Zeitschrift: Schweizerische Lehrerzeitung
Herausgeber: Schweizerischer Lehrerverein
Band: 123 (1978)
Heft: 42

Heft

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: 26.07.2025

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

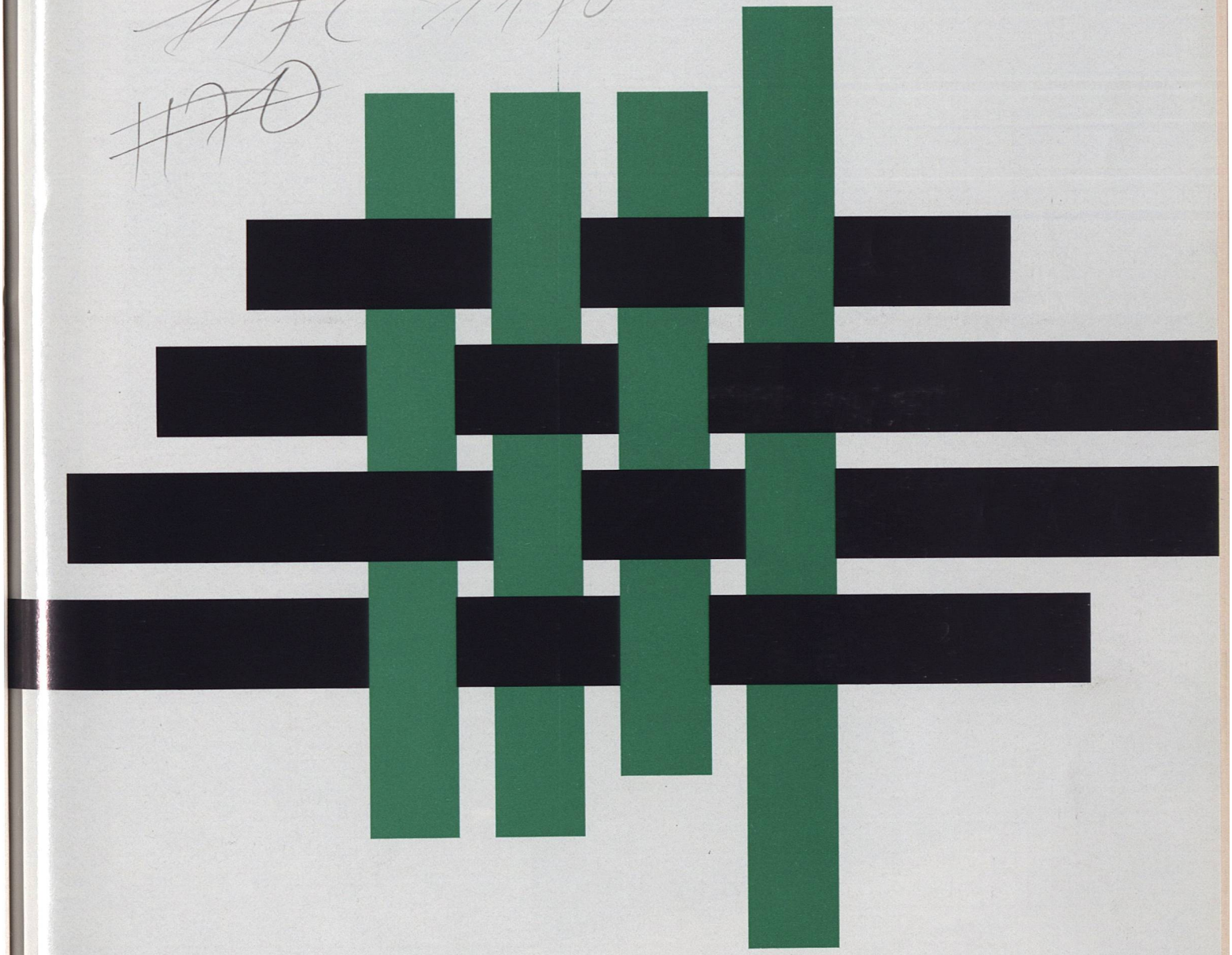
éducateur

Organe hebdomadaire de la Société pédagogique de la Suisse romande (N° 42)

Schweizerische Lehrerzeitung

Organ des Schweizerischen Lehrervereins (SLZ 42)

19. 10. 1978



NUMÉRO COMMUN
GEMEINSAME NUMMER

SLV – SPR

3

STUDER REVOX

Sonoriser, enregistrer, reproduire

Pour vous, Revox a tout simplifié

Un magnétophone à cassettes qui est vraiment adapté à vos besoins.
D'un emploi simple et sûr, grâce à son électronique raffinée, il est l'appareil idéal pour l'utilisation journalière en classe.
Son enceinte active compacte permet une écoute confortable, même dans un grand local.
Un ensemble de diffusion sonore qui a été conçu pour le travail pratique en classe.

Pour de plus amples informations, notamment sur le laboratoire de langues à cassettes et le système AV-Audiocard, veuillez vous adresser à:

REVOX ELA AG

Allmendstrasse 146
Téléphone 01 840 26 71

Gesunde Zähne

Trisa dent-o-vit®

GROSSER WETTBEWERB

1000 TOLLE PREISE

1. - 5. Preis: Je eine Woche Traumferien auf Mallorca

6. - 15. Preis: Je ein 20er Goldvreneli

16. - 1000. Preis: Je eine komplette Trisa-dent-o-vit-Füllzahnbürste

Sehr geehrtes Fräulein Lehrerin, sehr geehrter Herr Lehrer

In Zusammenarbeit mit Universitäten starten wir eine Aufklärungskampagne über Mund- und Zahnpflege. Bitte beachten Sie den in diesem Heft eingelegten vierseitigen Prospekt. Wir senden Ihnen GRATIS für Ihre Klasse die gewünschte Anzahl Wettbewerbe mittels untenstehendem Bestellcoupon.

Bestellcoupon:

(ausschneiden und einsenden an: TRISA Dental Division, 6234 Triengen)

Name des Lehrers: genaue Adresse:

Wohnort:

Anzahl Schüler: Klasse: in:

(Unterrichtsort)

Schweizerische Lehrerzeitung

erscheint wöchentlich
am Donnerstag
123. Jahrgang

Herausgeber: Schweizerischer Lehrerverein
Sekretariat: Ringstr. 54, Postfach 189, 8057 Zürich, Telefon 01 46 83 33

Redaktion:
Chefredaktor: Dr. Leonhard Jost, 5024 Küttigen, Telefon 064 22 33 06

Peter Vontobel, dipl. psych. (Schulpsychologe, Erziehungsberater), Etzelstrasse 28, 8712 Stäfa

Hans Adam, Primarschulvorsteher, Olivenweg 8, 3018 Bern, Postfach, zuständig für Einsendungen aus dem deutschsprachigen Teil des Kantons Bern

Regelmässige Beilagen:

Berner Schulblatt (wöchentlich)
Stoff und Weg
Bildung und Wirtschaft (monatlich)
Buchbesprechungen (8- bis 10mal jährlich)
Berner Schulpraxis (8mal jährlich)
Transparentfolien (6- bis 8mal jährlich)
Zeichnen und Gestalten (4mal jährlich)
Das Jugendbuch (8mal jährlich)
Pestalozzianum (6mal jährlich)
SKAUM-Information (4mal jährlich)
Neues vom SJW (4mal jährlich)
echo (4mal jährlich)
Informationen Bildungsforschung (4mal jährlich)

Inserate und Abonnemente:
Zeitschriftenverlag Stäfa, 8712 Stäfa
Telefon 01 928 11 01, Postscheckkonto 80 - 148
Verlagsleitung: Tony Holenstein

Abonnementspreise (inkl. Porto):

	Schweiz	Ausland
Mitglieder des SLV		
jährlich	Fr. 34.—	Fr. 50.—
halbjährlich	Fr. 19.—	Fr. 29.—
Nichtmitglieder		
jährlich	Fr. 44.—	Fr. 60.—
halbjährlich	Fr. 25.—	Fr. 35.—

Abonnementsbestellungen und Adressänderungen sind (ausgenommen aus dem Kanton Bern) wie folgt zu adressieren: «Schweizerische Lehrerzeitung», Postfach 56, 8712 Stäfa.

Verantwortlich für diese Nummer :
J.-Cl. Badoux, Dr. L. Jost

éducateur

Rédacteurs responsables :

Bulletin corporatif (numéros pairs) : François BOURQUIN, case postale 445, 2001 Neuchâtel.

Educateur (numéros impairs) :
Jean-Claude BADOUX, En Collonges, 1093 La Conversion-sur-Lutry.

Comité de rédaction (numéros impairs) :

Lisette Badoux, chemin des Cèdres 9, 1004 Lausanne.

René Blind, 1411 Cronay.

Henri Porchet, 1166 Perroy.

Administration, abonnements et annonces : IMPRIMERIE CORBAZ S.A., 1820 Montreux, av. des Planches 22, tél. (021) 62 47 62. Chèques postaux 18 - 3 79.

Prix de l'abonnement annuel :

Suisse Fr. 38.— ; étranger Fr. 48.—.

ECOLE ET SANTÉ – GESUNDHEITSERZIEHUNG

Sondernummer / Numéro commun SLZ / Educateur
Inhaltsverzeichnis / Table des matières

Leonhard Jost: Gesundheitserziehung – gesundmachende Erziehung 3
Jean-Claude Badoux: Une grande responsabilité 3

DEUTSCHSPRACHIGER TEIL

Dr. med. F. van der Linde: Die Gesundheitserziehung in der Schule aus präventivmedizinischer Sicht 4
Dr. Hans Stricker: Umfassende Gesundheitserziehung als Auftrag der Schule 7
Portrait der Dokumentationsstelle für Gesundheitserziehung 8
Dr. med. H. G. Bodmer: Die Belastbarkeit des Lehrers 11
J. H. Pestalozzi: Schulen als Ersatz der häuslichen Erziehung 13
Mani Matter: Dene wos guet geit 13
Prof. Dr. med. dent. Thomas Marthaler: Zahngesundheit und Schulzahnpflege 15
Dr. med. R. Mühlemann / Prof. Dr. med. G. Ritzel: Verpflegung in der Znünipause bei Basler Schulkindern 17
Dr. med. Beat Dubs: Der Schüler und sein Schulraum aus medizinischer Sicht 21
Jugendliche kritisch konsumieren lehren 23
Lehrer und drogengefährdete Schule 25
Prof. Dr. med. Meinrad Schär: Was taugt die Gesundheitserziehung? 26
Varia zur Gesundheitserziehung: Zitate, Facts, Thesen 27

PARTIE FRANÇAISE

Dr. med. P. Grandguillaume: La Santé à l'école 33
Dr. med. W. Bettschart: Ecole et santé 35
Marcel Favre: Education physique, sport, santé 37
Pierre Détraz: Jeunesse et Sport 40
Monette Perrier: Education corporelle et rythmique à l'école 42
Dr. med. H. G. Bodmer: Le stress du maître 44
Jacqueline Golay: Le petit déjeuner réhabilité 46
Dr. med. K. J. Deissler / Doris Feller: La toxicomanie et le maître 49
ZESAR: Santé des écoliers et mobilier scolaire 53
Dr. med. Beat Dubs: L'élève et la salle d'école, considérés sous l'angle médical 55

Nous remercions M. Hugo Lörtscher, du Service photographique de l'Ecole fédérale de gymnastique et de Sport de Macolin, qui a bien voulu mettre à notre disposition les photographies qui illustrent la partie française de ce numéro.

Ces images, bien que n'ayant pas un rapport immédiat avec les articles qu'elles accompagnent, sont le symbole des efforts entrepris en faveur de la santé de notre jeunesse. Réd.

Materialien zur Gesundheitserziehung 65
Hinweise, PR-Beiträge 67
Inserate-Teil 72

Umschlag-Grafik von Regula Schild: «Schweiz – Struktur aus föderalistischem Geflecht» – umdeutbar als Symbol für Gesundheit als Gewebe aus «materiellen» (horizontalen) und seelisch-geistigen (vertikalen) Einwirkungen

Die Thematik dieser Sondernummer wird ergänzt und vertieft durch eine Broschüre «Arzt und Erzieher im Gespräch – Schülerprobleme heute», die als Sonderausgabe der «Schweizerischen Lehrerzeitung» erscheint (ca. Dez. 1978)

ECOLE ET SANTE – GESUNDHEITSERZIEHUNG

Gesundheitserziehung – gesundmachende Erziehung

Dieses dritte «numéro commun» der «Schweizerischen Lehrerzeitung» und des «Educateur» hat wiederum ein gemeinsames Anliegen aller Lehrer, wo immer und auf welcher Stufe sie wirken mögen, zum Thema: Probleme, Aufgaben und Möglichkeiten einer Gesundheitserziehung.

Gesundheitserziehung, das ist sehr viel mehr als mit dem Drohfinger vorgetragene Aufklärung über die Schädlichkeit von Genussmitteln, sei dies Alkohol, sei es Nikotin, seien es Drogen, ist mehr als Mahnsprüche über die dringend notwendige körperliche Bewegung, ein Predigen über massvolles Essen und Trinken und das Vermeiden von Stress.

Erfahrungen zeigen, dass Aufklärung und Wissen (das zwar potentiell Macht verleiht) nur allzu oft ohnmächtig sind gegenüber menschlicher Bequemlichkeit, gegenüber Verführung durch Werbung, gegenüber Vorurteilen und angeblichen Erwartungen der Gruppe oder der Gesellschaft, der man angehört. Es soll ja nicht bloss der Kopf mit hygienischem Wissen «versehen» werden, sondern jene Schicht im Menschen gilt es zu erfassen, die ihn dazu führt, sein Leben verantwortungsbewusst, gesund, gesundmachend zu gestalten. Wir brauchen nicht Gesundheitserziehung als ein weiteres der Schule aufgebürdetes Fach, sondern eine über- und auch ausserfachliche Haltung des Erziehers, die darauf bedacht ist, durch sein persönliches Leben (darf man nicht mehr «Vorbild» sagen?) und durch immer wieder ergriffene Gelegenheiten (etwa bei einer Rechnungsaufgabe, im Biologieunterricht, im Französisch, bei der Aufsatzbesprechung usw. usf.) eine Gesinnung zu fördern, die das Gesunde und Sinnvolle, Lebenserhaltende pflegt und sich Leib und Seele gegenüber verantwortlich weiss. Unsere Zivilisation hat sich, daran zweifelt wohl niemand mehr, in mancherlei Hinsicht und auf vielen Gebieten vom Lebenskräftigen und Lebensschützenden entfernt; wir missachten die Rhythmen der Natur, im Grossen wie im Kleinen, wir überlisten Naturgesetze und natürliche Abläufe mit allerlei künstlichen Mitteln, und auch die Schulhäuser und Schulzimmer als Lernort und etliche Praktiken im pädagogischen Bereich dürfen kaum durchweg gesund und gesundheitsdienlich genannt werden. – All dies ist Einsichtigen längst bekannt, aber die sogenannten Sachzwänge sind oft stärker, und der Wille zu einer konsequent hygienischen Gestaltung des Lebens und vernünftiger Prävention erlahmt an den vielen Widerständen.

