Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2011)
Heft: 2

Artikel: Der Zauber von Kräutern
Autor: Kuhn, Daniela
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-818744

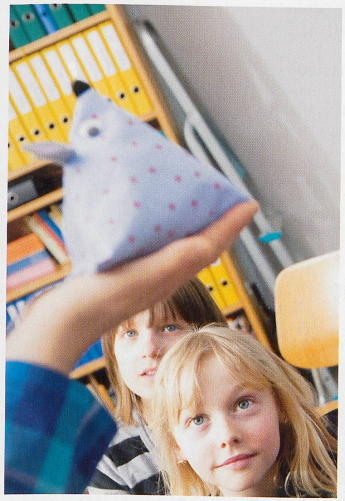
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 08.07.2025

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



Hanni Müller (linkes Bild), ihr Mann Walter Müller und Edith Aeppli ziehen die Kinder mit ihren Ausführungen in den Bann.

TRADITIONELLES WISSEN WEITERGEBEN_In der Primarschule Wildberg ermöglichen Wahlfachkurse den Austausch zwischen den Generationen. Dadurch werden Treff- und Austauschmöglichkeiten im Dorf geschaffen. VISIT durfte mit dabei sein.

Der Zauber von Kräutern

Text// **DANIELA KUHN** Fotos// **DANIEL RIHS**

Eine warme Frühlingssonne verleiht dem Dorf Wildberg im Zürcher Oberland etwas Festliches. Die Fahrt zum Schulhaus führt durch eine ländliche Gegend, vorbei an frisch bepflanzten Gärten. Die Schulkinder sind noch in der Pause, doch im Handarbeitszimmer wird bereits wacker vorbereitet. In wenigen Minuten beginnt das zweite Treffen des wöchentlichen Wahlfachs «Generationen», bei dem sich Primarschüler und ältere Dorfbewohner im Rahmen einer thematischen Lektion begegnen.

Junge und Alte haben sich etwas zu sagen

Heute geht es um Kräuter und ihre Wirkung. Initiantin des Wahlfachs ist Carmen Schiesser. «Wir nutzen das Wissen und Können von älteren Menschen einfach zu wenig», meint die Mutter von drei Kindern. Wie vielfältig die Unternehmungen mit älteren Menschen sein können, mag Carmen Schiesser von ihrer Mutter immer wieder erfahren haben: Hanni Müller gehört seit 20 Jahren der Ortsvertretung von Pro Senectute Kanton Zürich an, die letzten zehn Jahre in leitender Funktion. Sie und Walter Müller, ihr Mann, sind heute mit dabei. Aber auch die jüngste Generation: Carmen Schiessers Tochter Vivianne hat sich für das Wahlfach eingeschrieben, ebenso ihre Nichte Jamie.

Buben haben andere Interessen

Derweil ist Regula Bachofner dabei, den Kräuterquark auf die Brotscheiben zu streichen. Die Naturheilpraktikerin aus Wildberg hat auf ihrem Motorrad Kräuterpflanzen in kleinen Töpfchen, Kräuterquark, eine Kräuter- und Blumenmischung sowie einen selber gemachten Sirup transportiert. Den zehn teilnehmenden Mädchen von der ersten bis zur fünften Klasse wurde die «Kräuterfee» bereits in der letzten Lektion angekündigt. Die Buben haben sich für eines der drei anderen gleichzeitig angebotenen Wahlfächer entschieden, zum Beispiel für einen Computerkurs.

>>

HEINRICH & ERNA WALDER-STIFTUNG

AUSSCHREIBUNG KONZEPT- UND PROJEKTWETTBEWERB ZUM LEBEN UND WOHNEN IM ALTER

Die Heinrich & Erna Walder-Stiftung freut sich, 2011 ihren Konzept- und Projektwettbewerb bereits zum fünften Mal auszuschreiben. Gesucht werden **innovative, noch nicht realisierte Ideen, Projekte oder Konzepte zum Leben und Wohnen im Alter,** die im Kanton Zürich umgesetzt werden sollen.

Die **Gesamtpreissumme** beträgt maximal **CHF 100'000.–.**

Die **Eingabefrist** endet am **15. August 2011.** Alle Details zum Wettbewerb sowie das Wettbewerbsreglement und das Teilnahmeformular finden Sie unter www.walder-stiftung.ch in der Rubrik «Konzept- und Projektwettbewerb 2011».

HEINRICH & ERNA WALDER-STIFTUNG

Geschäftsstelle, c/o Pro Senectute Kanton Zürich, Forchstrasse 145, 8032 Zürich, Tel. 058 451 51 00, www.walder-stiftung.ch

Sicher ein- und aussteigen!

