

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 69 (2012)  
**Heft:** 3: Vom Glück, zu sprechen

## **Werbung**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.01.2025

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

## «Chrüter»- und Botanik-Reisen 2012

Der fröhliche Dialog mit der Natur unter der Leitung von Heilpflanzenkundigen sowie Botanikern nach:

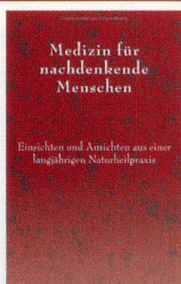
Andalusien (März), Zypern (April), Korsika (Mai),  
Südost-Polen (Juni), Savognin und Parc Ela (Juni),  
Provence (Juli), Sri Lanka (Februar 2013)

Gerne senden wir Ihnen den neuen Katalog:

**ARCATOUR**  
sinnvoll reisen



6301 Zug, Telefon 041 729 14 20, [www.arcatour.ch](http://www.arcatour.ch)



### Sachbuch von E. König «Medizin für nachdenkende Menschen»

Books on Demand-Verlag  
ISBN 3-8334-1508-8, EUR 34,90 im Buchhandel

Erfahrungen aus 30 Jahren erfolgreicher Naturheilpraxis mit 22 angeblich unheilbaren Krankheiten. Allergien, Migräne, Immun-erkrankungen, Rheuma, Phantomschmerzen und Tinnitus verständlich erklärt und behandelbar.

Alle Arbeiten können in Skriptform einzeln für 12 Euro einschl. Porto auf Vorkasse bei mir bestellt werden. Leseprobe im Internet [www.amazon.de](http://www.amazon.de).

Elfriede König | Büdinger Str. 4 | DE-63546 Hammersbach

E-Mail [Elfriede-Koenig@arcor.de](mailto:Elfriede-Koenig@arcor.de)

neu

neu

neu

## Reduzin

**Schlank werden  
und schlank bleiben mit den  
neuen «Reduzin-  
Kaloriensparmahlzeiten»**

Eingerührt in Milchprodukte ergeben sich stark kalorienreduzierte und ausgewogene Mahlzeiten. Mit diesem Mahlzeitenersatz werden dem Körper alle benötigten Nährstoffe zugeführt. Bei regelmässiger Anwendung ist eine wöchentliche Gewichtsreduktion von ½ bis zu 1 kg möglich. Erhältlich in Dosen zu 360 g (12 Mahlzeiten) Fr. 43.–

**drogerie sonderegger, 9042 speicher**  
Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist,  
kant. appr. Naturheilpraktiker  
Telefon 071 344 10 22  
[www.drogerie-sonderegger.ch](http://www.drogerie-sonderegger.ch)  
[drogerie@drogerie-sonderegger.ch](mailto:drogerie@drogerie-sonderegger.ch)



## gut frühstücken mit MorgenStund'®

Der Hirse-Buchweizen-Brei ist das wertvolle und vollwertige Frühstückserlebnis für die ganze Familie. MorgenStund' ist schnell zubereitet und leicht bekömmlich. MorgenStund' steckt voller Vitalstoffe und stärkt bereits am Morgen die körperliche und die geistige Leistungsfähigkeit.

- ✓ ohne Zusatzstoffe
- ✓ ohne Zuckerzusatz
- ✓ gluten- und laktosefrei
- ✓ ballaststoffreich
- ✓ 128 kcal pro Portion
- ✓ leckere Rezepte



Bitte schicken Sie mir **kostenlos** Proben und Informationen zu MorgenStund'.

