

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 64 (2007)  
**Heft:** 11: Depression erkennen und heilen

## **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:** 01.04.2025

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





**Ayurveda-Kuren im Le Cocon**  
Wir verwöhnen Sie mit ayurvedischen Behandlungen und Massagen, die Ihrer Konstitution entsprechen und einer schmackhaften Ayurveda-Küche. Johanna Wäfler und Markus Dürst freuen sich auf Sie.

Ayurveda-Pension Le Cocon, rue de la Combe-Grède 33, CH-2613 Villeret  
Tel. 032 941 61 63, mail@lecocon.ch, www.lecocon.ch

Zurück zur Natur! Mein neuer Beruf:  
**NaturheilpraktikerIn**  
Berufsbegleitende, vierjährige Ausbildung in TEN (Traditionelle Europäische Naturheilkunde)  
Praxisnaher, fundierter und kompetenter Lehrgang nach EMR- Richtlinien sowie kantonalen Vorgaben.

**Nächster Ausbildungsbeginn Januar 2008**

Erleichterter Einstieg in ein höheres Semester je nach Vorbildung möglich.  
Verlangen Sie unsere Unterlagen und besuchen Sie uns im Internet.  
[www.bodyfeet.ch](http://www.bodyfeet.ch)



FACHSCHULE  
FÜR NATURHEILKUNDE UND MANUELLE THERAPIEN

<b>Aarestrasse 30</b> 3600 Thun 033 222 23 23	<b>Bahnhofstrasse 94</b> 5000 Aarau 062 823 83 83	<b>Tiefenastrasse 2</b> 8640 Rapperswil 055 210 36 56
---	---	---



**Vorsicht Fälschungen!**

**Nur die Cystus®-PRÄPARATE von Dr. Pandalis sind die Echten!**

- **Biologisch** angepflanzt
- **Wissenschaftlich** untersucht
- Polyphenole unterstützen Ihre **körpereigenen Kräfte**
- Erhältlich als Tee, Teesud und Lutschtabletten **in Apotheken und Drogerien**

Vertrieb für die Schweiz: Hogapharm AG, 6403 Küssnacht,  
[www.hogapharm.ch](http://www.hogapharm.ch)

**Gewichtsprobleme?**



Die OTMARSAN-Trink-Fasten-Kur mit Molke, Säften, Bewegung und vielen unterstützenden Therapien bringt dauerhaften Erfolg.  
Der schönste Platz der Schweiz für Ihre Schlankheitsferien zum fairen Preis! Vergleichen Sie! ☺

**Familie O.+S. Krapf** · CH-6353 Weggis  
Telefon 041 392 00 10 · E-Mail [info@otmarsan.ch](mailto:info@otmarsan.ch)



OTMARSAN  
natürliche Gesundheit

**Hilfe zur Selbsthilfe**  
mit der **BEMER<sup>®</sup> 3000**-Therapie

Die BEMER-Therapie ist anwendbar bei verschiedensten Schmerzzuständen und Krankheiten wie:

Allergien, Asthma, Arthrosen,  
Durchblutungsstörungen, Muskelverspannungen,  
Knochen- und Wundheilung,  
Rückenschmerzen, Schlafstörungen usw.

**Einfachste Anwendung zu Hause mit Testmöglichkeiten**

Wenden Sie sich an:  
Hugo Müller, Naturheilpraktiker  
Toggenburgerstr. 10  
9532 Rickenbach  
**Telefon 071 971 47 22**

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

**KernGesund**

Unsere Stärke liegt in der Diagnostik mit der dazupassenden optimalen Behandlung.  
Wir bieten mehr als nur normale alternative Untersuchungsmethoden.

**Global Diagnostics**

Ein bahnbrechendes neues Messverfahren mit mehr als 50.000 Messungen in weniger als 10 Minuten!  
Die Grundlage für Ihre sichere Diagnose.

