

# **Richtige Ernährung und Sparmassnahmen ; Résumé de l'article : "Richtige Ernährung und Sparmassnahmen" (Alimentation correcte et mesures d'économie)**

Autor(en): **Kronauer, Emmy / Otth**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des  
établissements hospitaliers**

Band (Jahr): **10 (1939)**

Heft 12

PDF erstellt am: **27.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-805967>

## **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.

schrieben worden. Aber diese schönen Theorien bleiben gewöhnlich in der Notlage der Praxis doch unbeachtet oder werden nicht befolgt. Die Anstaltsleiter wissen aus Erfahrung: es gibt nun einmal auch Hartholz unter der Jugend, dem nur durch einen kräftigen Hieb oder deren zwei beizukommen ist. Gewiß, Sparsamkeit in der körperlichen Bestrafung erhöht stets ihren Wert und Erfolg. Bei der Körperstrafe wird man besonders darauf achten, stufenweise zu strafen, also mit einer leichteren Strafe zu beginnen. Sonst sind die Strafmittel zu bald erschöpft. Der wird in solchen Fällen der beste Erzieher sein, der mit den untersten Stufen der Körperstrafe beginnen und auf den unteren Sprossen der „Tonleiter“ aufhören kann, weil das Ziel schon erreicht ist.

Bei der Körperstrafe haben vor allem Lehrer und Anstaltsleiter zu beachten, daß sie nicht eigene, sondern fremde Kinder zu bestrafen haben. Jugendliche nehmen eine als gerecht empfundene Strafe von den Eltern meistens ohne weiteres an. Nicht aber von fremden Personen. Darum ist hier individuelles Strafen besonders wichtige Regel: Rücksicht auf die besondern Verhältnisse, Alter, körperliche Umstände, Temperament usw. Bei Mädchen soll Körperstrafe nicht angewendet werden. Da gilt das Wort Bormanns: „Für den Richter ist es Pflicht, für den Erzieher Torheit oder Vergehen, zu strafen ohne Ansehen der Person.“

Salzmann macht darauf aufmerksam, daß der Erzieher vor der Verhängung einer Strafe sich fragen solle, ob er nicht schuld oder mitschuldig an dem Bösen sei, das er nun ahnden will. Auch das ist ein christlicher Gedanke: die Selbstprüfung des Erziehers.

Von der Antike bis heute hat man die Arbeit des Erziehers mit der Arbeit eines Gärtners verglichen. Nun muß aber der Gärtner auch beschneiden, dem Freiheitsdrang des Bäumchens Fesseln anlegen, manches unguete Schoß entfernen. Er wird sich aber hüten, die Pflanze zu verletzen oder zu schädigen. Wenn wir im christlichen Verantwortungsbewußtsein die obigen Grundsätze in der Strafpädagogik anwenden, so halten wir eine gangbare Mitte zwischen Unterschätzung und Ue. erwertung dieses Erziehungsmittels.

Der christliche Erzieher wird neben den eigentlichen Strafmitteln noch andere Wege einschlagen, um die zu erteilende oder erteilte Strafe zu mildern oder ihren Eindruck pädagogisch noch wertvoller zu machen. Da sind zu nennen: Gebet für den Zögling — gefaltete Hände des Erziehers

