

| | |
|---------------------|---|
| Zeitschrift: | Schweizer Hebamme : officielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici |
| Herausgeber: | Schweizerischer Hebammenverband |
| Band: | 47 (1949) |
| Heft: | 5 |
| Artikel: | Das schöne alte Bern |
| Autor: | [s.n.] |
| DOI: | https://doi.org/10.5169/seals-951503 |

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: 24.01.2026

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



Die Schweizer Hebamme

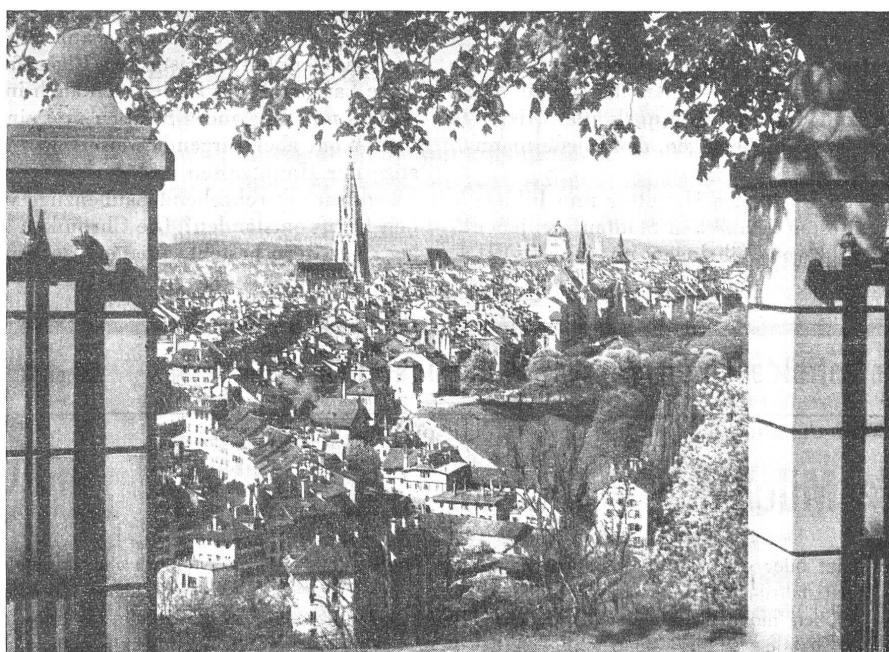
OFFIZIELLES ORGAN DES SCHWEIZERISCHEN HEBAMMENVEREINS

Festausgabe zur 56. Delegiertenversammlung in Bern, 20. und 21. Juni 1949

Das schöne alte Bern

«Bern, Krone der Schweizer Städte», ist man versucht auszurufen, wenn man das Stadtbild von einer Anhöhe, beispielsweise vom Rosengarten aus betrachtet. Wohin unser Blick schweift, über das Dächergewirr der Altstadt, vom kühnen Bogen der Aare umspannt, über die grünen Hänge oder weiter bis zum Alpenwall, der mit seinen Schneegipfeln und Eis-

lichem Wachstum so geworden ist. Die Stadt hat kein eigenes Zentrum, von dem sie nach allen Richtungen ausstrahlen könnte; das Zentrum ist aufgelöst in eine langgestreckte Mittelachse, an die sich die Nebenstraßen rechts und links symmetrisch anreihen. In genauer Ost-West-Richtung erstreckt sich die Landzunge zwischen der Schleife des Flusses und ihr



Bern. Blick vom Rosengarten auf die Altstadt

kämmen den Horizont begrenzt — in jedem Falle sind wir von der Schönheit dieses Stadtbildes überwältigt.

Gleich wie die Umgebung, in der ein Mensch aufwächst, sein Wesen und seinen Charakter beeinflußt, so bestimmt auch der Untergrund, auf dem eine Stadt emporwächst, deren Form und Aussehen. Der Kern von Bern, die Altstadt, liegt auf Molassefelsen und Gletschergeschiebe, den die Aare in langgezogenem Bogen umspannt; an die vierzig Meter liegt ihr Wasserspiegel unter den Brücken der Stadt.

