

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 45 (1988)  
**Heft:** 3

## Inhaltsverzeichnis

### **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.](#)

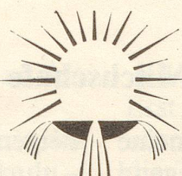
**Download PDF:** 15.03.2025

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



# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE



ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

März 1988

45. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frl. R. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23  
Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermündigen, Telefon 031 51 17 75

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90-10775-6 Jahresabonnement: Fr. 15.—  
Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
7750 Konstanz, Postfach 1138; Postcheck-Konto Karlsruhe 70082-756 DM 18.—  
Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 S 130.—  
Übriges Ausland: Fr. 18.—

## INHALT

1. Das erste Vogellied .....	33
2. Milchschafe .....	34
3. Milchserum oder Molke .....	35
4. Aufgewärmtes Gemüse .....	38
5. Magengeschwüre .....	38
6. Alt werden und jung bleiben .....	39
7. Der Apfel als Energiespender .....	40
8. Heilwirkungen über die Haut .....	41
9. Gesundheitswäsche .....	42
10. Aus unserem Leserkreis .....	43

## DAS ERSTE VOGELLIED

Im Tale regt sich schon das Leben,  
Die Veilchen duften da und dort,  
Schon manches Kräutlein ist gegeben,  
Dem, der es sucht am rechten Ort. –  
Selbst da, wo Schnee das Land noch decket,  
Die Frühlingsahnung sich beriet  
Mit Hoffnungsfreude, die gewecket  
Das erste, frohe Vogellied.

S. V.

Umschlagbild: Vierwaldstättersee

Originalaufnahme von Ruth Vogel