sind dem Kinde unvergeßlich —, Aussprache mit dem Kinde, damit es immer tiefer fühle: man meint es gut mit mir, man will mir helfen — rasche Wiederanknüpfung des gestörten Verhältnisses, darum nichts nachtragen oder wieder aufwärmen! Für die Erzieher und Anstaltsleiter katholischer Kinder sei noch besonders auf die Beichte hingewiesen. Oswald Spengler, der Geschichts- und Kulturphilosoph der Gegenwart, Verfasser von „Untergang des Abendlandes“, nennt die Beichte das aktivste Sakrament. Er führt aus, wie das Bußsakrament im abendländischen Menschen die Idee der Persönlichkeit mit einem Umkreis von Freiheit und darum auch von Verantwortung geschaffen habe. Dieses Bewußtsein habe unser Rechtsleben und unsere Rechtsprechung verinnerlicht, es habe unsere Dichtung, vorzüglich die Tragödie, vertieft. Spengler sagt: „Diese Buße vollbringt jeder nur für sich allein. Er allein kann sein Gewissen erforschen — er allein steht reuig vor dem Unendlichen da; er allein muß in der Beichte seine persönliche Vergangenheit verstehen und in Worte fassen, und auch die Lossprechung, die Befreiung seines Ich zu neuem verantwortlichem Tun, erfolgt für ihn allein.“ Und an anderer Stelle: „Jede Beichte ist eine Selbstbiographie.“ Die Beichte gibt dem Menschen „die Tafel seiner Menschheit wieder rein und abgewaschen zurück“ (Goethe). Darum ermöglicht die Beichte dem Menschen ein heiliges Neubeginnen. So wird sie zu einem unschätzbaren Hilfsmittel in der Erziehung.

Das Strafproblem im Staate, in der Kirche und in der Erziehung stellt sich somit, vom religiösen Standpunkt aus gesehen, in einem die Seele beruhigenden, ja, erwärmenden Lichte dar. Das Christentum löst die Frage zwischen Autorität und Freiheit in einer befriedigenden Weise, und zwar deshalb, weil es darauf hinweist, daß die Begriffe Autorität und Freiheit sich nicht ausschließen, sondern sich wechselseitig bedingen. Autorität und Freiheit sind seelische Urkräfte, zwar infolge der gefallenen Natur nicht mehr in harmonischer Ausgleichung. Da muß jene Liebe, die Christus in die Welt getragen hat, in jedem Einzelfall die richtige Verbindung zwischen beiden herstellen. Das gelingt, im Grunde genommen, nur dem christlichen Erzieher mit dem christlich liebenden Herzen und den zu Gott gefalteten Händen.

## **Richtige Ernährung und Sparmaßnahmen** von Emmy Kronauer, Vorsteherin, Stäfa \*)

Die Ernährung der Kinder und Jugendlichen ist eine sehr wichtige Sache. Die heranwachsenden Kinder brauchen für das Wachstum vor allem viel Aufbaustoffe. Im Entwicklungsalter kommt zum Wachstum die intensive Arbeitsgewohnung, die an Kraft, d. h. an Nährstoffen daher noch mehr erfordert. Die Jugendlichen werden ins Erwerbsleben eingespannt, kommen in die Lehre

oder besuchen höhere Schulen, so daß mancherlei Anforderungen an ihre Gesundheit gestellt werden. Es muß daher der Ernährung die volle Aufmerksamkeit geschenkt werden. Das Essen soll nahrhaft sein, d. h. es benötigt die richtige Zusammensetzung der Nährstoffe. Ich möchte nicht darauf eintreten, was dabei an Nährwerten verlangt wird. Eine tüchtige Hausmutter ist selbstverständlich auch eine tüchtige Haushälterin, die vielleicht weniger nach theoretischen Grundsätzen

\*) Kurzreferat am Fortbildungskurs 1939 des Schweiz. Hilfsverbandes für Schwererziehbare.

als vielmehr aus praktischen Ueberlegungen heraus die richtige Zusammenstellung der Nährstoffe findet.

Unsern einfachen Verhältnissen entsprechend, soll das Essen ferner einfach und möglichst billig sein. Das bedingt aber, daß der Zubereitung ganz besonders viel Sorgfalt und Aufmerksamkeit geschenkt, daß die Arbeit des Kochens mit Freude und mit Wohlwollen den Schutzbefohlenen gegenüber getan wird. Dann wird das Essen auch schmackhaft und gut, mag es auch noch so einfach sein. — Daß die Qualität der Lebensmittel, vor allem des Fettes, gut sein muß, setze ich als selbstverständlich voraus.

Einfaches, aber schmackhaftes Essen sagt unsern Zöglingen zu, und was das heißt, wissen wir ja alle, lautet doch oft einer der ersten Botschaften nach Hause, was und wie gekocht wird und wie es einem mundet. Und schmeckt es ihnen, so mag es sogar dem einen und andern Neueingetretenen schon fast ein klein wenig über die Vorurteile gegen das Heim und über die Anfangsschwierigkeiten hinweghelfen. Ich muß gestehen, es erging mir seinerzeit fast ebenso, als sich hinter mir als neugebackener, frisch angestellter Lehrerin in einem Heim die Tore schlossen!

