

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 73 (2016)  
**Heft:** 6: Kurzsichtigkeit : starke Zunahme  
  
**Rubrik:** A. Vogel Spezial

### **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>**

# Gesundheit per Mail

Vom grossen Fundus an Informationen aus dem Bereich der Naturheilkunde und der ganzheitlichen Medizin bietet Ihnen A.Vogel weitere persönliche Einblicke in die Heilkraft der Natur.

Neben dem monatlichen Newsletter unter dem Link [newsletter.avogel.ch](http://newsletter.avogel.ch) mit allgemeinen Themen bietet A.Vogel noch drei weitere Bereiche:

## Wechseljahre – von Frau zu Frau



Drogistin Marlis Cremer präsentiert jeden Monat alles Wissenswerte rund um die Wechseljahre. Erfahren Sie, was Wechseljahre eigentlich sind, welche Symptome mit dieser natürlichen hormonellen Entwicklung der Frau einhergehen können und welche Hilfen es aus der Natur gibt.

Darüber hinaus werden Themen wie die Gewichtszunahme in den Wechseljahren, Libidoverlust oder Hautveränderungen behandelt. Anmelden können Sie sich unter: [wechseljahre.avogel.ch](http://wechseljahre.avogel.ch).



## A.Vogel für den Mann

Männer lassen sich ja eher selten beim Arzt blicken. Grund genug, das Thema Männergesundheit stärker in den Mittelpunkt zu rücken. Beat Baumann ist seit 1986 eidg. dipl. Apotheker und führt die Metall Apotheke AG in Zug. Für A.Vogel präsentiert er einmal im Monat verschiedenste Themen wie z.B. Entspannungsübungen für müde Augen, Ernährungs- und Bewegungs-Tipps für die Prostata oder Hilfe bei



Stress bzw. Burnout. Darüber hinaus gibt's auch immer wieder Neuigkeiten aus dem Bereich Stilberatung und Männer-Kosmetik, wie z.B. Rasur, Bart- sowie Hautpflege. Für Männer dürften aber

auch Tipps für das richtige Grillieren und Fragen und Antworten zum Thema Alkohol interessant sein. All das und mehr erfahren Sie in unserem neuen Männer-Newsletter «A.Vogel für den Mann»: [maenner.avogel.ch](http://maenner.avogel.ch).

## Gesunde Rezepte für Sie



Andrea Pauli präsentiert Ihnen jeweils dreimal im Monat Rezepte sowie Tipps und Ratschläge rund um das Thema gesunde Ernährung

und Wissen über Lebensmittel. Sie zeigt, wie sich alltägliche Köstlichkeiten einfach, frisch und schnell selbst zubereiten lassen. Melden Sie sich jetzt an unter: [rezepte.avogel.ch](http://rezepte.avogel.ch) oder unter [avogel.de/rezepte](http://avogel.de/rezepte).