

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 102 (1976)  
**Heft:** 37

## 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:** 03.04.2026

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



# Haben Sie schon mal einen Hasen mit Herzinfarkt gesehen?

Natürlich nicht. Ganz einfach, weil wir Hasen viel gesünder leben als Ihr Menschen.

Sehen Sie mich an. Ich habe Bewegung. Mehrmals täglich laufe ich frischfröhlich über Wiesen und Felder. Und ich esse gesund. Vorwiegend frisches Gemüse.

**Überhaupt glaube ich, dass genau da der Hase im Pfeffer liegt.** Wenn die Menschen sich mehr Bewegung verschaffen würden, wären sie auch weniger schlapp. Sie brauchen ja nicht gleich herumzuflitzen wie die Hasen. Ein bisschen Turnen, ein bisschen Schwimmen oder auch nur ein kleiner Spaziergang täglich reicht schon, um sich fit zu halten.

Apropos fit: ich heiße Flip und bin der Fitness-Hasen von AMC. Mit AMC

kann man nämlich auch gesünder leben. Und essen. Beispielsweise mit weniger Fett und praktisch ohne Wasser. **Dafür mit enorm viel Vitaminen, weil mit der AMC-Kochmethode die Vitamine, Nährstoffe und Spurenelemente besser erhalten bleiben.** Es ist nämlich gar nicht so schwierig, gesund und springlebendig

wie wir Hasen zu leben. Man muss nur wissen wie.

Das zeige ich Ihnen gerne. Sie brauchen nur den Coupon einzuschicken. Ich sende Ihnen darauf meine neueste Broschüre. Sie heisst «Flips Fitness-Fibel» und verrät Ihnen eine Menge toller Tips, wie Sie und Ihre Familie gesünder und besser leben können. **Es kostet Sie nichts und nützt Ihnen ein ganzes Leben lang.**

Also warten Sie nicht, bis es zu spät ist. Schicken Sie mir den Coupon lieber gleich jetzt.



Ihr Flip

Lieber Flip, Bitte schick mir Deine Broschüre «Flips Fitness-Fibel» damit auch ich fit bleibe und gesünder und besser lebe.

Meine Anschrift:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Bitte Coupon einsenden an:

**AMC Kundendienst**  
Alfa Metalcraft Corporation AG  
Buonaserstrasse  
CH-6343 Rotkreuz



**AMC-classic**

Das Edelstahl Koch- und Serviersortiment für eine gesunde Ernährung.

