Aus dem Jahresbericht des Kathol. Erziehungsvereins der Schweiz : (Schluss)

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Schule**

Band (Jahr): **19 (1933)**

Heft 46

PDF erstellt am: **28.03.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-539329

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

konnte. Vom 8. bis 68. Monat, also schon seit *61 Monaten*, steht die Versuchszeit im *1. Rang*.

Der Vorsprung gegenüber der günstigsten gleich langen Zeit von früher betrug

nach 1 Jahr 49 Absenzen
nach 2 Jahren 110 Absenzen
nach 3 Jahren 251 Absenzen
nach 4 Jahren 343 Absenzen
nach 5 Jahren 515 Absenzen.

Damit ist der Wert des Tiefatmens als Vorbeugungsmittel wohl zur Genüge dokumentiert!

In den letzten 68 Monaten hatte meine Schule 1120 entschuldigte Absenzen oder *49,9 Prozent des frühern Durchschnittes* für die gleiche Frist. Von den 1064 Absenzen seit Mai 1928, deren Ursachen ich notiert habe, sind 309 oder 29,0 Prozent auf Verletzungen zurückzuführen oder auf Gründe, die mit Unwohlsein oder Krankheit nichts zu tun haben. Die andern 755 Absenzen oder nur *36,3 Prozent* der frühern durchschnittlichen Absenzenzahl von 64 Monaten beruhen auf ganz harmlosen Fällen, d. h. was noch vorkam, war ganz bedeutend abgeschwächt. Sämtliche Masernfälle, es waren 9, kamen mit 43 Absenzen weg, mit 3—7 pro Fall oder nicht ganz 5 im Durchschnitt, die 2 Rötelnfälle mit 2 resp. 3 pro Fall.

Die Absenzen liessen sich noch mehr reduzieren, wenn die Schüler bei beginnendem Unwohlsein die heilende Wirkung *vermehrten Tiefatmens* sich noch mehr zu Nutzen ziehen wollten, statt sich gehen zu lassen nach der Weise: „Ich hab' mich ergeben mit Herz und mit Hand". Meine Untersuchungen erstrecken sich nämlich auch auf das Tiefatmen als Heilfaktor, und ich könnte über interessante Fälle berichten; doch ginge dies über den Rahmen dieses Artikels hinaus. Je länger ich mich mit der Angelegenheit befasste, desto mehr kam ich zur Ueberzeugung, dass das Tiefatmen zur dauernden Gewohnheit eines jeden Menschen werden sollte. Eine derartige Angewöhnung wäre von grösster gesundheitlicher und somit volkswirtschaftlicher Bedeutung. Diese Auffassung ist übrigens durchaus nichts Neues. Schon der amerik. Präsident Abraham Lincoln ermahnte in seinen Verhaltungsmassregeln: „Atme lang und tief." Sehr häufig liest man in Zeitschriften verschiedenster Art diese bewährten Ratschläge, doch meistens, um sie nicht zu befolgen. Um den hohen Wert der Tiefatmung einmal zahlenmässig zu beweisen und ins Volk zu bringen, habe ich die Schüler unter Kontrolle genommen und die Resultate anhand der Absenzen verarbeitet

Sorgen Sie in *erster Linie* für gründliche Lüftung der Schulzimmer, in jeder Pause, nach jedem Schulhalbtag, bei jeder Witterung, auch der kältesten. Einige Minuten Durchzug setzt die Zimmertemperatur nicht wesentlich herab.

Vergessen Sie *zweitens* beim Turnen im Freien die auch in der Turnschule vorgeschriebenen Atmungsübungen nicht. Auch bei Spiel und Sport ist zwischenhinein richtiges Tiefatmen notwendig. Vermehrte Körperbetätigung erzeugt auch mehr Kohlensäure und andere Stoffwechselschlacken. Das unwillkürliche Mehratmen bei Spiel und Sport aber ist kein Tiefatmen. Schiebt man deshalb nicht richtiges Tiefatmen ein, so werden die erzeugten Schlacken ungenügend ausgeschieden, und der Blutzustand ist nachher schlimmer als zuvor und damit auch die Blutzirkulation. Diese Behauptung stützt sich auf besondere von mir angestellte Versuche. Turnt man in der Halle, so muss das Tiefatmen beim Austritt ins Freie nachgeholt werden.

