

Zeitschrift: Schweizerische Lehrerinnenzeitung
Herausgeber: Schweizerischer Lehrerinnenverein
Band: 40 (1935-1936)
Heft: 21-22

Buchbesprechung

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: 14.04.2026

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

Auskunft und Anmeldungen: Volkshochschulheim Casoja, Lenzerheidesee, Graubünden. Telephon Lenzerheide 72.44.

Mehr Obst und Salate. Die neue Ernährungslehre hat uns verschiedene Aufklärungen gebracht. Wir wissen, dass wir weniger Eiweißstoffe, dagegen viel mehr Nährsalze und Vitamine benötigen, um unsern Körper widerstandsfähiger zu erhalten und gegen gewisse überhandnehmende Krankheiten zu schützen.

Diese Nährstoffe und Vitamine beschaffen wir uns am besten durch Obst und Salate. Während man früher wenig mehr als Blättersalate kannte, bereitet man heute sozusagen alle Gemüse roh verwiegt als Salate. Diese sollten abwechseln täglich auf den Tisch kommen. Für die Zubereitung der Salate verwende man nur bestes Olivenöl, Citrovina oder Zitronensaft. Der Vitamin-gehalt ist besonders in der Zitrone sehr reichlich. Nach Belieben variere man die Salatsauce durch Beigabe von Kräutern, Zwiebeln oder Knoblauch, um zu vermeiden, dass der Salat verleidet. Die Salzzugabe sei spärlich, wie überhaupt wenig gesalzen gegessen werden soll.

Seit urdenklichen Zeiten wissen die Menschen die stärkende und Heilung bringende Wirkung der Bäder zu schätzen. In neuerer Zeit ist es besonders auch die Naturheilkunde, welche den Bädern die ihnen zukommende Geltung wieder verschafft. Grosse Pionierarbeit leistete in dieser Beziehung der bekannte Kräuterpfarrer Joh. Künzle, auf dessen Initiative hin vor zirka 20 Jahren das **Kräuterbad Kurhaus Bad Wangs** gegründet wurde. Die hohe Zahl der Heilungen bei den verschiedensten Leiden wie Ischias, Gicht, Rheuma und deren Nebenerscheinungen, haben Bad Wangs einen vorzüglichen Ruf verschafft. Letzten Winter wurden nun noch bedeutende Neuinstallationen gemacht, welche die Abgabe von Kohlensäure-Kräuterbädern bei Herzleiden und hohem Blutdruck und von Schaumkräuterbädern gegen Fettleibigkeit ermöglichen. Die diesjährige Saison eröffnete das Kurhaus, das wieder unter der ärztlichen Leitung von Herrn Dr. med. A. Künzle steht, am 1. April.

Unser Büchertisch

Sie sind da – die drei Sommer- und Ferienbändchen aus dem Verlag Friedrich Reinhardt, Basel (Preis je Fr. 2.50), die sich um ihres kleinen Formates willen so gut dem Reisegepäck beifügen lassen.

Mit Dank und Wehmut zugleich nehmen wir die letzte fertige, von Rudolf v. Tavel † verfasste Erzählung **«Wie der Goliath von Tröhlbach seinen David fand»** entgegen. Sie schildert in meisterhafter Weise, wie der durch den wahrheitsliebenden und rechtlich gesinnten Pfarrer besiegte Grossbauer nach Erkenntnis seiner Fehler den Schluss zieht: «Wer den Mut hat, begangenes Unrecht zuzugestehen und es gut zu machen, gelangt am ersten wieder zu Achtung bei denen, die es mit dem Leben ernst nehmen.»

Ida Frohmeyer schenkt uns in dem Bändchen **«Der Gast»** ausser der so betitelten Erzählung noch vier weitere: Die Brüder – Die glückhafte Handschrift – Die Stunde – Der kleine Hellstern. In ihrer gedrängten Kürze wenden sich diese Erzählungen an beste in der menschlichen Seele verborgene Kräfte und wecken sie zur Betätigung. Besonders die Erzählung «Die Brüder» versetzt den Leser in die Notwendigkeit, durch eigenes Denken die Fäden der Erzählung zum lückenlosen Gewebe zusammenzufügen.

Das dritte Bändchen « **Sunnig und Wächtig** » enthält sieben bärndütschi Gschichtli vom Ernst Balzli. Auch aus diesen farbenreichen Blüten dichterischer Gestaltungskraft kann der Leser wertvolle Nahrung fürs Gemüt ziehen. In einfachen Erlebnissen bescheidener Menschen wirkt sich doch deren Seelengrösse aus. – Also bitte, nicht vergessen einzupacken, mitzunehmen, diese drei neuen Stabbüchlein – hingegen sie bei Ferienschluss dort lassen einem einsamen Menschenkind oder einer noch mageren Gasthausbibliothek – ja, das dann wohl!

