Mise au point

Objekttyp: **Corrections**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **33 (1925)**

Heft 12

PDF erstellt am: **26.05.2024**

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

Mise au point.

Monsieur le rédacteur,

Sous le titre « Un jubilé » a paru dans votre n° 11 de la Croix-Rouge suisse un compte rendu du 25e anniversaire de fondation de la section de Lausanne de la S. M. S. S. Cet article contient une erreur manifeste.

A l'avant-dernier alinéa, l'auteur relate qu'un « diplôme de membre d'honneur de la S. M. S. S. fut remis par un délégué du C. C., etc. ». Or, ces faits sont inexacts, le diplôme en question ayant été remis au capitaine Messerli non pas par un délégué du C. C., mais bien par le sergent-major P. Delacrausaz, ancien président central de la S. M. S. S., à qui, comme réprésentant du C. C. sortant de charge, incombait encore ce devoir.

P. Delacrausaz.

---

1. Préceptes d'hygiène alimentaire.

1. Mains propres, plats propres, mets propres = la cuisinière est avenante, la cuisine appétissante et les convives bien disposés.

2. Manger à l'heure, mastiquer lentement avec soin, se reposer après le repas = digestions faciles.

3. L'appétit est en général bon conseiller; mais il nous trompe parfois et il ne lui faut point toujours obéir aveuglément.

4. Garde-toi des exagérations: trop et trop peu sont deux extrêmes également dangereux.

5. La viande fait du muscle; le sucre lui donne la force.

6. Aux montagnards, pour avoir du jarret, mieux vaut une tablette de chocolat, ou du sucre de pomme, qu'un beafsteack.

7. Un peu de vin nourrit. L'alcool brûle et détruit.

8. C'est avec le lait et les légumes, non pas avec la viande, qu'on bâtit et fortifie la charpente osseuse.

9. Il convient de boire de l'eau en quantité suffisante pour laver son intérieur, comme avec de l'eau on se lave à l'extérieur.

10. Les légumes verts (épinards, chicorée, salades, choux) et les fruits opèrent le balayage de l'intestin.

11. Les légumes frais, pommes de terre, betteraves, navets....., et les fruits neutralisent l'acidité excessive, dont viande et œufs trop exclusifs imprègnent l'organisme.

12. Les aliments bien cuits, à point, prennent plus de saveur et de digestibilité, en même temps qu'ils perdent certaines toxicités.

---

2. Commandements d'hygiène alimentaire.

1. Hygiène et bon sens, avec ces deux notions
   Tu nargueras docteurs, pilules et potions.
2. Prends toujours tes repas aux heures régulières,
   Mains, doigts, ongles lavés, brossés dans leurs ornières.
3. Pour avoir bons menus, faut bonne ménagère;
   Lors l'eau vient à la bouche, et l'estomac digère.
4. Pour vieillir en gaîté, mastique lentement,
   Et veille tout d'abord à conserver tes dents.
5. Le goût du pain te plaît? Garde le goût du lait,
   Et réclame aux laitiers du lait qui soit du lait.