Name, Vorname

e-mail

Strasse

PLZ, Ort

Jentschura [Schweiz] AG · Seestrasse 62 · CH-8806 Bäch · Tel: +41 (0) 44 - 784 79 31 · Fax: +41 (0) 44 - 687 90 72

[www.p-jentschura.com](http://www.p-jentschura.com)

A. Vogel 03/12

## Fastenwandern

im Wunderland Schweiz  
mit Maya + Liselotte



...fröhlich-gesunde Wochen unter kundiger Leitung  
in prächtigen Wandergebieten... entspannen,  
entschlacken, Gewicht verlieren, Vitalität gewinnen!  
März, Mai, Juni, Juli, August, September

Verlangen Sie Gratisunterlagen bei:  
**Maya Hakios**, Fastenwandern GmbH  
Manzenweg 19, CH-8269 Fruthwilen

Telefon 071 664 25 29, [www.fastenwandern.ch](http://www.fastenwandern.ch)



## Erdmandelflocken

Jeder zweite leidet an Darmträgheit,  
häufig bedingt durch ballaststoffarme  
Ernährung. Eine effektive Hilfe sind die  
gutschmeckenden Erdmandelflocken.

- über 30% verdauungswirksame Ballaststoffe
- reich an Magnesium und Schutzvitamin E
- mit feinem Mandelgeschmack
- wertvoll für Allergiker



rossi-venzi ag, Manaröl, 7550 Scuol  
Tel. ++41 (0)81 864 10 74

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

A.Vogel

[www.g-n.ch](http://www.g-n.ch)

## GESUNDHEITS NACHRICHTEN

Natürlich gesund leben



Pionier der Naturheilkunde  
- seit 1923

*A. Vogel*

Bitte benutzen Sie die Bestellkarte am  
Schluss des Heftes oder telefonieren Sie:  
Schweiz: 071 335 66 66 / Deutschland: 07121 / 960 80

**Jetzt aktuell!**

Schenken Sie  
Gesundheit!  
Schenken Sie ein  
Jahresabo für nur  
Fr. 40.50.-/€ 26.00  
(11 Ausgaben).



2012

**baumeler**

Echt unterwegs.

## Madeira in Musse

> **Wanderreise mit GARANTIERTEN ABREISEN!**

Die Insel des «ewigen Frühlings» lädt zum Wandern und  
Verweilen ein. Entdecken Sie mit uns die Blumenpracht  
und sprudelnden Levadas.

### Echt baumeler

- Portugiesischer Grillplausch bei Einheimischen.
- Gemütliches Wandern auf ausgesuchten Pfaden.
- Gepflegtes 5-Sterne-Hotel

1. Tag: Direktflug nach Funchal
2. Tag: Südwestküste: Wanderung entlang Levadas und Besuch einer der höchsten Steilküsten der Welt.
3. Tag: Porto Moniz: Wander- und Badeplausch im Nordwesten der Insel.
4. Tag: Gärten des Nordens: Wir wandern in den Lorbeerwäldern in den Regionen Santanas.
5. Tag: Botanischer Garten: Einmalige Blumenpracht und erlebnisreiche Korbsschlittenfahrt.
6. Tag: Ponta São Lourenço: Ausflug zur ersten Siedlung Madeiras. Anschliessend Portugiesischer Grillplausch.
7. Tag: Markt von Funchal: Spaziergang durch den farbigen Markt und das Hafenviertel von Funchal.
8. Tag: Rückflug in die Schweiz.

Programmänderungen vorbehalten!

8 Tage **Preishit** ab CHF 1890

Daten	CHF Preise pro Pers. in DZ
15.03./22.03./29.03./05.04./19.04./26.04./12.07./	1950
04.10./1.10.12	1890
10.05./17.05./20.09.12	1890

Garantierte Abreisen, max. 23 Teilnehmer/-Innen  
**Leistungen:** Direktflug nach Madeira, Flughafentaxen, Unterkunft im 5-Sterne-Hotel mit Halbpension plus 1 Mahlzeit, Trinkgelder, geführte Wanderungen und Ausflüge, Begleitbus, Eintritte und Besichtigungen, baumeler-Reiseleitung, ausführliche Reisedokumentation.