Zum 2. Teil von Ernst Bühler: **Begriffe aus der Heimatkunde**.¹ Ungefähr vor Jahresfrist konnten sich die Leserinnen unserer Zeitung durch zwei Beispiele davon überzeugen, welch vortreffliches Lehrmittel uns in dem Buche: « **Begriffe aus der Heimatkunde** » von E. Bühler zur Verfügung steht.

Sie alle werden sich freuen zu hören, dass eben dem ersten Band ein 2. Teil gefolgt ist, ein ebenso schmuckes Buch, herausgegeben als Jahrbuch der Reallehrerkonferenz des Kantons Zürich, erhältlich zu Fr. 4.50 beim Verlag der Konferenz: Herrn Brüngger, Oberstammheim (Zch.).

Dieser 2. Teil der « **Begriffe** » will wieder Bausteine und Anregungen geben für den Heimatkundeunterricht, wo immer es sei – denn die Unterrichtsskizzen lassen sich überall verwerten – sie sind an keinen bestimmten Ort gebunden.

In sehr schöner Weise zeugen sie von einem Unterricht, der ganz auf das Arbeitsprinzip aufbaut, der die Schüler zum Beobachten anregt, und der das Gesehene trefflich zu verarbeiten weiss.

Da werden « **V e r k e h r u n d S i e d l u n g** », d. h. Gebäude, Strassen, Eisenbahnen, Ansiedelungen behandelt und über « **B o d e n f o r m e n** » orientiert. Eingehend wird man in das « **Modellieren in Sand und Lehm** » und in den « **Reliefbau** » eingeführt. Den Berg- und Talformationen wird alle Aufmerksamkeit geschenkt und zum Schluss erstehen die Begriffe unserer schweizerischen « **Landschaften** »: Alpen, Mittelland, Jura. Dem überaus fleissig zusammengestellten Textteil folgen auf 78 Seiten die Faustskizzen. Sie sind äusserst einfach – vielen vielleicht zu einfach. Aber jedem steht es ja frei, sie auszubauen! Wer von uns in der Heimatkunde unterrichtet – vom 3. Schuljahr bis hinauf zur Oberstufe – wird gerne aus dem Reichtum dieses neuen Hilfsmittels schöpfen, für dessen Herausgabe man sowohl dem Verfasser, Kollege Bühler, als auch dem Verlag herzlich danken kann. E. E.

Hilfsmittel für den Rechenunterricht im 3.–6. Schuljahr. Kollege Ernst Schrag in Bremgarten (Bern) hat für den mündlichen Rechenunterricht im 3. bis 6. Schuljahr zehn verschiedene Serien sog. **R e c h e n k ä r t c h e n** ausgearbeitet und im Selbstverlag herausgegeben. Sie sind einzeln und in einer hübschen Schachtel als Gesamtwerk erhältlich.

Im Rechenunterricht ist man gewöhnlich nicht um Probleme verlegen. Dagegen macht sich oft ein Mangel an Übungsstoff unangenehm bemerkbar. Schrags Rechenkärtchen dürften hier eine Lücke ausfüllen und besonders den Lehrern an mehrklassigen Schulen und an Vorbereitungsklassen für die Sekundarschulen sehr willkommen sein. Sie dienen auch zur « **stillen Beschäftigung** ». Einige Serien enthalten angewandte Rechenbeispiele. Auf jedem Kärtchen ist ein « **Sachgebiet** » berücksichtigt; es wurden auch solche aus der Geographie und der Naturkunde einbezogen. Alle Beispiele sind inhaltlich der Gedankenwelt der Kinder angepasst, verständlich, klar und eindeutig, und darum bedür-

¹ Anmerkung der Redaktion. Leider musste auch diese schon vor längerer Zeit eingegangene Besprechung wegen Raummangel immer wieder zurückgelegt werden.

fen sie keiner langen Erklärungen seitens des Lehrers. Andere Serien enthalten reine Zahlenbeispiele, sie dienen dem rein Formalen.

Für diejenigen Lehrkräfte, die ihre Schüler für den Eintritt in Sekundarschulen und Progymnasien vorzubereiten haben, sind besonders die Serien J. und K. eine wertvolle Hilfe. Sie enthalten Textbeispiele mit 2-3 Operationen und gelegentlich auch eine « Knacknuss ».

Jede Serie ist auf andersfarbigen Karton gedruckt, was der kindlichen Farbenfreude entgegenkommt und das Wiedereinordnen erleichtert. Die ganze



In bitterster Armut, durch Hunger und Entbehrung geschwächt, hat Pestalozzi als einzige Rettung aus solcher Not die Erkenntnis errungen:

Der Menschheit muss die erlösende Idee der Selbsthilfe und der Selbstversorgung gepredigt werden!

Die Konsumgenossenschaft ist die Verwirklichung seiner Erkenntnis. Sie erzieht ihre Mitglieder zu Solidarität und Sparsamkeit und ermöglicht ihnen eine bessere und gesündere Lebenshaltung.

VERBAND SCHWEIZ. KONSUMVEREINE (VSK), BASEL



ALASSIO

RIVIERA

PENSION AMBROSIANA (Schweizerhaus)

Wer billige Ferien verbringen will, findet aufmerksame, bürgerliche und vegetarische Verpflegung, gute, reichliche Küche.

