

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 35 (1959-1960)
Heft: 9

Artikel: Wir wandern mit unseren Kindern
Autor: Andres-Hartmann, Claire
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1073400>

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

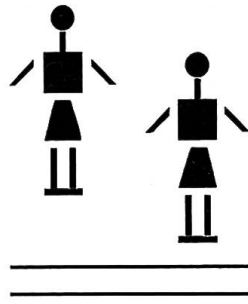
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 02.04.2026

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



WIR WANDERN
MIT UNSEREN



KINDERN

Von Claire Andres-Hartmann

Als wir vor einigen Jahren unseren amerikanischen Hausrat verkauften, um in die Schweiz heimzukehren, befand sich unter den zurückgelassenen Sachen auch der Kinderwagen unseres damals noch nicht dreijährigen ersten Bubens. «Er soll die Familientradition würdig fortsetzen, und am Wandern Freude bekommen», sagte voller Überzeugung mein Mann, der sich mit seinem Sohn schon zu Fuß die Jurahöhen durchstreifen sah. Ich stand dem Experiment eher skeptisch gegenüber, erstreckten sich unsere amerikanischen Expeditionen zu Fuß doch nur auf die Einkäufe von einem Geschäft zum andern, wenn man von den vielen Kilometern absah, die der Kleine bestimmt schon in unserer Siedlung oder an den Zeltplätzen übers Wochenende zurückgelegt hatte. Immerhin wurde das Angebot der guten Großmama, dem lieben Kleinen einen Campingwagen zu schenken, ausgeschlagen, und wir gingen daran, den jungen Wander-Aspiranten möglichst bald mit der näheren Umgebung unseres neuen Wohnsitzes in der Schweiz bekannt zu machen. Natürlich zu Fuß. Schwierigkeiten und Enttäuschungen blieben uns nicht erspart. Zum Beispiel waren wir zuerst geneigt, die Klagen über «Beinli weh» als bloße Simulier-Manöver abzutun. Ein Orthopäde bestätigte uns dann aber, daß tatsächlich eine Schwäche der Bänder vorliege. Mit den nötigen Einlagen

und neuen guten Vorsätzen wurde das Training wieder aufgenommen. Bald zeigten sich aber neue

Feinde der Wanderlust

Daß ein Auto nicht unbedingt dem Wandern förderlich ist, konnten wir uns allerdings denken, daß jedoch der Garten, den wir nun stolz unser eigen nannten und der uns eigentlich mit der Natur in engere Beziehung bringen sollte, diesem Ziel entgegenwirkte, merkte ich erst später. Jede junge Mutter, die mit Kleinkindern in einer Wohnung ohne Garten oder Spielplatz lebt, wird schon aus reinem Pflichtgefühl heraus mit ihren Kleinen spazieren gehen. Zuerst natürlich mit dem Kinderwagen, dann aber, wenn die Sprößlinge laufen können, gar bald zu Fuß, handelt es sich doch hauptsächlich darum, mit den Kleinen an der frischen Luft zu sein; die Einkäufe lassen sich dann im Vorbeigehen erledigen.

Nicht so die glückliche Besitzerin eines Gartens. Weshalb sollte man den kleinen Stefan, der so schön allein im Sandhaufen spielt, spazierenführen, da man doch im Haus noch so viel anderes zu tun hat? Und am Sonntag, wo man endlich einmal im Liegestuhl ausruhen könnte, reut es einem auch fast, sich unter die Menge der Spaziergänger zu mischen.

So kommt es, daß – wenn man sich einmal entschließt, ein weiteres Stück Natur zu sehen – die Kleinen, des zielgerichteten Gehens ungewohnt, streiken und nicht unsere Freude an der Landschaft teilen, sondern im Gegenteil uns diese Freude durch ihr Gequängel verderben.