Ist es nun möglich, unter den heutigen Verhältnissen die Ernährung auf dieser Grundlage weiterzuführen? Zwingen uns nicht die Sparmaßnahmen zu andern Linien? Die Einnahmequellen in und außerhalb des Betriebes gehen in jeder Hinsicht zurück. Dazu wird langsam eine Preissteigerung eintreten auf den Lebensmitteln und den übrigen lebensnotwendigen Produkten. Die Erhöhung des Kostgeldes ist behördlich verboten und wäre auch nicht angebracht im Blick auf die gesamte Lage.

Und doch bin ich der Ueberzeugung, daß unsere Ernährung trotzdem einstweilen durchaus noch die richtige bleiben darf. Es wird jetzt die Kunst der Hausfrau sein, mit noch bescheideneren Mitteln auszukommen, noch mehr zu sparen und den Weg zu finden, die uns zugemessenen Quantitäten an Lebensmitteln, die zum Teil reichlich berechnet sind, so einzuteilen, daß sie reichen, ja, daß sogar immer ein bescheidener Vorrat bleibt.

Die richtige Auswertung alles dessen, was wir an rationierten und unrationierten Lebensmitteln noch haben dürfen, ist heute etwas vom Wesentlichsten. Wenn wir auch bis jetzt schon gut gehaushaltet und immer gespart haben aus dem Verantwortungsbewußtsein heraus, vielleicht auch aus Notdurft und nicht zuletzt aus erzieherischen Gründen, so werden wir jetzt versuchen, alles wenn möglich noch besser auszunützen. Wir werden noch sorgfältiger darüber wachen, daß kein Apfel und kein Gemüseblatt zugrunde geht, wir werden noch mehr Gerichte in der alten, bewährten Kochkiste kochen. Gewiß haben wir ja wohl alle im Gedanken an einen außergewöhnlichen Winter den Sommer über schon mehr Obst und Gemüse auf die verschiedensten Arten eingemacht und gedörrt, so weit es uns möglich war. Gut haben es wohl in dieser Beziehung diejenigen Heime, die dank ihrer Landwirtschaft Selbstversorger sind oder wenigstens genügend Pflanzland haben.

Wo genügend Obst und Gemüse vorhanden ist, bietet sich uns eine Reihe von Möglichkeiten für eine einfache, billige und doch richtige Ernährung. Welch mannigfaltige Gerichte lassen sich allein schon aus den Kartoffeln herstellen! Und wissen Sie, wie sehr wir damit unsern Schutzbefohlenen die Umstellung aus dem Privatleben ins Heimleben erleichtern, wenn wir für reichliche Abwechslung im Essen sorgen? Sie kommen ja aus den verschiedensten Verhältnissen, haben nach den verschiedensten Ernährungsweisen gelebt und müssen sich im Heim unserer Kost anpassen, was nicht immer so leicht ist, besonders wenn sie schon nach der ersten Woche innegeworden sind, daß sich die Abwechslung nur auf sieben Tage erstreckt und daß es am Montag immer Nüdeli und Apfelmus, am Dienstag Chlötzli und Salat gibt usw. Wir legen in unserm Heim großes Gewicht auf reichliche Abwechslung, abgesehen davon, daß die Mädchen die mannigfaltige Zubereitung der Speisen erlernen sollen, sondern auch, damit wir jeden Tag voll freudiger Erwartung zu Tische gehen dürfen. Gewiß, wir wollen dankbar sein dafür, daß unser Tisch jeden Tag noch reichlich gedeckt sein darf, aber wieviel schöner ist es, wenn wir noch ohne größere finanzielle Belastung etwas Freude hineinbringen können.