**Nicht inbegriffen:** 7 Mahlzeiten, obligatorische Reiseversicherung CHF 75. Freiwilliger Klimaschutz-Beitrag CHF 47.

**Wanderungen:** leicht bis mittel, 1 ½ bis 2 ½ Std., wenig Auf- und Abstiege, teils schmale Pfade.

**Ihre Unterkunft:** Gepflegtes 5-Sterne-Hotel mit grossem Schwimmbad.

**Platzzahl beschränkt! Sofort buchen:**  
T 041 418 65 65 | [www.baumeler.ch](http://www.baumeler.ch)

Möchten Sie mehr erfahren? Bestellen Sie jetzt die neuen Kataloge 2012.  
Baumeler Reisen AG | Zinggendorstrasse 1 | 6002 Luzern | [info@baumeler.ch](mailto:info@baumeler.ch)



**Auszeit!**

Klassisches Fasten nach Dr. Buchinger  
 Obstfasten / Basenfasten  
 Jentschura's Basenkuren „Regenata“  
 Traditionelles Kneippen  
 Colon-Hydro-Therapie /  
 Dunkelfeldmikroskopie

Kneipp- & Vital-Hotel  
 um Bodensee  
**RÖTHER**

Überlingen am Bodensee  
 Tel. +49 (0)7551 / 9224-0  
 www.bodenseekur.de

**Schweizerische Vereinigung  
 für Biochemie nach Dr. Schüssler**

**Tagesseminare**  
**Schüssler-Salze 1-12 und Ergänzungs-Salze 13-27**  
 Referent: Jo Marty

Daten und Details finden Sie auf unserer  
 Homepage [www.svfb.ch](http://www.svfb.ch)  
 oder wir senden Ihnen diese gerne per Post zu.  
 Sekretariat: Telefon 044 767 03 28



**Fasten – Wandern –  
 Wellness**

Ruhe und Zeit haben –  
 ein tolles Erlebnis.

Diverse Daten, gute Hotels, schöne Orte:  
 Serpiano TI, St. Moritz GR, Flüeli-Ranft OW.

[www.fasten-wandern-wellness.ch](http://www.fasten-wandern-wellness.ch)  
 Telefon 044 921 18 09, Ida Hofstetter, Männedorf

**Wieder mal total verspannt?**

**witschi kissen®**  
 hat die Lösung!  
 das orthopädische  
 Kopfkissen nach Mass

besuchen Sie uns im Internet  
[www.witschi-kissen.ch](http://www.witschi-kissen.ch)  
 oder benützen Sie unseren  
 kostenlosen Beratungs-Service  
**GRATIS Tel. 0800 516 166**



**ParacelsusClinica**   
 al Ronc

**INTENSIVWOCHE**  
 auf der Sonnterrasse des Calancatals mit Dr. Petra Wiechel und dem Team al Ronc 2012

Die Intaktheit aller Entgiftungs- und Regulationssysteme des Menschen sind wesentliche Voraussetzung, um die Waage zwischen gesund bleiben und krank werden im Gleichgewicht zu halten. Unsere Intensivwochen umfassen nicht nur ein therapeutisches Angebot, welches an den Ursachen von Entgleisungen ansetzt, die Gestaltung dieser Intensivwochen beruht auf einer über 20-jährigen Erfahrung mit den Möglichkeiten der lebenskonformen biologischen Medizin. Krankheit ist immer ein dynamischer Prozess, erst wenn das Fass zum Überlaufen drängt, werden Symptome wahrgenommen. In der persönlichen Erkenntnis um die Fürsorge und Verantwortung für sich selbst kann eine Intensivwoche in der **Paracelsus Clinica al Ronc** viel bewegen.

**UNSERE INTENSIVWOCHE:**

- Leber-Entgiftung
- Regeneration
- Schmerztherapie
- Dr. Coy-Anti-Krebs-Therapie
- Burn-Out
- Schwermetall-Ausleitung
- Gesundheitsscheck
- Entzugsbehandlungen





**DR. MED. PETRA WICHEL**, Paracelsus Clinica al Ronc  
 CH-6540 Castaneda, Tel. 091 8204040, [info@alronc.ch](mailto:info@alronc.ch), [www.alronc.ch](http://www.alronc.ch)



## Anders Denken in der Schmerztheorie (Klinik für Biokinetik)

Müssen OP's wegen Bandscheiben sein?!

