

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: 50 (1942)

Heft: 45: Armee-Sanitätsmaterial

Anhang: FHD Gattung 10 = SCF Catégorie 10

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>

FHD Gattung 10

SCF Catégorie 10

Beilage zur Schweiz. Rotkreuz-Zeitung - Annexe du journal de la Croix-Rouge suisse - Supplemento del giornale della Croce Rossa svizzera

La grande journée des complémentaires à Zurich

Le Général Guisan parle aux SCF.:

Complémentaires,

Nous autres Suisses sommes fiers: de notre beau pays, de ses institutions démocratiques, de nos libertés et surtout de notre indépendance pour le maintien de laquelle, quoi qu'il arrive, nous sommes irréductibles!

Nous voulons être aussi fiers de notre armée, dont vous êtes une partie intégrante, fiers de vous complémentaires, qui devez rester une élite.

Pour cela: n'oubliez jamais que vous exprimez la volonté de la femme suisse de servir le pays et que vous représentez toutes les Suissesses qui, dans l'ombre, remplacent courageusement les hommes sous les drapeaux, que votre uniforme de travail est, comme le nôtre, un uniforme d'honneur.

Dites-vous toujours que vous êtes la sœur ou la mère du soldat avec lequel vous collaborez.

Soyez gaies, soyez optimistes parce que seul l'optimisme construit et engendre la bonne humeur, tandis que le pessimisme détruit.

Vous avez vaincu les difficultés de tout début, vous avez résisté aux critiques. Celui qui marche droit ne craint rien.

Développez le véritable «esprit suisse», celui qui émane de notre terre.

Restez vous-mêmes et surtout *restez femmes* avec toutes vos qualités.

Ma reconnaissance va à vous toutes pour le travail que vous avez accompli, à vos dirigeantes et plus particulièrement à votre présidente, pour son inlassable et féconde activité, pour sa ténacité à mener à bien sa tâche.

L'armée a besoin de vous. Chaque complémentaire de plus est un homme gagné pour le front.

Je souhaite que cette journée augmente vos rangs et que de tout leur cœur, avec toutes leurs forces, les complémentaires servent le pays en vraies Suissesses!

Suggestions et conseils

Femmes et restrictions alimentaires.

Toutes réflexions faites, nous nous sommes demandés, avant que d'écrire ces lignes, si nous n'allions pas prêcher des converties ayant depuis longtemps déjà compris que les restrictions obligeaient, inévitablement, à un retour sur soi-même, à une sorte de révision des valeurs, afin que soit utilisé au maximum ce que l'on veut bien nous laisser dans tous les domaines. Ce qui paraissait être établi, consacré, sanctifié par l'usage s'est trouvé brusquement, du jour au lendemain, être supprimé sans que l'on en soit averti. Nous allons ici, avec l'aide d'une science que nous nous efforcerons de rendre le moins aride possible, étudier ensemble quelques aspects des restrictions choisies parmi les plus apparents.

L'éducation nécessaire de la femme.

Tant que l'on était en mesure de pouvoir acquérir tout ce qui est nécessaire — et ne l'était pas par surcroît! — on avait peut-être le droit de rire des personnes qui se penchaient, soucieuses, sur les problèmes de la vie, en se disant après tout que leur travail de bénédiction ne leur servirait directement pas à grand'chose et que les connaissances ainsi acquises ne feraient pas avancer le progrès. Evidemment, c'est un peu la goutte d'eau dans l'Océan que ce travail humain s'accomplissant depuis des siècles sans que la surface de la terre en soit affectée. Allez vous placer, je vous prie, en imagination, à quelques centaines de kilomètres de la terre et vous verrez ce qui reste de tout ce falbal

humain! Nous serions d'ailleurs bien embarrassés, malgré toutes nos découvertes, s'il nous fallait, du jour au lendemain, faire face à l'adversité naturelle à l'échelle du monde et non à *notre* échelle. L'orgueil nous perdra toujours et pourtant depuis des siècles, les philosophes nous vantent, en s'essouffant, les mérites de la modestie et de l'introspection. Passons.

