

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 5: Zeit für Rosenkavaliere

**Rubrik:** Die praktische Seite

### **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.](#)

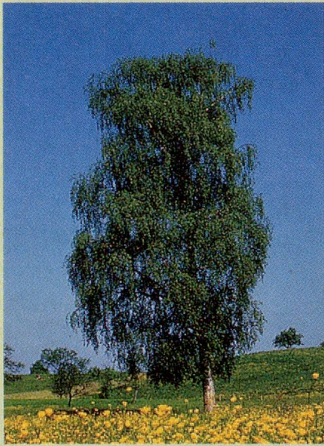
### **Terms of use**

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>**





## Birke

Die Birke zeigt sich uns als ewig junger Baum. Sie spendet uns die Kräfte der Verjüngung, der Erneuerung und des Aufbaus. Die langgestielten dreieckigen Blätter, lebendig wie Zittergras,

sind im Frühjahr mit duftendem Harz überzogen. Sie vermögen täglich bis zu 70 Liter Wasser zu verdunsten. Dieser erstaunliche Wasserhaushalt verleiht dem weissborkigen

Stamm reichlich Pflanzensaft, den man medizinisch verwenden kann. Kleine geflügelte Samen reisen mit dem Wind durch die ganze Welt und schaffen überall neues Leben – auch auf dem Kopf: mit A. Vogel's Birken-Haarwasser.

### Was sagt «Der kleine Doktor»?

*Frische Birkenblätter zu einem Brei gequetscht, können Schmerzen bei Nierenleiden lindern. Die Breimasse wird auf die Nieren geschmiert, mit warmen Tüchern eingebunden und mit einer Bettflasche warm gehalten. Die Indianer im Amazonasgebiet kauen die frischen Pflanzen, bevor sie diese auf die zu behandelnde Stelle auflegen.*

## Gut zu wissen:

### Weiterbildung:

**9.5. St.Gallen SG:** Turmgasse 6 – Kochkurs: Getreide und Gemüse mit Heidi Stadelmann, 2 × 3 Std., 18.00 Uhr, sFr 75.–

**31. 5. St.Gallen SG:** Häusliche Kneipp-Praxis mit Evelyne Langner und Christa Träger, Lehre von Kneipp: Immunstärkung, Wickel, Auflagen, Bäder, Güsse – Rotkreuz-Lokal, je 6 × 2 Std., sFr 75.–

*Anmeldung beim Kneippverein St.Gallen, Evelyne Langner, Notkerstrasse 19, CH-9000 St.Gallen*

**7.5.–4.6. Aarau AG:** Die Bircher-Benner-Küche: Die häusliche Gesundheitsküche – 5 Dienstage

*Anmeldung: Kantonale Schule für Berufsbildung, Bahnhofstrasse 79, CH-5000 Aarau, Tel. 064/22 05 64*

### Messen

**15.–19.6. Zürich ZH:** Oeko 94 in den Züspha-Hallen; Messe für menschen- und umweltgerechte Lebensweise, Heilmittel, diätetische und pflegekosmetische Präparate

### Reisen

**23.–29.6.** Kräuterwanderwochen mit Bruno Vonarburg. Weitere Reisedaten: **30.6.–6.7., 14.–20.7., 21.–27.7.94**

*Anmeldung bei: Hotel Bahnhof, Familie Leigener, CH-3938 Ausserberg, Tel. 028/46 22 59*

**13.–27.8.** Naturparadies in Ostfinland: Studienreise nach Karelien

**3.–17.9.** Lappland Studienreise: Wissenschaftliche Tageswanderungen verbunden mit Flussfahrten und Besuchen bei Schamanen und Kulturstätten.

*Anmeldung: Peter Oppliger AG, Spice Island Study Tours, Hertensteinstrasse 43, CH-6004 Luzern, Tel. 041/51 68 44*

### Kurse/Seminare

**7.5. Genf GE:** Intensivseminar «Wie starke ich mein Immunsystem?»

*Anmeldung: Rosemarie Weibel, 4 Crêt-de-Chouilly, CH-1242 Chouilly, Tel. 022/753 19 05*

## Afrikanischer Frühling



Rendillefrau in Kenia