Übung macht den Meister

Soll das Wandern auch der Kinder Lust werden, so empfiehlt es sich sicher, möglichst früh mit «Geh-Übungen» zu beginnen, nämlich schon im Sportwagenalter, wo die meisten Kleinen ja ohnehin sehr darauf erpicht sind, die neuerlernte Kunst des aufrechten Ganges auszuprobieren. Für Kinder, die nur ungern an der Hand von Mutter und Vater gehen, ist ein Laufgürtel ideal. Man kann sie daran vor manchem Fall bewahren und zugleich in der gewünschten Richtung lenken, ohne daß sie dabei in ihrer Bewegungsfreiheit allzusehr beeinträchtigt werden. Natürlich handelt es sich bei solchem Tun lediglich um Vorübungen zum richtigen Wandern. So oft als möglich werden wir uns dann – anfänglich mit dem Kinder-



Nehmen Sie
Femisan
das Stärkungsmittel
für Herz und Nerven

das Schweizer Frauenpräparat
der Vertrauensmarke



Flaschen Fr. 4.90, Fr. 8.85, Kurflasche Fr. 18.75
in Apotheken und Drogerien

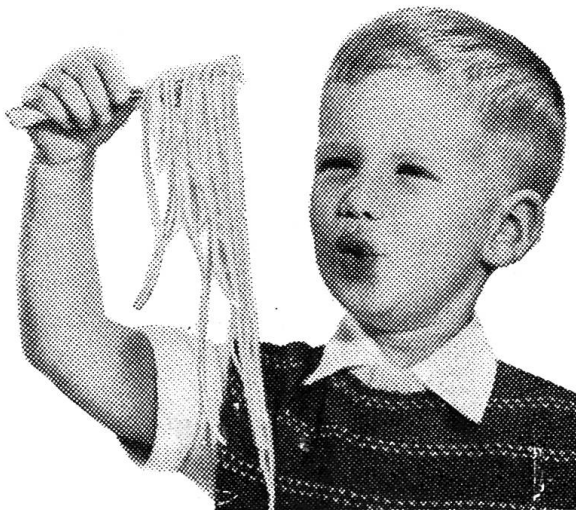
wagen als Transportreserve – von den harten Asphaltstraßen weg auf weiche, unebene Waldwege begeben, wo sich's so viel besser gehen läßt, und auch das Gelände abwechslungsreicher ist. Dabei überbrücken wir mit Vorteil den Anmarschweg, der uns meist von den unüberbauten Gebieten unserer Städte trennt, mit Bahn, Tram oder Auto. Ein Kind nämlich, das die ersten Kilometer einer Wanderung auf einer staubigen Landstraße zurücklegen muß, ist kaum mehr frisch für neue Eindrücke, sondern meist durstig und unleidig.

Mit Maß und Ziel

Wie mit allen Dingen, die man in der Erziehung gut und dauerhaft einführen möchte, muß man auch beim richtigen Wandern Maß halten können und das Ziel nicht zu weit stecken wollen. Bei drei- bis vierjährigen Kindern ist ein Weg-Ziel von einer oder anderthalb Stunden wohl schon eine befriedigende Leistung, vor allem, wenn man den Rückweg auch noch in Eintracht begehen möchte. Dabei gibt es natürlich große individuelle Unterschiede und man hüte sich, aus bloßem Ehrgeiz vom eigenen Kinde eine Leistung zu verlangen, die seine körperlichen Kräfte übersteigt, bloß weil die Nachbarn, deren Urs vielleicht jünger ist, schon bedeutend weitere Ausflüge unternehmen.

Eine maßgebende Rolle spielt natürlich auch der Altersunterschied zwischen den einzelnen Kindern in derselben Familie. Bei uns zum Beispiel wurde der zweite Bub in jenem Sommer geboren, als unser Großer anfang, beim Wandern mit Freude mitzumachen. So bestimmten dann zwangsläufig die Trinkens- und Schlafenszeiten des Säuglings unsere Ausflüge, was deren Ausdehnung natürlich wesentlich einschränkte. In Fällen, wo auf zwei oder drei größere, marschfähige Kinder noch ein Geschwisterchen anrückt, ohne daß eine Haushilfe oder baby-sittende Großmutter vorhanden ist, empfiehlt es sich vielfach, hie und da den Vater allein mit den Größeren ausziehen zu lassen, derweil die Mutter sich ihres Jüngsten und der Stille freut.