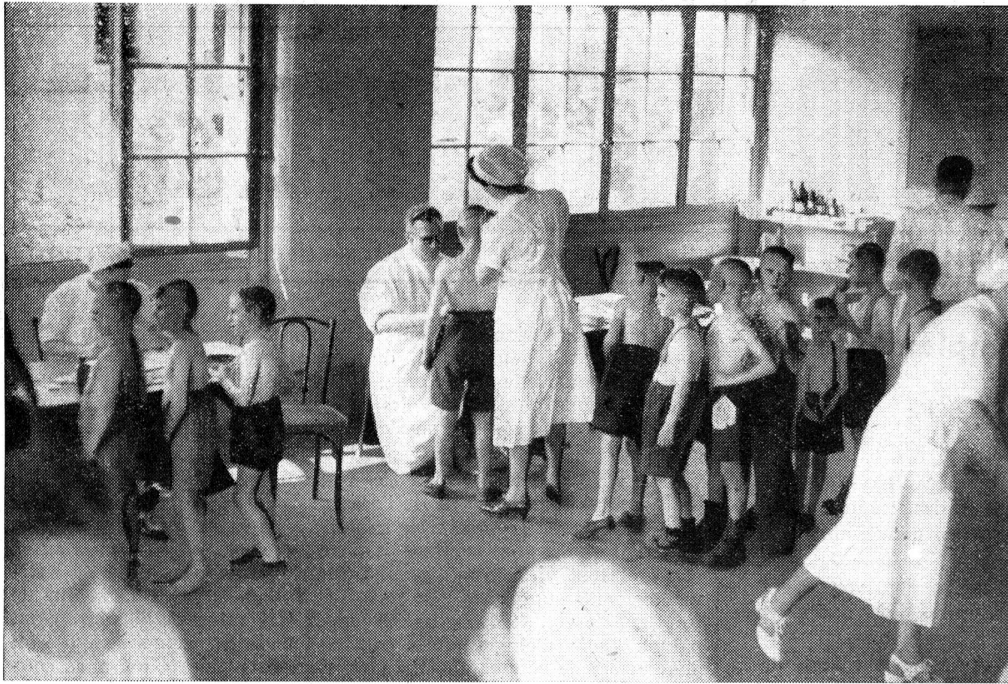
Cependant, il faut vivre et les restrictions auront eu cet avantage indiscutable de nous sortir de l'ornière de la paresse quotidienne, de nous faire prendre contact avec les dures réalités de l'existence, en nous montrant que si nous sommes des êtres pensants, nous sommes aussi, et avant tout, des êtres digestifs. Supprimez la possibilité de s'alimenter, vous supprimez *ipso facto* l'évolution de l'être, sa faculté de penser, de vivre, de travailler. Et puisque les leçons de l'histoire n'ont pas eu l'heur d'être écoutées par les grands de ce monde qui sont aux leviers de commande, il en est résulté la guerre que nous connaissons, ses terreurs, ses destructions insensées, la menace de la sous-alimentation, de la mauvaise nutrition, et bien d'autres choses encore. La femme doit certainement, en face de ces difficultés, faire œuvre d'apaisement et chercher à combler les carences de cette époque maudite, par un surcroît de connaissances. C'est la raison qui nous incite à dire que l'instruction de la femme est nécessaire, au point de vue de l'hygiène générale et alimentaire. Plus que jamais, notre monde meurtri à besoin de femmes qui savent et ne se contentent plus, comme autrefois, de connaissances rudimentaires, insuffisantes en matière de diététique ou d'alimentation normale. Face aux restrictions, dont l'aspect est anodin pour le moment, bien qu'il ne faille pas se laisser aller à un optimisme irraisonné, la femme doit dresser l'écran lumineux de la science diététique, car alors seulement elle tiendra son rôle de protectrice de la famille, de l'espèce humaine qui lui est comme sa plus belle parure. Nous devons concéder que cette science n'a rien de folichon de prime abord et que parler de calories, de vitamines, de sels minéraux, de cuisson rationnelle, de pertes par entreposage, de besoin quotidien n'est pas en soi, pour le commun des mortels, l'annonce d'un programme particulièrement attrayant. Mais le nécessaire prime aujourd'hui le futile surtout si la santé publique est en jeu. C'est ce qui nous autorise à envisager brièvement les méthodes courantes de préparation des aliments, leur valeur nutritive, les bienfaits de la belle saison.

La préparation culinaire des aliments.

En temps normaux, les règles de la gastronomie étaient seules reconnues comme valables et l'on ne se préoccupait pas de savoir si tel mode de cuisson présentait des avantages sur tel autre quant à la *valeur nutritive intrinsèque* de l'aliment, pourvu que son goût soit convenable et flatte le palais. De nos jours, on vient nous dire, sur la foi d'arguments très sérieux et de travaux précis que la pomme de terre doit se manger en robe de chambre (ne disons pas robe de champs) parce qu'elle est de la sorte beaucoup plus nutritive, surtout en égard à sa teneur en substances minimales (vitamines C, B₁, sels divers). Or, vous aurez beau vous évertuer à clamer les vertus du tubercule de Parmentier ainsi préparé, vous n'arriverez qu'à un résultat médiocre. En voici un exemple frappant.

Dans une institution plus que respectable, où l'on forme des jeunes gens en vue de l'accomplissement d'une carrière paramédicale (la périphrase est assez obscure pour que l'on ne puisse nous accuser de trahir des secrets!), il fut instamment recommandé au cours d'une conférence d'hygiène alimentaire de cuire la pomme de terre comme nous venons de le dire. Directeur, corps enseignant, élèves, chacun put entendre ce conseil. Un an plus tard, deux ans plus tard, l'enquête faite à la cuisine révèle que la pomme purée ou la pomme coupée en quatre et cuite à l'eau, est régulièrement servie sur la table. La pomme en robe de chambre n'a été vue que par exception. Allez, après cela, user votre salive pour un résultat vraiment nul. C'est à en perdre tout courage, nous confiait un médecin connu, qui s'est pris à douter de l'efficacité de la manne scientifique. Et pour cause!

La préparation des aliments bruts courants, cueillis dans le potager et le verger, est une question capitale d'abord parce qu'il y a perte, déchet, de 5 à 10 % de la marchandise primitive et, ensuite, parce



*Aus dem Herzen steigen die Kräfte,
die dazu bestimmt sind, das Recht zu
schaffen.*
Eugen Huber.

*In dunkler Zeit ist man des Son-
nenscheins bedürftig, auch wenn man
keinen eigenen Weinberg besitzt, der
daran reifen soll.* Gottfried Keller.

