

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 22 (1936)  
**Heft:** 4

## **Werbung**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 11.01.2025

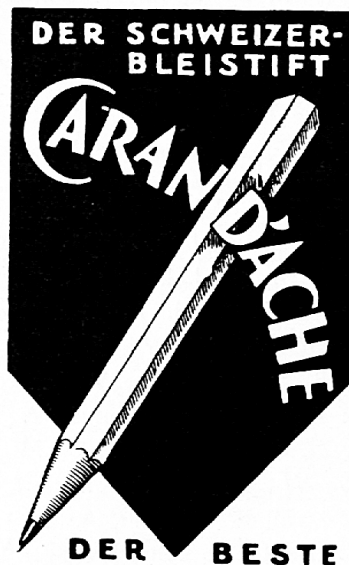
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Mehr Obst und Salate

Die neue Ernährungslehre hat uns verschiedene Aufklärungen gebracht. Wir wissen, dass wir weniger Eiweißstoffe, dagegen viel mehr Nährsalze und Vitamine benötigen, um unsern Körper widerstandsfähiger zu erhalten und gegen gewisse überhandnehmende Krankheiten zu schützen.

Diese Nährstoffe und Vitamine beschaffen wir uns am besten durch Obst und Salate. Während man früher wenig mehr als Blättersalate kannte, bereitet

man heute sozusagen alle Gemüse roh verwiegt als Salate. Diese sollten abwechselnd täglich auf den Tisch kommen. Für die Zubereitung der Salate verwende man nur bestes Olivenöl, Citrovin oder Zitronensaft. Der Vitamingehalt ist besonders in der Zitrone sehr reichlich. Nach Belieben variiere man die Salatsauce durch Beigabe von Kräutern, Zwiebeln oder Knoblauch, um zu vermeiden, dass der Salat verleidet. Die Salzzugabe sei spärlich, wie überhaupt wenig gesalzen gegessen werden soll.



Für unsere Schweizerjugend

# CARAN D'ACHE

Blei-, Farb-, Korrekturstifte, Radiergummi und Cedergriffel.

Bekämpft die Arbeitslosigkeit!

Interessant, spannend!

## Mit Kino und Kugel

von P. Kunibert Lussy O. M. C.

Eine Film- und Jagdreise in Ostafrika, mit 14 Bildern und einer Landkarte.

**Preis Fr. 1.50**

Ein überaus interessant geschriebenes Büchlein von 144 Seiten, das wert ist, gekauft zu werden. — Die Schweizer Kapuziner in Ostafrika freuen sich, wenn die Auflage bald vergriffen ist.

Zu beziehen durch alle Buchhandlungen oder direkt vom

**Verlag Otto Walter A.-G., Olten**

Das Beste zur Mund- und Zahn-Pflege

ODOL - MUNDWASSER  
ODOL - ZAHNPASTA  
ODOL - ZAHNBÜRSTE

ODOL COMPAGNIE A.-G., GOLDACH - ST. GALLEN

## Rotierende Oelpumpe für Handantrieb

Spielend leichte Handhabung und rasches, sicheres Gelingen aller mit dem Luftpumpenteller zu machenden Versuche, sind die typischen Merkmale unserer neuen Pumpe.

Die erreichbaren Vakua liegen bedeutend höher als die mit Kolbenpumpen erzielten. Magdeburger Halbkugeln werden in einer halben Minute evakuiert.

Verlangen Sie Prospekte.

**Carl Kirchner - Bern**  
Das Haus der Qualität

**Katholische**  
**Ehe** anbahnung, distret,  
streng reell, erfolgr  
reich. • Kirchl.iche  
Billigung. Ausstunft d.  
Neuland-Bund, Basel 15/4  
Fach 53 603

Einige grosse, neue

## Forschungs- Mikroskope!

Grosse, moderne Universalstative, erstklassiges Fabrikat, mit weitem Mikrophototubus, 4fachem Revolver, 1/12 Oelimmersion, 4 Objektive, 5 Okulare, Vergrösserung über 2500fach, grossem Centriertisch und Beleuchtungssystem komplett im Schrank für nur 245.— Sfrs. verkäuflich. Kostenlose Ansichtssendung! Angebote u. F. N. 154 an Rudolf Mosse A.-G., Basel.

