

**Zeitschrift:** Pädagogische Blätter : Organ des Vereins kathol. Lehrer und Schulmänner der Schweiz  
**Herausgeber:** Verein kathol. Lehrer und Schulmänner der Schweiz  
**Band:** 13 (1906)  
**Heft:** 28

## Titelseiten

### 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:** 04.05.2026

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

# Pädagogische Blätter.

Vereinigung des „Schweizer. Erziehungsfreundes“ und der „Pädag. Monatschrift“.

Organ des Vereins kathol. Lehrer und Schulmänner der Schweiz  
und des Schweizerischen katholischen Erziehungsvereins.

Einsiedeln, 13. Juli 1906.

Nr. 28

13. Jahrgang.

## Redaktionskommission:

H. H. Rektor Keiser, Erziehungsrat, Zug, Präsident; die H. H. Seminar-Direktoren F. E. Kunz, St. Gallen, und Jakob Grüniger, Mickenbach (Schwyz), Herr Lehrer Jos. Müller, Gossau (St. Gallen) und Herr Clemens Frei zum „Storch“, Einsiedeln.

**Einsendungen** sind an letzteren, als den Chef-Redaktor, zu richten,  
**Inserat-Aufträge** aber an H. H. Haafenstein & Bogler in Luzern.

## Abonnement:

Erscheint **wöchentlich** einmal und kostet jährlich Fr. 4.50 mit Portozulage.  
Bestellungen bei den Verlegern: Eberle & Mickenbach, Verlagshandlung, Einsiedeln.

## Wie kann die Lehrerin ihre Gesundheit erhalten?

Referat von Adelheid Bucher.

(Fortsetzung).

II. Einen Gang in ihr stilles, friedliches Heim, um zu beobachten, was sie auch hier zu tun und zu lassen hat, um ihre Gesundheit zu erhalten.

Wenn es sich immer tun läßt, so sorge die Lehrerin vor allem für ein freundliches, sonniges, trockenes Heim. Nie lasse sie sich, der kleinern Miete wegen bestimmen, sich eine dumpfe, schattige Wohnung zu erwählen. Was den Pflanzen Luft und Sonnenlicht, das sind sie auch für die bevorzugtesten Geschöpfe Gottes, die Menschen. Die Zahl jener, die sich in feuchter, schattiger Wohnung den Keim zur Krankheit geholt, ist keine geringe. Wie erhellt sich unser Gemüt, wenn die lb. Sonne, selbst zur sonnenarmen Winterszeit, so oft sie die grauen Wolken und das neblichte Gewebe, welche den blauen Äther verhüllen, zu durchbrechen vermag, mit freundlichem Auge in unser Stübchen schaut. Und wenn sie uns in kräftigen Zügen das Nahen des holden Frühlings verkündet, so bildet dies den Anlaß zu neuem pulsierendem Leben. Diese Wohnung werde dann aufs sorgfältigste rein gehalten und fleißig gelüftet, auch