

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 86 (1960)  
**Heft:** 24

**Rubrik:** Die Frau von heute

#### **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**

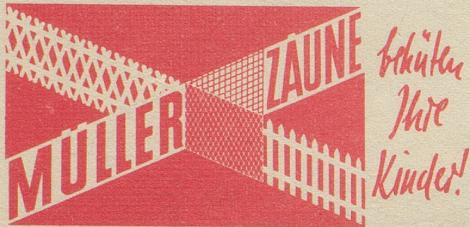
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 12.01.2026

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



Bei **Verstopfung**  
die zuverlässigen, naturreinen  
**Kneipp-Pillen**  
in Apotheken und Drogerien Fr. 2.10



### Was kochte ich heute?

Die Frau Bänziger, was meine Freundin ist, sagt, es sei furchtbar schwierig mit ihrem Schaagg und seinem Régime. Ich sage darauf, der Schaagg habe eigentlich immer zu Diäten geneigt, aber sie sagt, das sei etwas anderes. Früher habe er gewisse Sachen *nicht* gegessen, heute jedoch stelle sich die Frage, was er überhaupt noch essen dürfe. Das sei wie bei einer Differentialdiagnose. Bänzigers sind nämlich mit einem Aerzteehepaar befreundet und lernen da die tollsten Fachausdrücke. Ich will auch lernen und frage, was eine Differentialdiagnose sei, und die Frau Bänziger sagt, wenn einer etwas hat und man weiß nicht was, findet man zuerst heraus, was er alles nicht hat, und was dann übrigbleibt, hat er. So sei es mit dem Schaagg und seinem Régime. Man dürfe ungefähr alles *nicht* mehr auf den Tisch stellen, und übrig bleibe fast gar nichts. Nicht, daß dem Schaagg etwas fehlte, aber er will eben vorbeugen, damit ihm nie etwas fehlt. Und das Vorbeugen hat enorme Dimensionen angenommen.

«Wie ist es mit Fleisch?» frage ich lernbegierig. Und die Frau Bänziger sagt, das sei schlecht für die Arterien, und wenn auch nur ein bißchen Fett dabei sei, sei es noch viel gefährlicher, wegen Cholesterin. Dasselbe gelte natürlich erst recht für Wurst und jede Art Aufschnitt. «Aber Bündnerfleisch?» schlage ich vor. Und die Frieda Bänziger sagt, der Schaagg habe in einem Artikel gelesen, das werde mit ganz gefährlichen Sachen gefärbt und behandelt.

Gemüse? Ja, schon, aber man könne nie wissen, womit es gedüngt worden sei, und dasselbe gelte für den Salat.

Weichgekochte Eier? Jesses, nein! Cholesterin! Und dann sind sie ja nicht gut ohne Salz, und Salz sei geradezu der Erbfeind der Gesundheit.

Und Zucker? Ja kein raffinierter! Raffinierungsmittel sind Krebsreger. (Die Frau Bänziger nennt das karzinogen.) Und letztlich hat jemand in Frankreich geschrieben, rohe Tomaten seien ungesund, aber das war vielleicht von jemandem, der rohe Tomaten nicht gern hat. Auch Spinat fiel im selben Artikel unter die zu vermeidenden Dinge. Er enthalte irgendetwas, die Frau Bänziger glaubt, Oxalsäure.

Käse? Keinesfalls. Den habe der Schaagg neuerdings ganz aufgegeben, der sei bums voll Cholesterin. Und Weißwein sei schlecht für den Magen und das Nervensystem, und was den Roten angehe, traue sich ja kein Mensch mehr, welchen zu trinken, nachdem in der letzten Zeit ausgekommen sei, wie der hergestellt werde, und aus was er bestehe. Wenigstens der italienische. Und anderswo werde offenbar auch munter und gar nicht ungefährlich gepanscht. Da verzichte man lieber.

Am Morgen, sagt die Frau Bänziger, müsse sie jetzt dem Schaagg einen dünnen Münzentee machen, – bis auf weiteres – denn vielleicht stelle sich plötzlich heraus, daß auch dieser irgend etwas enthalte. Der Schaagg sei zwar unglücklich ohne Kaffee. Aber Kaffee sei nun einmal gesundheitsgefährdend. Ich schlage koffeinfreien vor, – für diesen Fall. Aber die Frau Bänziger sagt, der sei



## DIE FRAU

noch viel gefährlicher, weil er chemisch behandelt werde.

Und was Fisch anbelange, könnte er das katastrophale Strontium enthalten, je nachdem wo er gefangen worden sei.

Brot? Ja, aber nur schwarzes und handgeschrotetes. Und der Mensch lebt schließlich nicht von Brot allein.

Ich sehe jetzt ein, daß das Problem der Frau Bänziger ein durchaus echtes und schwerwiegendes ist.

