

Markt & Info

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **66 (2009)**

Heft 6: **Fürs Herz aktiv werden**

PDF erstellt am: **24.07.2024**

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.



Haben Sie schon gefastet?

Immer mehr Menschen nehmen an einer Fastenwoche teil, um das eigene Wohlbefinden zu steigern und das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele zu festigen. Beim Fasten und Wandern lernen wir unsere Grenzen kennen: eine wertvolle Selbsterfahrung! Fastenwandern ist der ideale Weg zu einem neuen Lebensgefühl und um einem «Burn out» vorzubeugen. Zudem wird das Bewusstsein gegenüber sich selbst und der Umwelt gefördert. Gönnen auch Sie sich etwas Gutes!

Fasten für Wanderer

Emanuel Ludi, CH-3098 Köniz

Tel. + 41 76 570 15 68

Internet: www.fasten-wandern.ch

Es gibt Dinge, die sich lohnen!

Zum Beispiel die Intraschallwellenbehandlung mit dem Original «Novafon»-Gerät bei Beschwerden wie Verspannungen, Sportverletzungen oder Altersbeschwerden. Die Schallwellen bewirken eine intensive Tiefenmassage an den behandelten Körperstellen, Durchblutung und Zellstoffwechsel werden gefördert. Linderung, Entspannung und Wohlbefinden stellen sich oftmals schon nach der ersten Behandlung ein.

Novafon Vertrieb Schweiz, Forbülstr. 21,

CH-8707 Uetikon am See; Tel. + 41 44 920 26 46

E-Mail: novafon@bluewin.ch

Internet: www.novafon.ch



Markt & Info

Mehr als nur Ferien

Bewegungsmangel, Fehlernährung, eine oft unbefriedigende Tätigkeit und schwierige Beziehungen sind die häufigsten Ursachen von Krankheiten und verminderter Lebensfreude. Dr. med. Peter Meier-Schlittler, seit über 40 Jahren begeisterter Bergsteiger und Bergwanderer, nimmt interessierte Menschen auf Wanderungen mit, um ihnen ein vielfältiges Erlebnis zu vermitteln: Freude an der Bewegung, an der Natur, am geselligen Zusammensitzen, am Tragen von Verantwortung füreinander und Stolz auf die eigene Leistung. Eine Woche in der Natur kann dazu beitragen, sich selbst wieder zu finden. Gehen kann auch «gehen zu sich selbst» heissen; eine Veränderung bedeutet: den ersten Schritt tun. Näheres zu den Touren 2009 finden Sie im Internet.

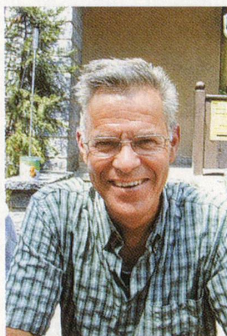
Dr. med. Peter Meier-Schlittler

Grund 1, CH-8844 Euthal SZ

E-Mail: meischli@bluewin.ch

www.schweizer-wanderwochen.ch

Der Mediziner Dr. Peter Meier-Schlittler bringt Bewegung in Ihr Leben – zum Beispiel mit einer Wanderwoche in der wunderbaren und ertümlichen Bergwelt des Bernina-Massivs.



Das charmante Gästehaus

Die Gäste des Ca'Stella geniessen die Ruhe, die vollwertige Kost, die rauchfreie Atmosphäre, die herzliche Gastfreundschaft und die Nähe zur Natur. Dazu gehören besonders die Badefreuden im nahen Wasserfall (Naturwellness) und das Baden und Sonnen an der Maggia oder im geheizten Schwimmbad. Die sechs freundlichen, einfachen Gästezimmer sind liebevoll und individuell eingerichtet. Eine malerische Pergola lädt zum Verweilen ein.

Buchen Sie im Juni drei Übernachtungen und bezahlen nur zwei. Die Gastgeber Urs Hasenfratz und Edith Weiss freuen sich auf Ihren Besuch.

Gästehaus Ca'Stella, CH-6676 Bignasco

Tel. +41 91 754 34 34

E-Mail: info@ca-stella.ch

Internet: www.ca-stella.ch