

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 104 (1978)  
**Heft:** 47

**Illustration:** "Man fragt sich manchmal, woher die kleinen Kerle all die Flüssigkeit hernehmen"  
**Autor:** Sigg, Hans

### **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:** 18.02.2026

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



## Liebet den Bundesrat!

Denn das sind eure Landesväter. Ja, wie sich der Bundesrat um euch, um euer Leben kümmert! Vor allem und solange es noch ungeboren ist...

Sollte dann aber euer eigenes Leben, jenes eurer Kinder und allfälliger näheren Verwandten

geschützt werden, vor Rasern, Betrunknen am Steuer, Abgasen und radioaktiven Strahlen, dann zieht euer Bundesrat seine liebe Vatermaske ab und stopft sie in eine seiner ohnehin übervollen Schubladen. Dann wird er wieder ganz Realist, Pragmatiker – und was der schönen Ausreden mehr sind. Ehrlicher wäre wohl: Krämer, Zauderer oder einfach Politiker!

Ein, ein einziges Beispiel nur, wieviel euer *Leben euren* Landesvätern wert ist. «Zahlreiche Studien haben ergeben, dass ab 40 km/h die Zahl der Toten und dauernd Geschädigten unter den *Fussgängern* rapid zunimmt.»

Also, würde man denken, hier schalten unsere besorgten Landesväter blitzartig und senken innerorts die Geschwindigkeit auf maximal 40 km/h. Meinen Sie? Wie naiv. Nein, nun beginnt der

Landesvaterrat Ausreden zu suchen, um vor allem Zeit zu gewinnen. Denn die Eile...

So sagt er uns zuerst, dass diese Studien halt im *Ausland* gemacht wurden. Und was wir von Ausländern (ausser denen, die bei uns ihr Geld deponieren) zu halten haben, wissen wir ja. Um aber doch seine Fortschrittlichkeit und Aufgeschlossenheit zu beweisen, führt der Bundesrat eine etwa dreijährige Versuchsphase in ausgewählten Gegenden der Schweiz durch. Nicht mit den 40, sondern selbstverständlich mit 50 km/h! Wer wollte denn auch gar so extrem sein...

Ich bin sicher, dass «unsere» Landesväter diesen Entscheid fantastisch tapfer und fortschrittlich finden. Sich selber natürlich auch. Eben, weil er ihre grosse Verantwortung dem Leben gegenüber zeigt. Denn sie standen wie-

der einmal vor einem grossen Dilemma: Wird nämlich dieser dreijährige Versuch die Resultate der ausländischen Untersuchungen *nicht* bestätigen, so werden in dieser Periode unzählige Autofahrer unzählige Male mit nur 50 km/h statt mit 60 durch Dörfer und Städte gefahren sein. Eine ungeheure Schreckensvision!

Sollten allerdings diese Ausländer mit ihren Studien recht gehabt haben, dann, ja, dann hat in diesen drei Jahren halt das eine oder andere Landeskinder, haben allenfalls ein paar oder gar Dutzende von Landeskindern ihr Leben gelassen oder sind zu dauernd Geschädigten geworden. Nicht umsonst! Beileibe nicht. Alles im Dienste der Wissenschaft und unseren so verantwortungsbewussten und lebensschützenden Landesvätern zuliebe. Danke.

## Apropos Sport

### Die «schonungslose» Therapie

Auch ein erster Herzinfarkt vermochte seinen ehrgeizigen Drang nach «Oben» nicht zu bremsen. Er wollte Erfolg, Ansehen, Reichtum. Pausenlos raste er hektisch von Besprechung zu Besprechung. Sämtliche Beförderungsmittel waren ihm zu langsam. In seiner Kommandostelle bellte er Anordnungen und Entscheidungen in Sprechanlagen und Telefone. Ruhepuls gab es bei ihm nicht, ständig lief seine Pumpe wie ein hochgezüchteter Formel-1-Motor.

