaf Aperdanner, Tel. +41 71 314 04 79, E-Mail: [o.aperdanner@kueba.ch](mailto:o.aperdanner@kueba.ch) | **Mitarbeitende dieser Ausgabe** Gisela Dürselen, Petra Horat, Katja von Lipinski, Assata Walter (Rezepte), Ingrid Zehnder | **Fotos** 123RF (sashkab, artinspringm, asyaart, atlasfoto, caocao, daryatigrph, dextorth, dragontiger8, epokrovsky, freshtakedesign, galitskaya, georgerudy, graphicswizart, graphicswizart, honoka12, jaynakubat, joselprietofoto, kaiskynet, Leonidtit, lizavetsas, lopolo, madleinsteinbach, margobasarab, marigisina, oneinapunch, penwinmedia, peopleimages12, pitinan, pureimagination, rtsubin, sereznii, soloway, sonulkaster, sorrapongs, syuzannam, tdals2245, vectorv, wahyufrida, yganko, zahhozhenko), ellex, Markus C. Hurek, Menomio, InselGruppe, K.v. Lipinski, Mauritius Images (A. Amraeva, Alamy, BAO, CreativStudioHeinemann, Gourmetvision, N. Frei), Assata Walter (Rezepte), WikimediaCommons (Anonymus, AnRo0002, Idealistes, Kingfiser, P. de Lange, R. Flogaus Faust, Salycina) | **Satz, Lithos, Druck** Ostschweiz Druck, Wittenbach | **Papier** Chlorfrei gebleicht | **Jahresabonnement** Schweiz: CHF 44.00 inkl. MwSt., EU-Wohnsitz: EUR 35.00/Nicht-EU: CHF 48.20, übrige Länder: CHF 58.50 | **Abonnements & Bücher** Verlag A.Vogel AG, Hätschen, CH-9053 Teufen, Tel. +41 71 335 66 66, Fax +41 71 335 66 88, E-Mail: [info@verlag-avogel.ch](mailto:info@verlag-avogel.ch)