

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 70 (2013)
Heft: 12: Heilpflanzen für schöne Haut

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 24.04.2025

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



P. Jentschura®
regeneriert wie neugeboren

basisch schön

- ✓ Tee trinken
- ✓ mineralstoffreich ernähren
- ✓ basisch baden

Moderatorin, Model und Ernährungsberaterin
Monica Ivančan vertraut seit
vielen Jahren auf
die P. Jentschura
Qualitätsprodukte.



Jetzt Infos und **kostenlose** Proben anfordern:
Jentschura (Schweiz) AG - Seestrasse 62 - CH-8806 Bäch - Tel.: +41 (0) 44 - 784 79 31
www.p-jentschura.com

A. Vogel 12/13



Kurhaus St. Otmar

Das ganzheitliche Gesundheitszentrum am Vierwaldstättersee

Wohlfühlwoche

Ihre Trink-Fasten-Kur unterstützen wir persönlich mit frischen Säften, Massagen, Wickeln, Fussbädern, Dampfbädern, Sauna, Wanderungen u.v.m..
Geniessen Sie die ruhige und entspannte Atmosphäre!

Kur- & Ferienhaus St. Otmar · Maya & Beat Bachmann-Krapf · CH-6353 Weggis
Telefon +41 (0)41 392 00 10 · Internet www.otmarsan.ch

Komplementärtherapeut

Ein Beruf mit Zukunft.

Eine Ausbildung mit Branchendiplom
APM-Therapeut.

Telefon 044 680 32 30 oder
www.wba.ch oder E-Mail: info@wba.ch

AKademie für Wirbelsäulen-Basis-Ausgleich und Akupunkturmassage
LNMT Natur-Medizin-Technik®

ParacelsusClinica 
al Ronc

Intensivwochen

auf der Sonnenterasse des Calancatals mit Dr. Petra Wiechel und dem Team al Ronc 2013



Die Intaktheit aller Entgiftungs- und Regulationssysteme des Menschen sind wesentliche Voraussetzung, um die Waage zwischen gesund bleiben und krank werden im Gleichgewicht zu halten. Unsere Intensivwochen umfassen nicht nur ein therapeutisches Angebot, welches an den Ursachen von Entgleisungen ansetzt, die Gestaltung dieser Intensivwochen beruht auf einer über 25 jährigen Erfahrung mit den Möglichkeiten der lebenskonformen biologischen Medizin. Krankheit ist immer ein dynamischer Prozess, erst wenn das Fass zum Überlaufen drängt, werden Symptome wahrgenommen. In der persönlichen Erkenntnis um die Fürsorge und Verantwortung für sich selbst kann eine Intensivwoche in der Paracelsus Clinica al Ronc viel bewegen.

UNSERE INTENSIVWOCHE

- Leber-Entgiftung
- Regeneration
- Schmerztherapie
- Dr. Coy-Anti-Krebs-Therapie
- Schwermetall-Ausleitung
- Gesundheitsscheck
- Entzugsbehandlungen
- Burn-Out
- Fibromyalgie
- Biologische Krebstherapie
- Multiple Sklerose
- Morbus Parkinson
- Diabetes mellitus

DR. MED. PETRA WIECHEL, Paracelsus Clinica al Ronc
CH-6540 Castaneda, Tel. 091 8204040 info@alronc.ch
Weitere Informationen finden Sie unter: www.alronc.ch

Photography: www.felder-images.com

Schenken Sie doch mal wieder!



Für die beste *Freundin*,
Töchter und *Söhne*, das frisch-
gebackene *Paar*, *Väter*,
die schwangere *Nichte*, den *Lieb-*
lingsonkel, *Kräutertanten*,
die nette *Nachbarin*, *Natur-*
freunde und *Wellnessfans*,
Gartenbesitzer oder den
Hausarzt und...

Ein Abo der A.Vogel Gesundheits-
Nachrichten macht immer Freude!

