

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 66 (2009)  
**Heft:** 6: Fürs Herz aktiv werden

## **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>**

## Fasten und Wandern in Flims vom 12. bis 18.7. und 19. bis 25.7.09

Gönnen Sie sich Ferien für Körper,  
Geist und Seele.



### Fasten für Wanderer

Emanuel Ludi, 3098 Köniz  
076 570 15 68, [www.fasten-wandern.ch](http://www.fasten-wandern.ch)

**paracelsus** Die Nr. 1 in Europa • 54 Schulen i. d. Schweiz u. Deutschland  
**heilpraktikerschulen**  
[www.paracelsus-schulen.ch](http://www.paracelsus-schulen.ch)

Seminare, Fachaus-  
bildungen nach  
Qualitätsprüflabel  
der Krankenkassen

Naturarzt/ärztin  
Naturheilpraktiker/in  
Craniosacrale Osteopathie  
Trad. Chinesische Medizin  
Natürliche Frauenheilkunde  
Yogalehrer/in, -therapeut/in



Studienleiter  
R. Beer

Berninastrasse 47a • 8057 Zürich • Telefon: 043 - 960 20 00

### Die wirksame Hilfe gegen das Schnarchen! SCHNARCH - FREI NATURÖL KONZENTRAT

Rund 25 % der Erwachsenen schnarchen regelmässig,  
45 % manchmal. Schnarchen ist gesundheitlich nicht  
unbedenklich, ganz zu schweigen von den nächtlichen  
Störungen, die der Partner des Schnarchers Nacht für  
Nacht erleben muss.

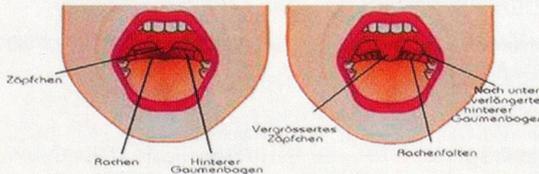
Eine Kombination von natürlichen ätherischen Ölen  
vitalisiert und fördert die Durchblutung des Gaumen-  
segels durch Gurgeln vor dem Schlafengehen und ver-  
ringert dadurch das Schnarchen.

Es hat zudem eine keimhemmende Wirkung im Mund-  
und Rachenbereich und verschafft einen wohl tuenden  
und erholsamen Schlaf (für alle Betroffenen...)

Anwendung: nur 1-2 Tropfen in wenig lauwarmes Wasser  
geben und damit 1-2 Minuten intensiv gurgeln!  
leichte Schnarcher nur abends vor dem Zubettgehen,  
starke Schnarcher 3x täglich verhindert bzw. reduziert  
das Schnarchen signifikant.

Die 10ml-Flasche reicht für mehrere Monate !!!

Mundhöhle eines starken  
Schnarchers oder eines von  
Schlaf-Ärger betroffenen



Hiermit bestelle ich • Porto und Verpackung:

.....Stk. Schnarch-Frei Naturölkonzentrat 10 ml CHF 49.50

Name:.....Vorname:.....

Strasse:.....PLZ:.....Ort:.....

Tel.:.....Mail:.....



**Heggli Naturprodukte GmbH**  
Hohlenbaumstr. 71, Postfach 53, 8204 Schaffhausen  
Tel. 052 625 75 81, Fax 052 620 0351  
[info@drogerie-heggli.ch](mailto:info@drogerie-heggli.ch) [www.drogerie-heggli.ch](http://www.drogerie-heggli.ch)

## Zu vermieten im Bleniotal TI

neue 2-Zimmer-Ferienwohnung  
(Dachwohnung) in altem, renoviertem  
Tessinerhaus mit Pergola, Liegewiese,  
Cheminée.

Ruhige Lage, schönes Wandergebiet.

Geeignet für 2 Personen  
(keine Haustiere)

Kosten: Fr. 700.- (inkl.) pro Woche

**Auskunft: Telefon 079 689 86 92**

## Vitalpilze natürliche Nahrungsergänzung & mehr



[www.tobebalanced.com](http://www.tobebalanced.com)  
[info@tobebalanced.com](mailto:info@tobebalanced.com)  
0041(0)52\_5115056  
0041(0)76\_3328850



## Anders Denken in der Schmerztheorie (Klinik für Biokinetik)

Müssen OP's wegen Bandscheiben sein?!