So erwarten wir auch von dieser «Gesundheitserziehungs-Nummer» keine Wunder und spektakulären Verwandlungen, aber vielleicht doch die Stärkung der Einsicht, dass Erziehung überhaupt ein gesundmachendes, gesunderhaltendes Einwirken und durch die Praxis beglaubigtes Bemühen sein muss. Wie sagte Kästner? «Es gibt nichts Gutes, ausser man tut es!» **Leonhard Jost**

Une grande responsabilité

Ce nouveau numéro spécial commun «Educateur – Schweizerische Lehrerzeitung» (le troisième du genre) est consacré au Thème Ecole et Santé.

Comme chacun de nos numéros thématiques, il n'a pas la prétention de dire tout et définitivement. Ce que nous avons désiré, en vérité, c'est apporter à nos lecteurs quelques sujets de réflexion en donnant la parole à diverses personnes autorisées. Pourquoi Ecole et Santé? N'est-ce-pas là une «tarte à la crème» qui risque de devenir indigeste? Nous ne le pensons pas!

En effet l'écolier de 1978, même si ses conditions d'hygiène, de nourriture, de logement semblent bien meilleures que celles dont ont joui ses parents ou ses grand-parents, même si la prévention médicale l'entoure de soins diligents, est soumis à de dures exigences: des espaces verts dont le rétrécissement est privatif de liberté et de mouvements, un environnement bruyant, souvent polluant, une alimentation pas toujours «biologique», des soirées qui se prolongent devant le téléviseur, et nous en passons . . . En bref, une vie en réalité assez dure et bien capable de mettre sa santé physique et mentale en péril.

L'école, elle, tente de corriger le tir. Elle essaie, trois heures par semaine (quand le nombre de salle de gymnastique le permet!) de rééquilibrer, d'oxygéner, de fortifier. Elle organise des camps de toute sorte. Mais sont-ils vraiment au service de la santé des enfants? Nous en doutons parfois.

D'ailleurs l'école, elle aussi, soumet sa fidèle clientèle à un régime assez éprouvant: des programmes chargés, des trajets en bus parfois fatigants, une position assise de longue durée, des serviettes peu propices à la verticalité d'une colonne vertébrale, des devoirs à domicile pas toujours diurnes, etc.

Ce tableau, peut-être un peu pessimiste, devrait nous inciter, nous gens d'école, à ne jamais négliger de prendre assez de précautions pour sauvegarder la santé de nos élèves, leur bien si précieux. Une raison donc suffisante pour que le journal des enseignants suisses fasse aussi sa part dans ce domaine de l'information. Et comme l'école préside à la rencontre d'élèves et de maîtres, il est normal qu'on réfléchisse aussi à ce bien tout aussi précieux: la santé des enseignants.

En souhaitant à nos lecteurs de trouver de l'intérêt à la lecture de ces pages, nous leur rappelons que leurs remarques ou propositions, quant à l'édition de nos «numéros suisses», sont toujours les bienvenues.

J.-Cl. Badoux

Die Gesundheitserziehung in der Schule aus präventivmedizinischer Sicht

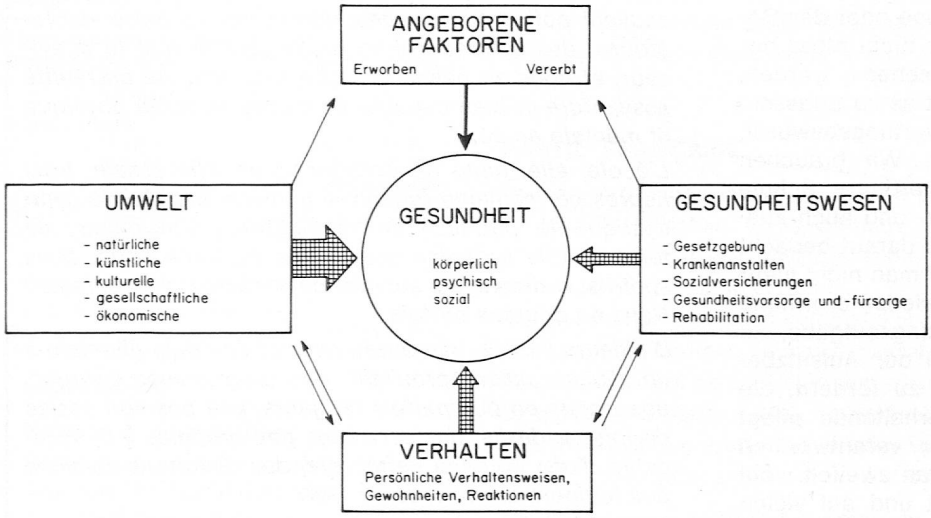
Dr. med. F. van der Linde, Sanitätsdepartement des Kantons St. Gallen

Was ist Gesundheit?

Immer häufiger erklingt der Ruf nach Gesundheitserziehung in der Schule. Als Lehrer werden Sie gut in der Lage sein, sich unter dem zweiten Teil des Wortes «Gesundheitserziehung» etwas vorzustellen. Aber haben Sie schon einmal versucht, den Begriff «Gesundheit» zu definieren? Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat den Versuch gewagt und ist zu folgender Umschreibung gekommen:

«Gesundheit ist ein Zustand des völligen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.» Auch wenn diese Definition (mit Recht) immer häufiger als unrealistisch angesehen wird, so enthält sie doch die wichtige Aussage, dass Gesundheit mehr als nur körperliche Aspekte hat.

Die Definition der World Health Organization und auch die Mehrheit der Bevölkerung sieht die Gesundheit als etwas *Statisches*, als erstrebenswerten *Zustand.* Wie Abbildung 1 zu zeigen versucht, ist Gesundheit nach neuerer Auffassung aber viel eher als *dynamischer Prozess* anzusehen. Sie steht in einem komplizierten Bezugssystem, das u. a. wesentlich von *Umweltbedingungen* und *persönlichem Verhalten* geprägt wird. Dieses System ist nicht nur von akademischer Bedeutung. Der Lehrer, an den heute vermehrt Forderungen auf dem Gebiet der Gesundheitserziehung gestellt werden, ist Teil dieses Systems. Er ist — bewusst oder unbewusst — Mitgestalter der Gesellschaft und der Verhaltensweisen seiner Schüler. Es ist daher wohl ein verständliches Anliegen der Präventivmedizin, diesen Prozess so mitgestalten zu helfen, dass dabei ein Optimum an Gesundheit erreicht wird.



Gesundheitserziehung gestern und heute

Die Geschichte der Präventivmedizin besteht vorwiegend aus einer ganzen Reihe von Massnahmen zur Verbesserung der Umweltbedingungen (Gesundheitsgesetzgebung, Wasserhygiene, Abfallbeseitigung usw.). Die Gesundheitserziehung war fast vollständig auf die Bekämpfung übertragbarer Krankheiten ausgerichtet — mit Erfolg. Vor allem dank dem *Rückgang der Säuglingssterblichkeit* leben wir heute rund 20 Jahre länger als um die Jahrhundertwende. Das Krankheitsgeschehen hat sich in dieser Zeit vollständig geändert, wie aus der Zusammenfassung der wichtigsten Todesursachen in Tabelle 1 sichtbar wird. Die *Epidemiologie* (die Lehre des Krankheitsgeschehens in einer Bevölkerung) zeigt den Rückgang der Infektionskrankheiten als Todesursache fast bis zur Bedeutungslosigkeit, dafür aber eine nicht nur prozentuale, sondern auch echte Zunahme einer Gruppe von Krankheiten, die durch unsern heutigen Lebensstil und durch das persönliche Verhalten des einzelnen mitverursacht sind und die deshalb unter dem Sammelbegriff der *Zivilisationskrankheiten* zusammengefasst werden. Herzinfarkt, Lungenkrebs, Altersdiabetes und rheumatische Erkrankungen sind nur einige Beispiele.

Tabelle 1

PROZENTUALE VERTEILUNG DER STERBEFÄLLE IN DER SCHWEIZ

Todesursachen	1900	1976
Infektionskrankheiten	21,2 %	2,8 %
Krebs	7,3 %	23,6 %
Herzkrankheiten	8,6 %	15,8 %
Arteriosklerose	3,3 %	28,5 %
Unfälle	3,4 %	5,2 %
Alle übrigen Todesursachen	56,2 %	24,1 %
	100,0 %	100,0 %

Wiederum ergeben sich ganz konkrete Folgen für die Gesundheitserziehung: Während man früher die Gesundheitserziehung auf einige einfache Fragen der Körper- und Umwelthygiene beschränken konnte und im übrigen das Risiko einer Erkrankung weitgehend als Schicksal angesehen werden musste, *bestimmt man heute für eine ganze Reihe von Krankheiten sein Erkrankungs- oder Sterberisiko weitgehend selbst.* Die Tatsache, dass soviele Leute sich trotzdem gesundheitsschädigend verhalten, zeigt, dass die Ursachen dieser Zivilisationskrankheiten vielschichtig und rein medizinisch nicht erfassbar sind, sondern zum mindesten noch zusätzlich verhaltenspsychologische Erklärungsansätze brauchen. Es zeigt auch, dass Gesundheitserziehung nicht einfach mit Wissensvermittlung über gesunde Lebensweise gleichgesetzt werden kann. Wäre dies der Fall, hätten wir z. B. das Problem des Rauchens heute schon weitgehend gelöst, denn praktisch jeder Raucher weiss mehr oder weniger deutlich um die Schädlichkeit seines Verhaltens.

Gesundheitserziehung im körperlichen, psychischen und sozialen Bereich

Die bisherigen Ausführungen weisen darauf hin, dass es offenbar nicht da-

mit getan ist, dem Jugendlichen Kenntnisse über körperliche Gesundheit zu vermitteln. Gerade heute so brennende Probleme wie jugendlicher Alkohol-, Tabak- und Drogenkonsum, aber auch z. B. falsche Ernährungsgewohnheiten wurzeln oft in erster Linie im psychischen und sozialen Bereich. Eine wirksame Gesundheitserziehung muss daher alle drei Bereiche umfassen.

Betrachten wir das Problem am konkreten Beispiel des *Alkoholkonsums.* Selbstverständlich braucht der Jugendliche zunächst Informationen über die Wirkungen des Alkohols auf seinen Körper. Ganz konkret braucht er diese Kenntnisse z. B. in seiner Eigenschaft als zukünftiger Verkehrsteilnehmer. Er muss wissen, dass Alkohol trotz dem gegenteiligen subjektiven Eindruck die Reaktionsfähigkeit beeinträchtigt, und er muss über die langfristigen körperlichen Schädigungen übermässigen Alkoholkonsums orientiert sein. Die Vermittlung dieser Kenntnisse im körperlichen Bereich (die sogenannte *Somatohygiene)* ist relativ einfach. Man muss ihm aber auch aufzeigen, dass Alkohol oft als «Medikament» für Konflikte und Spannungen benützt wird und ihn auf die Untauglichkeit dieser Art von Lösungsversuch aufmerksam machen. Vor allem aber wird es sich darum handeln, mit ihm zusammen alternative Konfliktlösungsmöglichkeiten auszuarbeiten. Dieser Aspekt der Gesundheitserziehung gehört in den Bereich der *Psychohygiene.* Schliesslich soll versucht werden, im sozialen Bereich allmählich eine Änderung der Werturteile über Alkohol zu erreichen, so dass der vielerorts vorhandene soziale Druck, Alkohol zu konsumieren, vermindert wird. Dieser Aspekt wird dann als *Soziohygiene* bezeichnet.

Dieses Modell der Gesundheitserziehung auf körperlichem, psychischem und sozialem Gebiet lässt sich am Beispiel des Alkoholkonsums besonders deutlich aufzeichnen, es ist aber auch auf andere Gebiete wie z. B. Tabakmissbrauch, gesunde Ernährung oder auch Verkehrsunfallverhütung übertragbar. Allerdings ist diese schematische Dreiteilung wohl mehr von theoretischem als von praktischem Nutzen, da man einen konkreten Lehrplan nicht in dieser Weise aufbauen wird.

In der *Praxis* stellen sich zwei viel konkretere Fragen: Welche Themen gehören in eine moderne Gesundheitserziehung und welches sind die Ziele, die man erreichen will?

Inhalte einer modernen Gesundheitserziehung

Die Gebiete, die im Rahmen einer modernen Gesundheitserziehung behandelt werden sollten, sind einigermassen klar umschreibbar. Ein Versuch einer solchen Zusammenstellung findet sich in *Tabelle 2.* Das langfristige

Tabelle 2

GEBIETE DER SCHULISCHEN GESUNDHEITSERZIEHUNG

Ernährungslehre
Herz- und Kreislaufkrankheiten
Krebsverhütung
Drogenkonsum
— Tabak
— Alkohol
— Medikamente
— Drogen im engeren Sinn

Verhütung von Infektionskrankheiten
Umwelthygiene
— Wohnungshygiene
— Wasser und Lufthygiene
— Lärmverhütung

Persönliche Hygiene
— Körper- und Zahnpflege
— Kleidung

Bewegungshygiene
— Bewegungsmangel
— Haltungsschäden

Freizeitgestaltung
Sexualhygiene
Seelische Gesundheit
Unfallverhütung
— Verkehrsunfall
— Heimunfall
— Betriebsunfall
— Sportunfall

Ziel aus der Sicht der Präventivmedizin muss darin bestehen, jedes einzelne Gebiet stufengerecht in ein Gesamtkonzept einzubauen. Viele Themen werden dabei mehrmals vorkommen. So ist es z. B. *zwecklos, den Jugendlichen einmal über die Gefahren des Rauchens aufzuklären. Gerade die Probleme des Genussmittel- und Drogenkonsums müssen auf jeder Schulstufe in entsprechend angepasster Form durchgenommen werden, auf der unteren Schulstufe eher mit Schwerpunkt Somatohygiene, später mehr mit Betonung der Psycho- und Soziohygiene.*

Ein Überblick über die Lehrpläne der verschiedenen Kantone würde wohl ein sehr unterschiedliches Bild der Verwirklichung dieser Zielvorstellung bieten, und überall wären noch mehr oder weniger grosse Lücken auszufüllen. Da auch beim besten Willen ein so umfassendes Konzept nicht kurzfristig verwirklicht werden kann, müssen gewisse Prioritäten gesetzt werden. Welche Gebiete müssen neben den heute bereits eingeführten in erster Dringlichkeit in Angriff genommen werden?

Eine Möglichkeit, diese Frage zu beantworten, besteht in der *Analyse der Erkrankungs- und Todesursachenstatistiken der Schweiz.* Woran erkrankt oder stirbt man heute in erster Linie? Dabei interessieren uns natürlich vor allem die jüngeren Menschen, da es nicht darum geht, den natürlichen Tod des alten Menschen zu verhüten. Tabelle 3 zeigt die drei wichtigsten Todesursachen für Männer in einigen Altersgruppen, alle vor dem AHV-Alter.

