

Pflanzen und Gärtner als Gesundheitssport

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **35 (1978)**

Heft 5

PDF erstellt am: **26.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-970337>

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.

um bestraft man, was niemandem schaden kann, lässt andererseits aber Allgemeinschädigungen unbeachtet durchgehen? Das ist bestimmt eine berechnete Frage, die man

ehrlich beurteilen und beantworten sollte, um entsprechende Abhilfe zu schaffen, damit das Gefühl, es werde mit zwei Waagen gewogen, behoben würde.

Pflanzen und Gärtnern als Gesundheitssport

Unterbrechung anstrengender Berufstätigkeit durch Pflanzen und Gärtnern dient erfahrungsgemäss als wunderbarer Gesundheitssport. Mancher hätte nicht so früh einem Herzinfarkt erliegen müssen, wenn er rechtzeitig zu dieser Ansicht gelangt wäre. Zwei berühmte Aerzte, nämlich Professor Labhard und Professor Bier, huldigten dieser Erholungsweise neben ihren anstrengenden Berufspflichten. Regelmässig pflegte Professor Bier seinen geliebten Wald und pflanzte, was ihm die Natur als notwendig gebot. Als ich noch ein Knabe war, beobachtete ich Professor Labhard oft auf seinen Kulturen, vor allem, wenn er seine Reben pflegte, wobei er einem Bauern oder Gärtner glich, was ihn aber keineswegs störte, denn er hätte diese Erholung nicht missen mögen.

Notwendige Kenntnisse

Begreiflicherweise muss jener, der seine Freizeit dem Gartenbau widmen möchte, auch über entsprechende Kenntnisse verfügen, weil dies die Arbeit um vieles erleichtert. Wer gute Ernten einheimen möchte, muss sich auch entsprechend anstrengen. Ist jemand bereits auf dem Lande aufgewachsen, dann ist ihm der Umgang mit Pflanzen und Tieren nicht fremd, und er findet sich eher zurecht als ein Städter, der erst mit allem vertraut werden muss. Liebe und Begeisterung alleine genügen nicht ohne entsprechende Kenntnisse und Anleitungen. Manch ein Buch kann uns hierzu dienlich sein. Obwohl ich schon seit jungen Jahren pflanze und gärtner, konnte ich mich doch für eine diesjährige Neuerscheinung sehr begeistern. Es handelt sich dabei um ein schweizerisches Handbuch für den Gartenfreund, das den Titel trägt: «Das Gartenjahr '78». Herausgegeben wurde es von der Landfreund-Genossenschaft

Bern, während die Hallwag AG in Bern dessen Gesamtherstellung besorgte. Das ansprechend illustrierte Buch kommt mit seinen weitläufigen Ratschlägen in gebundener Form dem interessierten Gartenfreund nur auf Fr. 24.– zu stehen, eine Auslage, die sich sicher lohnt.

Der Jahresarbeitskalender wirkt sich besonders hilfreich für den Anfänger aus nebst anderen Hinweisen, die ihm sehr dienlich sein werden. Auch der Besitzer eines Dachgartens findet reichliche Vorschläge, die ihm helfen, sein Verlangen nach Naturverbundenheit zu pflegen.

Auch der biologische Gartenbau ist mit 62 Seiten vertreten, wobei Dr. H. Vogtmann aus Oberwil wertvolles Erfahrungsgut zur Verfügung stellte. Nebst dem Blumengarten kommt natürlich auch die Rasenpflege nicht zu kurz. Der Gemüsebau sowie die verschiedenen Beerenkulturen sind reichlich berücksichtigt. Es lohnt sich, einen solch vielseitigen Ratgeber entsprechend auszuwerten. Die Landfreund-Genossenschaft schuf mit ihren Mitarbeitern durch ihr «Gartenjahr '78» ein lehrreiches, anregendes Werk, das manchem den Sinn für Naturverbundenheit festigen hilft. Stadtbewohner, die sich jahraus, jahrein zwischen Mauern aufhalten müssen, erfreut vielerorts ein blühender Dachgarten mit kostbaren Pflanzenwundern. Betagte Hausfrauen finden belebende Abwechslung bei ihren Zierpflanzen und der Pflege dankbarer Balkongewächse. Der Gartenfreund aber erholt sich durch anregende Beschäftigung beim Pflanzen und Gärtnern, und gross ist die Genugtuung, wertvolle Nahrung zu ernten, weil er den biologischen Gartenbau kennen und schätzen lernte. – Erhältlich ist das empfohlene Buch im Buchhandel, in Garten-Centers und bei der Landfreund-Genossenschaft, Nordring 4, 3001 Bern.