

Zeitschrift: Jahresbericht des Bündnerischen Lehrervereins

Herausgeber: Bündnerischer Lehrerverein

Band: 9 (1891)

Artikel: Mitteilungen

Autor: Conrad, Paul

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-145292>

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: 23.01.2026

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

Mitteilungen.

(Vom Herausgeber.)

I. Eigemanns Rechenuhr.

Die im vorigen Jahresbericht besprochene Rechenuhr wurde von einer Anzahl Lehrer bestellt, so dass Hr. Buchbinder Braun es wagen konnte, eine Partie herstellen zu lassen. Es ist nun noch ein kleiner Vorrat vorhanden und können, soweit dieser reicht, allfällige Wünsche sofort befriedigt werden. Man wende sich gefälligst direkt an Hrn. Buchbinder Braun.

Die Zweckmässigkeit des Lehrmittels wird bestätigt durch ein Urteil des Hrn. Schulinspektors Lorez: „Bei Lehrer M. in T. hatten wir Anlass, Eigenmanns Rechenuhr zum ersten Mal praktisch verwendet zu sehen. Eine kurze Angabe von seiten des Lehrers genügte, um eine zahlreiche Klasse samt Schulräten auf längere Zeit in Atem zu halten.“

Das Lehrmittel verspricht viel; nur müssen für grosse Abteilungen die Ziffern recht gross und deutlich sein.“

2. Subskription auf Diesterwegs populäre Himmelskunde und mathematische Geographie.

Über die Vorzüglichkeit dieses Werkes habe ich mich in den Schweiz. Blättern für erzieh. Unterricht, VIII. Jahrgang, S. 209 ff. ausführlich verbreitet.¹⁾ Es wurde dort nachgewiesen, dass die „populäre Himmelskunde“ die Dienste einer praktischen Methodenlehre leiste. Schon aus pädagogischen Gründen verdient deshalb

¹⁾ Auf der Kantonalkonferenz in Ilanz wird ausserdem eine Broschüre vorgelegt werden, welche 150 sehr anerkennende Urteile über Diesterwegs Himmelskunde von Schulmännern, wissenschaftlichen und politischen Zeitschriften enthält.

das Werk von jedem Lehrer einlässlich studirt zu werden; aber auch aus sachlichen. Gerade infolge der vorzüglichen Methode ist die „Himmelskunde“ Diesterwegs wie kaum ein zweites Werk geeignet, dem Lehrer als Führer zu dienen nach und in des Himmels Höh'n. Die Orientirung wird durch eine Anzahl Karten wesentlich erleichtert.

Es ist unzweifelhaft, dass eine gründliche Einarbeitung in diese Gebiete manchen Lehrer veranlassen würde, der Himmelskunde auch in der Volksschule etwas mehr Aufmerksamkeit zu schenken, wo sie sich bisher kaum eine stiefmütterliche Stellung errungen.

Diese Gründe bestimmten mich, dem Wunsche des Verlegers zu entsprechen und auf die Preisermässigung, die er bei stattfindender Subskription eintreten lässt, im Jahresbericht aufmerksam zu machen. Er teilt mir mit, dass die „Himmelskunde“ in Deutschland einen grossen Erfolg erzielt habe, indem der neu bearbeiteten 11. Auflage nach 2 Jahren bereits die 14. gefolgt sei. Die Hauptursache des schnellen Absatzes erblickt er in der den deutschen Lehrern gebotenen Möglichkeit, sich das Werk auf dem Wege der Subskription zu einem ausserordentlich billigen Preise zu verschaffen. Den schweizerischen Lehrern soll nun dieselbe günstige Gelegenheit gegeben werden.