Aktuell CHF 40.50/Euro 26.-

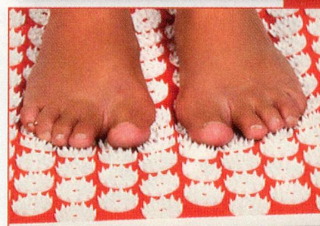
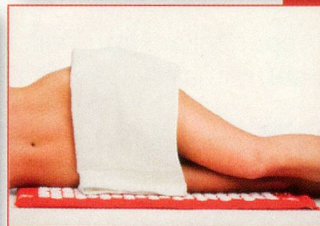
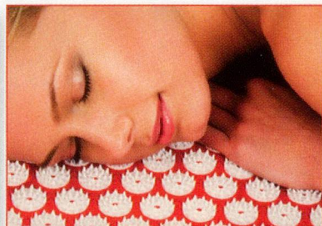
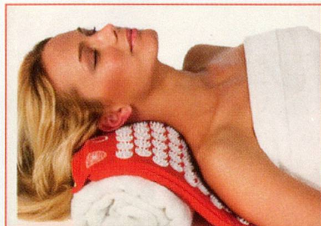
Für Energie und Erholung!

Erhältlich im Fachhandel und bei Shaktisuisse:
Shaktimatte für Fr. 99.-
Shakti Nackenkissen für Fr. 39.-
Shakti Augenkissen mit Lavendelfüllung für Fr. 25.-
Gratis zu jeder Bestellung im Dezember 2013,
ein Shakti Augenkissen im Wert von Fr. 25.-



Die indische
Nagelmatte

- Entspannen Sie sich auf 6000 Spitzen
- Wecken Sie die Energie in sich
- Werden Sie zum Freund Ihres Rückens
- Weniger Stress im Leben
- Schlafen Sie entspannt



www.shaktisuisse.ch

E-Mail: info@shaktisuisse.ch | Telefon 043 268 99 40 | Vertrieb: aph.swiss.design@hispeed.ch



Es gibt Dinge, die sich lohnen!

Zum Beispiel die Intraschallwellenbehandlung bei Beschwerden wie:

- Verspannungen
- Sportverletzungen
- typische Altersbeschwerden

mit dem Original NOVAFON Gerät!

Forschungen namhafter Wissenschaftler haben gezeigt, dass die direkte Einwirkung von Schallwellen auf die betroffenen Körperbereiche spürbare Linderung bringen kann. Auf der Grundlage dieser wissenschaftlichen Erkenntnisse ist das NOVAFON Intraschallgerät entstanden.

Die Schallwellen des NOVAFON Intraschallgerätes bewirken eine intensive Tiefenmassage an den behandelten Körperstellen, wodurch die Durchblutung und der Zellstoffwechsel gefördert werden.

Linderung, Entspannung und Wohlbefinden stellen sich oftmals schon nach der ersten Behandlung ein.

- Bitte senden Sie mir einen Prospekt
Bitte senden Sie mir gegen Rechnung mit Rückgaberecht innert 10 Tagen ein NOVAFON Intraschallgerät:
- Modell SK1 zu Fr. 290.- (Standardausführung)
- Modell SK2 zu Fr. 330.- (Luxusausführung mit ausklappbarem Verlängerungsbügel für bequeme Rücken- und Nackenbehandlung)
- Modell SONOSSAGE zu Fr. 215.- (preisgünstigere Variante in weissem Kunststoff)
- Auch in Apotheken, Drogerien und Sanitätsgeschäften erhältlich.**

Name: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Unterschrift: _____

Datum: _____

NOVAFON, Forbuelstrasse 21, Postfach, 8707 Uetikon am See, Telefon 044 920 26 46, Fax 044 920 26 15, www.novafon.ch