Wir bauen in Ihre **bestehende(!)** Badewanne eine Tür ein.
Absolut wasserdicht!
Nur 1 Arbeitstag, kein Schmutz!

Magic Bad®

www.magicbad-zuerich.ch
Auskunft und Beratung **076 424 40 60**

Hotel Jakobsbad
das Kurhaus
für aktive Senioren und für individuelle Betreuung und Pflege

Zeitlose Augenblicke im Appenzellerland

In würziger Voralpenluft entspannen, neue Kraft tanken und den Zauber der Natur erleben.

Für Ihr Wohlbefinden, Ihre Gesundheit und Mobilität:

- nach Krankheit oder nach Spitalaufenthalt
- als Uebergangslösung vor Eintritt in ein Alters- oder Pflegeheim
- bei Abwesenheit betreuender Angehöriger
- als Dauergast mit individuellen Ansprüchen
- Therapieangebote im Haus, persönliche Betreuung und Pflege durch die Gastgeberinnen und Pflegefachfrauen Alexandra Raess und Jolanda Hammel

Erleben Sie mit der *Appenzeller Ferienkarte* eine Fülle von *Gratisleistungen*: Schienen- und Bergbahnen Museen, Hallen- und Freibad, Sauna und Moorbad.

HOTEL JAKOBSBAD
9108 Gonten/Jakobsbad
Telefon 071 794 12 33 Telefax 071 794 14 45
www.hotel-jakobsbad.ch info@hotel-jakobsbad.ch

MITGLIED SCHWEIZER KURHÄUSER
QUALITÄTS-GÜTESIEGEL SCHWEIZ TOURISMUS
Appenzellerland. Vom Bodensee bis zum Säntis.

Die farbenprächtige Mischung der «Kräuterfee» Regula Bachofner (oben Mitte) duftet wunderbar.

Carmen Schiesser (mit der blau karierten Bluse) ist die treibende Kraft hinter dem Generationenprojekt.

>>

Kurz bevor die Pausenglocke läutet, betreten drei weitere ältere Gäste das Schulzimmer, sie alle wohnen in der Nähe: Edith Aeppli, Hedi Vögler und Anastasia Wattinger. Nach und nach finden sich jetzt auch die Kinder ein und nehmen auf den im Kreis angeordneten Stühlen Platz. Der bereitstehende Snack wird interessiert begutachtet: blumenförmige Brotscheiben aus dem Ofen von Carmen Schiesser, bestrichen mit feinem Kräuterquark aus dem Garten von Regula Bachofner und dekoriert mit einer Blüte des Gänseblümchens. In den Becherchen wartet der rote Sirup.

Was isch drin?

Nach der Vorstellungsrunde wird zuerst gesungen. Der Titel des Liedes, «Meischtens gaats guet», passt nicht schlecht: Denn bereits sind die Kleinen aufgefordert, Brötchen und Getränk zu probieren. «Könnt ihr erraten, was im Quark drin ist?», fragt Regula Bachofner. Einige Kinder strecken auf. Eines meint: «Schnittlauch!» Die weiteren Ingredienzien muss die «Kräuterfee» verraten: Minze, Sauerampfer, Löwenzahn, Spitzwegerich, Maggikraut, ein Blatt Müllerblümchen, ein Blatt Salbei – «alles heute Morgen gepflückt». Malaika sitzt neben Regula Bachofner, ihrer Gotte. Sie weiss: «Spitzwegerich ist gut für Wundsalbe.»

Zur Linderung von Schmerz und Krankheiten

Carmen Schiesser möchte von den älteren Gästen wissen, welche Kräuter früher heilende Verwendung fanden. Edith Aeppli erzählt vom «in der Fleischmaschine zerhackten» schwarzen Wallwurz, der ihr als

>>

«Wir nutzen das Wissen und Können von älteren Menschen einfach zu wenig.»

CARMEN SCHIESSER

SCHULER AUKTIONEN — seit 1984

Wenn Sie...

