

<b>Zeitschrift:</b>	Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung; Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare; Verein für Schweizerisches Anstaltswesen
<b>Band:</b>	30 (1959)
<b>Heft:</b>	1
<b>Rubrik:</b>	Hierüber wird diskutiert : das grosse Ziel

#### 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:** 26.01.2026

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

werden. «Man stiehlt einem alten Mann nichts, wenn man ihm von seinem Abendbrot stiehlt», sagt ein alter Spruch, der als wichtige Essensregel zu empfehlen ist. Eine üppige Abendmahlzeit kann zu ernsten Folgen führen; in gleicher Weise kann eine geistige oder seelische Belastung in den Abendstunden den Schlaf für die ganze Nacht rauben. Von Milch macht man gerne Gebrauch. Wenige Betagte haben ein intaktes Gebiss, deshalb kann nicht genug auf die Notwendigkeit des richtigen, genügenden Kauens hingewiesen werden.

Man darf auch die Gefahr der Unterernährung nicht übersehen. Alte Menschen, besonders wenn sie alleinstehend und vereinsamt sind, nehmen sich oft nicht mehr die Mühe der genügenden und regelmässigen Mahlzeitbereitung, sie lassen sich auch in dieser Beziehung gehen und nehmen es nicht mehr ernst in der Sorge um sich selbst. Es gilt auch hier, Disziplin zu halten. Ich hatte oft Gelegenheit, eine ältere, alleinstehende Dame zu beobachten, die ihre allein zubereitete Mahlzeit an dem hübsch gedeckten, mit Blumen geschmückten Tisch nach peinlich befolgter Reihenfolge verzehrte. Auch im Alter sollte jede Mahlzeit ein Fest sein! Das ist auch physiologisch begründet: Der oben erwähnte amerikanische Ernährungsforscher schliesst seine Arbeit mit den folgenden Worten: «Schliesslich, und das muss doch immer betont werden, isst der Mensch zu seinem Vergnügen. Halten wir uns an diese Tatsache, wenn wir unseren Alten eine Diät verschreiben. Das Essen sollte nicht zu einem Ernährungsexperiment herabsinken. In jedem Lebensalter sollte es ein wirkliches Vergnügen sein und nicht zuletzt im Alter, wenn so manche Vergnügen der jüngeren Jahre dahingeschwunden sind.»

Mit dem bisher Gesagten haben wir sicher manche Leser enttäuscht, die ein Ernährungsrezept für ein erfülltes Alter erwartet haben. Die Sensationspublizistik hat sich ja dieses Gegenstandes reichlich bemächtigt. Man braucht bloss an Büchertitel zu erinnern wie «Iss dich schlank», «Iss richtig und du bleibst gesund», und an die Publikationen von Gaylord Hauser. Diese Ernährungstheorien werden als Heilsbotschaften verkündet, sie finden gläubige Jünger, die sich in Vereinen zusammenfinden. Nicht selten sind es gerade alte Leute, die sich für diese Lehren begeistern; ja diese werden geradezu zu ihrem Lebensinhalt. Ich weiss von einer 80jährigen Frau, die es mit der landläufigen Kost zu diesem hohen Alter gebracht hatte. Vor kurzem wurde ihr die Heilsbotschaft der Värland-Diät zugeragen, und jetzt ist ihr ganzes Sinnen und Trachten ausschliesslich darauf konzentriert. Die Engländer haben für diese Ernährungsevangelien einen eigenen Ausdruck geprägt. Sie sprechen von «Nutritional Fads», Ernährungsgrillen, Ernährungssporen. Es ist immerhin bemerkenswert, dass von den Hoch- und Höchstlebigen, deren Lebensweise man studiert hat, kein einziger nach einem Fad gelebt hat.

Dr. G. L. Vischer

#### Südländer fühlen sich früher alt

Interessante Aufschlüsse über das Pensionierungsalter in den verschiedenen Ländern gibt ein Bericht der Uno. Während man in Argentinien bereits mit 56 Jahren in den Ruhestand tritt, müssen die Irländer, Kanadier und Norweger noch weitere 14 Jahre warten, bis sie ein Ruhegehalt beziehen können.

-ur.

Hierüber wird diskutiert:



#### Das grosse Ziel

Der alte Bismarck hatte einmal gesagt, der Krieg sei der natürliche Zustand der Menschheit. Da müssen wir uns die heutigen Staatsmänner loben, denn keiner von ihnen wird einen solch teuflischen Ausspruch tun. Im Gegenteil beweisen sie uns täglich, dass ihr ganzes Streben danach gerichtet ist, die grossen Probleme unserer Zeit auf friedlichem Wege zu lösen.

Allerdings, wenn wir am Anfang des neuen Jahres noch schnell einen Blick zurückwerfen, dann kann uns das Geschehen der vergangenen zwölf Monate keineswegs froh stimmen. Das grosse Seilziehen zwischen den Titanen im Osten und im Westen hielt unsere ganze Aufmerksamkeit wach. Pausenlos haben die Nachrichtenagenturen von ergebnissenlosen Konferenzen berichtet, von diplomatischen Vorstossen, Briefen zwischen Staatsmännern, Communiqués, Drohungen, Vetos und grossen Reden. Fieberhaft reisten Minister und ihre Sekretäre von Verhandlung zu Verhandlung. Und was war das Resultat dieses gigantischen Schaffens? Nichts! Die Weltprobleme sind noch genau so ungelöst wie vor einem Jahr. Nicht um einen einzigen Schritt haben sich die beiden Lager genähert. Man müsste mutlos werden.

Und doch ist all das Treiben nicht ganz nutzlos gewesen. Bismarcks Weissagung ist nicht in Erfüllung gegangen. Ein Krieg ist verhindert worden. Das ist nicht wenig, wenn wir den grossen Wissenschaftern glauben, die uns immer wieder in Erinnerung rufen, dass ein Krieg beim jetzigen Stand der Technik nicht nur die Vernichtung unserer Kultur, sondern den Weltuntergang zur Folge hätte.

Da drängt sich nun aber doch eine Frage auf: Ist denn die Verhinderung des Weltuntergangs die einzige Aufgabe, die die Zukunft für uns bereithält? Bleibt uns denn keine Zeit mehr für den Ausbau unserer Kultur, für vernünftige Dinge?

Der grosse englische Kulturhistoriker Arnold J. Toynbee hat kürzlich geschrieben: Zukünftige Historiker werden einst feststellen, dass das grosse Ereignis des zwanzigsten Jahrhunderts der Aufprall der westlichen Kultur auf alle übrigen Gesellschaften der damaligen Welt war, bevor sie sich zu einer einzigen Gesellschaft zusammenschloss.

Das ist zwar eine Hypothese, enthält sie aber nicht doch einen wundervollen Glaubenskern, indem sie unserem scheinbar aussichtslosen Tun einen wirklichen Sinn zuweist?

Viktor