*Soyez humain, c'est notre premier
devoir.* Rousseau.

Samariterinnen

unterstützen den Arzt bei der sanitärischen Untersuchung der in Genf eintreffenden französischen Kinder. — Samaritanen secondant le médecin pendant l'examen médical d'enfants français arrivant à Genève. (Photo J. Cadoux, Genève.)

que le légume ou le fruit ainsi épluché vont être plus facilement altérables et délavés par l'eau de cuisson dans laquelle ils seront plongés. La pelure, souvent difficilement digestible, protège essentiellement le fruit ou le légume, durant la cuisson, contre l'atteinte de l'oxygène de l'air et garantit une meilleure conservation des vitamines les plus fragiles. Ces dernières ne sont pas toutes altérables au même degré, tant s'en faut, mais il en est quelques-unes qui ne peuvent pas supporter l'élévation de température accompagnée de la présence d'air, agissant par son oxygène. Elles s'altèrent en perdant leurs propriétés caractéristiques.

La pomme de terre, le chou, l'épinard, la carotte, perdent leurs vitamines hydrosolubles (C, B₁, B₂, etc.) par simple dilution dans l'eau de cuisson sans même qu'il y ait destruction de la substance vitaminique elle-même. Lors du rejet de l'eau ayant servi à la préparation de l'aliment, des quantités très précieuses sont ainsi envoyées à l'égoût qui ne serviront pas à l'organisme humain. On s'était habitué à ce gaspillage inconscient et maintenant qu'il faut faire machine arrière, on éprouve quelque difficulté. La supériorité du potage — appelons-le carrément la soupe — éclate aux yeux de la moins avertie de nos lectrices et explique pourquoi certains régimes ruraux, monotones, permettent cependant d'assurer la couverture des besoins en certaines vitamines pour autant que la cuisson n'en soit pas répétée tous les jours. Le réchauffage des aliments est, à cet égard, condamnable car au bout de quelques cuissons répétées, la nourriture est dépourvue de ses principes labiles. Il est regrettable, infiniment, que dans nombre de ménages, le potage préparé l'un des jours de la semaine soit utilisé quatre à cinq jours durant, par simple réchauffage. C'est là un fait courant dans les collectivités, les camps de travail, pour le plus grand dommage de la santé des sujets. Des travaux originaux ont paru à ce sujet dans la presse médicale (voir entre autres la *Münchener med. Wochenschrift*, 1940, n° 18, p. 490—491) étayant pleinement nos assertions.

C'est pratiquement par l'alliage de crudités, de produits cuits, de préparations préconisées par le Corps médical, que l'on évitera les états de malnutrition qui sévissent avec une si grande intensité en pays étrangers. Nous parlons ici de restrictions anodines, mais lorsqu'à des déficiences somme toute réparables, parce qu'elles résultent d'erreurs alimentaires, viennent se surajouter des carences véritables parce que la nourriture fait défaut, le problème change alors d'aspect. Nous en

reparlerons une autre fois. Examinons quelques faits pratiques. La vitamine A, sensible à l'oxydation, s'altère plus rapidement dans le beurre si celui-ci, d'ailleurs sérieusement raréfié, est étendu en couche mince ou n'est pas protégé par une enveloppe déterminée (papier d'étain entre autres). C'est une des raisons qui fait préconiser l'adjonction du beurre frais à la fin de la préparation culinaire, sur les grillades, les légumes cuits à l'eau, etc. De cette façon, la plus grande partie du facteur A est conservée. Il serait d'ailleurs faux de prétendre que la vitamine A, antixéropthalmique, est altérée facilement par la cuisson ordinaire, le séchage ou l'entreposage. Les travaux les plus récents montrent qu'il n'en est rien et que l'on a certainement exagéré l'effet de l'air et de la chaleur. Si l'on veut être tout à fait en règle avec les données contemporaines, on devra s'arranger à empêcher toute oxydation par l'air qui soit de longue durée, en même temps que l'on évitera l'effet durable d'une température élevée en présence d'air. La vitamine D, antirachitique, répandue dans un très petit nombre d'aliments courants, est par contre très stable et résiste bien à la température et à l'oxydation conjuguées. Il est d'ailleurs nécessaire de tenir compte, nous l'avons vu ici-même il y a quelques mois déjà, de l'excellent effet des bains de soleil qui en fournissent par simple irradiation de la peau. Toutefois, lorsqu'on parle des vitamines A et D, on ne doit pas oublier que les corps gras en sont les véhicules naturels et qu'une carence en matières grasses empêche l'apport normal et la résorption convenable de ces vitamines, insolubles dans l'eau, mais solubles seulement dans les graisses. Nous pensons aussi à celle qui répond à la lettre E et qui a reçu le qualificatif de vitamine d'antistérilité par suite de son rôle capital durant la grossesse.

Et voilà comment, de l'alimentation, source de toute énergie au sein de l'organisme, nous sommes passés à des problèmes qui sortent du cadre de cet exposé et affectent considérablement le potentiel de la nation, la fécondité de la race, la natalité.

Le caractère saisonnier de l'alimentation.