Was tun?

Ich habe einen Freund, der behauptet, Alkohol sei schädlich und Rauchen sei ebenfalls schädlich, aber beides kombiniert hebe sich unter einander auf und schade dann nichts mehr. Der also Redende ist zwar kein seriöser Mensch, aber vielleicht ist doch etwas an seiner Theorie, das auch für den unübersehbaren Kreis der gefährlichen Lebensmittel zutrifft. Vielleicht heben sich die verschiedenen Gifte wirklich untereinander auf. Die Chemie ist eine solche Wunderwelt.

Am Ende liest man am besten keine einschlägigen Artikel mehr, und dafür die, die über die Ueberalterung des heutigen Menschen klagen, der neunzig Jahre lang all das giftige Zeugs ißt.

Bethli

### «Oh, daß sie ewig grünen bliebe -- »

Es war Samstag, dazu noch im Mai, und da sich dieser Monat besonders zum Heiraten eignet, durchzogen auch an diesem Tag etliche frisch getraute Paare mit ihrem Gefolge teils fahrend, teils wandernd unsere Stadt. Die einen zog es zum Photographen, andere zu einer Stärkung in eine der vielen Beizen, – ein Paar aber begab sich an die Kilbi. Denn gerade waren auf dem großen Schulhausplatz viele Vergnügungsbuden aufgestellt worden. Das Paar: sie eine stämmige Braut mit langem, im Frühlingswind heftig wehendem Schleier und bodenlangem, weißem Kleid, er in Vollwichs, schaute auf das fröhliche Treiben der Kilbi. Und plötzlich überkam die Braut eine große Sehnsucht, sich dem frohen Volk hier beizugesellen. Zögernd, aber doch bald auch unternungslustig folgte ihr der Bräutigam auf dem Fuße. Nach einigen Augenblicken, während denen man die vorhandenen Vergnügungsmöglichkeiten in näheren Augenschein nahm, stürzte sich der Bräutigam mitten ins wogende Leben, nämlich auf die Autobahn. Die Braut folgte ihm, doch rief er abweisend: «Blib dusse, mit dim Schleier chasch ned do ine.» Erbost blieb sie zurück und sah sich bald nach andern Möglichkeiten um. Da entdeckte sie gerade in der Nähe den braven Mann mit dem Lukas. «Hau den Lukas», das wär's, dachte sie und begab sich

# von heute



mit langen Schritten an den Stand, griff nach dem schweren Schläger, stellte sich in Positur und hieb den Lukas so gewaltig, daß alles Volk in Erwartung eines ungewöhnlichen Schauspiels herbeiströmte. Alle ihre Wut über den allein autofahrenden Bräutigam entlud sich nun in vielen wuchtigen Schlägen. Der Schleier litt etlichen Schaden, nicht aber die Braut, die immer mehr zu Kräften zu kommen schien. Schließlich fragte sie siegesgewiß: «So, was han i gwonnen?» Der Lukasmann hatte inzwischen eifrigst die vielen Schläge gezählt und über das Glück gelächelt, das ihm heute besonders hold zu sein schien. Nun machte er seine Rechte geltend: Fr. 3.20! Etwas bestürzt merkte die Braut, daß man auf dieser Welt jedes Vergnügen bezahlen muß, und bereitwillig, den verlangten Obolus zu entrichten, fingerte sie in der Unterrocktasche nach den nötigen Batzen. Sie zählte und zählte, umgeben vom heiter bis belustigt dreinblickenden Publikum. Schließlich rief sie: «Eh, i ha nome ei Franke, aber de Migg cha zahle.» Besagter Migg mußte erst gesucht und herbeigewunken werden. Er hatte sich unterdessen nämlich an verschiedenen Schießbuden bewährt, was seine preisgeschmückte Brust offen demonstrierte. Nicht besonders eilig kam er zu seiner Angetrauten zurück. Lukasmann und Braut suchten ihm nun die restlichen Fr. 2.20 zu entlocken. Er aber geriet ob die-

sem Ansinnen in Rage und schwur, er bezahle keinen Rappen! Der Streit war da! Der Lukasmann gestikulierte wild und schimpfte dauernd über die böse Welt, ein Kantonschüler schlug vor, der Braut den Schleier zu konfiszieren, alle Anwesenden beteiligten sich schließlich an der Auseinandersetzung, für und wider Partei nehmend. Die Braut wischte sich die Tränen mit dem Schleier ab und verließ am Arm ihrer Mutter erbost und zutiefst getroffen den Schauplatz ihrer Heldenstöße. Gerade bevor die Polizei kam, beglich der Bräutigam unter gewaltigen Flüchten die Schuld und suchte ebenfalls das Weite, allerdings in einer andern Richtung als seine Braut. Wo und wie haben sich die beiden wohl wieder gefunden? St.

