

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 89 (1963)  
**Heft:** 49

## Werbung

### 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:** 24.04.2026

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

## Schülerweisheit

Gymnasiasten an einer großen helvetischen Kantonsschule pflegen als Schulordnung zu zitieren:

Paragraph eins: Der Lehrer hat immer recht.

Paragraph zwei: Sollte sich der Lehrer einmal irren, dann tritt automatisch Paragraph eins in Funktion. BD



## wenn wenn

Wenn die Dicken wüßten, wie sehr die Schlankheitsapostel und Mannequins sie um das Vergnügen beneiden, alles nach Herzenslust essen zu können, würde es ihnen doppelt so gut schmecken ...

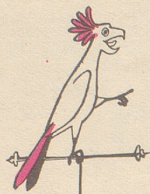
● Susan Barter

Wenn irgendwo nicht so heiß gegessen wird, wie es gekocht wurde, dann bei den Catchern.

● Die Woche

Wenn man sich doch den Hunger weghypnotisieren lassen könnte ...

● Allgemeine Volks-Zeitung



## Bitte weiter sagen

Der Stolz und der Hochmut, ein seltsames Paar!  
Es nistet am liebsten grad unter dem Haar.

O Mensch sei nicht träge, gib beiden den Lauf, denn was in den Kopf steigt kommt von unten herauf!

Mumenthaler



## aufgegabelt

«Basel gleich Schwachschtrohml!», grinste letzthin bei einem Aperitif ein Limmatathener mit Schnapsglas zu einem hiesigen Obstsaftschlürfen. «Jä gäll», replizierte da der Bebbi, «bi uns hett halt nit jede-n-e private Stausee im Kopf!»

Genossenschaft



## Aetherblüten

In der Sendung «Das Wort wird niemals Asche» über verbotene Literatur von Ovid bis Henry Miller aus dem Studio Zürich erlauscht: «Die Zensur hat in keinem Fall zu klären vermocht, ob der Mensch vom Affen abstamme.» Ohroh

## Ansichtssache

«Jo was», sagt der Mann von der Straße zum greisen Mütterlein, «zweienüünzgi sind Si? Das isch aber es schööns Alter!»

«Händ Si en Aanig», protestiert die Greisin, «woni zwänzgi gsii bi, sääb isch es schööns Alter gsii!» fh

## Warum

ist es nicht möglich, ohne eine gut dotierte Sanitätskiste in gut erreichbarer Nähe, eine Sardinenbüchse zu öffnen oder unter dem halb aufgewürgten Deckel diese netten Fischlein in Möcken herauszürübeln? M P-B

Mineralquelle Eptingen

# Pepita

Grapefruit

ABER DAS ECHTE

Seit Jahren in seiner ausgewogenen Mischung von Herbheit und Süsse unerreicht! Aber nur echt mit dem Namenszug **Pepita**



SCHLADERERS echter Schwarzwälder Himbeergeist und Apricot

Schon der Duft verbeißt höchsten Genuss —  
das vollkommene Aroma  
übertrifft Ihre Erwartungen!

Jedes gute Fachgeschäft wird Ihnen SCHLADERER empfehlen.  
Bezugsnachweis Tel. 051 / 42 33 32 Generalvertr. Emil Benz Import AG. ZH



40

## Abteilung halt – Säcke ablegen!

Eine Rast nach mehrstündigem Marsch ... das tut gut! Ein wenig Ruhe und eine stärkende Zwischenverpflegung, die nach diesen Anstrengungen besonders gut schmeckt. Wo Kräfte verbraucht werden, müssen neue gespeichert werden. Erst dann ist das Gleichgewicht wieder hergestellt. Aber Kräfte speichern, ohne sie zu verbrauchen, das wird zur Belastung ... zur Überbelastung. Das verlangt vom Kreislauf mehr Arbeit, belastet das Herz, den ganzen Organismus. So sterben Männer in den besten Jahren, weil sie eine halbe oder sogar eine ganze Vollpackung an Übergewicht mit sich herumschleppen ... Und das nicht nur für einen mehrstündigen Marsch, sondern Tag für Tag, Jahr für Jahr, bis das Herz einmal nicht mehr mitmacht. Männer, die einen Beruf mit sitzender Tätigkeit ausüben, laufen besonders Gefahr, eine «permanente Vollpackung» auf dem Lebensweg mitzuschleppen. In einer kürzlich

auf Grund von Material der VITA Lebensversicherungs-Aktiengesellschaft ausgearbeiteten Untersuchung über die Zusammenhänge von Körpergewicht und Todesfällen erbringt Prof. Dr. med. E. Grandjean, Direktor des Instituts für Hygiene und Arbeitsphysiologie an der Eidgenössischen Technischen Hochschule, den Beweis, dass Angina pectoris und Herzinfarkt bei vorwiegend sitzender Lebensweise häufiger auftreten. Allerdings ist das Sitzen – im Büro, im Auto oder Zuhause – zum Lebensstil unserer Zeit geworden. Männer in verantwortungsvollen Stellungen sollten auch in ihren Ernährungsgewohnheiten verantwortungsbewusst handeln. Ihre Devise sei: Die Vollpackung von Übergewicht sukzessive abbauen und definitiv im «Zeughaus der alten Gewohnheiten» abgeben.

*Auch übergewichtige Menschen können heute – in allzu schweren Fällen allerdings mit erhöhter Prämie – Lebensversicherungen abschliessen. Die VITA lässt es jedoch dabei nicht bewenden: Schon vor über 35 Jahren schuf sie ihren Gesundheitsdienst, der den Versicherten neben andern Leistungen alle zwei Jahre eine Untersuchung bei einem frei gewählten Arzt gewährt. Diese regelmäßigen Kontrollen sind gerade bei Fettleibigkeit, die an der Grenze zwischen Gesundheit und Krankheit liegt, besonders wertvoll. Die Ratschläge des Arztes haben viele Menschen davor bewahrt, diese tückische Grenze zu überschreiten.*