

Zeitschrift:	Die Schweiz = Suisse = Svizzera = Switzerland : officielle Reisezeitschrift der Schweiz. Verkehrszentrale, der Schweizerischen Bundesbahnen, Privatbahnen ... [et al.]
Herausgeber:	Schweizerische Verkehrszentrale
Band:	- (1940)
Heft:	3-4
Artikel:	Eine Badekur im Frühling
Autor:	Keller, Armin
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-772647

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: 14.01.2026

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



**TELEPHONANLAGEN
SIGNALANLAGEN
FERNSTEUERUNGEN
VERSTÄRKER • RADIO
GLEICHRICHTER**



Gedenkt der



Nationalspende und des Roten Kreuzes

Hochalpine Skitourenwoche in Zermatt

Der Kur- und Verkehrsverein Zermatt veranstaltet während den Monaten März, April und Mai 1940 zwölf Hochtourenwochen. Jede Woche enthält mindestens drei grosse Besteigungen in der Höhenlage von 3100 bis 4500 m. Standquartier vor und nach den Touren sind die Hotels Alpina, Dom, Julen oder Walliserhof, die im Einvernehmen mit dem Kur- und Verkehrsverein folgende Pauschal-Arrangements bieten: Voller siebtägiger Aufenthalt, Zimmer mit Licht und Heizung, drei Mahlzeiten pro Tag, Proviant, Trinkgeld (Hotelpersonal), Hütten- und Brennholztaxen, sowie Führung durch erste Zermatter Führer, pro Person und pro Woche: Fr. 135.–, für Mitglieder des S. A. C. und des S. F. A. C.: Fr. 130.–. Hotelaufenthalt wie obenerwähnt, jedoch ohne Tourenführung, Hütten- und Brennholztaxen, pro Person und pro Woche: Fr. 70.–. Die Daten wurden wie folgt festgesetzt: **1. Woche:** 4.–9. März. – **2. Woche:** 11.–16. März. – **3. Woche:** 18.–23. März. – **4. Woche** (Osterwoche): 25.–30. März. – **5. Woche:** 1.–5. April. – **6. Woche:** 8.–12. April. – **7. Woche:** 15.–20. April. – **8. Woche:** 22.–27. April. – **9. Woche:** 29. April–5. Mai. – **10. Woche:** 6.–11. Mai. – **11. Woche** (Pfingstwoche): 13.–18. Mai. **12. Woche:** 20.–25. Mai.

Eine Badekur im Frühling

Von Dr. Armin Keller, Rheinfelden

Wenn im Frühling die ganze Natur sich erneuert, dann erwachen auch die Badekurorte zu neuem Leben, denn dann kommen die ersten Gäste, die schon seit Wochen die wärmere Jahreszeit ersehnt haben, um ihre Badekur beginnen zu können. Von jeher gelten Frühlingsbadekuren als besonders wirksam, und die alten Ärzte, wie zum Beispiel der berühmte Paracelsus, waren der Ansicht, dass den Heilquellen im Frühling besondere Heilkraft innewohne. Wir Modernen glauben nicht mehr an einen Brunnengeist, und die Quellenanalysen ergeben im Frühling keine andern Zahlen als im Herbst. Wir brauchen auch nicht anzunehmen, dass die Heilquellen, die tief aus dem Erdinnern kommen, durch das jahreszeitliche Geschehen wesentlich beeinflusst werden. Wenn wir auch aus eigener hundertausigjähriger Erfahrung die besondere Wirksamkeit der Badekuren im Frühling bestätigen können, so liegt es uns näher, anzunehmen, dass es der Badegast ist, der im Frühling intensiver reagiert. Und kann das nicht jeder Mann nachfühlen? Nehmen wir nicht alle mehr oder weniger deutlich teil an dem Erneuerungsprozess des Frühlings? Haben wir nicht das Bedürfnis, wie unsere Hausfrauen in Haus und Hof, auch in unserm Körper eine «Frühjahrsputze» zu veranstalten zu müssen? Es gilt, diesen Strom der Erneuerung und Verjüngung im Organismus nicht versanden zu lassen, sondern im Gegenteil ihn zu fördern und zu kräftigen, um ihn bis in die hintersten Winkel unseres Körpers möglichst intensiv wirksam werden zu lassen.

Die Heimatabende im Schweizer Radio sind ein Wegweiser zum Besuch der heimischen Landschaften und Städte.

**Jelco
FIX**
*Feldschuh
mit plastischer
Innensohle*

Zweigennäht, die zuverlässigste und beste Machart. Die kräftigen Sohlen behalten ihre Biegsamkeit, wie es das Pirschen im Gelände erfordert.

Begeisterter Urteil aus dem Militärdienst über Marsch-Schuhe mit dem plastischen Jelco Fix Fundament

Schließen Sie in den Jelco Fix-Feldschuh und fühlen Sie diesen Unterschied!

Bezugsquellen durch J. Lüthi & Co., Burgdorf

Ein Wohlbehagen, wie Sie es bisher in Marschschuhen nicht kannten.