Tabelle 3

(Daten von 1976)	Todesfälle	in %
Alter 5—14 Jahre		
1. Verkehrsunfälle	62	32,6
2. Übrige Unfälle	43	22,6
3. Krebs	26	13,7
Übrige Todesursachen	59	31,1
Total	190	100,0
Alter 20—29 Jahre		
1. Verkehrsunfälle	204	30,2
2. Selbstmord	198	29,3
3. Übrige Unfälle	112	16,6
Übrige Todesursachen	162	23,9
Total	676	100,0
Alter 40—49 Jahre		
1. Herz- und Kreislaufkrankheiten	360	26,9
2. Krebs (davon 111 Lungenkrebs)	357	26,7
3. Selbstmord	184	13,7
Übrige Todesursachen	438	32,7
Total	1 339	100,0
Alter 60—69 Jahre		
1. Herz- und Kreislaufkrankheiten	2 806	42,0
2. Krebs (davon 709 Lungenkrebs)	2 190	32,8
3. Krankheiten der Verdauungsorgane (davon 243 Leberzirrhose)	379	5,7
Übrige Todesursachen	1 310	19,5
Total	6 685	100,0

Jeder dieser Todesfälle ist statistisch gesehen vorzeitig, und die Frage muss zum mindesten gestellt werden, ob er nicht verhütbar gewesen wäre. Die Aussage der Tabelle ist eindrücklich: *Unfälle und Selbstmord stehen bei den beiden jüngeren Gruppen, Herz- und Kreislaufkrankheiten sowie Krebs bei den beiden älteren im Vordergrund.* Werfen wir ausserdem noch einen Blick auf die Diagnosenstatistik der schweizerischen Krankenanstalten, so

zeigt sich dort, dass z. B. bei Männern von 25 bis 39 Jahren Alkoholismus der häufigste Einweisungsgrund in ein Spital ist, bei 40 bis 49 Jahren immer noch der zweithäufigste. Bei jungen Frauen kommen die Folgen des chronischen und akuten Medikamentenmissbrauchs (Selbstmordversuche) in den ersten Rängen vor. Die Gesundheitsstatistik zeigt also relativ eindeutig, wo heute die Hauptprobleme liegen:

— *Drogenmissbrauch und -abhängigkeit* (Tabak, Alkohol, Medikamente, Drogen im engeren Sinne). Es ist vordringlich, integrierte Unterrichtskonzepte für diesen Problemkreis zu schaffen. Die abhängigkeitserzeugenden Mittel sind dabei vor allem auf der Ebene der Psychohygiene als Einheit zu betrachten. Eine Einzelaktion z. B. über die schädliche Wirkung von Alkohol ist völlig zwecklos, wenn sie nicht im Rahmen eines Gesamtkonzeptes der Erziehung zum Umgang mit diesen Mitteln erfolgt.

— *Unfallprophylaxe.* Obwohl gerade auf diesem Gebiet bereits Vorbildliches geleistet wird, zeigen die in letzter Zeit wieder steigenden Verkehrsunfallziffern deutlich die Notwendigkeit einer Intensivierung der Gesundheitserziehung. Der völlig irrationale Widerstand weiter Bevölkerungskreise gegen das freiwillige Tragen von Sicherheitsgurten ist ein weiteres Beispiel dafür, dass man mit Wissensvermittlung allein nicht zum Ziel kommt.

— *Selbstmordprophylaxe.* Vielleicht ist dieses Gebiet darum noch völlig unterentwickelt, weil mit Somatohygiene allein kaum etwas erreicht werden kann. Eine adäquate psychische Betreuung des Jugendlichen, der heute wahrscheinlich mehr als früher in einer Umwelt von gestörten Bezügen zu traditionellen Werten, zu Erwachsenen, zu Kameraden und auch zum eigenen Ich lebt, lässt sich nur schwer in einen Lehrplan einbauen und erfordert ein erhebliches Mass an persönlichem Engagement des Lehrers.

— *Vorbeugung von Herz- und Kreislaufkrankheiten und Krebs.* Auf diesem Gebiet ist es vor allem wichtig, das Verständnis für die Gesundheit als dynamischen Prozess zu wecken. Die schädigenden Einflüsse (soweit bekannt), die zu diesen chronischen Erkrankungen führen, wirken langfristig. So zeigt z. B. der Tabakkonsum im jugendlichen Alter ausser für den Leistungssportler keine unmittelbaren negativen Folgen. Die Erfahrung lehrt, dass es für die meisten Jugendlichen völlig irrelevant ist, ein erhöhtes Risiko für eine Erkrankung zu haben, die erst in 30 Jahren ausbricht. Hier stellt sich eine Aufgabe, die wiederum weit in die Gebiete der Psycho- und Soziohygiene hineinreicht, nämlich dem Jugendlichen ein *Verantwortungsbewusstsein* für die langfristige Gestaltung seiner eigenen Gesundheit beizubringen.

Die Formulierung von Lernzielen

Gerade dieser letzte Punkt bringt uns zu einer Frage, die eigentlich noch wichtiger ist als die Umschreibung bestimmter Lehrstoffe. *Was ist eigentlich unser konkretes Ziel? Wie soll der Jugendliche sich nach unseren Vorstellungen verhalten?* Es soll hier darauf verzichtet werden, ein allgemein gültiges Gesundheitsziel zu formulieren. Gesundheit kann durchaus individuell verschieden verstanden und gelebt werden. Gesundheit soll auch kein Selbstzweck sein, sondern viel eher als notwendiger oder zumindest wünschenswerter Teil zur Erfüllung eines Gesamtzwecks angesehen werden. Damit ist ein gewisser individueller Spielraum gegeben, der sich zwangsläufig auch in der Festsetzung von Lernzielen niederschlagen wird.

Die Schwierigkeit der Zielsetzung soll am Beispiel der Gesundheitserziehung auf dem Gebiete des Drogenmissbrauchs kurz erläutert werden. Tabelle 4 zeigt einige Möglichkeiten von Zielsetzungen bei der Prophylaxe von Drogenmissbrauch und -abhängigkeit. Es ist für den Lehrer von grosser Bedeutung, sein Lernziel genau zu kennen und sich gerade auf dem Gebiet der Drogen auch über seine eigene Einstellung zu diesen Mitteln im klaren zu sein. Jede der aufgeführten Zielsetzungen kann in einer gegebenen Situation für sich allein oder in Kombination mit weiteren Zielsetzungen Gültigkeit haben.

— **Möglichst weitgehende Einschränkung des Konsums einer bestimmten Droge***

— **Schaffung der gewünschten inneren Einstellung gegenüber einer bestimmten Droge**

— **Schaden eines gewissen akzeptierten Konsums möglichst gering halten**

— **Vergrösserung des Sachwissens über bestimmte Drogen**

— **Schulung der Entscheidungsfähigkeit des Jugendlichen bei Konfrontation mit der Droge**

Bei der Betrachtung der verschiedenen Ziele fällt auf, dass es sich nur in einem Fall um ein Wissensziel, im übrigen aber um *Einstellungs- und Verhaltensziele* handelt. Auch auf den anderen Gebieten der Gesundheitserziehung sollten letztere im Vordergrund stehen.

Der Lehrer als Gesundheitserzieher?

Nach der Lektüre dieser Vielfalt von Anforderungen wird ein grosser Teil der Lehrer diese Frage mit einem entschiedenen Nein beantworten. Er wird nicht ganz zu Unrecht darauf hinweisen, dass der grösste Teil der aufgezeichneten Gebiete ins *Elternhaus und nicht in die Schule* gehört. Er wird sich wiederum mit einem gewissen Recht fachlich und menschlich überfordert fühlen. Also kein Ausbau der Gesundheitserziehung in der Schule?

Eine Betrachtung der Realität zwingt uns zur Auseinandersetzung mit der Gesundheitserziehung. Wenn wir noch einmal auf die Konsequenzen von Abbildung 1 zurückkommen, *ist der Lehrer, wie bereits angetönt, auf jeden Fall ein Gesundheitserzieher, ob er will oder nicht.* Durch seine bedeutende Stellung in diesem System, in dem er die Umwelt zu einem geringeren, die Einstellungen und Verhaltensweisen seiner Schüler in einem weit stärkeren Ausmass mitprägt, ist er zwangsläufig an der Gesundheit seiner Schüler mitbeteiligt. Daher erscheint es auch unrealistisch, ein eigenes Fach «Gesundheitserziehung» mit einem eigens dazu ausgebildeten Lehrer zu schaffen. Vielmehr soll die *Gesundheitserziehung in sinnvoller Weise in den bestehenden Unterricht integriert werden.*

Nun kann es sich aber auch nicht darum handeln, jeden Lehrer zum Fachmann in Gesundheitserziehung auszubilden. Das medizinische Wissen für den Bereich der Somatohygiene kann von Fachleuten in Form von geeigneten Lehrmitteln hergestellt werden. Für die Bereiche der Psycho- und Soziohygiene aber, die sich weitgehend auf dem Bereich des

* Droge: Alkohol, Tabak, Medikamente, Drogen im engeren Sinn

Suchtmittel-Reklame-Debatte im Nationalrat (nach «Standpunkt», Monatszeitung der SFA, Postfach 203, 1013 Lausanne)
Geistige Collage = Fotomontage von Ed. Rieben, Bern

zwischenmenschlichen Verhaltens abspielen, ist eine *Ausbildung in Gesprächsführung und psychologischem Verhalten dem Schüler gegenüber* notwendig.

Die heutigen Forderungen der Präventivmedizin gehen also in erster Linie weniger an den einzelnen Lehrer, als an die Erziehungsdepartemente. *Es müssen Konzepte einer integrierten Gesundheitserziehung erarbeitet und mit erster Priorität entsprechende Ausbildungsmöglichkeiten an den Seminarien geschaffen werden.* Diese Konzepte sind unbedingt in einem interdisziplinären Rahmen zu erarbeiten und können, wie die verschiedenen Entwicklungen z. B. in den Kantonen Bern und Genf zeigen, durchaus je nach lokalen Bedingungen verschieden ausfallen[1]. Bei geeigneter Vorbereitung im Seminar oder in Fortbildungskursen, der Möglichkeit des Beizugs von Fachleuten auf dem medizinischen Gebiet und mit gutem Lehrmaterial ist, wie ausländische Erfahrungen und erste Ansätze in der Schweiz zeigen, Gesundheitserziehung in der Schule durch den Lehrer keine Illusion. ■

[1] Eine nähere Beschreibung dieser Konzepte sowie weitere Artikel über das Gebiet der Gesundheitserziehung finden sich in der Zeitschrift «Sozial- und Präventivmedizin», Band 22, Nrn. 5+6, 1977.

Umfassende Gesundheitserziehung als Auftrag der Schule

Dr. Hans Stricker, Amt für Unterricht und Forschung, Bern

Bildung als Persönlichkeitsformung

Die Schule ist Teil unserer Gesellschaft und zugleich deren Spiegelbild. In dieser eigentümlichen Stellung hat sie zudem eine doppelte Aufgabe zu erfüllen. Sie muss die jungen Menschen für die Bewältigung des künftigen Lebens vorbereiten, das niemandem bekannt ist, weil die Gesellschaft selber einem dauernden Wandel unterzogen ist. Sie muss aber gleichzeitig das, was menschliches Wissen, was menschliche Kultur bis heute geleistet hat, den Schülern weitergeben, damit auch sie es der nächsten Generation überliefern können. *In der Tradition stehend, muss die Schule also lehren, Veränderungen zu bewirken.* Im 19. Jahrhundert und bis über die Mitte unseres Jahrhunderts hinaus ergaben sich daraus nicht allzu grosse Schwierigkeiten: Die Lerninhalte der Schule waren bekannt, die Wissenschaft sagte, was in den einzelnen Fächern zu lehren war; die Beschäftigung mit Wissenschaft hiess: gebildet werden. Und von dieser Bildung erwartete man gleichzeitig auch eine erzieherische Wirkung: Ein gebildeter Mensch war auch ein erzogener Mensch. Diese Meinung kam bei den Beratungen zum ersten Bernischen Sekundarschulgesetz 1839 deutlich zum Ausdruck: Gute Schulbildung, so wurde damals im Grossratssaal gesagt, sei das beste Mittel gegen das Branntweintrinken und gegen das Verbrechertum. In den Protokollen finden wir den Satz: *«Gute Schulen bedeuten leere Zuchthäuser.»*

Die *sozialen Beziehungen* waren noch bis weit in unser Jahrhundert hinein relativ einfach: Die jungen Menschen wurden vor allem durch ihre Eltern, durch die Lehrmeister, durch die Kameraden in die sozialen, politischen und wirtschaftlichen Probleme der Erwachsenenwelt eingeführt. In diesem Sozialgefüge gab es feste Wertmassstäbe, die es zu beachten galt und die der Jugendliche zu respektieren hatte und respektierte, auch wenn er sie in seinem Übermut hin und wieder bewusst übertrat.

Die grosse *Unsicherheit,* in der wir heute alle, ganz besonders aber die jungen Menschen, stecken, hat ihre Ursache gerade in diesen beiden Be-

reichen unserer Kultur: Dem Wissen und den Wissenschaften einerseits und den zwischenmenschlichen Beziehungen anderseits. *Das Wissen hat in allen Bereichen einen so ungeheuer grossen Umfang angenommen, dass jede Beschäftigung in der Schule mit nur einem Teilchen dieses Wissens in jedem Fall eine zufällige Wahl bedeutet.* Deshalb die immer wiederkehrende Frage der Lehrer nach dem Wesentlichen im Unterricht. Dazu kommt die Erkenntnis, dass Wissen allein die Probleme unserer heutigen Gesellschaft nicht lösen kann, ja, dass gerade die Fortschritte von Wissenschaft und Technik allergrösste Probleme schaffen. Schutz der Umwelt vor Abgasen, Schutz der Menschheit vor den Auswirkungen der Verwendung radioaktiver Stoffe gehören dazu. *Und weiter haben wir heute erkannt, dass das Handeln des Menschen nicht in erster Linie von dem abhängt, was er gelernt hat, sondern von seiner Einstellung, aus welcher heraus sein Handeln erfolgt.* Diese Einstellung möchte ich dreidimensional sehen:

Die Einstellung *sich selbst,* seinen *Mitmenschen* und einer *höheren Macht* gegenüber.

Weil diese drei Dimensionen der Einstellung für die Gesundheitserziehung von Bedeutung sind, ist kurz darauf einzugehen.

Die Einstellung sich selbst gegenüber: Die Fragen werden hier etwa lauten: Betrachte ich mich als einmaliges, einzigartiges Individuum, das auf dieser Welt und an seinem Platz eine ganz bestimmte Aufgabe zugesprochen erhalten hat? Bin ich bereit, mir selber gegenüber verantwortlich zu sein, indem ich Sorge trage zu meinen körperlichen und geistigen Anlagen und sie zu schützen und zu entwickeln trachte, damit sie in meinem Leben zu optimaler Entfaltung kommen? Individualität, Selbständigkeit, Mündigkeit, Verantwortung mir selber gegenüber wären etwa die Stichworte für diese Einstellung.

Die Einstellung dem Mitmenschen gegenüber würde etwa die folgenden Fragen ergeben:

Betrachte ich auch meinen Mitmenschen als einmaliges Individuum, der seine ihm übertragene Aufgabe zu erfüllen hat und den ich in dieser, seiner eigenen Art anerkennen muss? Betrachte ich mich auch für den Mitmenschen in dem Sinne verantwortlich, dass ich ihm helfe, zu seiner eigenen Verwirklichung zu gelangen? Liebe das Idealbild deines Mitmenschen so, wie du das Idealbild von dir selbst liebst, wäre hier der Merksatz.

Aus dieser Verantwortung am Mitmenschen ergibt sich auch die Verantwortung an der Gesellschaft, welche ja die Gesamtheit der Individuen darstellt.

Die Einstellung der höheren Macht gegenüber: Diese dritte Dimension wird, da sie das Rationale, das Verstandesmässige übersteigt, vielleicht jene sein, die beim Menschen einerseits die Angst vor der Zukunft vermindern helfen kann und den Zugang zum gefährdeten Mitmenschen erst ermöglicht. Sie wird in der Gesundheitserziehung entscheidend sein. — Fühle ich mich dieser Macht gegenüber verantwortlich für mein Verhalten; ist sie für mich aber auch Halt in Situationen, die mein Leben gefährden können?

