Zeitschrift: St. Galler Schreibmappe

Band: 31 (1928)

Rubrik: Schreibmappe

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: 26.11.2025

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

Gesundheitspflege.

ine der wichtigsten Vorbedingungen für die Erhaltung der Gesundheit ist die Pflege der Zähne. Trotzdem ist die Verbreitung der Zahnkrankheiten in unserer Zeit eine ausserordentlich grosse und sie nimmt, trotz der bedeutenden Fortschritte in der Zahnheilkunde, namentlich unter den Kindern noch immer zu. Als Ursache wird die gegen früher wesentlich verfeinerte Lebensweise, die weicheren Speisen und namentlich die in denselben enthaltenen Säuren, die das Zahnbein angreifen, bezeichnet. Natürlich spielt hierbei auch die Pflege und Reinhaltung des Mundes und der Zähne nach jeder Mahlzeit eine grosse Rolle. Da im Elternhause einer regelmässigen Zahnpflege oft nicht die nötige Aufmerksamkeit geschenkt wird, hat man in richtiger Erkenntnis der Wichtigkeit gesunder Zähne für die Ernährung Schulzahnärzte für regelmässige Untersuchung und Behandlung angestellt, deren Tätigkeit zweifellos einen günstigen Einfluss ausübt, doch müssen Eltern und Geschwister hier tüchtig mithelfen und die Kinder auf den Wert guter und gesunder Zähne hinweisen und zu regelmässiger und gründlicher Reinigung der Zähne anhalten, wozu keineswegs teure Pasten und Pulver nötig sind, sondern es genügen eine nicht zu harte und saubere Zahnbürste und lauwarmes Wasser durchaus. Dabei ist aber darauf zu achten, dass die Zahnbürste in der Richtung der Zähne, also von oben nach unten geführt wird, damit die zwischen den Zähnen sitzenden Speisereste nicht zwischen die Zähne gedrückt werden. Nötig ist auch ein gründliches Ausspülen der Mundhöhle mit lauwarmem Wasser. Nur so können die Mund- und Zahnkrankheiten vermieden werden. Von Zeit zu Zeit sollte das Gebiss einer gründlichen Kontrolle unterzogen werden, denn es ist viel leichter, im Anfangsstadium einen kranken Zahn wieder herzustellen und zu erhalten als bei vorgeschrittener Fäulnis (Karies).

Von grösster Wichtigkeit für die dauernde Erhaltung der Zähne sind die Zahnnerven. Wird in einem angefressenen Zahn der Nerv abgetötet, so wird der betreffende Zahn wohl empfindungslos, aber er büsst gleichzeitig auch die Ernährung durch die Zufuhr der zu seiner Erhaltung nötigen Nährsalze ein. -

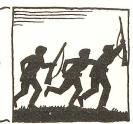
In der rauhen Jahreszeit, wo Erkältungen viel mehr eintreten als im Sommer, ist naturgemäss auch die Ansteckungsgefahr in der Eisenbahn, in Versammlungen und Zusammenkünften in geschlossenen Räumen eine viel grössere als wenn man sich im Freien bewegt. Hals-, Lungen- und Grippe-Kranke stossen beim Husten, Niesen und Sprechen zahlreiche Bazillen aus, die bei Gesunden vielfach die gleichen Krankheiten hervorrufen. Es ist deshalb dringend geboten, Mund und Nase vor dem Eindringen dieser Krankheitserreger durch das Taschentuch oder die Hand möglichst zu schützen und eine zu nahe Berührung mit solchen Kranken zu vermeiden. Daraus folgert, dass man auch die Unterhaltung mit denselben nur auf Distanz führen sollte, wie es auch Pflicht der Kranken ist, das zu nahe Sprechen zu vermeiden. Das beste Mittel gegen die Ansteckung ist ausgiebige Lüftung der Räume durch Öffnen der Fenster oder Inbetriebsetzung vorhandener Ventilatoren. Denn frische, reine Luft ist der wirksamste Schutz gegenüber sogenannter Tröpfcheninfektion, die Ursache der Erkrankungen besonders in dichtbesetzten Eisenbahnabteilen und in andern Verkehrsmitteln.