Die einfache, aber abwechslungsreiche Gemüsekost erfordert allerdings etwas mehr Zeit für die Aufstellung der Speisezetteln, vielleicht auch für das Zurüsten und Kochen des einen und andern Gerichtes, aber es lohnt sich. — Noch mehr werden wir sparen, wenn wir hie und da Suppentage einrichten, wie sie da und dort z. B. einmal pro Woche eingeführt sind, allerdings als Opfertage, um die Zöglinge zur Opferbereitschaft für Arme zu erziehen. Es müssen dann natürlich Suppen zusammengestellt werden, die als vollwertige Nahrung gelten können. Was ist besser als eine richtige Minestra aus vielerlei Gemüsen und Einlagen! Wie gut nährt sie und wie billig kommt sie zu stehen! Und wenn wir dazu vielleicht sogar noch einen Apfel und ein paar Nüsse verabreichen können, ist das Essen absolut vollwertig. — Erwähnen möchte ich noch, daß ich es für wichtig erachte, daß wir trotz der Sparmaßnahmen auf das Bedürfnis der Kinder und Jugendlichen nach Süßigkeit Rücksicht nehmen und hie und da Süßspeisen in den Speisezetteln aufnehmen. Dadurch werden wir eher verhüten, daß sie aufs Schlemcken und Naschen ausgehen.

Zum Schluß muß ich sagen, daß durch die Sparmaßnahmen hauptsächlich uns Hausmüttern Mehrarbeit zufällt durch das Einteilen und Sparen, durch das Ausdenken und Ueberwachen der besten Möglichkeiten, aber ich bin überzeugt, daß alle gerne dazu bereit sind, wenn wir nur die Möglichkeit weiterhin haben dürfen, unsere Schützlinge reichlich und richtig zu ernähren.

Sehr wichtig wird es sein, daß wir die richtigen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen haben, die bereit sind, jedes an seinem Platze aus dem Verantwortungsbewußtsein heraus zu sparen, sich vielleicht mit noch Einfacherem zu begnügen und durch freudiges Mittragen zu helfen, daß unsere

Schutzbefohlenen lernen, dankbar zu werden für das, was bei uns noch jeden Tag auf den Tisch kommen darf.

Am wichtigsten scheint mir, daß wir alle, Erzieher sowohl wie Zöglinge wieder lernen, ums tägliche Brot zu bitten und zu bitten um den Segen dazu. Dann erst wird letztlich unsere Ernährung trotz Sparmaßnahmen die richtige sein.

### **Résumé de l'article: „Richtige Ernährung und Sparmaßnahmen“ (Alimentation correcte et mesures d'économie)**

L'auteur de cet article, directrice du home féminin de Stäfa, attire l'attention sur le fait que l'alimentation doit être l'objet de la plus grande attention. Une directrice vraiment capable se préoccupera moins peut-être de principes théoriques, lors de la composition de l'alimentation, que de considérations d'ordre pratique. Lorsque les conditions de vie sont modestes, les repas doivent être préparés avec un soin et une attention tout spéciaux, afin qu'ils soient agréables et bons, quelle qu'en soit la simplicité. C'est une erreur que de vouloir économiser sur la qualité des aliments, surtout de la graisse. Le renchérissement

des denrées place les directions d'établissement devant des problèmes difficiles, surtout du fait que les prix de pension ne sauraient être majorés. Jusqu'ici, l'administration s'est faite avec sagesse; mais à l'avenir, il faudra encore davantage s'efforcer de tirer le meilleur parti de toutes choses. Les homes disposant de domaines agricoles et qui ont été en mesure de mettre en conserve ou de sécher des fruits, légumes, etc., occupent une situation privilégiée, parce qu'ils sont leurs propres fournisseurs. Il faut veiller à ce que les menus varient suffisamment, cela étant d'une grande importance; il importe, en effet, que les élèves éprouvent chaque jour du plaisir à se mettre à table. De temps à autre, l'on pourra intercaler des „jours de soupe“; mais il faut naturellement que les potages servis soient composés de manière à former une alimentation complète; nous pensons par exemple à des potages minestra contenant toutes sortes de légumes, etc. Cela est nourrissant et bon marché, et l'on peut compléter les repas avec des noix ou des pommes. Malgré toutes les mesures d'économie, il faut tenir compte aussi de goût des enfants pour les souceurs; mais évitons de développer et d'encourager la gourmandise! Otth.

