Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift

Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich

Band: 22 (1918-1919)

Heft: 3

Buchbesprechung: Bücherschau

Autor: [s.n.]

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

Der hygienische Wert der grünen Gemüse.

In auffällig großer Zahl sind im letzten Kriegsjahr von den Arzten wässerige Anschwellungen bei Patienten beobachtet, und diese vielsach als Folge von Herzleiden und Nierenentzündungen angesehen worden. Annahmen haben sich als irrig erwiesen, vielmehr sind genannte Krank-heitserscheinungen auf einseitige Ernährung zu beziehen. Dr. Döllner in Duisburg führt das Krankheitsbild, das er auch in Polen beobachtete, auf ein= seitige Kartoffelernährung zurück und zwar darauf, daß nur eine einzige Zubereitung der Kartoffeln durch Kochen stattsand. Er hat durch Zusatz von Fett zu den Kartoffeln und grüner Gemüsenahrung (Spinat, Kraut und Rosenkohl), sowie von Kakao und Schokolade alle Krankheitsfälle in weni= gen Tagen zur Heilung gebracht. Auch in Deutschland ist einseitige Er= nährung die Ursache der Krankheit; seit vorigen Herbst waren bis zur neuen Ernte alle grünen Gemüse vom Markt verschwunden oder unerschwinglich teuer. Die Gemüsekonserven waren beschlagnahmt. Die Gemüseernährung war also eine höchst einseitige, sie bestand aus Kartoffeln, Steckrüben und höchstens etwas Rotkraut. Es sehlten also vollständig die chlorophyllhaltigen Gemüse, welche auch die Träger des Eisens und der Nährsalze sind. Es han= delt sich um eine Ernährungsstörung, welche sich in einer Verschlechterung der Blutqualität ausspricht. Diese Bluterkrankung ist eine Folge der ungenügenden Zufuhr von Salzen. Also eine falsche Ernährung. Ein letztes Moment, welches den beobachteten Krankheitsfällen gemeinsam ist, ist der Mangel an frischer Luft, die ungenügende Versorgung mit Sauerstoff. Es handelt sich um Menschen, die wenig an die frische Luft kommen und daneben sich unrichtig ernähren. Unserer Volksernährung muß also die grüne Pflan= zennahrung wiedergegeben werden (Spinat, Wirsing, Rosenkohl, Salat). Es ist jedoch von Wichtigkeit, daß die Gemüse aber auch in preiswertem Zu= stand zur Verfügung stehen, damit auch die Minderbemittelten sie erschwin= gen fönnen.

Bücherschau.

REPRESENTANT REPRESENTANT DE LA CONTRACTOR DEL CONTRACTOR DE LA CONTRACTOR DE LA CONTRACTOR DE LA CONTRACTOR

Ferienbuch für die Jungen. 1. Teil, Frühling und Sommer. Unter Mitarbeit von Herm. Emch, Narburg; Prof. Dr. Aug. Forel. Yvorne; Dr. Hanz Friedrich, München; Hans Meher, Glarisegg; H. Noll-Lobler, Kaltbrunn; Dr. Mar Dettli, Glarisegg; Prof. Dr. P. Steinmann, Narau, herausgegeben von Hand ann Sünther. Mit 47 Abbildungen im Text und 11 Tafeln. Berlag von Kascher u. Cie., Zürich, 1918. — Sine Fülle interessanter Aufsähe aus der Naturlehre und Phhsik, die unsere Jungen hauptsächlich zu Studien und Versuchen im Freien anzregen sollen. Sie zerfallen in Ferienaufgaben für Photographen, Studien auf der Sisenbahn, Ferien am Strande, flugtechnische Experimente, Altes und Neues sür Tierz und Pflanzenfreunde, an See und Teich, Nachdenkliches sür Kegenstunden, und eignen sich vortrefslich, der heranwachsenden Jugend die Augen zu öffnen und sie über das, was sie gesehen, selbständig nachdenken zu lehren. Es handelt sich hier nirgends um Spielereien, sondern um ernste Sinzelfragen, deren leicht verständliche Lösung immer neue grundfätzliche Erörterung darstellt und jeweilen ein ganzes Fragengebiet bedeutet.

Die vier volkstümlich sten deutschen Märchen, von Hans Witig, 1.—4. Tausend. Verlag: Gebrüder Stehli, Zürich. "Schneewittchen", "Aschnewittchen", "Aschnewittet", "Hichenputtel", "Hänsel und Gretel", "Das tapfere Schneiderlein" sind von dem bestannten Zürcher Illustrator mit farbigen, fräftig bewegten Bildern versehen, worden, die der alles vergrößernden Phantasie der Kinder aufs köstlichste entsprechen. Die

Betrachtung dieser Vilder wird dazu beitragen, die Kinderlein den Inhalt der vier Märchen wirklich erleben zu lassen und ihre Vorstellungswelt um unauslöschliche Eindrücke bereichern.

