Zeitschrift: Historischer Kalender, oder, Der hinkende Bot
Band: 209 (1936)

Artikel: Was versteht man unter einem Energiespender?
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-657940

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: 16.01.2026

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

Was versteht man unter einem Energiespender?

Es gibt heute eine Ernährungswissenschaft. Sie sagt dem Bauer genau, wie er seine Tiere füttern muß, um am meisten Fleisch oder am meisten Milch oder die festesten Knochen zu erzielen, und die Zucht hat aus ihren Ratschlägen großen Nutzen gezogen.

Jedermann hat es im Gefühl, daß auch die Ernährung des Menschen verbesserungsfähig ist und daß es nicht auf die Menge der Nahrung, sondern auf ihren innern Wert ankommt. Seit einigen Jahrzehnten weiß man auch schon, daß die Nahrung eine kleine Menge von besonders wertvollen Stoffen enthalten muß, ohne die auch die reichlichste Ernährung mangelhaft bleibt, ohne die auch beim starken Esser Erschöpfungszustände eintreten können.

Ganz besonders wichtig ist die Frage der richtigen Ernährung bei angestrengter körperlicher oder geistiger Tätigkeit, und eine Nahrung nun, die dazu geschaffen ist, die durch die Arbeitsleistungen verbrauchten Energien wieder zu ersetzen, nennt man „Energiespender". Ein Energiespender ist also eine zusätzliche Nahrung, die uns befähigt, ein großes Maß von Arbeit ohne Schädigung für die Gesundheit zu ertragen.

Ein solcher Energiespender ist die Ovomaltine. Sie zeichnet sich dadurch aus, daß weder bei der Wahl der Rohstoffe, noch in bezug auf die Konzentration, noch in bezug auf die Sorgfalt des Arbeitsprozesses das Geringste gespart wird. Sie enthält Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate in wertvoller Form und im richtigen Verhältnis, und sie ist zudem reich an Vitaminen und Nährsalzen.

In früheren Zeiten ist es ja wohl auch ohne Ovomaltine gegangen, aber damals war die Lebensführung behaglicher, der Daseinskampf weniger zermürbend. Wer im heutigen Leben bestehen will, der muß schon besser für die Erhaltung seiner Kräfte sorgen, und das tut er, wenn er neben der gewöhnlichen Nahrung täglich zum Frühstück oder als Schlummertrunk eine Tasse Ovomaltine mit Milch genießt.

P 7026 K