Hans Ammann, Comestibles vormals A. Sieber-Weber Neugasse No. 46 ST. GALLEN C Telephon No. 171 Spezial-Geschäft in Getlügel, fischen, Wildbret Reise: und Touristen: Proviant Prompter Versand nach auswärts





OKTOBER



- 1. Montag
- 2. Dienstag
- 3. Mittmody
- 4. Donnerstag
- 5. Freitag
- 6. Samstag
- 7. Sonntag
- 8. Montag
- 9. Dienstag
- 10. Mittwoch
- 11. Donnerstag
- 12. Freitag
- 13. Samstag
- 14. Sonntag
- 15. Montag
- 16. Dienstag (Gallus)
- 17. Mittwody
- 18. Donnerstag
- 19. Freitag
- 20. Samstag
- 21. Sonntag
- 22. Montag
- 23. Dienstag
- 24. Mittwoch
- 25. Donnerstag
- 26. Freitag
- 27. Samstag
- 28. Sonntag
- 29. Montag
- 30. Dienstag
- 31. Mittmoch

Zentralheizungen



Elektrische Warmwasser-Apparate

in Verbindung mit der Heizung

Vorteilhafte Entwürfe und Ausführungen

F. Hälg, Ingenieur, St. Gallen

Lukasstrasse 30 — Telephon 2265

Jacob Pfister & Co.

PAPIER-GROSSHANDLUNG

> Herisau und St. Gallen

34777413477744377 Allerseelen. MELATER HELLEN ER SPACE

ach glanzvollen Oktobertagen trübe Novemberstimmung! Aürzlich die Natur noch im farbenreichen Herbstgewand, heute allüberall ein Welsen und Sterben. Das Bild der Vergänglichkeit. Blatt um Blatt löst sich und zitternd sinkt es, vom Albschiedshauch der Lust leise bewegt, zur Erde. Das Menschenherz versteht diese Sprache.

November, Allerseelentage, Gebenktage der Toten! Oft im Jahre gedenken wir ihrer, aber die Haft des Lebens und die Forderungen des Alltags lassen uns nicht immer, wie wir es wünschen, der Grinnerung leben. Darum sind wir danks dar dafür, daß man nach altem gutem Brauche die ersten Nosvembertage den Albgeschieden weiht, gemeinsam und öffentlich die geistige Verbunsdenheit mit ihnen bekundet.

In fast endlos scheinenden Reihen ziehen schwarz geklei= dete Menschen zum Friedhof hinaus, alle von dem einen Gedanken beseelt: Liebe und Berehrung den Entschlafenen. Ja, die Liebe und Anhänglich= feit ist groß, das sagen uns die vielen Blumen, welche all= jährlich um diese Zeit die langen Reihen der Grabes= hügel zieren. Aftern und Chrh= santhemen, die letzten Blumen des Spätherbstes, herrschen wie früher immer noch vor; da= neben haben aber auch manch andere, oftmals felbstgezogene Sonnenkinder mitgeholfen den Friedhof in einen blühenden Garten zu verwandeln. Kränze ohne Zahl vollenden die Zierde, wobei die erfreuliche Tatsache wahrzunehmen ist, daß sich in den letten Jahren in Form

und Farbenzusammenstellung ein gewisser kunstgewerblicher Sinfluß geltend macht. Nicht weniger liebevoll geziert sind auch die Arnensballen; weit herabhängende Asperagus und lilasarbige Primeln bilden den bevorzugten mildsarbigen Schmuck.