Klären Sie *drittens* Ihre Schüler, der Altersstufe und dem Verständnis gemäss, in kurzen Zügen über die Bedeutung des Tiefatmens auf, ungefähr so: „Unsere Lunge hat die Aufgabe, den zum Leben unbedingt nötigen Sauerstoff durch die Einatmung aus der Luft ins Blut aufzunehmen und anderseits die giftige Kohlensäure und andere Gase durch die Ausatmung auszuscheiden. Gewöhnlich atmen wir aber so oberflächlich, dass nur ein Siebentel der Lunge gebraucht wird. Somit kann die Lunge ihre Aufgabe auch nur ganz ungenügend erfüllen, was für die Gesundheit schlimme Folgen hat. Der Brustkorb bleibt zu flach und verknöchert schon früh. Leute mit einem derartigen Brustkorb werden kurzatmig, sie haben Atembeschwerden. Diejenigen Teile der Lunge, die keine frische Luft erhalten, weil sie nicht gebraucht werden, verkümmern und sind in Gefahr, zu erkranken. Gefährdet sind vor allem die Lungenspitzen. Lungenkatarrhe, Lungenentzündungen und Lungentuberkulose sind nur zu leicht die Folgen der Vernachlässigung."

Die überschüssigen Gase sind auch die Ursache des dicken, schwerflüssigen Blutes. Die Blutzirkulation verschlimmert sich je länger je mehr. Auch die übrigen Ausscheidungsorgane, Leber und Niere, arbeiten schlechter. Zu den gasartigen Schlacken gesellen sich dadurch noch andere. Dieses verdorbene Blut genügt allein schon zu Erkrankungen. Dazu finden Bakterien in ihm einen prächtigen Nährboden. Witterungseinflüsse befördern die Katastrophe. Auch die vielen Herz- und Hirnschläge, die Blutvergiftungen durch Infektionen bei Verletzungen und Insektenstichen dürften in den meisten Fällen ihre tiefere Ursache im ungünstigen Blutzustand haben und wären bei regelmässigem Tiefatmen grösstenteils zu vermeiden. Täglich mehrmals, hauptsächlich morgens nach dem Aufstehen und abends vor dem Schlafengehen, nur 8—10 tiefe Atemzüge in frischer Luft wirken Wunder.

Seit 68 Monaten habe ich meine Schüler buchstäblich in jeder Pause zum Tiefatmen ermuntert. Tun Sie das auch! Oder, was noch wirksamer ist, machen Sie es, wie ich es seit dem Sommer 1931 auch halte. Lassen Sie Ihre Schüler im Kreis oder in Frontlinie antreten und führen Sie das Tiefatmen gemeinsam durch, namentlich in Zeiten erhöhter Krankheitsgefahr. Die kleine Mühe macht sich reichlich bezahlt durch die Hebung des Gesundheitszustand von Lehrern und Schülern und so durch die Ausschaltung mancher Schulbetriebstörung.

Grosse Macht über die Gesundheit der Ihnen Anvertrauten ist schon mit diesem einen unscheinbaren Mittel in Ihre Hand gegeben!

Befolgen Sie darum meine Ratschläge mit eiserner Konsequenz, es geschieht zum Wohle Ihrer Schüler und des ganzen Volkes!

(Obiger Artikel ist ein Auszug aus dem Referat „Beitrag zum Problem der Krankheitsverhütung".).

Aus dem Jahresbericht des Kathol. Erziehungsvereins der Schweiz

(Schluss).

Bruder-Klausen-Missionsfond oder Petrus-Werk zur Heranbildung eingeborener Priester in den Missionsländern.

Diese Institutionen spürten die Krisenzeit am bedauerlichsten, indem kein neuer Frei-Platz gestiftet werden konnte, und das Sparbüchlein des fünften Freiplatzes weist erst Fr. 2000.— auf.

Der Orthopädiefond für arme, invalide Kinder und Jugendliche (Offaik).

Stiftung unter behördlicher Aufsicht nach Art. 80 und ff. des Z. G. B.

Der Orthopädiefond für arme, invalide Kinder ist im Jahre 1927 von Pfarrer J. Messmer, Redaktor, in Wagen, Kt. St. Gallen. geschaffen worden. Aus langjähriger eigener Erfahrung wusste der Gründer dieser sozialen Institution, dass sehr vielen Gebrechlichen mit modernen, nach wissenschaftlichen Methoden

ausgearbeiteten Prothesen erfolgreich geholfen werden könnte.

Die Fürsorge-Institution des Orthopädiefondes ist demnach gegründet zur Beschaffung von künstlichen Gliedmassen und Stützapparaten für invalide Kinder und junge Leute in der Schweiz, um denselben den Besuch von Schule und Unterricht, Berufsausbildungs- und Berufsausübungsstätten zu ermöglichen. Die Organisation unterstützt arme portestantische und katholische Kinder ohne Unterschied von Partei- und Konfessionszugehörigkeit.