Wir sind damit beim zweiten Grund der grossen Unsicherheit in unserer Zeit angelangt: *beim Verlust von Normen, von Wertmassstäben.* Gemeint sind Massstäbe, welche die Religion festgelegt hatte, welche im Zusammenleben in der Familie oder in der Dorfgemeinschaft begründet gewesen waren. Dass diese Normen eingehalten wurden, dafür sorgten die Familie, die Dorfgemeinschaft, die Schule. Wir haben uns zu fragen, was es für die jungen Leute bedeutet, wenn diese Normen nicht mehr bestehen oder an deren Stelle eine Vielzahl von andern sogenannten Massstäben getreten sind.

Der junge Mensch muss, um seine eigene Persönlichkeit zu finden, in seiner Entwicklung einmal nein sagen zu den Autoritäten, die ihm aufgebunden worden sind, damit er sie später aus eigener Überzeugung, auf eigenen Entschluss hin, anerkennen kann. Doch in dem Augenblick, da er ziel- und hilflos, alles verneinend schwimmt und auf Hilfe in Form gesicherter Haltepunkte am meisten angewiesen wäre, muss er erkennen, dass ihm auch die Erwachsenen keine Ideale mehr zeigen können. Ist er stark genug, zimmert er sich selber ein Weltbild zurecht, das auf irgendwo gefundenen Stützen steht. Findet er das nicht, was er gesucht hat, kann er an sich selber oder an der Zukunft verzweifeln. Die Angst vor diesem Ausgeliefertsein wird er dann möglicherweise mit Dingen zu bannen versuchen, die ihn in Zustände des Rausches oder der Halluzination versetzen.

Forderungen der Öffentlichkeit an die Schule

In dieser Situation der Unsicherheit versucht man nun, der Schule jene

Portrait: Dokumentationsstelle für Gesundheitserziehung

Unter diesem Namen befasst sich die an der Nelkenstrasse 15 in Zürich domizilierte Geschäftsstelle der *Schweizerischen Stiftung für Gesundheitserziehung* mit allen einschlägigen Kommunikationsproblemen im Zusammenhang mit Gesundheitserziehungsfragen. Die Institution steht unter der Leitung von Dr. phil. Georges Bretscher, einem Sozialpsychologen. Die Dokumentationsstelle ist dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich angegliedert. Aus dieser Verbindung resultiert ein Optimum an Integration von medizinisch-sozialwissenschaftlicher Zusammenarbeit in Forschung und Praxis.

Schwerpunkte der Tätigkeit der Dokumentationsstelle sind vorab

— die *Produktion gesundheitserzieherischen Materials* in eigener Regie, in Zusammenarbeit mit anderen Institutionen oder auf Auftragsbasis.

— Dazu gehört auch *Sammlung und Verbreitung zweckdienlicher Information, Koordinationstätigkeit und Kontaktpflege.*

— Bei der *Grundlagenforschung* geht es um die Abklärung der Wirkweise und Wirkung auf dem Gebiet der Primärprophylaxe, der Disziplin also, die sich mit der Verhütung des Entstehens von Krankheiten überhaupt befasst. Solche Projekte laufen unter anderem im Rahmen von Nationalfondsprojekten.

Die Dokumentationsstelle ist *auf gesamtschweizerischer Ebene tätig,* wobei sie sich nicht etwa auf bestimmte Zielgruppen beschränkt. *Ihre Dienste können grundsätzlich von jedermann in Anspruch genommen werden.* Im Stiftungsrat ist neben zahlreichen anderen wichtigen Organisationen auch die Konferenz der schweizerischen Erziehungsdirektoren und der schweizerische Lehrerverein vertreten.

Vgl. auch die Zusammenstellung S. 65

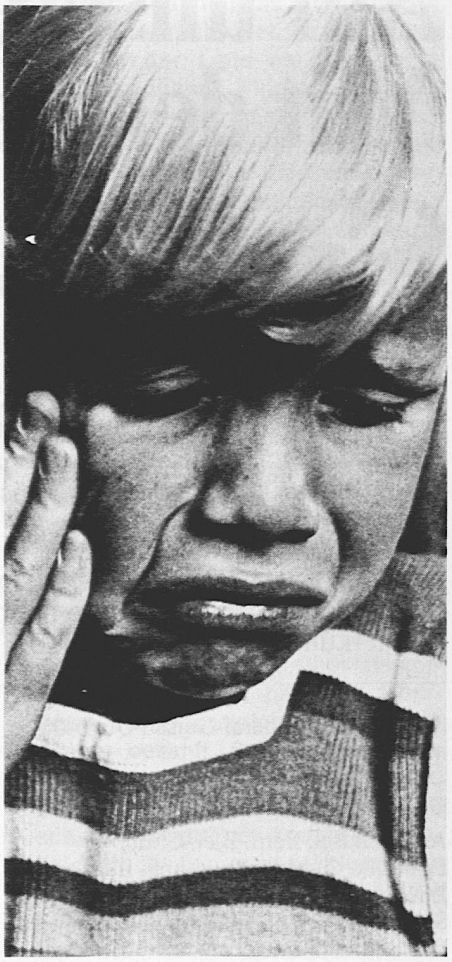
Gesund sein: sich dem Leben zuwenden, sich herzlich freuen und frei lachen können, Enttäuschungen und Schmerz ertragen und überwinden

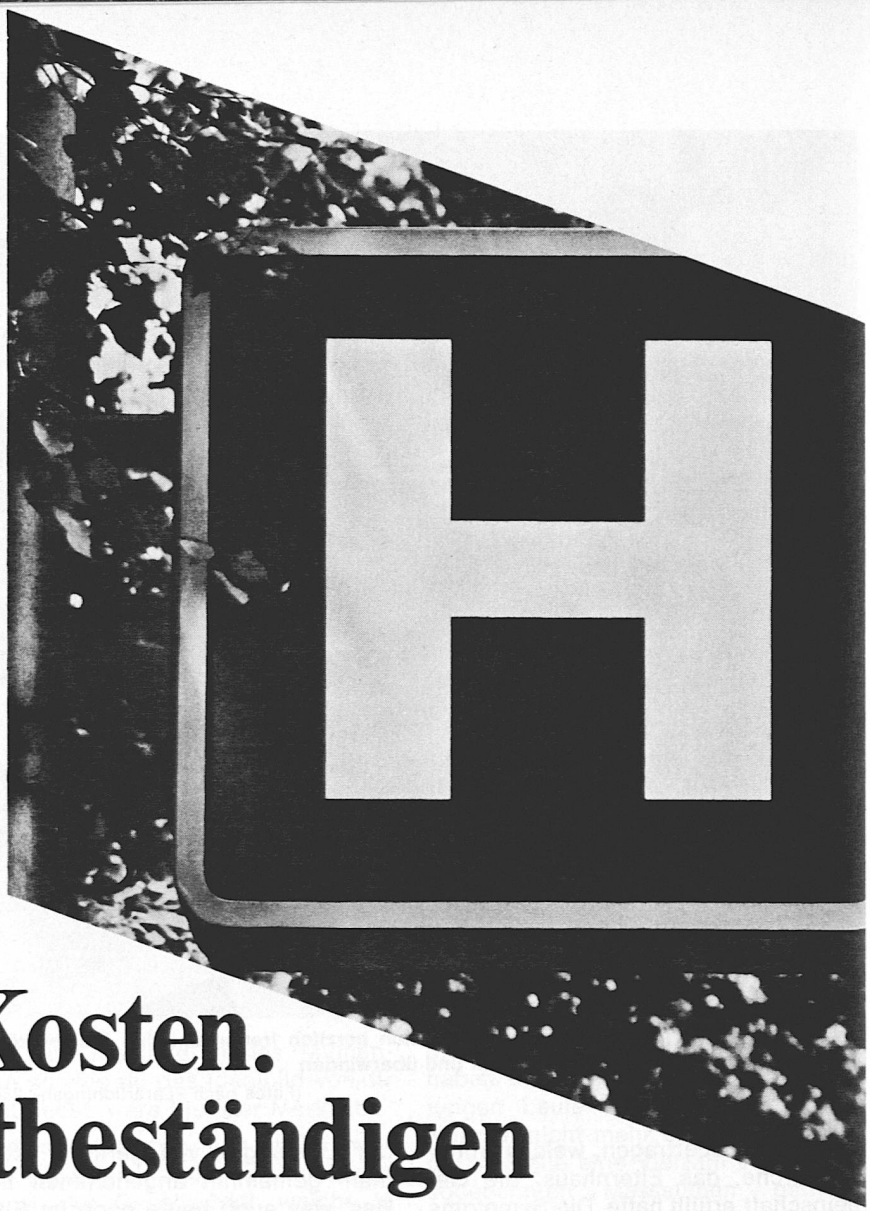
(Fotos nach «Lärartidningen» 26/1977)

Aufgabe zu übertragen, welche früher die Kirche, das Elternhaus, die Gemeinschaft erfüllt hatte. Die Symptome dafür sind die Forderungen der Öffentlichkeit, die Schule habe sich ausser mit der Vermittlung von Wissen in den traditionellen Fächern auch mit Unterrichtsinhalten zu befassen, die früher jemand anderem, vor allem der Familie, zugeordnet waren. *Gesundheitserziehung, Konsumentenkunde, Medienunterricht, Berufsorientierung, Sexualunterricht, Umwelterziehung, Freizeitgestaltung usw.* gehören dazu. Ist der Lehrer, vor allem der Primarlehrer, der ohnehin schon 12—15-Kämpfer ist, von seiner Ausbildung, von seinem Wissen und von seinem erzieherischen Können her überhaupt in der Lage, diese Aufgabe zu übernehmen? Dazu gesellt sich die weitere *Frage, ob die erzieherische Wirkung, welche von der Schule ausgeht, wirklich so gross ist, dass im Kind und im Jugendlichen Haltungen und Einstellungen gebildet werden, die den Aufwand rechtfertigen.* Denn Untersuchungen haben gezeigt, dass der Einfluss der Schule nicht nur im Erzieherischen, sondern auch im Bereiche der Leistungen viel geringer ist, als man gemeinhin angenommen hatte. Das, was auch heute noch im Elternhaus geschieht, und zwar vor allem beim Kind, das noch nicht zur Schule geht, ist unendlich viel prägender als der Einfluss der Schule.

Was bisher gesagt wurde, könnte geradlinig zum Schluss führen, die Schule brauchte sich eigentlich nicht so sehr mit Gesundheitserziehung zu beschäftigen, weil die Wirkung, die von ihr ausgehe, klein sei, weil sie ja wiederum nur Wissenbruchstücke an die Schüler herantragen würde, weil sie ja keine neuen Normen setzen könne und weil die Lehrer ohnehin überlastet und für diese Aufgabe nicht ausgebildet seien. Eine solche Schlussfolgerung würde jedoch das Grundproblem übersehen. *Die Schule hat seit der griechischen Antike neben der bildenden Komponente immer auch die erzieherische in sich getragen.* Wenn die erzieherische Möglichkeit der Schule auch nur darin besteht, dem Kind und dem jungen Menschen Hilfe dafür anzubieten, dass er Wege sieht, wie er zum selbständigen Individuum und gleichzeitig zum vollwertigen Glied der Gemeinschaft heranwachsen könnte, so hat sie von ihrer Aufgabe her diese Erziehungshilfe zu geben. Und wenn die Schule im Bereiche des Wissens jene Informationen geben kann, welche für die gesunde Entwicklung des Kindes notwendig sind und die es sonst kaum vermittelt erhielte, so hat die Schule dies zu tun, und die Lehrer sind dafür vorzubereiten. Und endlich ist es ja der gesetzliche Auftrag der Schule, Gesundheitserziehung zu betreiben.

Sie kann freilich nicht zu einem eigentlichen Schulfach gemacht werden, weil sie mehr ist als Kenntnisvermittlung in einem Fach. Gesundheitserziehung vollzieht sich im zwischenmenschlichen Verhalten ebenso sehr wie im Bereich des Wissens und Begreifens. Sie ist Ausdruck des Verhältnisses zwischen Lehrer und Schüler, Schüler und Schüler, Eltern und Kind. Gesundheitserziehung rührt an die Grundfragen unserer Gesellschaft, sie fragt nach den in unserem Leben gültigen Werten, nach dem Sinn des Lebens überhaupt. Und damit sind wir alle angesprochen.





Hier sind Sie Privat-patient. Auf unsere Kosten. Mit der wertbeständigen

Spital-Versicherung

Es darf einfach nicht mehr wahr sein, dass der Heilungsverlauf durch finanzielle Sorgen verzögert wird. Oder dass Sie auf eine ausgezeichnete Behandlungsmethode aus Kostengründen verzichten müssen.

1. Spital-Kosten

bis zu Fr. 350'000.– pro Fall, zeitlich unbegrenzt:
- sämtliche Behandlungskosten ohne Selbstbehalt
- Unterkunft und Verpflegung ab 1. Aufenthaltstag

2. Spital-Taggeld

- bis zu 5 Jahren pro Fall
- unabhängig von den effektiven Kosten

Die Spital-Versicherung ist ein selbständiger Teil unserer umfassenden Einzel-Krankenversicherung. Prüfen Sie vor allem unsere Krankenkassen-Ergänzungsversicherung für Privatpatienten. Fragen Sie uns. Wir sind für Sie da.

8022 Zürich, General-Guisan-Quai 40
Tel. 01 201 03 03

Generalagenturen in
Aarau, Basel, Bern, Biel, Chur, Fribourg, Genève, Lausanne, Lugano, Luzern, Neuchâtel, Romanshorn, St. Gallen, Sion, Solothurn, Thun, Winterthur, Zürich

Älteste und grösste Lebensversicherungs-Gesellschaft der Schweiz.
Für Ihre Zukunft ohne Sorgen

RENTENANSTALT
Schweizerische Lebensversicherungs- und Rentenanstalt

Die Belastbarkeit des Lehrers

Dr. H. G. Bodmer, Leiter des schulärztlichen Dienstes der Stadt Zürich

Die Kulturrevolution erschwert Schulhalten

Lange Jahre hindurch sprach man von der Belastbarkeit des Schülers. Man schuf Institutionen zur Abklärung von Lernstörungen, man gründete Sonderklassen und richtete ambulante heilpädagogische Kurse ein. Seit einigen Jahren müssen wir uns vermehrt auch mit der Belastbarkeit der Lehrerinnen und Lehrer befassen. Sicher kann es in besonderen Fällen die Persönlichkeit des Lehrers sein, die zu Krisen neigt. Andrerseits liegt es am Verhalten einzelner Schüler, das den Lehrer ganz erheblich belasten kann. Es gibt aber auch *Entwicklungen unserer Zeit, die das Schulhalten erschwert haben.* Ich denke an die Autoritätskrise der vergangenen 10 bis 15 Jahre. Wir könnten von unserer *Kulturrevolution* sprechen. Daran sind alle beteiligt, die Eltern, die Schule und die weitere Öffentlichkeit. Die Autorität des Lehrers ist keine Selbstverständlichkeit mehr. Früher konnte auch ein pädagogisch nicht so sehr Begabter die Ordnung in der Schule leidlich aufrechterhalten. Heute muss sich der Lehrer seine Stellung erst erkämpfen. Mag sein, dass er durch die Massenmedien schärfer konkurriert wird. Früher war er in seinem Wissen weniger angefochten als jetzt, wo er sich mit Spitzenleuten in Radio und Fernsehen messen muss.