Die Subskriptionsliste wird auf der Hauptversammlung in Ilanz aufgelegt werden. Die Bestellung kann aber auch brieflich beim Vorsitzenden des Vereins erfolgen. Die Preisermässigung beträgt 20 % vom broschirten Exemplar. Folgende Zusammenstellung gibt genaueren Aufschluss über den Kostenpunkt:

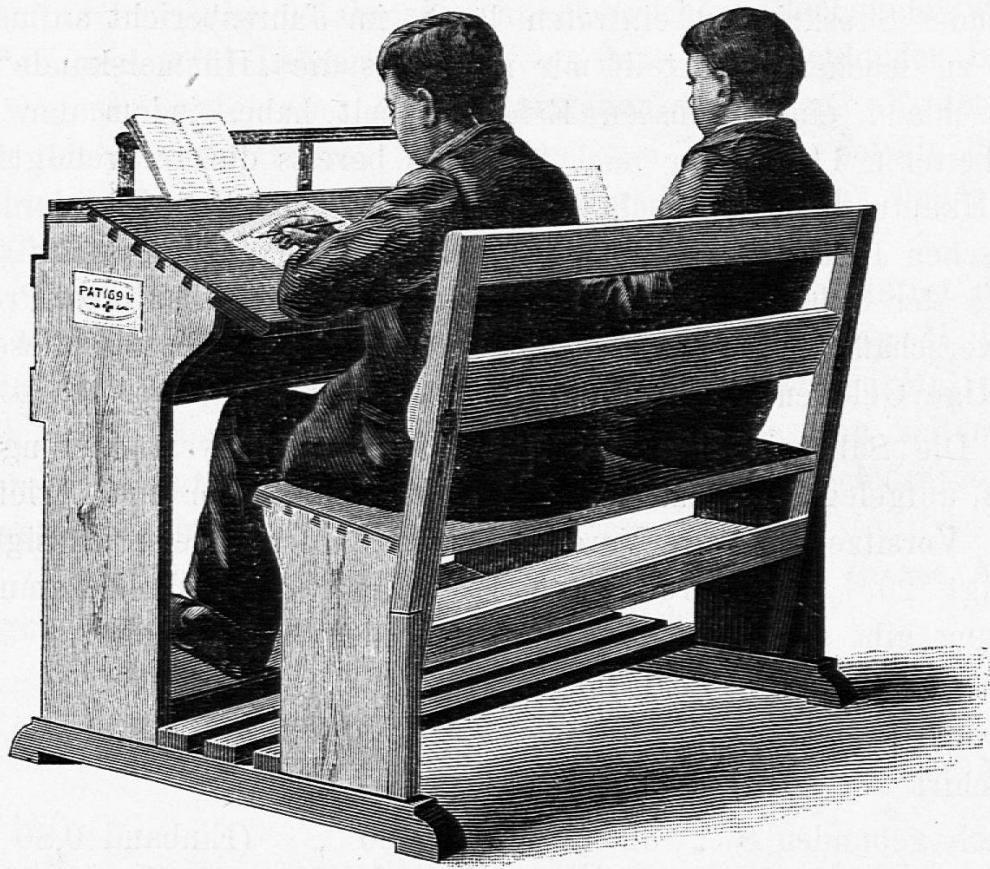
Ladenpreis: Subskriptionspreis:

| | | |
|------------------|-------------|----------------------------|
| Broschirt | 7 M. 50 Pf. | 6 M. — Pf. |
| einfach gebunden | 8 „ 30 „ | 6 „ 80 „ (Einband 0,80 M.) |
| in Originalband | 9 „ — „ | 7 „ 25 „ („ 1,25 „) |

Zu bemerken ist noch, dass der Verleger der Vereinskasse 5 % auf die bestellten Exemplare gewährt. Es ist dies ein weiterer Umstand, der für recht zahlreiche Beteiligung bei der Subskription spricht. Zum mindesten sollten alle Kreiskonferenzen die Gelegenheit benutzen, auf relativ billige Weise in den Besitz eines so vorzüglichen Werkes zu gelangen.

3. Eine neue hygienische Schulbank.

Man fängt auch bei uns an, der Schulbankfrage erhöhte Aufmerksamkeit zu schenken. Es kann dies nicht nur aus den theoretischen Erörterungen dieses Gegenstandes in Vorträgen über Schulhygiene (s. Schanfigg), sondern auch aus den häufig sich wiederholenden Anfragen von seiten der Tit. Schulvorstände nach dem geeignetsten Schulbanksystem geschlossen werden. Dieser Umstand bildete die Veranlassung, dass ich mich auf dem genannten Gebiete genauer orientirte, und eine Prüfung der sämtlichen im Pestalozzistübchen zu Zürich aufgestellten Systeme liess mich in der soeben erfundenen „neuen hygienischen Schulbank von



