

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 90 (1964)  
**Heft:** 29

## 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](#)

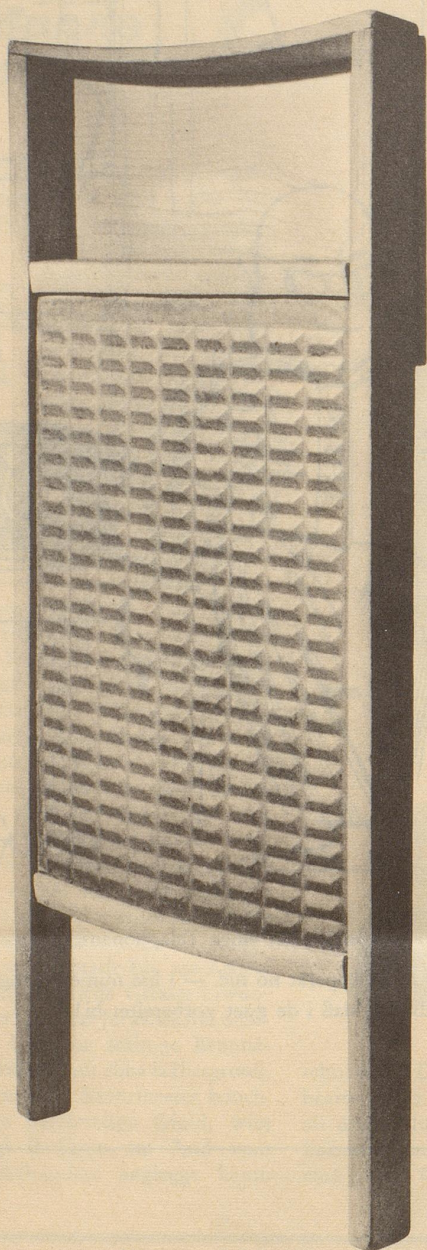
### Terms of use

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](#)

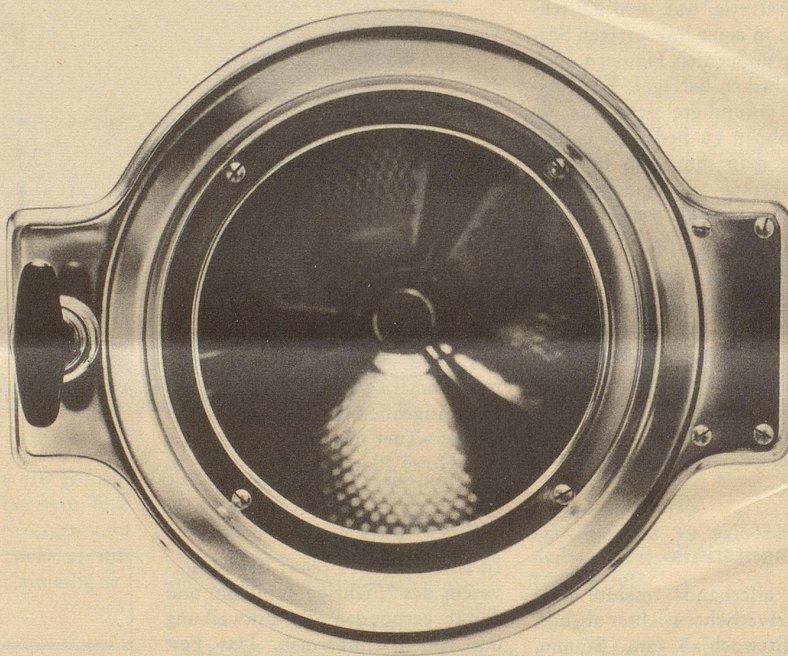
**Download PDF:** 15.01.2026

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





## Wieso kam MinVitin als das Waschbrett verschwand?



Waschtag – das war der allerstrengste Tag im Haushalt unserer Mütter. Ja, sogar noch in den Vierziger- und Fünfzigerjahren wurde bei uns mit dem Waschbrett gewaschen. Wie mühsam war das noch und wieviel Kraft brauchte man dafür! Heute drücken wir einfach auf Knöpfe. Apparate leisten die strenge Arbeit im Haushalt, im Gewerbe und in den Fabriken. Früher waren allerhand strenge Verrichtungen an der Tagesordnung. Dies verlangte Kraftaufwand (was mühsam war), brachte aber den Kalorienhaushalt ins Gleichgewicht (was gesund war).

Und wir Leute von heute? Wir essen gleich viel und womöglich sogar nahrhafter als unsere Vorfahren. Gleichzeitig überlassen wir körperliche Anstrengungen unseren modernen Apparaten. Die Mechanisierung wäre zweifellos ein Fortschritt, wenn... ja, wenn der Körper nicht jede

Maschinenleistung mit einem Gewichtszuwachs bezahlen müsste. Zwangsläufig, denn unverbrannte Kalorien setzen sich als Fett an.

Übergewicht ist gefährlich. Die Statistiken der Lebensversicherungs-Gesellschaften rechnen uns schwarz auf weiss vor, dass die Lebenserwartung übergewichtiger Menschen bedeutend kürzer ist als die der Schlanken. Für das bequeme Leben und das gute Essen wird uns also in nicht allzuferner Zukunft die Rechnung präsentiert... Ob wir sie dann gern entgegennehmen?

Gescheiter ist es, die Gewichtsrechnung schon heute zu machen. Über den Daumen gepeilt heisst sie: Körperlänge minus 100 cm = Normalgewicht in kg. Was darüber ist, setzt die Lebenserwartung unerbittlich herab.

Spricht Ihre Waage eine klare Sprache? Gilt es, Ihr Normalgewicht wieder zu erreichen... und

dann zu halten? MinVitin hilft Ihnen. Es wurde speziell für berufstätige Leute geschaffen – für Leute, die schrittweise abmagern wollen, ohne dabei ihre körperliche und geistige Leistungsfähigkeit zu reduzieren; für Leute auch, die ohne Diätkocherei mit Ihrer Familie essen wollen; für jene schliesslich, die auswärts essen.

Wählen Sie noch heute Ihren Weg zur Schlankheit – und beginnen Sie schon morgen mit Ihrer Vollkur, mit Ihrem wöchentlichen Schlankheitstag oder dem Ersatz einzelner Mahlzeiten durch MinVitin. Wissen Sie, dass Ihnen MinVitin die gute Laune für die Zeit des Schlankerwerdens garantiert? Und viel Abwechslung erlaubt? Einmal als knuspriges Biscuit – ein andermal als würzige Suppe oder süsser Drink? Ihre nächste Apotheke oder Drogerie führt das reichhaltige MinVitin-Sortiment.

Dr. A. Wander AG Bern

  
**minVitin**

– Ihr Weg zur Schlankheit