- z.B.
- z.B. Bandscheiben-OP
- z.B. HWS-OP
- z.B. Knie-OP
- z.B. Schulter-OP
- z.B. ...
- z.B. OP nur wegen Schmerzen

Die Biokinetik eröffnet völlig neue Möglichkeiten der Behandlung. Man muß die **Logik des Schmerzes** verstehen.

- z.B. bei
- Migräne
- unruhige Beine (restless legs)
- Schleudertrauma
- Asthma bronchiale
- eingeschlafene Hände/Beine
- usw.



**Walter Packi**  
Arzt für Allgemeinmedizin

Klinik für Biokinetik  
Herbert-Hellmann-Allee 29-31  
D-79189 Bad Krozingen  
bei Freiburg  
Tel. 0049-(0)7633-93321-0  
Fax. 0049-(0)7633-93321-99

Praxis für Biokinetik  
Bötzingenstr. 38  
D-79111 Freiburg  
Tel. 0049-(0)761-383037  
Fax. 0049-(0)761-383047

Informieren Sie sich: home: [www.biokinetik.de](http://www.biokinetik.de)  
mail: [info@biokinetik.de](mailto:info@biokinetik.de)

## Komplementärtherapeut

Ein Beruf mit Zukunft.

Eine Ausbildung mit Branchendiplom  
APM-Therapeut.

Telefon 044 680 32 30 oder  
[www.wba.ch](http://www.wba.ch) oder E-Mail: [info@wba.ch](mailto:info@wba.ch)

**AKademie für Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich und Akupunkturmassage**  
**LNMT Natur-Medizin-Technik®**

## > Fit mit Trinkfasten



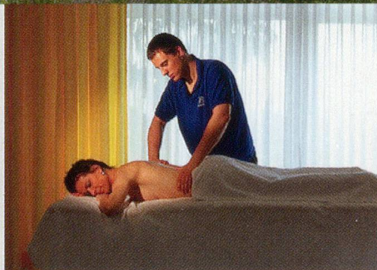
Starte Deine Sportsaison bei uns! Eine Otmarsan-Trinkfastenwoche bietet Dir die optimale Basis für Höchstleistungen – im Sport wie auch persönlich. Du trainierst individuell oder begleitet im Low-Bereich – mit viel Spass in der Natur. Eine Erfahrung, die es in sich hat! Die Region Vierwaldstättersee bietet optimales Terrain für Deine Trainings.

Otmarsan AG, Kur- & Ferienhaus St. Otmar · Maya & Beat Bachmann-Krapf  
Rigiblickstrasse 98, CH-6353 Weggis · Telefon +41 (0)41 392 00 10  
E-Mail [kurhaus@otmarsan.ch](mailto:kurhaus@otmarsan.ch) · Internet [www.otmarsan.ch](http://www.otmarsan.ch)

## Bad Ramsach – Ihrem Wohlbefinden zuliebe



Bikes stehen gratis zur Verfügung. E-Bikes FLYER zur Vermietung.



**Bad ramsach**

Bad Ramsach  
4448 Läufelfingen  
Telefon 062 285 15 15

[www.bad-ramsach.ch](http://www.bad-ramsach.ch)

Freier Eintritt in Mineralheilbad, Sauna, Dampfbad und Fitness-Arena

### Saft-Fastenwoche

So. 18. bis Sa. 24. März, So. 27. Mai bis Sa. 2. Juni 2012

- 6 Übernachtungen mit Obst- oder Gemüse-Mix-Drinks und leichten Gemüsebasensuppen
- 1 Aromaölganzmassage
- 4 Anwendungen à 25 Min.
- 4 Leberwickel
- Wanderung und Ausflug ins Baselbiet
- Nordic Walking Einführung

Übergangstag bei Buchung von nachfolgender Wochenpauschale gratis!