Lesen Sie mehr im Internet oder rufen Sie uns an:

Ruedi und Manuela Kern  
Naturheilpraxis Kerngesund  
Langgasse 23, 9056 Gais  
Tel. 071 333 18 55

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



<b>Diagnostik</b>
Global Diagnostik Gerät
Augendiagnose
Dunkelfeld Mikroskopie
<b>Therapien</b>
Vitalfeld Therapie
Fuss Elektrolysen
Entgiftungsbäder
In der Aura alte belastende Karma-Muster auflösen
<b>Heilmittel</b>
Homöopathie
Phytotherapie
Ernährungsberatung
Vitamin und Mineralstoffberatung



# „Eine richtige Wohltat für meinen Körper“



„Als Stationssekretärin bin ich den ganzen Tag auf den Beinen. Das strapaziert nicht nur meine Füße, sondern den gesamten Körper. Seit ich die Swiss-Energy-Walker Einlegesohlen trage, habe ich abends keine Rücken- und Beinbeschwerden mehr. Ausserdem spüre ich mehr Energie im Körper und fühle mich rundum vitaler.“

Frau Schneider  
Spital St. Gallen

Wirkt unterstützend und lindernd bei:

- ▶ kalten Füßen
- ▶ müden Beinen
- ▶ schlechter Durchblutung
- ▶ Venenproblemen
- ▶ Rückenschmerzen
- ▶ Muskelkater
- ▶ Rheuma
- ▶ Arthrose
- ▶ brennenden Füßen
- ▶ Fussinfektionen
- ▶ Fusschweiss

## Das sagen zufriedene Kunden über Swiss-Energy-Walker:



Lydia Eichmann

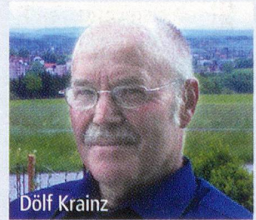
„Da ich Arthrose in den Knien habe, sitze ich sehr viel und es kommt immer wieder zu einem lästigen Kribbeln in den Beinen. Meine Tochter hat mir die Einlage-Sohlen besorgt und es ist für mich ein sehr angenehmes Gefühl mit den Einlage-Sohlen, denn ich trage sie sogar in den Hausschuhen zu Hause. Das Kribbeln ist weg und ich verspüre sogar eine leichte Schmerzminderung in den Knien.“

„Ich trage die Einlegesohle in meinen Berg- und Wanderschuh. Beim Wandern sind sie für meine Füße und Gelenke genau das Richtige. Sie wirkt auch noch wie eine natürliche Klimaanlage in den Schuhen, ich habe keine feuchten, stinkigen oder brennenden Füße mehr. Die Sohle hat mich so überzeugt, dass ich sie jetzt auch in alle anderen Schuhen trage.“



Stefanie Zehnder

„Da mein linkes Bein etwas kürzer ist als das Rechte, habe ich immer wieder Hüft und Fussbeschwerden. Dank den Swiss-Energy-Walkers, habe ich aber fast keine Schmerzen mehr. Da auch die Durchblutung im Sitzen angeregt wird, trage ich die Einlegesohlen täglich. Kann ich nur weiterempfehlen.“



Dölf Krainz



**NEUHEIT!**

**Gratis** ☎  
**0800 45 37 35**

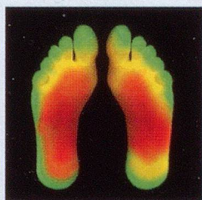
(gültig nur in der Schweiz)

Für Deutschland und Österreich:  
0041 71 845 50 00

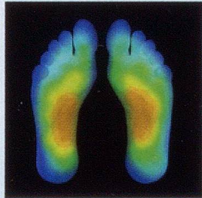
## Die energieaktive Schuh-Einlegesohle

Swiss-Energy-Walker sind High-Tech Schuheinlagen, in deren Molekularstruktur ein für den menschlichen Körper optimiertes Schwingungsverhalten hinterlegt wurde. Durch eine neuartige Frequenzbehandlung der Sohlen können die natürlichen bioenergetischen Abläufe im Körper über die Reflexzonen in den Füßen positiv beeinflusst werden. Dadurch wird der Energiefluss verbessert und der Körper revitalisiert – in der Freizeit, bei der Arbeit oder im Sport.