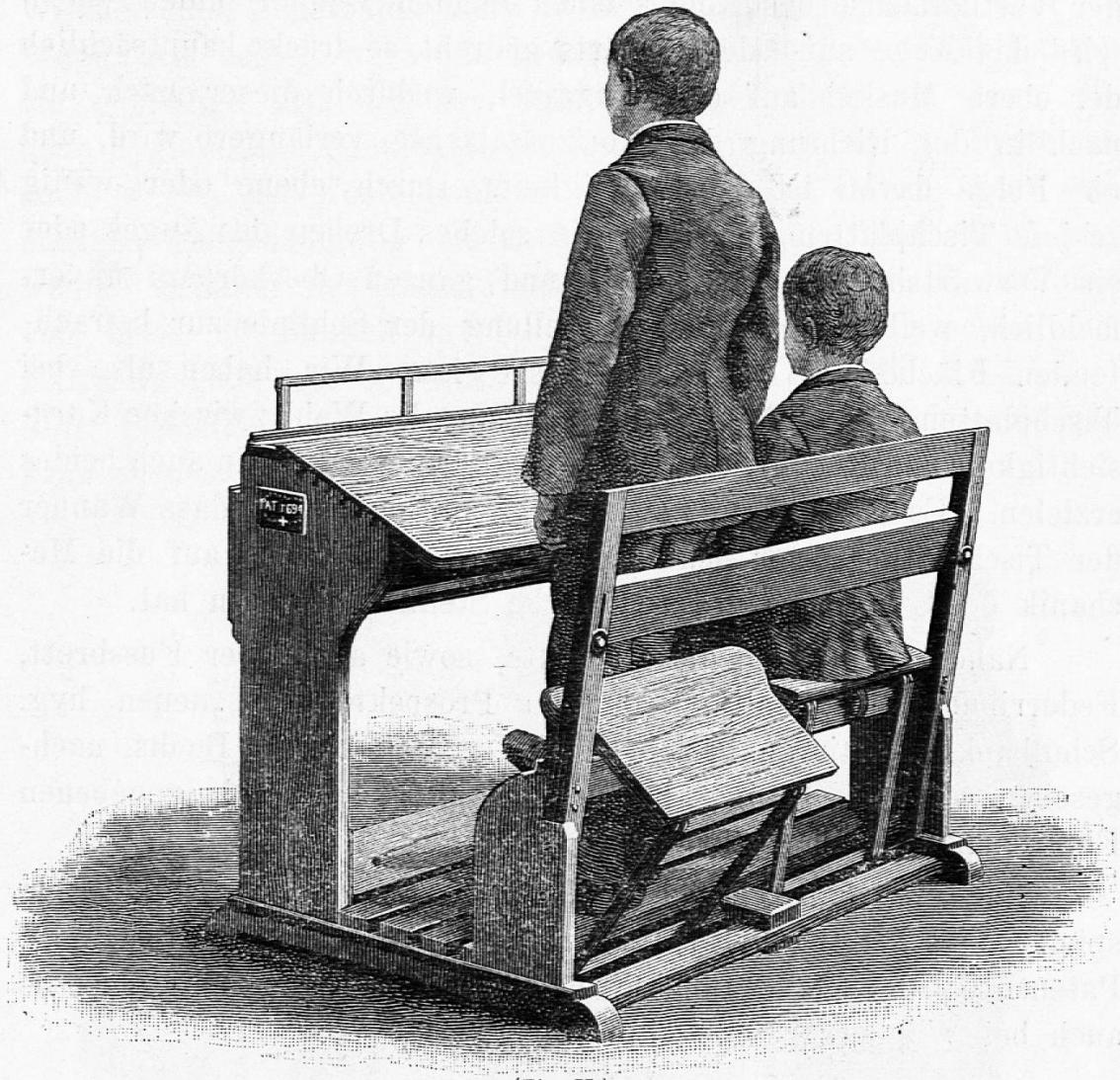
(Fig. I.)

Wanner, hergestellt in der Schulbankfabrik von *E. Gouverné* in *Buchs* (Kt. St. Gallen) (Patent 1694) die beste Lösung der Frage erblicken.

