Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 21 (1911)

Heft: 8

Rubrik: Ferienzeit

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: 12.12.2025

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

bade verbindet. Man geht aus dem Wasser heraus, läßt sich von der Sonne trocknen und wiederholt dies nach Besinden noch ein bis zwei Mal. Aber auch leicht bekleidet kann man sich die Belebungs- und Genesungskraft der Sonne zu nutze machen, indem man langsam gehend, sitzend oder liegend stundenlang an sonnigen Orten sich aushält. Die Kleidung darf dabei weder beengend noch dunkel, sondern muß leicht und von heller Farbe sein, damit mögslichst viele Lichtstrahlen auf die Haut gelangen können.

Mfo, ihr Städter, gebet hinaus in Reld und Flur, dem lachenden Sonnenschein entgegen! Laffet eure Rindlein braugen auf bem warmen Sande oder Rafen herumspielen, da= mit fie auch fo gefunde, gerotete Befichter und fo feste, dralle Backen bekommen, wie die Bauernkinder! Es ist höchst unnatürlich, wenn icon fleine Madchen mit einem Sonnenschirm einherstolzieren. Der sonnige Sommer bilbet gleichsam die hygienische Gnadenzeit, welche dem Menschen verlieben ift, bamit er in ihr eine folche Menge von Lebensfraft und Gesundheit in feinem Rorper auffpeichere, bag er ben rauben Stürmen bes Berbites und ben Fährlichkeiten bes eifigen Winters unbeschadet Widerstand leiften fann.





Sonnengold über der Heibe — Sonnengold über dem Leben der Jugend in der Freiheit, ferne von der Schule und Examensnot, Büchern und Karten und Mappen, und was sonst noch die Lern- und Arbeitstage kennzeichnet! Wie man da aufalmet und abschüttelt alle schweren Gedanken, wie die Seele sich da gesund badet

in Licht und Duft, in ber Sommerichonheit ber freien Natur! Und wohl bem, ber biefe Gabe befitt, fie erhält frifch und elaftisch, befähigt zum vollen Ausschöpfen jeder schönen Stunde, zur Singabe an die Gegenwart. Es gibt Menfchen, die bagu nicht im Stande find, man hat in ihrer Gefellichaft ftets bas Befühl, als seien fie nur mit halbem Empfinden bei einer Sache, an einem Gespräch beteiligt, als suchten fie immer und überall etwas, als erwarteten fie Ungeahntes, Gutes, Schönes und fähen barüber bas wirklich Borhandene nicht. Sie verlieren baburch ihre Erholungsstunden gur Balfte, weil fie eben die Birflichfeit nie voll und frisch erfassen, ausfüllen, ob es nun Arbeitstage oder Erholungsstunden sind. Dann gibt es auch Naturen, die es immer noch beffer haben möchten, als es ift. Rommt ein Regentag, wo fie Sonnenichein munichten, um irgend einen Ausflug zu unternehmen, ift ihre Stimmung verdorben. Sie grollen und nörgeln, anstatt die Dinge zu nehmen, wie fie find. Regentage in der Sommerfrische können auch gemütlich fein über einem Buch ober Spiel. Etwas Sumor und Gelaffenheit, und man hat ftatt des Aergers, der einem nur schadet, ohne etwas ju ändern an der Sache, ein paar behagliche Rubestunden. Aber die Kinder an solchen Tagen, was tut man mit ihnen?, fragen manche Mütter vorwurfsvoll. Ja, die brauchen ebenso wie die Großen nichts anderes, als die Babe, Die rechten Dinge gur rechten Beit zu tun, fo ift ihnen geholfen. Bielleicht haben fich Briefichulden gehäuft an Tanten und Großeltern, bie bann prächtig erledigt werden fonnen. Gin gutes Buch fehlt auch bier nicht, ober fie ordnen bie gesammelten Steine, Rafer und Bflangen, die darauf warten, wenn die Mühe nicht umfonft gemesen sein foll. Rur feine Rraft verlieren burch Merger und Groll über unabanderliche Dinge — biese Runft tann man ben Rindern nicht frühe genug beibrirgen, denn in ihr liegt ein Sauptteil allen Menschenglückes. bas sich jeder erringen fann, wenn er will und flug genug ift, die Wichtigkeit biefer Lebensregel anzuerkennen. Auch bier ist die Sauptfache bas Beispiel ber Eltern! Man hat vielleicht am Vorabend einen mehrstündigen ober gar einen Tagesausflug geplant. Alles ift vorbereitet, die Rudface gefüllt, die Batete geichnallt, die Rinder. feben bem Morgen fehn" füchtig entgegen. Aber - ber erfte Blick zeigt ein nebliges Wolfengrau, es regnet, regnet! Unftatt nun migmutig breinzusehen und feiner Entfäuschung in temperamentvollen Worten Luft zu machen, beigt's bei ben flugen Eltern am Raffeetisch : "Beute wollen wir ftatt bes Ausfluges mal die Probe machen, wie das neue Spiel uns gefällt - alle zusammen gelt? Und am nächsten schönen Tag wird ber Ausflug gemacht." Und ta möchte ich die Rinder feben, die nicht mit hellen Augen ber Spielftunde entgegenseben, sich bem Augenblick froh hingeben und bamit gleich ben Anfang machen zur prattischen Betätigung ber Lebens= funft, die fie später befähigen wird, auch die ernsten, schweren Enttäuschungen mit möglichster Ruhe zu überwinden und die Harmonie ihres Daseins gegen jeden Unprall mit festen Banben zu verteibigen. (Der Rinder-Argt.)

