Zeitschrift: Fachblatt für Heimerziehung und Anstaltsleitung
Herausgeber: Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung
Band: 3 (1932)
Heft: 6

Artikel: Einige Vorschläge zur Ernährungsreform
Autor: Walder, E.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-805859

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: 11.12.2025

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

Eiweiße und andere mehr, unsere Zöglinge alle, mit wenigen Ausnahmen, zu blühenden Jungen machte.

Der Körper soll zäh, kräftig, arbeitsfreudig, lebensmutig und widerstandsfähig sein. Die Harmonie von Körper und Geist soll gebildet werden und dies wird durch die Anstaltsernährung mehr denn durch die Familienernährung gefördert.

Einige Vorschläge zur Ernährungsreform.

E. Walder, Küsnacht-Zürich.

Es ist möglich, in unsern Anstalten eine Aenderung der Ernährung einzuführen. Wenn mit festem Willen der Schritt vom Wissen zur Tat gewagt wird, so wird auch der Weg durch alle Hindernisse gefunden werden. Zugegeben sei, daß die mit den auserlesensten Gewürzen und im Geschmack aufs feinste zubereiteten Speisen für unsere Anstaltskassen zu teuer zu stehen kämen. Aber mit einfachern Mitteln lassen sich sicherlich auch gute und schmackhafte Gerichte herstellen, die den Forderungen einer natürlichen Ernährung entsprechen.

Ich kann aus eigener Erfahrung einige neuere Nahrungsmittel sehr empfehlen. In meinem Hause finden die „Elite-Getreideflocken" der Firma Gebrüder Matzinger in Oerlikon reichliche Verwendung. Sie eignen sich sowohl zum Rohessen (sog. Kraftnahrung mit Rosinen, Rohrzucker und gemahlenen Nüssen) oder zur Bereitung von Puddings. Ein von der Firma herausgegebenes Rezeptheftchen zeigt die vielseitige Verwendung der Produkte dieser Firma. Die billigen Flocken gibt das Geschäft an Anstalten ab zu Fr. 1.— das Kilo.

Im Hause wird das Vollkornbrot hergestellt aus Vollmehl der Firma Heußi & Cie. in Mühlehorn, gerne gegessen und scheint nach dem Gutachten eines Arztes das für den Körper geeignetste Brot zu sein.

Ein ganz vorzügliches Produkt, das sehr empfohlen werden kann, ist der Apfeltee, den der Verband ostschweizerischer landwirtschaftlicher Genossenschaften in Winterthur erst kürzlich auf den Markt gebracht hat. Neben der durststillenden Wirkung des angenehm säuerlich schmeckenden Tees darf als besonderer Vorzug hervorgehoben werden, daß durch den guten Absatz dieses neuen Erzeugnisses das überschüssige Obst der Schnapserzeugung entzogen und zu bessern Zwecken Verwendung findet.

Eignung und Nichteignung für den Anstaltsdienst

von Schwester Feigenwinter, Katharinaheim, Basel.

1.

Man hat mich gebeten, Ihnen über Eignung und Nichteignung für den Anstaltsdienst etwas zu sagen. Der Auftrag hat mir ein wenig