

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Herbst im Garten  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553432>

### **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:** 29.12.2025

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



## Herbst im Garten

Nicht nur im Walde ist der Herbst ein Künstler der Farben, auch im Garten malt er den Früchten rote Backen und die Trauben leuchten einladend, zart bis dunkelrot gefärbt, zum Ernten bereit. Der Wind saust über die Felder und bringt farbiges Laub und Lärchennadeln herbei, so dass sich damit alle kleinen Unebenheiten im Garten ausgleichen können. Zugleich liefern sie einen bescheidenen Düngstoff und helfen bei der Bodenbedeckung mit. Die Rhabarbern werden gelb und unter den Zucchettiblättern reifen die letzten Früchte, die immer noch ein gutes Gemüse ergeben. Auch vollreife, knelligrote Tomaten kann man noch ernten und sich ihren Vitaminreichtum zu gesundheitlichem Nutzen werden lassen. Noch vor 50 Jahren kannte man diese herrlichen Früchte in der Schweiz kaum, während sie heute, wenn sie vollausgereift sind, sehr beliebt sind, helfen sie doch reichlich mit, unseren Vitaminbedarf zu decken, aber wichtig ist, dass wir sie in ausgereiftem Zustand geniessen. Wenn wir auch den Winter hindurch unseren Karottensalat und frischen Rüebli-saft erhalten wollen, müssen wir jetzt deren Ernte in Sand einlegen. Im kühlen Keller können sie auf diese Weise lange ihre Frische behalten.

Ausser dem Ernten, Verarbeiten, Lagern und Versorgen von Früchten und Gemüse, heisst es jetzt auch den Garten von abgestandenen Stauden zu säubern. Bohnen- und Erbsenstickel werden versorgt und die verblühten Blumenbeete gereinigt, damit die letzten Herbstblumen besser zur Geltung kommen. — Da Laub zum Abdecken der Erde und zum Anlegen von Kompost sehr wichtig ist, heisst es im Herbst reichlich Laub sammeln. Schon

als Kinder bereitete uns das sogenannte Lauben grosses Vergnügen. Es handelte sich dabei immer um ein freudiges Erlebnis, besonders wenn der Wind mit den dürrn Blättern sein tolles Spiel trieb und uns miteinflocht, indem er ein Teil des eingeheimsten Gutes immer wieder hinwegholte.

### Herbstliche Eigenart

Aber trotz der Unruhe, die infolge der mannigfachen Herbststürme in der Luft herrscht, ist doch die herbstliche Jahreszeit von einem eigenartig beruhigenden Ausklingen begleitet. Mögen die Lüfte toben, die Erde wird ruhig. Die Herbstnebel helfen mit, alles in Stille zu kleiden, und wenn sie weichen, zieht ein frohes Lachen durch die Natur, als wollte sie triumphieren, dass sie noch warme Sonnenstrahlen zur Verfügung hat. Dass aber die abgeerntete Erde ruhig wird, hat seine ganz besonderen Gründe. Alle Säfte der entblätterten Bäume ziehen sich beispielsweise in die Äste, den Stamm und zuletzt in die Wurzeln zurück. Sämtliche Vorbereitungen für den nächsten Frühling sind im Gange. Die Knospen reifen bereits für das kommende Jahr aus, damit sie für den Frühling zum Treiben bereit sind. Blätter und Blüten, alles ist schon in diesen kleinen Spitzdüten, den Knospen, gleichmässig zusammengefaltet, enthalten. Welch ein tausendfaches Wunder umgibt uns daher, wenn wir durch unseren herbstlichen Garten gehen. Ob wir wohl auch im Herbst unseres Lebens alles so wohlweislich einer Knospe gleich vorbereitet haben, damit im Frühling einer neuen Aera die getroffenen Vorkehrungen treiben und Blüten und Früchte hervorbringen können?

### Haltbarmachung von Früchten und Gemüse

Zu Urgrossmutter's Zeiten war es üblich, dass man zuerst für den Wintervorrat sorgte, und dann erst erhielten die Kinder rohe Früchte und frische Beeren zum

Essen. Himbeeren, Erdbeeren, Johannisbeeren, Aprikosen, Zwetschgen und andere Früchte mehr verschwanden solange zum Einmachen in der Küche, bis alle