- z.B.
- z.B. Bandscheiben-OP
- z.B. HWS-OP
- z.B. Knie-OP
- z.B. Schulter-OP
- z.B. ...
- z.B. OP nur wegen Schmerzen

Die Biokinetik eröffnet völlig  
neue Möglichkeiten der Behandlung.  
Man muß die **Logik des Schmerzes** verstehen.

- z.B. bei
- Migräne
- unruhige Beine (restless legs)
- Schleudertrauma
- Asthma bronchiale
- eingeschlafene Hände/Beine
- usw.



**Walter Packi**  
Arzt für Allgemeinmedizin

Klinik für Biokinetik  
Herbert-Hellmann-Allee 29-31  
D-79189 Bad Krozingen  
bei Freiburg  
Tel. 0049-(0)7633-93321-0  
Fax: 0049-(0)7633-93321-99

Praxis für Biokinetik  
Böttingerstr. 38  
D-79111 Freiburg  
Tel. 0049-(0)761-383037  
Fax. 0049-(0)761-383047

Informieren Sie sich: [home: www.biokinetik.de](http://home:www.biokinetik.de)  
mail: [info@biokinetik.de](mailto:info@biokinetik.de)



## Ayurveda im Kloster

Ayurveda-Wochen am Kraftort der Abbatte de Fontaine-André, oberhalb Neuenburg. Ein ganz besonderer Ort, um Körper, Seele und Geist in Einklang zu bringen, Erholung zu finden und Kraft in der wunderbaren Natur zu tanken.

**Verlangen Sie detaillierte Unterlagen bei:**  
tejas ayurveda, Doris Nydegger-von Arx,  
Dorfstrasse 28,  
2576 Lüscherz, Telefon 079 421 47 51,  
www.tejas.ch, info@tejas.ch

Mühlenerzeugnisse aus dem Traubenkern  
Qualität für höchste Ansprüche



# V.I.T.I.S. Vital



www.vitis-vital.ch

# Wirkt.



Wirkung klinisch belegt.

**A.Vogel**

**A. Vogel Rheuma-Gel wirkt ganz natürlich**  
- Bei Rücken-, Gelenkschmerzen und Muskelverspannungen  
- Bekämpft den Schmerz am Entstehungsort  
- Zieht schnell ein und riecht nicht  
www.avogel.ch

*Müde? Matt? Ausgelaugt?*

Erleben Sie die ersten Sonnenstrahlen  
in unseren neu renovierten Zimmern



**Gesunder Körper = Jugend**

- > Täglich eine Frühanwendung, damit der Tag gut beginnt
- > Täglich ein Fitness-Guss zur Durchblutung & Vitalität
- > Täglich geführtes Meditations-, Bewegungs- und Sportprogramm
- > 1 Ganzkörpermassage (Ayurveda oder La-Stone) zur Entschlackung
- > 2 Teilmassagen für Ihr Wohlbefinden
- > 1 Schönheitsbad zum Relaxen inkl. Vital-Frühstücksbuffet und Abendmenü mit Menüwahl



7 Übernachtungen  
Kategorie II 533.- €  
Kategorie IV 596.- €  
4 Übernachtungen  
Kategorie II 359.- €  
Kategorie IV 399.- €

Kur- und Wellnesshotel Schropp  
Obere Mühlestraße 13a  
D-86825 Bad Wörishofen  
Telefon +49 (0)8247 / 3500-0  
Telefax +49 (0)8247 / 3500-70  
www.hotel-schropp.de  
info@hotel-schropp.de

**BAD WÖRISHOFEN**  
KNEIPP UND THERMAL IM ALLGÄU

# Gesundheits-Nachrichten Leserservice

Fehlen Ihnen einzelne Nummern der «Gesundheits-Nachrichten»?  
Haben Sie Hefte ausgeliehen und nie mehr zurückerhalten?  
Interessieren Sie sich für bestimmte Themen, die Sie verpasst haben

Hier ist die Gelegenheit, Ihre Sammlung zu vervollständigen. Kreuzen Sie einfach die gewünschten Ausgaben an, und senden Sie uns die Liste zusammen mit dem Betrag von CHF 5.20 / Euro 3.25 pro Heft in **kleinen Briefmarken** oder in **Noten** (Versandkosten für Europa sind in diesem Preis eingeschlossen)