Ihre wesentlichsten Vorzüge sind folgende:

1. Das Sitzbrett ist flach und nach hinten geneigt, damit die Schüler aufrecht sitzen und nicht nach vorn rutschen. Das-

selbe ermöglicht auch ein Aufrechtstehen des Schülers z. B. beim Singen, indem es durch einen leichten Druck mit dem Bein nach hinten geschoben werden kann. (Fig. II.)



(Fig. II.)

2. Die Wannersche Schulbank besitzt Kreuz- und Schulterlehne, damit der Schüler einen Wechsel im Anlehnern, resp. in der Anspannung der Rückenmuskeln eintreten lassen und also bald die Schulterlehne, bald die Kreuzlehne, bald beide gebrauchen kann. Da die Lehnen auf Kreuz und Schultern passen müssen und das Kreuz sich bei Schülern von derselben Ellenbogenhöhe, die also dieselbe Schulbanknummer benutzen sollen, nicht immer in gleicher Höhe befindet, so ist die Kreuzlehne mittelst einfacher Vorrichtung verstellbar gemacht (Fig. I. und II.).

3. Der Winkel, den die Tischplatte mit der Horizontalen bildet, beträgt ca. 250 Grade. Die Tischplatte ist also bedeutend steiler, als wir es gewohnt sind. (Fig. I.)

Diese wichtige Änderung erscheint geboten mit Rücksicht auf Rücken und Auge. Das Auge sollte beim Lesen und Schreiben möglichst geradeaus schauen können, die Sehlinie also mit der Vertikalachse des Kopfes einen rechten Winkel bilden; denn wird das Auge auf- oder abwärts gedreht, so drückt hauptsächlich der obere Muskel auf den Augapfel, wodurch dieser nach und nach in der Richtung der Horizontalachse verlängert wird, und die Folge davon ist Kurzsichtigkeit. Durch ebene oder wenig schiefe Tischplatten wird aber ein solches Drehen des Auges oder ein Vorwärtsbeugen des Kopfes und ganzen Oberkörpers unvermeidlich, weil die senkrechte Stellung der Sehlinie zur betrachtenden Fläche die einzige natürliche ist. Wir haben also bei Tischplatten mit zu geringer Steilheit nur die Wahl zwischen Kurzsichtigkeit und Rückgratverkrümmung. Oft werden wir auch beides erzielen. Es ist deshalb gewiss sehr zu begrüßen, dass Wanner der Tischplatte seiner Schulbank die mit Rücksicht auf die Mechanik des Schreibens grösstmögliche Steilheit gegeben hat.

Näheres über alle diese Punkte, sowie auch über Fussbrett, Federrinne, Bücherhalter kann im Prospekte zur „neuen hyg. Schulbank“, gratis zu beziehen bei Hrn. Gouverné in Buchs, nachgesehen werden. Einiges lassen übrigens auch die beigegebenen Figuren zur Genüge erkennen.

Nur ein Punkt, der bei Neuanschaffungen eine Hauptrolle spielt, muss hier noch berührt werden; das ist der Kostenpunkt. Patentirte Gegenstände sind in der Regel zu teuer, und so ist es auch bei Wanners Schulbank. Die Preise sind:

Für die mittlere Grösse mit festem Sitz:

| | | |
|------------|------------|------------|
| 2plätzige, | 3plätzige, | 4plätzige. |
| Frs. | Frs. | Frs. |
| 38. — | 45. — | 50. — |

