

<b>Zeitschrift:</b>	Das Rote Kreuz : officielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz
<b>Band:</b>	43 (1935)
<b>Heft:</b>	12
<b>Artikel:</b>	Les hygiénistes recommandent l'usage des condiments
<b>Autor:</b>	[s.n.]
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-973264">https://doi.org/10.5169/seals-973264</a>

### 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:** 12.01.2026

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

nal. Il faut également que ce concours ait été officiellement notifié à l'adversaire. Les missions travaillent dans ces conditions sont soumises aux droits et réglements militaires.

On espère qu'une protection effective sera accordée par le gouvernement éthiopien à toutes les missions médicales. Les missions jouissent de l'immunité assurée par la Convention. L'emblème de la Croix-Rouge ne peut être employé que pour les formations, le personnel et le matériel sanitaire protégés par la Convention de Genève.

Les membres du personnel, ainsi protégés, doivent porter au bras gauche le brassard blanc à croix rouge délivré et timbré par l'autorité militaire.

Toute formation sanitaire destinée à l'Ethiopie doit pouvoir fonctionner par ses propres moyens en un groupe unique ou, suivant les cas, en petits détachements sanitaires plus mobiles.

Le choix du personnel d'une mission médicale en pays étranger est extrêmement important. Une telle mission doit être dirigée par un chef compétent, expérimenté et possédant une autorité reconnue sur ses subordonnés. Le personnel médical et infirmier doit être de tout premier ordre. La Croix-Rouge éthio-

pienne a exprimé le désir que les équipes envoyées éventuellement par les sociétés de la Croix-Rouge comprennent exclusivement du personnel masculin.

Le Comité international de la Croix-Rouge a délégué en Ethiopie M. S. Brown et le Dr M. Junod, qui sont partis de Marseille le 24 octobre.<sup>\*)</sup> D'autre part, une ambulance suédoise, sous la direction du Dr Hylander, accompagnée de trois autres médecins, a quitté Stockholm le 22 octobre pour l'Ethiopie via Djibouti.

Cette mission comprend en outre du personnel, du matériel sanitaire et cinq camions automobiles.

Les indications données ci-dessus sont basées sur une documentation très obligamment fournie par le Comité international de la Croix-Rouge. Ce Comité continue à réunir tous renseignements utiles, à l'intention des sociétés nationales désirant répondre à l'appel de la Croix-Rouge éthiopienne, et les mettra volontiers à la disposition de ces sociétés, sur leur demande.

<sup>\*)</sup> C'est à cette mission qui s'est organisée à Genève, que la Croix-Rouge suisse a fait parvenir des vaccins, des sérum, du matériel de pansements et des médicaments.

(Réd.)

## Les hygiénistes recommandent l'usage des condiments.

---

On considère souvent les épices comme des substances irritantes et par suite on les exclut trop de l'alimentation; sans doute doit-on, comme le rappelle la Commission romande d'études alimentaires, manier avec art et modération les condiments, car c'est d'eux que dépend le goût des mets et aussi parce qu'ils peuvent fatiguer l'appareil digestif et saturer les muqueuses. Mais ils sont, grâce

à leur arôme, un tonique excellent de l'organisme, et de plus ils permettent de moins saler les mets ce qui est toujours sage. La plupart des épices purifient le sang et tonifient les nerfs, à condition toutefois d'être utilement associées, prises à bon escient et en petites doses; leur effet sur le corps varie du reste beaucoup selon qu'elles sont associées ou non aux aliments carnés. Outre les épices con-

nues comme l'anis, le cumin, le fenouil, la cannelle, le girofle, la vanille, le safran, le gingembre, etc., nos herbes potagères sont des plus recommandées. Citons les plus utiles: la menthe, le thym, la sauge, l'estragon, le laurier, le persil, le cerfeuil, le basilic, la marjolaine, la

sariette. Tous ces condiments et herbes aromatiques rehaussent les saveurs, facilitent la digestion et ont, paraît-il, selon une vieille science aryenne, une très heureuse action sur le système glandulaire.

## Wenn

unsere Vereins- und Privatabonnenten, welche zwei oder mehrere Abonnemente auf «Das Rote Kreuz» beziehen, sich selbst und uns viel Aerger und Zeitverlust ersparen wollen, so mögen sie sich folgendes merken:

1. Bis zum 10. Dezember ist an die Administration dieses Blattes zu berichten, wieviele Abonnemente gewünscht werden für 1936.
2. Bis zum gleichen Termin sind die *genauen* Adressen derjenigen Personen anzugeben, an welche die Zeitung verschickt werden soll.
3. Der Abonnementspreis für die *mehr-fachen* Abonnemente ist bis zum 15. Januar an die unterzeichnete Stelle zu senden. Postcheck III 877.

**Einzelabonnenten, die keine Nachnahmen wünschen, sind höflich gebeten, den Betrag von Fr. 4.— bis spätestens am 20. Dezember auf unser Postcheckkonto III 877 einzuzahlen.**

Die *ausländischen* Abonnenten werden ebenso höflich wie dringlich erucht, die Abonnementsbeiträge (Fr. 5.50 Schweizerwährung) **bis zum 15. Januar** einzusenden, oder uns mitzuteilen, bei wem der Betrag erhoben werden kann, ansonst wir annehmen müssten, es werde auf das weitere Abonnement verzichtet.

Es kann nur im Interesse unserer Abonnenten liegen, wenn sie sich genau an diese Vorschriften halten.

## Die Administration.

## A nos abonnés.

*Si* nos abonnés — isolés ou par groupes — qui reçoivent deux ou plusieurs numéros de *La Croix-Rouge* désirent s'épargner des ennuis et des pertes de temps, en nous les épargnant aussi, ils voudront bien:

- 1<sup>er</sup> aviser avant le 10 décembre notre Administration du nombre d'abonnements qu'ils prennent pour 1936;
  - 2<sup>me</sup> nous indiquer jusqu'à la même date, très exactement, les noms et les adresses des personnes à qui il faut servir un abonnement;
  - 3<sup>me</sup> nous adresser au Compte chèques III 877, à Berne, la somme globale des abonnements collectifs qu'ils ont commandés, et ceci jusqu'au 15 janvier.
- Les abonnés isolés qui ne désirent pas recevoir un remboursement voudront bien adresser la somme de frs. 4.— à notre compte chèques III 877 avant le 20 décembre.**

Les abonnés de l'*étranger* sont instantanément priés de nous faire parvenir la somme de frs. 5.50 (suisses) **avant le 15 janvier**, ou bien de nous faire savoir auprès de qui cette somme doit être prise en remboursement. A défaut de ces avis, nous devrions considérer que les abonnements ne sont pas renouvelés.

Il est dans l'intérêt de nos abonnés de se conformer strictement aux indications qui précèdent.

**L'Administration de  
«La Croix - Rouge».**