Heber die Kindererziehung in Japan berichtet Frau N. Ozafi, die Gattin des Bürgermeisters von Tokio, unter anderem:

"Die größte Sünde, die man in Japan begehen kann, ist die: keine Kinder zu haben; die Stellung der Frau wird nicht früher sicher, als bis sie Mutter geworden ist; in älterer Beit war Kinderlosigkeit eine von den sieben

Urfachen, welche bas Recht zur Chescheidung aaben." Natürlich werde die Geburt eines Anaben höher bewertet, als die eines Madchens; aber jedenfalls gilt bie Ankunft eines neuen Spröflings als Fest, die Eltern werden beglückwünscht und beschenft und am siebenten Tage nach ber Geburt erhalten die Rinder ihren Namen : ber Anabe gewöhnlich ben feines Baters mit irgendeiner Bartifel, bas Mabchen einen symbolischen Ramen, ber auf die hauslichen Tugenden hinweisen foll, die fie besitzen wird. In den erften zwei Lebensjahren werden Anaben und Mädchen gleichmäßig gefleibet. Da das weiße Gewand in Japan zum Ausbrud ber Trauer bient, werben bie Bebes gewöhnlich rot gefleibet. Der Rimono bes fleinen Mädchens ift aber auch überfat von gestickten Bogeln, Blumen, Blättern, die verschwinden, wenn das Rind größer geworden ift. "Bei uns in Japan", fagt die Burgermeifterin von Totio, "ware es gang überfluffig, eine Rinberichutgesellschaft zu gründen, benn von arm und reich werden Rinder als ein Segen bes Simmels empfunden, und die Rinderzeit ift für alle Sapaner bie glüdlichfte Lebenszeit. Beuge beffen unsere Sprichwörter : "Rinder sind bas eiserne Band, das Mann und Weib vereinigt", ober "Für Rinder gibt es feine Sungersnot."

Im allgemeinen sind aber die japanischen Kinder doch etwas scheu von Natur. Zumal die Mädchen sind an Gehorsam gewöhnt, der schon beim Brüderchen beginnt. Kaum ist das Kind aufgestanden, so geht es zum Bette der Eltern, beugt sich mit dem Kopse zum Fußboden und ruft: "Wie befindet sich Eure ehre würdige Gesundheit?" Vor der Mahlzeit ershebt das Kind seinen Löffel oder sein Gabelchen bis zur Stirn und verbeugt sich mit dem Aussdrucke des Dankes, bevor es zu essen beginnt. Bevor es in die Schule geht, nimmt es kniend Abschied von der Mutter, und wenn der Vater