Meine Erfahrungen mit den drei Kindern, die ich seinerzeit in Spanien als Erzieherin betreute, haben mir aber gezeigt, daß praktisch jedes Kind, wenn es richtig angeleitet und geführt wird, mit der Zeit und der nötigen Ausdauer von seiten der Erwachsenen, am Wan-



Ernst

Jubiläums-Spaghetti

Ueberraschen Sie heute Ihre Familie mit den feinen ERNST-Napoli-Spaghetti. Mit Salat serviert, innert wenigen Minuten ein fertiges Mittagessen!

Fr. 1.-

Seit 100 Jahren ERNST-Teigwaren

dern Freude bekommen kann. In einem Land, wo – zumal in begüterten Kreisen – das Wandern als «Genußmittel» noch nicht entdeckt wurde, entwickelten sich meine Schützlinge zu begeisterten Fußgängern. Wir streiften miteinander durch tausendjährige Olivenhaine, machten auf Weiden Rast, wo es possierliche Zicklein zu streicheln gab, brieten am offenen Feuer Brot und Käse und entdeckten in entlegenen Gegenden Lehmhöhlen, in denen es sich herrlich spielen ließ. Der Vierjährige, der jeden Spaziergang mit einem jammervollen «Fräulein, ich bin sooo müde» einleitete, wurde als Fünfjähriger zum Anführer, indem er unserer Wanderlust immer fernere Ziele steckte. Daß ich auf diesen Ausflügen im fremden Land vielleicht etwas zu sorglos war, bleibe dahingestellt. Jedenfalls gingen die mir anvertrauten Kinder heil und um viele schöne Erlebnisse bereichert aus dieser Zeit hervor.

Der Ansporn

Was die üblichen Familienspaziergänge für Kinder so reizlos, ja, verhaßt macht, ist das oft ziellose Herumstreifen in Wohnquartieren, der Zwang der Sonntagskleider und die Tatsache, daß die Eltern trotzdem ihr Werktagsgesicht tragen. Derart freudloses Gehen, höchstens unter Vertröstung auf ein gutes Zvieri in der nächsten Gartenwirtschaft, hat natürlich nichts mit dem Wandern gemein, das wir anstreben. Wenn auch ein kleines Kind noch wenig Sinn hat für die Großartigkeit einer Aussicht, für die innere Ruhe, die einem in der Waldesstille begegnen kann, so läßt es sich doch schon früh begeistern für die Blumen am Wege, für einen Schmetterling, der aus der Waldlichtung aufflattert, für Bienen und Ameisen, die emsig ihrem Tagewerk nachgehen. Größere Kinder, vom Schulalter an, interessieren sich schon darüber hinaus für die Namen von Pflanzen und Bäumen, für die Lebensweise von Vögeln und Insekten. Wohl den Eltern, deren Naturverbundenheit es ihnen gestattet, hier erschöpfend Auskunft zu geben. Allen andern seien aber die verschiedenen bebilderten Taschenausgaben von Nachschlagewerken über Fauna und Flora empfohlen, die nebst den Kindern auch uns Eltern wertvolles Wissen vermitteln und so zum Genuß eines Wandersonntags wesentlich beitragen. Es versteht sich von selbst, daß die elterlichen Erklärungen nicht den Charakter einer Schullektion



Sie kann nicht mehr anders –
Selbst bei der Arbeit muss sie rauchen.
Höchste Zeit für eine Nikotin-
Entwöhnungskur mit

NICOSOLVENS

dem ärztlich empfohlenen Medikament.

Kurpackung Fr. 19.— in allen Apotheken
Prospekte unverbindlich durch
Medicalia, Casima/Tessin



Zuverlässig - angenehm - unschädlich

fettfrei, nach medizinisch einwandfreier Wirkungsweise.