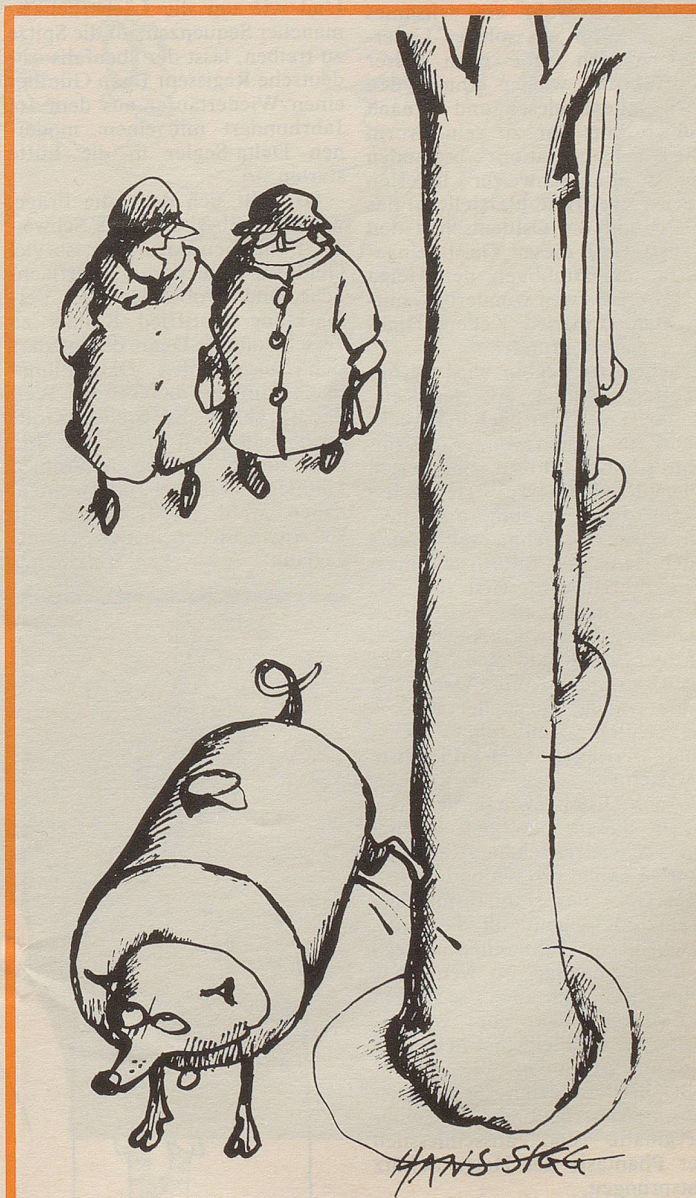
Zuerst will ich nach Oben, später hab' ich dann genügend Zeit, auszuspannen und die Früchte meiner harten Arbeit zu geniessen. Als ihn ein zweiter Herzinfarkt «groggy» schlug, war er Einkaufsleiter eines riesigen Industriekonzerns, verwaltete ein Jahresetat von 250 Millionen Franken, aber – war ein Herzkrüppel. Er kam allerdings davon, doch die geringste körperliche Anstrengung warf ihn um. Als ihm sein Hausarzt noch empfahl, sich auf das Schneiden von Rosen zu beschränken oder so zu leben, als hätte er nur noch ein Bein, war sein Selbstvertrauen vollends zerstört. Nach vielen deprimierenden Sprechstunden-Erfahrungen, die seine Moral noch tiefer drückten, traf er per Zufall einen Arzt, der ihm «schonungslose» Therapie verordnete: nicht Ruhe, sondern Belastung, nicht spazieren, sondern laufen hiess die Devise. Die ersten zehn Meter lief er in der entsetzlichen Angst, das Herz

könne erneut, ja sogar gänzlich versagen. Als nichts passierte, traute er sich von Tag zu Tag härtere Belastungen zu. Mit der Zeit entwickelte er sich zum Spezialisten seiner eigenen Krankheit, lernte sein EKG lesen, Puls und Blutdruck messen. Schritt für Schritt weitete er seinen Aktionsradius aus. Zeigten sich kleine Verengungserscheinungen im Brustkorb, legte er eine Gehpause ein. Sein labiler Kreislauf stabilisierte sich zusehends, und nach einigen Monaten war er in der Lage, längere Strecken in zügigem Tempo zu laufen.

Sein Ratschlag an all die vielen hektischen Zeitgenossen, die auf der Jagd nach Erfolg und Geld sich oft selbst verlieren: «Menschen, die im Stress leben, sollten wissen, dass sie eine grössere, intensivere Erholungspause brauchen als Menschen, die weniger stressbelastet sind. Sie sollten sich Zeit für die Bewegung nehmen und diese Bewegungszeit so lange einüben, bis sie automatisiert ist. Laufen wie Zähneputzen – als tägliche Hygiene.» Nichts gegen Rosenschneiden. Sicher eine beglückende Tätigkeit, nur als Therapiemassnahme für einen Herzinfarktpatienten bringt sie keinen Erfolg, denn der menschliche Organismus ist für echte Belastung «konstruiert» und nicht für Trägheit und Nichtstun. Interessant, dass dies vor 200 Jahren schon ein Mediziner entdeckte. Er verschrieb damals seinen Herzinfarktpatienten Holz-

sägen. Wenn Sie morgen Grossväter oder Grossmütter in Trainingsanzügen durch Wälder und über Wiesen laufen sehen, sind es möglicherweise solche, die einem Herzinfarkt davonlaufen...

Speer



«Man fragt sich manchmal, woher die kleinen Kerle all diese Flüssigkeit hernehmen.»