

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 141 (2015)  
**Heft:** 10

## 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:** 09.01.2026

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

Wie beeinflussen Sie durch Ihre Nahrungsgewohnheiten Ihre Gesundheit positiv?  
Hier finden Sie die Antworten – schnell und zuverlässig!

## RICHTIG ESSEN – GESUND BLEIBEN

Statt **49.90**  
**CHF 19.90!**  
LIEFERUNG  
GRATIS

Die besten  
Lebensmittel  
gegen die  
häufigsten  
Krankheiten

**Keine Medikamente!**  
**Keine Nebenwirkungen!**  
**Keine Extra-Ausgaben!**

Reader's  
Digest

Bauen Sie mit  
**KAFFEE** Abwehr-  
kräfte gegen  
lebensbedrohliche  
Krankheiten auf!

$\frac{1}{4}$  TL gemahlener  
**ZIMT** am Tag  
stoppt den  
gefährlichen  
Killer Diabetes!

Bekömmliche  
fettarme **MILCH**  
tut nicht  
nur Ihren  
Knochen gut!

### AUF EINEN BLICK:

- ▶ aktuellste Forschungsergebnisse und fundierte Informationen über die immense Heilkraft alltäglicher Lebensmittel
- ▶ massgeschneiderte Ernährungstipps und Ratschläge für 57 weitverbreitete Gesundheitsprobleme
- ▶ köstliche Rezepte, um gezielt – und mit Genuss – gegen chronische und akute Beschwerden vorzugehen
- ▶ Dieser einzigartige Ernährungs-Ratgeber ist Ihr unentbehrlicher Leitfaden für mehr Wohlbefinden:
- ▶ 288 optisch ansprechende Seiten
- ▶ 200 anschauliche Abbildungen und Fotos
- ▶ über 75 schmackhafte Rezepte
- ▶ leserfreundliches Format 22.5 x 26.1 cm



Ist Ihr **Morgenkaffee**  
Ihre **Geheimwaffe**  
gegen Krankheiten?



Sagen Sie noch heute **JA** zu Ihrer Gesundheit!  
Bestellen Sie Ihr reserviertes Exemplar  
jetzt per Telefon unter **0848 80 73 80**  
Versandkostenfrei!



Das Beste aus Reader's Digest AG  
Räffelstrasse 11 · 8021 Zürich  
Tel. 0848 80 73 80 · [www.dasbeste.ch](http://www.dasbeste.ch)  
[kundenservice-ch@readersdigest.ch](mailto:kundenservice-ch@readersdigest.ch)

## GESUNDHEIT ERFAHREN!

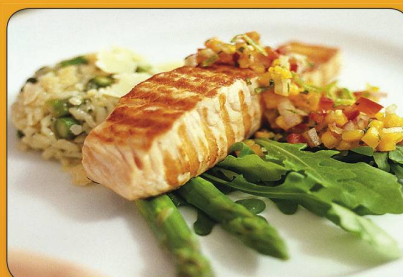


**... WIE SIE GEGEN  
ALZHEIMER VOR-  
BEUGEN KÖNNEN.**

Mit einem Apfel täglich  
schützen Sie Ihr Gehirn vor  
schädlichen Ablagerungen!

**... WIE SIE IHREN BLUT-  
DRUCK SENKEN KÖNNEN.**

Kaum zu glauben: mit köstlicher  
Zartbitterschokolade!



**... WIE SIE HERZ-  
LEIDEN BEKÄMPFEN**

Mit einer Portion Lachs, denn  
fettreicher Fisch enthält viele  
**Omega-3-Fettsäuren** – und die  
schützen Sie!