### Kartoffelkosttage

So. 25. bis Sa. 31. März, So. 3. bis Sa. 9. Juni 2012

- 6 Übernachtungen mit Gemüse- und Kartoffelspeisen (Vollpension)
- 1 Aromaölganzmassage
- 4 Anwendungen à 25 Min.
- Wanderung und Ausflug ins Baselbiet
- Nordic Walking Einführung

### Schlank im Schlaf

So. 29. April bis Sa. 5. Mai 2012

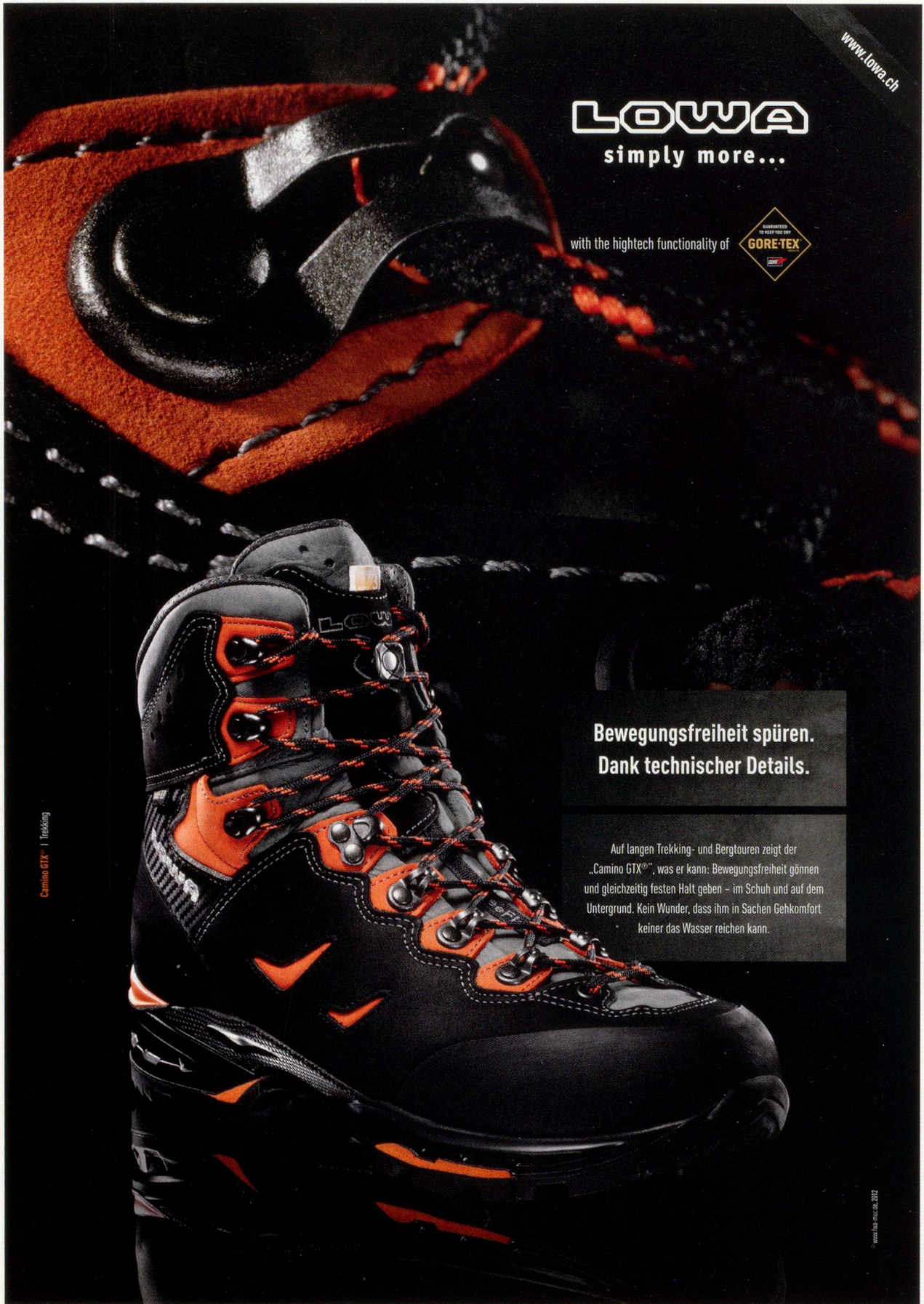
- 6 Übernachtungen mit Vollpension
- 1 Aromaganzmassage
- 3 Teilmassagen
- 1 Fussreflexzonenmassage
- ein Ausflug ins Baselbiet
- Nordic Walking Einführung