Le problème si vaste qui se pose lorsque la femme est placée en face des restrictions n'est pas immuable dans le temps et l'espace. Il est fonction de la saison. L'hiver et le printemps sont les saisons des déficits, ce qui justifie les mesures prises dans nombre d'écoles de Suisse par l'octroi de bonbons vitaminés durant quelques semaines, précisément lorsque les éléments les plus facilement altérables de la

Das Vertrauenshaus für

BETT-, TISCH- UND KÜCHENWÄSCHE

in Leinen, Halbleinen, Misch- und Kunstfasergeweben

Leinwandweberei Bern A.-G.

City-Haus

BERN

Bubenbergrplatz 7

Chinesische Weisheit

Ein gründlich erlerntes Handwerk ist mehr wert als der Besitz von zehntausend Goldstücken. Sprichwort.

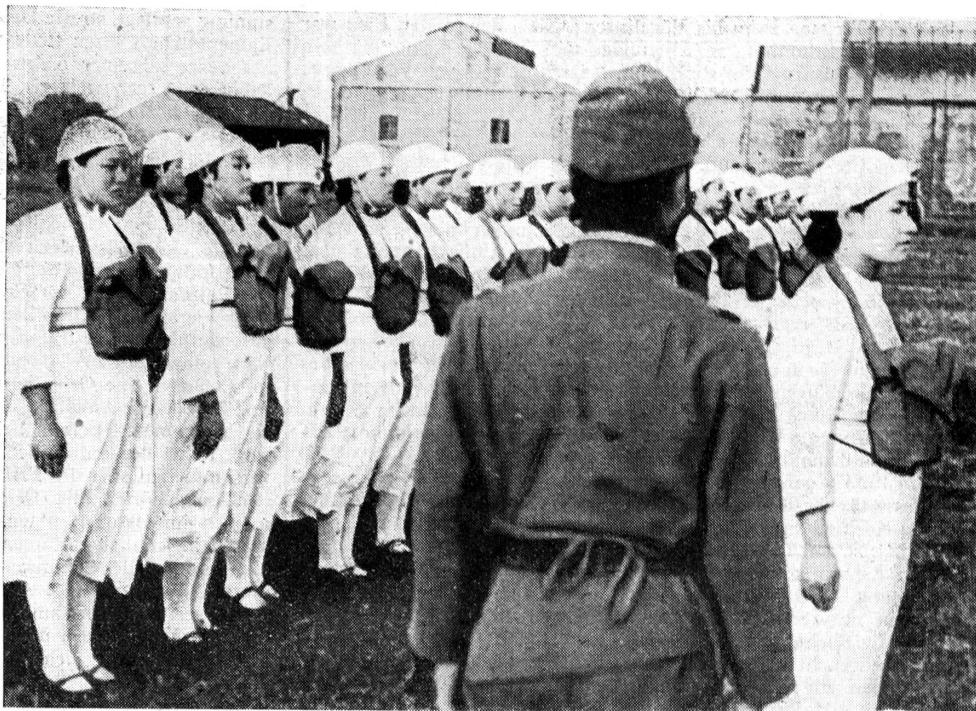
Jeder Zimmermann und jeder Wagenbauer kann seinen Lehrlingen überliefern, wie sie mit Zirkel oder Maßstab umzugehen haben; den Lernenden Geschicklichkeit zu überliefern, das jedoch ist nicht möglich.

Mong Dse.

Eine Nation, welche keinen Feind und keine äussere Gefahr kennt, kann leicht fallen. Sprichwort

Chinesische Krankenpflegerinnen

in Nanking werden von japanischen Truppenärzten ausgebildet. — Des garde-malades chinois à Nanking sont instruites par des médecins militaires japonais. (Photo Photopress.)



nourriture (vitamine C par exemple) viennent à manquer. Dans tous les pays de régions tempérées, cette carence printanière, ou plus exactement posthivernale, est accusée à des degrés variables et à des retentissements marqués sur la santé publique. Durant tout l'hiver, les crudités, les agrumes, les fruits ont été raréfiés, il y a eu prédominance d'aliments hydrocarbonés, mal préparés la plupart du temps comme nous l'avons vu et appauvrissant les réserves de l'organisme. Le renouveau se fait sentir, évidemment, mais il faut attendre longtemps avant de voir pousser la verdure et d'en pouvoir bénéficier. Il y a bien, et cela est heureux, des «primeurs sauvages», pour reprendre l'expression d'Henri Leclerc, dont beaucoup sont méconnues de nos lectrices. Il en est ainsi de la bardane, de l'onagre, de la grande ortie, de la luzerne, de plusieurs crucifères, sans aller omettre la dent-de-lion, le classique pissenlit, qui aura déjà, à l'heure où paraîtront ces lignes, fait son temps.

Le caractère saisonnier de l'alimentation, apportant l'élément variété n'est pas si détestable en fin de compte, s'il n'y avait pas, dans ces conditions, possibilité de naissance de carences vitaminiques ou autres, de carences alimentaires tout court. La belle saison offre à qui que ce soit, même au citadin, des conditions de vie plus agréables, plus faciles qu'en hiver, la couverture des besoins caloriques étant moindre puisqu'il n'y a pas à lutter contre la froidure ambiante par une ration accrue et aussi puisque les carences risquent moins de se manifester. Toutefois, profitons de cette détente relative pour assimiler les notions pratiques les plus simples de l'hygiène alimentaire afin qu'une fois l'hiver venu, nous ne nous trouvions pas fort dépourvus, comme la cigale de la Fable...

Louis-Marcel Sandoz.

