

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **35 (1978)**

Heft 12

PDF erstellt am: **21.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

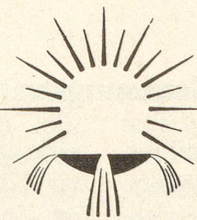
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Dezember 1978

35. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23

Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermundigen

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90 – 10 775      Jahresabonnement: Fr. 10.50

Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck Karlsruhe 70082 – 756      DM 12.50

Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670      S 100.–

Übriges Ausland: Fr. 12.50

## INHALT

1. Die guten Tage überwiegen . . . . . 177
2. Genesungszeit . . . . . 178
3. Beachtenswerte Fusspflege . . . . . 179
4. Wohlüberlegte Schutzmassnahme . . . . . 181
5. Hilfreiches Immergrün . . . . . 182
6. Wer leidet unter Verstopfung? . . . . . 183
7. Fischvergiftung . . . . . 185
8. Alkoholschäden im Alter . . . . . 186
9. Wer und was trägt zu verfrühtem Tode bei? . 187
10. Erfahrungen im skandinavischen Lebensraum . 189
11. Aus dem Leserkreis:
  - a) Willkommene Hilfe bei Krebs . . . . . 191
  - b) Naturmittel und Kostumstellung halfen . . 192

## DIE GUTEN TAGE ÜBERWIEGEN

Es eilt das Jahr dem End' entgegen  
Und lässt sich einfach nicht bewegen,  
Ein wenig mehr noch zu verweilen,  
Es geht nicht, die Minuten eilen! –  
Bereits ist Winter es geworden;  
Der Sturm bracht' Schnee aus fernem Norden;  
In reinem Weiss die Berge liegen,  
Erhaben schön und drum gediegen!  
Sobald jedoch der Tag entschwindet,  
Das Abendrot sich hell entzündet,  
Und zwar bevor des Mondes Schimmer  
Die Nacht beseelt, worauf dann immer

Der Glanz des Morgenlichts erscheint  
Und unser Leben froh vereinet.  
Das gilt auch für die Jahreszeiten,  
Die viele Freuden uns bereiten,  
Doch keiner muss darüber wachen,  
Gesetze sind's, die sie entfachen!  
Im Wechsel liegt ein Schöpfersegen,  
Drum lass ihn freudig sich bewegen.  
Der Winter soll dich nicht erschrecken,  
Vielleicht kann er die Ruhe wecken,  
Wenn dann Besinnlichkeit wird siegen,  
Die guten Tage überwiegen.

S.V.

Umschlagbild: Monte Rosa

Originalaufnahme von Ruth Vogel