## Für Chordirektoren

Ein natürlich empfundener, flott gesetzter, gem. Chor trägt auch heute noch im Konzert

### den Sieg davon

Probieren geht über langes Studieren! Neu erschienen: A. L. Gassmann: „Nume nid g'sprängt“, 3st. „Trachtenmarsch“. Grolimund: „Liebha“. Empfehle auch Chöre von Aeschbacher, Ehrismann, Bueher etc.

Verlag: Hans Willi in Cham.

2164

## Elmigers Rechenkärtchen

Serien A—L, mündlich und schriftlich. Zu beziehen beim Kant. Lehrmittelverlag Luzern oder beim Selbstverlag T. Brack, Lehrer, Murgenthal (wo auch Serienverzeichnisse zu haben sind).

## Verkehrsschule St. Gallen

Anmeldungen bis spätestens 11. März

Aufnahmeprüfung: 2. April 1936

Beginn der Kurse: 27. April 1936

Programm auf Verlangen

Werbet für unsere  
neugestaltete  
„Schweizer Schule“

In der Schulbibliothek  
darf nicht fehlen -

## Der Knabe des Tell

von Jeremias Gotthelf. Herausgegeben von Eduard Fischer, mit Abbildungen nach Gemälden von Stückelberg.

Preis Fr. 4.50.

Aus einem Brief des Solothurnischen Herrn Erziehungsdirektors an den Verlag: „Ich verdanke Ihnen herzlich die freundliche Uebersetzung des Werkes „Der Knabe des Tell“ von Jeremias Gotthelf und beglückwünsche den Verlag und den Herausgeber zur gediegenen Ausstattung eines Jugendbuches, das heute unserer Jugend mehr als je not tut, den Sinn für das Vaterländische und Geschichtliche zu wecken.“

Zu beziehen in allen Buchhandlungen.

**Verlag Otto Walter A.-G.**  
Olten

Herrn Richard Böhi, Lehrer  
Sommeri (Thrg.)

Für die Schul- und Pfarrbibliothek!

# Acht Tage im Vatikan

von Commendatore Leone Gessi, Mitglied der Regierung der Vatikanstadt.

Mit 7 farbigen Bildern nach Temperagemälden von Enrico Gessi, 80 Abbildungen, davon 8 ganzseitigen in Kunstdruck

**Preis Fr. 4.80**

Den neuen Vatikanstaat, der so klein an Ausdehnung, aber so gross an Bedeutung ist, können zu lernen mit seinen Gebäuden und Kunstschätzen, mit seinem Leben und Treiben, das ist nicht nur der Wunsch aller Katholiken, sondern auch ungezählter Andersgläubiger.

Diesem Bedürfnis will das vorliegende Buch entgegenkommen. Es ist ein Führer eigener Art: zwei Kinder, Marcella und Franco, werden von ihrem Vater durch die Vatikanstadt geleitet und erhalten auf alle ihre Fragen Aufklärung und Belehrung in erzählender Form. Es übertrifft deshalb die landläufige, oft so mangelhafte und trockene Führerliteratur.

Zu beziehen durch alle Buchhandlungen oder direkt durch den

**Verlag Otto Walter A.-G. / Olten**

## PROJEKTION

Epidiaskope  
Mikroskope  
Mikro-Projektion  
Filmband-Projektoren  
Kino-Apparate  
Alle Zubehör

Prospekte und Vorführung  
durch

## GANZ & Co

BAHNHOFSTR. 40 *Zürich* 2020  
TELEFON 39.773



## Ein Hohelied des Heimatgedankens

sind die Bücher von  
**Maria Dutili-Rutishauser!**

**Hellige Erde**

Gebunden Fr. 4.50, broschiert Fr. 3.40

**Das Haus der Ahnen**

Gebunden Fr. 5.—, broschiert Fr. 4.—

**Der schwarze Tod**

Gebunden Fr. 4.—

Zu beziehen durch alle Buchhandlungen oder direkt vom

**Verlag Otto Walter A.-G., Olten**

