Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 55 (1998)

Heft: 1: Schmerzmittel aus der Natur

Rubrik: Der Natur auf der Spur

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

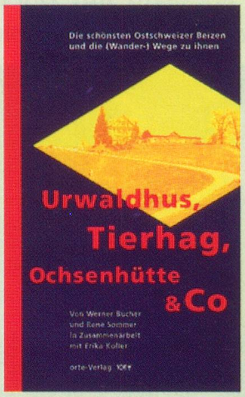
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

BUCHTIP

Ostschweizer Beizen und (Wander-)Wege zu ihnen



Über 150 sind es alles in allem: Beizen, Alp-, Berg- und Waldwirtschaften, Gasthäuser und Weinstuben. Die Autoren Werner Bucher und René Sommer haben sie zusammen mit der Fotografin Erika Koller erwandert, erkundet und in ihrem Buch *«Urwaldhus, Tierhag, Ochsenhütte & Co.»* kenntnisreich und gelegentlich wider den tierischen Ernst beschrieben. Sie liegen im Zürcher Ober- oder im Appenzeller Hinterland, in Stein am Rhein oder auf der Meglisalp und haben auf sympathische Weise eines gemeinsam: Sie sind, wie es im Vorwort heisst, «nicht vereinnahmt oder angekränkelt von unserer Plastik- und Betonkultur». Ein Beispiel dafür ist etwa der ausserhalb von Ebnat-Kappel gelegene Gasthof «Rössli»: Eine Bauernbeiz mit Holztischen, Kachelofen, Holzdecke und Churfirsten-Sicht. Zwar, so die Autoren, müsse man den Eingang etwas suchen, doch in Sachen Harmonie und Behaglichkeit könne es in der Umgebung keine Wirtschaft mit dem «Rössli» aufnehmen. – *«Urwaldhus ...»* ist der «Gault/Millau» genau dieser unverfälschten Beizen, in denen man, hat man sie einmal gefunden, lange sitzen bleibt, mit der Wirtin über das Wetter und die wechselhaften alten und zweifelhaften neuen Zeiten plaudert, während der Hund zwischen den Füssen hechelt und die Fliegen am Fenster surren.

«Urwaldhus, Tierhag, Ochsenhütte & Co.», Werner Bucher/René Sommer. Fotos von Erika Koller, orte-Verlag, Zürich, 234 S., sFr. 36.–/ DM 43.20.– (ISBN 3-85830-090-X) • CU

Claro! Fairer Handel

Honig, Tee, Kaffee, Kunsthandwerk und vieles mehr aus der Dritten Welt, umweltverträglich produziert und mit fairem Preis bezahlt – dafür stehen die Drittwelt-, Mitenand-, oder einfach Welt-Läden. Seit kurzem präsentieren sich 130 Weltläden in einem neuen Gewand, professioneller und vielseitiger und unter der Bezeichnung *Claro*. Organisation Schweiz 3. Welt (OS3) heisst die Aktiengesellschaft, welche die Produkte aus der Dritten Welt sowie aus den wirtschaftlich schwächeren Regionen Europas importiert. Mit Claro-Produkten werden neben den Weltläden auch etwa 700 Bio-, Öko- und Quartierläden beliefert.

Infos: Claro AG, Byfangstrasse 19, CH 2552 Orpund, Tel. CH 032/356 07 00.

Erkältet, weil einsam

Menschen mit geringen sozialen Kontakten sind anfälliger für Erkältungen als kontaktfrohe Personen. Das ergab eine psychologische Untersuchung, die in Pittsburgh (USA) durchgeführt wurde. Teilnehmer mit höchstens drei sozialen Kontakten innerhalb von fünf Tagen erkrankten viermal so häufig wie solche mit sechs und mehr Kontakten. Folgerung daraus: Wer Erkältungskrankheiten vorbeugen will, tut das am besten zusammen mit anderen.

Gut schlafen auf Dinkelspreu

Kieselsäurehaltige Matratzen und Kissen, gefüllt mit Ur-Dinkelspreu, tragen zu einer guten nächtlichen Erholung und einem besseren Allgemeinbefinden bei. Sie versprechen tiefen Schlaf durch ideale Rücken- und Körperstützung und ein trockenes, warmes Bettklima. Wasseradern und magnetische Störfelder sollen zudem neutralisiert, schmerzende Blockaden zum Verschwinden gebracht werden.