...Ihr vertrautes Heim auflösen müssen
...einen Umzug planen / sich verkleinern

Seit 26 Jahren helfen wir Ihnen
die damit verbundenen Probleme
mit einem umfassenden Service zu lösen:

Beraten • Schätzen
Nachlässe auflösen • Versteigern
inkl. Räumen durch unseren zuverlässigen Partner

Unser Expertenteam freut sich auf
Ihren Anruf: 043 399 70 10

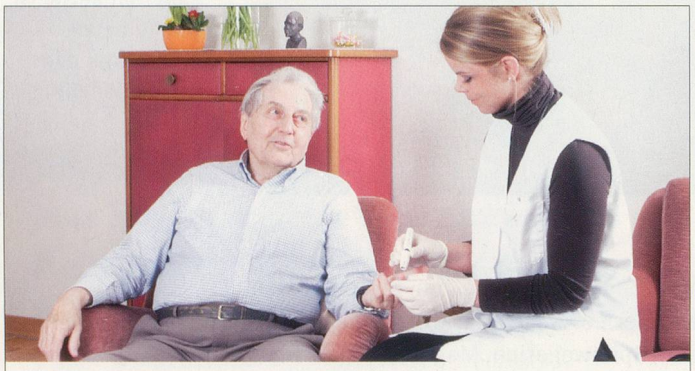
Schuler Auktionen - Seestrasse 341 - 8038 Zürich
info@schulerauktionen.ch www.schulerauktionen.ch

Die Stiftung Cerebral hilft in der ganzen Schweiz Kindern wie Pascal und deren Familien. Zum Beispiel mit Massnahmen zur Förderung der Mobilität. Dazu brauchen wir Ihre Spende, ein Legat oder Unternehmen, die einzelne Projekte finanzieren. Helfen Sie uns zu helfen.

cerebral
Helfen verbindet

ZEWO

Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind
Erlachstrasse 14, Postfach 8262, 3001 Bern,
Telefon 031 308 15 15, **PC 80-48-4, www.cerebral.ch**



PFLEGE UND BETREUUNG ZU HAUSE
RUND UM DIE UHR.
FÜR MENSCHEN JEDEN ALTERS.

Wir erbringen sämtliche Pflegeleistungen und betreuen Sie ganz nach Ihren Wünschen ab zwei Stunden oder tageweise. Unsere Einsätze leisten wir Tag und Nacht während 365 Tagen im Jahr. Wir entlasten pflegende Angehörige, Freunde und Nachbarn für kurze oder längere Zeit. Spitex-Visit ist von allen Krankenkassen anerkannt.

Spitex-Visit
Forchstrasse 145
8032 Zürich
Telefon 058 451 51 51
www.spitex-visit.ch
spitex-visit@zh.pro-senectute.ch

spitex-visit
Individuelle Betreuung und Pflege
im Kanton Zürich
Eine Dienstleistung von Pro Senectute Kanton Zürich

Seniorenresidenz «Oase am Rhein»

In Eglisau entsteht in unmittelbarer Nähe zum Rhein eine neue Residenz mit 42 modernen, hellen Alterswohnungen und einer eigenen Pflegeabteilung.

- 2½-, 3½-, 4½- und 5½-Zimmer-Wohnungen
- Pflegerische Unterstützung in den Wohnungen
- 24-Stunden-Sicherheit dank Notrufsystem
- Integrierte Pflegeabteilung

Erstbezug: Herbst 2011

Für ein unabhängiges Leben bis ins hohe Alter!

Die Residenz wird durch die Gemeinde Eglisau betrieben.

Weitere Infos: www.oaseamrhein.ch, Tel. 044 868 12 12

>>
Kind die Schmerzen nahm, als sie an einem Bänderriss litt. Walter Müller erinnert sich an die essigsaure Tonerde, die in Wickeln bei Verstauchungen half. Hanni Müller erzählt vom stark riechenden Knobelöl, das bei Erkältungen eingerieben wurde. Anastasia Wattinger, die in der Nähe von Athen aufgewachsen ist und seit fünfzig Jahren in der Schweiz lebt, berichtet von Oregano- und Salbeitee, den sie in ihrer Kindheit getrunken hat. Edith Aeppli kommt noch etwas in den Sinn: Hatte man Husten, wurden «Gschwellti» zerdrückt und in Zeitungen eingepackt und dann in Packpapier gewickelt. Das Ganze legte man auf die Brust.

Fürs Wohlbefinden

Danach wird gebastelt. Die Kinder dürfen ein vorgefertigtes Stoffsäckchen aussuchen und es mit der Hilfe der Gäste mit einer Kräutermischung stopfen, die das Einschlafen fördern soll. Der nach Pfefferminz riechende Beutel wird eine Maus mit grauen Filzohren und Schwanz, die Augen lassen sich die Kinder von Carmen Schiesser aufkleben. An der Nähmaschine geht es ruck, zuck, die einen nähen selber, die Kleinen lassen sich helfen. Sandra hat sich als einzige Erstklässlerin für dieses Wahlfach entschieden. Der Grund leuchtet sofort ein: Beim letzten Treffen war ihre «Gromi» mit dabei.