## Kleinigkeiten

Eine junge Frau führt einer Bekannten ihren hochautomatisierten Haushalt vor, Abwaschmaschine, Waschmaschine, elektrischer Blöcker, Kehrichtverbrennung usw. und bemerkt zum Schlusse nachdenklich: «Aber die Kinder muß ich immer noch von Hand waschen.»

Eine spanische Zeitung, über ein Filmsternchen: «Sie möchte so gerne Laureen Bacall möglichst ähnlich sein. So ist auch sie eine leidenschaftliche Leserin. Sie liest alles, was ihr in die Hände kommt, ob sie es nun versteht oder nicht.»

Georges Brassens: «Mein Uebername *der Bär* ist gut gewählt. Meine Beine sind kürzer als der Torso. Das gibt mir den wackligen Gang eines Bären. Und wenn ein Bär plötzlich anfinge zu singen, so sänge er sicher genau wie ich.»

«Können Sie mir fünfzig Franken leihen?» «Es tut mir leid, aber ich habe kein Geld bei mir.» «Und bei Ihnen zuhause?» «Geht es allen ausgezeichnet, danke.»

«Das erstaunlichste für ein Elternpaar», erklärte ein Familienvater, «dessen sämtliche Söhne und Töchter verheiratet sind und ihr eigenes Heim gegründet haben, ist die frappante Reduktion der Telephonrechnung.»

74 % der Studenten der Universität Nancy üben neben dem Studium eine Erwerbstätigkeit aus.

Zum ersten Male haben sich in La Rochelle drei Frauen zum Lotsenexamen angemeldet.

In einer Londoner Galerie sind zwei Aquarelle Hitlers zum Preise von 600 Pfund verkauft worden.

Das einzige Tröstliche an dieser peniblen Angelegenheit ist, daß davon dreihundert Pfund an die Flüchtlingshilfe gehen.

Zuschriften für die Frauenseite sind an folgende Adresse zu senden: Bethli, Redaktion der Frauenseite, Nebelpalter, Rorschach. Nichtverwendbare Manuskripte werden nur zurückgesandt, wenn ihnen ein frankiertes Retourcouvert beigelegt ist.

**WELEDA**  
MASSAGE- UND  
HAUTFUNKTIONSOEL

Wer seine Haut gesund erhalten will, muß sie schützen. Eine schützende Hülle verleiht Weleda Massage- und Hautfunktionsöl, das tief in die Haut eindringt, die Blutzirkulation anregt und ein wohliges Körpergefühl erzeugt. Es vereinigt Lavendel, Arnica, Rosmarin und Birke auf der Grundlage reifen Pflanzenöles und ist selbstverständlich – als Weleda-Präparat – absolut naturrein. Das Öl wird gerne auch zu Luft- und Sonnenbädern genommen.

Kleine Flasche Fr. 3.10  
Große Flasche Fr. 8.40

Verlangen Sie die kostenlose Zusendung der Weleda-Nachrichten

**WELEDA** ARLESHEIM

Das ist mein Nähfaden  
**Mettler**  
Qualitäts-Nähfaden

E. METTLER-MÜLLER AG. RORSCHACH

Bethli

## Eine Handvoll Confetti

gesammelt aus dem Nebelpalter  
112 Seiten. Fr. 6.75

«Ein gelungenes kleines Werk, das sich als Geschenk für Ihren sauerköpfischen Ehegespons, für gute Freunde, aber auch für Sie selber ausgezeichnet eignet. Der echte, feine Humor, der aus jeder Zeile dieses geradezu gute Laune ausstrahlenden Büchleins spricht, wirkt buchstäblich ansteckend.»

Switzerland. Metall- und Uhrenarbeiter-Zeitung

Als Reiseunterhaltung - eine Nebelpaltung!

Besuchen Sie das  
**Heimatmuseum Rorschach**

Eindrucksvolle Darstellungen aus Natur und Geschichte des Bodenseegebietes. Rekonstruktionen stein- und bronzezeitlicher Wohnstätten in natürlicher Größe mit allem Inventar. - Kunstaustellungen. - Täglich geöffnet

Eine Wohltat für die Füße

**GEHWOL** Flüssig

hilft gegen schmerzende und überanstrenzte Füße, Fußbrennen, Fußschweiß und Fußjucken. Es schmiert und fettet nicht, dringt schnell in die Haut ein.

**GEHWOL** Balsam

hält die Füße trocken und geruchlos, macht sie frisch, sorgt für gute Durchblutung und normalisiert die Schweißabsonderung.

**GEHWOL** Fußcreme

hat sich seit über 70 Jahren bei starker Beanspruchung der Füße, bei Wanderungen, Märschen und Strapazen bewährt, verhüttet Blasenlaufen.

Gratismuster franko und unverbindlich durch La Medicalia, Casima (Tessin)