Dieser Schuh ist mit dem plastischen Jelco-Fix-Fundament versehen. Die innere Sohle ist nicht platteben, sondern entspricht genau der gewöhnlichen, plastischen Form des Fusses. Ihre Füsse sind weich gebettet und richtig gesteuert; lange Märsche und schwere Lasten halten sie aus, ohne zu ermüden und zu schmerzen.

Chromsporthleder schwarz, ganz ledergefüttert, halbschlossene Zunge.

Durchgehende Doppelsohlen; kräftig und strapazierfähig; zweigennäht.

lassen. Durch eine Frühlingsbadekur unterstützen wir diesen naturgegebenen Vorgang. Die moderne Technik erlaubt uns, uns den Auswirkungen der Jahreszeiten einigermaßen zu entziehen, durch raffinierte Heizungs- und Abkühlungssysteme und durch Transportmittel aller Art. Aber wir müssen dem Winter trotzdem noch unsern schweren Tribut zahlen, besonders die Ältern und die Kränklichen unter uns. Nicht jedermann kann der kräftigenden Hochgebirgssonnen oder des milden Südens teilhaftig werden. Wer unter mehr oder weniger ungesunden klimatischen oder lokalen Bedingungen sein Leben durchkämpfen muss, ist im Frühling froh, wenn Nässe, Kälte, Pflotsch, Nebel und Sonnenarmut und ihre Folgezustände allmählich aufhören sein Wohlbefinden zu untergraben. Und wenn man im Frühling die gesundheitliche Situation überblickt, wie viele der Überbleibsel an Erkältungskrankheiten, Katarrhen, Rheumatismen, um nur die banalen Erkrankungen zu nennen, sind es, die noch auskuriert werden müssen! Wie sehr ist man steifer und schwerfälliger geworden, wie erschreckende Fortschritte hat das Altern und wie viele Rückschritte dagegen die Vitalität gemacht! Wie viele Schlacken haben sich im Organismus angesammelt während der langen Wochen, da man weniger hinaus konnte, da man zu viel Zeit in geschlossenen, schlecht gelüfteten Räumen zubringen musste! Hinaus, hinaus, drängt der Frühling um uns und in uns. Heilung! Kräftigung! Verjüngung! Seit undenklichen Zeiten weiß man, dass die schweizerischen Heilbäder all das bringen. Sie heilen und verjüngen. Und haben wir es nicht alle nötig, dass wir geheilt und verjüngt werden, an Leib und Seele, dass wir unsere Leistungsfähigkeit maximal steigern, dass wir unserer Kräfte voll mächtig sind, um allen Schwierigkeiten und Anstrengungen, die wir voraussehen, Herr werden zu können? Ist das nicht gerade in dieser unseligen Kriegszeit besonders nötig, wo wir nicht wissen, was uns noch alles erwarten? Darum auf zu einer Frühlingsbadekur in einem unserer bewährten schweizerischen Kurorte, um in durchschlagendem Gegenangriff Krankheit und drohendes Alter aus den im Winter gewonnenen Positionen wieder zurückzuwerfen, verlorenes Terrain zurückzugewinnen und um mit gestähltem Körper ihren erneuten Angriffen entgegensehen zu können.

Aufruf zur Kartenspende

Pro Infirmis, für die Gebrechlichen

Jahr für Jahr hat das Schweizer Volk in schöner Weise durch eine gemeinsame Spende den Aufruf der Schweizer Vereinigung Pro Infirmis erhört.

Auch dieses Jahr bedürfen zahlreiche Taube, Krüppelhafte, Schwerhörige, Invalide, Geisteschwäche, Epileptische, Blinde – es leben ihrer mehr als 200,000 in unserem Lande – des Verständnisses und einer offenen Hand ihrer Mitbürger. Mehr als je müssen sie auf die grossmütige, wirkungsvolle Hilfe der gesamten Bevölkerung zählen können, trotz aller Einschränkungen, die die heutige Zeit jedem auferlegt. Ein Werk wahrer Brüderlichkeit, wie dasjenige von Pro Infirmis kann nicht genug empfohlen werden. Ich bin überzeugt, dass jeder Schweizer und jede Schweizerin die Kunstkarten Pro Infirmis freundlich aufnimmt und nach Kräften hilft.

Pilet-Golaz, Bundespräsident.



Karte aus der Serie Pro Infirmis von Hans Beat Wieland



Eingang zum Bankgebäude in Zürich

Schweizerische Bankgesellschaft

UNION DE BANQUES SUISSES

Unione di Banche Svizzere - Union Bank of Switzerland

Zürich

Aarau, Baden, Basel, Bern, Genf, Lausanne, Locarno, Lugano, Montreux, St. Gallen, Vevey,
Winterthur, Fleurier, Frauenfeld, La Chaux-de-Fonds, Liestal, Lichtensteig, Rorschach,
Rapperswil, Wil, Wohlen, Aadorf, Ascona, Couvet, Flawil, Gossau, Mendrisio, Rüti (Zürich)

Ausführung aller Bankgeschäfte

Toutes opérations de banque

Every description of Banking Business