Nachrichten der kantonalen FHD-Verbände

FHD-Verband Baselstadt

Einladung zur Generalversammlung, Dienstag, 24. November 1942, 19.45 Uhr, im Theoriesaal der Kaserne. Traktanden: 1. Protokoll der Gründungsversammlung; 2. Jahresbericht; 3. Jahresrechnung; 4. Bericht der Rechnungsrevisorinnen; 5. Festsetzung des Jahresbeitrages; 6. Wahl der Rechnungsrevisorinnen; 7. Ersatzwahlen in den Vorstand (ihre Demission als Mitglieder des Vorstandes haben gegeben: Frau Wehrle-Keckeis, Frau Burckhardt-Matzinger, Frau Rettenmund-

Anfangs November findet in der Kaserne Basel ein E. K. für Sanität statt. Das freundliche Entgegenkommen der Kursleitung ermöglicht es uns, während dieser Zeit eine Uebung für alle Verbandsmitglieder in der Kaserne abzuhalten, deren Leitung Instruktionsoffiziere übernehmen werden.

Die Uebung (Tragbahnen-Uebungen) findet statt: Dienstag, 10. November 1942, 19.45 Uhr, in der Kaserne Basel, Eingang Klingental. Anmeldungen sind zu richten bis spätestens 6. November an den Vorstand des FHD-Verbandes, Martinsgasse 15. Wir erwarten zahlreiches Erscheinen. Der Vorstand des FHD-Verbandes Baselstadt.

Schnurrenberger); 8. Allfälliges. Zur Wahl in den Vorstand werden vorgeschlagen: FHD Isler, Dr. med. 10 San.; FHD Meister Doris 13 Adm., FHD Urech Marty 31 Fürs. Allfällige andere Wahlvorschläge und Anregungen sind der Präsidentin FHD Kœchlin Valerie, Engulgasse 51, Basel, bis spätestens 16. November schriftlich einzureichen. Anschließend Referat von Feldprediger Dikenmann über «Erlebnisse bei den Internierten». Soldatenliederbuch mitbringen! Man ist gebeten, sich warm anzuziehen. Für den Vorstand: Valerie Kœchlin.

Tagesübung des FHD-Verbandes des Kantons St. Gallen

Den 27. September, ein Sonntag, krönte mit einem Tagesmarsch unsere monatlichen Halbtagstagesübungen. Aufgeboten waren die Ortsgruppen St. Gallen, Rorschach, Unterrheintal und Festung Sargans, während die Gruppen Toggenburg und See und Gaster ihrerseits eine anderthalbtägige Uebung durchführten. Frühere Uebungen hatten auf den «grossen Tag» vorbereitet und alle FHD im Kartenlesen, Marschieren und Sanitätsdienst auf freiem Felde vorbereitet und jede Gattung durch eine Fachübung mit ihrer Aufgabe vertraut gemacht. Der grosse Tag rückte heran. 6.30 Uhr trafen sich die fünf Ortsgruppen der Gallsstadt auf dem Bahnhofplatz. Kaltes Regenwetter und da und dort ein missmutiges Gesicht! Nach dem Appell führen wir — 52 FHD

Caspar Emil Spörri & Co., Bäretswil (Zürich)

Ältest bewährte, seit 85 Jahren bestehende **Weberei für sämtliche Verbandstoffe** aller Art in sorgfältigster Ausführung.

— mit der Trogene. ~~Bahn~~ bis Vögelinsegg. Nach dem ersten Lied war alle schlechte Stimmung verschwunden und freudige Spannung kam lebhaft zum Ausdruck. In strammem Marsch ging es von Vögelinsegg aus über Trogen-Landmark nach St. Anton oberhalb Oberegg, einen auch für die Rheintaler gut erreichbaren Punkt. Sonst freut man sich am herrlichen Ausblick ins Tal und in die Berge. Diesmal stand der Nebel im Vordergrund. In knapp drei Stunden hatten wir das Ziel erreicht, gleichzeitig mit der Sargansergruppe, die von Altstätten her, wo sie die Bahn verlassen hatte, zu uns stiess. Die beiden andern Gruppen waren bereits etwas früher angekommen, die Rorschacher nach einem Marsch über Staad-Heiden und die Unterrheintaler über Rebstein-Mohren. Punkt 10.00 Uhr meldete die Verbandspräsidentin dem Technischen Leiter alle 107 FHD. Vor unserem Unterkunftsraum herrschte sofort reges Leben. Die Koch-FHD banden ihre Schürzen um, und schon ging es los mit Hacken und Schnetzeln der Suppen-einlagen und Gemüse für die Mittagsverpflegung. Ein malerisches Bild: die geschäftige Küchenmannschaft von vielen Kochkisten umgeben! Zum Glück regnete es nicht mehr stark. Ein heller Schein weckte Hoffnung auf einen klaren Nachmittag. Doch wurde diese Erwartung bald durch neue Regengüsse zunichte gemacht.

