

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft**

Band (Jahr): - **(2016)**

Heft 4: **Körperkult : Schönheit, Bewegung, Ernährung**

PDF erstellt am: **22.07.2024**

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.

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Wohl noch nie im Verlaufe ihrer Geschichte haben sich die Menschen, wenigstens jene, die im Wohlstand der westlichen Welt leben, so viele Gedanken über Schönheit, Gesundheit, Ernährung und Bewegung gemacht. Wenn wir für die neueste Ausgabe des Akzent Magazins den Titel «Körperwahn?» gewählt haben, so ist das durchaus auch ein bisschen ironisch gemeint. Denn – nicht wahr? – angesichts des Elends um uns herum erscheinen unsere Sorgen etwas seltsam.

Nein, wir wollen Sie nicht mit Tipps traktieren. Was Sie alles tun müssten, um noch länger zu leben, gesund und schön zu bleiben – darüber gibt es Zeitschriften, Bücher und Anleitungen bis zum Überdross. Wir wollen Ihnen, ganz im Stil unseres Magazins, einfach ein paar Geschichten erzählen. Zum Beispiel die unseres jüngsten Autors, der regelmässig ins Fitnessstudio geht und sich darüber seine Gedanken macht. Oder die unseres Redaktionsleiters, der im fortgeschrittenen Alter von fünfzig seinen ersten Marathon lief (der zugleich auch sein letzter war).

Lukas Zahner, Sportwissenschaftler an der Universität Basel, vertritt eine interessante These: «Altersschwäche ist Beinschwäche.» Es müsse nicht so weit kommen, findet er und spricht unter anderem über Möglichkeiten, sich im ganz gewöhnlichen Alltag fit zu halten. Lesen Sie mehr dazu in unserem Akzent-Interview.

Ist Ihnen auch schon aufgefallen, wie sich seit unserer Jugendzeit die Ernährungsgewohnheiten verändert haben? Nach den Lebensmittelrationierungen im Zweiten

Weltkrieg brachte die Migros auch in Arbeiterhaushalten «Güggeli aus Dänemark» auf den Tisch – und Eistorten mit Rahm. Damals war es keine Schande, wenn ein gestandenes Mannsbild einen Bauch hatte, und die Werbung hielt den Frauen noch nicht die anorektischen Modelle à la Twiggy als erstrebenswerte Spiegelbilder vor. Man ass Braten mit Sauce, Cervelats, Fleischkäse und zum Dessert Stalden-Creme – alles ohne schlechtes Gewissen. Lesen Sie dazu den Bericht über den Wandel unseres Speisezettels in den vergangenen Jahrzehnten.

Um einen Eindruck von der «Bio-Front» zu erhalten, haben wir den Birsmattehof besucht, von wo gegen dreitausend Kundinnen und Kunden Woche für Woche saisonales Bio-Gemüse beziehen, und wir berichten über die Bewegung «Foodsharing», die einen Kampf gegen die Verschwendung von Lebensmitteln führt – ein besonders trauriges Kapitel unserer Wegwerfgesellschaft.

Und dann soll natürlich auch das Schlemmen nicht zu kurz kommen. Begleiten Sie Roger Thiriet auf seiner Tour durchs kulinarische Kleinbasel und lesen Sie in Beat Trachslers Kolumne, was anno dazumal in den Zunftstuben alles bei einem «Aschermittwochmäli» – Mähli! – aufgetischt wurde.

Wir hoffen, Ihnen mit unserem Magazin eine vergnügliche Lektüre anzubieten. Viel Spass.

Herzlich
Ihr Akzent Magazin-Redaktionsteam

Inhalt

Schwerpunkt

Körper und Ernährung – Bildserie	2
Jeden Tag ein bisschen besser	7
Kleine Kulturgeschichte des Essens	11
Mein erster Marathon – und mein letzter	14
«Wäre doch schade, alles wegzuwerfen!»	18
Sportler sterben gesünder (und leben länger)	22
Im Kleinbasel darf noch geschlemmt werden	26
Sällmool, won aim d Kaloryye no «Wuurscht» gsii sinn	29
Bio-Gemüse – in guten wie in schlechten Zeiten	30

Feuilleton

James Fenimore Cooper: «Die Lederstrumpf- Erzählungen»	35
Kultur-Tipps	36

Pro Senectute beider Basel

In eigener Sache	39
Erwachsenenschutzrecht Bank Coop	40
Hilfe zu Hause	41
Beratung und Unterstützung	42
› Rechtsberatung – Andreas Heierli, Fritz Rapp	43
Akzent Forum – Kurse und Angebote	
Sport und Bewegung	44
› Männerfit – Erich Husner	45
› Schnupperwochen Sport	46
Bildung und Kultur	49