**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

**Band:** 7 (1903-1904)

Heft: 6

**Artikel:** Es ist gesünder [...]

Autor: Keller, G.

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-663913

## 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:** 18.10.2025

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

Lei bis hart an die Straße hinunter reicht, und diesen Punkt will ich als Ruheplats wählen: Er ist gar so romantisch. Ich stehe oder site auf einer kühnen Brücke über dem Valle di Lei-Bach, links die enge, finstere Schlucht, dem er entströmt, und gerade mir gegensüber rechts der großartige Starlera-Fall, direkt in den Averser-Bach hinunterstürzend. Eben zanbern die Strahlen der Sonne in die Atomzerstäubungen des nassen Glementes die wundervollsten Regenbogenfarben hinein. Wäre ich doch Maler!

Ja nicht vergessen dars ich, im Hotel Fravi in Andeer Grüße von den Pfarrersleuten in Cresta auszurichten. Auf dem Weitermarsch blickt mein Auge immer und immer wieder zurück auf die stolzen Beschützer des Tales, die Surettahörner, den Piz-Vizan und Piz-Beverin. Sie stehen so klar vor mir, kein Wölklein wagt sich an ihre Stirn hinan. Und auch ich durste mich in dieser Jahreszeit nicht an sie heranwagen.

Wieder umgeben mich die Riesenmauern der Viamala. Die zarten Fittiche der Abenddammerung haben sich langsam über die Gegend ausgebreitet, schon sind die tiesen Schlünde ins Dunkel der schwarzen Nacht gehült. Langsam steige ich nach Thusis hinab.

Den folgenden Morgen brachte mich der erste Zug nach Reichenau-Tamins, und den heißen Sonnenstrahlen zum Trotz, die mir bald unbarmherzig auf den Rücken brannten, marschierte ich tapfer den steilen Fahrweg hinan dem Kunkelspaße zu Und nochmals taucht am südlichen Horizonte immer deutlicher die lange Kette der weißen Bergeshäupter hervor, unter denen mir sofort die schönen Formen "meines" Piz Beverin wieder auffallen.

Unmittelbar über mir türmen sich die Felsmassen der Ringelkopssette auf, und rechts reichen die Lawinenzüge des Kalanda nahe an den Weg hinunter. Die Paßhöhe gewährt jett einen reizenden Anblick, indem schier jeder Hang über und über mit den leuchtend roten Blüten der Erica carnea bedeckt ist. Nach dreistündigem Marsche besinde ich mich in der Talsohle von Vättis und mithin wieder auf st. gallischem Boden. Durch die Kalanda-Kette und die Ausläuser der Grauen Hörner eingeengt, durchrauscht die Tamina das Tal, und meist hoch über ihr umzieht die Fahrstraße die Felsvorsprünge. Dann verlasse ich die Straße und die beiden Touristen, in deren munterer Gesellschaft ich von Vättis an gereist, um noch den beiden Dörschen Vasön und Valens einen Besuck abzustatten und einmal von dort her in die Taminaschlucht vorzudringen.

Meinen knurrenden Magen sollte ich in dem inzwischen abgebrannten Basön beruhigen. S'ist ein kleines Dörschen, das sich da an den Berg anschmiegt, und wie ich dasselbe durchquert habe, ist mein Magen noch in der gleichen Stimmung, denn es hat sich keine Wirtschaft gefunden. Basön hat wirklich kein Wirtshaus, und die Valens sollen es noch 3/4 Stunden sein! Ein winziges Häuschen steht am Weg, mitten in einer Waldwiese. Das Mütterchen, das freundlich hinter seinem Fenster voll Blumen hervor grüßt, ditte ich um kalte Milch und Brot. Kalte Wich hätte sie keine, wohl aber warmen Kasse! Bald sitze ich im saubern Stüdchen neben seiner einsamen Bewohnerin beim dampsenden Kassee, zu dem noch ein ausgezeichneter Giertatsch (eine Art Kuchen) ausgezischt wurde. Diesen Mittagstisch hätte ich nicht gegen die feinste Table d'hôte im nahen Ragaz eingetauscht. Fetzt muß ich noch die prächtigen Ziegen und Hühner sehen und rühmen, und dann nehmen wir so herzlich Absschied voneinander wie zwei alte Bekannte.

Zwischen Basön und Balens durchquert man eine interessante Schlucht — die kleine Biamala wird sie gennant, sagt mir der Bursche, der bis zum Dorfe mit mir geht. Nun steige ich direkt zur Naturbrücke und zum Bad Pfäfers hinunter und benütze den Nach= mittag, um die Taminaschlucht, Ragaz und die Umgegend einmal ganz eingehend zu besichtigen. (Ende.)

Es ist gesünder, nichts zu hoffen und das Mögliche zu schaffen, als zu schwärmen und nichts zu tun. G. Resser.