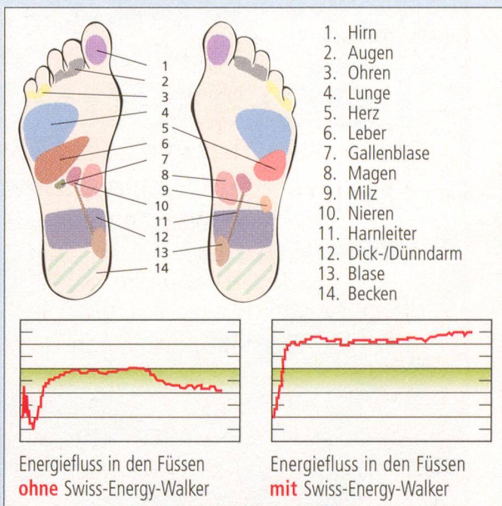
## Energetisierung der Fussreflexzonen



Gut durchblutete Füße  
mit Swiss-Energy-Walker



Schlecht durchblutete Füße  
ohne Swiss-Energy-Walker



## Bestelltalon

Ja, Ich bestelle gegen Rechnung:

Packungen (1 Packung enthält 2 Paar)  
à CHF 34.90 (zzgl. CHF 8.50 Versandkostenanteil)

Schuhgrösse:

Name:

Vorname:

Strasse / Nr.:

PLZ / Ort:

Telefon:

Einführungsangebot:

**34.90**  
statt Fr. 39.90

In Blockschrift ausfüllen und einsenden an:  
Luma Vertriebs GmbH, Postfach 35, CH-9326 Horn  
Bestellungen per Fax: 071 845 50 55

Bestellungen per Internet-Shop:  
[www.swiss-energy-walker.com](http://www.swiss-energy-walker.com)

**Gratis Bestell** ☎ **0800 45 37 35**  
(gültig nur in der Schweiz)

Für Deutschland und Österreich: 0041 71 845 50 00



## WANDERN IN MAROKKO

Wüstenlandschaften: Oasen mit Dattelpalmen, Ruhe und Raum in fantastischen Sanddünen - und eine herbe Fels- und Gebirgswüste. Gepäcktransport mit Lastkamelen.

Weihnacht/Neujahr, Feb. und März 2008.

Gebirgswelt des Hohen Atlas: Archaische Gebirgslandschaften, Berberdörfer, Terrassenfelder. Weite und Raum auf Pässen und auf kargen Hochebenen. Gepäcktransport mit Last-Maultieren.

April, Juli und September/Oktober 2008.

Nachhaltige Naturerlebnisse - sorgfältiges, rücksichtsvolles Reisen - bewusst geniessen.

### Rickli Wanderreisen

Matthias Rickli, Biologe

Tel. 071 330 03 30

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



## Mehr Zeit fürs Glück

### Burnout-Präventionsseminar in Gais

6. bis 8. Dezember 2007

«Lieber rechtzeitig vorbeugen als jahrelang unter den Symptomen leiden»

Kurs-Leitung:

Fredi Rohner, Diplom-Psychologe FH, Gais  
Reto Wambach, Mentaltrainer & Coach, Balgach

Informationen/Anmeldungen:

[www.mentalwellness.ch](http://www.mentalwellness.ch)/oeffentlichekurse

Reto Wambach, CH-9436 Balgach, +41 (0)71 722 02 80


## ERSCHÖPFT?

MIGRÄNE? TINNITUS?

KRANKHEIT „UNBEKANNT“?



**WIR SUCHEN** nach versteckten Krankheitsursachen und zeigen naturmedizinische Wege zu neuer Kraft. Buchen Sie jetzt einen Ursachendiagnose-Tag, eine Schnupperwoche, einen Krankenhaus- oder Kuraufenthalt. *Auch für Selbstzahler. Privatkrankenbaus, beihilfefähig.*

Naturamed...weil Ihre Gesundheit uns am  liegt.

**NaturaMed**  
Vitalclinic

Badstraße 31m  
88339 Bad Waldsee  
Tel. (0 75 24) 990-222  
kontakt@naturamed.de  
[www.naturamed.de](http://www.naturamed.de)

## Gesundheit für den Darm

Die Colon-Hydro-Therapie (Darmspülung) eignet sich zur Behandlung von Krankheiten und zur Prävention.