Packung à 4 Ovale Fr. 2.35, à 10 Ovale Fr. 5.20 oder à 12 Tabletten (wärmebeständig) Fr. 5.20. In allen Apotheken und Drogerien. – Für Fr. 2.— (in Marken) erhalten Sie die 70seitige Broschüre «Intime Fragen», beantwortet von Dr. H. R. Engler, durch

EROS AG., Pharm. Labor Dr. Engler, Küsnacht 38, ZH

**Der gute Schweizer
Klebstoff: wasserfest
und zuverlässig!**



**Plüss - Staufer - Kitt
bewährt seit
75 Jahren!**

Wanderfreuden wie noch nie



Sil-Gstaad



Traumhaft weich, leicht und wasserdicht ist der «Sil-Gstaad», aus silikonimprägniertem Sil-Box. Ein idealer Wanderschuh auch für Sie.

Damen Fr. 59.80 Herren Fr. 69.80

Grosse Auswahl Wanderschuhe

In besseren Schuh- und Sport-Geschäften

**SCHUHFABRIK L. RAICHLÉ AG.
KREUZLINGEN**

Wir bitten, die Manuskripte nur einseitig zu beschreiben und Rückporto beizulegen.

tragen sollten, doch ist uns hier, wie wohl selten sonst, Gelegenheit geboten, unsere Jungen zu fördern und zwangslosen Unterricht am lebenden Objekt zu vermitteln.

Wenn uns dann an einem Morgen im April gar ein richtiger «Osterhase» über den Weg läuft und Haken schlagend im Forst verschwindet, oder ein Rehlein unbefangen in einer Waldlichtung äst, so ist das Maß der Freude voll. Aber noch mehr Erlebnisse halten Feld und Wald für den bereit, der zum Hören und Beobachten angeleitet wird. Gewiß werden unsere Buben bei jedem Kuckucksruf auch an den Tag denken, da wir das fast sagenhaft scheue Tierchen wirklich auf einem blühenden Kirschbaum antrafen. Und sogar der Dreijährige entsinnt sich des Rüttelfalken, den wir über einer Burgruine seine Kreise ziehen sahen.

Das Wandern durch die Jahreszeiten

Je nach der Jahreszeit werden wir unseren Wanderungen ein verschiedenes Ziel geben. Im Frühling gelten unsere Ausflüge vor allem der wieder erwachten Natur in Feld und Wald. Dabei erlauben wir unseren Kindern auch die traditionellen Sträußchen von Schlüsselblumen und Maiglöckchen, weisen sie aber immer darauf hin, daß es unnützlich und sogar verwerflich ist, ganze Wiesen abzugrasen, indem sich die schönen Blumen sonst nicht mehr darauf versamen können und wir sie – anstatt in der freien Natur – im botanischen Garten werden suchen müssen.

Die Sommerwanderungen sind durch das meist damit verbundene Picknick mit Würstchen-Braten besonders beliebt und haben meist eine Ruine oder sonst einen sehenswerten Punkt unserer Umgebung als Ziel, wobei zwangsläufig auch ein Stück Heimatkunde mit vermittelt wird.

Im Herbst finden es die Kinder herrlich, auf Waldwegen mitten durchs raschelnde Laub zu streifen und die versteckten Plätzchen aufzusuchen, wo Heidelbeeren in blauen Mengen wachsen. Zudem kennen wir ein Berggasthaus, das die besten Quarkkuchen auftischt, die man sich denken kann.

Der Winter ist vielleicht die Zeit, die gemeinsamen Wanderungen unserer Familie am wenigsten günstig gesinnt ist. Denn unser Erstkläßler darf jetzt schon etwa an sonntäglichen Skiausflügen teilnehmen, von denen der Dreijährige zwangsläufig noch ausgeschlossen ist.

