

Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 63 (1988)

Heft: 4

Rubrik: Der Würfelbecher

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](#)

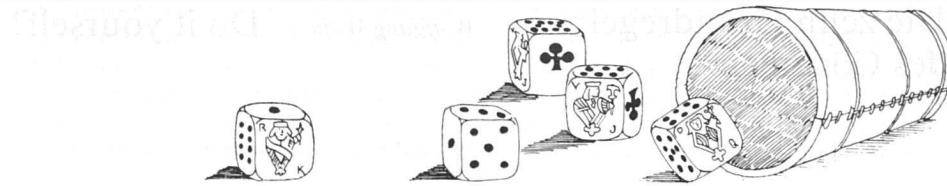
Terms of use

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: 20.02.2026

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

Der Würfelbecher



Besinnlich bis heiter

Ordnung im Pillenarsenal

In jedes Haus und in jede Wohnung gehört eine Hausapotheke. So unbestritten diese Forderung auch ist – sie wirft im Einzelfall Fragen auf. Denn eine Hausapotheke ist nur dann wirksam und vor allem sicher, wenn sie auch fachgerecht unterhalten wird.

Eine Erhebung über den Zustand der Medikamentenschränke in schweizerischen Haushalten förderte recht bedenkliche Zahlen zutage. Mehr als die Hälfte der aufbewahrten Medikamente waren unbrauchbar, weil sie zu alt, falsch gelagert oder nicht mehr zu identifizieren waren. Die unbrauchbaren Arzneimittel ergaben nach einer Hochrechnung einen abzuschreibenden Wert von weit über 100 Millionen Franken.

In die Hausapotheke gehören grundsätzlich all jene Medikamente, Verbandmaterialien und Instrumente, welche zur Ersten Hilfe und Behandlung bei Unfällen und Unpässlichkeit notwendig sind. Ferner dient die Hausapotheke zum Aufbewahren aller persönlich während einer ärztlichen Behandlung benötigten Arzneimittel. Als Aufbewahrungsort empfehlen sich trockene und kühle Räume. In jedem Fall sollen Medikamente vor Feuchtigkeit und Wärme geschützt werden. Nicht zweckmäßig sind deshalb Küche und Badezimmer. Geeignet ist dagegen das Schlafzimmer. Gewisse Medikamente müssen sogar im Kühlschrank gelagert werden.

Medikamente in Kinderhänden können zu ernsthaften Vergiftungen führen. Im vergangenen Jahr wurden dem schweizerischen Tox-Zentrum in Zürich nicht weniger als 6485 Vergiftungsfälle mit Medikamenten gemeldet, davon betrafen 2819 Kinder oder Jugendliche. Die Hausapotheke sollte also unbedingt ausser Reichweite der Kinder oder (noch besser) unter Verschluss installiert werden. Medikamente ohne Abgabedatum sollten mit dem Kaufdatum versehen werden. Alte und nicht angeschriebene Produkte sind zu vernichten, ebenso – nach abgeschlossener Behandlung – die Reste leicht verderblicher Medikamente wie zum Beispiel Antibiotika. Of-

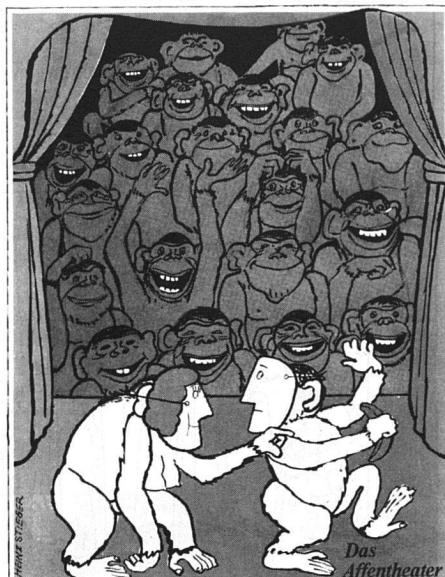
fensichtlich unbrauchbar gewordene Arzneimittel wie zum Beispiel geplatzte oder rissige Dragées oder eingetrocknete Salben müssen weggeworfen werden.

Die Instandhaltung einer perfekten Haushaltapotheke ist übrigens nur halb so mühsam, wie es scheint. Wer sein privates Pillenarsenal nicht selber bewirtschaften will, kann es nämlich einmal im Jahr auch durch den Apotheker kontrollieren lassen. Die Spezialisten im weißen Kittel tun dies gratis! *wwi*

nahme von 0,5 bis 1,2 Prozent oder gar von einer Abnahme um 0,4 Prozent aus.

