

<b>Zeitschrift:</b>	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Herausgeber:</b>	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Band:</b>	20 (1963)
<b>Heft:</b>	10
<b>Artikel:</b>	Ein erfolgreicher Versuch
<b>Autor:</b>	Eichenberger, Lutz
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-990905">https://doi.org/10.5169/seals-990905</a>

### 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:** 14.01.2026

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

Trunksucht. An die im Zigarettenrauch vorhandenen Gifte, wie Kohlenmonoxyd (Gift des Leuchtgases) und Nikotin gewöhnt sich der Körper ziemlich rasch und erträgt sie Jahrzehnte lang. Harmlos sind aber auch sie nicht, was unter anderem daraus hervorgeht, dass Raucherinnen viel mehr Fehl- und Frühgeburten haben als andere Frauen. Chronische Bronchialkatarrhe und Lungenblähung mit hochgradiger Atemnot sind weitere Folgen erhöhten Tabakkonsums. Die schlimmste gesundheitliche Störung, die die Tabaksucht nach sich zieht, ist aber der Bronchial- oder Lungenkrebs, der leider bei beiden Geschlechtern immer häufiger wird. Er ist zwar operierbar, doch begeben sich die Patienten in den meisten Fällen zu spät in Behandlung. Der Verlauf ist dann immer tödlich. Die Zigarettenreklame der Tabakindustrie versucht zwar, diese Trostlosigkeit totzuschweigen. Sie wirbt zum Beispiel mit Filterzigaretten, die die Krebsgefahr in keiner Weise bannen. Eine grosse Zahl wissenschaftlicher Untersuchungen beweist überzeugend, dass weder Filter noch andere Wundermittel, sondern nur eine willensstarke Mässigkeit im Tabakverbrauch vor dem gefürchteten Lungenkrebs schützen kann. In neuerer Zeit bedienen sich die Süchtigen auch der Kopfweh- und Schmerztabletten. Sie wollen mit den Medikamenten das bei einförmiger und eintöniger Arbeit gelegentlich auftretende Kopfweh verscheuchen. Auch suchen sie manchmal, im künstlich erzeugten Schlaf die Nöte des Alltags zu vergessen. Bei häufigem Gebrauch muss die einzunehmende Menge der Mittel rasch erhöht werden. Das führt zu einer inneren Vergiftung, die selbst wieder Kopfschmerzen erzeugt, also nach noch weiterer medikamentöser Betäubung ruft. Der Teufelskreis ist damit geschlossen und die Suchtkrankheit angebahnt. Bereits nach wenigen Jahren stellt sich bei den Tablettensüchtigen eine Nierenentzündung ein, die in Nierschrumpfung übergehen kann und nicht selten den frühzeitigen Tod zur Folge hat.

Fragen wir uns noch kurz: Was kann die heranwachsende Jugend zur vorbeugenden Bekämpfung der Suchtkrankheiten tun? Sie sei zunächst für die jüngeren Jahrgänge ein Vorbild der Mässigkeit und Selbstbeherrschung. Ein Vorbild sei sie auch im Sinne der Menschlichkeit, indem sie den Geschwistern und Kameraden die Nöte des Alltags erleichtern und tragen hilft. Mit allen Mitteln ist schliesslich die Freizeitgestaltung zu fördern. Im späteren Leben verschafft man sich mit den in der Jugend kennengelernten Lieblingsbeschäftigungen oder Hobbies nach mühseliger Tagesarbeit frohgemute und freudvolle Stunden. Sie bewahren uns vor den Verlockungen der Süchte.

«Kontakt», Nr. 4/5 1963

## Ein erfolgreicher Versuch

Von Lutz Eichenberger

Seit langem schon hatte Jean-Frédéric Haussener, Turn- und Sportlehrer am Humanistischen Gymnasium in Basel, die Idee, ein polysportives Sportlager durchzuführen. In diesen Sommerferien, vom 31. Juli bis zum 9. August, konnte er diesen neuartigen Plan in St. Blaise am Neuenburgersee in die Tat umsetzen, und schon hier zu Beginn meines Berichtes möchte ich betonen: es war ein durchschlagender Erfolg.