Die Schule erneuert sich

Und noch etwas — darum brauchte ich das Wort Kulturrevolution —, seit einiger Zeit gehört es zum guten Ton, über die Schule herzufallen. Sie *muss* unbedingt *veraltet* sein, weil das Schulgesetz z. B. in Zürich aus dem Jahre 1899 stammt! Es treten Schulapostel auf, die umwälzende Neuerungen anpreisen. Bei näherem Zusehen entpuppt sich die Heilslehre als Klitterung zwischen Gedanken von Pestalozzi und solchen von Marcuse. Vieles fände man auch schon bei Aichhorn, Flanagan und Zulliger. Diese vulkanischen Erscheinungen erlöschen manchmal erstaunlich schnell. Wer spricht heute noch vom Schulversuch in Summerhill? Man wartet gespannt auf die Entwicklungen und Nacheruptionen von Embrach. Übrigens, *unsere Schule ist gar nicht so veraltet.* Es wird ständig an ihr gearbeitet, und zwar von der Peripherie her. Reglemente und Lehrmittel werden laufend angepasst, und pädagogische Fördermassnahmen auf den verschiedenen Gebieten kommen hinzu.

In ständiger Diskussion steht die *Klassengrösse.* Vor der Jahrhundertwende betreute ein Lehrer vielenorts bis zu 70 Kinder. Seither ist die Schülerzahl ständig gesunken und bewegt sich zwischen 20 und 30. Die Richtzahl um 25 herum scheint ein gesundes Mittelmass zu sein. Höhere Schülerzahlen empfindet der Lehrer als zu grosse Belastung. Klassen mit weniger als 20 Schülern erscheinen vielen Lehrern als nachteilig, weil der mündliche Unterricht zu wenig Impulse aus der Klasse erhält. Auch weiss man, dass ein unruhiger Schüler leichter integriert wird, wenn das Kollektiv nicht zu klein ist.

Sonderklassen möchten wir in schweizerischen Verhältnissen nicht mehr missen, auch wenn sie politisch und aus anderen Gründen immer wieder angegriffen werden. In diesen kleinen Gruppen kommt der Zusammensetzung der Schüler erhöhte Bedeutung zu. Sie ist wichtiger als nur die kleine Zahl von Schülern. Es darf dabei niemals vergessen werden, dass der Sonderklassenlehrer kein Übermensch ist, dem man alles und jedes zumuten kann. Er braucht die tatkräftige Mithilfe der Schulbehörde, des Schularztes, des Schulpsychologen und nicht zuletzt seiner Kollegen. Sehr häufig steht er allein, vor allem dann, wenn er wegen der Andersartigkeit seiner Schüler im Schulhaus isoliert wird. Hier ist der Wunsch nach einer Supervision oder einer andern Art von Hilfe wirklich berechtigt.

Junglehrer schafft sich Probleme

Wir erleben es häufig, dass *junge Lehrkräfte* zu Beginn ihrer Laufbahn mit *Gruppenunterricht* und *Unterrichtsgespräch* beginnen. Jeder erfahrene Schulmann weiss aber, dass diese Methoden sehr hohe Anforderungen an den Lehrer stellen. Eine Lektion braucht an Vorbereitung doppelt so viel Zeit und Arbeit. Wenn ein Lehrer diese Unterrichtsform beherrscht, trägt die Klasse und er selber Gewinn davon, wenn nicht, endet der Versuch leicht im Chaos. Nach kurzer Zeit sieht sich der Lehrer genötigt, das Steuer herumzuwerfen, und er muss zu den verpönten repressiven Mitteln greifen. Es wäre dem Junglehrer von Vorteil, wenn er nicht den schwersten Weg einschlagen müsste.

Schwierige Schüler

Die äussern Umstände haben viele Schüler nervöser werden lassen. Ihre Aufnahmefähigkeit ist herabgesetzt. Immerhin sei zur Ehre unserer Schüler gesagt, dass die Mehrheit nicht schwieriger geworden ist. Es sind die Extremvarianten unter ihnen, die den Lehrer belasten, weil ihre Äusserungsformen oft groteske Ausmasse annehmen. Wenden wir uns ein paar solcher Bilder zu:

1. Der *antiautoritär erzogene, d. h. oft unerzogene Schüler* hat nicht gelernt, sich einer Gruppe einzugliedern, sich einer Ordnung zu unterziehen. Die Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus ist naturgemäss schlecht. Die Eltern erklären dann stolz, mit dieser Schule sei nicht viel los, wenn sie nicht in der Lage sei, ein etwas freier erzogenes Kind zu akzeptieren. Schuld ist natürlich das Establishment! Vielleicht hoffen sie aber im Geheimen, die Schule werde das bewerkstelligen, nämlich das Erziehen, was ihnen zu Hause nicht gelang. Vergessen wir nicht, solche Kinder hatten in jungen Jahren keine Gelegenheit gehabt, ihre Persönlichkeit auszuformen. Sie leiden an einer «Ichschwäche» und sprechen auf normale, pädagogische Mittel kaum an.
2. Es macht den Anschein, dass Kinder mit einer *diskreten Hirnschädigung* (infantiles, psychoorganisches Syndrom) häufiger geworden sind. Vielleicht kommt es daher, dass mehr Neugeborene aus kritischer Lage heraus am Leben erhalten werden können, die früher gestorben wären. Sie haben das Überleben mit einer leichten Hirnschädigung bezahlt. Sie reagieren von Geburt an anders auf ihre Umwelt, und diese antwortet entsprechend schlecht darauf. Es kommt zur Eskalation in der gegenseitigen Ablehnung. Schwerer geschädigte Kinder sind schon für die Familie fast nicht zu ertragen. Ein norma-

les Familienleben kann völlig zerstört werden. Leichter geschädigte Kinder fallen erst im Kindergarten auf. Sie werden unruhig, aggressiv, geraten in Tobsuchtsanfälle und gefährden die andern Kinder. Oft herrscht dann völlige Ratlosigkeit beim Lehrer, bei den Eltern und beim Kind selber. Solche Kinder sollten straff geführt werden. Der Lehrer hat aber heute weniger Druckmittel, auch wenn er vom Kind grob beschimpft oder gar tätlich angegriffen wird. Auch sehr erfahrene Lehrer können höchst unangenehme Überraschungen erleben.

3. Schüler, die im frühen Kindesalter frustriert worden sind, das heisst, die *an mütterlicher Zuwendung zu kurz gekommen* sind, haben häufig einen grossen Nachholbedarf. Im Kindergarten und in der Unterstufe möchten sie die Lehrerin ganz für sich allein beanspruchen, als Muttersatz. Die Mitschüler werden wütend zurückgestossen. Wenn die Lehrerin versucht, hier in einer therapeutischen Haltung sich des Kindes besonders anzunehmen, eben die Ersatzmutter zu spielen, kommt leicht eine Teufelsspirale in Bewegung. *Die Lehrerin ist bald nicht mehr in der Lage, die Triebansprüche des einzelnen zu befriedigen und gleichzeitig die eifersüchtige Gruppe im Schach zu halten.* Eine typische Überforderungslage. Etwas weniger persönliche Zuwendung wäre hier besser. Für manche einsatzfreudige Lehrerin eine bittere Erfahrung!

4. In der jüngeren Vergangenheit haben wir es ein paarmal erlebt, dass sich ein verwahrloster oder neurotisierter Schüler, der in der Klasse und gegenüber seinem Lehrer einen schweren Stand hatte oder es zumindest glaubte, an eine *Rockergruppe* anschloss, um Hilfe zu erhalten. Für diese Störgruppe, die nur darauf wartete, die «Gesellschaft zu verändern», war es ein willkommenes Startzeichen, um ihre Aktivität zu entfalten. Es kommt zu Störaktionen rund um ein Schulhaus, gehässige Flugblätter werden verteilt. Der betreffende Lehrer kommt plötzlich und völlig ahnungslos ins Schussfeld: Die Polizei, die Schulpflege wird alarmiert. Niemand kann recht durchgreifen. Es bleibt auf jeden Fall ein grosser Scherbenhaufen zurück, der niemandem irgendwelchen Nutzen gebracht hat. In den letzten 2 bis 3 Jahren sind wir von solchen Aktionen verschont geblieben. Wir wissen aber nie, ob nicht plötzlich eine solche gesteuerte Aktion wieder losbricht.

Schwierigkeiten des Lehrers

Soweit die Belastungsmomente, die vom Schüler ausgelöst werden. Der Grund zur Belastung oder Überlastung kann aber auch aus der Persönlichkeit des Lehrers kommen, oder es sind bestimmte äussere Umstände, die dazuführen. Eindeutig überlastet werden *jungverheiratete Lehrerinnen,* wenn sie Mütter werden und neben der Betreuung ihrer kleinen Kinder noch Schule halten müssen, weil z. B. der Ehemann noch in der beruflichen Ausbildung steht. Eine ganz besondere Problematik sehen wir gelegentlich beim *älter werdenden Lehrer,* der seine frühere Spannkraft nicht mehr ganz besitzt. Was er früher ohne Anstrengung meisterte, geht plötzlich nicht mehr so leicht. Sein Führungsstil wird etwas härter und unduldsamer. Er muss oft bis an die Grenze seiner Kräfte gehen, um sein gestecktes Ziel zu erreichen. Nicht selten stellt sich dann die Frage, ob er nun noch weitere 10 oder 15 Jahre Schule halten muss. Ob er nicht besser seinen Beruf wechselte. Es scheint, dass dies für den Lehrer und die Lehrerin besonders schwierig ist.

Am schwierigsten wird es, wenn die Belastungsmomente aus der besonders veranlagten Persönlichkeit des Lehrers entstehen. Ich möchte hier absehen von den echten Geisteskrankheiten. Diese entwickeln sich häufig schicksalshaft; sie sind kaum vorauszusehen und bedeuten auch in den meisten anderen Berufen die Unmöglichkeit, die Arbeit weiter zu bewältigen. Ich denke aber an Persönlichkeiten, die ein Leben lang mit der Disziplin zu kämpfen haben, weil sie *zu wenig Autorität* ausstrahlen, oder an Menschen, die ein zu geringes Sensorium besitzen für das, was vom Mitmenschen resp. vom Schüler ausgeht. Auch *übergewissenhafte, pedantische Typen* werden u. U. enorme Mühe haben. Gefährdet sind auch jene, die allgemein wenig tragfähig sind oder zu reaktiven Depressionen neigen. Im Grund genommen ginge es darum, solche *Risiko-Persönlichkeiten* frühzeitig zu identifizieren und ihnen vom Lehrerberuf abzuraten. Nach unserer Erfahrung ist das fast nicht möglich. Wir haben es erlebt, dass eine Seminaristin schon in der Ausbildungszeit der Belastung nicht gewachsen war. Man hätte ihr vom Beruf abraten müssen. Aber dann kam die harte Frage: Wer ist berechtigt oder dazu verdammt, der Seminaristin das klare, apodiktische Nein entgegenzuhalten? Hat ein Arzt oder ein Seminardirektor die Pflicht und die Kompetenz, einem jungen Menschen seine berufliche Laufbahn zu zerstören? Ich vermute, dass man vor 20 oder 30 Jahren auf den einzelnen Menschen weniger Rücksicht nahm. Man fühlte sich *für die Schule verantwortlich* und damit basta. Heute denken wir gegenüber Kandidaten toleranter, fast therapeutisch. Wir geben ihm eine Chance, wie es so schön heisst, und schlittern dafür später in fast unlösbare Konflikte hinein. *Schule oder Lehrer, wen gilt es mehr zu schützen?*

Einen Lokomotivführer, der dem Fahrdienst nicht mehr genügt, kann man im Betrieb noch anderswo beschäftigen. Der ehemalige Pilot arbeitet eventuell noch im Flugsicherungsdienst. Wo aber sollen ein Lehrer, eine Lehrerin arbeiten, wenn sie in ihrem Beruf Schiffbruch erlitten haben? So viele Sekretariatsstellen in irgendeiner Schulverwaltung gibt es nicht, die zu vergeben wären. Die meisten Ausweichberufe bringen einen sozialen Abstieg mit sich. Lehrer, die z. B. die Laufbahn eines Schulpsychologen ergriffen, waren, so weit ich sie kannte, sehr erfolgreiche Lehrer gewesen und alles andere als schiffbrüchig!

Was ist zu tun?

Was können wir für Schlussfolgerungen ziehen? Einige Punkte seien zusammengestellt:

1. **Es wäre wünschbar, wenn die Massenmedien in ihrer Kritik an der Schule etwas Mass halten wollten. Dagegen sollte man neue Schulversuche nicht unbesehen hochspielen. Ich wage zu behaupten, dass in der Pädagogik alles schon dagewesen ist. Man sollte sich von ausländischen Versuchen nicht blenden lassen. Auch pädagogische Dummheiten sind anscheinend lernbar!**
2. **Auch bei knappem Budget sollten die Klassenbestände wenn möglich nicht erhöht werden. Die Sonderklassen sollten unter besserer Ausgestaltung beibehalten werden. Wenn Nachbarländer diese Klassen nicht mehr führen, besteht für uns kein Grund, sie abzuschaffen.**
3. **Wo der Autoritätsbegriff fast ganz über Bord geworfen wurde, möge man ihn massvoll wieder aufwerten, ohne gleich**

in eine «Gegenreformation» zu verfallen. Dem therapeutischen Denken in der Schule sind Grenzen gesetzt. Viele Eltern sind insgeheim sehr dankbar, wenn die Schule wieder etwas straffer geführt wird. Das Sturmlaufen gegen die Leistungsschule scheint in der Rezession etwas zu verebben.

4. **Unruhige, aggressive Kinder, wie wir sie vor allem unter den Hirnorganikern finden, können nur vereinzelt in einer Klasse getragen werden. Sie dürfen niemals in einer Klasse ein Teilkollektiv werden. Der Lehrer, namentlich auch der Sonderklassenlehrer, benötigt ein gut eingespieltes Team von Schulbehörde, Schularzt und Schulpsychologen, um Krisensituationen, die um solche Schüler herum entstehen, zu meistern. Man darf den Lehrer nicht allein lassen. Nötigenfalls braucht der Schüler vorübergehend eine medikamentöse Therapie, so unsympathisch der Gedanke auch sein mag.**
5. **Die jungverheirateten Lehrerinnen sollten es sich gründlich überlegen, ob sie die Doppelbelastung durch Beruf und Mutterschaft auf sich nehmen wollen. Andrerseits ist es von Vorteil, wenn eine Lehrerin wieder zu ihrem Beruf zurückkehrt, wenn die eigenen Kinder sie nicht mehr so intensiv benötigen.**
6. **Ungelöst ist die Frage der Hilfe für beruflich erschöpfte Lehrer-Persönlichkeiten. Könnte man bei der Ausbildung der Lehrer nicht gewisse Ausweichmöglichkeiten einbauen, besser als es heute gelingt?**
7. **Schwierig ist das frühzeitige Erkennen, dass ein junger Mensch sich für den Lehrerberuf nicht eignet. Ebenso schwer ist es, ihn für einen andern Beruf zu motivieren.**

Ich glaube, es ist eine Aufgabe unserer Zeit, über diese Fragen der Belastbarkeit des Lehrers nachzudenken. ■

DENE WOS GUET GEIT

dene wos guet geit
giengs besser
giengs dene besser
wos weniger guet geit
was aber nid geit
ohne dass's dene
weniger guet geit
wos guet geit

drum geit weni
für dass es dene
besser geit
wos weniger guet geit
und drum geits o
dene nid besser
wos guet geit

Mani Matter

Zit. nach «Schweizer Lyrik des zwanzigsten Jahrhunderts», Benziger 1977

Schulen als Ersatz der häuslichen Erziehung

«Um den Folgen dieser in der häuslichen Erziehung fast unausweichlichen Beschränkung abzuhelfen, errichtete man Schulen. Ihr Zweck war offenbar, der gefühlten Unzulänglichkeit der häuslichen Erziehung abzuhelfen, die Lücken, die sich zwischen den beschränkten Kräften des häuslichen Lebens und den immer steigenden Ansprüchen der Gesellschaft zeigten, auszufüllen.»