Rücken-Balance: 7 entlastende Tage ab € 920,-

Ski-Coaching: 5 schwungvolle Tage ab € 600,-

F.X.Mayr-Kur: 10 Kurtage ab € 1.670,-

Body-Wrap-Intensiv: 7 Kurtage ab € 1.160,-

**5 (be)sinnliche
Weihnachts-
Wellness-Tage**

ab EUR 605,-
20.-26.12.2013

Vital-Zentrum^{****}
Felbermayer

Tel +43/5558/8617
A-6793 Gaschurn / Austria
Alpenpark Montafon

www.vital-zentrum.at



neu

neu

Grippeschutz

Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, um mit unserer bewährten und wirksamen Grippeschutz- und Resistenzkur zu beginnen! Unsere Grippeschutzkur wird stufenweise durchgeführt. Sie erhöht massgeblich die Resistenz und ist ein idealer Grippeschutz. Verschiedene Heilpflanzenpräparate sind integrierter Bestandteil dieser Kur.

Appenzeller Naturheilmittel.
Lassen Sie sich von uns beraten!

drogerie sonderegger, 9042 speicher
Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist,
kant. appr. Naturheilpraktiker
Telefon 071 344 10 22
www.drogerie-sonderegger.ch
drogerie@drogerie-sonderegger.ch

Der Geschenk-Tipp!

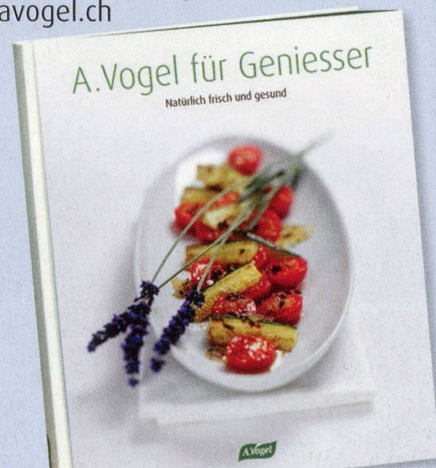
Das A.Vogel Kochbuch für Geniesser!

80 Seiten, über 80 Rezepte, 70 ganzseitige Farbfotos.

ISBN 978-3-906404-21-9

CHF 38.-

Erhältlich im Buchhandel oder auf
www.avogel.ch



Schlank im Schlaf

Die Schlank im Schlaf-Wochen des Hotels Bad Ramsach zeigen erstaunliche Resultate. Im Schlaf verbrennt der Körper bis zu 70 Gramm Fett – vorausgesetzt man isst nach dem Prinzip des deutschen Ernährungsmediziners Detlef Pape.

„Fasten ist nicht mehr in, das entspricht nicht dem Zeitgeist“, sagt Ursula Mägerli. Geniessen, essen, und trotzdem möglichst schnell schlank werden, lautet der oft geäusserte Wunsch ihrer Gäste. Das Wunschgewicht zu erreichen, erfordert allerdings Disziplin, weiss die Leiterin des Programms „Schlank im Schlaf“ des Hotels Bad Ramsach bei Läuelfingen im oberen Baselbiet.

Morgens richtig anfeuern

Da ist guter Rat teuer, wird sich die Eine oder der Andere sagen. Doch das Programm „Schlank im Schlaf“ des deutschen Ernährungswissenschaftlers Dr. Detlef Pape zeigt erstaunliche Resultate. Bei der sogenannten Insulin-Trennkost muss auf nichts verzichtet werden. Zum richtigen Zeitpunkt das richtige essen, lautet das Geheimnis.

Morgens reichlich Kohlenhydrate, um den „Ofen richtig anzufeuern“, will heissen, den Stoffwechsel kräftig anzuregen, mittags ausgewogene Mischkost und abends Fleisch und Gemüse, um die Fettverbrennung zu aktivieren – das sind die Rohstoffe, die die Köche des Hotels Bad Ramsach ihren Gästen zu schmackhaften Mahlzeiten bereiten.

