

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

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 50 (1942)

Heft: 18

Artikel: L'alimentation de la jeunesse en période de restrictions

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-546533>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.07.2025

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

pourrait effectivement avoir réalisé par ailleurs un bénéfice illicite. Mais c'est là une chose qui ne touche d'aucune manière les méthodes d'achat de la Croix-Rouge suisse, cette dernière ayant payé le prix courant du marché pour un matériel d'une qualité répondant à sa destination. Quant à juger si ce prix implique un bénéfice excessif ensuite d'achat de la matière première à des conditions avantageuses, de l'existence d'anciens stocks, etc., c'était chose évidemment impossible à la Croix-Rouge et que seul peut faire le Contrôle des prix, à l'aide de constatations compliquées et d'une procédure délicate.

Dans les débats judiciaires qui se sont déroulés à Berne on a cherché à faire croire qu'une «simple employée de bureau» avait passé et signé la commande, d'une valeur de fr. 258'000, pour les matelas en question. Il convient, ici, de faire remarquer que c'est le Médecin-chef de la Croix-Rouge, seul responsable des commandes et achats de la Croix-Rouge, tant que celle-ci relevait de l'Armée, qui a effectué et signé la commande après un examen approfondi et discussion avec les employés du bureau du matériel. La prétendue «simple employée de bureau» est au surplus une employée qui travaille dans la Croix-Rouge depuis 25 ans à l'entière satisfaction de ses chefs, et qui, lors de la guerre de 1914-1918 s'était déjà occupée avec compétence de l'achat de matelas pour la Croix-Rouge. Ici également donc, on est en présence d'une déformation tendancieuse des faits.

Chose fâcheuse, le procès en diffamation susmentionné a en quelque sorte donné figure d'accusée à la Croix-Rouge suisse, sur le dos de laquelle les parties — en lutte des plus violentes depuis des années — ont cherché par tous les moyens à vider leur querelle. Des employés de la Croix-Rouge ont été entendus comme témoins, alors que le seul répondant, le Médecin-chef de la Croix-Rouge, était absent pour cause de maladie, circonstance qui favorisait évidemment des manœuvres dommageables pour la Croix-Rouge. Depuis, le procès a constamment été ajourné et l'affaire en est restée là.

Comme il va de soi, la Croix-Rouge ne manquera pas de faire valoir ses légitimes prétentions sur la base de la situation réelle du cas.

Le Médecin-chef de la Croix-Rouge a renseigné la Direction et l'Assemblée des délégués d'une manière complète sur toute l'affaire.

Une fois close la procédure, nous nous réservons de faire d'autres communications encore au public.

Le Médecin-chef de la Croix-Rouge: Col. Remund.

Kleine Nachrichten - Petites communications Piccole comunicazioni

Soccorso della Croce-Rossa Britannica ai feriti e civili russi.

Il fondo costituito dalla Croce Rossa britannica a scopo di venir in soccorso alla Russia, s'elevava nello scorso febbraio a 1 500 000 di lire sterline. Da questa somma furono prelevate 865 000 lire sterline, per la fornitura di vestiti d'ospedale, d'istrumenti chirurgici, di prodotti anestesianti, di 250 000 vestiti e di 530 000 coperte che vennero spediti in Russia.

Dieci invii di abiti caldi riuniti dalla Croce Rossa britannica, pesando un totale di 847 tonnellate sono pure partiti a destinazione della Russia. Questi vestiti sono destinati alla popolazione civile russa ed ai rifugiati polacchi.

Türkische Hilfe für Griechenland.

Der Dampfer «Dumluyinar» ist kürzlich mit einer für Griechenland bestimmten Ladung von 2000 Tonnen ausgelaufen. Man glaubt zu wissen, dass der Dampfer bei seiner Rückkehr 1000 Kinder aus Griechenland nach der Türkei bringen wird.

L'opera di «soccorso reciproco» in Estonia.

La Croce Rossa germanica ha portato a conoscenza del segretariato della Lega, che l'opera di soccorso reciproco in Estonia, con sede in Rival (Tallin), che ha ripreso l'attività dell'antica Croce Rossa estone, ha cominciato a funzionare nell'autunno 1941. Quest'opera ha preso interamente a suo carico il servizio di trasporto degli ammalati, organizzando pure conferenze trattanti il problema dell'igiene, conferenze sui primi soccorsi, sulla profilassi della tubercolosi, e si sforza in maniera generale di seguire il programma di pace dell'antica società. Quest'opera dispone d'un gran numero di collaboratori volontari. I suoi statuti furono sottoposti all'approvazione dell'autorità governativa competenti. E' prevista inoltre una stretta collaborazione colla Croce Rossa germanica.