«Aber man darf von den Schulen nie erwarten, dass sie das Ganze der menschlichen Erziehung umfassen, dass sie für Vater und Mutter, für Wohnstube und Hausleben zur Herzens-, Geistes- und Berufsbildung leisten, das dafür geleistet werden soll. Ersatz der häuslichen Erziehung können die Schulen ewig nie werden; als Zugabe und Lückenbüsser derselben können sie der Welt dienen . . .»

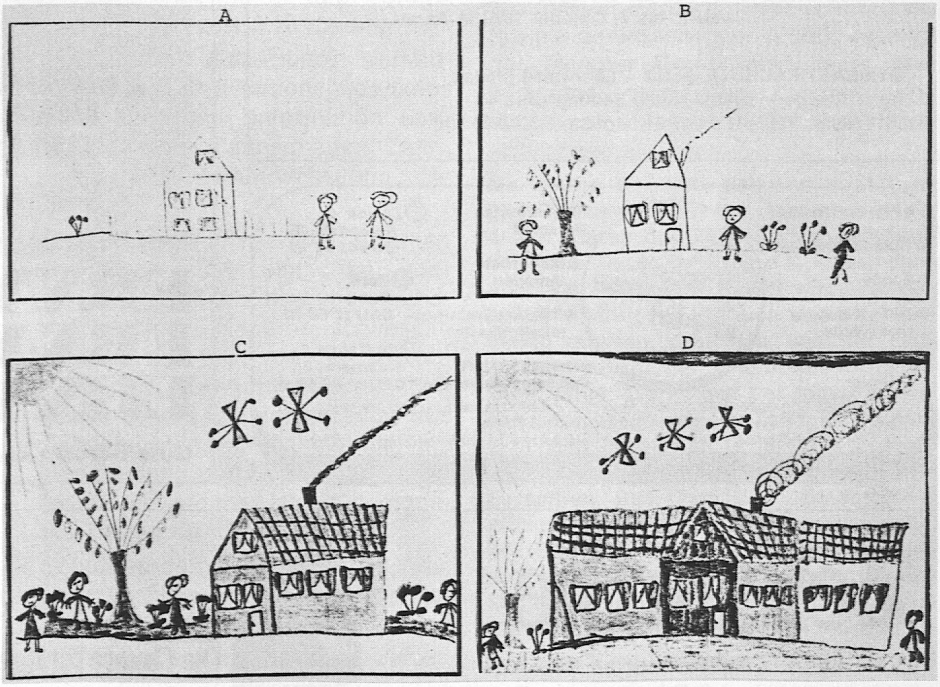
«Wo die Schulen das wirken — wenn ihre Mittel mit dem Fundament, auf dem sie ruhen sollen, mit dem häuslichen Leben, in Übereinstimmung dastehen und gleichsam nichts anderes sind als eine wohlgeordnete und gut berechnete Fortsetzung, Erweiterung, Berichtigung und Vervollkommnung der Kräfte und Fertigkeiten, die sich im Heiligtum dieses Lebens immer entwickeln —, da verdienen sie wahrlich den Dank und das Vertrauen jedes guten Vaters und jeder guten Mutter.»

J. H. Pestalozzi

Zitiert nach Otto Müller, Besinnung auf Pestalozzi, Novalis Verlag 1977

Gesundheit als Haltung der Weltoffenheit und der Begegnung: Ein Autist wird «aufgeschlossen»

. . . Während eines langen therapeutischen Prozesses sind einige Bilder entstanden. Sie stammen von einem späterfassten dreissigjährigen Autisten. Jahre hat es gedauert, bis diese Arbeit möglich war, nachdem er vorher über Monate jeglichen Kontakt verweigert hatte. Zwischen den Bildern liegen jeweils Monate. Sie zeigen in mehreren Phasen, wie sich langsam der Lebenshorizont des Patienten weitet . . .



Beispiel aus dem Institut für Verhaltenstherapie (Arnold Bergdorf), 8114 Bachenbülach, das auf der Basis einer Kreativitätstherapie vorgeht.

«Man muss die Wahrheit immer und immer wiederholen – denn auch der Irrtum wird immer und immer wiederholt!»

Goethe

ZWEIFEL CHIPS

sind garantiert
knusperfrisch,
dank Zweifel Frischservice.

Atem – Bewegung – Musik

Empfinden, Beobachten, Bewusstmachen der psychophysischen Zusammenhänge in den sich ergänzenden Bereichen der Atem-, Bewegungs- und Musikerziehung. Bedeutung für den Schulalltag.

AUSBILDUNG zum (zur) Fachlehrer(in) für organisch-rhythmische Haltungs- und Bewegungserziehung (zweijährig, berufsbegleitend)

ABENDKURSE Einführung in die Arbeitsweise

FERIENKURSE 27. Juli bis 5. August 1978 in Bern und 2. bis 7. Oktober 1978 in Aarau

GYMNASTIKSCHULE BERN – Lehrweise Medau
Irene Wenger / Ursula Beck, Seilerstrasse 4
3011 Bern, Tel. 031 54 15 84, Mo–Sa, 7.30–8.30 Uhr

Schlenz-Ueberwärmungsbäder – Dauerbrausen (Blutwäsche nach Dr. Lust) – Kuhne-Sitzbad – Jonozon-Sprudel- und Kräuterbäder – Unterwassermassage – Türkisch-Saunabad – Solarium – Akupressur – Lymphdrainage – Fuss- und Reflexzonenmassage – Ernährungs- und Verhaltensberatung (n. Nat.-Arzt A. Vogel)

Gesundheit braucht Pflege

BAD Sanitas 9320 ARBON
Institut für physikalische Therapie
O. Haller, Hydrotherapeut
071 46 30 75

Ebnat-Schulzahnbürsten sind beliebt und bewährt.

NEU:
Ebnat-Schulzahnbürste 2
Contra-Plak, im Kampf gegen Karies und Parodontose.

EBNAT
EBNAT
EBNAT

Verlangen Sie Muster und Angebote von der

Bürstenfabrik
Ebnat-Kappel AG
9642 Ebnat-Kappel,
Tel. 074 / 3 19 31

Gute Bürsten kommen aus Ebnat-Kappel

SPORT-CENTER NIPPON

- **Fitness für alle**
- **Damen-Gymnastik**
- **Sauna**
- **Judo, Karate und Aikido**
- **Spezialkurse für Kinder**
- **Ausgebildetes Personal**
- **Modernste Anlagen**
- **Täglich Trainingsmöglichkeiten**
- **Unkompliziert und sympathisch**

Zürich Rolandstr. 15 01/242 92 92
Bern Bubenbergpl. 8 031/22 63 72
St. Gallen Neumarkt 5 071/22 36 63

Erste Schweizer Sportschule dieser Art. Führend in Leistung und Preis.
Mitgliedschaft gilt für alle 3 Städte!
Besuchen Sie uns – rufen Sie uns an – verlangen Sie Gratis-Informationen.

Zeigen Sie der Karies die Zähne!

Fluocaril-Zahnbürste «Technic».

Fluocaril mit Himbeeraroma für Ihre Kinder.

Fluocaril.
Die Chance für Ihre Zähne.

Fluocaril-Mundwasser, mit dem Sie die hinterste Zahnecke nachspülen können.

Fluocaril bi-fluoré für Sie.

COUPON

Ich möchte der Karies die Zähne zeigen!

Bitte senden Sie mir Ihre kostenlose Zahnpflege-Broschüre sowie einen Aktions-Kleber.

Name: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Coupon senden an:
Pfizer AG, Postfach, 8099 Zürich

Zahngesundheit und Schulzahnpflege

Prof. Dr. Thomas Marthaler, Zürich

Einleitung

Der Lehrer wird mit den Fragen der Zahngesundheit vor allem anlässlich der jährlichen Untersuchung der Schulkinder konfrontiert. Die Schule hat damit seit Jahren eine Aufgabe übernommen, die dem Wohl des Kindes zugute kommt. Es sind vor allem die Kinder der unteren sozialen Schichten, die sonst gemäss ausländischen Erfahrungen schwere irreparable Schäden an den Mundorganen erleiden würden.

Lag der Schwerpunkt der Schulzahnpflege vor einem halben Jahrhundert noch auf den Extraktionen zur Schmerzbekämpfung, dann bis in die sechziger Jahre hinein vor allem auf dem Füllen der kariösen Schäden, so tritt heute die Vorbeugung in den Vordergrund. Wissenschaft und Praxis der präventiven Zahnmedizin sind heute derart fortgeschritten, dass im Rahmen der Schulzahnpflege eine weitgehende Verhütung der Zahnkaries möglich ist.

Die Eckpfeiler der zahnmedizinischen Vorbeugung

Die drei Eckpfeiler der Vorbeugung sind Ernährung, Fluoride und Mundhygiene.

Häufiger *Zuckerkonsum,* besonders zwischen den Mahlzeiten, ist die Hauptursache der hohen Kariesverbreitung. Zähnebürsten sofort nach Süssigkeitsgenuss entschärft die zahnzerstörende Wirkung des Zuckers, ohne sie jedoch ganz aufzuheben.

Fluorid ist ein natürlicher Bestandteil unserer Ernährung und unseres Körpers. Es findet sich in Mengen von mehreren Grammen in unseren Knochen und Zähnen. Fluoride sind in einer Ernährungskultur, in der pro Person im Tag etwas über 100 Gramm Zucker verzehrt wird, zur Kariesvorbeugung unentbehrlich.

Die *Mundhygiene* dient einerseits der Kariesprophylaxe und ist anderseits die einzige — zu 100 Prozent wirksame — Waffe gegen die chronische Entzündung des Zahnhalteapparates. Beim jüngeren Schulkind ist meist vorerst nur das Zahnfleisch erkrankt: Es ist gerötet und geschwollen und blutet beim Zähnebürsten. Aber schon beim 13- bis 15jährigen kann die Entzündung auf die tieferliegenden Gewebe, vor allem auf das knöcherne Zahnfleisch übergreifen. Es liegt dann eine beginnende Parodontitis vor (früher unrichtigerweise als Parodontose, d. h. als Degeneration, bezeichnet). Leicht verständliche, wissenschaftlich begründete Information, wie jedermann sich gegen Karies und Parodontitis schützen kann, findet sich in der Broschüre «Zahnschäden sind vermeidbar» (Proventus Verlag, 6205 Eich LU).

Schule und Schulzahnpflege

Eine moderne Schulzahnpflege, welche die Vorbeugung in den Vordergrund stellt, umfasst 3 Komponenten:

— *Information, Aufklärung:* Vermittlung des Präventionsgedankens ganz allgemein; Information über Ursachen von Zahnschäden, Zahnverlust und Gesunderhaltung der Zähne;

— *Geschicklichkeitstraining:* Erlernen und Üben einer einfachen, aber wirksamen Zahnreinigungsmethode. Fast alle Kantone schliessen sich der seit 1961 von der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft empfohlenen Einheitsmethode des Zähnebürstens für Schulkinder an. Handhabung und Nutzen von Zahnfaden und -stocher ist ein geeignetes Thema für die Oberstufe;

— *Schulfremdes:* Organisation von Untersuchung und Behandlung der Zähne, Zahnstellungskorrekturen.

Die früher übliche, auf die Behandlung schon vorhandener Schäden ausgerichtete Schulzahnpflege beinhaltet zur Hauptsache schulfremde Elemente. Je mehr Gewicht man der Vorbeugung zumisst, desto sinnvoller gliedert sich die Schulzahnpflege in die erzieherischen Ziele der Schule ein.

Die *Information* betrifft sinnvollerweise praktische Fragen, wie etwa: Soll ich vor oder nach dem Essen meine Zähne putzen? Was bedeutet es, wenn Bonbons als zahnschonend bezeichnet werden? Zur Beantwortung solcher oft schwieriger Fragen von Oberstufenschülern kann wieder auf die Broschüre «Zahnschäden sind vermeidbar» hingewiesen werden. Die Broschüre ist so abgefasst, dass die Schüler selber die Antwort erarbeiten können, vorzugsweise als Gruppenaufgabe.

Der Erwachsene, der sich in Parodontitisbehandlung begibt, übt unter Anleitung während etwa 2 Stunden das Reinigen seiner Zähne; in der folgenden Überwachungsphase wird die persönliche Mundhygiene in Abständen von mehreren Monaten immer wieder überprüft und laufend verbessert. Bedenkt man, dass noch heute die meisten über 40jährigen Erwachsenen Parodontitispatienten sind (ob sie es wissen oder nicht), so zeigt das in aller Deutlichkeit, dass eine *wirksame, gründliche Zahnreinigung nur durch häufig wiederholtes Üben erlernt werden kann.*

Die besten Resultate hat man in denjenigen Gemeinden erreicht, in denen in der ersten Klasse das Zähnebürsten wöchentlich (zum Teil in der 2. und 3. Klasse dann noch vierzehntäglich) geübt wird. Bei den später 14jährigen lässt sich statistisch eindeutig ersehen, dass das, was der Erstklässler gelernt hat, einen bleibenden Gewinn bringt. Die Folgen der früher fehlenden oder ungenügenden Zahngesundheitserziehung bekommen ja fast alle Erwachsenen am eigenen Leib und Portemonnaie zu spüren. Das Üben des Zähnebürstens erfolgt sinnvollerweise mit Fluorpräparaten. Die Fluoridmengen sind dabei so bemessen, dass auch bei nachlässigem Ausspukken keine nennenswerten Fluormengen im Körper zurückbleiben.

