

**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:** 20 (1912)

**Heft:** 18

**Artikel:** Zum Samariterabzeichen

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-547354>

### **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:** 27.04.2026

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

das heißt, bis zur angenehmen Müdigkeit durcharbeiten. Dazu ist jedes der bekannten Turnsysteme geeignet; jedenfalls müssen wir aber hauptsächlich jene Körperteile vornehmen, die für gewöhnlich feiern. Fast jeder Mensch strengt zum Beispiel die Bein- und Rumpfmuskeln genügend an, die meisten vernachlässigen aber die Rumpfmuskeln. Natürlich sollen nicht nur die Muskeln durch das Turnen gestärkt, sondern auch die andern Leibesorgane, vor allem die Eingeweide, sollen in ihrer Tätigkeit gefördert werden, was ja bei den verschiedenen Zimmerturnsystemen auch berücksichtigt wird. Das Turnen soll im Sommer möglichst bei offenem oder angelehntem Fenster, aber nicht im Zugwind stattfinden. Einen besonderen Wert haben diese mechanischen Übungen noch für Nervöse und Aufgeregte, denn sie beruhigen und sind deshalb ein harmloses Schlafmittel.

Wenn wir so für unseren Körper gesorgt haben, tun wir aber auch gut daran, nun gleich zu Bett zu gehen und fest zu schlafen. Das zumal von Mädchen viel geübte Lesen im Bett ist eine sehr verwerfliche Unsitte, denn es ist körperlich und geistig auf jeden Fall ungesund, zudem noch unzweckmäßig und unnütz.

Natürlich kann die letzte Abendstunde auch noch mit anderen nützlichen und angenehmen Dingen ausgefüllt werden. Ausnahmsweise werden wohl manchmal Schularbeiten zu beenden sein (Bei uns ist das wohl die Regel. Die Red.) und das schadet auch nichts, wenn es wirklich nur ausnahmsweise geschieht. Eine anregende und aufregende geistige Beschäftigung wird am besten stets vermieden, auch Briefschreiben und Bücher- oder Zeitschriftenlesen, zumal wenn man müde ist. Fast jeder Mensch hat ja noch seine besondern kleinen Beschäftigungen, die er sich gern für den Abend aufspart, zum Beispiel Blumengießen, Uhraufziehen, etwas Träumen im Garten, Notizen für den nächsten Tag machen. Dies wird er leicht noch neben der wichtigen Körperpflege bewältigen können.

Das aber müssen wir uns klar machen und stets zur Richtschnur nehmen, daß die obenerwähnte Körperpflege und der Schlaf das Wichtigste sind und daß ihre Verfürgung sich stets unangenehm an Gesundheit, Schönheit und Leistungsfähigkeit rächt. Wir müssen ihnen also lieber die unwichtigen Dinge opfern.

(„Gesundheitslehrer“.)

### Zum Samariterabzeichen.

Aus Zürich erhalten wir zu dieser Frage noch folgendes Eingefandt:

Gestatten Sie einer alten Samariterin einen kleinen Beitrag zur Samariterabzeichenfrage. Der Ausspruch des geehrten Einsenders des Artikels in Nr. 17 im „Roten Kreuz“ E. J. St.: „Prüfet alles und behaltet das Beste“, hat mich auf den Gedanken gebracht, wirklich zu prüfen und meine Meinung zu sagen. Erstens das Abzeichen für die Samariterinnen. Meines Erachtens ist doch unsere weiße Schürze mit dem roten Kreuz auf dem Latz das schönste Abzeichen unserer Tätigkeit als Samariterin.

Allerdings möchte ich hier beifügen, daß die Schürze weder Spitzengarnitur, noch rote Einfassungen, noch irgendwelchen Zierrat an sich haben soll, sondern diese Schürze soll einfach sein und bedarf keinerlei Firlefanz außer dem großen roten Kreuz, bestehend aus fünf gleichmäßigen Quadraten und soll das selbe in der Mitte auf dem Latz angebracht sein, denn diese Schürze soll nicht die Eitelkeit der Samariterin bezeichnen, sondern ihren Sinn für ihre Bestimmung.

Diese Schürze kennzeichnet die Samariterin bei Tag- und Nachtübungen zur Genüge, so

daß kein anderes Abzeichen für diese nötig ist. (Nebenbei hat doch jedes Vereinsmitglied noch das obligatorische Vereinsabzeichen).