Eine Rotkreuzmission in Niederländisch-Guyana.

Der schweizerische Professor an der Universität von Caracas in Venezuela, Robert Moll, hat in der Eigenschaft eines Delegierten des Internationalen Rotkreuzkomitees die deutschen Staatsangehörigen besucht, die in dem Lager von Copieweg in Niederländisch-Guyana

interniert sind. Zu diesem Zweck hatte er hin und zurück je 2000 km im Flugzeug zurückzulegen. Das Verständnis und das Wohlwollen, das dem Delegierten von den Behörden entgegengebracht wurde, hat es ihm ermöglicht, eine Reihe von Verbesserungen hinsichtlich der Wohnverhältnisse und Lebensbedingungen der Internierten zu erzielen. Er konnte u. a. dank einer Spende, die das Deutsche Rote Kreuz dem Internationalen Komitee in Genf zu diesem Zweck übermittelt hatte, Kleidungsstücke und lebenswichtige Artikel an die Internierten abgeben. Es war das erstmal, dass es möglich geworden war, diesen in einer so entfernten Gegend lebenden Personen eine materielle und moralische Hilfe zuteil werden zu lassen.

Bezugsausweise für Insulin.

Das Eidg. Kriegs-Industrie- und -Arbeits-Amt hat eine sofort in Kraft gesetzte Verfügung erlassen, durch welche alle unter der Bezeichnung «Insulin» bekannten Produkte nur gegen Bezugsausweise an die Konsumenten abgegeben werden dürfen.

L'alimentation de la jeunesse en période de restrictions

III. — L'adolescent.

Parvenu à l'âge de quinze ans, l'enfant a les mêmes besoins alimentaires que l'adulte. Seuls les travailleurs exerçant un métier de force, les femmes enceintes et allaitantes réclament un régime plus abondant encore.

Le lait reste essentiel, parce que, contenant tous les éléments indispensables à la vie, il supplée aux déficiences de vitamines, de chaux, de protéines animales que le régime peut comporter. Si faible que soit la ration quotidienne de lait, elle constitue une sauvegarde précieuse. On sait aussi que le lait est une bonne précaution contre les intoxications industrielles.

Le beurre, le fromage, les œufs sont après le lait les aliments de choix pour l'adolescent. Mais il a besoin de toutes les autres catégories d'aliments animaux et végétaux: il faut donc faire flèche de tout bois et ne rien négliger. Nous avons déjà, à propos de l'âge précédent, noté diverses manières d'utiliser au maximum les denrées dont nous disposons. Ajoutons que le mode de préparation permet d'autres gains importants: la cuisson détruisant toujours une partie des principes nutritifs, on consommera crus les aliments pour lesquels l'action du feu n'est pas indispensable, et pour les autres on la réduira le plus possible: par exemple, les graisses, le beurre seront ajoutés au dernier moment; on ne réchauffera pas les pommes de terre après les avoir cuites; la viande sera de préférence grillée ou rôtie à feu vif. En ce qui concerne les légumes, on attachera une grande importance à leur fraîcheur: en vingt-quatre heures déjà, ils perdent une partie notable de leurs propriétés. On les garde le mieux dans un air froid et humide. D'autre part, on ne blanchira pas les légumes, et on se souviendra que leurs sels minéraux, leur sucre pour les pois, passent dans l'eau de cuisson; dès lors, on s'abstiendra de peler les pommes de terre — elles sont d'ailleurs bien plus savoureuses en «robe des champs» — et on utilisera pour le potage l'eau de cuisson des légumes, à l'exception des choux. Ou bien on cuira les légumes à la vapeur, dans une marmite fermée d'un couvercle et garnie vers la moitié de sa hauteur d'une cloison horizontale percée de trous. Le fond de la marmite étant rempli d'eau, on dépose les légumes hachés sur la cloison. Lorsque l'eau a bouilli pendant deux heures, on passe les légumes au tamis fin pour les réduire en une purée dont toutes les parties seront ainsi mieux attaquées par les sucs digestifs. Dans aucun cas, on ne se servira de casseroles de cuivre, même pour la fabrication des confitures: ce métal détruit la vitamine C.

On ne dédaignera ni la viande de cheval, ni le foie, les rognons, la cervelle, les abats en général. Les châtaignes, les faines, les rutabagas, les topinambours servent de succédanés aux pommes de terre. Le potiron fournit une soupe excellente. Le soya est une ressource trop négligée en Europe.