Bei den *schulfremden Dingen* — Untersuchung und Behandlung — erwekken meistens die Kosten grosses Interesse. Ist in den ersten Jahren nach Einführung vorbeugender Massnahmen ein Rückgang der Behandlungskosten zu erwarten? Nur ausnahmsweise! Denn meistens werden die bei den Füllungsarbeiten an den bleibenden Zähnen eingesparten Finanzen zu einer besseren schulzahnärztlichen

> Die heutige Nahrung in zivilisierten Ländern ist zu reich an Kalorien, zu reich an Fett, zu reich an raffinierten Produkten, aber zu arm an Schutzstoffen und Mineralsalzen.
>
> Es unterliegt keinem Zweifel, dass die Zusammensetzung «Milch, Früchte und Gemüse» eine ideale Ernährung bildet.
>
> *Professor Dr. med. A. Fleisch*

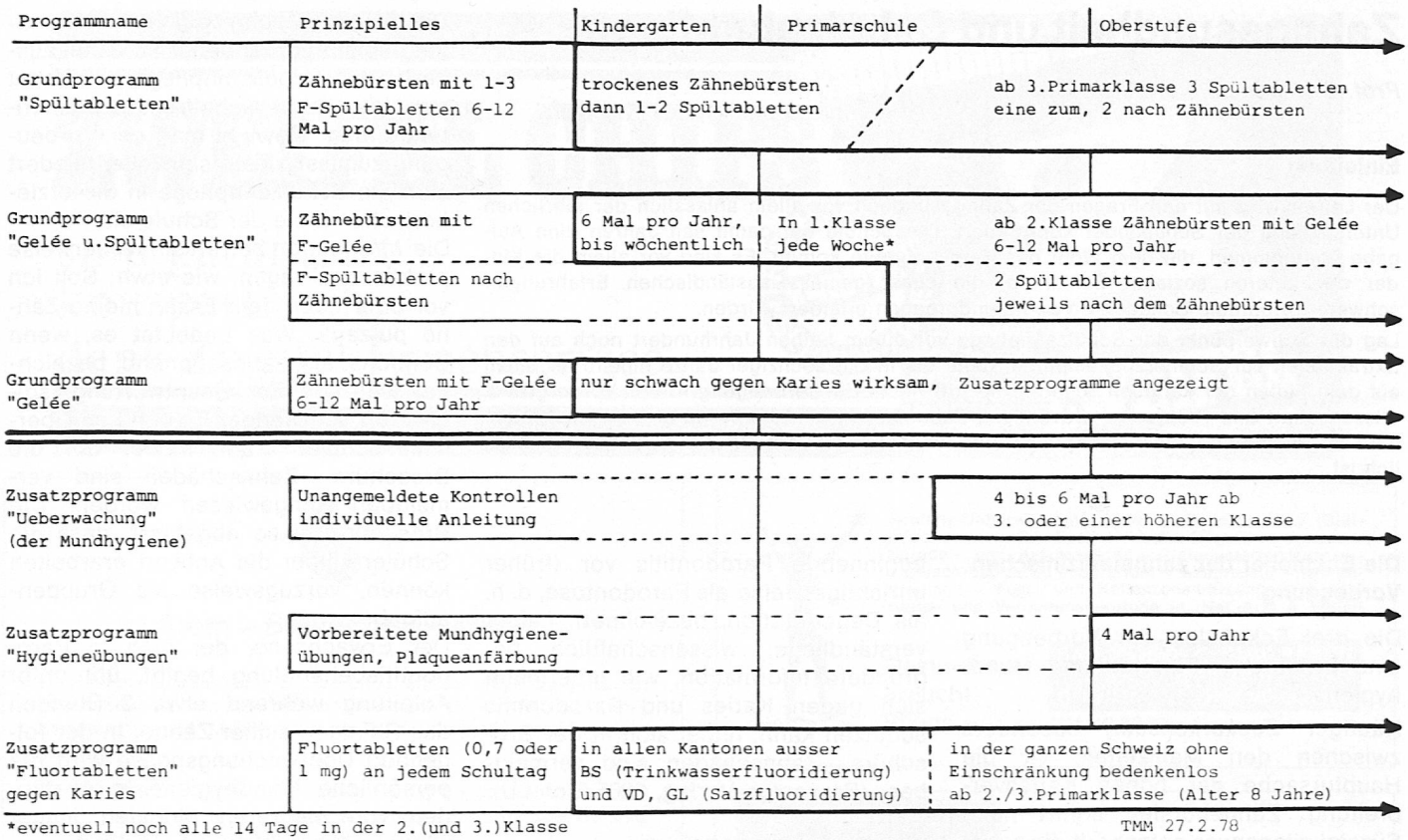


Abb. 1: Übersicht über die bewährten Grundprogramme und Zusatzprogramme. In jedem Grundprogramm erfolgen mindestens sechsmal pro Jahr Zahnbürstübungen mit einem Fluorpräparat (Fluorgelée oder Fluor-Spültabletten).

Betreuung eingesetzt, wie etwa vollständige Sanierung vor Schulentlassung aufgrund von Bissflügel-Röntgenbildern, Behandlung von Milchzähnen, Erhaltung der vier 1. Molaren (welche früher z. T. reihenweise extrahiert wurden), Injektionen zur schmerzfreien Behandlung usw. Korrekturen von Zahn- und Kieferstellungsfehlern, die noch vor 10 Jahren kaum im Rahmen der Schulzahnpflege betrieben wurden, erfordern neuerdings oft grössere Finanzen als die gesamte übrige Schulzahnpflege.

Seit über 10 Jahren gelten 6 Mal pro Jahr erfolgende Zahnreinigungsübungen mit Fluorpräparaten als minimales Vorbeugungsprogramm. In der Oberstufe können von Fall zu Fall die Reinigungsübungen, die den Schülern in diesem Alter gelegentlich langweilig erscheinen, ersetzt werden, beispielsweise durch Übungen mit Zahnfaden zur Reinigung der Zahnzwischenräume, durch Sauberkeitskontrolle mit Zahnstochern vor Handspiegeln etc.

Wie wird die Vorbeugung in der Schule durchgeführt?

Die Grundforderung von mindestens 6 Reinigungsübungen mit Fluoriden ist je nach den örtlichen Umständen in verschiedener Weise verwirklicht und zu intensiver Vorbeugung ausgebaut worden. Im Laufe von bald 20 Jahren haben sich in der Zusammenarbeit von Lehrern, Schulpflegern und Zahnärzten mehrere Vorbeugungsprogramme herauskristallisiert. Es gibt eine Auswahl von *3 Grundprogrammen.* Daneben gibt es *3 Zusatzprogramme,* die sich sowohl mit je einem Grundprogramm als auch unter sich kombinieren lassen. Diese Programme haben sich während Jahren bewährt. Sie finden sich in Abbildung 1 schematisch zusammengestellt. Näheres zur Vorbeugung in Schulen findet sich in «Sozial- und Präventivmedizin», Band 23, Juli 1978, Sonderheft «Präventivmedizinische Programme in der Schweiz», Seiten 177—180.

Zeitlicher und finanzieller Aufwand für die Vorbeugung

Zahnreinigungsübungen brauchen Zeit. Man muss mit den Kindern immer den Bewegungsablauf üben und ihnen die sachlichen Zusammenhänge erklären. Im Kindergarten wird dafür jeweils eine ganze Stunde reserviert. In den ersten Schulklassen werden gewöhnlich 40 Minuten für überwachtes Zähnebürsten benötigt, während man von der 3. oder 4. Klasse an noch eine halbe Stunde einsetzt.

Der finanzielle Aufwand ist gering, nämlich rund ein bis zwei Franken pro Jahr und Schüler für Material. Hilfskräfte kommen pro Jahr und Kind auf rund 5 Franken zu stehen, ob sie nun vom Kanton (meist vollamtlich) oder von der Gemeinde (meist stundenweise) angestellt sind. Man halte sich vor Augen, dass das Reparieren von vermeidbaren Schäden (im Ausmass wie sie ohne Vorbeugung in der ganzen Schweiz anfallen) noch immer mehr als 50 Franken pro Kind und Jahr verschlingt!

Seit rund 15 Jahren gibt es vollamtliche, meist kantonal angestellte *Prophylaxe-Gehilfinnen* (BE, GE, VS, ZH etc.). Neuerdings gelangen von den Gemeinden angestellte Schulzahnpflege-Helferinnen in zunehmendem Masse zum Einsatz. In einigen Kantonen oder Gemeinden obliegt die zahnmedizinische Vorbeugung ganz der Lehrerschaft (siehe Marthaler 1968). *Die Mitarbeit der Lehrerschaft hat sich als unentbehrlich herausgestellt.* Die Kinder können nur zur Vorbeugung erzogen werden, wenn auch die Lehrerschaft eine positive Haltung

dazu einnimmt. Es sind uns mehrere Fälle bekannt, wo die negative Haltung eines oder mehrerer Lehrer (oder der Schulpflege) die Durchführung der Vorbeugung behindert oder verunmöglicht hat. In zwei Fällen liess sich der Schaden an den Kindern statistisch nachweisen.

Resultate der Vorbeugung

Abbildung 2 zeigt die Durchschnittszahl der pro 14jähriges Kind erkrankten Zähne, wobei diese Daten sich auf rund 2000 Mundbefunde, erhoben in 16 Stichprobengemeinden, abstützen. Im Zeitraum von 16 Jahren ist die Anzahl der befallenen Zähne um über 50 % abgefallen. Die Kurve berechtigt zu der Hoffnung, dass die Zahnkaries weiter zurückgehen wird. Die Resultate, die 1977 nach 15jähriger Trinkwasserfluoridierung in Basel vorliegen, dürften bald übertroffen werden.

Für die nähere Zukunft sind weitere Erfolge der wissenschaftlichen Präventivzahnmedizin und ihrer praktischen Realisierung zu erwarten. Das steigende allseitige Interesse an der Zahngesundheit bringt eine rasche Wandlung der Zahnmedizin. Aus dem früher vorwiegend mit Bohren und Füllen überlasteten Schulzahnarzt wird ein Überwacher der Gebissgesundheit. Beim Erwachsenen tritt Vorbeugung und Frühbehandlung der Parodontitis in den Vordergrund. Eine gut ausgebaute Schulzahnpflege legt den Grundstein zur lebenslänglichen Erhaltung vollständiger Zahnreihen.

Adresse des Verfassers:
Prof. Dr. Th. Marthaler
Station für angewandte Prävention
Zahnärztliches Institut der Universität
Postfach 163, 8028 Zürich

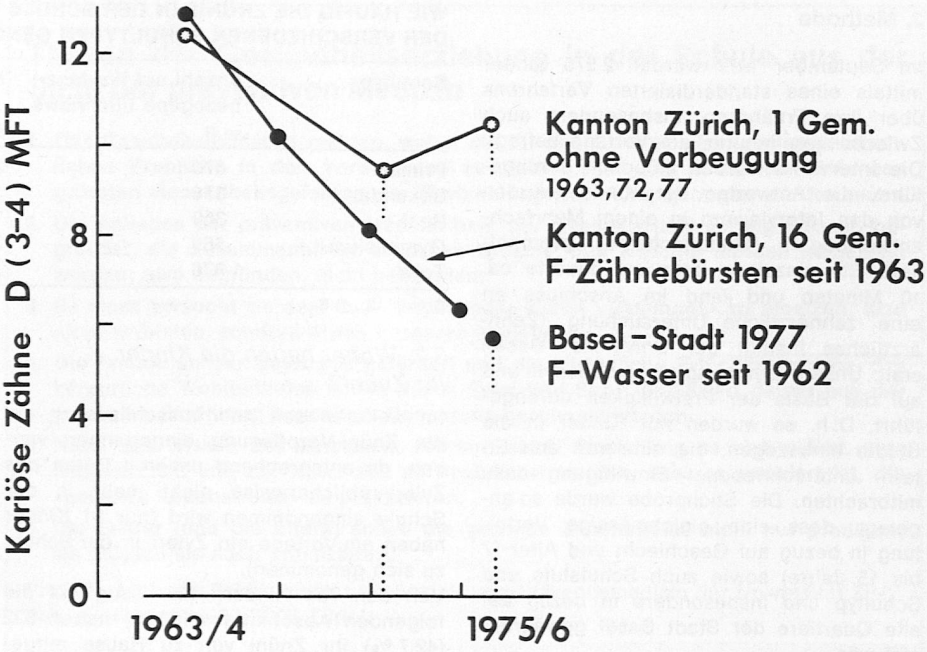


Abb. 2: Rückgang der Zahl (pro 14jähriges Kind) der an Karies erkrankten Zähne in 16 Stichprobengemeinden des Kantons Zürich. Ebenso günstige Ergebnisse liegen aus dem Kanton Solothurn vor. F-Zähnebürsten: Zähnebürsten mit Fluorpräparat.

ALTE WUNDEN

Alte Wunden
seit Jahr und Tag
vernarbt
schwären nachts
und bluten morgens
bei der geringsten
Berührung.

Im Grunde deines Herzens
längst begrabene Gefühle
stehn plötzlich auf
und fordern
Rede und Antwort

Theo Candinas

Zit. nach Jentzsch, Schweizer Lyrik des 20. Jahrhunderts. Benziger, 1977

Verpflegung in der Znünipause bei Basler Schulkindern

von R. Mühlemann und G. Ritzel, Schularztamt Basel-Stadt

1. Einleitung

Es ist heutzutage unbestritten, dass das Konsumverhalten den Gesundheitszustand wesentlich beeinflusst. Dem *Nahrungsmittelkonsum* kann u. a. der *Genussmittelkonsum* gegenübergestellt werden. Der Konsum von Schleckwaren und Süssigkeiten nimmt dabei eine Zwischenstellung ein. Aus der Sicht des Sozialpädiaters sind drei Punkte wesentlich:

- **Konsumgewohnheiten schlagen in der Kindheit, spätestens in der Adoleszenz ihre Wurzeln.**
- **Viele Krankheiten, die erst Jahre oder Jahrzehnte später den «klinischen Horizont» erreichen, haben ursächliche Beziehungen zu dem früher eingeschliffenen Ernährungsverhalten.**
- **Der Informationsstand über den gesundheitlichen Wert der Nahrungsmittel kann (muss aber nicht) sich auf das Konsumverhalten auswirken.**

Als anschauliches Modell solcher Beziehungen kann der Kariesbefall bei Schulkindern in Zusammenhang mit ihren Ernährungs-, insbesondere Schleckgewohnheiten, angesehen werden. Aus Veröffentlichungen aus der staatlichen Schulzahnklinik Kanton Basel-Stadt (1) geht hervor, dass der Kariesbefall bei Kindern in den letzten Jahren sehr stark zurückgegangen ist. Dies ist sicher bedingt durch die im Jahre 1962 eingeführte *Trinkwasserfluoridierung,* durch die *Zahnputzinstruktionen* in den Kindergärten, den allgemeinen *Zahngesundheitsunterricht* in den Primarschulen und anderes, wie z. B. die *Aktion Pausenapfel.* Welche Bedeutung den verschiedenen Nahrungsbestandteilen in bezug auf den Schutz der Zähne zukommt, ist in den Veröffentlichungen kompetenter Kariesforscher (2) dargestellt.

Um uns ein Bild über die Ernährungs- und Schleckgewohnheiten der Basler Schulkinder machen zu können — insbesondere in Zusammenhang mit dem täglich beobachtbaren Konsumieren von Süssigkeiten bei Schulkindern auf dem Weg zur Schule bzw. dem Heimweg —, wurde letztes Jahr eine spezielle Ernährungserhebung durchgeführt.

2. Methode

Im September 1977 wurden 2 575 Kinder mittels eines standardisierten Verfahrens über ihre Ernährung, insbesondere auch Zwischenverpflegung, am Vortage befragt. Die Interviews wurden mündlich durchgeführt, die Antworten der Kinder wurden von den Interviewern in einem Mehrfachantwortbogen (Multiplechoice) protokolliert. Ein einzelnes Interview dauerte ca. 10 Minuten und fand im Anschluss an eine zahnärztliche Untersuchung (Zahnärztliches Institut der Universität Basel) statt. Unsere Erhebung wurde anonym und auf der Basis der Freiwilligkeit durchgeführt. D. h. es wurden nur Kinder in die Studie einbezogen, die eine von den Eltern unterschriebene Einwilligung dazu mitbrachten. Die Stichprobe wurde so angelegt, dass eine gleichmässige Verteilung in bezug auf Geschlecht und Alter (7 bis 15 Jahre) sowie auch Schulstufe und Schultyp und insbesondere in bezug auf alle Quartiere der Stadt Basel gewährleistet war.