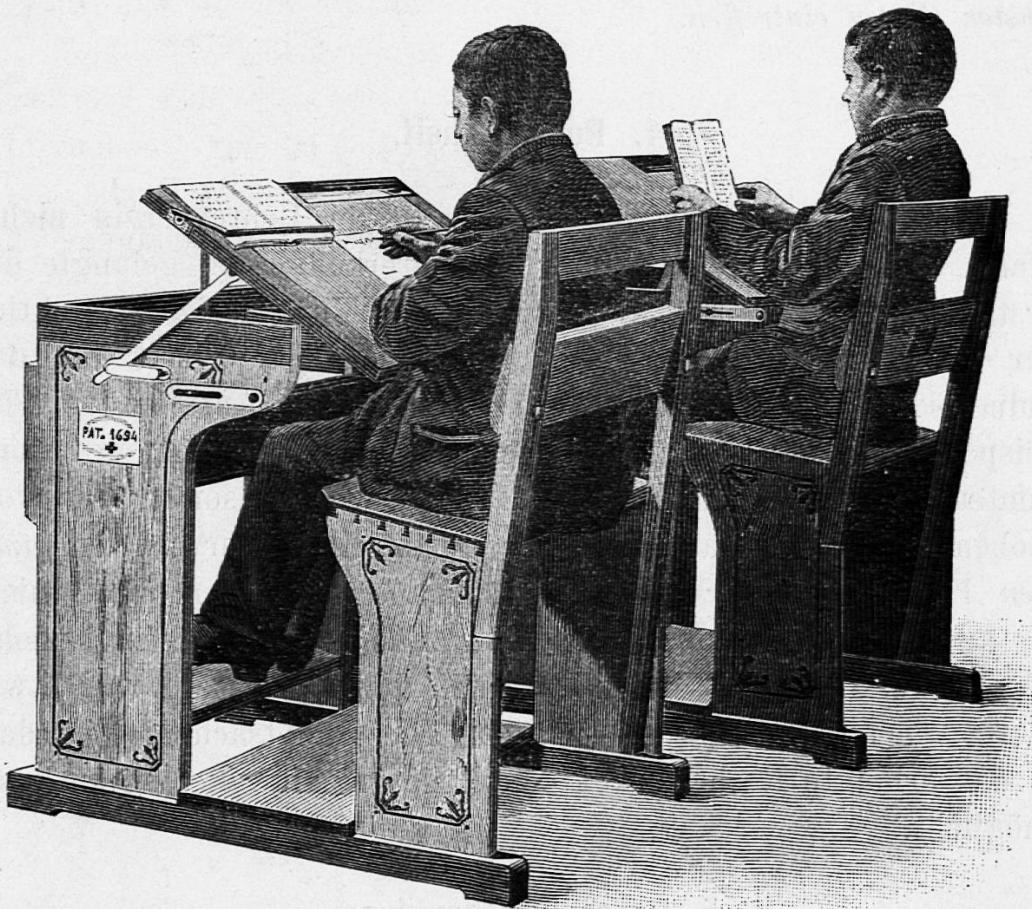
Für die mittlere Grösse mit beweglichem Sitz:

| | | |
|------------|------------|------------|
| 2plätzige, | 3plätzige, | 4plätzige. |
| Frs. | Frs. | Frs. |
| 43. — | 52. — | 50. — |

Bei grösseren Partien entsprechend Rabatt.

Ich habe deshalb die Anfrage an Herrn Gouverné gerichtet, ob er nicht bei allfälliger Einführung der Bank in Schulen des Kantons Graubünden die Herstellung derselben an Ort und Stelle

gestatte. Die Erlaubnis hiezu wurde bereitwilligst erteilt gegen eine einmalige Entschädigung von 300 Frs. oder Zahlung von 5 Frs. per Stück. Auf diese Weise stehen der Anschaffung der Wannerschen Schulbank keine wesentlichen Hindernisse mehr im Wege. Am besten wäre den Gemeinden gedient, wenn der Kanton die einmalige Zahlung der 300 Frs. übernahme, da dann die neue hygienische Schulbank die Konkurrenz mit andern Systemen auch wegen des Kostenpunktes aushielte. Die Offerte einer einmaligen Entschädigung ist auch die günstigste, und wenn nur wenige Schulen das neue Banksystem wählen. Die Herstellung von bloss 60 Bänken involviret ja andernfalls auch schon eine Extra-Ausgabe von 300 Frs. Herr Gouverné hat mir *eine Musterbank* geschickt. *Diese wird nun in der Musterschule erprobt und kann daselbst von jedermann angesehen werden.*



(Fig. III.)

Neben der Schulbank liefert Herr Gouverné auch einplätzige *Familienschülertische* (Fig. III). Diese verbinden mit den Vorzügen der Schulbänke noch denjenigen der Beweglichkeit der Tischplatte,

so dass diese so gestellt werden kann, dass Heft und Buch möglichst günstig vor das Auge zu liegen kommen.

Der Familienschülertisch wird in 3 Grössen hergestellt, entsprechend einer Körperlänge von

110—140; 125—155; 140—170 cm.