**Margrit Engeli**, Therapeutin SVNH  
Brunnergässli 7, 8302 Kloten

Tel. 044 813 42 94, [www.colon-clean.ch](http://www.colon-clean.ch)

# Der bessere Schlaf schafft Lebensqualität.

SAMINA Schlafsysteme und Kissen werden von Ärzten, Orthopäden und Chiropraktikern empfohlen!



# SAMINA

Kommen Sie zu uns Probeliegen und spüren Sie den Unterschied!

Fordern Sie eine Infomappe mit Händlerverzeichnis an:

SAMINA AG, Lindenstrasse 52, 9443 Widnau, Tel. 071 730 03 35, [samina@samina.ch](mailto:samina@samina.ch), [www.samina.ch](http://www.samina.ch)



neu neu neu  
**Weihrauchtabletten**

Unsere Weihrauchtabletten sind eine wirksame Hilfe bei ...

- ◆ Entzündungen
- ◆ Rheuma / Arthrose
- ◆ Reizdarmbeschwerden
- ◆ Neurodermitis

Vertrauen Sie auf die wirksamen und erprobten Therapien mit unseren Weihrauchtabletten und pflanzlichen Heilmitteln. Diese können auch Ihnen Linderung bringen.

Wir sind Naturheilmittelspezialisten. Lassen Sie sich von uns beraten !

**drogerie sonderegger, 9042 speicher**  
 Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist,  
 kant. appr. Naturheilpraktiker  
 Telefon 071 344 10 22  
 www.drogerie-sonderegger.ch  
 drogerie@drogerie-sonderegger.ch

Mit Ceylon-Zimt gefüllte Sohleneinlage in Baumwolle oder Satin.

**TERRA**  
 Zimtsohlen®

- Unangenehmer Fussgeruch gehört der Vergangenheit an!
- Kalte Füsse fühlen sich wieder angenehm warm an!
- Belastete Füsse (stehende Berufe) ermüden nicht mehr!
- Keine brennenden Füsse mehr!
- Lästige Hornhaut bildet sich zurück!

Erhältlich in der Fusspflege, Drogerien, Apotheken und Fachgeschäften oder direkt bei:

**TERRA** International  
 Kapellenweg 13  
 5722 Gränichen

Tel. 062 842 78 01  
 Fax 062 842 78 02  
 www.terra-india.ch

**Biochemischer Verein Zürich**

Öffentlicher Vortrag

Montag, 12. November 2007, 19.45 Uhr

**Brainfood, mentale Fitness mit Ernährung und Schüssler-Salzen**

Referent: Jo Marty

im Vereinshaus Glockenhof,  
 1. Stock, Sihlstr. 33, Zürich  
 Eintritt: Fr. 18.-, Mitglieder: Fr. 8.-

**SUNRISE PARADISE**



**Spirulina pacifica**

Die Beste und natürlichste aus Hawaii  
 Reich an pflanzlichem Eiweiss, vielen  
 Vitaminen und Mineralien. Ohne  
 chemische Bindemittel und Fette  
 – Natur pur!



**Chlorella pyrenoidosa**

Die Beste aus Japan  
 Hilft bei der Schwermetallausleitung,  
 z.B. bei Amalgam. Ohne chemische  
 Bindemittel und tierische Fette  
 – Natur pur!



**Amla-C Plus**

Vitamin-C aus Indien  
 Höchster natürlicher Vitamin-C-Anteil  
 und viele Mineralien. Ohne  
 chemische Bindemittel und  
 tierische Fette – Natur pur!



**Macandina**

Der Muntermacher aus Peru  
 Reines Macaknollenpulver aus ökologischem

Anbau – zur Stärkung von  
 Körper und Geist – besonders  
 für Schulkinder und  
 Kraftwerker. Ohne chemische  
 Bindemittel und tierische  
 Fette – Natur pur!