Dans les périodes normales, bien des légumes et des fruits se perdaient à la bonne saison. Les ménagères ont réappris à faire des provisions et des conserves, soit en protégeant les légumes par de la paille ou du sable, soit en les desséchant à l'air, soit en les conservant en pots, mélangée à du sel ou à du vinaigre, ou encore stérilisés par l'ébullition. Quant aux recettes de confitures et de gelées — autrefois les reines elles-mêmes se les communiquaient comme de précieux secrets — elles sont innombrables. La saccharine, à laquelle il faut souvent avoir recours, ne contient pas les éléments nutritifs du sucre, mais ses propriétés antiseptiques ne sont pas inutiles.

En saisissant toutes les occasions, il est possible, même pendant les périodes difficiles, d'ajouter au régime bien des éléments profitables.

Nous avons déjà parlé des soins qu'ils faut apporter aux dents; nous avons dit à quel point une bonne mastication est importante; nous avons relevé la nécessité de faire dépister et traiter les anomalies

de la santé; nous avons signalé combien il est important d'éviter les déperditions de chaleur, tout en mettant à profit les occasions de s'exposer au soleil et au grand air.

Mais l'adolescent s'abstiendra de toute exubérance en matière d'exercices physiques; il ne se laissera pas tenter par les séances de cinéma, les veillées prolongées, les réunions trop animées. Il évitera les liqueurs et le tabac. Il se couchera tôt et dormira longuement.

Les préceptes essentiels du temps de restrictions peuvent se résumer comme suit:

D'abord, fournir une quantité totale d'aliments, quels qu'ils soient, aussi élevée que possible, en recourant à toutes les sources, en conservant l'été ce qui manquera l'hiver, en adoptant les modes de préparation qui respectent le mieux les principes nutritifs, en utilisant les déchets.

En second lieu, assurer au maximum l'assimilation en veillant à la régularité des repas, à la bonne mastication, à la correction des troubles de la santé.

Enfin, à l'énergie que nous tirons des aliments, ajouter les forces que nous donnent l'air et la lumière, tout en nous ménageant par un genre de vie judicieux.

Nachrichten der kantonalen FHD-Verbände

Solothurn

In Solothurn treffen sich die FHD jeweils jeden 1. Montag im Monat zwischen 18.00 und 19.00 Uhr im Hotel «Metropol» (Frühstückszimmer), erstmals am 4. Mai. Alle FHD, die sich an diesem Tag zufällig in Solothurn aufhalten, sind herzlich willkommen.

Schweizerischer Samariterbund Alliance suisse des Samaritains

Samariterhilfslehrekurs in Olten

Der für Olten vorgesehene Samariterhilfslehrekurs wird vom 24. Juli bis 2. August stattfinden, mit Vorprüfung am Sonntag, 12. Juli.

Diejenigen Sektionen, die sich für die Beschickung dieses Kurses interessieren, werden ersucht, die Anmeldeformulare bei unserem Sekretariat zu verlangen. Letzter Anmeldetermin 2. Juli. Verspätete Anmeldungen können nicht berücksichtigt werden.

Samariterhilfslehrekurs in Wald (Zürich)

Die Schlussprüfung wird am Sonntag, 3. Mai, 9.00 Uhr, im Hotel «Schweizerhof» stattfinden.

Wir laden die Samariterfreunde benachbarter Sektionen und insbesondere deren Hilfslehrer herzlich ein, diesen Anlass zu besuchen. Diejenigen, die am nachfolgenden Mittagessen (Preis Fr. 3.50, ohne Getränke) im Hotel «Schweizerhof» teilzunehmen wünschen, sind gebeten, sich bis spätestens am Freitag, 1. Mai, beim Verbandssekretariat anzumelden.

Fiebertabellen

Wir teilen unseren Sektionen mit, dass wir die schon vor einiger Zeit in Aussicht gestellten Fiebertabellen nunmehr liefern können. Diese sind zum Preise von 5 Rp. per Stück erhältlich.

Feuilles de température

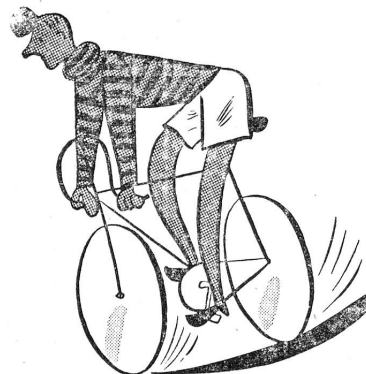
Nous informons nos sections que nous sommes à même de leur livrer maintenant les feuilles de température dont nous avons parlé antérieurement. Celles-ci peuvent être retirées auprès de notre Secrétariat au prix de 5 ct. pièce.