Anderes verhält es sich bei den Herren mit ihrer Mütze. In diese Angelegenheit mische ich mich nicht, das ist ihre Sache. — Was nun die Armbinde betrifft, welche ja hauptsächlich der Abzeichendiskussion gerufen hat, so ginge meine Ansicht dahin, daß jeder Verein eine Armbinde anschaffen sollte, auf welcher statt dem roten Kreuz die Initialen des Vereins in gleicher Weise wie das rote Kreuz, entweder rot gestickt oder von rotem waschbaren Stoff ausgeschnitten, aufgenäht wären S. V....? Etwas Einheitlicheres kann man sich wohl kaum vorstellen.

Was nun die Kopfbedeckung der Samariterinnen anbetrifft, so finde ich diese nicht absolut notwendig. Sollte aber doch eine solche eingeführt werden, so wäre mir jedenfalls der weiße Pifechut am allerunpassendsten. Ein solcher Hut, wenn er z. B. bei Regenwetter getragen werden muß, sitzt bald auf dem Kopf wie ein Waschlappen und wie würde sich ein solcher Hut im Winter präsentieren? Viel eher gäbe ich einem leichten Lodenhut in anständiger Form meine Zustimmung, das wäre doch etwas für jede Witterung und jede Jahreszeit.

Es sind dies immerhin nur Meinungsäußerungen von der

Samaritermutter.

## Die Entstehung der Steinkohle.

Die Steinkohlen sind das Vermoderungsprodukt vorweltlicher Pflanzen und ähnlich entstanden wie der Torf in unseren Mooren. Die Pflanzen beziehen ihren Kohlenstoffgehalt einzig und allein aus dem Kohlenstoffgehalt unserer Luft, obwohl dieser nur 0,4 Prozent beträgt. Die Kohlenäure wird von den Blättern eingeatmet und in ihre Bestandteile Kohlenstoff und Sauerstoff zerpalten. Der Sauerstoff wird in der Hauptsache wieder ausgeatmet, während der Kohlenstoff der Pflanze als Baustein dient, aus der sie mit Hilfe der andern organischen Elemente, nämlich Wasserstoff und Sauerstoff, die sie dem aufgejogenen Wasser entnimmt, und dem ebenfalls dem Boden entnommenen Stickstoff, Stengel, Blätter und Blüten schafft. Wasserfreie Hölzer enthalten im Durchschnitt 50 Prozent Kohlenstoff, 42 Prozent Sauerstoff, 6 Prozent Wasserstoff, 1 Prozent Stickstoff und 1 Prozent Asche.

Stirbt die Pflanze ab, so verwest sie, wenn atmosphärische Luft hinzutreten kann. Dabei verbindet sich der Kohlenstoff mit dem Sauerstoffgehalt der Luft und kehrt als Kohlenäure wieder in die Atmosphäre zurück, um im Kreislaufe neuen Pflanzen zur Nahrung zu dienen.

Ganz anders gestaltet sich der Zeretzungsprozess, wenn die Pflanzen nach dem Absterben unter Luftabschluss gelangen, wie dies bei unseren Flachmooren der Fall ist, bei denen der Boden meist unter dem Grundwasserspiegel liegt oder doch, wie bei den Strandmooren, periodisch von den Meeresfluten unter Wasser gesetzt wird. Da der Sauerstoff der Luft nicht zu den Pflanzenüberresten gelangen kann, ist eine vollständige Verwesung ausgeschlossen. Es kann nur eine Atomumlagerung der Elemente der Pflanze selbst stattfinden. Unter Mitwirkung von Bakterien verbindet sich unter Gährungserscheinungen der vorhandene Sauerstoff mit einem Teil des Wasserstoffs zu Wasser und mit einem Teil des Kohlenstoffs zu der gasförmigen Kohlenäure. Mit der Verarmung an Kohlenstoff verbindet sich der Wasserstoff vorwiegend mit dem Kohlenstoff zu Methan, gewöhnlich Sumpfgas oder Grubengas genannt. Es trat also eine Anreicherung der vermodernden Pflanzensubstanzen ein unter gleichzeitiger Bildung von Wasser, Kohlenäure und Sumpfgas, von denen letztere teilweise entweichen, teilweise besonders nach Begrabung des Moores durch spätere Erdschichten in der Kohle zurückblieben. Bei