

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 91 (1965)  
**Heft:** 45

**Artikel:** Ueberfüttert  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-505242>

### **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:** 02.04.2026

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



*Elsa von Grindelstein*

## Guter Mond

Oftmals in quälenden Träumen  
wollte voll Groll ich mich bäumen,  
doch schienst Du mir dann ins Gemach  
ward ich beruhigend wach.

Will mich ein Schmerz übernehmen  
und haben in heimlichem Grämen  
die Tränen mein Kissen befeuchtet  
hast Du mir tröstlich geleuchtet.

Du verscheuchst sowohl Tränen als Groll,  
besonders zur Zeit da Du voll.



## Spruch

Man sagt, ein Unglück komme sel-  
ten allein. Wie wahr! Meistens  
kommt es mit so einem Unglücks-  
raben, der es ankündigt. Bob

## DAS NEUE BUCH

### Respektloser Lebenslauf

Wenn man ebenso respektlos sein wollte  
wie der Karikaturist Fritz Wolf, müßte  
man sagen, das Eindrückliche am Le-  
benslauf Adenauers sei vor allem des-  
sen Länge. Immerhin bringt es Wolf  
fertig, in seinem Bilderbuch «Adenauer  
- sein Leben» diesen Lebenslauf in fünf  
Dutzend Karikaturen darzustellen,  
wenn auch einseitig, nämlich aus dem  
Blickwinkel des leicht boshaften oder  
doch augenzwinkernden Zeitgenossen,  
dem zwar der Respekt, nicht aber die  
Achtung fehlt. Für Freunde wie für  
Feinde des Staatsmannes gleicherweise  
erheiternd und pikant. (Uwe Breker-  
Verlag, Köln.) B. K.

## Ueberfüttert

(Ernährungskundliches Musterbild)

Als er jung war,  
war er schlank,  
schlank gleich einem Schlauch,  
heut ist er  
bewegungskrank,  
überdick der Bauch.

Es ist so, als trüge er  
in dem Bauch ein Faß,  
wackelnd, watschelnd  
hin und her  
ohne Unterlaß.

Daß er sich ernährte, gut -  
doch er hielt nicht Maß,  
es verdickte ihm das Blut,  
weil er zu viel fraß.

So hat's schließlich  
er erreicht,  
einst Adonis, nett,  
daß er einer Tonne gleicht,  
voll und rund und fett.

Rolf



Porto **SANDEMAN** Sherry<sup>xc</sup>  
Bei Black Don kennen gelernt:  
Old Invalid Port,  
Apitiv Sherry, Tawny Port, White Port-  
Kostbares liegt im Sandeman