Anzeigen der Samaritervereine Avis des sections de samaritains

Aarau. S.-V. Nächster Flickabend im Kinderspital: Dienstag, 5. Mai, 20.00 Uhr.

Affoltern a. A. S.-V. Montag, 4. Mai, 20.00 Uhr, Primarschulhaus: Vortrag von Dr. E. Naville über: «Samariterdienste und Krankenpflege in der Armee.» — Der S.-V. Stallikon ladet uns auf Samstag, 2. Mai, zum Besuche der Schlussprüfung des Krankenpflegekurses ein. Teilnehmer melden sich bis 1. Mai beim Vizepräsidenten. — 10. event. 17. Mai: Kant. Samariterlandsgemeinde auf der Forch. Anmeldung anlässlich der Uebung vom 4. Mai.

5. Rezept für Loskäufer



Ausdauer führt Dich zum Ziel! Wie ein Rennfahrer monatelang trainiert, so sollst auch Du regelmäßig jeden Monat ein Los kaufen. Schließlich wird auch Dir einmal das erhoffte Glück zulaufen.

INTERKANTONALE Landes-Lotterie

Lose zu Fr. 5.—, Serien zu 10 Losen Fr. 50.— (2 sichere Treffer), erhältlich bei allen Losverkaufsstellen u. Banken. Einzahlungen an Landes-Lotterie Zürich VIII/27600.

Ziehung 12. Mai

Altstetten-Albisrieden. S.-V. Heute Donnerstag, 30. April, 20.00 Uhr: Uebung im Schulhaus Feldblumenstrasse. Der Jahresbeitrag ist fällig und kann heute abend bezahlt werden. Die Landsgemeinde des Samariterverbandes des Kantons Zürich findet am 10. event. 17. Mai auf der Forch statt. Auch unser Verein nimmt daran teil. Wir bitten um rege Teilnahme. Näheres Programm folgt noch.

Bäretswil. S.-V. Uebung: Freitag, 1. Mai, 20.00 Uhr, im Sekundarschulhaus. Anmeldungen für die Samariterlandsgemeinde auf der Forch. Jahresbeitrag nicht vergessen. Bitte vollzählig!

Basel, St. Johann. S.-V. Voranzeigen. Dienstag, 12. Mai, 20.00 Uhr: Vereinsübung in der Aula des Pestalozzischulhauses. Dienstag, 19. Mai (nicht wie in der letzten Nummer gemeldet 17. Mai), genau 20.00 Uhr, im gleichen Lokal: Zweite statutarische Generalversammlung (Wahlversammlung). Für die Aktiven ist die Generalversammlung obligatorisch. Eventuelle Anträge der Mitglieder sind bis 9. Mai schriftlich dem Präsidenten, Postfach 4, Basel 18, einzureichen. Mitglieder, meldet euch dem Roten Kreuz, Sektion Basel, zur Batzensammlung an. Es fehlen noch sehr viele Sammlerinnen und Sammler. Das Rote Kreuz ruft euch. Folgt seinem Rufe unverzüglich!

Basel, Kleinbasel. S.-V. Nächster Uebungsabend: Mittwoch, 6. Mai, 20.00 Uhr, in der Aula der Wettsteinschule. Thema: Knotenlehre von Dr. Fr. Weber. — Auffahrtstag, 14. Mai: Ausflug nach der Kellengrabenschlucht. Abfahrt ab Heuwaage 8.54 Uhr nach Ettingen. Rundreisebillet im Tram zu Fr. 1.50, Basel—Ettingen—Aesch, lösen. Bei schlechter Witterung wird der Ausflug auf Sonntag, 17. Mai, verschoben. Auskunft gibt Telefon Nr. 11.

Basel, Providentia. S.-V. Wir bringen nochmals in Erinnerung, dass am 7. Mai, 20.00 Uhr, in der Providentia, Laufenstrasse 46, Oberstlt. Isler einen Lichtbildervortrag über «Verletzungen und erste Hilfe» veranstaltet. Wir machen es uns zur freudigen Pflicht, vollzählig zu erscheinen. Samariter und Samariterinnen von andern Vereinen sind willkommen. — Am 21. Mai, 20.00 Uhr, spricht Strasser wiederum über «Fusspflege», nachher werden Verbände geübt. Unsere Kassierin ersucht die Mitglieder um Bezahlung des Jahresbeitrages und Zeitungsabonnements.

Basel, Eisenbahner. S.-V. Unsere nächste Uebung findet Mittwoch, 6. Mai, 20.00 Uhr, im Lokal statt. Am 7. Mai findet in der Providentia, Laufenstrasse, ein interessanter Vortrag von Oberstlt. Isler statt. Bitte