## **Unsere heutige Situation in der Berufsausbildung**

von W. Schweingruber, Zürich 8 \*)

Die Mobilisation traf uns in einem Zeitpunkt, wo die Bereitwilligkeit zur Ausbildung des Handwerkernachwuchses etwas vermindert war. Das neue Berufsbildungsgesetz hat eben auf der ganzen Linie an die Meister erhöhte Anforderungen gestellt. Das hat vielerorts zur Folge gehabt, daß die Lehrmeister etwas vergrämt wurden, und daß sie die Lehrlingsausbildung lieber beiseite legten. Selbst bei großen Firmen, ja, sogar bei Berufsverbänden traf man diese Einstellung.

Der Gegensatz wurde noch etwas verschärft dadurch, daß das neue Gesetz den Fürsorgern, Vormündern, Jugendämtern usw. die Möglichkeit gab, unter Umständen einen Meister sogar finanziell zu belangen, wenn er die Ausbildung des Lehrlings nicht genügend gewissenhaft nahm. Es bestand in einem solchen Falle die Möglichkeit, von einem Lehrmeister einen Handlangerlohn zu reklamieren.

Wenn schon aus diesen Gründen der Lehrstellenmangel deutlich fühlbar wurde, so ist das nach der Mobilisation besonders der Fall, wo die meisten Lehrmeister einrücken mußten, unbekümmert, ob sie gerne oder nicht gerne, gut oder nicht gut ihre Lehrlinge ausbildeten.

Damit beginnt nun eine eigentliche Jagd auf offene Lehrstellen, und zwar auch auf diejenigen in den Anstalten. Einsichtige Eltern machen immer weniger einen Unterschied zwischen einer freien Meisterlehre und einer Anstaltslehre, sondern sind froh, wenn ihre Söhne irgendwo eine tüchtige Ausbildung erhalten können. Das könnte eine große Zeit geben für die Anstalten; sie

könnten ihre Tore weit öffnen und ihre Lehrgelegenheiten bis auf den letzten Platz füllen. Es ist aber Vorsicht geboten. Unvorbereitet darf an eine solche Aufgabe nicht herangetreten werden. Auf keinen Fall dürften diesen freiwilligen Lehrlingen Ausnahmebedingungen gestattet werden, besonders nicht in einer Art, die den Unfreiwilligen an die Ehre ginge.

Auch in anderer Beziehung bedeutet die Mobilisation eine schwere Veränderung der Lage. Unsere Anstaltslehrlinge sind in den meisten Fällen etwas verspätet. Sie haben schon da und dort eine Lehre begonnen und einige Lebensjahre darüber verloren, bevor sie in die Anstalt kamen. Die meisten kommen deshalb während der Lehrzeit ins militärpflichtige Alter. In Friedenszeiten macht das nichts, weil die Rekrutenschule verschoben oder deren Zeit nach der Lehre nachgeholt werden konnte. Das ist heute anders. Nach der Rekrutenschule beginnt gleich der Aktivdienst, so daß mit einem Unterbruch von einem halben Jahr und mehr zu rechnen ist. Die wenigen Monate Urlaubszeit reichen nicht zum Nachholen und Vervollständigen der Ausbildung. Das bedeutet im Grunde, daß mit dem Eintritt in die Rekrutenschule die Lehre abgebrochen werden muß und nicht beendet werden kann. Wie groß der Prozentsatz derjenigen ist, die das trifft, mögen die Zahlen aus der Schenkung Dapples zeigen. Von 24 Vertragslehrlingen vollenden 4 ihre Lehre im 18. Lebensjahr, 5 im 19., 13 im 20., einer im 21. und einer im 23. Lebensjahr. Es müssen also von 24 Lehrlingen 15 in den Militärdienst einrücken, bevor sie ihre Lehrlingsprüfung machen können. Sollte gar noch die

\*) Kurzreferat am Fortbildungskurs 1939 des Schweiz. Hilfsverbandes für Schwererziehbare.