

Alkohol im Haushalt

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

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Schule**

Band (Jahr): **26 (1939)**

Heft 18: **Gesunde Ernährung**

PDF erstellt am: **23.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-537164>

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.

Leckereien. Die Absenzen wegen Zahnschmerzen, Magenweh, Appetitlosigkeit häufen sich und der Hang zu Naschhaftigkeit, Unzufriedenheit und Trotz wird immer grösser.

Unrichtige Ernährung ist ein Schaden für den Einzelnen, für die Familien und für die Völker.

Unsere Soldaten bauen nach aussen Befestigungen. Die Mütter und Frauen erhalten ihnen die Körperkraft durch gesunde und einfache Nahrung. Sie pflegen auch den einfachen Sinn, die Sparsamkeit, die Nüchternheit und Tüchtigkeit, den schlichten biedern Schweizer Sinn. Sie erzählen der Jugend von

der einfachen, ungekünstelten Ernährungsweise früherer Zeiten: Im Estrich standen die Truhen, gefüllt mit Dörrobst. Im Keller lagen Gemüse und Kartoffeln. Im Speicher warteten ohne obrigkeitlichen Zwang die Vorräte an Brotfrucht. Und heute? Waren die Alten trotz schweren Lebensbedingungen nicht ausdauernder, abgehärteter, anspruchsloser?

Bruder Klausens Kinder lebten von Milch und kräftigem Bauernbrot, von Obst und Gemüse. Auch damit gab unser Landesvater, der Mann heiliger Entsagung, der Nachwelt ein Vorbild.

Steinen.

Sr. Pia Maria Ringer.

Alkohol im Haushalt

Die Hauswirtschaftslehrerin verfügt nicht über Zeit und Gelegenheit, einen eigentlichen Nüchternheitsunterricht zu erteilen. Doch fügen sich in den Kreis ihrer Belehrungen und praktischen Übungen sehr leicht einzelne Besprechungen zu diesem Gegenstand ein. Eine erfahrene Berner Hauswirtschaftslehrerin hat im folgenden einige dieser Gelegenheiten kurz skizziert und legt sie ihren Kolleginnen zu freier Benützung vor. Material zu solchen Besprechungen ist jederzeit kostenlos erhältlich beim Landesvorstand des Schweizerischen Vereins abstinenter Lehrer und Lehrerinnen in Bern (Kirchbühlweg 22).

1. L e k t i o n : Besprechung im Herbst zur Zeit des Mostens. Nach dem Mittagessen bekommen die Schülerinnen ein Glas S ü s s m o s t . Wir sprechen von seiner Herkunft, von der Farbe, dem feinen Duft und Geschmack des herrlichen Getränkes. Wir erleben so recht das Köstliche dieser Gottesgabe. Zum Schluss der Besprechung wird ein Rest des Saftes in die kalte Vorratskammer gestellt, und zwar unverschlossen. Ein weiterer Rest wird in das geheizte Zimmer gestellt. Die Schülerinnen wissen schon, dass der Süssmost bis zur nächsten Stunde sich verändert. Er wird sauer, es gibt daraus Sauser, so heisst es.

Die Schülerinnen werden auch darauf aufmerksam gemacht, dass sie in der nächsten Lektion Süssmost beziehen können und zu diesem Zwecke ein Gefäss (Flasche oder Krug) mitbringen sollten.

2. L e k t i o n : Besprechung. Der frische süsse Most und die Gläser mit dem halb oder ganz angegorenen Most werden nebeneinander gestellt. Die Mädchen dürfen von den Proben kosten. Wir sprechen über die Geschmacksunterschiede. Woher die Veränderung? Wir haben ein Stück Zitrone zurechtgelegt, das Schimmelsporen aufweist. Wir geben dieses Stück einer Schülerin mit dem Befehl, die darauf lagernden Sporen abzublasen. Ganz winzige Stäubchen fliegen davon. Aehnlich sind die G ä r - o d e r H e f e k e i m e , die den Süssmost und andere süsse Dinge (Traubensaft, Lösung von Malzzucker usw.) in saure, unangenehm riechende Getränke verwandeln. Wir zeichnen einige dieser Kobolde an die Wandtafel.