Waldgeheimnisse. Tert und Originallithographien von Robert Hardmeyer. Verlag von Gebr. Stehli, Kunstverlag, Zürich. Zwei Bändchen vereinigen je ein Dutend farbige Steinzeichnungen, die irgend eine hei= tere Situation aus dem Enomenleben darstellen, welche aus einer größeren Handlung entnommen wurde, die der Künstler jeweilen auf dem gegenüberstehenden Blatte stizziert hat: Wie der Inomenfrik, auf einer Wanderung begriffen, in einem Vilzhut einschläft; wie die Zwergmännlein vor der bösen Wichtelmännchengret und ihrem rasenden Tanze sich vor Angst und Schrecken hinter einer Tannenwurzel verkriechen. wo sich die Zwerglein ihren Ruchen holen; wie sie mit den Staubpilzen ihren Schabernack treiben; wie sie auf die Honigjagd gehen, sich im Regenspiegel be-wundern; am Gismantel sich den ersten "Kuhnagel" holen; wie die Zwergweibchen ihre Bäsche aufhängen oder ihren neuesten Hut probieren usw. Hardmeyer ist un= erschöpflich in seinen Einfällen, um unsern Kindern die Leiden und Freuden der Zwerglein im Walde, ihre Enttäuschungen und überraschungen in dem Neiche vorzuführen, das für ihre Phantasie von jeher ein Quell von Geheimnissen war. Eine launige Kostprobe davon geben uns die beiden Bändchen. Für die französische Ausgabe hat Frau H. Gailloud den Text ganz vortrefflich dem Geschmacke der Romanen angepaßt, nicht einfach übersetzt. Zweifellos bedeuten die Bilder eine Bereicherung und Belebung der kindlichen Phantasie.

Im selben Verlage gab der bekannte Zürcher Kinderbücher-Zeichner Hans Eitzig farbige Vilderfibeln, welche den ganz Kleinen die Gegenstände aus ihrer Umwelt, aus Stube und Haus, aus Hof und Feld und Wald, aus Tier- und Menschen- welt in verschiedenen Jahreszeiten, in ruhender Lage oder charakteristischer Bewegung vor Augen führen sollen — plastico — drastico, wie es die Kinder gerne haben. Die Vüchelchen folgen übrigens einander methodisch fortschreitend vom Einfachen zum Lusammengesetzten, von bloßen Gegenständen zur Verbindung derselben und zur

Sandlung.

Etragreiche Bienenzuglich geleiteten "Destern-Ungar. Bienenzeitung", und als Verfasser der von ihm vorzüglich geleiteten "Destern-Ungar. Bienenzeitung", und als Verfasser zahlreicher kleinerer Werke über die Bienen und deren Pflege, mehr als eine kurze Anleitung; denn es wird in demselben ein wohlabgerundetes Bild einer verständnisvoll betriebenen Bienenzucht gedoten. So ist das Werkchen, aus eingehendem Wissen und reicher Erfahrung geschöpft, dazu geeignet, nicht nur dem Anfänger in der edlen Bienenzucht als führender, ratgebender Leitsaden dienlich zu sein, sonsdern auch überhaupt jedem, der sich für das Leben, die Eigenheiten des interessanten Insektes, für die Betreuung desselben, dann für die Gewinnung des heute so zur Wertschätzung gelangten Nahrungs= und Heilmittels, des Honigs, interessiert, in aussiührlicher Weise Kunde zu geben. Die Schreidweise, klar, flüssig, leichtsalich und allgemein verständlich, verrät den gewandten Fachschriftsteller. Zahlreiche gute Abbildungen vervollständigen in wertvoller Weise den Text. Verlag (L. V. Enders' sche Kunstanstalt, Reutitschein). Preis K. 1.35 — Mk. 1.10.

Medaktion: Dr. Ad. Vögtlin, in Zürich 7, Asplstr. 70. (Beiträge nur an diese Adressel)
Inverlangt eingefandten Beiträgen muß das Kückporto beigelegt werden.
Druck und Expedition von Wüller, Werder & Co., Schipfe 33, Zürich 1.

In sert ion spreise fentlichen für seite Fr. 120.—, ½ S. Fr. 60.—, ⅓ S. Fr. 40.— ⅓ S. Fr. 30.—, ⅓ S. Fr. 15.—, ⅙ S. Fr. 7.50; für Anzeigen ausländ. Ursprungs: ⅙ Seite Fr. 150.—, ⅙ S. Fr. 75.—, ⅙ S. Fr. 50.—, ⅙ S. Fr. 37.50, ⅙ S. Fr. 18.75, ⅙ S. Fr. 9.40.

Alleinige Anzeigenannahme: Annoncen-Expedition Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Aarau, Bern, Biel, Chur, Glarus, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen.