

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 71 (2014)  
**Heft:** 7-8: Lavendel gegen Kopfschmerz

**Rubrik:** Markt & Info

### **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**

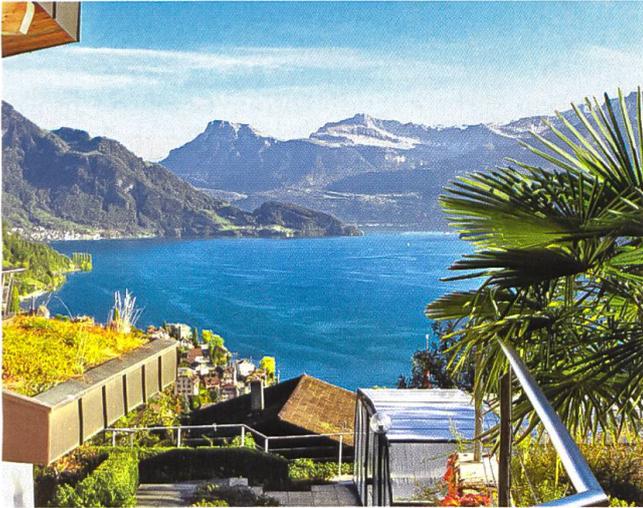
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **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>**



## KURHAUS ST. OTMAR

### Gewinn durch Fasten

Fasten wirkt sich auf vielfältigste Weise positiv auf unseren Körper, Geist und Seele aus. Fasten entschlackt, stärkt die Abwehrkräfte und ist wohltuend für Ihre nachhaltige Erholung. Im Kur- & Ferienhaus St. Otmar in Weggis – die Adresse für ganzheitliche Fasten-Kuren – geniessen Sie eine persönliche Betreuung und eine familiäre Atmosphäre. Es erwarten Sie attraktive Kurse und Aktivitäten wie Wander-Fastenwoche, Wohlfühlwoche, Vorträge und Workshops. Wir bieten Ihnen ein Rundum-Paket – eine ganz persönliche (Aus-)Zeit – nur für Sie und Ihrer Gesundheit zuliebe! Weitere Info: Kur- & Ferienhaus St. Otmar, CH-6353 Weggis, Fam. Maya & Beat Bachmann-Krapf, Tel. +41 (0)41 390 30 01 E-Mail: [info@kurhaus-st-otmar.ch](mailto:info@kurhaus-st-otmar.ch) Internet: [www.kurhaus-st-otmar.ch](http://www.kurhaus-st-otmar.ch)

## MEHR LEBENSQUALITÄT

### Garen mit Dampf

Dampfgaren gilt weltweit als die gesündeste Garmethode. Die Lebensmittel liegen nicht im Wasser und laugen



nicht aus. So bleiben wertvolle Vitamine und Mineralstoffe erhalten. Garen im Dampf eignet sich für alles, was nicht scharf angebraten oder knusprig werden soll. Gemüse bleibt zart und bissig, Geflügel saftig, Fisch zerfällt nicht. Die Speisen behalten ihren intensiven Eigengeschmack. Dabei sorgt die hervorragende Wärmeübertragung von Dampf im formschönen Dampfgarer «WMF Vitalis» dafür, dass Lebensmittel auch im Inneren gleichmässig gar werden.

Feine Rezepte für das «WMF Vitalis Aroma Dampfgar System» gibt es auf [www.wmf.ch](http://www.wmf.ch).

## TOURISMUS MORSCHACH-STOOS

### Wasserspiel und Moor für Kinder

Mitten in der Zentralschweiz und nahe am Vierwaldstättersee gelegen, ist der Stoos schnell und einfach erreichbar. Neben einer tollen Aussicht und vielen Wandermöglichkeiten gibt es für Kinder beim Eingang zum Frontal ein Kinderwasserspiel beim Stoos-Seeli.

Ebenfalls im Frontal liegt das Hoch- und Flachmoor Teufböni, das aufregende Spiele mitten in der Natur sowie viele Informationen über das Moor bereithält. Ausserdem lassen sich «Moorsezeichen» sammeln und gegen ein Präsent eintauschen. Für die Bergbahnen gibt es spezielle und günstige Familientageskarten.



Weitere Informationen unter: Morschach-Stoos Tourismus, Stooshorn 1, CH-6433 Stoos, Tel: +41 (0)41 818 08 80 E-Mail: [info@morschach-stoos.ch](mailto:info@morschach-stoos.ch); [www.morschach-stoos.ch](http://www.morschach-stoos.ch)

Auf dieser Seite kommen unsere Anzeigenkunden zu Wort. Sie sind für den Inhalt verantwortlich.