## Anzahl Ausg. Schwerpunktthemen

- |                          |        |  |
|--------------------------|--------|--|
| <input type="checkbox"/> | 1/07   | Wenn Kälte die Gelenke quält / Die besten Mineralquellen im Winter / Tanzen / Register 2006              |
| <input type="checkbox"/> | 2/07   | Tiere als Therapeuten / Kichererbsen / Madagaskars grüne Medizin / Natürliche Gesichtsmasken             |
| <input type="checkbox"/> | 3/07   | Neues zur Misteltherapie / Umgang mit Stress / Asiens Schätze für Haut und Haar / Nützliche Küchenzwerge |
| <input type="checkbox"/> | 4/07   | Natürliche Borreliose-therapie / Umgang mit Ärger / Spinat / Kräuterrezepte gegen Frühjahrsmüdigkeit     |
| <input type="checkbox"/> | 5/07   | Mein Kind schläft nicht / Heilkunde rund ums Auge / Der grüne Jura / Schwertlilie                        |
| <input type="checkbox"/> | 6/07   | Wenn das Gehör nachlässt / Pflanzliche Reiseapotheke / Wenn der Körper Stimmung macht / Spinatsorten     |
| <input type="checkbox"/> | 7-8/07 | Heilkunst Perus / Die Franklin-Methode / Wegwarte / Fit am Computer / Libellen                           |
| <input type="checkbox"/> | 9/07   | Burnout / Wenn Babys schreien / Malven / Sodbrennen / Schönheit mit Wein und Traubenkernöl               |
| <input type="checkbox"/> | 10/07  | Ayurveda in Bayern / Schweizer Rheumabad / Granatäpfel / Mit dem Kopf durch die Wand?                    |
| <input type="checkbox"/> | 11/07  | Depression (Teil 1) / Heilsame Worte: Sprachtraining für Eltern / Ziegenmilch / Reise nach Patagonien    |
| <input type="checkbox"/> | 12/07  | Wege aus dem Tief: Depression (Teil 2) / Osteopathie / Tonkabohnen                                       |
| <input type="checkbox"/> | 1/08   | Die Heilkraft der Bitterstoffe / Harmonien für die Hirnzellen / Schokolade macht schön / Register 2007   |
| <input type="checkbox"/> | 2/08   | Wenn die Pollen plagen / Die Farben der Bergseen / Heilender Rhythmus: TakeTiNa / Mango                  |
| <input type="checkbox"/> | 3/08   | Naturheilkunde für Schwangere / Hormon-Selbsthilfe / Die Launen des Wetters                              |
| <input type="checkbox"/> | 4/08   | Ernährungstricks für Kinder / Emotionale Intelligenz / Atmen Sie sich ruhig! / Heilpflanze Ehrenpreis    |
| <input type="checkbox"/> | 5/08   | Asia-Salate / Wandern als mentales Training / Pfingstrosen / Fussreflexzonen-therapie / Kinderschuhe     |
| <input type="checkbox"/> | 6/08   | Medizin aus dem Meer / Seekrankheit / Couscous / Genusswanderung / Fleischfressende Pflanzen             |
| <input type="checkbox"/> | 7-8/08 | Schönheit aus dem Meer / Aroniabeere / Vitamin D / Die Welt unter Ihrem Badetuch / Molekularküche        |
| <input type="checkbox"/> | 9/08   | Neuromuskuläre Bahnung / Innere Kündigung / Pudding: die süsse Verführung / Chelsea Physic Garden        |
| <input type="checkbox"/> | 10/08  | Beweglich bleiben mit Glucosamin / Hypersensibilität / Saures Vergnügen: Essig / Fieberkrämpfe           |
| <input type="checkbox"/> | 11/08  | Farbe gegen Winterblues / Weihrauch / Tofu / Wüstenwanderer Andrea Vogel                                 |
| <input type="checkbox"/> | 12/08  | Sanfte Kinderheilkunde / Edelweiss / Am Glück bauen / Gummibärchen                                       |

Bitte senden Sie mir die bezeichneten «Gesundheits-Nachrichten» an die nachstehende Adresse.  
Der entsprechende Betrag in kleinen Briefmarken oder Noten liegt bei.  
Falls ein bestelltes Heft schon ausverkauft sein sollte, erhalte ich den Betrag in Briefmarken zurück.