Ausschlaggebend für die letztjährige Zunahme des Stromverbrauchs sollen, wie das Bundesamt für Energiewirtschaft mitteilt, die günstigen wirtschaftlichen Rahmenbedingungen und die im Vergleich zum Vorjahr kühleren Witterungsverhältnisse gewesen sein. Nicht zu unterschätzen seien auch die Folgen des Automatisierungstrends in den Büros, der immer reichhaltigeren Ausstattung der Haushalte mit Elektrogeräten sowie der Einsatz von Strom für die modernen Technologien.

Das alles wird schon so sein. Dahinter aber steckt in den meisten Fällen doch die bequeme Mentalität, die in unseren Tagen grassiert: Einschränken? Selbstverständlich! Aber natürlich die andren... *Ba*



Wer soll Strom sparen?

Seltsam – alle reden erstens vom Energie sparen, nach Statistiken soll zweitens die Hälfte der Bevölkerung gegen den Betrieb der Atomkraftwerke sein, und ein guter Teil der Stimmbürger verbittet sich drittens jeglichen Bau von neuen Stauseen, ja sogar von sinnvollen Sanierungen bestehender Kraftwerke. Aber der Stromverbrauch in der Schweiz hat 1987 weiter um 2,9 Prozent auf 43,6 Mrd. Kilowattstunden zugenommen...

Die Szenarien für einen Ausstieg aus der Kernenergie gehen allerdings von einer durchschnittlichen jährlichen Zu-

Vom täglichen Brot

Brot ist gesund. Wieso und bei welchen Brotsorten das vor allem zutrifft, das hängt mit dem Ausmahlungsgrad der Körner zusammen. Je mehr Mehl aus einer bestimmten Menge Getreide herausgemahlen wird (je höher also der Ausmahlungsgrad ist), desto mehr essentielle (unentbehrliche) Nährstoffe der Schalenbestandteile gelangen ins Mehl. Es wird dunkler und enthält mehr Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.

Das Getreidekorn besteht bekanntlich aus Schale, Mehlkörper und Keimling. Für die Herstellung von *Weissbrot* werden Schale und Keime des Korns möglichst beseitigt und somit viele Inhaltsstoffe wie Eiweiss, Stärke als Energiefieberant, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente als lebenserhaltende Schutzstoffe und Nahrungsfasern als verdauungsfördernder Ballaststoff weitgehend entzogen. Die Behauptung, Brot mache dick, gilt für das *Vollkornbrot* nicht. Das Gegenteil ist der Fall: Es regt die Darmtätigkeit vermehrt an und fördert die Verdauung dank seiner Ballaststoffe (Nahrungsfasern). Ballaststoffe



1300 Läden in allen Kantonen für 90 % der Bevölkerung

gewinnen als «Heilmittel» zunehmend an Bedeutung: Als unverdauliche Bestandteile unserer täglichen Nahrung spielen sie nämlich bei der Entgiftung und Entschlackung des Körpers eine wichtige Rolle. Diese Naturfasern befinden sich in den Kornschalen und sind daher vor allem im Vollkornbrot enthalten. Als einzige natürliche reichhaltige Quelle von Vitamin E ist aber auch der Keim – Herz des Korns – als Träger der Lebensfunktionen nährstoffreichster Bestandteil des Weizenkorns und für unsere Ernährung sehr wichtig. Vitamin E ist unentbehrlich zur Erhaltung der Funktion von Muskeln und Keimdrüsen. Also: Brot ist gesund, Vollkornbrot noch gesünder.

B.



Lärm und Gesundheit

Lärm kann zu verschiedensten Beeinträchtigungen des Befindens führen. Ganz allgemein kann zwischen vier verschiedenen Arten von Belastungen unterschieden werden, nämlich:

Schädigungen des Gehörs, Beeinträchtigung des Kreislaufsystems, geringere Schlaftiefe und psychische Probleme.

Starker Lärm kann, das ist bekannt, zu Hörschäden führen, sogar wenn dieser Lärm lustvoll empfunden wird (zum Beispiel Musik). Aber auch schwächerer Lärm kann sich negativ auf unser allgemeines Wohlbefinden, unsere Kommunikations- und Arbeitsfähigkeit, unsere Stimmung und unser Sozialverhalten auswirken. Grund genug also, sich des Problems ernsthaft anzunehmen und nach Mitteln und Wegen zu suchen, die Lärmimmissionen so gering wie möglich zu halten.

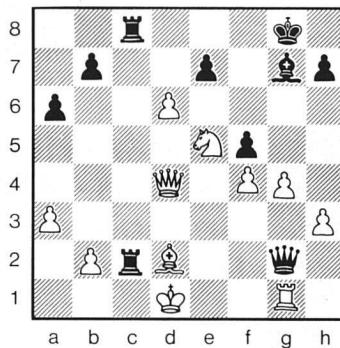
Ferienreisen für Behinderte

Für Behinderte, die es bisher nicht gewagt haben, allein zu reisen, bietet der TAMAM-Reisedienst für Behinderte in 8614 Bertschikon ein vielseitiges und umfangreiches Angebot an Individual- und Gruppenreisen, mit und ohne Unterstützungsdiene (Körperpflege, Begleitungen) an. Das Programm enthält auch eine Anzahl Fernreisen.

