

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 98 (1972)  
**Heft:** 30  
  
**Rubrik:** Telespalter

#### **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:** 23.02.2026

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



## FDH

Sie haben richtig gelesen. Es heißt FDH. Es handelt sich nicht um einen Druckfehler. Es geht dem Telespalter nicht um des Schweizers liebste heilige Kuh. Er will nicht über die Schweizerische Armee und auch nicht über deren Frauenhilfsdienst-Corps (FHD) schreiben. Er hat im Gegenteil einen Ratschlag. (Auch dicke Obersten werden ihm zustimmen.) FDH steht nämlich für den beherzigen Spruch: Friß die Hälfte.

Daß dieser Satz, besonders in der heißen Sommerszeit, auch für ganz normalgewichtige Menschen seine Berechtigung hat, weiß man dank unzähliger Artikel in Frauen- und andern Zeitschriften. Man kann aber auch durch den übermäßigen Genuss von allzuleicht genießbarer Fernsehkost krank werden. Das wußten Sie vielleicht noch nicht.

Für fernsehgeschädigte Kinder sind in den Vereinigten Staaten Entziehungsanstalten eingerichtet worden. In diesen Kliniken werden die jungen Patienten während zwei Jahren zu totaler Fernsehabstinenz angehalten. Man will versuchen, sie dadurch von schweren seelischen Schäden zu heilen und ihnen zu einem besseren Verhältnis zur Umwelt verhelfen. Fernsehübertreßene Kinder sind nämlich nicht mehr imstande, Wirklichkeit und Fernsehwirklichkeit zu unterscheiden.

Vorbeugen ist ja besser als heilen. Darum schlägt Ihnen der Telespalter Fernseh-teil-abstinenz vor. Unter dem Motto: FDH – Fernsehe die Hälfte, sollten Sie sich während der nächsten zwei Monate grundsätzlich nur die Hälfte Ihres gewohnten Konsums erlauben. Anfangen sollten Sie mit dieser Kur möglichst bald. Der olympische Sommer naht nämlich mit Riesen-schritten und passionierten Fernsehern wird ein Verzicht auf die tägliche Dosis dann sehr schwer-fallen.

Jetzt wäre der Anfang leicht. Der Telespalter hat es die vergangene Woche selber ausprobiert. Er hat ohne sonderliche Anstrengung seinen Konsum auf eine Stunde pro Woche reduzieren können.

Zwar hat es ihn schon sehr gelockt, am Freitag die schöne Ulla Jacobson einen Sommer lang tan-

zen zu sehen. Nach eifrigem Anti-Fernseh-Training während der ersten Wochentage ist es ihm aber gelungen, auf die berühmte erste Nacktszene auf der Kinoleinwand zu verzichten.

Ohne gute Vorbereitung wäre es sicher schiefgegangen. Dank guter Anfangserfolge konnte man aber durchhalten.

Den ersten Verzichtserfolg konnte man am Dienstagabend nach der Tagesschau buchen. Um 20.20 Uhr wurde eisern abgestellt. Zwar weiß der Telespalter nun nicht, welche interessanten Berufe das professionelle Rateteam an jenem Abend durch so geschicktes Fragen einkreisen konnte und er weiß jetzt nicht «Was sie sind». Aber das Bier im Eintrachtgärtli war sehr gut.

Am Mittwochabend ging es schmerzlos. Selbst dem eingefleischten Fernsehhöckler muß «Spiel ohne Grenzen» langsam zum Hals heraus-hängen. In bezug auf internationale Spiele ist der Appetit gesättigt.

Am Donnerstagabend war der Ver-

zicht schon schwieriger. Obwohl man sich schon vor Monaten anlässlich der Erstausstrahlung der Zukunftsabsichten der SBB hatte orientieren lassen, wäre in diesem Falle eine Vertiefung der Kenntnisse nützlich gewesen. «Auf Schienen in die Zukunft» war – so erinnert sich der Telespalter – eine ganz hervorragende Dokumentation. Man soll aber Vorsätze nicht leichtfertig brechen. Deshalb wurde auch der besagte Donnerstag ohne Fernsehen verbracht. Auch diesmal war das Bier im Eintrachtgärtlein ausgezeichnet.

Da der Telespalter ein gespalteses Verhältnis zum Sport im allgemeinen hat und auch ohne spezielle Vorsätze leicht auf die «Tour de France» verzichten kann, bereitete es keinerlei Schwierigkeiten, weder am frühen noch am späten Abend die Velofahrer alleine strampeln zu lassen.

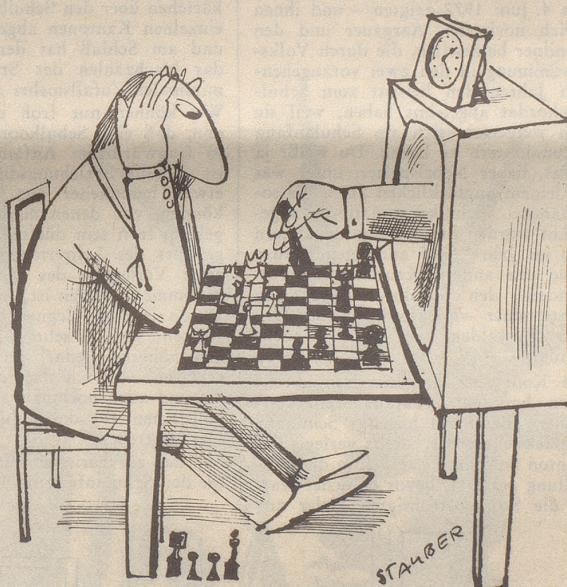
Sie sehen also: FDH ist gar nicht so schwierig. Der Telespalter kann für durchschlagenden Erfolg garantieren. Fangen Sie morgen mit der Kur an!

Telespalter

**Binaca Mundwasser ist teurer. Erleben Sie doch mal warum.**

Binaca Mundwasser macht sicherer sicher.

Denn es pflegt mit seinen 19 natürlichen Wirkstoffen, die auf wissenschaftlicher Basis ausgesucht sind. Von oben bis unten und von rechts bis links und von morgens bis abends und von abends bis morgens.



Ein Fischer kam nach Reykjavik, zu fischen nach dem Meisterglück; bescheidner Mann, Beweis genug: verzog sich scheu beim ersten Zug. Ein Fischer kam nach Reykjavik, gesucht von seinem Gegenstück.

Der Fischer kam als Großmogul, er brachte seinen eignen Stuhl, er liebt den tollen Rösselsprung, er liebt die Ehr, die Huldigung. Der Fischer kam, war da, ob zwar am Brett er kaum zu sehen war.

Für Schachfreunde:

**Der Fischer in Reykjavik**

Ernst P. Gerber

Ein Fischer kam nach Reykjavik, er hieß nicht Zack, er hieß nicht Zick, er tat nur so, das war sein Stil, ein Fischertanz statt Königsspiel. Ein Fischer kam nach Reykjavik ... so pflegen Fischer ihren Tick.