

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 137 (2011)
Heft: 4

Rubrik: Impressum

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: 15.02.2026

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

Ernährungstipps für Ihr Sternzeichen

Widder

21. März bis 20. April



Gebackenes und Frittiertes sind gemäss den Sternen für Sie absolut positiv. Rohkost tut Ihnen nicht gut. Und dank Ihrem einigermassen starken Selbstbewusstsein tragen Sie Ihr Übergewicht mit Stolz und Würde.

Waage

24. Sept. bis 23. Okt.



Für Sie ist Miso und Sojasauce ausgesprochen wichtig. Wenn Sie jemanden zum Essen einladen, so sollten Sie nur langsam merken, dass diese Saucen nicht zu allen Gerichten passen. Schon gar nicht zum Dessert!

Stier

21. April bis 20. Mai



Sie lieben es pikant. Pfeffer, Senf, Ingwer und massenhaft Knoblauch. Zum Glück tut Ihnen auch Pfefferminz sehr gut. Sonst wären Sie bei Ihren Essgewohnheiten kaum beziehungsstauglich.

Skorpion

24. Okt. bis 22. Nov.



Bei Ihnen sind Wasser bindende Getränke wie Alkohol und Kaffee verboten. Sie brauchen vor allem eines, gutes und vitalisierendes Wasser. Spass können Sie dann im nächsten Leben haben.

Zwillinge

21. Mai bis 21. Juni



Sie benötigen viel lange gekochtes Gemüse. Was gut ist, so werden Sie aufs Alter kaum mehr die Ernährung umstellen müssen. Höchstens einen guten Pürrierstab müssen Sie sich dann noch zulegen.

Schütze

23. Nov. bis 21. Dez.



Starke Gewürze wie Chili, Pfeffer, Curry oder Paprika lassen Sie schnell überdrehen und peinlich wirken. Und da fragen Sie sich schon die ganze Zeit, wieso Ihr Partner seit Jahren eher fad kocht.

Krebs

22. Juni bis 22. Juli



Für Sie sind Desserts wichtig. Nicht Kuchen und Glacé, sondern Kompotte aller Art. Das sollten Sie beim ersten Date im Restaurant nicht gleich zelebrieren, so was verträgt eine Beziehung erst nach einigen Monaten.

Steinbock

22. Dez. bis 20. Jan.



Sie sind eigentlich sehr empfindlich gegenüber künstlich gereiften Nahrungsmitteln. Eigentlich. So gesehen sollten Sie in unseren Breiten eigentlich ein paar Kilo leichter sein, als Sie aktuell sind.

Löwe

23. Juli bis 23. Aug.



Als Löwe sollten Sie Dinge konsumieren, welche rot sind. Anstelle von Tomaten und Paprika schmeckt Tartar und Rotwein natürlich besser. Dank den Cholesterinwerten hat auch Ihr Gesicht den passenden Teint.

Wassermann

21. Jan. bis 19. Feb.



Für Sie ist alles, was sauer ist, optimal. Achtung: Das ist aber vor allem auf die Ernährung bezogen. Ihre Laune dürfte ruhig ab und zu etwas mehr Süsse vertragen.

Jungfrau

24. Aug. bis 23. Sept.



Besonders gut sprechen Sie auf frische Blattsalate, Mais und sonnengereifte Früchte an. Pepen Sie Ihr Leben ab und zu mit einem Wermut auf, Sie sind ja sonst schon eher ein langweiliger Typ.

Fische

20. Feb. bis 20. März



Gebratenes und frittiertes Fleisch sollte gemieden werden. Dafür sind Milchprodukte perfekt für Ihre Gesundheit. Ob Emmi für Sie nun ein Joghurt mit Schnitzelgeschmack lanciert, ist fraglich.

Impressum

Nebelspalter

Satiremagazin, gegründet 1875, 137. Jahrgang

Nebelspalter | Engeli & Partner Verlag
Bahnhofstrasse 17 | 9326 Horn
Abodienst 071 846 88 75 | Redaktion 071 846 88 76
Anzeigen 071 846 88 84 | Fax 071 846 88 79
verlag@nebelspalter.ch | www.nebelspalter.ch

Verleger

Thomas Engeli

Chefredaktion

Marco Ratschiller (Chefredaktor)
Michael Drosten (stv. Chefredaktor)
redaktion@nebelspalter.ch

Ständige Mitarbeiter

Andreas Breinbauer | Wolf Buchinger | Barbara Burkhardt
Gion M. Cavelty | Simon Enzler | Reto Fontana | Giorgio Girardet
Daniel Krieg | Benedikt Nötter | Jan Peters | Felix Renner
Roland Schäfli | Kai Schütte | Oliver Schopf | Andreas Thiel
Urs von Tobel | Claudio Zemp

Redaktionsassistentin

Patricia Sieber | patricia.sieber@nebelspalter.ch

Layout & Produktion

Tiziana Secchi (Leitung) | tiziana.secchi@nebelspalter.ch

Korrektorat

Brigitte Ackermann

Anzeigen

Roger Pfranger (Leitung) | leitung@nebelspalter.ch
Claudia Pfranger (Admin) | anzeigen@nebelspalter.ch
Angelina Donati (Mediaplanung) | mediaplanung@nebelspalter.ch

Abonnentendienst

abo@nebelspalter.ch | Telefon 071 846 88 75
Jahresabonnement Inland CHF 98.– (inkl. MWSt)
Schüler und Studierende CHF 75.–
Auslandabo (Priority) CHF 128.–
Probeabo CHF 20.– (3 Ausgaben)
Einzelnummer CHF 9.80
Der «Nebelspalter» erscheint 10x jährlich.

Druck

AVD Goldach | 9403 Goldach

Der Verlag haftet nicht für unverlangt eingesandte Manuskripte und Cartoons. Abdruck von Texten und Cartoons nur mit vorheriger Zustimmung der Redaktion.

Im Engeli & Partner Verlag erscheinen auch die Fachmagazine «KMU-Magazin» und «Innovation Management».

Nächster Nebelspalter

Der nächste «Nebelspalter» erscheint am **Freitag, 3. Juni** garantiert ohne diesen seit 475 v. Chr. belegten Rabbi-Witz:

Immer mehr Gläubige kommen ohne Käppi in die Synagoge. Der verärgerte Rabbi schreibt an den Eingang: «Betreten der Synagoge ohne Kopfbedeckung ist ein dem Ehebruch vergleichbares Vergehen.» Am nächsten Tag steht darunter: «Hab ich probiert. Absolut kein Vergleich!»