

**Zeitschrift:** Actio : ein Magazin für Lebenshilfe  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 95 (1986)  
**Heft:** 6: Dialog : weisse Medizin - grüne Medizin

**Rubrik:** Leserbriefe

### **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:** 18.04.2026

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



# Liebes RK – böses RK

## Zivilkourage = Frauensache?

Mitgeteilt von der Abteilung Hilfsaktionen.

Frau U., Hausfrau in einem grösseren Schweizer Dorf, fragt das SRK um seine Unterstützung an für die Durchführung einer Dritt-Welt-Aktion: Den Erlös aus dem Verkauf von selbstbemalten Vasen möchte sie den Strassenkindern Mexikos zukommen lassen, und durch die Verkaufs- und Informationsveranstaltung ihren Mitbewohnern in Erinnerung rufen, dass es neben dem durch Fussball-WM und Tourismuswerbung kommer-

zialisierten Mexiko ein anderes, wirkliches Mexiko mit seinen dramatischen Existenzproblemen gibt.

Doch die engagierte Frau U. hatte die Rechnung ohne den Wirt, besser gesagt ohne ihre männlichen Familienangehörigen, gemacht: Sie teilte uns anderntags mit, sie müsse auf das Vorhaben verzichten, da ihr Sohn und ihr Mann strikte dagegen seien, dass sie sich im Dorf derart exponiere und der Lächerlichkeit preisgebe...

Ja, der Kleinmut mutiger Männer!

## Ein wohltätiges Nickerchen

Erstens besten Dank für Ihre Karte, welche ich behalten werde. Wenn ich wieder Einzahlungen mache, überweise ich Ihnen eine Entschädigung.

Ich habe die Karte studiert und habe auch die Anleitung rechts unten unter «Unfälle verhüten – ein kalkulierbarer Faktor» gelesen. Dort ist Ihnen ein bedeutender Fehler, beziehungsweise eine Unterlassung passiert. Was Sie schreiben, dass man bei Müdigkeit anhalten soll, Gymnastik treiben, etc. mag für einzelne gut sein, aber sicher nicht für alle. Wenn ich zum Beispiel aussteigen würde, 10 bis 15 Minuten herumspazieren, Gymnastik machen würde, wäre ich nach fünf Minuten Fahrt wiederum genau so müde wie vor der Pause.

Ich fahre jetzt 38 Jahre Auto und vorher 15 Jahre Motorrad, (Jahrgang 1907) und habe noch letzten Sommer Touren mit 15 bis 16 Stunden Fahrzeit am gleichen Tag gemacht, und ich werde Ähnliches sicher

auch diesen Sommer/Herbst tun, wobei Müdigkeit bei mir noch nie eine Rolle gespielt hat. Mein «Rezept» ist folgendes: Wenn ich nach drei bis vier Stunden Fahrt nur die geringste Müdigkeit spüre, fahre ich auf einen geeigneten Ausstellplatz, sage meinen Begleiterinnen oder Begleitern, sie könnten zirka 15 Minuten spazieren gehen, oder wenn sie im Wagen bleiben wollen, so müssten sie sich absolut ruhig verhalten, denn ich wolle 15 Minuten schlafen. Die Rücklehne klappe ich etwas zurück, und nach 10 bis 15 Atemzügen schlafe ich. Nach 15 bis 20 Minuten wache ich meistens selber auf und fühle mich sofort wie frisch gebadet. Dieses Verhalten ist natürlich eine Willensfrage, aber es geht und ist – wer es kann – bedeutend besser als nur ein bisschen herumlaufen und die Arme schwenken. Ich bin der Meinung, dass Sie in Ihrer Anleitung auch auf diese Möglichkeit hinweisen sollten. XY

## Dankeschön aus Südtalien

Schon lange wollte ich Ihnen wegen der Septembernummer von «Actio» schreiben, doch komme ich leider erst heute dazu. Diese erhebliche Verspätung ist allerdings ein gutes Zeichen für die SRK-Projektarbeit in Südtalien. Weshalb? Weil wir alle sehr beansprucht waren von der Vorbereitung der Häuserauschreibung in Teora, wo die Bauarbeiten diesen Winter abgeschlossen wurden, vom Beginn der Bauarbeiten für 16 Häuser im Dörfchen Romagnano al Monte, die glücklicherweise noch vor Einbruch des Winters eingeleitet werden konnten, und von der Abklärung des Standortes für das vierte und letzte SRK-Projekt im Bereiche des sozialen Wohnbaus.

Für die sehr sorgfältige Darstellung unserer Projektarbeit möchte ich, auch im Namen unserer Delegierten, Ihnen

und der für die französisch/italienische Ausgabe von «Actio» zuständigen Redaktion herzlich danken. Unsere italienischen Delegierten waren davon sehr berührt, wurde es ihnen doch wieder einmal bewusst, wie positiv die Resultate ihres unermüdlichen Einsatzes sind (was man angesichts der zermürbenden Schwierigkeiten allzu oft vergisst). Gefreut haben sich aber auch die Bewohner der SRK-Siedlung Torella über den lebendigen Bericht, ist doch die «Croce Rossa svizzera» für sie kein abstrakter Begriff, sondern Trägerin einer sehr notwendigen, dankbar anerkannten Hilfeleistung. Und diese menschliche Verbundenheit mit unserem Hilfswerk geht weit über die Dauer der baulichen Realisierung hinaus.

Elsa Erhardt  
Sachbearbeitung Südtalien

## Ich bin 18 und möchte mich in irgendeiner Form engagieren

In einer der letzten Nummern der «Schweizer Familie» las ich einen kleinen Bericht vom Roten Kreuz, das sich an junge Erwachsene in Krisensituationen richtet. Dabei habe ich nicht recht verstanden, worum es genau geht.

- Sind Jugendliche gesucht, die bei diesen Projekten aktiv mithelfen wollen?
- Oder sind Jugendliche angesprochen, die in einer Krise stecken und beim SRK Hilfe erhalten?
- Brauchen Sie Leute, die Jungen in schlechten Situationen helfen?

Ich bin 18 Jahre alt und möchte mich irgendwo engagieren, wo ich Jugendlichen helfen kann, mit ihnen reden kann (oder schreiben), auch mit Ausländern, und mich mit ihnen eventuell körperlich zu betätigen.

Ich beginne diesen Frühling die Lehre als Betriebssekretärin bei der PTT. Wie stehen die Chancen, irgendwo mitarbeiten zu können? Könnten Sie mir erklären, worin es in Ihrem neuen Projekt konkret geht? Vielen Dank für die Beantwortung meiner Fragen. S.H.M.

## Henry Dunant ist phänomenal

Ich halte den zweiten Vortrag über Henry Dunant, den Friedensnobelpreisträger. Henry Dunant ist für mich so phänomenal, dass ich ihn meinen Kameradinnen und Kameraden näherbringen möchte.

Darum bitte ich Sie, mir 20 SJW-Exemplare von «Der Mann in weiss», verfasst von Max Bolliger und Elisabeth Schindler, zuzustellen.

G.M./13 Jahre alt, aus E.