Bitte rufen Sie uns auf die Gratis-Nummer an. Sie erhalten von unseren Fachfrauen eine auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Beratung oder besuchen Sie unseren iShop.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

SUNRISE PARADISE AG · Alvierweg 3 · 9490 Vaduz  
 Gratis-Tel. 0800 33 40 30 · www.sunrise-paradise.ch

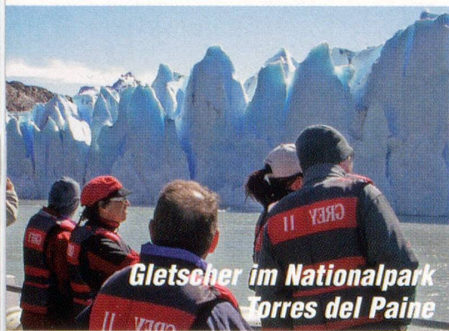


# Entlang der wilden Küste Südamerikas, in Patagonien und Feuerland, mit Schifffahrten, Vulkanen, Gletschern, Urwäldern

Beachten Sie auch den Artikel «Unter dem Kreuz des Südens» auf Seite 26 in dieser Ausgabe der GN.



Seenlandschaft in Patagonien



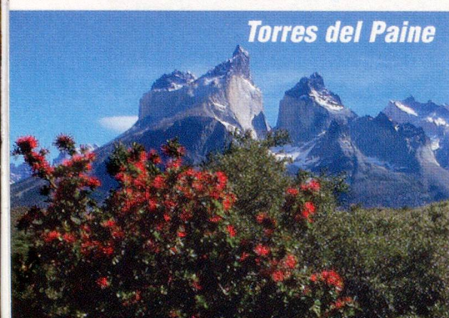
Gletscher im Nationalpark Torres del Paine



Guanakos



Andendurchquerung



Torres del Paine

**Reiseleitung Deutsch:** Ein Schweizer-Reiseleiter, zeitweise unterstützt durch lokalen Leiter, wird Sie auf der ganzen Reise begleiten.

Exkursionen und Wanderungen durch die grossartigen Naturlandschaften.

## Mit dem Schiff die Anden durchqueren?

In den argentinischen Anden bilden mehrere Seen zusammen ein System, das uns die abenteuerliche Andendurchquerung ermöglicht. Grössere Strecken legen wir dabei per Schiff zurück. Die Höhenmeter zwischen den Seen bewältigen wir mit dem Auto. Links und rechts der

Route sehen wir Vulkane und dichte Bergurwälder.

Nach dieser Andendurchquerung wandern wir am Fusse des Vulkanes Osorno, dem schönsten Vulkan Chiles. Übernachten werden wir im Hotel am See, mit Blick auf Osorno.

## Durch die wilde Küstenlandschaft, die Torres del Paine

Die Schönheit und Wildheit der Küstenlandschaft des südlichsten Südamerikas ist legendär. Eine Seereise durch die vielen Fjorde und Inseln dieser Gegend gilt als eine der

schönsten der Welt. Sie erleben aus gewisser Distanz Gletscher, Urwälder, einsame Küstenstriche, Berge ... Weiterer Höhepunkt: Wanderungen im Torres del Paine-Nationalpark.

## Die Südspitze Feuerland: Pinguine, Seelöwen, Kormorane

Früher galt die Südspitze Südamerikas unter den grossen Seefahrern als eine berühmte Herausforderung. Heute bietet der Beagle-Kanal eine sicherere

Passage. Hier bewundern wir nicht nur die Landschaft, sondern auch Kormorane, Pinguine und Seelöwen.

## Reise, Rabatt für die Leser der A. Vogel Gesundheitsnachrichten

22 Tage, 8. November bis 29. November 2008 (Südsommer auf der Südhalbkugel), Fr. 8300.– abzüglich Fr. 500.– Rabatt für die Leser der A. Vogel GN, netto Fr. 7800.–.

**Inbegriffen:** Linienflug ab Zürich (Wien, Frankfurt auf Anfrage), Vollpension, alle Exkursionen, auch alle Flüge in Argentinien und Chile.

