

Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 34 (1930-1931)
Heft: 10

Artikel: Abendreigen
Autor: Jlg, Paul
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-666891>

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: 04.04.2026

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

Abendreigen.

Flur, Wald und Hecken schweigen,
 All Vöglein sind im Schlag,
 Nur aus den Gassen steigen
 Noch Laute wie am Tag.

Das sind die Kinderspiele,
 Wenn's dunkel wird und still
 Und keins dem nahen Ziele,
 Dem Schlaf, gehorchen will.

Umsonst gebot vom Turme
 Der Glöckner Abendruh,
 Die Seelchen sind im Sturme,
 Und keines hört ihm zu.

Halb Übermut, halb Bangen
 Vor einem Weißnichtwas
 Und fieberdunkle Wangen,
 Die Stimmlein hell wie Glas.

Da pocht's an taube Ohren,
 Es dringt bis auf den Grund
 Ein Ruf, in Nacht verloren:
 „Komm heim!“ von Muttermund.

Und eines nach dem andern
 Entwindet sich dem Kranz,
 Sie müssen alle wandern
 Hinweg von Spiel und Tanz.

Das letzte, unbewachte,
 Steht traurig noch allein —
 Dann hebt's die Armchen sachte
 Und flattert auch hinein.

Paul Jlg.

Ueber die hygienische Erziehung des Schulkindes durch Schule und Elternhaus.

Wenn man das Schulalter als die Vorber-
 reitungszeit für den spätern Kampf ums Da-
 sein betrachtet, so drängt sich ohne weiteres die
 Erkenntnis als kategorische Forderung auf,
 dem jungen Menschen in diesem Lebensalter
 ganz besondere gesundheitliche Fürsorge zu-
 kommen zu lassen. Mit andern Worten: Wir
 müssen durch sorgfältigste Beobachtung aller in
 Betracht fallenden Vorschriften der modernen
 Hygiene alle denkbaren Schädigungen von der
 Schuljugend möglichst fernhalten und diese
 auch selbst zu persönlichem Gesundheitsschutz
 erziehen. In die Durchführung der dabei nötig
 werdenden Maßnahmen haben sich Schule und
 Elternhaus zu teilen.

An erster Stelle interessieren uns selbstver-
 ständlich jene Gefährdungen, die mit großer
 Wahrscheinlichkeit auf den Schulbesuch selbst
 zurückzuführen sind. Daß solche Gefährdungen
 durch den Schulbesuch an sich möglich sind, ist
 eine erwiesene Tatsache, und es läßt sich nicht
 leugnen, daß der im Schulbetrieb unvermeid-
 liche Lern- und Sitzzwang, der starke Anfor-
 derungen an Geist und Körper stellt, die ver-
 minderte Bewegungsfreiheit, die oft nicht ein-
 wandfreie Schulluft, oft aber auch durch die
 veränderte Lebensweise des Kindes bedingte
 feilische Beeinträchtigungen den Gesundheits-
 zustand desselben mehr oder weniger stark in
 Mitleidenschaft ziehen.

Als solche besondere Schulschäden sind in
 der Hauptsache Übermüdung, Blutarmut, Kopf-
 weh, Haltungsveränderungen, Kurzsichtigkeit,
 Erkrankungen der Atmungsorgane und Infek-
 tionskrankheiten anzusprechen. Wir wollen in
 der Folge den einzelnen Übeln etwas eingehen-
 dere Aufmerksamkeit schenken.

Übermüdung kann entstehen teils durch
 die Schuld der Lehrer, der Eltern und durch die
 der Kinder selbst. Die Lehrer können die Ursache
 sein durch Ungeschick im Unterrichten, sowie
 durch zu starke Inanspruchnahme der geistigen
 Spannkraft der Kinder während des Unter-
 richtes; die Eltern durch falsche Ernährung des
 Kindes, sowie dadurch, daß sie aus Unverständnis
 oder Eitelkeit das Kind zu einem Bildungs-
 gange zwingen, der dessen Neigung und beson-
 deren Veranlagung nicht entspricht; die Kinder
 selber durch festhalten an schlechten Gewohnhei-
 ten. Zu solchen zählt, um nur eine herauszu-
 greifen, unausgesetztes Lesen, das so weit gehen
 kann, daß Essen, Spielen und Arbeit vollkom-
 men vergessen werden. Die Folge davon ist eine
 Erschwerung der Gedankenkonzentration, die
 es dem Kinde schließlich nur unter größten An-
 strengungen ermöglicht, den Anforderungen der
 Schule gerecht zu werden. Die Übermüdung, die
 dadurch bedingt ist, macht sich in nervöser Über-
 reiztheit, Herzklopfen, Gedächtnisschwäche, so-
 wie körperlicher und geistiger Trägheit be-