

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **46 (1989)**

Heft 1

PDF erstellt am: **08.08.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

GESUNDHEITS NACHRICHTEN

MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Januar 1989

46. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frl. R. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23
 Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermundigen, Telefon 031 51 17 75

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»
 Postcheck-Konto St. Gallen 90-10775-6 Jahresabonnement: Fr. 15.—
 Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»
 7750 Konstanz, Postfach 1138; Postcheck-Konto Karlsruhe 70082-756 DM 18.—
 Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 S 130.—
 Übriges Ausland: Fr. 18.—

INHALT

1. Nicht für immer.....	1
2. Januargedanken	2
3. Vom Kräutertee zur Urtinktur	3
4. Woher nehmen wir im Winter genügend Mineralstoffe und Vitamine?	6
5. Echinacea (Roter Sonnenhut).....	7
6. Ernährung	8
7. Pflanzen, die uns im Kampf gegen Infektionen unterstützen	10
8. Veränderte Blutdruck-Verhältnisse	10
9. Ein Paradies für Vegetarier	11
10. Neue Fernsehserie «Naturgesund»	12
11. Gesund durch den Winter	13
12. Aus unserem Leserkreis	13

NICHT FÜR IMMER

Wie doch durch der Kälte starre Macht
 Dringt der Sonne siegreich warme Pracht!
 Eingehüllt in ihre frohe Seligkeit
 Streift die Erde ab ihr jüngstes Leid,
 Legt es wohl in ihren tiefsten Schrein,
 Denn es soll vergessen und gemieden sein.

Also auch das neue Jahr
 Grüsst das Leben freudevoll und klar,
 Glaubt, mit hoffnungsfrohem Blick
 Sei gebannt ein trauriges Geschick,
 Sei dahin, was trüb und schwer,
 Denn die Sonne flutet überm Nebelmeer.

Aber hast du je gesehn,
 Dass der Nebel nicht mehr steigt auf die Höhn?
 Dass er nicht mehr hängt an steiler Bergeswand,
 Dass er nicht hüllt alles ein mit kühler Hand?
 Neues Jahr, gerade so bist du,
 Deckst den Schleier auf, dann wieder zu.

Darum müssen wir uns Jahr für Jahr bequemem,
 Jeden Tag, so, wie er ist, zu nehmen.
 Aber, mag's den Nebel auch verdriessen,
 Eine Hoffnung dürfen wir geniessen:
 «Nicht für immer werden Not und Leid und Pein
 Unsrer Erde, wie bis jetzt, beschieden sein!»

S. V.

Umschlagbild: Sonniger Wintertag

Originalaufnahme von Ruth Vogel