Die Preise sind:

Grösse Nr. 1: Frs. 44.

" " 2: " 45.

" " 3: " 46.

Für den Familienschülertisch behält sich Herr Gouverné das Verfügungsrecht vor, es wäre denn, dass dasselbe von einer Korporation gewünscht würde, in welchem Falle wieder ein besonderes Abkommen getroffen werden müsste. Eine Musterbank wird in den nächsten Tagen eintreffen.

4. Portofreiheit.

Gestützt auf die Tatsache, dass unser Lehrerverein nichts anderes darstellt als eine kantonale Lehrerkonferenz, gelangte der Vorstand unterm 2. Januar a. c. an die Titl. Kreispostdirektion Chur mit der Bitte um Gewährung der Portofreiheit für den bündnerischen Lehrerverein. Auf Bericht und Antrag der Titl. Kreispostdirektion Chur hin wurde unserm Gesuche von den kompetenten Behörden entsprochen. Doch wird besonders hervorgehoben, dass sich das Recht der Portofreiheit nur auf den *amtlichen Verkehr des Vorstandes des bündnerischen Lehrervereins*, nicht aber auch auf die Korrespondenz der *Mitglieder unter sich* beziehe.

Es versteht sich dieses natürlich von selbst und war etwas anderes auch gar nicht beabsichtigt. Die Hauptsache ist ja, dass uns das erlangte Recht eine kleine Ersparnis für die Vereinskasse ermöglicht.

5. Generalversammlung.

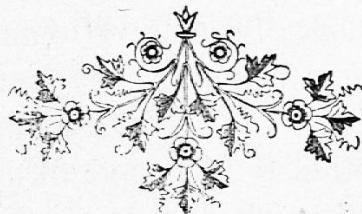
Die Hauptversammlung unseres Vereins findet in der zweiten Hälfte des Monats November — der Tag wird durch die politischen Blätter bekannt gemacht werden — in Ilanz statt. Zur Beprechung gelangen:

1. *Die Arbeit von Dr. Valer über Geschichtsunterricht.*
2. *Der Entwurf eines Lehrplans für die zwei ersten Schuljahre, vom Herausgeber.*

Es wird vorausgesetzt, dass die Besucher der Konferenz die Arbeiten vorher studiren und sich auf die Debatte vorbereiten. Vorträge werden nicht gehalten. Doch ernennen wir für jede Arbeit einen ersten Votanten, der die Diskussion einzuleiten hat.

6. Kassarechnung.

Die Abrechnung findet, wie bisher, am Schlusse des Jahres statt und kann deshalb erst im nächsten Jahresbericht veröffentlicht werden.



ANSWER

What is the best way to get rid of a bad habit? I have a bad habit of biting my fingernails. It's been going on for years and it's really getting me down. I've tried everything from nail polish to therapy, but nothing seems to work. Any suggestions?

Hi there! I'm sorry to hear about your nail-biting habit. It can be really frustrating and embarrassing. Here are some tips that might help you break the cycle:

1. Identify triggers: Try to figure out what situations or emotions trigger your nail-biting. Is it stress at work, boredom at home, or anxiety before a big event? Once you know what triggers you, you can start to avoid them or find ways to cope with them.

2. Find替代活动: Look for alternative activities that can distract you from nail-biting. This could be anything from taking a walk, reading a book, or listening to music. You could also try chewing gum or keeping your hands busy with a hobby like knitting or coloring.

3. Reward yourself: Set small goals for yourself and reward yourself when you reach them. For example, if you go a week without biting your nails, treat yourself to a massage or a nice meal.

4. Get support: Talk to friends or family members about your habit. They can provide encouragement and support as you work to break it. You could also consider joining a support group or seeking professional help from a therapist.

5. Practice mindfulness: Mindfulness techniques can help you become more aware of your thoughts and feelings, which can help you identify triggers and manage stress. You could try meditation, yoga, or journaling.

Remember, breaking a bad habit takes time and patience. Be kind to yourself and don't give up. You're stronger than you think and you can overcome this habit.

If you're still struggling, consider seeking professional help from a therapist or counselor who can provide you with personalized guidance and support.

Good luck! I hope these tips help you break your nail-biting habit. You deserve to feel good about yourself and your appearance.