

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 123 (1997)  
**Heft:** 17

## **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](#)

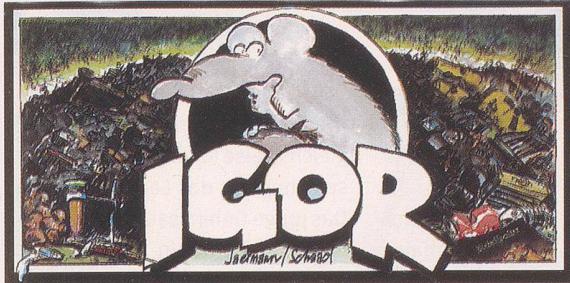
### **Terms of use**

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>**

# Bücher aus dem Nebelspalter Verlag



Jaermann/Schaad

## Igor

Leinenband mit Schutzumschlag, 80 Seiten, Fr. 24.80, DM 26.80

Igor, die Ratte, nagt seit Jahren am Zahn des Zeitgeistes im Nebelspalter. Eine grosse Fangemeinde hat den unbestechlich zynischen Widerling ins Herz geschlossen. Diese Comic-Strip-Sammlung zwischen zwei Buchdeckeln führt Igor einen Schritt weiter auf seinem Weg zur Kultfigur.

Georg Kreisler/  
Christoph Gloor

## Das Auge des Beschauers

Leinenband mit Schutzumschlag, 140 Seiten, durchgehend farbig, Fr. 112.-, DM 117.-



Christoph Gloor hat 33 berühmte Chansontexte von Georg Kreisler illustriert. Georg Kreisler hat seine Texte handschriftlich in die Illustrationen eingetragen. Seite für Seite ergeben Text und Bild ein wundervolles Ganzes, das das Beschauen zu einem einmaligen Erlebnis macht.

Im Buchhandel erhältlich

# Abonnieren Sie die «Schweizer Aussenwirtschaft»

Das Monatsmagazin der Schweizerischen Zentrale für Handelsförderung OSEC enthält eine Vielzahl von Informationen über die Auslandsmärkte.

- Markt- und Brancheninformationen aus allen wichtigen Märkten der Welt
- Aktualisierung der Vorschriften im Bereich Gesetze, Zölle und Steuern
- Jeden Monat in der Rubrik «Spezial» ein Hintergrundthema mit der Analyse wichtiger Entwicklungen in der Aussenwirtschaft
- Einen Euro-Teil, in dem Wirtschaftsthemen aus EU und EWR schwergewichtig behandelt werden
- Berichte über Veranstaltungen der OSEC zur Exportförderung
- Reportagen über internationale Messen

Ja,

wir abonnieren

- «Schweizer Aussenwirtschaft»,  
 Jahresabonnement für Fr. 95.-, inkl. MwSt. (für Mitglieder kostenlos)  
 Zusatzabonnement für OSEC-Mitglieder und Nichtmitglieder Fr. 75.-, inkl. MwSt.

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Abteilung \_\_\_\_\_

Funktion \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

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

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

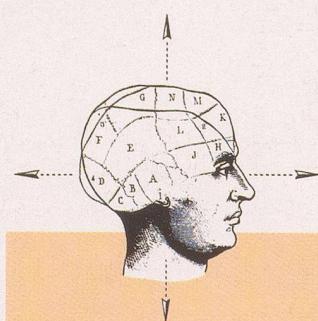
# Erinnern – Lernen – Denken

**Eine gutes Gedächtnis ist nicht nur Glückssache. Wer für eine ausreichende Durchblutung des Gehirns sorgt und regelmässig «Gedächtnis-Jogging» betreibt, hat die besseren Karten.**

Wo sitzt das Gedächtnis? Und welche der Milliarden von Gehirnzellen sind für die Erinnerung verantwortlich? Diese Fragen kann bis heute niemand genau beantworten – trotz der Anwendung von modernsten medizinischen Untersuchungsmethoden sind die Gedächtnisfunktionen ein grosses Geheimnis geblieben.