Bevor es jedoch so weit war, brauchte es viele durchwachte Nächte von «Metz» Haussener, denn bei der erstmaligen Durchführung eines solchen Lagers gab es eine Menge schwieriger Probleme zu lösen. Als erstes musste er die Zusammenstellung der verschiedenen Sportarten festlegen, wobei natürlich zwei Punkte besonders wichtig waren: der betreffende Sport musste in nächster Nähe ohne allzu grosse Belastung des Budgets (Fr. 130.— inkl. Reise Basel—Neuenburg retour!)

ausführbar sein; ebenso musste er darauf achten, dass die Sportarten miteinander nicht kollidierten oder einander gar ausschlossen. Neben dem Vorunterrichtsprogramm — Leichtathletik, Schwimmen, Orientierungslauf, Geländedienst und Klettern — wählte Haussener Segeln, Rudern und Tennis. Als Nächstes ging «Metz» auf die Suche nach geeigneten Instruktoren. Neben den Vorunterrichtsdisziplinen konnte er als erfahrener und tüchtiger Segler den Segelunterricht selbst übernehmen, musste also nur noch deren zwei für Tennis und Rudern suchen. Als Tennisinstruktor nahm er seinen ehemaligen HG-Schüler Lutz Eichenberger — Trainingsleiter beim Schweizerischen Tennisverband — mit, während die Ruderinstruktion von den beiden Steuermannen der St. Blaiser Rettungsboote übernommen wurde. Glänzend gelöst waren auch die Probleme der Unterkunft und Verpflegung: gerade neben dem Sportplatz fanden wir schöne Plätze, wo wir unsere Zelte aufstellen konnten. Gekocht wurde von den Lagerteilnehmern selbst auf einem offenen Holzfeuer, unter der souveränen Leitung von Marieli Christen.

Damit waren die wichtigsten organisatorischen Fragen geregelt und der Grundstein zum guten Gelingen des Lagers gelegt. — Um halb zehn Uhr des 31. Juli kamen auf dem Bahnhof St. Blaise 18 erwartungsfrohe Basler Gymnasiasten an. Schon am ersten Nachmittag begaben wir uns an den See, wo fünf Segelboote — zwei Ponants und drei Vauriens — für die folgenden zehn Tage zu unserer Verfügung standen. Zum Glück herrschte während der ersten Tage nur ein mässiger Wind, so dass wir uns trotz unserer geringen Segelkenntnisse auf den See wagen konnten. Gegen Abend dislozierten wir dann alle auf den Tennisplatz, einen Zementcourt mitten in einem grossen schattigen Pfarrgarten, wo wir schon in die ersten Tennisgeheimnisse eingeweiht wurden. In den folgenden Tagen wurde das Programm je nach Wind und Wetter gestaltet, doch welcher Sport auch immer betrieben wurde, die Schüler machten mit riesiger Begeisterung mit.

Ein erster Höhepunkt brachte der Montag. Auf abends hatte Haussener einen Fussballmatch gegen die Junioren des FC St. Blaise vereinbart. Zwei Stunden vor dem Match gässelte ein richtiges Basler «Fasnachtszigli», bestehend aus einem Tambour, einem Pfeiffer und einem Tambourmajor, durchs Dorf und warb Zuschauer für diesen Match. Eine gleichzeitig durchgeführte Kollekte zugunsten der Geschädigten von Skoplje ergab immerhin den schönen Betrag von 45 Franken. Der Fussballmatch selber begann geradezu sensationell, denn schon nach zehn Minuten lagen die Basler «Fussballamateure» mit drei zu eins Toren in Führung, mussten sich aber am Ende des Spieles doch mit acht zu fünf geschlagen geben. — Auf den folgenden Abend wurde ein mittelschwerer Orientierungslauf organisiert. Leider konnten die zuletzt gestarteten Mannschaften den Lauf nicht beenden, da ein furchterliches Unwetter losbrach, das die Läufer zwang, schnellstens in den nächsten Häusern Unterschlupf zu suchen. — Zwei Tage darauf war schon um drei Uhr morgens Tagwache, denn auf dem Programm stand eine Nachtsegelfahrt nach La Sauge ins dortige Vogelschutzgebiet. Leider war das Wetter ziemlich regnerisch, doch entschädigten uns die guten Erklärungen des Zoologiestudenten Lukas Landmann voll und ganz für die Missgunst des Wettergottes. Teilweise dem regnerischen Wetter zum Opfer gefallen ist auch das abschliessende Tennistournier, da nur gerade die Hälfte der Spiele ausgetragen werden konnte.

Und damit war man leider schon am Ende des Lagers angelangt. Alle Teilnehmer hatten die Anfangsschwierigkeiten der ihnen bisher unbekannten Sportarten überwunden und begannen richtig Freude daran zu bekommen, als die Zeit schon wieder zum Aufbrechen mahnte. Nun, man vertröstete sich aufs nächste Jahr.