Einzigartig in der Schweiz

Was sich der Mensch zu viel anisst, kann er sich wieder wegessen, so Detlef Papes Überlegung. Wenn der Körper abends keine Kohlenhydrate erhält, greift er auf den nächsten verfügbaren Brennstoff, das in den Zellen eingelagerte Fett, zurück. Pro Nacht verbrennt der Körper bis zu 70 Gramm Fett – vorausgesetzt, man hält sich an die Vorgaben des deutschen Ernährungswissenschaftlers.

Ohne Hungern, Pillen und Pülverchen erhält das Essen wieder die ihm gebührende Wertschätzung. Begleitet von einem moderaten Training hilft der Körper noch besser mit, das Wunschgewicht zu erreichen. Das Bad Ramsach mit seiner Lage inmitten der Baselpfander Juralandschaft, seinem Gymnastikraum und dem Schwimmbad bietet dafür beste Voraussetzungen.

Selig schlafend Fett verbrennen

In seiner Heimat ist Dr. Detlef Papes Prinzip sehr beliebt. Bekannt wurde der Ernährungsmediziner mit seinem Bestseller „Schlank im Schlaf“. Das Bad Ramsach ist das erste und bisher einzige Hotel in der Schweiz, das Papes Ernährungsprogramm anbietet.

Inklusive Hotelzimmer, täglich drei Mahlzeiten, Ramsacherwasser, fünf Massagen und der Betreuung durch Schlank im Schlaf-Coach Ursula Mägerli kostet die Woche rund 1400 Franken pro Person.

Selig schlafend Fett verbrennen

19. bis 25. Januar / 26. Januar bis 1. Februar / 23. Februar bis 1. März / 2. bis 8. März / 27. April bis 3. Mai / 4. bis 10. Mai / 8. bis 14. Juni

Kurhotel Bad Ramsach, 4448 Läuelfingen, 062 285 15 15, www.bad-ramsach.ch



A.Vogel

Buchtipps

Jetzt lesen!

Wer zu lesen versteht, besitzt den
Schlüssel zu grossen Taten.

Aldous Huxley



Hausputz für Leber und Galle
In 4 Wochen natürlich reinigen und
Leberwerte verbessern.
Von Dr. med. Volker Schmiedel.
Trias Verlag, broschiert, 200 S.
CHF 25.90/Euro 17.99
Bestellnummer 439



**Chronische Krankheiten
natürlich behandeln**
Erfolgreiches Therapiekonzept.
Von Prof. Dr. med. Gustav Dobos.
Verlag Zabert Sandmann, gebunden, 192 S.
CHF 29.90/Euro 19.95
Bestellnummer 452



**Magen- und Darm-
erkrankungen
natürlich behandeln**
Einfache Therapien, die wirklich helfen.
Von Dr. Andrea Flemmer.
Verlag schlütersche, broschiert, 152 S.
CHF 24.40/Euro 16.95
Bestellnummer 330



Das Prinzip Natur
Grünes Leben im digitalen Zeitalter.
Von Richard Louv.
Verlag Beltz, gebunden, 335 S.
CHF 29.90/Euro 19.95
Bestellnummer 453



Warum ist mir schwindelig?
Ursachen für Gleichgewichts-
störungen finden und behandeln.
Von Sigrid Nesterenko.
ersa Verlag, broschiert, 110 S.
CHF 28.50/Euro 19.70
Bestellnummer 441



Diabetes
Die richtige Wahl bei Diabetes.
Übersichtlich und praktisch.
Von Doris Fritzsche.
Verlag GU, broschiert, 254 S.
CHF 19.90/Euro 12.99
Bestellnummer 454



Wieviel Medizin überlebt der Mensch?
Tabletten und OPs sind keine Allheilmittel.
Unbequeme Fragen eines Mediziners.
Von Dr. med. Günther Loewit.
Verlag Haymon, TB, 280 S.
CHF 18.90/Euro 12.95
Bestellnummer 451



