

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 102 (1976)  
**Heft:** 40

**Illustration:** Anspecken!  
**Autor:** Wyss, Hanspeter

#### **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:** 13.01.2026

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

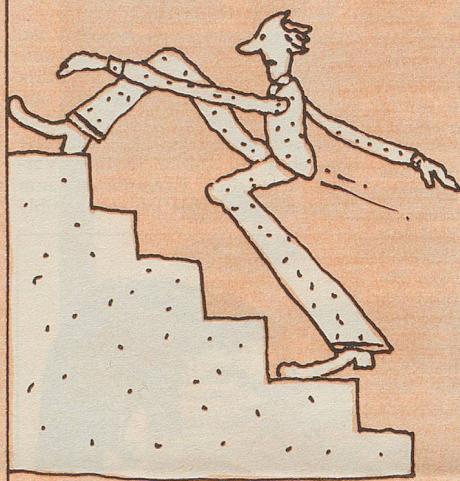
Hanspeter Wyss

Einmal mehr steht die eisige Winterzeit vor der Türe.

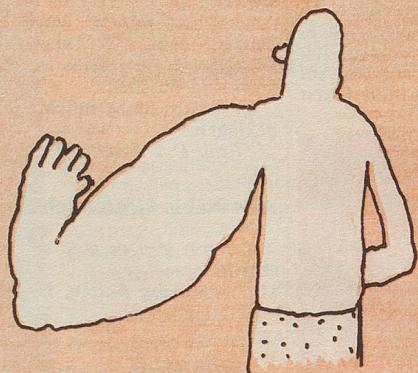
Jetzt heisst es:

# AUSSPECKEN!

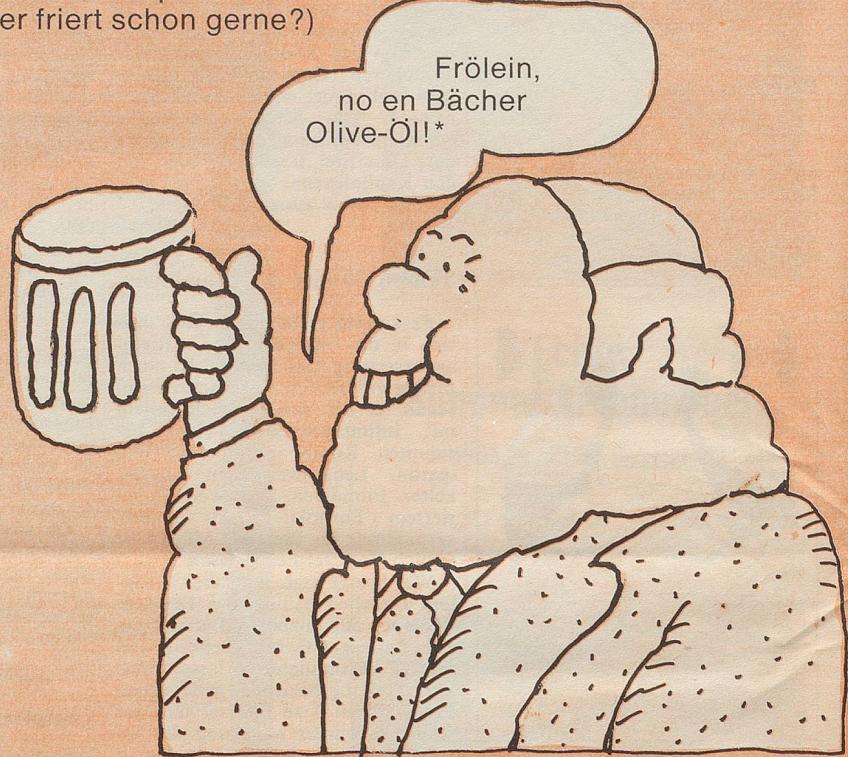
Und zwar kompromisslos!  
(Wer friert schon gerne?)



Damit sich Fett im Körper richtig ablagern kann (und uns so vor der strengen Kälte schützt), braucht es möglichst viel Bewegungslosigkeit; Treppen sollte man grundsätzlich meiden. In Notfällen darf einmal pro Woche der Lift benutzt werden (auf eigene Verantwortung).



Wichtig ist die gleichmässige Verteilung der Speckschicht. Was nützt ein gut isolierter linker Arm, wenn der übrige Körper vor Kälte klinrt?



Immer wieder hat sich die Welt gefragt, warum Griechen im Winter praktisch nicht frieren – erst 1975 konnte dieses Rätsel (rein zufällig) gelüftet werden.

\* Kann in unseren Breitengraden auch durch Lebertran ersetzt werden.



Regelmässig morgens und abends auf die Waage! Beträgt die tägliche Gewichtszunahme nicht mindestens 800 Gramm – sofort Arzt konsultieren!

Vergessen Sie nicht:  
Dick wirkt im Winter schick!

... Wenn Hubers damals auch angespeckt hätten, müssten sie jetzt auch nicht heizen ...

Hier ist der Traum jeder Frau in Erfüllung gegangen: Keine kalten Füsse mehr!

Mich fröstelt's richtig, wenn ich den sehe ...

Spätestens während der rauen Jahreszeit macht sich all die Mühe während des Anspeckens bezahlt.

Denk an den fürchterlichen Winter, Karl – und iss weiter!

Natürlich kann der Fortschritt des Wärmepolsters manuell gemessen werden (oben). Genauer ist aber zweifellos der Temperatur-Checkup (links).

HOSE