Die Rechnung des Orthopädiefonds stellt sich für das verflossene Jahr 1932 folgenderweise:

Einnahmen an Gaben und Zinsen und Aktionstätigkeit	Fr. 34.149,25
Ausgaben für Invalidenzwecke	Fr. 23,978.15
Aktivsaldo für das Jahr 1933	Fr. 10,171.10
Vermögen im Jahre 1931	Fr. 34,498.21
Zuwachs im Jahre 1932: Obiger Saldo	Fr. 10,171.10
Bilanz per Ende des Rechnungsjahres	Fr. 44,669.31

Der Leiter der Unterstützungsstelle könnte aus den Akten so vieles erzählen von entsetzlichem Elend, Jammer und bitterster Not, aber auch von den Tränen der Freude, die in den Familien, an der Lagerstätte der leidgeprüften Kindlein geflossen, nachdem unsere Spenden die Not in etwas zu lindern vermochten. Lieber Leser! Verehrliche Leserin dieser Zeilen, vergiss nicht das herrliche Wort der Heiligen Schrift: „Selig sind die Barmherzigen, denn sie werden Barmherzigkeit erlangen".

Der Initiant und Leiter des Orthopädiefonds erkannte in seiner die ganze Schweiz umfassenden Tätigkeit, die absolute Notwendigkeit der Errichtung einer katholischen Invalidenhilfe für Erwachsene. Er gründete deshalb auf dem Boden des Schweizer. Caritasverbandes zwei weitere caritative Institutionen: das Invaliden-Apostolat und die Invaliden-Fahrstuhl-Aktion.

Das Invaliden-Apostolat der Schweiz will alle katholischen Invaliden des Landes unter dem Kreuze des leidenden Erlösers zu einer religiösen Ideengemeinschaft verbinden. Die Organisation wurde am 28. September 1931, im Beisein des hochverehrten Caritasbischofes Dr. Josephus Ambühl, aus der Taufe gehoben, indem Statuten und Programm sogleich beraten und genehmigt wurden.

Das nächste Ziel wird die Aeuffnung eines Invalidenfonds bilden, wenn einmal das Fürsorgeamt in Tätigkeit getreten, um manchem unserer lieben, unglücklichen Invaliden in seiner höchsten Not beizustehen. Es ist aber zur Zeit erst die bescheidene ganz unzulängliche Summe von Fr. 23,000.— beisammen. Ich möchte nun in den nächsten Jahren das Grundkapital auf Fr. 50,000.— erhöhen.

Ein drittes Postulat innerhalb des Invaliden-Apostolates liegt mir sehr am Herzen, nämlich die Errichtung eines Invaliden-Arbeitsheimes auf landwirtschaftlicher Grundlage. In schöner, gesunder, aussichtsreicher Gegend soll ein Hof erworben werden, um verlassenen, einsamen Invaliden ein liebes Heim zu bereiten. Die Gebrechlichen würden sich, soweit es ihre Kräfte gestatten, auf dem landwirtschaftlichen Hofe betätigen; andere Invalide würden in einfachen Werkstätten verschiedenen Handwerken obliegen. Der Hof würde für alle genügend Lebensmittel liefern.

Invaliden-Fahrstuhl-Aktion. In jeder grösseren Pfarrei finden sich Invalide, welche wohl noch recht „Sinn und Denk" haben, aber nicht mehr imstande sind, sich auf den Füssen zu halten, zu gehen, und so jahrelang keine Kirche mehr besuchen können. Ich habe nun schon oft Zimmerfahrstühle, Fahrstühle für das Freie und Selbstfahrer an Invalide vermittelt. Oft konnten schon gebrauchte Fahrstühle aufgefrischt und an Invalide gegen eine geringe Entschädigung weitergegeben werden. Es wäre nun sehr segensreich, diese Caritasaktion umfassender auszubauen in dem Sinne, dass die Pfarrämter einerseits arme Invalide auf diese Gelegenheit, etwas mobiler zu werden, aufmerksam machen, und dass anderseits schon gebrauchte Fahrstühle hieher an die Zentrale der Kathol. Gebrechlichen-Fürsorge zum Verkauf oder Geschenke gemeldet würden. Eine Pfarrei könnte auch gelegentlich einen Fahrstuhl erwerben und denselben für Kranke und Invalide jederzeit bereit halten. Krankenpflegevereine würden sich sehr verdient machen, wenn sie einen Fahrstuhl unter ihre Krankenutensilien einreihen würden.

Das freie katholische Lehrerseminar St. Michael in Zug. Froh in die Zukunft hineinschauen zu können ist heute eine doppelt schätzungswerte Gottesgabe. Neue Kräfte, in und ausser dem Hause, sind wacker an der Arbeit, um aus St. Michael etwas ganz Gediegenes schaffen zu wollen.