### WOCHENPAUSCHALE

• Saftfasten-Woche • Kartoffelkosttage • Schlank im Schlaf

Preis pro Person

Komfort	DZ	Fr. 1310.-	EZ	Fr. 1430.-
Standard	DZ	Fr. 1220.-	EZ	Fr. 1310.-



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

**LOWA**  
simply more...

with the hightech functionality of



**Bewegungsfreiheit spüren.  
Dank technischer Details.**

Auf langen Trekking- und Bergtouren zeigt der „Camino GTX“, was er kann: Bewegungsfreiheit gönnen und gleichzeitig festen Halt geben – im Schuh und auf dem Untergrund. Kein Wunder, dass ihm in Sachen Gehkomfort keiner das Wasser reichen kann.

Camino GTX® | Trekking

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

A. Vogel

# GESUNDHEIT'S NACHRICHTEN

## Bestellkarte

Gesundheit im Abonnement!  
11-mal pro Jahr, für nur CHF 40.50

Das Erfolgsbuch von A. Vogel



80



Das A. Vogel Kochbuch:  
Gesunde, köstliche  
Rezepte.

A. Vogel für Geniesser

von F. Häfliger und  
I. Schindler, gebunden,  
ganzseitige Farbfotos,  
179 S.

70

CHF 38.00



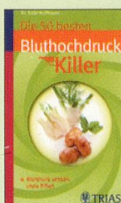
Fürs Herz sorgen.

Das Herz-Buch

von Dr. med. Marianne  
Koch, broschiert, 238 S.

322

CHF 21.90



Gegen die Volkskrank-  
heit Nr. 1.

Die 50 besten  
Bluthochdruck-Killer

von Gabi Hoffbauer,  
brochiert, 84 S.

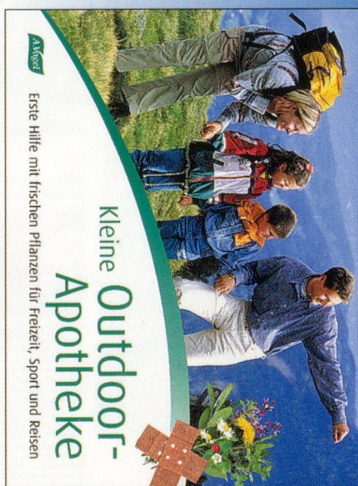
325

CHF 14.00

Bitte benützen Sie die

Weitere Buchempfehlungen auf

## Hinaus in den Frühling!



Für alle, die die Natur lieben:  
«Kleine Outdoor-Apotheke»  
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen  
für Freizeit, Sport und Reisen

Info: [www.outdoor-apotheke.ch](http://www.outdoor-apotheke.ch)

Karte bitte hier abtrennen!

Innerhalb CH nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale rispota  
Envoi commercial-réponse

Verlag A. Vogel AG  
Postfach 63  
CH-9053 Teufen

Bitte nachsenden, neue  
Adresse nicht melden

AZB 9053 Teufen

Liebe Abonnenten

Bei Wohnungs- oder Namenswechsel  
melden Sie uns bitte 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

# Die Frage nach dem Aufstehen: Gelenkschmerzen ?



## Antworten der Natur:

Teufelskrallen-Extrakt (*Harpagophytum procumbens*) und Arnika (*Arnica montana*).

**A.Vogel Rheuma-Tabletten** enthalten Teufelskrallen-Extrakt zur unterstützenden Behandlung von Schmerzen bei Rheuma und Arthrose.

**A.Vogel Rheuma-Gel** aus frischen Arnica montana-Blüten wirkt entzündungshemmend bei Gelenk-, Muskel- und Rückenschmerzen.

**Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.** Bioforce AG, Roggwil TG.  
Weitere Informationen auf [www.bioforce.ch](http://www.bioforce.ch)