

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **61 (2004)**

Heft 11: **Walking im Oberstübchen**

PDF erstellt am: **27.09.2024**

### **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.



# Inhalt/Vorschau



## Naturheilkunde & Medizin

Walking im Oberstübchen 10

Obwohl die Hirnforscher immer weiter in die Geheimnisse dieses komplexen Organs vorstossen, ist es immer noch so wenig erforscht, dass sich bis heute weder für den Alltag noch für im Gehirn entstehende Krankheiten praktische Lösungen oder Modelle abzeichnen.

## Körper & Seele

Schonkost für den Geist 15

Nachrichtenflut, Datenexplosion, Informationsdschungel – manchmal muss man auch den Geist ausruhen lassen.

Fragen an den Medienexperten Prof. Dr. Süß

## Ernährung & Genuss

Kann man Weisheit löffeln? 20

Gesunde Ernährung ist auch für die geistige Leistungsfähigkeit wichtig. Wundermittel aber gibt es nicht.

## Natur & Umwelt

Ein Hauch von süßem Süden 24

Ananas schmeckt frisch besonders köstlich. Ist der Inhaltsstoff Bromelain der goldenen tropischen Frucht das «Schweizermesser der Naturheilkunde»?

## Lebensfreude & Wellness

Gehen wir baden! 27

Eine simple Badewanne kann eine kleine Wellnessoase zuhause sein – mit Düften, Kerzenlicht und entspannenden oder erfrischenden Essenzen.



## Nächsten Monat

Heilen mit Honig  
Migräne – ganzheitlich behandeln  
Eisfinger und Gletscherfüsse  
Nüsse knacken – von Cashew bis Pecan

Editorial	5	Markt & Infos	30
Fakten & Tipps	6	Impressum	36
Buchtipps	6	Leser werben Leser	37
Treff & Talk	31	Anzeigen & Adressen	38





Bild des Monats: Bienenragwurz (*Ophrys apifera*)

### Alfred Vogel (1902–1996)

Das Werk Alfred Vogels ist geprägt vom Gedankengut einer in jeder Hinsicht an der Natur orientierten Lebens- und Heilweise. Ein Leben in möglichst weitgehendem Einklang mit dem Schöpfer und der Natur und im Bewusstsein um deren Kräfte ist gleichbedeutend mit wahrer Lebensqualität.

