

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 113 (1987)  
**Heft:** 12

## 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:** 13.01.2026

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





## Wie sich Asthmakinder selber helfen

Aus dem Inhalt der Broschüre  
Wie Mark und Marianne lernen,  
mit ihrem Asthma zu leben.  
Training für Asthmanauten.  
Signale aus deinem Körper.  
Warnsignale für Asthma.  
Gegen dieses Tier.  
Bist du bestimmt nicht allergisch.  
Ich kenne meine Signale.  
Was tun, wenn Asthmasignale  
kommen?  
Wie ein Stein auf der Brust!  
Auslöser.  
Such mit Mark einen Weg aus  
dem beklemmenden Irrgarten!  
Deine Auslöser entdeckst du  
mit dem Logbuch.  
So besiegst du einen Anfall.  
Bau dir dein eigenes Raumschiff.  
Geheimnisvolle Botschaft  
aus dem Weltall.  
Bastelbogen.  
Aufwärmübungen zum Einturnen.  
Briefe an Mark und Marianne.  
Asthmanauten-Knacknüsse.  
Warnschild.  
Mein persönliches  
Telefonbuch.  
Was sagst du dem  
Arzt am Telefon?  
Lösungen  
zu den Rätseln.

**Ein ganzes Paket**  
Ein Buch für die Kinder,  
ein Spiel,  
verschiedene Beilagen  
wie eine Elternzeitung  
gehören zum  
**Medienpaket**  
**«Wie sich Asthma-  
kinder selber helfen»**



Schweizerische Vereinigung  
gegen Tuberkulose und Lungenkrankheiten

Spielschachtel 35 × 23 cm  
Broschüre 21 × 29,7 cm  
Elternzeitung 29,7 × 42 cm  
Poster 59,4 × 42 cm  
Asthmanautenspiel 59,4 × 42 cm  
Logbuch 14,8 × 21 cm  
Asthma-Schiebekarte 21 × 14 cm  
Abzeichen zum Aufbügeln auf  
T-Shirt



Herausgegeben von der  
Schweizerischen Vereinigung gegen  
Tuberkulose- und Lungenkrankheiten  
3001 Bern, Fischerweg 9

### Bestellschein

Ich bestelle \_\_\_\_\_ Ex. «Wie sich Asthmakinder selber helfen» zum reduzierten Selbstkostenpreis von Fr. 32.50 plus Versandkosten

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Einsenden an: Verlag E. Löpfle-Benz AG, 9400 Rorschach