Tomatenrot + Drachengrün
Die besten Lebensmittel aus Ost und West.
Abwehrstark und antikrebs-aktiv.
Von Dr. med. Susanne Bihlmaier.
Verlag Hädecke, broschiert, 288 S.
CHF 19.90/Euro 19.90
Bestellnummer 448



Super Tipps bei Pollenallergie
Von Dr. Bernd Wollmann
und Dr. Anja Stamm.
Gebunden, 63 S.
CHF 12.90.-/Euro 9.90
Bestellnummer 440



Basenfasten für Eilige
Das 7-Tage-Erfolgsprogramm.
Von Sabine Wacker.
Trias Verlag, broschiert, 144 S.
CHF 21.90/Euro 14.99
Bestellnummer 327

So einfach können Sie das gewünschte Buch bestellen:

Bestellnummer auf Bestellkarte am Ende des Heftes notieren, Karte ausfüllen und abschicken. Sie erhalten das Gewünschte anschliessend gegen Rechnung (Vorauszahlung ausserhalb Schweiz und Deutschland).

A.Vogel

GESUNDHEITS NACHRICHTEN

Bestellkarte

Gesundheit im Abonnement!
10-mal pro Jahr, für nur CHF 40.50



Die «Gesund

Auf **epaper.avogel** Nachrichten» jetzt

Wenn Sie bereits Abon-
nate sind, können Sie
kostenlos herunter-



Schritt für Schritt
zur richtigen Dia-
gnose.

Lebensmittelunver-
träglichkeiten zu-
verlässig erkennen

345 CHF 28.50

von Sigrid Steeb,
broschiert, 160 S.



Vorbeugung und
Therapiebegleitung

Bewusste
Ernährung - was
hilft gegen Krebs?

344 CHF 39.90

von Marianne Botta,
kartoniert, 296 S.



Spannende Infor-
mation zum Zucker

Garantiert gesund-
heitsgefährdend

342 CHF 25.90

von Hans-Ulrich
Grimm, broschiert,
304 S.



Schmerzfrei und
beweglich bleiben.

Das Arthrose-
Stopp-
Programm

336 CHF 21.90

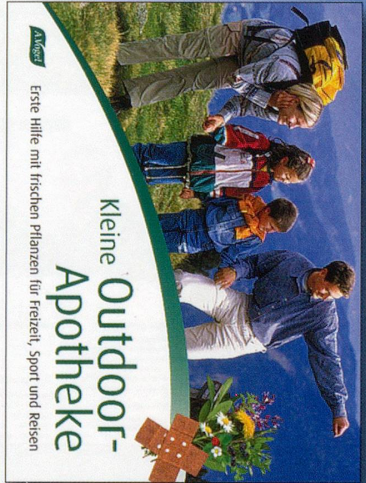
von Dr. Jürgen
Fischer, broschiert,
128 S.

Innenhalb CH nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung | Invio commerciale rispota
Envoi commercial-réponse

Karte bitte hier abtrennen!

Ein schönes Geschenk



Für alle, die die Natur lieben:
«Kleine Outdoor-Apotheke»
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen
für Freizeit, Sport und Reisen

Info: www.outdoor-apotheke.ch

Bitte nachsenden, neue
Adresse nicht melden

AZB 9053 Teufen

Liebe Abonnenten

Bei Wohnungs- oder Namenswechsel
melden Sie uns bitte die Änderung!

Sie erreichen uns unter

Tel. 071 335 66 66, Fax 071 335 66 88,

E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Herzlichen Dank für Ihre Mühe

Erkältung?

Neu:
Erkältungs-
App



Eine Antwort der Natur.

- Zur Steigerung der körpereigenen Abwehr
- Bei Grippe und fiebrigen Erkältungen
- Aus frischem Rotem Sonnenhut



Erhältlich in Apotheken und Drogerien.
Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.
Bioforce AG, Roggwil TG. www.echinaforce.ch