Zum Schluss werden Jung und Alt in drei Gruppen eingeteilt. Jede ist aufgefordert zu erraten, welches Gewürz oder Kraut sich in den mit Taschentüchern verdeckten Gläsern befindet. Zusätzlich stehen neun Kräuter vorne auf dem Tisch, auch sie sollen richtig benannt werden. Hanni Müller hilft mit ihrem Wissen mit: «Man verwendet es in bestimmten Weihnachtsguetsli», sagt sie, während sie das Glas ihrer Enkelin unter die Nase hält. Auch die beiden anderen Mädchen, die dabeistehen, kommen nicht darauf. Schliesslich rückt Hanni Müller mit der Auflösung heraus: «Sternanis.» Bei der Prämierung gewinnt ihre Gruppe. Und die «Kräuterfee» lüftet die Geheimnisse um die Pflanzen auf dem Tisch. Schon ist es bald zwölf Uhr, Carmen Schiesser fordert die Kleinen nochmals zum Singen auf. «Fruchtsalat» heisst das Lied, passend zu den mittlerweile knurrenden Mägen von Alt und Jung.

//SCHREIBEN SIE UNS IHRE MEINUNG!

Wie erleben Sie Generationenbeziehungen? Haben Sie Anliegen, die Sie jüngeren Menschen mitteilen möchten? Was freut, belastet Sie im täglichen Zusammenleben mit Jugendlichen? Ihre Meinung interessiert uns. Schreiben Sie an:
Pro Senectute Kanton Zürich, Redaktion VISIT, Forchstrasse 145, 8032 Zürich. E-Mail: visit-magazin@zh.pro-senectute.ch

//BUCHTIPPS

> Wie schön, dass du da bist...! Ein Lese- und Erlebnisbuch: Kinder und Senioren unter einem Dach. Vinzenz Kiener, Claudia Schmid (Hrsg.). Wien: Seifert Verlag, 2009.
> Grossvater, Kleinvater. Ein Bilderbuch für Kinder von Edward van de Vendel, mit Bildern von Ingrid Godon. Hamburg: Carlsen, 2007.
> Als Opa alles auf den Kopf stellte. Ein Kinderbuch von Marianne Musgrove. Weinheim: Beltz & Gelberg, 2010.
> Hurra, wir sind Ompas! Eva Zeltner. Oberhofen: Zytglogge, 2011.
> Eisenvogel: Drei Frauen aus Tibet – die Geschichte meiner Familie. Yangzom Brauen. München: Heyne, 2009.

//SPIELFILME

> Vitus. Ein Film von Fredi M. Murer, mit Bruno Ganz. Zürich: Frenetic Films, 2006.
> Ich will dich: Begegnungen mit Hilde Domin. Ein Film von Anna Ditges. Köln: Punktfilm, 2007.
> Gran Torino. Von und mit Clint Eastwood. Hamburg: Warner Home Video, 2009.
> Oben. Ein computeranimierter Spielfilm von Pete Docter. Zürich: Walt Disney, 2010.
> Das Ende ist mein Anfang: ein Vater, ein Sohn und die grosse Reise des Lebens. Ein Film von Jo Baier, mit Bruno Ganz. München: Universum, 2011.

//FACHLITERATUR

> Junge Bilder vom Alter. Werkbuch. Vera von Achenbach, Barbara Eifert (Hrsg.). Essen, Klartext Verlag, 2011. Dieses Werkbuch informiert über nachahmenswerte künstlerische und soziale Projekte zur Entwicklung realistischer Altersbilder an Schulen, in Kommunen, Bildungs- und Kultureinrichtungen und in Unternehmen. www.jugendbildervomalter.de
> Weitergeben! Anstiftung zum generativen Leben. Heiko Ernst. Hamburg: Hoffmann und Campe, 2008.
> Miteinander der Generationen: Projekte und Modelle. Susanne Brandt, Kira Wieczarkowiecz. Aachen: Bergmoser + Höller, 2008.
> Generationen – Strukturen und Beziehungen: Generationenbericht Schweiz. [Ergebnisse des Schweizerischen Nationalfondsprojekts]. Pasqualina Perrig-Chiello, François Höpflinger, Christian Suter. Zürich: Seismo, 2008.
> Enkelkinder und ihre Grosseltern: Intergenerationelle Beziehungen im Wandel. François Höpflinger, Cornelia Hummel, Valérie Hugentobler. Zürich: Seismo, 2006.

PRO SENECTUTE
BIBLIOTHEK UND DOKUMENTATION

Alle vorgestellten Publikationen können in der Bibliothek von Pro Senectute ausgeliehen werden: Tel. 044 283 89 81, bibliothek@pro-senectute.ch, www.pro-senectute.ch/bibliothek