

**Zeitschrift:** Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

**Band:** 9 (1901)

**Heft:** 15

**Rubrik:** Vermischtes

### **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:** 06.10.2024

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

## Aus den Vereinen.

Unter Leitung von Hrn. Dr. Hane und Hrn. Lehrer Keel fand in **Korschach** ein Samariterkurs statt, dessen Schlussprüfung am 27. April abgehalten wurde. 32 Herren und 9 Damen beteiligten sich daran. Als Experte wohnte der Prüfung bei Hr. Dr.ENZLER, Korschach.

Am 15. Juni 1901 fand in **Lausanne** die Schlussprüfung eines Samariterkurses mit 34 weiblichen Teilnehmern statt, der vom waadtländischen Roten Kreuz veranstaltet und von Hrn. Dr. Tailless geleitet worden war. Das Rote Kreuz war an der Prüfung vertreten durch die Damen Ruffieug und de Meuron. Sämtliche Teilnehmerinnen traten dem Roten Kreuz als Mitglieder bei.

In **Röthenbach** (Bern) fand am 16. Juni 1901 die Schlussprüfung eines Samariterkurses statt, der von Hrn. Dr. Meyer (Signau) unter Beihilfe von Hrn. Lehrer Zurflüh geleitet war. 12 Herren und 12 Frauen erhielten den Ausweis und beschloßen, zu einem Samariterverein zusammenzutreten. Der Centralvorstand war vertreten durch Hrn. Fritz Röhlißberger, Langnau.



## Vermischtes.

Das **Radfahren** ist zweifellos eine der gesündesten Bewegungsformen, die für den Körper denkbar sind, weil es uns neben dem Ausgleich jener Schädigungen, welche aus einer sitzenden Lebensweise nur zu leicht resultieren, auch wieder in enge Fühlung mit der Natur, mit Wald und Feld bringt. Die Ausübung dieses Sportes ist daher nicht genug zu empfehlen, sowohl alt als jung, Mann und Frau sollten ihm huldigen, und es wäre besonders thöricht, wollte man in lächerlicher Brüderie das weibliche Geschlecht von dem die Gesundheit so eminent fördernden Radfahren ausschließen. Eben deshalb sollte man die Frauen, welche bei der heutigen Art des Lebens überhaupt viel zu wenig Bewegung haben, sogar zum Radeln anhalten, natürlich unter Beobachtung der für sie gebotenen Vorsichtsmaßregeln, und jene sollten energisch bestraft werden, welche nach Gassenjungenmanier einer Velozipedistin höhrende Worte zurufen. Freilich gesundheitlich bleibt das Radfahren nur, solange es in den Grenzen der Vernunft betrieben wird, solange es nicht zur Übertreibung auf der Rennbahn ausartet. Dort kann nicht mehr von einer Förderung, sondern es muß direkt von einer Schädigung der Gesundheit gesprochen werden, und wer das Radfahren allein dazu verwendet, mit keuchendem Atem fast wagrecht über die Lenkstange gebeugt, in eine Staubwolke gehüllt, den Vordermann zu überholen, der hätte es niemals erlernen sollen.

(„Dtsche. Blätter f. Volksgesundheitspfl.“)

Der **Schlaf vor Mitternacht** sei der beste, sagt ein altes Sprüchwort, und dieser Ausspruch ist durchaus berechtigt. Das Schweigen und das Dunkel der Nacht, sie sollen nicht gestört und künstlich in ihr Gegenteil verwandelt werden, und das Licht der Studierlampe ist nach Mitternacht ebenso schädlich, wie der strahlende Leuchter im Tanzsaal. Mit dem Schlage 11 Uhr ende der Tag, um mit 6 bezw. 7 Uhr früh wieder zu beginnen, da das individuelle Ruhebedürfnis ein verschiedenes ist, in der Regel aber nicht unter sieben Stunden beträgt. Wer um 2 oder 3 Uhr nachts erst heimkommt, oder wer so lange zu Hause gearbeitet hat, dessen überreiztes Nervensystem hält von dem Müden oft noch lange den erquickenden Schlaf fern, und wenn sich endlich gegen Morgen der Schlaf einstellt, so folgt ihm kein frohes, munteres Erwachen, sondern seine ungesunde Tiefe, gewöhnlich von mehr oder minder starken Schweißausbrüchen begleitet, läßt uns auch die neue Arbeit unter dem Zeichen einer gewissen Abspannung und Zerschlagenheit beginnen. Es ist thatsächlich außer Frage, daß die in so erschreckendem Maße verbreitete Nervosität gewiß nicht zuletzt auf die besonders in den Städten übliche ungesunde Verschiebung von Tag und Nacht zurückzuführen ist, und das strenge Einhalten einer vernünftigen Polizeistunde wäre vom hygienischen Standpunkte aus gewiß nur mit Freuden zu begrüßen.

(„Bl. f. Volksgesundheitspfl.“)

## Büchertisch.

**Suter, Dr. med. F. A.: Unter dem schweizerischen Roten Kreuz im Burenkriege.** Mit 132 Illustrationen, facsimil. Briefen, Dokumenten und einer Karte. Brosch. M. 7. 50, gebd. M. 10. — Leipzig, Schmidt u. Günther.

Sieben geht uns von der Verlagshandlung das Buch zu, in dem Hr. Dr. Suter, der unsern Lesern kein Unbekannter ist, seine Eindrücke und Erlebnisse vom südafrikanischen Schauplatz niedergelegt hat. Das Buch umfaßt 342 Seiten und ist von der Verlagshandlung typographisch sehr gut ausgestattet worden, schade, daß die Broschierung eine so unsorg-