Um 10.15 begaben wir uns zum Feldgottesdienst mit anschliessender Messe für die Katholiken. Es folgten Verbandsmitteilungen: dann erklang ein Lied nach dem andern, dem schlechten Wetter zum Trotz. In den Zwischenpausen hatten wir Zeit, da und dort eine Bekannte zu grüssen, die wir seit dem EK nicht mehr gesehen hatten. Die Mittagsverpflegung — wohlverstanden kein Spatz, ein richtiges Menu — wurde in unserem Unterkunftsraum eingenommen. Um 13.00 begannen die Fachübungen. Die administrativen HD wurden vom Adj. Uof. instruiert. In der praktischen Arbeit kam die Wichtigkeit solcher Repetitionen zur vollen Geltung. Die Gruppe Sanität führte unter Leitung eines Majors eine Übung im Gelände durch. Alle Teilnehmer waren vom Gelingen begeistert. Anregend verlief auch die Zeit bei der Gruppe Fürsorge und Ausrüstung, die unter Leitung von einer FHD übte. Die Koch-HD brachten zuerst ihre Kochkisten in Ordnung, dann mussten sie mit einem Leutnant Berechnungen über Menüzusammensetzungen vornehmen. So profitierte jede FHD auf ihrem Gebiet. Der grosse Aufwand von Vorbereitungen und Kosten hat sich reichlich gelohnt, denn mit dieser Tagesübung sind wir unserem Ausbildungsziel bedeutend näher gekommen. Auch bedingt eingeteilte FHD sollten jederzeit so weit geübt sein, um ganze Arbeit leisten zu können. Um 16.30 Uhr schloss die Fachausbildung. Man versammelte sich in froher Kameradschaft in unserem Unterkunftsraum. Unser TL sprach seine Freude über die gelungene Übung aus und dankte unserer Präsidentin für ihre Initiative, die dem Verband so trefflich zustatten kommt. Aber auch alle FHD sollen wissen, dass ihre Mithilfe voll geschätzt wird. Unserem Leiter wurde seine grosse Vorbereitungsarbeit herzlich anerkannt. Um 17.00 Uhr brachen die einzelnen Gruppen auf, um wieder ihren Weg zurückzukehren. Es regnete in Strömen. Aber unentwegt wurde gesungen und die Freude über das gute Gelingen steckte an: «G'haue und g'stoche, mer chömed vom Fläck». Es war für uns eine Befriedigung, auch unter erschwerten Bedingungen das gut ausgefüllte Programm genau ausgeführt zu haben. Nass und müde kamen wir zurück, aber mit dem Bewusstsein, etwas geleistet zu haben. FHD Verena Frei.

FHD-Verband Luzern mit Sektionen Unterwalden und Zug

Zur Weiterbildung unserer FHD hatten TK und Vorstand ein reichhaltiges Sommerprogramm zusammengestellt und durchgeführt, in dem neben der militärischen und körperlichen Ertüchtigung auch das allgemeine Wissen der FHD gefördert, die vaterländische Ge-

sinnung gepflegt, straffe Disziplin geübt wurde und Gesang und frohe Kameradschaft ihren Platz fanden. Am 18. Juni vereinigten sich die Mitglieder zu einer ordentlichen Verbandsversammlung zur Erledigung einiger wichtiger Traktanden. Am 28. Juni fand unter dem Kommando unseres Techn. Leiters der Gebirgsmarsch ins Brisen- gebiet statt. In aller Frühe begann der Aufstieg über Nieder-Rickenbach zur Bärfälle, wo Mittagsrast gehalten wurde. Der Abstieg nach Beckenried wurde auf Bühhalp unterbrochen und eine Uebung im Zeltbau durchgeführt. Am 28. Juli fand unter dem Kommando unserer Präsidentin ein Abendausmarsch mit Exerzieren statt. Der August brachte ein Aufgebot zu einer abendlichen Patrouillenübung. Die FHD formierten eine Sanitäts-, eine Administrativ- und eine Fahrrad-Patrouille. Von verschiedenen Punkten der Stadt fuhren oder marschierten die Patrouillen ab, hatten unterwegs spezielle Uebungen durchzuführen und trafen auf einem bestimmten Punkt zusammen. Nach einem kurzen Abendsingen gab unser TL eine Orientierung im Gelände, eine Orientierung über den Sternenhimmel im August und eine kurze Anleitung, nach den Sternen die Himmelsrichtungen zu bestimmen. Hierauf bei Vollmondschein getrennter Abmarsch, resp. Fahrt der Patrouillen zurück nach Luzern. Am 29. September versammelten sich die FHD, um verschiedene Verbandsgeschäfte zu erledigen, hörten die Orientierung über den geplanten Gebirgsmarsch im Oktober, übten die alten und lernten neue Lieder und sassen in fröhlicher Kameradschaft zusammen. Der Oktober brachte als Abschluss des Sommerprogramms den anderthalbtägigen Gebirgsmarsch ins Zugerland. Abfahrt von Luzern Samstagnachmittag. In Unterägeri hielt uns am Abend Lehrer St. einen interessanten Vortrag mit Lichtbildern über das Aegerital und seine Umgebung. Anschliessend fanden sich die FHD mit ihrem Kommandanten und TL Hptm. St. und unserem hochgeschätzten Gast, Luftschutz-Major S., zu einem überaus gemütlichen Abendhock zusammen. Sonntag Tagwache um 5.30 Uhr, hierauf Frühturnen; 6.00 Uhr Besuch der Frühmesse oder Sonntagmorgenfeier. Um 8.15 Uhr sangen wir vor dem Hause unserer Herbergseltern ein Abschiedslied und marschierten in vier Gruppen ab, Richtung Rossberg. Nach einer kurzen Rast vor Beginn der Steigung stiegen wir auf Zickzackwegen durch Unterholz und Wald bis auf 1100 m Höhe, wo folgende Spezialübungen durchgeführt wurden: Gruppe Sanität: Erste Hilfe bei drei verschiedenen Notfällen, Konstruktion von Tragbahnen und Vorbereitung der Verletzten zum Abtransport, Verwundeten-Transport; Gruppe R + F: Zeltbau, Transport der Verwundeten zum Zelt; Gruppe Administrativ: Befehlsdiktat, Abbruch und Verpacken der Zelte; Gruppe Verbindung: Kompass- und Kartenlehre, Ortsbestimmung im Gelände, Durchgabe mündlicher Meldungen. Gegen Mittag ging der Marsch weiter. Auf steilen Felspfaden erreichten wir um 13.00 Uhr den Gipfel des Gnippen. Nebel und kalter Gratwind machte eine Rast unmöglich, unser TL befahl Weitermarsch in beschleunigtem Tempo. Um 13.25 Uhr hatten wir das Hotel «Wildspitz» erreicht. Wir waren am Ziel, genossen unser Mittagessen, während draussen Regen und Wind das Haus umtobten. 14.45 Uhr Abmarsch vom «Wildspitz» zur Rossbergalp und Rückmarsch über den Zugerberg. Nach einem Stundenhalt 15 Minuten Indianerlauf, dann Weitermarsch im Takt unserer Soldatenlieder und Abstieg nach Zug, wo wir 18.25 Uhr ankamen. Hier nahmen wir Abschied von unsern lieben Zuger Kameradinnen, die unsern Aufenthalt in Unterägeri auf beste organisiert hatten. 19.14 Uhr Rückfahrt nach Luzern, wo wir gesund, gestärkt und bereichert um 20.00 Uhr von unserem TL entlassen wurden.

