

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 75 (2018)
Heft: 6: Alternative zu Antibiotika? : Bakteriophagen

Vorwort: Editorial
Autor: Pauli, Andrea

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: 06.02.2025

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



Sommerfrische Juni-Wonnen

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Hach, Juni – für mich einer der schönsten Monate im Jahr! Noch mal tüchtig Spargel futtern, opulent in Erdbeeren schwelgen und die langen Tage geniessen, herrlich. Vergangenes Jahr habe ich erstmals in Schweden Ferien gemacht und war verzaubert von «Midsommar» und dieser ganz besonderen Stimmung, wenn es so gar nicht dunkel werden mag. Welchen Auftrieb einem diese spezielle Helligkeit gibt, ist wirklich bemerkenswert.

Sich an derlei zu erinnern, sich Situationen ins Gedächtnis zu rufen, die stärkend und aufmunternd wirk(t)en, ist eine der Übungen im Zusammenhang mit «Natural Lifting». Denn positive innere Bilder führen automatisch zu entspannteren Gesichtszügen. Nun ja, «turnen» mit Stirn, Augen, Wangen, Lippen und Hals muss man natürlich auch, wenn man sich eine gewisse Frische im Antlitz bewahren möchte. Die Gesichtsgymnastik steht jedenfalls auf meinem Urlaubsplan, und ich bin gespannt, ob die Bürokollegen nach meiner Rückkehr aus den Ferien einen Effekt bemerken werden.

Weitere Muskel-Effekte begleiten uns übrigens in den drei kommenden GN-Ausgaben – denn die Muskulatur systematisch zu pflegen, wird umso wichtiger, je älter wir werden.

Was der Juni sonst noch so bringt? Eine geschärfte Aufmerksamkeit für die Verführungskünste der Pflanzenwelt, zum Beispiel. Oder wussten Sie schon, dass Blüten regelrechte «Landebahnen» ausweisen, auf denen Insekten zur Bestäubung gelockt werden? Wer seinen Erdbeerkuchen bislang mit Gelatine-Tortenguss überzog, lernt in dieser Ausgabe auch gute pflanzliche Alternativen zum Gelieren und Verdicken kennen. Algen, die bereits im April-Heft ihren Auftritt hatten, spielen dabei auch eine Rolle.

Geben Sie gut auf sich acht!
Herzlichst, Ihre

Andrea Pauli
a.pauli@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
info@verlag-avogel.ch
www.gesundheits-nachrichten.ch