Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 100 (1974)
Heft: 16

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: 12.12.2025

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

Herz und Sport und TV

Um es gleich am Anfang zu sagen: Heute fasse ich mich kurz. Muss ich. Da habe ich nämlich dieser Tage etwas gelesen: «Herz- und Kreislaufkrankheiten haben in den letzten Jahrzehnten in den Industriestaaten stark zugenommen und stellen heute die *weitaus häufigste* Invaliditäts- und Todesursache dar.» Weiteres Stichwort in dem Zusammenhang: *Herzinfarkt!*

Was das mit Fernsehen zu tun habe? Nur noch einen Moment! Natürlich gibt es von nun an hier keinen ärztlichen Ratgeber, den «Pillenspalter» oder so.

Den zitierten Satz fand ich in einem Artikel zur diesjährigen Sammelaktion *«Herz und Sport»* der Schweiz. Stiftung für Kardiologie.

Denn die Ursachen für die Herz- und Kreislaufkrankheiten sind wohl bekannt: neben inneren Gründen wie ein erhöhter Blutdruck, ein Zuviel an Fetten, Zucker und Harnsäure im Blut sowie körperliches Uebergewicht, sind es anderseits äussere Faktoren wie zu üppige Ernährung, Nikotin- und Alkoholmissbrauch, ununterbrochene Nervenspannung und schliesslich der *Bewegungsmangel!*

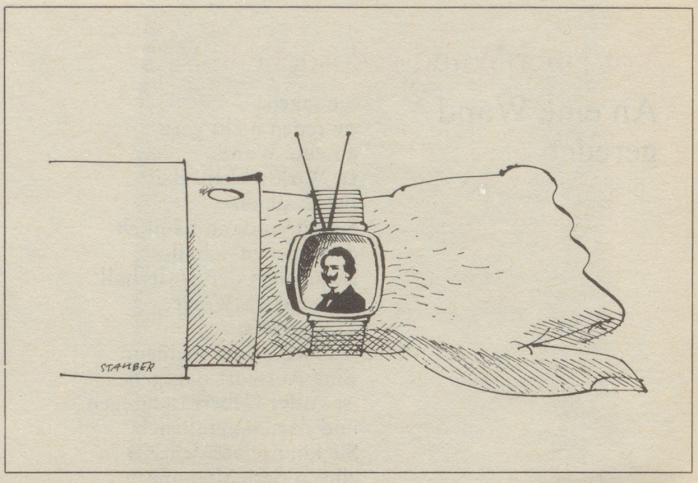
Ich weiss, Sie haben (auch) Ihre körperlichen Betätigungen! Erst vorletzte Woche mussten Sie abends ganz von selber in den vierten Stock steigen, als der Lift in Revision war. Gut. Zwar können Sie nun Abend für Abend Programm- und Feineinstellung am Fernseher mit dem neuen Gerätchen da vom Leder-Fauteuil aus besorgen. Aber es muss nur einmal die Gattin nicht zu Hause sein, und dann heisst es für Sie wieder drei- oder viermal am Abend zum Eisschrank pilgern und eine Büchse Bier holen ... Schreckliche Zeiten.

Nur, bevor ich gehe, noch einen einzigen Satz aus der «Herz und Sport»-Geschichte: «Uebergewichtige Personen trainieren am besten im Schwimmbad, auf dem *Fahrrad* – oder zu Hause auf dem *Heimtrainer* oder einem *Ruderapparat;* die beiden Geräte eignen sich ausgezeichnet zum Heimtraining – und kosten weniger als ein *Fernsehgerät.*»

So, nun muss ich aber. Das Velo wartet. Ich hatte es schon lange, aber nun hat mir letzte Woche meine Frau ostentativ die 74er-Nummer gekauft ...

Vielleicht schauen Sie sich, bei einem weiteren Sandwich und einem kühlen Bier, eine medizinische Sendung an. Ich würde mich wundern, käme nicht bald einmal gerade am Fernsehen eine «Herz und Sport»-Sendung, die eindrücklich zeigt, wie wichtig der Kampf gegen den Bewegungsmangel ist. Wäre.

Telespalter



Verunsichert

«Lasst euch nicht verunsichern!» sagte der Kanzler Willy Brandt zu seinen Parteigenossen. Verunsichern! In den Wörterbüchern dürfte der Ausdruck nicht stehn und ich möchte nicht behaupten, dass er mir bisher gefehlt hat. Wie aber soll man diesen sehr aktuellen Ausdruck ersetzen? «Lasst euch nicht bange machen!» oder «Lasst euch nicht unsicher machen!» Es gäbe wohl noch andere Möglichkeiten, wenn man aber heute liest, was gesagt und geschrieben wird, fühlt man sich verunsichert.

n. o. s.

Was um alles in der Welt macht man 22–45 Tage lang in Amerika?

GGK