Allerseelen! Vor den Auhestätten der Toten stehen die Menschen, sinnend und betend, alle eng verbunden durch das unsichtbare Band der Trauer. Trot der großen Jahl herrscht seierliche Stille. Es sind Augenblicke stillen Gedenkens, bei denen die Gedanken nicht haften bleiben am Orte, wo wir uns besinden, sondern auch hineilen zum stillen Bergfriedhof, zum Kirchlein am See und weit, weit herum im Lande, wo liebe Angehörige, Freunde und Bekannte

ihre lette Auheftätte gefunden haben. Je höher für uns die Zahl der Jahre steigt, um so mehr haben wir zu gedenken in aller Welt. "Das Leben ist ein stetes Abschiednehmen", wem wird dies am Allerseelentage nicht bewußt?

Abschied ist hart, namentlich dann, wenn geliebte Menschen uns

für immer verlassen; die Grainnerung an mit ihnen glückalich verlebte Tage ist süßer Trost. Wie werden sie lebenadig, die Bilder längst entaschwundener Zeiten! Manch Geschehnis, das scheindar sür immer vergessen, ersteht vor dem geistigen Auge zu neuem Leben.

Gefühle der Dankbarkeit er= wachen für all das Gute, das wir aus ihrer Hand emp= fangen durften. Das Heim= weh fordert sein Recht und manche Träne fällt verstohlen auf ein geliebtes Grab. Der Tod hat getrennt, unerbitt= lich und oft noch viel zu früh; die Grinnerung bringt uns als vereinigendes Band den Toten so nah. Aus diesem Grunde haben manche schon am Allerseelentage in der stils len Stunde auf dem Friedhof Seelenruhe und inneres Bleich= gewicht wieder gefunden. Mit neuem Mut und gekräftigter Lebensbejahung kehrten sie vom Totenfest ins Leben zus rück, das außerhalb der Fried= hofmauer brandet, heftiger denn je.

Aber allem aber steht der Ansterblichkeitsgedanke, die Hoffnung auf ein Wiedersehen. Nicht nur die Stimme der Vergänglichkeit spricht zu uns aus den Gräbern, eben-



Offerfeelen

so saut vernehmbar tönt auch der Gedanke, daß die Trennung nur vorübergehend ist. Daran wollen wir uns klammern, wenn der Schmerz zu groß werden will; dann wird das Fest der Toten zur Hilfe für uns Lebende.

Allerseelen, Tag der Trauer im Jahre; Allerseelentage im Leben, sie drücken noch viel mehr. Oft brechen sie herein mit Macht, verschuldet oder unverschuldet, dort, wo wir es am wenigsten geglaubt; sie bleiben für niemanden aus, auch für dich und mich nicht, freundlicher Leser.

November 1927.



Anton Helbling.



NOVEMBER



- 1. Donnerstag (Aller heiligen)
- 2. Freitag (Aller Seelen)
- 3. Samstag
- 4. Sonntag
- 5. Montag
- 6. Dienstag
- 7. Mittwoch
- 8. Donnerstag
- 9. Freitag
- 10. Samstag
- 11. Sonntag
- 12. Montag
- 13. Dienstag
- 14. Mittwoch
- 15. Donnerstag
- 16. Freitag (Othmar)
- 17. Samstag
- 18. Sonntag
- 19. Montag
- 20. Dienstag
- 21. Mittwoch
- 22. Donnerstag
- 23. Freitag
- 24. Samstag
- 25. Sonntag
- 26. Montag
- 27. Dienstag
- 28. Mittwoch
- 29. Donnerstag
- 30. Freitag





Jaquettes Mäntel

A. Ledergerber, Kürschner

Neugasse 44

St. Gallen

Verlags-Buchbinderei

Vergoldeanstalt Geschäftsbücher-Fabrikation Bureau-Kartonnage Einrahmungen Maschinen-Falzerei Spezial-Reklame-Artikel Kunstgewerbliche Arbeiten



J. Hachen's Wwe & Co

St. Gallen

Schwertgasse 11, Katharinengasse, b Stadttheater

Gegründet 1902 | Telephon 2103