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

Adresse: \_\_\_\_\_

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

Einsenden an: Schweiz: Verlag A.Vogel AG, Postfach 63, CH-9053 Teufen  
Deutschland: Verlag A.Vogel, Postfach 55, DE-78465 Konstanz

## Erdklang-Flöte

Der tiefe, erdige Klang dieser traumhaften Flöte wird Sie nicht mehr loslassen!

Die Erdklang-Flöte, ein wunderschönes, leicht zu spielendes Instrument. Noch nie war Musizieren so einfach.



**handgefertigte Erdklang-Flöten**

Telefon 044 401 51 20 | ajetzer@bluewin.ch



Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.

„Schlafprobleme, Allergien, Bluthochdruck...“

erfahren Sie was **Vitalpilze** können!  
Dr. med. Heinz Knopf und sein Team

**www.vitalpilze.de**

DER Infopool zu **Reishi, Shiitake & Co**

www.gesundheitsnachrichten.ch



**Jetzt aktuell!**  
Schenken Sie ein Jahresabo für nur Fr. 39.-/Euro 25.- (11 Ausgaben).

Telefonieren Sie!  
Schweiz: 071 335 66 66  
Deutschland: 07533 40 35

## Biochemischer Verein Zürich

Öffentlicher Vortrag

Montag, 15. Juni 2009, 19.45 Uhr

Ergänzungssalze topaktuell: Hinweise und Wirkungsweisen ausgewählter Ergänzungsmittel der Biochemie nach Dr. Schüssler

Referent: Jo Marty

im Vereinshaus Glockenhof,  
Sihlstrasse 33, 8001 Zürich  
Eintritt: Fr. 18.-, Mitglieder: Fr. 8.-

## SCHLAF-STÖRUNGEN AUSSCHALTEN

Verlangen Sie Unterlagen oder informieren Sie sich auf [www.coufal.ch](http://www.coufal.ch)

**COUFAL**  
ELECTRONICS

Tel. 071 891 41 40



## Minactiv Pflanzliche Mineralstoffe

Minactiv ist reich an pflanzengebundenem

**Calcium, Magnesium, Eisen, Zink und Spurenelementen.**

- Calcium-Alternative zu Milch für Schwangere und Stillende
- für starke Knochen
- für den Säure-Basen-Haushalt
- bei hoher Belastung im Beruf



Erhältlich bei: rossi-venzi ag, Manaröl, 7550 Scuol  
Tel. ++41 (0)81 864 10 74, Fax ++41 (0)81 864 00 97  
E-Mail: [info@vitalprodukte.ch](mailto:info@vitalprodukte.ch)

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

**A.Vogel**

# Buchtipps

## Jetzt lesen!

Lesen ist ein grosses Wunder.

Marie von Ebner-Eschenbach



**«Her mit dem Gemüse, Mama!»**  
So essen Kinder Gemüse – sechs Tipps.  
Von Susanne Klug.  
Trias Verlag, broschiert, 128 S.  
CHF 24.30/Euro 12.45  
Bestell-Nummer 406



**Die 100 gesündesten Lebensmittel**  
Inhaltsstoffe, Wirkung, Rezepte.  
Von Gabriela Schwarz.  
Irisiana Verlag, broschiert, 192 S.  
CHF 38.90/Euro 19.95  
Bestell-Nummer 412



**Kinder sanft und natürlich heilen**  
Ein Ratgeber aus der Beobachter-Praxis.  
Von Ruth Jahn  
Beobachter-Buchverlag, gebunden, 368 S.  
CHF 45.00/Euro 36.90  
Bestell-Nummer 411



**Schlank im Schlaf für Berufstätige**  
Das Kochbuch für Berufstätige.  
Von Dr. med. Detlef Pape u.a..  
Verlag Gräfe & Unzer, broschiert, 144 S.  
CHF 27.50/Euro 14.90  
Bestell-Nummer 413



**Der Dingsda aus Dingenskirchen**  
Über die Gedächtnislücken ab 40.  
Von Cathryn Jakobson Ramin  
Kreuz Verlag, gebunden, 319 S.  
CHF 35.90/Euro 19.95  
Bestell-Nummer 403