Zwischenhinein setzen wir aber bei günstiger Witterung unsere Waldspaziergänge doch fort und entdecken allerlei, was Kinder entzücken kann: Eiszapfen an Tannästen, Spuren von Hasen, Rehen und Füchsen im Schnee. Auch ein Eichhörnchen ist etwa einmal zu sehen, wie es sich geschickt von einem Baum zum andern schwingt. Außerdem sind die Vögel dafür dankbar, wenn man ihnen hie und da eine Gabe von Streufutter mitbringt.

Proviant und zweckmäßige Kleidung

Wichtig ist unseren Kindern natürlich neben dem eigenen kleinen Rucksack vor allem auch dessen Inhalt. Selbst wo Wanderungen nicht mit einer richtigen Mahlzeit im Freien verbunden sind, empfiehlt es sich doch, etwas Proviant mitzuführen. Nebst einer unzerbrechlichen Flasche Kräutertee mit Zucker und Zitrone sind Obst, Dörrfrüchte, Vollkornbiskuits und dergleichen, dursterzeugenden, üppigen Nahrungsmitteln, worunter auch die sonst so begehrte Schokolade fällt, bei weitem vorzuziehen.

Ebenso soll die Kleidung, die unsere Kinder auf Wanderungen tragen, möglichst einfach, dafür strapazierfähig sein. Gutes, geschlossenes Schuhwerk (auch für die erwachsenen Begleiter sind spezielle Wanderschuhe unentbehrlich) ist ebenso wichtig wie eine wasserdichte Windjacke mit Kapuze, denn selbstverständlich wandern wir nicht nur bei strahlendem Wetter – unsere Ausflüge würden sonst zur Seltenheit!

Müdigkeit – keine Erschöpfung

Natürlich geht das Wandern mit unserer Jungmannschaft nicht immer ohne Mißstimmung vor sich. Müde Kinder sind für Vernunftgründe meist wenig zugänglich, und es sei darum noch einmal betont, daß gut Ding Weile haben will und Kinder wohl müde, nicht aber erschöpft werden sollen. Ein Sprüchlein, das den Kleinen über leichtere Fälle von Unlust hinweghilft, heißt: «Chum mir wänd go wandere, vo einer Stadt zur andere, und wänn der König Kaiser chunnt, so chered mer wider um...» Das mehrmalige montone Aufsagen dieses Verses, indem man im Takt dazu geht, macht den meisten Kindern Spaß. Bleibt unser Kleiner aber einmal in Betrachtung einer Schnecke auf dem Weg zurück, so läßt er sich mühelos zum Weitergehen, ja, Laufen, anspor-

Verjüngen Sie Ihren Teint

Müde, verhornte Haut läßt Sie älter scheinen als Sie sind. Verjüngen Sie Ihr Aussehen! Kommen Sie zu einer MS-Ölpackung. Sie ist ein wahrer Jungbrunnen, der Ihren Teint gründlich reaktivieren wird.

**Salon de Beauté
Maria Schweizer**

Zürich 1, Talstr. 42
☎ 051 / 27 47 58



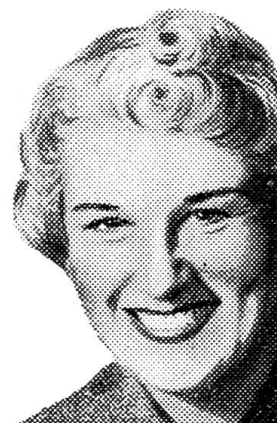
**Für Garten und Veranda
gibt es nichts Besseres
als Leinen- und
Halbleinen-Gewebe**

Wechseljahrbeschwerden ?

Machen Sie eine Kur mit **DELTANIL-Drageés**, dem reinen Pflanzenpräparat. Wallungen, Schwindelgefühle, Nervosität und Schlaflosigkeit verschwinden. Sie fühlen sich wieder frisch und leistungsfähig.

DELTANIL-Drageés sind erhältlich in Apotheken und Drogerien zu Fr. 5.50, 10.50 und 21.70 für die Kurpackung.