Das Gedächtnis organisiert sich

selbst. Das heisst, dass es von keiner übergeordneten Struktur Befehle bekommt. Das Gehirn empfängt und verarbeitet täglich Millionen von Informationen.



Und es entscheidet, welche dieser Informationen es speichert will. Unsere «kleinen grauen Zellen» erachten die meisten der

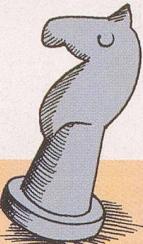
gehörten, erblickten, geschmeckten und erfühlten Sinnesindrücke als unwichtig. Höchstens ein Prozent der Informationen erreicht das Bewusstsein. Dieses eine Prozent ist entscheidend für eine Funktion, die untrennbar mit dem Gedächtnis verknüpft ist: die Funktion des Lernens.

Beim Lernen sollen Sinnesindrücke oder Gedankeninhalte für längere Zeit (oder sogar für immer) ins Gedächtnis «eingegraben» werden. Dies geschieht durch die Verknüpfung von Gehirnzellen, die zuvor nicht miteinander im Kontakt gestanden sind. Es entsteht ein dichtes Netz aus Nervenzellen, in dem sich Informationen «verfangen». Sie werden abgespeichert und bleiben – im Idealfall – jederzeit für das Bewusstsein verfügbar.

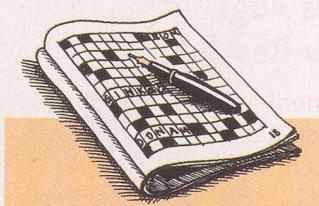
Ob man sich an ein Ereignis leicht erinnert, oder ob man es wieder vergisst, hängt von verschiedenen Umständen ab. Ganz wichtig ist die Bedeutung, die einer Information zugemessen wird. Der erste Kuss, die bestandene Autofahrprüfung oder der Tod eines nahen Angehörigen – für die meisten Menschen sind solche Ereignisse mit aufwühlenden Emotionen verknüpft. Entsprechend stark ist die Erinnerung. Sogar 50 Jahre später kommt es einem vor, «als sei es erst gestern gewesen». Anders geht es vielen Leuten, wenn sie Telefonnummern oder mathematische Formeln lernen müssen. Solche trockenen Informationen, die kaum Gefühle auslösen, kann man sich oft nur mit Mühe einprägen.

Auch das Alter spielt bei der Lernleistung eine wichtige Rolle.

Das Gehirn eines Neugeborenen enthält rund 100 Milliarden Nervenzellen, zwischen denen kurz nach der Geburt Billionen von Verbindungen entstehen. Dank



diesem riesigen, noch vergleichsweise leeren Gedächtnisspeicher fällt das Lernen leicht. Das junge Gehirn saugt Informationen auf wie ein Schwamm. Nur so ist es überhaupt möglich, dass ein Baby innerhalb weniger Jahre gehen und sprechen lernt. Mit zunehmendem Alter sind immer mehr Speicherplätze im Gedächtnis besetzt. Außerdem altern die Gehirnzellen und sterben teilweise ab. Deshalb lernt man als 60jähriger in der Regel nicht mehr so leicht wie ein Teenager. Auch klagen viele ältere Menschen über Erinnerungslücken und Vergesslichkeit. Nicht nur der Zufall bestimmt, ob jemand in der zweiten Lebenshälfte noch ein gutes Gedächtnis besitzt. Zwei Faktoren sind wichtig. Erstens das regelmässige Trainieren der Gehirnfunktionen: Wer geistig aktiv bleibt,



möglichst viel liest und immer wieder Neues lernt, betreibt «Gedächtnis-Jogging». Zweitens eine gute Gehirn-Durchblutung. Verschiedene pflanzliche Substanzen, speziell Extrakte aus Ginkgo biloba, können die Durchblutung und damit auch das Gedächtnis erhalten und fördern.

Probleme mit Konzentration und Gedächtnis?

**Gincosan**  
Ginkgo G301  
Ginseng G115

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.  
Pharmaton / Boehringer Ingelheim, Basel