

**Zeitschrift:** Schweizerische Lehrerinnenzeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Lehrerinnenverein  
**Band:** 8 (1903-1904)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Abstinenten-Ecke

#### **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:** 06.02.2026

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

## Abstinente-Ecke.

Am 5. Oktober teilte mir Herr Seminarlehrer Stump mit, dass die bern. abstinente Lehrer sich zu einer Sektion Bern des schweiz. abstinente Lehrer-vereins zusammengetan hätten. Bei diesem Anlass fordert er die bernischen Mitglieder der Lehrerinnensektion auf, dieser Vereinigung beizutreten. Da schon früher die waadtländischen Lehrerinnen der Sektion Waadt und die zürcherischen der Sektion Zürich beigetreten sind, hat unsere Lehrerinnensektion sowieso keinen Zweck mehr, unsomehr, als sich für das, was speziell Fraueninteressen sind, der schweiz. abstinente Frauenbund gebildet hat. Oertliche Gruppen sind auch deshalb viel zweckmässiger, weil man mehr Fühlung haben kann. Die Lehrerinnensektion rekrutiert sich ja zum grössten Teil aus den Kantonen Bern und Basel, die sich beide gut zu örtlichen Sektionen eignen. Die wenigen Ost-schweizerinnen fänden in St. Gallen oder Herisau leicht Anschluss. Wenn also niemand Einspruch erhebt, so würde mit nächstem Monat die Lehrerinnensektion des abstinente schweiz. Lehrervereins sich auflösen, und die Mitglieder würden ohne weitere Anmeldung als den örtlichen Sektionen beigetreten gelten.

G. Zürcher, Landhausweg 8, Bern.

---

## Sprechsaal.

**Zur Gesundheit.** Plauderei von J. L. Wenn die Lehrerinnenzeitung mit viel guten Wünschen für ihr Wohlergehen einen neuen Jahrgang beginnt, so sei es mir gestattet, auch dir, liebe Leserin, mit einem herzlichen Glückwunsch entgegenzutreten. Und zwar bin ich nicht bescheiden; ich wünsche dir gleich das Beste, was man sich wünschen kann.

„Zur Gesundheit“, liebe Leserin! Freilich ist leider mit diesem Wunsche nicht viel getan. Jedermann weiss, dass es seine heilige Pflicht ist, sich selber so gesund als möglich zu erhalten, und jedermann weiss auch, dass diese Pflicht uns nicht immer angenehm ist. Wer einmal anfängt, so recht auf seine Gesundheit zu achten, und zwar nicht nur vom rein gesundheitlichen Standpunkt aus, der sehr individuell ist und leicht zu Selbstbetrug führt, sondern sich dabei an mehr allgemeine diätetische Regeln hält, der wird immer aufs neue mit kleinen, „unschuldigen“ Wünschen und Gelüsten in Konflikt geraten, wird täglich Trägheit zu überwinden haben, ein Kampf wird sein ohne Ende.

„Was bleibt mir denn noch übrig von unserer Welt, wenn ich Wein und Bier, Kaffee und Tee, ja selbst frisches Quellwasser lassen soll?“ hat mich einmal eine gute Freundin gefragt. Und wenn wir andern uns vielleicht nicht gerade so naiv äussern würden, so legen wir doch im allgemeinen zu viel Gewicht auf diese materielle Seite unseres Lebens und haben zu wenig Talent (vielleicht fehlt uns nur die Gewohnheit dazu), an tausend andern harmlosen Dingen in unserer Welt Freude zu haben.

Verstehe mich recht, liebe Leserin. Ich will nicht etwa sagen, dass wir nur im Materiellen aufgehen und kein Verständnis haben für Kunst und Wissenschaft, für ideale Bestrebungen, überhaupt für das Gute und Schöne in der Welt, im Gegenteil. Ich will nur sagen, dass es neben diesen grossen, erhebenden, aber leider oft auch recht zeitraubenden und ermüdenden Genüssen viel harm-