Unser Land, unsere Armee braucht noch mehr FHD, denn sie haben sich bewährt. Am 4. November werden in Luzern neue Musterungen durchgeführt.

Schweizerinnen, verlangt am Postschalter das Anmeldeformular „Meldet Euch zum FHD“.

Le Bonnet des infirmières américaines

La prise de bonnet «the capping» pour les infirmières qui ont passé leurs examens finals donne lieu dans certains hôpitaux d'Amérique à des cérémonies qui ne sont pas sans analogie avec les prises de voile des religieuses. Au «Pennsylvania Hospital» à Philadelphie, le premier bonnet est donné à l'étudiante ayant obtenu les meilleures notes. Les autres étudiantes sont appelées par ordre alphabétique. Avec le bonnet est remis la lampe symbolique de Florence Nightingale sous la forme d'un chandelier individuel portant le nom de l'hôpital, la date de sa fondation (1751) et l'année de la promotion. Ces lampes deviennent la propriété personnelle des infirmières et sont hautement appréciées. Deux candélabres venant de la succession de William Penn décorent la table des lampes. Les infirmières, dûment coiffées, leur bougie allumée, récitent la formule de serment Nightingale et, la cérémonie se termine sur le «capping prayer» du chapelain.

Menuiserie-Ebenisterie modèle

Albert Held + Cie. S.A.

Montreux

Menuiserie d'Art, Meubles
Aménagement de Magasins



Verbandstoff-Fabrik
Schaffhausen, Neuhausen

Ein Arzt schreibt:

Solche Behandlungen und Behandlungserfolge mit RHENAX überzeugen auch den allen Neuschöpfungen kritisch gegenüberstehenden Praktiker.

Die Rhenax-Heilsalben-Präparate zeichnen sich in der Tat aus durch eine stark erhöhte bakterizide Wirkung bei absoluter Reizlosigkeit; ebenso durch ihren günstigen Einfluss auf Heilprozess und Vernarbung sowie durch die vielseitigen Verwendungsmöglichkeiten*). Sie werden auf Grund der jüngsten Erkenntnisse auf medizinisch-pharmazeutischem Gebiete hergestellt.

Immer neue Urteile aus Fachkreisen bestätigen die ausgezeichneten Erfahrungen, die mit RHENAX gemacht werden. Um diese zu erklären, genügen einige Hinweise auf die neuartige Salbenkomposition. Die Rhenax-Heilsalbe enthält:

- Das neue, hochwirksame Desinfektionsmittel Resorcyll, das schon in schwacher Dosierung die wichtigsten Krankheitserreger vernichtet und sicher vor Eiterung schützt.
- Konzentrierte essigsäure Tonerde und Thigenol, die Entzündungen hemmen, Hautspannungen zum Abklingen bringen und schmerzlindernd wirken.
- Ein aufbauendes, wundreinigendes und hautbildendes Lebertrankonzentrat sowie andere, die Wundheilung und Vernarbung fördernde Substanzen.

