

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1989-1990)  
**Heft:** 1

**Buchbesprechung:** Für Sie notiert

**Autor:** Schnieper, Werner

#### **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:** 18.02.2026

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

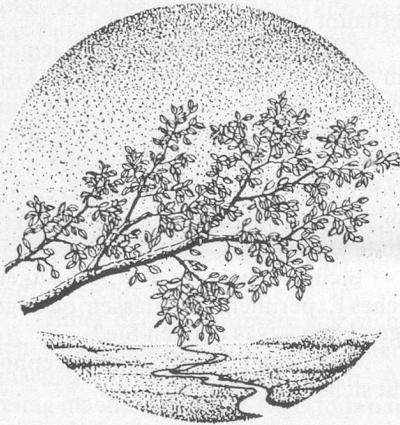
## Treffpunkt Kaserne

Kenne Sie dr Träffpunkt Kasärne?  
Wenn nit, so mien Sie emol go,  
im Glaibasel äne,  
mit em Tram ka me guet ko.  
Dr Mittagstisch isch gwaltig  
und s'git au Unterhaltig,  
e guete Gaischt herrscht dert  
und ihr sind nit ellai,  
s'isch haimelig und nätt  
no scheener als ellai dehai.

B. Bühler

## Wege nach innen – zu uns selbst

Ferienseminar vom 12.–17. Juni 1989



In ruhiger, ländlicher Umgebung, tief verbunden mit der Natur, finden wir zu uns selbst.

Das Ferienheim Hupp, Wiesen SO, liegt in aussichtsreicher Höhe auf 800 m mit freiem Blick auf den Jura und zu den Innerschweizer und Berner Alpen. «Unsere grössten Erlebnisse sind nicht unsere lautesten, sondern unsere stillsten Stunden.»

Am Vormittag üben wir uns im wahren positiven Denken und gewinnen Vertrauen und Gelassenheit. Am Nachmittag wandern wir während etwa zwei Stunden durch Wälder und Wiesen in voller Lebensfreude.

### Kosten

pro Person für Vollpension, Seminar und Wanderleitung, Doppelzimmer mit fliesendem Wasser: **Fr. 310.–**; Einerzimmer: **Fr. 340.–**

### Anmeldung

bis **30. März 1989** an Annemarie Zurflüh, Lebensberaterin, Telefon 521422.

## Für Sie notiert

Helene und Dr. Otto Kostenzer

### Bauernweisheiten – Bauernregeln

Humboldt-Taschenbuchverlag Jacobi  
München

Umweltschutz beginnt auf dem Bauernhof! Erfreulicherweise sind sich die Landwirte ihrer Verantwortung auch bewusst, von unrühmlichen Ausnahmen immer abgesehen. Schwarze Schafe gibt es in jedem Beruf. Mit Gesetzen allein ist kein Umweltschutz zu betreiben – es bedarf vielmehr des verantwortungsbewussten Handelns jedes einzelnen.

Anderseits ist vom Städter zu erwarten, dass er dem Bauernstand und seinen Aufgaben – es geht nicht immer bloss um den Milchpreis! – mit Verständnis begegnet. Vieles und Wertvolles lässt sich von Bauern übernehmen.

In oben erwähntem Buch finden wir einen recht amüsanten und zugleich umfassenden Beitrag zum Thema der Heilkräuter, lange Zeit von der Schulmedizin als «Quacksalberei» abgetan, heute aber wiederum zu Ehren gezogen. Die alte Kräuter-Erfahrungsweisheit bleibt aktuell! Wir lesen über die vielseitige Anwendung von Heilkräutern und erfahren auch, wie man mit Heilkräutern umgeht. Als Beispiel eine Textprobe aus der Einleitung:

**Sammeln:** Heilkräuter sollten nicht auf kunstgedüngten, frischgedüngten Wiesen oder neben Strassen gesammelt werden. Die Pflanzen nehmen die Abgase mit! Es soll nur an sonnigen Tagen geerntet werden: Blüten am Vormittag, sobald der Tau abgetrocknet ist, ganze Pflanzen und Blätter am späten Vormittag. Früchte, wenn sie sehr reif sind. Wurzeln sollen im Frühjahr oder im Herbst ausgestochen werden. Wer die Pflanzen nicht genau kennt, soll sie besser in der Apotheke kaufen.

**Trocknen:** Trocknen soll man nur gesunde Pflanzenteile. Auf sauberem Papier – keine Zeitung – ausgebreitet, soll das Trocknen im Schatten an einem luftigen Ort und nicht an der Sonne oder in Herd- oder Ofennähe vorgenommen werden. Beeren und andere Früchte müssen bei geringer Wärme – rund 50°C – im Backrohr nachgetrocknet werden. Wurzeln werden nach der Ernte sauber gewaschen, in kleine Stücke geschnitten und an der Sonne getrocknet. Auch bei den Wurzeln ist eine Nachtrocknung bei rund 50°C im Backrohr zu empfehlen.

**Aufbewahren:** Die völlig trockenen Pflanzenteile sollen in gut verschliessbaren, geruchfreien Behältern aufbewahrt werden. Wenn die Pflanzenteile noch feucht sind, kommt es zur Schimmelbildung. An den Behälter gehört ein Schild mit dem Namen der Pflanze und dem Sammeljahr.

**Zubereitung:** Die übliche Anwendung ist der Tee oder der alkoholische Auszug. Meistens wird  $\frac{1}{2}$  bis 1 Kaffeelöffel Pflanzenteile pro Tasse Wasser verwendet, bei Kindern entsprechend weniger. Blätter und Blüten in das kochende Wasser geben, kurz aufwallen und 10 Minuten ziehen lassen. Wurzeln in kaltem Wasser zusetzen, zum Kochen bringen und 10 Minuten schwach kochen lassen.

Werner Schnieper

Beat Trachsler

### Hymne und Helge vom Ryy

GS-Verlag Basel

(220 Seiten mit 202 Farbbildern)

Wenn von Basel gesprochen oder geschrieben wird, bleibt auch der Rhein eingeklammert! Dichter und Maler haben in den vergangenen zwei Jahrhunderten eine stattliche Reihe von Motiven in Wort und Bild geschildert. Allein mit Rheinbildern liesse sich eine grosszügige und künstlerisch hochkarätige Ausstellung denken.

Beat Trachsler als Basler Kunsthistoriker hat eine repräsentative Auswahl von Kunstwerken zusammengetragen und mit Gedichten und Prosatexten verbunden. Ein gediegenes Buch für die Basler Kunst- und Literaturfreunde – ein Geschenk auch für Gäste und Liebhaber der Humanistenstadt am Rhein!

Werner Schnieper

**Ruhe, eine nette Ambiance und viel warmes Wasser.**

33°C.

**Hallenschwimmbad Bethesda**

Tel. 42 4012 Gellertstrasse 144