ROM

Schweizer Pension

Via Calandrelli 4

VILLA DONINI-MOTTA

Prächtige, ruhige Lage, mit eigenem Garten, im schönsten Viertel. Fliess. Wasser. Zentralheizung. L. 25.—, alles inbegriffen! Ermässigung für längeren Aufenthalt. Beste Referenzen. (Man spricht auch « Schwyzerdütsch »!)

Maschenfeste Gerber-Trikot-Stoffe

lassen sich mit jeder gewöhnlichen Maschine nähen und wie feines Tuch verarbeiten. — Verlangen Sie moderne Muster oder Auswahlendung von Rest-Coupons. — Lieferung direkt an Private. — Rabatt für Wieder-Verkauf.

TRIKOTERIE GERBER, REINACH. VI.

Ausführung ist solide, geschmackvolle Schweizerarbeit. Sie ist mitten aus der Praxis entstanden, ergänzt die bereits bestehenden Rechenlehrmittel und erleichtert den Unterricht.

3. Schuljahr: Serien A und B	Reine Zahlen	je Fr. — .60
	Serie C	Angewandte Rechnungen » » 1.10
4. Schuljahr: Serien D und E	Reine Zahlen	» » — .60
	Serie F	Angewandte Rechnungen » » 1.10
5. Schuljahr: Serien G und H	Benannte Zahlen	» » — .60
	Serie J	Angewandte Rechnungen » » 1.10
6. Schuljahr: Serie K	Angewandte Rechnungen	» » 1.10
Preis der Schachtel mit allen oben angeführten Serien		» 8.—

MONTANA-VERMALA

1550 Meter

Pension Genziana

Fr. Sigg, Besitzerin

Bestempfohlene Pension für Damen und Töchter. Erholungs- und Ferienaufenthalt. Vortreffliche Küche. Fliessend Wasser. Grosser Garten und Wald

Kurhaus Weissenburg-Bad

(Berner Oberland)

Linie Spiez—Montreux, 900 m ü. M.

bietet Ihnen alles für einen frohen Aufenthalt und wertvolle Ferien. Benützen Sie dieselben zu einer Trink- und Kräftigungskur. Pensionspreise von Fr. 9.— an. Pauschalarrangements

Für Ferien und Touren im Alviergebiet

empfiehlt sich das neu aufgebaute

Ferienhaus Alpenrösli Palfries

eine Viertelstunde ob Brandplatz Kurhaus Palfries. Restaurationsbetrieb. Pensionspreis Fr. 5.50.

Frau J. G. Gauer, vormalig Hotel Rössli, Flawil, Tel. 82.224 Azmoos.

Gryon Hotel Beau-Séjour

s. Bex

Tel. 5703. Komfort. Ruh. Lage. Gepfl. Küche. Pension Fr. 6.50 bis 10.—. Juni 10% Ermässigung.

Kopfläuse

samt Brut verschwinden in einer Nacht durch den echten „Zigeunergeist“ zu Fr. 1.60 (Doppelflaschen Fr. 3.—). Versand diskret durch die Jura-Apotheke, Biel.

BURI, Konditorei, LUGANO

Für Schulen Ermässigung und gute Bedienung. Wir bitten um Ihren Besuch.

Locarno

Hotel Pension Irene

(Tel. 497). - Das schöne, ruhige Ferienplätzchen in nächster Nähe von Bahn u. See. Gutgepflegte Butterküche. Preis Fr. 7—8. Bei längerem Aufenthalt Rabatt. Mit höflicher Empfehlung Franz Herzog-Hidber

Orselina - Locarno

Pension Mirafiori

Einfache Familienpension an schöner, geschützter Lage. Grosser Garten. Sorgfältige Küche, auch Rohkost wird gerne gegeben. Pensionspreis von Fr. 7.—.

Frau S. Kienast. — Telephon 3.73.

LOCARNO-MONTI Annaburg

Südzimmer m. Loggien, kompl. Gasküchen f. Selbstkocher. Gesch. Lage, prächt. Aussicht. Bill. Preise.

Lugano Hotel Zweifel

Modernster Komfort. Aussichtsreiche Lage. 5 Minuten von Bahn und Schiff. Zimmer Fr. 3.— bis 4.—. Pension vom 5. Tag an Fr. 7.— bis 8.—. Telephon 525. Fr. G. RIESE.

LUGANO Hotel Luzern-Jura

Freie Aussicht auf ganz Lugano und den See. Beim Bahnhof gelegen. Garten. Terrasse. Garage. Zimmer mit fliessendem Wasser von Fr. 2.50 an. Restauration zu jeder Tageszeit. Telephon 10.72.

AROSA

Haus Herwig (1850 m)

Das Haus in der Sonne
Ruhe — Erholung — Gesundheit

VEVEY Hotel Château

am See
Pensionspreis ab Fr. 6.—