**) Indikationen: Kompressen- und Zickzackbinde: Sämtliche Oberflächenhautschäden wie Schnitt-, Schürf- und Quetschwunden, Verätzungen, Verbrennungen 1. und 2. Grades, Abheilung von Ekzemen und Abszessen. Wundsalbe in Tuben: Wunden, die sich nicht gut verbinden lassen, sowie Ausschläge (Flechten), offene Beine, Gförrni, Wundsein der Kinder, Sonnenbrand, Wolf, Hämorrhoiden.*

Detailpreise für jede der drei **grossen** Packungen (Kompressen, Zickzack-Binde oder Wundsalbe in Tuben): **Fr. 1.60 bzw. Fr. 1.25 für Samariter-Vereine!**

Luftangriffe

Wer Luftangriffe kennt, kann nie mehr leben und schlafen wie zuvor. Wenn er auch leben und schlafen darf, so wird er Gedanken hinsenden müssen zu denen, die es nicht dürfen. Er wird, jeden Abend neu, Dach und Bett als Unverdientes empfinden. Als ein unverdientes Geschenk die tönende Stille, das barmherzige Dunkel der Nacht. Als ein unverdientes Geschenk gestirnte Himmelsklarheit, die er nicht fürchten muss, der er sich freuen darf. Jetzt — hier — noch. — Es ist so traurig, wenn Menschen mit Angst die Sterne kommen sehen müssen.

Luftangriff! Am Haus gegenüber die Sirene, leise einsetzend und sich gnadenlos steigend, den ersten Schlaf zerreissend, wie der geduckte Absprung des Unheils, das naht. Ich kenne Menschen, die unzählige Male die Unerschrockenheit ihrer Seele bewahrt haben, die den Tod kennen und immer bereit sind, willig zu nehmen, was ihrer wartet. Doch dies höllische Heulen stürzt sich ihnen hinein in die Physis, ehe die Seele noch da und wach war, und ohne dass ihr zum Widerstand Zeit verblieb! Dann fand sich die Furchtlose durch viele Stunden, ohnmächtig, das krampfhaftes Zittern der Glieder zu halten und zu hemmen.

Ich wollte gerne mit Augen einmal den nächtlichen Wächter der Sicherheit sehen, da ich seine Gesänge nun so gut kannte. Ich suchte und fand ihn auch bald, hoch oben auf dem vielstöckigen Mietshaus. Wie seine Stimme, unheimlich auch seine Gestalt, nicht zugehörig zur lieben Erde, ein fremdes Reptil, ein hockendes Ungeheuer.

10—15 Minuten ist Zeit, bis sie kommen. Hunderte junger Menschen sitzen mit Kopfhörern in Sälen beisammen und versehen den Sicherheitsdienst. Dass stets rechtzeitig, aber nie unnötig Alarm gegeben wird, ist für Großstädte folgenswer.

Man fasst nach dem, was man auf der Brust trägt, zieht sich an und stellt die Aktenmappe zur Seite, die Tasche oder das Köfferchen, mit dem liebsten Buch und Brief, dem reinen Hemd, der blutstillenden Watte und den Adressen der Nächsten. Geht noch einmal herum, spricht ein paar Worte, schaut nach dem Schlauch, den Eimern mit Sand und Wasser überall, dem Haupthahn vom Gas und den Ver-

bandzeugkästen. Wenn man die Kellerluft und das Verschüttelwerden im Keller am wenigsten liebt, zieht man seinen Mantel an, macht nur einen freundlichen Besuch dort und verschwindet dann wieder. Man legt sich im Mantel auf das Bett, und es kann gut sein, dass man schon wieder schläft, wenn sie kommen.

Mit dem Flakfeuer beginnt die Orgie unirdischen Lärmens. Eine ganze Skala betäubenden Gebells, und von nah oder weit, gross oder klein, lernt man schiessen auf das, was kommt und wann es kommt. Eine lange Weile oft, ehe das leise Motorengerumm zwischenhinein ertönt wie ein brütendes, unheilverkündendes Knurren. Der Flak-splitterlärm, das Heranpfeifen der Bomben und die je nach der Art unterschiedlichen Detonationen, das Donnern der verschiedenartigen Motoren aus den Höhen und im Tiefflug — dies alles ergibt ein reichhaltiges Ganzes von unirdisch grausamer, gigantisch fremdartiger Grossartigkeit. Früher hätte man wohl gesagt: «Des Herrn Hand ist über uns.» Und nie kann man es vergessen, wenn man ein Volk sich still und todesnah unter diesem grausigen Lärm hat beugen sehen. Woher die Grösse der Ergebenheit?

Vielleicht muss man zwischenhinein doch einmal in den Keller gehen, eine erschöpfte Mutter ablösen, einen sonst grossartigen, jetzt klein und hässlich gewordenen Mann durch eine gleichmütige Zigarettenlänge aufmuntern oder weinenden Kindern ein Lied singen. Es kann auch einmal sein, dass man Tee machen muss, Notbetten aufschlagen und Kleider heraussuchen. Einmal kamen zwei Frauen, mit zerfetztem Anzug, toderschöpft. Mit dem Telephonhörer aus der Hand war das halbe Haus neben ihnen von oben bis unten abgerissen, aus dem II. Stock waren sie, wie durch ein Wunder, die Reste der Treppe hinunter und heraus gekommen. Um sie herum Tod. — Mancher, der sich zu retten glaubt, geht an den Ort seines Todes. Mancher bleibt heil dort, grad dort, wo er weilt.

Wer Luftangriffe kennt, kann nicht mehr leben und schlafen wie zuvor. Wenn er auch leben und schlafen darf, er wird Gedanken hinsenden müssen zu denen, die es nicht dürfen, in weiter Welt überall. Lieber Bruder, der du leben und schlafen darfst, der du ein Dach und Bett hast und um dich barmherzige heilende Stille der Nacht, — frage wofür? Und gedenke der Brüder zu Lande, zu Wasser und in der Luft.

Ursula Schulte-Kersmecke.