Wir weisen eine Lösung von M a l z z u k k e r vor. In den Malzzucker haben wir etwas P r e s s h e f e gebracht (sorgfältig zerdrücken und zerrühren in der Lösung). Nach einiger Zeit beginnt die Lösung zu schäumen.

Es ist eine Veränderung eingetreten. Die Lösung schmeckt nicht mehr angenehm süß, sondern sauer. Der Zucker ist verschwunden. Erklärung: Er ist von Gär- oder Hefekeimen „gefressen“ worden. Diese haben zwei Stoffe zurückgelassen. Was ist mit diesen Stoffen? Versuch mit der abströmenden Kohlensäure. Passieren durch Wasser. Es entstehen Blasen, die aufsteigen. Gerät die Kohlensäure an die Luft, so benimmt sie sich merkwürdig. Wir lassen etwas Kohlensäure in ein Glas einströmen und stürzen das Glas, indem wir ein brennendes Zündhölzchen hineinhalten. Die Flamme löscht aus. Was ist Kohlensäure? Wie ist sie? Schwerer als Luft, erstickt die Flamme. In Gärkellern strömt sie zu Boden. Wenn ein Mensch mit offener Flamme (Kerze, Lampe) den Keller betritt, so erlischt die Flamme, besonders wenn sie tief gehalten wird.

Nachweis von Alkohol oder Weingeist (Spiritus) im Bier.

Aufschreiben der Ergebnisse an der Wandtafel (für das Schülerheft).

Alkohol brennt. Spiritflamme.

Alkohol ein bequemer Brennstoff. Auch für den menschlichen Körper?

Mit Alkohol kann man Motoren treiben, ähnlich wie mit Benzin. Ist Alkohol ein Kraftspender?

3. Lektion: Besprechung.

Nährwertverluste. Durch Gärung geht Zucker verloren. Das ist schade. Wie viel Zucker enthält ein Apfel? Ein Liter Obstsaft? Ein Kilo Kirschen? Ein Sack (25 Kilo) Gerste. Gerste muss zuerst angereichert werden durch Mälzung der Körner. Der jetzt entstandene Zucker eignet sich sehr gut zur Gärung. Diese nennt man Brauen, das Produkt ist Bier. Wie kann man die Gärung verhindern? Früchte, Kartoffeln, Gerste essen. Säfte, Malzzucker trinken.

Das ist nicht möglich. In einer Zeit, da man gar nichts anderes wusste als Vergärenlassen,

war dieser Vorgang ein Erhalten der Getränke, ein Konservieren. Heute kennen wir bessere Methoden. Konservieren im Haushalt, der Industrie. Wir wollen einige Flaschen Süßmost erhalten, sterilisieren. Zeigen des einfachen Flaschenvfahrens. Der heisse Most wird in Flaschen eingefüllt, und diese werden sofort verschlossen. Durch das Erhitzen werden die schon vorhandenen Gärkeime getötet. Wenn wir die Flaschen sofort verschliessen, so können keine neuen Keime hinzugelangen. Die Gärung ist verhindert, die Säfte sind sterilisiert, d. h. sie können, wenn sie nicht mit der Luft in Berührung geraten, nicht mehr gären. Wenn man die Säfte schonend erhitzt, vielleicht sogar unter Luftabschluss, so nennt man das nach dem Franzosen Pasteur pasteurisieren. Dann geht man aber nicht höher als 75 Grad.

Besprechen des Konservierens von Früchten, Obst, Gemüse. Vergleich mit dem Konservieren von Säften. Bei Säften braucht man nicht so hoch zu gehen beim Erhitzen, weil sie „offen“ sind. Früchte und Gemüse haben oft dicke, zähe Schalen und im Innern Zellwände, da muss man schon stark erhitzen. Wie hoch denn? Konservieren im geschlossenen Glas, heiss einfüllen.

Zusammenfassung an Hand der Gärtabelle: Vergären oder Erhalten. Vergleich.

4. Lektion: Besprechung.

Schlechte und gute Haushaltung. Beobachtungen und Erfahrungen.

Beim Trinken von alkoholischen Getränken unterliegt der Mensch einer grossen Täuschung. Folgen dieser Täuschung.

Was muss man gegen die Gefahr des Alkohols tun? Im Haushalt? In der Gemeinde? Im Staat?

5. Gelegentliche Hinweise auf alkoholfreie Lebensweise.

(Nach Elisabeth Lehmann, Bern.)