Das neue Schulprogramm von Zug! Der praktische Erfolg beweist die Notwendigkeit der Reform, aber auch sicher die Vortrefflichkeit des eingeschlagenen neuen Weges. 27 Schüler besuchen zur Zeit die erste Klasse des Realgymnasiums. 19 Schüler die zweite, während der dritte und vierte Seminarkurs, die zusammen 14 Schüler zählen, noch nach dem alten Programm ihre Studien beenden werden. Somit haben wir einen erfreulichen Totalbestand von 60 Seminaristen, eine Zahl, wie sie seit vielen Jahren nicht mehr erreicht worden ist.

Gott sei Dank gelang es auf finanziellem Gebiete Einnahmen und Ausgaben der Rechnung einigermassen im Gleichgewicht zu halten, und dies nicht zuletzt dank der Hochherzigkeit des katholischen Schweizervolkes, dessen Gaben sich im Jahre 1932 auf rund Fr. 4700.— beliefen. Zur Zeit ermöglichen uns das Wohlwollen und die Tatkraft des hochwst. Diözesanbischofs Dr. Josephus Ambühl, wichtige Umbauten und Verbesserungen, sodass unser Haus auch in dieser Hinsicht immer mehr den Zeiterfordernissen entspricht. Mögen die Leser dieses Berichtes die Ueberzeugung gewinnen, dass die verdankenswerte jährliche Gabe des Schweiz. kathol. Erziehungsvereins von Fr. 500.— einer guten Sache gilt, welche der Unterstützung weitester Kreise würdig ist. — Grundsatztreue Lehrer sind notwendiger denn je. Das Wort des grossen Mainzer Bischofs Ketteler gilt heute ebenso gut, wie damals: „Allen Respekt vor guten Besoldungen. Aber das Gewissen ist mehr wert. Und das Gewissen kommt von der Religion!" Darum ergeht unser Ruf nicht nach irgend einer Lehrerbildung, sondern nach einer Lehrerbildung, die Christus zum Zentrum hat, deren Grundsätze sich auswirken bis ins Mark des Lehrers hinein, ja bis zum Tod des Jugendbildners mit seinem schönsten Lohn: „Die viele unterrichtet haben in der Gerechtigkeit, werden leuchten wie die Sterne!".

(An den allgemeinen Bericht schliessen sich die Berichte über die rege und vielseitige Tatigkeit der Kantonalsektionen. Aus Raummangel müssen wir leider auf ihre Wiedergabe verzichten. — Red.)

Schulnachrichten

Sektion Sursee. Man spricht heute soviel von Führern und Führerpersönlichkeiten und erkennt klar, welch gewaltige Bedeutung solche Menschen haben. Auf erzieherischem Gebiete erwähnt und bestaunt man so oft Pestalozzi und das mit Recht, aber ebenso oft vergisst man andere, ganz grosse Erzieher und Schulmänner, und das ist Unrecht. Ich meine Don Bosco, der in seiner Art einzig dasteht. Er bildet dieses Jahr den Gegenstand unserer Sektionsverhandlungen. Wir kommen zusammen: Dienstag, den 28. November 1933, um halb 2 Uhr, in Sursee. Versammlungslokal: Musikhaus des Schulhauses. Hochw. Herr Pfarrer Erni, Sempach, spricht über Don Bosco als Mensch und Priester. — Herr Prof. Bernet, Sursee, über: die erzieherische Tätigkeit Don Boscos.

Verschiedener Umstände wegen mussten wir die Versammlung auf einen Dienstag verlegen. Wir laden heute schon alle freundlich zu unserer Versammlung ein. Der Vorstand.

Appenzell J.-Rh. Davon einerseits, dass unsere obligatorischen Lehrer-Konferenzen Mittel zum Zwecke der beruflichen und allgemeinen Fortbildung sind und davon anderseits, dass in der Methodik viele Wege zum Ziele führen, war unsere Oktober-Zusammenkunft ein sprechender Beweis. An ihr hatte sich die aktive Lehrerschaft beider Geschlechter lückenlos, d. h. in der Stärke von 70—80 Köpfen eingestellt. Das Referat eines Musikpraktikers „Ueber unsern Schulgesang" verband, auf dem Fundamente der Erfahrung fussend, Altes und Neues in glücklicher Weise; holte auch aus den beiden neuen Gesangmethoden von Eitz und Dickermann das Gute und Brauchbare heraus und formte aus all dem in kluger Anpassung an die lokalen Schulverhältnisse einen gangbaren Eigen- und Neuweg, der — zumal bei jungen, zielstrebi-