**Natürlich gesund**  
Umfassendes Heilpraktiker- und  
Therapeuten-Verzeichnis.  
Verlag gesund, broschiert, 440 S.  
CHF 24.80/Euro 17.00  
Bestell-Nummer 276



**Klug essen – gesund bleiben**  
Ernährung mit Köpfchen – ganz einfach.  
Von Dr. Susanne Holst  
Rowohlt Verlag, broschiert, 284 S.  
CHF 22.30/Euro 12.00  
Bestell-Nummer 404



**Gut leben – mit kleinen u. grossen Sorgen**  
Das Übungsbuch.  
Von Chad Lejeune  
Verlag Kreuz, broschiert, 240 S.  
CHF 32.90/Euro 17.95  
Bestell-Nummer 415



**Olivenbaumtherapie**  
Uraltes Heilwissen vom Mittelmeer.  
Von Birgit Frohn  
AT-Verlag, gebunden, 176 S.  
CHF 29.90/Euro 17.90  
Bestell-Nummer 407



**Selbstsicher und aktiv leben  
mit Hörschwäche**  
Von Gerhard M. Wissler  
Kösel Verlag, broschiert, 255 S.  
CHF 28.90/Euro 15.95  
Bestell-Nummer 416

**So einfach können Sie das gewünschte Buch bestellen:**

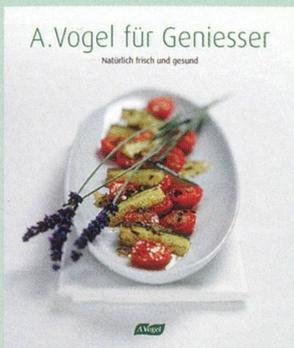
Einfach Bestell-Nummer auf Bestellkarte am Ende des Heftes notieren, Karte ausfüllen und abschicken. Sie erhalten das Gewünschte anschliessend gegen Rechnung (Vorauszahlung ausserhalb Schweiz und Deutschland).

A.Vogel

# GESUNDHEIT'S NACHRICHTEN

## Bestellkarte

Gesundheit im Abonnement!  
11-mal pro Jahr, für nur CHF 39.00



A.Vogel für Geniesser  
Natürlich frisch und gesund



Für die Gesundheit des  
wichtigsten Organs.

### Die Leber reguliert die Gesundheit

von Alfred Vogel  
broschiert, 349 S.  
Neue Auflage mit ak-  
tuellen Anmerkungen.  
CHF 27.50

30



Positiver Blick in die  
Zukunft.

### Glücksfall Alter

von Peter Gross und  
Karin Fagetti  
broschiert, 191 S.

288

CHF 27.50



Krankheiten besiegen  
und Leben verlängern.

### Heilen mit Bewegung

von Jörg Blech,  
Taschenbuch, 217 S.

294

CHF 15.90

Bitte benützen Sie die

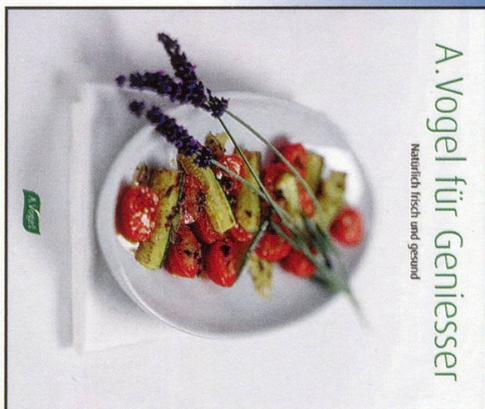
Weitere Buchempfehlungen auf

Innerhalb CH nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse

Karte bitte hier abtrennen!

# Jetzt aktuell!



A.Vogel für Geniesser  
Natürlich frisch und gesund

Das neue Kochbuch von A.Vogel:  
«A.Vogel für Geniesser»  
Köstliche Naturküche, die garantiert gelingt!

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

# Venen-Beschwerden? Die frische Kraft der Natur hilft.

Nur 2 x 1 Tablette täglich!



**A.Vogel**

Aesculaforce® aus frischen Rosskastanien-Samen  
– Verbessert die Spannkraft der Venenwände  
– Fördert die Durchblutung  
– Hilft bei Krampfadern und geschwollenen Beinen  
[www.avogel.ch](http://www.avogel.ch)