

Gesund durch den Januar

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **51 (1994)**

Heft 1: **Prostataleiden : Männer, knackt die Nuss!**

PDF erstellt am: **05.07.2024**

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.

Sa 1 12 Bausteine für Ihre Gesundheit:
 Lehrgang und Kurse zu aktuellen Gesundheitsthemen, gemeinsame Veranstaltungen von NETZ und dem Institut für medizinische Fortbildung (IMF), Hallenstrasse 10, CH-8008 Zürich, Tel. CH 01/262 55 22 / Tel. D 0041/01/262 55 22

So 2 Schneeschuhlaufen: Hinterrhein–
Mo 3 San Bernardino Pass–San Bernardino Dorf
Di 4 Treffpunkt: 7.50 Uhr Verkehrsbüro Splügen
Mi 5 Gabriella Lohner, Bova 11 CH-7432 Zillis
Do 6 Tel. CH 081/61 10 29 /
 Tel. D 0041 / 81 61 10 29

Fr 7 «Mutter Natur» – Ursachen und Folgen einer kulturellen Zuschreibung. Die Gleichsetzung von Natur/Erde mit Weiblichkeit/Mütterlichkeit scheint auch in der Ökologiebewegung selbstverständlich zu sein. Der Kurs will die historische Herleitung dieser Gleichsetzung diskutieren und zu einem kritischeren Umgang mit stereotypisierten Bildern beitragen.
 Universität Bern, Interfakultäre Koordinationsstelle für Allgemeine Ökologie, Niesenweg 6, CH-3012 Bern
 Tel. CH 031/631 39 87/51 /
 Tel. D 0041/31 631 39 87/51
Druckpunktmassage am Fuss – Einführung
 D-36129 Gersfeld-Rhön, Rhönakademie Schwarzerden, Tel. D 06654/223 /
 Tel. CH 0049 / 66 54 223

Sa 8 Kastanien-Zeit
So 9 Ob als «heisse Marroni» oder traditionsgerecht gekocht, die Esskastanie ist der beste natürliche Snack. Denn sie ist reich
Di 11 an wertvollen Kohlehydraten, enthält viele
Mi 12 Vitamine der B-Gruppe und Vitamin PP
Do 13 (10 g davon reichen aus, den täglichen Tagesbedarf zu decken!). Magnesium, Phosphor und Faserstoffe sind weitere wichtige



Bestandteile. Kochen Sie die Kastanien, so können Sie sich das Schälens mit Hilfe eines Kartoffelschälers vereinfachen. Zum Purée verarbeitet, dient diese Edelfrucht als Basis für einen herrlichen Kastanienkuchen.

Fr 14 Touch for Health – II, vom 14.–16.1.,
Sa 15 Rhönakademie Schwarzerden,
So 16 Unterbringung und Vollwerternährung im
Mo 17 Haus. D-36129 Gersfeld-Rhön,
Di 18 Tel. D 06654/223 / Tel. CH 0049/66 54 223

Mi 19 Arbeitszeitverkürzung – eine Chance?
 Ökozentrum Bern, Bollwerk 35,
 CH-3000 Bern 7, Tel. CH 031/311 99 91 /
 Tel. D 0041/31 311 99 91

Do 20 Ferienmesse Bern mit der integrierten
Fr 21 Gesundheitsmesse. Myriam Schneider-Brotschi, TextCom, hint. Schermen 29,
 CH-3063 Ittigen, Tel. CH 031/921 75 55 /
 Tel. D 0041/31 921 75 55

Sa 22 Original Dr. Bach Blüten-Seminar.
So 23 Durchgeführt durch Buchhandlung Weyer-
Mo 24 mann in Bern Tel. CH 031 / 311 37 46 /
Di 25 Tel. D 0041 / 31 311 37 46
Mi 26 Offizielles Aus- und Fortbildungsprogramm
 des Dr. E. Bach Center, Mechthild Scheffer
 Hp, Himmelstrasse 9, D-22299 Hamburg,
 Tel. CH 0049/40 46 10 41 /
 Tel. D 040/46 10 41

Do 27 Hildegard-Ernährung – Eine echte Alter-
Fr 28 native? Kneippverein Appenzell,
 Frau R. Rochira, Rorschacherberg 14.15 Uhr
 und 19.30 Uhr
Paracelsus-Messe
 Die Welt der Gesundheit,
 Rhein-Main-Hallen, Wiesbaden

Sa 29 Besser sehen durch Augentraining
So 30 Lotos-Zentrum, Zum Spycher,
Mo 31 8735 St.Gallenkappel, Tel. CH 055/88 19 16 /
 Tel. D 0041/55 88 19 16

Neujahrsgüsse

«Das Lächeln, das du aussendest,
 kehrt tausendfach zu dir zurück.»
 (Chinesisches Sprichwort)