Bio-Labor AG. Zürich



nen, wenn wir niederkauern, die Arme ausbreiten und dazu rufen: «Wär chunnt i mis Huseli, s Büseli oder s Muuseli?»

Wo das Ziel aber noch fern liegt und das Kleinste allzu müde wird, muß eben der Rücken des Vaters erhalten. Oft genügt eine Viertelstunde des Getragenwerdens, um ein Kind wieder frisch zu machen. Marschhalte werden natürlich auch eingeschaltet; sie pflegen ihren Zweck aber selten vollständig zu erfüllen, da die meisten Kinder, so sehr sie vorher über müde Füße klagen, schon nach wenigen Minuten wieder anfangen herumzutollen.

Wenn wir sagen, daß wir unsere Kinder nicht übermüden sollen, so will das aber nicht

heißen, daß wir unsere Wanderungen beim ersten leisen Jammern abbrechen sollen. Es gilt einfach, das Ziel den jugendlichen Kräften – und zwar den Kräften des Schwächsten – anzupassen. Es gibt eine gesunde, wohlige Müdigkeit, die durchaus zum richtigen Wandern gehört. Ein warmes Fußbad mit anschließender leichter Massage, ein beliebtes Nachtessen und genügend Schlaf lassen die Kinder die zurückliegenden Anstrengungen rasch vergessen. Nicht vergessen jedoch werden die frohen Erlebnisse, die ein Kind mit der Familiengemeinschaft verbinden. Dazu aber gehören jene von gemeinsamen Wanderungen gewiß zu den schönsten und nachhaltigsten.



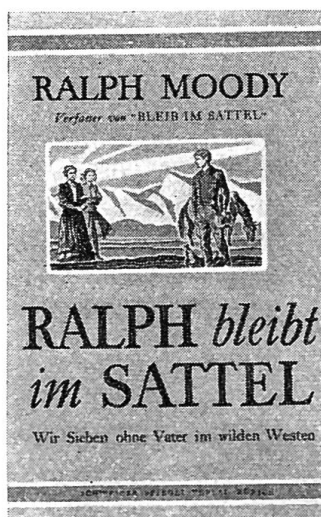
B Ü C H E R V O N R A L P H M O O D Y

die alle Leser von 10 bis 70 Jahren begeistern



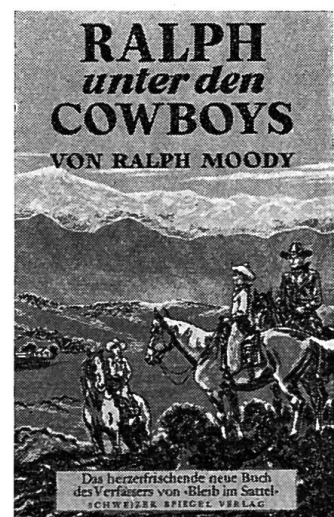
Bleib im Sattel

*Vater und ich waren Siedler im Wilden Westen
Mit 20 Bildern
von Edward Shenton
8.-9. Tausend. Geb. Fr. 14.25*



Ralph bleibt im Sattel

*Wir Sieben ohne Vater im Wilden Westen
23 Bilder von Edward Shenton
5.-6. Tausend. Geb. Fr. 14.25*



Ralph unter den Cowboys

*Mit 22 Bildern
von Edward Shenton
2. Auflage
Gebunden Fr. 15.20*

Der Verfasser erzählt in diesen reich illustrierten Büchern, von denen jedes für sich abgeschlossen ist, die Geschichte seiner eigenen Bubenjahren im Wilden Westen. Ein Pädagoge schrieb: «Diese Bücher gehören wie ‚Robinson Crusoe‘ in

jede Schulbibliothek.» – Die Werke sind voll von erregenden Ereignissen. Aber ihre Ehrlichkeit und die aufbauende Gesinnung des Autors, machen sie zu mehr als nur «Abenteuerbüchern». Sie begeistern alle Leser von 10 bis 70 Jahren.

