

Objektyp: **Advertising**

Zeitschrift: **Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin**

Band (Jahr): **89 (1963)**

Heft 45

PDF erstellt am: **10.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Mit 40 fängt das Leben an

Sich fast so jung wie seine Kinder fühlen... mit ihnen wandern und spielen... das ist mehr als ein schönes Hobby, das macht das Leben lebenswert. Doch dazu muss man beweglich sein, darf kein lästiges Übergewicht mit sich herumtragen.

Wussten Sie, dass man soviel Kilo wiegen sollte, als die Körperlänge 100 Zentimeter übersteigt? Beispiel: ein 177 cm grosser Mann sollte nicht schwerer als 77 kg sein. Natürlich ist das nur eine Faustregel. Starker Knochenbau und zunehmendes Alter erlauben ein geringes Plus an Gewicht.

Je grösser das Übergewicht, desto gefährlicher! Die Leistungsfähigkeit ist geschwächt. Man kann sich nicht mehr so gut bewegen. Jede Krankheit, jede Operation setzt den Übergewichtigen stärker zu. Die Statistiken der VITA Lebensversicherungs-Aktien-

gesellschaft weisen deutlich auf die geringere Lebenserwartung der Übergewichtigen hin. Besonders gefährdet sind die mittleren Jahrgänge. Schuld daran ist häufig die falsche Ernährungsweise, die den Lebensgewohnheiten der heutigen Zeit nicht entspricht. Dr. William Philips, leitender Arzt der United Cardiff Hospitals, hält die Überernährung für einen der grössten gesundheitsschädigenden Faktoren des modernen Lebens. Bei uns wurde Ähnliches festgestellt. So ist erwiesen, dass es um die Gesundheit des Schweizer Volkes nie so gut bestellt war, wie zur Zeit der Rationierung. Mass halten, weniger Kalorien zu sich nehmen, die wöchentliche Gewichtskontrolle durchführen – diesen dreifachen Rat sollten alle Übergewichtigen befolgen, damit sie länger und unbeschwerter jung sein können... denn mit 40 fängt das Leben an!

*MinVitin erlaubt dem arbeitenden Menschen ein schrittweises Abmagern bei voller Leistungskraft. MinVitin – Ihr Weg zur Schlankheit – ist für eine Vollkur oder Einzelmahlzeit ebenso geeignet wie für strenge Arbeitstage mit beschränkter Essenszeit. Es gibt MinVitin in Pulverform zum Anrühren oder MinVitin-Biscuits zum Knabbern. Wählen Sie unter den verschiedenen MinVitin-Sorten, süss oder würzig. Die einfachen Richtlinien für den Weg zur Schlankheit sind auf jeder Packung genau beschrieben.*