

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 102 (1976)  
**Heft:** 23

**Illustration:** [s.n.]  
**Autor:** Woodcock, Kevin

### **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](#)

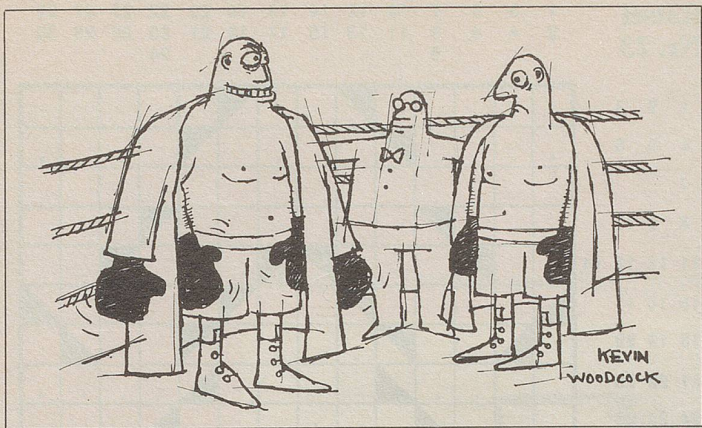
### **Terms of use**

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:** 20.02.2026

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





## Apropos Sport!

Die grossen Sommerferien stehen vor der Tür. Bald werden wieder unendliche Blechkolonnen über unsere Strassen kriechen und ihre Ableger bis in die entlegensten Alpentäler ausbreiten. Eine grosse Zahl Sonnenhungriger wird sich wieder Richtung Süden ans Mittelmeer, an die Adria, an die Küsten der Ägäis ergiessen.

Ferien! Endlich kein Zwang, etwas tun zu müssen; faulenzen, ausspannen! Die meisten ferienreifen Menschen träumen vorerst von diesen Dingen. Und so liegen sie an den Stränden, eingölt wie Sardinen in der Büchse, und lassen sich von der Sonne rotpinseln. Die Neuangekommenen erhalten nummerierte Liegestühle in der sechsten Reihe mit schöner Aussicht auf – die fünfte. Krebsrot und zapplig kehren sie nach den ersten Tagen mit einem unbeschreiblichen inneren und äusseren Brand ins Hotel zurück. Zum Schlafen wäre der zweckmässigste Ort der Schirmständer.

Glücklicherweise vertreibt die nach wenigen Ferientagen aufkommende Langeweile den Leuten die Lust, diese Art Ferien zu «geniessen». Viele verspüren nach kurzer Zeit, dass ein übertriebener Schongang weder die Erholung noch die geistigen Funktionen fördert, dass es viel eher zu einer verhängnisvollen Trägheit kommt. Verhängnisvoll deshalb, weil ein mit Schlafen, Dösen und ausgedehnten Bräunungs-Sonnenbädern verbrachter

Tag die denkbar schlechteste Vorbedingung für einen tiefen und erquickenden Schlaf während der Nacht darstellt. Gestörte Nachtruhe lässt einen aber unweigerlich in einen Teufelskreis hineinschlittern, der ein «Auftanken» in den Ferien verunmöglicht.

Nach Neumann ist dem Organismus das anzubieten, was er während des Arbeitsjahres entbehrt, was er zu wenig hat: echte Entspannung, Spiel, Luft und Sonne, Wetter und Abhärtung und vor allem Bewegung, viel Bewegung in jeder Form.

Daher der Slogan: Aktive Ferien! Aber eben, auch hier stehen Bequemlichkeit und Aktivität, Schlemmen und gesunde Ernährung im ewigen Streit miteinander.

Ein deutscher Kurort versucht seinen Gästen ihr schlechtes Gewissen durch das Angebot eines sogenannten «Kalorienpfades» zu erleichtern. Es handelt sich dabei um eine Art VITA-Parcours mit zusätzlichen Angaben über den Kalorienverbrauch. Wer soundso viele Kilometer in einer bestimmten Zeit zurücklegt, darf getrost eine Cremetorte mit Schlagobers verdrücken.

Wer noch einige hundert Meter hinzufügt, kann sich zum Vesper, ohne Hemmungen haben zu müssen, gar ein Hähnchen einverleiben. Alles nach dem Motto: Wenn du, dann darfst du ...

Ich hab' allerdings den leichten Verdacht, dass hinter diesem Kalorienpfad die Gastwirte des Kurortes stecken. *Speer*

## Giovannettis Kaminfeuer-Geschichten



Wie oft schon hatte die alte Wanze auf nächtlichen Streifzügen die Betten und Häuser gewechselt. Jetzt war sie enttäuscht als je, denn die Nahrung wurde von Tag zu Tag gehaltärmer, was sich negativ auf die Leistungsfähigkeit und den Seelenzustand der Wanze auswirkte. Sie schleppte sich auf den nächsten Flugplatz, ging an Bord eines Flugzeugs und rettete sich in die gesünderen Lebensbedingungen eines unterentwickelten Landes.

Die Meisen hatten mit Vorfreude auf den Moment gewartet: sie riefen den Frühling aus. Es war ein Ruf, der die hintersten psychischen Winkel der Hörenden erreichte und ein Glücksgefühl ganz besonderer Art hervorrief. Dieses Hervorrufenkönnen ist, zusammen mit der Schönheit ihrer Erscheinung, die höhere Berufung der Meisen.

## Kritiker

Ein Operettenkomponist, der in seinen Werken an altbekannte Melodien zu erinnern liebt, fragt einen Kritiker:

«Kennen Sie schon etwas von meiner neuen Operette?»

Worauf der Kritiker erwidert: «Wahrscheinlich.»

**VERSTOPFUNG warum  
KNOBELTEE?**

Dr. med. Knobels 9-Kräuter-Tee, ein Naturprodukt, wirkt mild auf verschiedene Verdauungsorgane. Deshalb keine Krämpfe und doch zuverlässige Abführung. Verhindert Blähungen, regt die Verdauung an. Mit und ohne Zucker wohl-schmeckend. Angenehm einzunehmen.

Original nach Dr. med. G. Knobel

Knobeltee-Tabletten Filterbeutel, Dragees in Apotheken und Drogerien

## Die Mutter

«Ich habe einen jungen Mann gesehen, der versucht hat, Ihre Tochter zu küssen.»

Die Mutter: «Und hat sie sich küssen lassen?»

«Nein.»

Die Mutter: «Dann war's nicht meine Tochter.»

**MALEX**  
gegen  
**Schmerzen**