Und diesem Untergrund verdankt die Stadt ihr Gesicht, ihren Charakter. Das klare Bild der alten Siedlung, scharf umrissen, rein abgegrenzt gegen alle jüngeren Zutaten, bietet eines der schönsten und eindrucksvollsten Fliegerbilder europäischer Städte; die Biegung ihrer Hauptgassen ist edel wie die einer Sarazenenklinge; die Gleichrichtung ihrer Straßenzüge, die Abgemessenheit ihrer Plätze — alles ist gleichsam schon in ihrem Untergrund vorgezeichnet gewesen. Wenige Städte machen es dem Fremden so leicht, sich in ihnen zu orientieren wie Bern, das diesen Vorteil nicht einem geometrisch abgezirkelten Grundriß verdankt, sondern in natür-

folgen die Gassenzüge in natürlichem, ungezwungenem Gehorsam. Wie die Landschaft die Form der Stadt so und nicht anders gewollt hat, so hat sie ihr auch das Material vorgeschrieben, aus dem sie erbaut ist; grauen, massiven Sandstein, der in den Hügeln der nächsten Umgebung gebrochen worden ist. Noch heute wacht sie streng darüber, daß kein andersfarbiger Stein die Einheit ihres Gesichtes stört. Braucht sie Farbe, um das Grau ihrer Mauern zu beleben, so schenkt ihr diese der Blumenschmuck, der sommersüber gaßauf und gaßab die Fenstergesimse und Brunnen bedeckt.

Wo liegt das älteste Bern? Eine, am Bärengraben angebrachte Tafel erzählt, daß an dieser Stelle der Bär durch den Herzog von Zähringen erlegt wurde, der der Stadt den Namen verlieh. Das ist natürlich legendar. In Wirklichkeit aber hat die Stadt Bern in der Umgebung des Bärengrabens ihren Anfang genommen. Da, wo die Nydeggkirche steht, befand sich einstmal die Feste der Zähringer, in der sie zeitweilig mit ihren burgundischen Adeligen Quartier nahmen. Die Feste wurde um 1260—1262 von den Bernern zerstört. Noch ist von der alten Burg ein Mauerrest vorhanden; auf ihm ist das

Chor der Kirche aufgebaut. Die malerischen Häuserreihen rings um die Nydeggkirche stehen größtenteils an den Mauern der ehemaligen Festungsanlage. Die Quartiere an der Aare bergen noch manches Ueberbleibsel aus dem ältesten Bern. Da ist die Felsenburg, am jenseitigen Ufer der Aare. Einst stand dieser gewaltige Turm, der leider zu einer Mietskaserne degradiert wurde, als Brückenkopf der heute noch bestehenden unteren oder alten Nydeggbrücke, über die der ganze Verkehr nach der Stadt flutete. Auf der Stadtseite dieser Brücke besteht noch, inmitten von Häuserreihen aus dem frühen Mittelalter, das älteste Stadthaus Bern, der «Burgerhus».

Wie kein zweites bernisches Bauwerk, stand früher der Zeitglockenturm oder der «Zytglogge», wie man ihn allorts nannte, im Mittelpunkt der Stadt. Er war in jeder Beziehung das «maßgebende» Gebäude Berns: seine Turmuhr war die Hauptuhr der Stadt, nach der sich alle anderen zu richten hatten, längst bevor es eine «Bahnzeit» oder «Radiozeit» gab. Vom Zeitglockenturm aus wurden die Wegstunden gemessen und auf ihn beziehen sich die Stundensteine an den Kantonsstraßen. In seinem Tordurchgang sind die Längenmaße, früher Elle und Klafter, heute noch Meter und Doppelmeter, als Urmaße zur öffentlichen Kontrolle und als Vorbilder angebracht. An der Wand des Tordurchganges wurden und werden heute noch alle offiziellen Verordnungen und Erlasse angeschlagen, damit jedermann davon Kenntnis nehmen könne.

Der Turm war bis 1255 westliches Haupttor und bildete somit den Abschluß der ältesten bernischen Stadtanlage, jener Stadt, die Herzog Berchtold von Zähringen im Jahre 1191

