

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Band:** 13 (1956)  
**Heft:** 6

## Inhaltsverzeichnis

### **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**

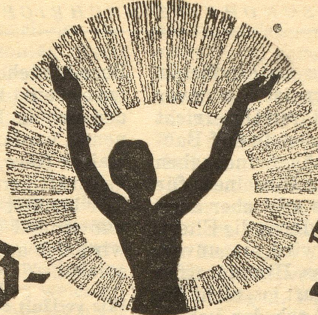
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **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:** 15.10.2024

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



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

<b>Jahresabonnement:</b>	<b>Redaktion/Verlag:</b> Dr. h. c. A. Vogel, Teufen Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10 775	<b>Vertriebsstelle für Deutschland:</b>	<b>Insertionspreis:</b>
Inland Fr. 4.50	Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	VITAM-„Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp.
Ausland Fr. 5.70		Postcheckkonto Hannover 55456	Bei Wiederholungen Rabatt

Aus DEM INHALT: 1. Das bedrängte Schülerlein. / 2. Die Schule meldet sich. / 3. Fangokuren. / 4. Eine mangelhafte Lebertätigkeit. / 5. Gesundheitsregeln im Bauernhaus. / 6. Allergie. / 7. Eiercognac. / 8. Schwarze Johannisbeeren. / 9. Fragen und Antworten: a) Behebung jugendlicher Schlaflosigkeit; b) Günstige Behandlung von Venenentzündung. / 10. Aus dem Leserkreis: a) Bekämpfung einer Blutvergiftung; b) Ein altes Mittel gegen Ischiasschmerzen. / 11. Brailer-Mitteilung: Alles besetzt!

## DAS BEDRÄNGTE SCHÜLERLEIN

Jetzt geht es nicht mehr trippel trap,  
Recht unbesorgt treppauf, treppab,  
Jetzt mit schwer belad'nem Rücken  
Muß sich unser Schüler bücken.  
Morgens beginnt das Leben früh  
Mit Angst und banger Sorgesmüh.  
Der Uhrenzeiger läuft zu schnell,  
Der Schüler kommt nicht von der Stell,  
Die Griffelschachtel klappert sehr,  
Schwammbüchse und Tafel noch viel mehr  
Und in der Schulbank angelangt,  
Er still in seinem Herzen dankt;  
Denn schwatzen darf er ja nicht mehr,  
Ach, wie ist doch das Leben schwer!  
Der Griffel kratzt, die Feder auch,  
Das ist im Anfang halt so Brauch.  
Der Kopf muß denken viel zumal,  
Das arme Herz, es bangt vor Qual,  
Denn hat man etwas falsch gesagt,  
Wird man verlacht und angeklagt!  
Vielleicht nun bald die Glocke tönt?  
Dann ist das Leben ausgesöhnt!  
Doch ach, was nimmt man mit nach Haus?  
Aufgaben viel, es ist ein Graus!  
Wie wäre nun das Spielen schön,  
Könnte man doch spazieren geh'n!  
Statt dessen muß man rechnen viel  
Und kommt um sein ersehntes Ziel.  
Ernst zeigt sich das Leben jetzt,  
Doch wer nicht lacht, lacht doch zuletzt,  
Denn was mit Sorg' und Lieb' man tut,  
Kommt einem schließlic' doch zu gut!

## Die Schule meldet sich

### Eine wichtige Frage

«Soll mein Kind in den Kindergarten gehen oder nicht?» Das ist die Frage, die sich die Eltern stellen mögen, wenn die Schulzeit näher heranrückt. Solange das Kind im Familienkreis weilt, mag es wohl behütet sein und noch wenig vom Kampf verspüren, den das Leben seinem kleinen Ich entgegenstellt. Wenn aber die Schule mit ihren strengen Forderungen an den kleinen Menschen herantritt, dann ist je nach der Veranlagung des Kindes der Uebergang in den neuen Zeitabschnitt etwas zu kraß. Besonders träumerisch und spielerisch veranlagte Kinder fühlen sich ihrer Freiheit beraubt und finden es oft hart, sich streng ein-

geteilten Zeiten unterordnen zu müssen. Für sie mag der Uebergang im Kindergarten gut sein. Aber auch für Kinder, die sich zu Hause nur langweilen, weil sie sich zu wenig gut ablenken und unterhalten können, sollte der Aufenthalt im Kindergarten nicht umgangen werden. Unbemerkt gleitet dort das Spiel in die Arbeit hinüber. Die vielen Anregungen, die den kleinen Erdenbürger im Kindergarten begrüßen, der öftere Wechsel vom Spiel zur ernsteren Beschäftigung, vom Sitzen zur Bewegung, zum Turnen und Spaziergehen, vom bloßen Zuhören zum dramatischen Darstellen kleiner Erzählungen, all dies führt das Kleinkind sachte ins Leben ein, und es lernt vor allem bereits mit andern Kindern umzugehen. Nicht nur in Parkanlagen kamen die Kinder früher zusammen, auch die Straße war für sie ein beliebter Sammelplatz. Heute, bei dem stets zunehmenden Verkehr ist dies völlig undenkbar. Selbst in den Dörfern hat sich das Leben geändert und nur noch in abgelegenen, einsamen Bergörtchen finden wir fröhlich spielende, unbesorgte Kinder auf den Straßen. Eigenartig mutet uns ein solches Dorfbild an, als hätte sich das Rad der Zeit um Jahrzehnte zurückgedreht. Auch kleine, abgelegene Gassen mögen noch eine Ausnahme bilden, sonst aber ist das Leben der Kinder von den Straßen verdrängt. Ihr Zusammentreffen ist daher auf den Schulweg und die Schulzeit, manchmal auch auf eine gelegentliche Einladung beschränkt. Kinder, die nun schon im Kindergarten lernen, daß das Leben seine Härten hat, wenn man nicht nur wohl behütet um die Mutter herum sein kann, genießen eine gewisse günstige Vorübung auf die Schule hin. Auch gemeinsame Spiele und zweckmäßige Beschäftigung wirken sich sehr vorteilhaft aus. Die kleinen Hände werden im Basteln geübt und die Freude an schöpferischer Tätigkeit erwacht dadurch immer mehr. Meldet sich nun die Schule mit ihren strengeren Forderungen, dann ist das Kleinkind schon darin geübt, seine Zeit einzuteilen, sich morgens und mittags von der Mutter zu trennen, selbstständig findet es sich auf dem Schulweg zurecht, und noch so vieles andere lernt es kennen, und es gewöhnt sich dabei an manches, was ihm bei der Mutter noch einige Zeit erspart geblieben wäre. Es muß lernen sich andern Kindern anzupassen und kann dabei seine Eigenarten etwas abstreifen, ohne sie ganz aufgeben zu müssen. Es weiß nun bereits, was es heißt, zur Schule zu gehen, und es wird ihm viel weniger bange vor dem Unbekannten, das ihm bevorsteht, wenn nun die rechte, die große Schule ruft, die strenges Lernen von ihm fordert.

### Der lebenswichtige Uebergang

Nicht alle Kinder sind natürlich gleich. Da gibt es solche, die sich in ihrem Lerneifer auf die Schule freuen, so daß sie ungeduldig darauf warten. Das sind Kinder, die meist von den ältern Geschwistern mancherlei vorausgelernt