

Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 17 (1909)

Heft: 5

Vereinsnachrichten: Zum Vereinsabend

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: 21.01.2026

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

brauchte Körperorgane bleiben schwächlich, verkümmern und neigen zu Erkrankungen. So bleiben die zu wenig gebrauchten Zähne klein und schlecht bewurzelt, außerdem bildet zu geringe Speichelabsonderung, die nur bei kräftiger Kaubewegung ordentlich vor sich geht, eine wichtige Ursache der Zahnfäulnis.

Die häufigste Ursache schlechten Kauens ist die schlechte Gewohnheit. Daher müssen Kinder unbedingt zu gutem Kauen angehalten werden. Ohne Zweifel ist dies wichtiger, als in der Auswahl der Speisen bei Kindern zu ängstlich zu sein. Gut gekaut sind eben viele sonst als schwer geltende Speisen unbedenklich. Noch verkehrter wäre es, wollte man den Kindern überhaupt keine Gelegenheit zum Kauen geben und ihnen in einem Alter, wo die Natur sie schon mit zwei Reihen kräftiger Zähnen ausgestattet hat, Breikost geben und alles halbwegs Feste einweichen. Nein, gerade dann ist es Zeit, sie ordentlich kauen zu lehren.

Bei Erwachsenen und leider auch bisweilen schon bei Kindern ist eine weitere Ursache des schlechten Kauens ein schlechter Zahnbestand. Schlechte Zähne, schlechter Magen, das ist

ein lange bekannter Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung. Daher müssen Magenfranke und solche, die es nicht werden wollen, alle kranken Zähne heilen oder entfernen lassen und, wenn nötig, künstlichen Zahnersatz schaffen. Endlich gibt es genug Menschen, denen in der Hast des Erwerbslebens zu wenig Zeit zum Essen bleibt. Sie müssen Kompromisse mit den Verhältnissen schließen, lieber in der Nähe essen, als die größte Zeit der Mittagspause zur Bahnfahrt verwenden, und die Zeit, die ihnen bleibt, wenigstens mit Sorgfalt — ungestört durch Zeitungslektüre — ihrer Ernährung widmen.

Es könnte vielleicht scheinen, als ob diese Forderungen der Hygiene übertrieben seien und den Kulturmenschen zu Rücksichten erzögen, die der Naturmensch nicht nötig hätte. Aber gerade das Gegenteil ist der Fall: Der Naturmensch betrachtet die Nahrungsaufnahme als den wichtigsten Moment des Tages und widmet der Zeit während und nach dem Essen eine Sorgfalt, die wir in unserer hastenden Kultur leicht vergessen.

(„Gesundheitslehrer“.)

Zum Vereinsabend.

Liestal, 20. Februar 1909.

Verehrte Anwesende!

I denk, es isch Euch alle glich, wenn, statt e Red cho z'schwinge,
Ich Euch, was uf em Herz mir lit, tue im=ne Versli bringe,
Vo Prosa hei gwüß alli gnueg im Alltagslebe z'schlucke,
Drum soll an üsem Johresfest d'Poésie füre rucke.

E herzlich fröhlig Willkomm entbiet ich zerst Euch alle,
Es freut mi, daß so viel si cho und hoff 's werd alle g'falle.
Für Unterhaltig do isch g'sorgt, 's het is fei Müü loh reue,
Und wenn's jetzt no recht g'müetlig wird, no tät's mi wirklich freue.

E Pflicht, die mir recht angenehm isch, ha=n=ich jetzt no z'erfülle,
'S wär g'wüß nit recht, wenn ich mi do in Schwiege würdi hülle;
'S betrifft die Gobe, die so rich vo überall si itroffe,
Mer hätte sicher niemals g'wogt, uf so e Sege z'hoffe.

Erlaubet mir, Ihr Geber, drum der beste Dank Euch z'pende,
 I hoff es regne Glück derfür Euch hüt an alle Ende,
 Das Euch bim zieh vo dene Los e gute Stern wird leite
 Und mög der Gewinnst Euch hintedri e rechte Freud bereite.
 I gseh voll Freud, daß d'Sympathie no lang nit isch im Wanke
 Für eusi Sach, drum han-n-ich au der hoffnungsvoll Gedanke,
 Es werde alli, die jekt hüt das Festli zäme fiere,
 Wenn mir is treffe übers Johr, als Mitglied funktioniere.
 E Franke Bitrag für e Johr, cha gwüß e jeds erschwinge
 Wenn me bidentt, was me derfür sich alles cha erringe,
 Durch eusi Kürs, wo ein wird g'lehrt, wie me tuet Chranki pflege
 Und wie ne Samariter mueß e Verband alege.
 E Liste ha-n-i mit mer brocht, druf mög sich jeds notiere,
 Wo 's mit eus Samaritere emole will probiere,
 Es reut Euch nie, das weiß i scho, drum tüend Euch nit lang bsinne,
 Denn wer nüt wogt, cha gwüß au nit dra denke, öppis z'gwinne.
 Daß d'Samariter in der Schwyz sich besser lehre kenne,
 Hätt me e Blättli, „s'Rote Chütz“ tuet's sich mit Name nenne,
 E menge guete Rot git ein der Inhalt mannigfaltig
 E Gratisbilag ghört derzue, die dient zur Unterhaltig.
 Zum Abonnere möcht i drum Euch alli animiere,
 Doch denk i, ganz so unb'schaut wird's feis dermit rischiere.
 Drum ha-n-i zum Verteile brocht en Anzahl dere Blätter,
 Wer's intressiert, bedien sich do und abonier au spöter.
 Daß euse Winterkurs isch z'End, isch wohl bekannt Euch alle
 Und dene, die de Kurs hei gno, hätt's sicher derbi g'falle.
 Drum werde alli enig si, wenn ich es Chränzli winde,
 Zum Dank de Lehrer, die derfür bereit sich hei loh finde.
 Und wenn jek morn s'Exame chunnt, an dem jo feis wird fehle,
 No, denk i, wird e jedes au si ganze Stolz dri stelle,
 Bewiese z'chönne mit der Tat, was me het chönne lehre,
 Und d'Leiter freut's ganz sicher au, wenn mir se so tüen ehre.
 Zum Schluß do wünsch i alle no e par vergnüegti Stunde
 Und hoff, daß s'feis bereue wird, wo sich bei eus igfunde,
 Und wenn Ihr alli Euri Gunst eus ferner weit verleihe,
 So blibt's nit us, daß der Verein wird blühe und gedeihe.

Vermischtes.

Das Halstuch. Es ist nicht leicht, die richtige, den besondern individuellen Verhältnissen entsprechende Abhärtung in jedem Falle zu finden, und nur zu häufig wird statt dessen entweder eine fanatische Anwendung kalten Wassers oder kalter Luft geübt, oder