gründete. Sie erstreckte sich von einem heute spurlos verschwundenen unteren Tor und Graben, unten an der Gerechtigkeitsgasse, bis zu dem tiefen, jetzt vollkommen ausgefüllten Graben, der an Stelle des Kornhaus- und Theaterplatzes die damalige Stadt nach Westen begrenzte. Bei dem großen Stadtbrand im Jahre 1405 brannte auch der Turm aus und wurde, gemäß einem obrigkeitlichen Erlaß, der bestimmte, daß die Häuser nur mehr in Stein gebaut werden dürften, wieder aufgebaut. An seiner Ostseite entstand 1527 jene kunstvolle astronomische Uhr, welche zu jeder Stunde Sonne, Mond, Sternbilder und Planetenstellung, dazu Monat, Tag und Wochentag anzeigt. Gleichzeitig wurde das muntere Spielwerk geschaffen, das heute noch eine gern und oft besichtigte Sehenswürdigkeit der Stadt ist. Die Westseite zierte heute ein großgeschautetes allegorisches Gemälde von Viktor Surbek: den Sensemann Chronos, das Symbol der vergänglichen, flüchtigen Zeit und die Vertreibung von Adam und Eva aus dem Paradies darstellend. — Von den unzähligen alten Türmen und den vielen Toren unserer Stadt sind nur noch zwei erhalten geblieben, der Käfigturm und unser Zeitglockenturm. Es sind die letzten Zeugen einer mittelalterlichen Stadt voller Charme und Schönheit. —

Eine der charakteristischen Eigentümlichkeiten Berns sind seine Lauben, Wohl finden sich auch in anderen alten Städten des In- und Auslandes Straßen und einzelne Häuser mit Lauben. Wohl aber nirgends weisen wie in Bern lange Straßenzüge der Hauptgassen und der hinteren Gassen ihrer ganzen Länge nach durchgehend Laubenzüge auf. Wann sind die Lauben Berns entstanden? Die Chroniken schweigen sich darüber aus. Seit Bern besteht, müssen Lauben bestanden haben, und



Der Zeitglockenturm

Die Bedeutung der Getreideschleime in der Säuglingernährung

1

1/2 Milch + 1/2 Schleim

Wenn die Muttermilch ergänzt oder ersetzt werden muß, so soll die Ersatznahrung sich ihr in Gehalt und Verträglichkeit möglichst harmonisch anpassen. Bloße Kuhmilch erfüllt

diese Forderung nicht, weil sie in ihren chemischen und physikalischen Eigenschaften gegenüber der Muttermilch wesentliche Unterschiede aufweist:

| | Eiweiß | Fett | Kohlenhydrate | Salze |
|-------------|--------|------|---------------|-------|
| Frauenmilch | 1,2 | 3,2 | 7,5 | 0,2 % |
| Kuhmilch | 3,3 | 3,3 | 4,8 | 0,7 % |

Um den Eiweißgehalt der Kuhmilch demjenigen der Muttermilch anzupassen, wird die Kuhmilch für den Säugling zur Hälfte mit Wasser verdünnt. Dabei vermindert sich freilich auch ihr Fettgehalt und der bereits zu niedrige Gehalt an Kohlenhydraten wird vollends unzulänglich.

Es genügt nun nicht, den kalorischen Mangel der verdünnten Kuhmilch durch Zucker allein auszugleichen, da der hohe osmotische Druck und die Gärung des Zuckers im Darm leicht

Durchfälle verursachen. Wird aber der fehlende Teil der Kohlenhydrate durch **Getreideschleim** ersetzt, so kommt die Mischung «Verdünnte Kuhmilch — Zucker — Getreideschleim» ernährungsphysiologisch und physikalisch der Muttermilch sehr nahe. Die aufgeschlossene und zum Teil dextrinierte Stärke des Getreideschleims ist auch für den jungen Säugling gut verträglich: die verhältnismäßig großen Dextrin-Moleküle wirken auch in höherer Konzentration nicht hyper-

tonisch und vermindern vor allem die Gärung des Zuckers deutlich. Durch die kolloidale Struktur des Schleims gerinnt die Kuhmilch feinflockig und ist damit leichter verdaulich. Zudem reichert der Schleimzusatz die Milch mit lebenswichtigen Fetten, Vitaminen, Eiweiß- und Mineralstoffen an.

Das stundenlange Schleimkochen ersparen heute die vorgekochten Galactina-Schleimextrakte, die schon in 5 Minuten einen vollwertigen Schleimschoppen ergeben.

Die ausführliche, interessante Broschüre unseres wissenschaftlichen Mitarbeiters über «Die Bedeutung der Getreideschleime in der Säuglingernährung» gibt Ihnen weiteren Aufschluß über dieses wichtige Problem. Bitte verlangen Sie sie bei uns!

Galactina & Biomalt AG. Belp

Galactina-Haferschleim - Gerstenschleim - Reisschleim - Hirseschleim - Galactina 2 mit Gemüse