

Traumreisen für Ernährungsbewusste

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **42 (1985)**

Heft 3

PDF erstellt am: **09.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-969859>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Traumreisen für Ernährungsbewusste

Auf gesunde Art schlemmen und trotzdem etwas für die Figur tun können Sie während sogenannter «bio-Kreuzfahrten», die in diesem Jahr an drei Terminen stattfinden:

● 7 Tage über Ostern v. 6.-13. April 1985 ab Genua ins westl. Mittelmeer bis Nordafrika mit der «Enrico C» (16450 BRT);

● 14 Tage vom 13.-27. April 1985 nach Griechenland, Israel und Ägypten mit der «Atalante» (12000 BRT). Hier nimmt Dr. Vogel als Referent teil;

● 12 Tage vom 2.-14. September 1985 ab Amsterdam «Rund um Westeuropa» bis Madeira und Mallorca mit der «Berlin» (7800 BRT), einem Luxussschiff.

An Bord der komplett gecharterten Schiffe wird nur vegetarische Vollwertkost geboten. Das reicht vom Frischkornmüsli und ofenfrischen Vollkornbrötchen (natürlich haben alle Schiffe jeweils eine Getreidemühle mit an Bord) bis zum Diner mit sieben Gängen: Zum Beispiel Salat Walldorf, Auberginen à la Chef, grüne Bohnen «Orientale», Naturreis mit Tomatensauce, Torte «Mont Blanc», Käseauswahl und Früchte der Saison. Die Betreuung der an Kochrezepten interessierten Leser (jeder Passagier erhält die Originalrezepte in Form eines Büchleins als Geschenk) übernimmt Frau Helma Danner, Autorin von Vollwert-Back- und Kochbüchern.

Als besondere Attraktion sind weiterhin so namhafte Referenten wie Dr. med. M. O. Bruker, Dr. med. H. Anemüller, engagierte Wegbereiter der Vollwertkost, eingeladen.

Die Referenten halten Vorträge über die Umsetzung ihrer Erkenntnisse in die tägliche Praxis. Viel Zeit ist für die Fragenbeantwortung während den Diskussionen vorgesehen. Wer sich an Bord gerne bewegen möchte, kann an den regelmässigen morgendlichen Atem- und Körperübungen unter kundiger Anleitung teilnehmen und abends in vergnügter Runde das Tanzbein schwingen. Da sich nur Gleichgesinnte an Bord befinden, findet jeder schnell Kontakt und kann so Urlaub und Gesundheit auf ideale Weise miteinander verbinden.

Bei bio-Kreuzfahrten gibt es ausser Wein und Bier keinen Ausschank von alkoholischen Getränken, und es darf auch nicht geraucht werden.

Die Reisen kosten, je nach Kabine und Reisedauer, von 1190.- bis 6540.- DM in einer Luxuskabine, zuzüglich der Kosten für An- und Abreise, Getränke und die Landausflüge. Für Eltern mit Kindern gibt es Super-Spar-Tarife bis 18. Lebensjahr und darüber bei Ausbildungsnachweis (50%).

Erstmals wird auf Kreuzfahrtschiffen aktiv Umweltschutz praktiziert, indem der an Bord anfallende Müll gesammelt und im Hafen entsorgt wird, statt einfach über Bord zu gehen.

Nähere Auskünfte erhalten Sie in der Schweiz bei: VITA-SANA-Magazin, Postfach, CH-6932 Breganzona, Tel. 091 565853 und beim Veranstalter: bio-Reisen GmbH, D-8959 Hopferau/Allgäu, Telefon 08364/1031.

Erfahrungen aus dem Leserkreis

Molkenkonzentrat

Es ist wirklich erstaunlich, was mit Molkenkonzentrat alles erreicht werden kann. Allerdings braucht es Zeit und Geduld für die Behandlung mit diesem einfachen Milchpräparat, man muss über längere Zeit durchhalten! Es kann innerlich als Getränk verwendet werden, um auf die Magen- und Darmschleimhäute gut zu wirken, oder man wendet es äusserlich an, wie im Fall

von Frau G. P. aus Hamburg, die uns so nett geschrieben hat:

«Eine Schwester von mir, inzwischen 77 Jahre alt, hatte vor etwa vier Jahren am Unterschenkel einen zirka zehn Zentimeter breiten und braunen Ring, wahrscheinlich hervorgerufen durch Venenstauungen. Auf diesem Ring hatte sie bereits einen grösseren, dunkleren Fleck. (Meine Schwester hatte bereits drei Thrombosen und eine