**Reiseablauf:** Tag 1-2: Flug Zürich-Buenos Aires. Tag 3: Zu den Gauchos. Tag 4+5: Flug nach Bariloche, argentinische Seenlandschaft, abenteuerliche Andendurchquerung mit Schiff. Tag

7+8: Wanderung am Fuss des Vulkans Osorno. Tag 9-13: Mit Schiff entlang der Westküste: Fjorde, Urwälder, Inselwelten. Tag 14-16: Wanderungen im Torres del Paine-Nationalpark mit Gipfeln, Wasserfällen und Gletschern. Tag 17-20: Feuerland. Zu Fuss und auf einer Kanufahrt erkunden wir den Nationalpark, Übernachtung im Hotel. Mit Pinguin-Kolonie und Beagle-Kanal. Tag 21+22: Flug Buenos Aires-Zürich.

*Alle Übernachtungen in 2er-Zimmern, nie im Zelt. Ausnahme 3 Nächte auf dem Schiff in 4er-Kabine, mit Aufpreis auch hier 2er-Kabine.*

## Gratis-Coupon

Senden Sie mir gratis Unterlagen über die Patagonien-Sonderreise vom 8. November 2008.

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Rufen Sie uns an oder senden Sie den Coupon an:

## INTERTRECK

Haselstrasse 15, 9014 St. Gallen, Telefon 071/278 64 64, Fax 071/278 71 77, info3@intertreck.com, www.intertreck.com





A. Vogel

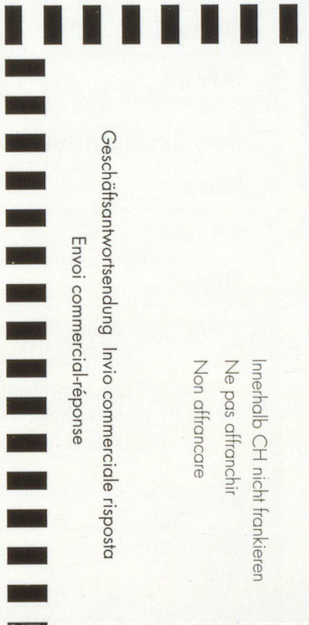
# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## Bestell- und Verlosungskarte

Gesundheit im Abonnement!  
11-mal pro Jahr, für nur CHF 36.00

Innerhalb CH nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftskartenvorsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial/réponse



Verlag A. Vogel AG  
Postfach 63  
CH 9053 Teufen

# Jetzt aktuell!



Alfred Vogel  
**Die Leber reguliert  
die Gesundheit**  
Das Buch, das schon tausenden einen sinnvollen Weg  
zur erfolgreichen Gesundheitsvorsorge gewiesen hat.

Karte bitte hier abtrennen!

Die Leber reguliert die Gesundheit  
Neue Auflage  
mit einem Vorwort von Prof. H. Bankhofer

### Neue Auflage.



Umfassender Ratgeber  
für die Gesundheit des  
wichtigsten Organs.

30

Die Leber reguliert die Gesundheit  
von Alfred Vogel  
349 S., broschiert. Mit aktuellen  
Anmerkungen.

CHF 25.00

Ganzheitliche  
Behandlung.



A. Vogel - Aktiv  
gegen Rheuma

von Heinz Scholz, 180  
S., viele Fotos und Illu-  
strationen.

160

CHF 24.80

Ganzheitliche Pflege  
für die Psyche.



Hausapotheke für die  
Seele

von Dr. A. Wacker/  
S. Wacker, broschiert,  
192 S.

274

CHF 30.10

Das Anti-Burnout-Buch  
(nicht nur) für Frauen.



Erfolgreich ohne  
auszubrennen

von Dagmar Ruh-  
wandl, broschiert,  
131 S.

277

CHF 23.60

Bitte benützen Sie d

Weitere Buchempfehlungen a



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](mailto:info@verlag-avogel.ch)

Herzlichen Dank für Ihre Mühe

# 24 Stunden Schutz vor Erkältungen!

Nur 2 Tabletten täglich



Pflanzliches Arzneimittel

A.Vogel

Echinaforce® Protect aus Rotem Sonnenhut –  
die frische Kraft der Natur hilft.

- die optimale Prophylaxe gegen grippale Infekte
- stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte

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