Alle aufgeführten Hotels sind durch TAMAM oder einen der Partner an Ort und Stelle auf ihre Eignung geprüft worden. Für die meisten Unterkünfte sind über die Katalogangaben hinaus zusätzliche Informationsblätter mit Bildmaterial erarbeitet worden (Stufen, Zimmermasse usw.), die auf Anfrage gerne an Interessenten abgegeben werden. Die Hin- und Rückreisen sind selbstverständlich behindertengerecht organisiert und werden wo immer möglich mit Linienflügen renommierter Fluggesellschaften durchgeführt.

B.

Für Schachfans



Kontrollstellung:

Weiss: Kd1 Dd4 Tg1 Ld2 Se5 Ba3 b2 d6 f4 g4 h3 = 11 Steine

Schwarz: Kg8 Dg2 Tc8 Tc2 Lg7 Ba6 b7 e7 f5 h7 = 10 Steine

Schwarz am Zuge kann sich aussuchen, auf welche Art und Weise er gewinnen will. Aber nein, er macht ausgerechnet den Zug, der dem Gegner noch eine leise Remis-Chance einräumt, nämlich 1 ... Lg7 x Se5. Warum ist der Zug nicht gut, und wie konnte Schwarz am Zuge zwingend gewinnen? Manchmal ist es schwierig: Wenn man zwischen mehreren guten Möglichkeiten wählen muss, dann wählt man den einzigen falschen Weg. Gewinnen Sie also mit Schwarz am Zuge. Viel Spass! I. Bajus

Lösung: nächste Spalte oben

und gewinnt ganz einfach!
5 Ke3 x Dd2 Lg7 x Se5
4 Ke2-e3 Dg2 x Dd2 +
3 Kd1-e2 Dg1-g2 +
aber eben, der Turm auf g1 bleibt
2 Dd4 x Td2 Dg2 x Tg1 +
Weiss muss mit der Dame nehmen,
1 ... Tc2 x Ld2 +
Ganz einfach gewonnen hätte dage-
richtig eben.
3 d6-d7!
sieht wie ein Verschenk aus, aber ge-
winn die Figur zurück,
und Schwarz muss einen Turm zu-
2 Tg1 x Se5?
1 ... Lg7 x Se5?
2 Tg1 x Dg2 Lc5 x Dd4
3 d6-d7!
sieht wie ein Verschenk aus, aber ge-
winn die Figur zurück,
und Schwarz muss einen Turm zu-
2 Tg1 x Dg2 Lc5 x Dd4
3 d6-d7!
sieht wie ein Verschenk aus, aber ge-
winn die Figur zurück,
und Schwarz muss einen Turm zu-
2 Tg1 x Dg2 Lc5 x Dd4
3 d6-d7!
sieht wie ein Verschenk aus, aber ge-
winn die Figur zurück,
und Schwarz muss einen Turm zu-
2 Tg1 x Dg2 Lc5 x Dd4
3 d6-d7!

Schweiz ist (noch) nicht verbetoniert

Die schweizerische Gesamtfläche umfasst bekanntlich 4,1 Mio ha. Davon sind rund 28 Prozent Wiesen und Äcker, 25,5 Prozent Wald, 20,5 Prozent Weideland, 17,5 Prozent Ödland (Berge) und 4 Prozent Seen und Flüsse. Zu diesen rund 95 Prozent «Natur» kommen blass 4 Prozent überbautes Gebiet, 0,14 Prozent Industrieanlagen und 0,08 Prozent Strassen. Zum Vergleich: Die gemeinhin als weitläufig empfundene Bundesrepublik Deutschland ist mit rund 89 Prozent Naturfläche und 11 Prozent überbautem Gebiet schlechter dran.

Das heisst aber noch lange nicht, dass wir hierzulande gut dran sind. Die schwindelerregenden Bodenpreise, immer weiter steigend, legen ein trauriges Zeugnis davon ab. Boden ist unvermehrbar und darum keine Handelsware. Andernfalls müssen wir alle sehr teuer dafür bezahlen – so oder so.

Die Superku für alle alten Badewannen

BAWA AG

5 Jahre Vollgarantie
Einsatzwannen aus Acryl
Neubeschichtungen
Reparaturen
Über 30 Farben
Repadab-Vertretung seit 1963

Telefon 061 67 10 90

BAWA AG, Artelweg 8, 4125 Riehen