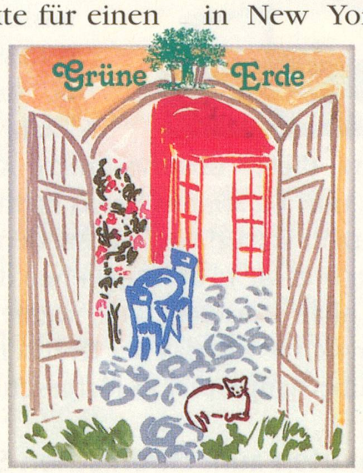
Auskunft: *Albert Christen, Schlafkomfort auf Ur-Dinkelspreu, Hänselsmatt 5 C, CH 2544 Bettlach, Tel. 032/645 12 87.*

Beratungstelefon für ältere Menschen

Welcher ältere Mensch weiss schon, welche Einrichtungen, Institutionen und Dienste ihm – oder ihr – das Leben erleichtern könnten oder wo er dazu Informationen bekommt? Der Deutsche Arbeiter-Samariter-Bund hat ein bundesweit gültiges Beratungstelefon eingerichtet, das auf Fragen wie die nach häuslicher Pflege, Fahrdiensten Bestellung von Essen usw. Auskunft gibt. Diese «Sami»-Nummer lautet *D 01805/266 155* und wird von Montag bis Donnerstag von 9 – 16 Uhr sowie am Freitag von 9 – 14 Uhr bedient.

«Grüne Erde»

So nennt sich ein österreichisches Öko-Versandlabel, das seit 1983 «Produkte für einen gesunden Planeten» fürs Schlaf-, Kinder-, Wohn- und Esszimmer anbietet. Dazu gehören u.a. Matratzen, Wohntextilien und Möbel aus reinen Naturmaterialien. Verwendet wird z.B. ausschliesslich massives Holz einheimischer Baumarten wie Rotbuche und Fichte, das aus nachhaltig bewirtschafteten Mischwäldern stammt. Der 164seitige Katalog kann bestellt werden bei:



«Grüne Erde», Mühldorf 12, A 4644 Scharnstein, Tel. A 07615/203 410, Fax 07615/7707.

Babyalltag: Neues Video

Bis zur Ankunft ihres ersten Kindes setzen sich Eltern vor allem mit der Geburt auseinander. Dabei betrifft die Umstellung *nach* der Geburt fast jeden Lebensbereich der Familie. Das Video *«Babyalltag»* möchte Eltern helfen, sich in dieser Situation zurechtzufinden. Es gibt Tips für die Kinderpflege und behandelt Themen wie Babymassage, Schlaf, Krankheit u.a.! *Infos/ Bestelladr.: Jan Poldervaart, Fractal Films, CH 8004 Zürich, Tel./Fax CH 01/242 52 67.*

Cystus auch in der Schweiz erhältlich

Im November berichteten wir auf der «Praktischen Seite» kurz über Cystus-Tee, der bei Neurodermitis und anderen Hauterkrankungen erfolgreich eingesetzt wird. Wir müssen unsere damalige Angabe, der Tee sei zwar in deutschen Apotheken, nicht aber in der Schweiz erhältlich, korrigieren. Eine Schweizer Firma vertreibt das Cystus-Kraut direkt an die Patienten. Bezugsquelle: *Gromed, Oberer Zelgweg 4, CH 3250 Lyss, Tel./Fax 032/384 78 11.*

Gut würzen ist gesund

Warum verwenden wir Kräuter und Gewürze beim Kochen? Klar, damit das Essen besser schmeckt. Forscher an der Cornell University in New York haben noch einen weiteren Grund, den der Volksmund schon länger kennt, wissenschaftlich belegt: Viele Gewürze wirken als «Desinfektionsmittel». Sie töten Bakterien ab, die u.U. Nahrungsmittel verunreinigen. Zu den wirksamsten Gewürzen gehören Knoblauch, Zwiebeln und Oregano – sie töten selbst Salmonellen und Staphylokokken ab, zwei Bakterienarten, die schwere Durchfallerkrankungen verursachen können. Antibakteriell wirken auch weisser und schwarzer Pfeffer sowie Zitronensaft.

Vielseitige Kirschkerne

«Chriesi-Stei» sind ein altes Schweizer Hausmittel, das wie eine Wärmeflasche verwendet wird. Die Kirschkerne speichern die Wärme länger als Wasser, fühlen sich aber beim Auflegen weniger heiss an. Wer statt einer Wärmeflasche eine Kältekompresse braucht, legt den Kirschkern-Sack kurz ins Gefrierfach. Kirschkern-Kissen sind in vielen Drogerien erhältlich sowie u.a. beim *Waschbär-Versand* in Freiburg (D), Tel. D 0180/5 39 56.