

Einige Vorschläge zur Ernährungsreform

Autor(en): **Walder, E.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Fachblatt für Heimerziehung und Anstaltsleitung**

Band (Jahr): **3 (1932)**

Heft 6

PDF erstellt am: **09.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-805859>

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.

Eiweiße und andere mehr, unsere Zöglinge alle, mit wenigen Ausnahmen, zu blühenden Jungen machte.

Der Körper soll zäh, kräftig, arbeitsfreudig, lebensmutig und widerstandsfähig sein. Die Harmonie von Körper und Geist soll gebildet werden und dies wird durch die Anstaltsernährung mehr denn durch die Familienernährung gefördert.

Einige Vorschläge zur Ernährungsreform.

E. Walder, Rüsnacht-Zürich.

Es ist möglich, in unsern Anstalten eine Aenderung der Ernährung einzuführen. Wenn mit festem Willen der Schritt vom Wissen zur Tat gewagt wird, so wird auch der Weg durch alle Hindernisse gefunden werden. Zugegeben sei, daß die mit den auserlesensten Gewürzen und im Geschmack aufs feinste zubereiteten Speisen für unsere Anstaltskassen zu teuer zu stehen kämen. Aber mit einfachern Mitteln lassen sich sicherlich auch gute und schmackhafte Gerichte herstellen, die den Forderungen einer natürlichen Ernährung entsprechen.

Ich kann aus eigener Erfahrung einige neuere Nahrungsmittel sehr empfehlen. In meinem Hause finden die „Elite-Getreidefloeken“ der Firma Gebrüder Mazingher in Derlikon reichliche Verwendung. Sie eignen sich sowohl zum Rohessen (sog. Kraftnahrung mit Rosinen, Rohrzucker und gemahlener Nüssen) oder zur Bereitung von Puddings. Ein von der Firma herausgegebenes Rezeptheftchen zeigt die vielseitige Verwendung der Produkte dieser Firma. Die billigen Floeken gibt das Geschäft an Anstalten ab zu Fr. 1.— das Kilo.

Im Hause wird das Vollkornbrot hergestellt aus Vollmehl der Firma Heuzi & Cie. in Mühlehorn, gerne gegessen und scheint nach dem Gutachten eines Arztes das für den Körper geeignetste Brot zu sein.

Ein ganz vorzügliches Produkt, das sehr empfohlen werden kann, ist der Apfeltaee, den der Verband ostschweizerischer landwirtschaftlicher Genossenschaften in Winterthur erst kürzlich auf den Markt gebracht hat. Neben der durststillenden Wirkung des angenehm säuerlich schmeckenden Tees darf als besonderer Vorzug hervorgehoben werden, daß durch den guten Absatz dieses neuen Erzeugnisses das überschüssige Obst der Schnaps-erzeugung entzogen und zu bessern Zwecken Verwendung findet.

Eignung und Nichteignung für den Anstaltsdienst

von Schwester Feigenwinter, Katharinaheim, Basel.

1.

Man hat mich gebeten, Ihnen über Eignung und Nichteignung für den Anstaltsdienst etwas zu sagen. Der Auftrag hat mir ein wenig