2 563 Interviewprotokolle konnten ausgewertet werden. Nach Speicherung auf einem elektronischen Datenspeicher konnten die Daten durch den Computer (IBM 370/158) der Zentralstelle für elektronische Datenverarbeitung Basel-Stadt und durch den hauseigenen Kleincomputer (Compucorp 445 Statistician in Verbindung mit Compucorp 491 Disk Memory System) ausgewertet werden.

3. Resultate

3.1. Wie häufig und wo nahmen Schulkinder ein Znüni ein?

1 976 der insgesamt 2 563 Interviews bezogen sich auf das Ernährungsmuster an Wochentagen (Montag bis Donnerstag). Von diesen 1 976 Kindern gaben 754 (38,2 %) an, ihr Züni in der Schule, 75 (3,8 %) zu Hause oder anderswo zu sich genommen zu haben. 1 147 (58,0 %) Kinder haben am Tage vor dem Interview kein Znüni gehabt.

101 Kinder (5,1 %) gaben an, am Bezugstag weder gefrühstückt noch ein Znüni genommen zu haben. Unter diesen dürften Sekundarschüler stark übervertreten sein, da beinahe 1/5 der Sekundarschüler gegenüber 1/8 bis 1/15 der andern Schüler ohne Frühstück zur Schule gegangen sind. Der Unterschied ist statistisch hoch signifikant ($p < 0.001$).

Die unterschiedlichen Prozentsätze der Znünikonsumenten unter den Vertretern der verschiedenen Schultypen sind in Tabelle 1 dargestellt. Dazu ist zu bemerken, dass in Basel die Primarschule der Unterstufe (7.—11. Altersjahr), die Sekundar- und Realschule und das Gymnasium (ohne Oberstufe) der Mittelstufe (12.—15. Altersjahr) entsprechen. Die Sekundarschule weist das geringste, das Gymnasium das höchste Anspruchsniveau auf.

WIE HÄUFIG DIE ZNÜNIS IN DER SCHULE VON DEN VERTRETERN DER VERSCHIEDENEN SCHULTYPEN GENOMMEN WERDEN

Schultyp	Anzahl auf Wo-tage bezogene Interviews = n	Kinder mit Znüni in der Schule	
		Anzahl	% von n
Primar	670	241	36,0
Sekundar	378	131	34,7
Real	359	153	42,6
Gymnasium	569	229	40,2
Total	1 976	754	38,2

$p < 0{,}05$, n.s.

3.2. Woher hatten die Kinder ihr Znüni?

Im weiteren soll nun ausschliesslich auf die Znüni-Verpflegung eingegangen werden, da entsprechend unseren Daten das Zvieri üblicherweise nicht mehr in der Schule eingenommen wird (nur 31 Kinder haben am Vortage ein Zvieri in der Schule zu sich genommen).

Von den 754 Kindern (in bezug auf die folgenden Abschnitte = 100 %) haben 322 (42,7 %) ihr Znüni von zu Hause mitgebracht, 365 (48,4 %) in der Schule gekauft und 67 (8,9 %) unterwegs gekauft oder von einem Kollegen erhalten. Währenddem Früchte und auch Süssigkeiten von den Kindern von zu Hause mitgebracht wurden, hat der grössere Teil der Konsumenten von Brot oder Weggli ohne Beilage angegeben, ihr Znüni in der Schule gekauft zu haben.

3.3. Was wurde gegessen und getrunken?

181 Kinder (24,0 % von 754) haben in der Schule Milch getrunken, wovon 119 ohne etwas dazu zu essen, 141 (18,7 %) haben Obst konsumiert (wovon 76 einen Apfel), 291 (38,6 %) haben Brot oder Brötchen ohne Beilagen, 79 (10,5 %) mit Butter, Käse oder Wurst verzehrt. 124 (16,4 %) haben Süssigkeiten allein oder als Beilage konsumiert.

Die Unterschiede in bezug auf die Znüniverpflegung zwischen den Vertretern der verschiedenen Schulstufen und Schultypen sind in Tabelle 2 zusammengestellt.

. . . aber teuer für die Zähne

Wir wissen heute, dass eine denaturierte (nicht mehr natürliche) Nahrung auch den besten Volksstamm vernichten kann — und dass alle andern Massnahmen hier nichts helfen! *Prof. Dr. med. Kollath*

AUS WAS DIE ZNÜNIS BESTEHEN

Schultyp	Milch (dazu nichts gegessen)		Obst (meist ohne Zulage)		Brot/Brötchen ohne oder mit nicht süsser Beilage		Brot/Brötchen mit süsser Beilage oder Süssigkeiten		zusammen
Primar	68	28,2 %	57	23,6 %	92	38,2 %	24	10,0 %	241
Sekundar	17	13,0 %	15	11,4 %	74	56,5 %	25	19,1 %	131
Real	22	14,4 %	27	17,6 %	88	57,5 %	16	10,5 %	153
Gymnasium	12	5,2 %	42	18,3 %	116	50,7 %	59	25,8 %	229
Total	119	15,8 %	141	18,7 %	370	49,1 %	124	16,4 %	754

$p < 0{,}001$

Die heutige Nahrung gehört auf die Anklagebank. Sie ist eine raffinierte, heimtückische Zerstörerin der Gesundheit bis ins zweite und dritte Glied.

Russel Wilder, Dekan der Medizinischen Fakultät, Chicago

Es besteht absolut kein Zweifel, dass eine erhöhte Zuckerzufuhr, insbesondere in Form von Zwischenmahlzeiten, Leckereien usw., die beste und zuverlässigste Methode ist, ein Gebiss zu zerstören.

Prof. Dr. Mühlemann

Die Primarschüler weisen (noch) hohe Anteile von Milch- und Obstkonsumenten und einen geringen Anteil von Süssigkeitenkonsumenten auf. Bei den Mittelschülern — durchschnittlich 4 Jahre älter — zeigen die Gymnasiasten einen besonders niedrigen Konsum von Milch, die Sekundarschüler den geringsten Obstkonsum. Es scheint, dass die Gymnasiasten, welche praktisch keine Pausenmilch trinken, und die Sekundarschüler, welche selten Obst essen, am ehesten dazu neigen, zahnschädliche Süssigkeiten zu verzehren.

4. Zusammenfassung und Schlussfolgerungen

Entsprechend der modernen Auffassung von gesunder Ernährung*) (4) sind häufige, aber kleine Mahlzeiten zu empfehlen. Das Znüni wie auch das Zvieri sollten einen festen Platz in der Tagesordnung haben, ohne damit die gesamte Kalorienaufnahme zu erhöhen. Diesem Erfordernis kommen entsprechend unseren Zahlen mehr als die Hälfte der Schüler (58 %) nicht nach. Eine kleine Minorität verstösst besonders deutlich gegen obige Regel (5 %), indem Znüni und Frühstück ausgelassen werden.

Die hohen Anteile von Milch- und Obstkonsumenten während der Znünipause weisen darauf hin, dass sich die Kinder, zumindest solange sie unter der Obhut der Schule stehen, vernünftig ernähren. Besonders erfreulich sind die geringen Anteile von Konsumenten von Süssigkeiten unter den Primar- und Realschülern.

Allerdings ändert sich dieses Bild rasch, wenn man der Frage nach der Häufigkeit des Süssigkeitskonsums über den ganzen Tag, also nicht nur während der Schulpausen, nachgeht. Wie wir an anderer Stelle (3) gezeigt haben, hatten 80 % der von uns insgesamt 2 563 interviewten Kinder an dem der Befragung vorangehenden Tage Süssigkeiten zwischendurch — also ausserhalb der fünf regulären Mahlzeiten — konsumiert. *Die fünf am häufigsten konsumierten Süssigkeiten waren in abnehmender Häufigkeit die folgenden: Kaugummi, Schokolade, Bonbons oder Schleckstengel, Glacé oder Crème, Biscuits.* Beinahe so häufig wie Kaugummikauen wurde auch der Konsum von zuckerhaltigem Mineralwasser angegeben.

Der Schule in ihrem Anliegen, die Kinder zu einer vernünftigen Lebensweise zu erziehen, ist es entsprechend den vorliegenden Daten in einem gewissen Ausmass gelungen, die Zwischenverpflegung in Bahnen zu halten, die der Gesundheit förderlich sind. Es dürfen ihr andererseits keine Anstrengungen zu gross sein, die Kinder zu einem noch vernünftigeren Konsumverhalten innerhalb und auch ausserhalb der Schule zu motivieren.

*) Wir verweisen z. B. auf Empfehlungen einer Ernährungsexpertengruppe am 3. «Forum Davos» (28. 6.—1. 7. 1978), die in «Sozial- und Präventivmedizin» publiziert werden.

Literaturangaben

(1) *Büttner M.:* Eindämmung der Karies in Basel. Schweiz. Mschr. Zahnheilkunde *87*, 298 (1977)

(2) *Koenig K.G.:* Karies und Kariesprophylaxe. «Das Wissenschaftliche Taschenbuch» Abteilung Medizin, Wilhelm Goldmann Verlag München, 109 ff (1973)

(3) *Mühlemann R. und Ritzel G.:* Süssigkeitenkonsumgewohnheiten der Basler Schuljugend. Sozial- und Präventivmedizin (im Druck, 1978)

(4) *SV-Service, Schweizer Verband Volksdienst Zürich:* Von der Freude am Essen.

Korrespondenzadresse:

Dr. med. R. Mühlemann, M. Sc. Soc. Med.
Prof. Dr. med. G. Ritzel
Schularztamt Basel-Stadt
St. Albanvorstadt 19, CH - 4052 Basel

Thesen der Gesundheitserziehung in der Schule aus der Sicht der präventiven Medizin

1. **Das Gesundheitswissen mehren, wobei die für den Schüler wichtigen gesundheitlichen Probleme in den Vordergrund zu stellen sind und in zweiter Linie den grössten Gesundheitsgefahren der Bevölkerung Rechnung getragen werden muss.**
2. **Die Anliegen der präventiven Medizin bzw. der Gesundheitsförderung müssen begründet, die Zusammenhänge zwischen Ursache und Wirkung müssen aufgezeigt werden; also begründen, nicht behaupten.**
3. **Es muss versucht werden, das «Ungesunde» durch «Gesundes» zu ersetzen; also nicht verbieten, sondern etwas Besseres anbieten.**
4. **Die Freude an der Natur soll gefördert und die körperliche Ertüchtigung bzw. das körperliche Wohlbefinden sollen durch Spiel und Sport praktiziert, ferner soll der gesunden Ernährung besondere Beachtung geschenkt werden.**
5. **Nicht das Wissen des einzelnen, sondern seine Einstellung zu sich selbst, zum Mitmenschen und zur Natur soll so beeinflusst werden, dass er motiviert ist, die «gesunde Lebensweise» zu praktizieren.**
6. **Die Lehrer (und die Eltern) sollen die gesunde Lebensweise nicht nur predigen; sie müssen sie auch praktizieren.**

Prof. Dr. Meinrad Schär, Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, Gloriastrasse 32, 8006 Zürich.

Regeln für gesundes Leben

1. **Nur bei Tage arbeiten und in der Nacht schlafen.**
2. **Acht Stunden Arbeit, acht Stunden Erholung, acht Stunden Schlaf.**
3. **Körperpflege, Sonnenbäder, bewusstes Atmen.**
4. **Hautpflege, kalte und warme Waschungen und Bäder, Hautausscheidung anregen.**
5. **Regelmässiger Stuhlgang durch naturgemässe Ernährung, nicht durch künstliche Mittel.**
6. **Anregung der Niere durch Trinken von Mineralwasser.**
7. **Blutreinigungskuren im Frühjahr, oder Fastenkuren.**
8. **Viel körperliche Bewegung im Freien, Wandern, Gartenarbeit, Turnen usw.**
9. **Mindestens 3—4 Wochen Ferien.**
10. **Das seelische Gleichgewicht muss erhalten werden.**
11. **Allen vermeidbaren Giften muss man aus dem Wege gehen.**
12. **Meiden: Bohnenkaffee, Kakao, Schokolade, Alkohol, vor allem hochprozentigen.**

Die grosse Mehrzahl der Menschen pflegt sich buchstäblich mit Messer und Gabel selbst ihr Grab zu schaufeln!

Dr. Issling

zitiert nach R. Müller «Nahrung als Heilmittel»

Der Erstleseunterricht – Grundlage für den gesamten Deutschunterricht

Der Erstleseunterricht nimmt in der Ausbildung des Kindes einen besonderen Stellenwert ein. Denn nebst der Vermittlung der Lesefertigkeiten soll auch die Grundlage für den gesamten Deutschunterricht geschaffen werden. In diesem Sinne sind die Lernziele von ‹Lesen heute› gesetzt.

In den Lehrmitteln ‹Lesen heute› von Prof. Dr. Dietrich Pregel sind erstmals die Vorzüge der synthetischen und analytischen Methode des Erstlesens vereint. Das Kind ‹operiert› von Anfang an mit allen sprachlichen Einheiten (Buchstaben, Laute, Wörter) und lernt, sie miteinander in Bezug zu bringen. Dadurch wird ein differenziertes Lesen unter gleichwertiger Berücksichtigung aller sprachlichen Elemente erreicht.

Die Erfahrungen mit ‹Lesen heute› haben sowohl in Deutschland als auch in der Schweiz gezeigt, dass der sonst zu erwartende Anteil an leseschwachen Kindern vermindert werden kann und dass spezifisch bedingte Rechtschreibefehler in späteren Schuljahren vermieden werden können.

Die Schweizer Ausgabe ist hinsichtlich Wortschatz, Phonetik, Illustrationen und Fotos spezifisch auf die Schweiz abgestimmt. Sie umfasst: Texte (Lesebuch), Best.-Nr. 40155, Übungen (Arbeitsheft), Best.-Nr. 40156, Lehrerhandbuch, Best.-Nr. 40157 und Kontrollbogen, Best.-Nr. 40158.

Prüfstücke sind direkt beim Verlag zu beziehen – Klassensätze werden über den Buchhandel ausgeliefert.

Schroedel

Hermann Schroedel Verlag AG
4020 Basel, Hardstrasse 95
Telefon 061/42 33 30

213

Der Schüler und sein Schulraum aus medizinischer Sicht

Dr. med. Beat Dubs, Winterthur

Meine nachfolgenden Betrachtungen zum Problem «Schüler, Schulraum, Gesundheitserziehung» sind einerseits geprägt durch die noch nicht allzu lang zurückliegende Eigenerfahrung, anderseits durch die seinerzeitige Tätigkeit während meines Studiums als Vikar an Primar- und Sekundarschulen sowie meiner jetzigen nebenberuflichen Tätigkeit als Dozent an verschiedenen Krankenpflegeschulen. Sie sollen weder eine späte Abrechnung wegen durchgemachter Unbill noch eine absolutistische Doktrin sein, sondern sind als Diskussionsbeitrag gedacht. Meines Erachtens könnten einige der folgenden Aspekte wohl an vielen Orten ohne tiefschürfende Eingriffe berücksichtigt werden. Ich freue mich, wenn ich mancherorts auch offene Türen einrenne.

«In Verbindung mit dem Elternhaus bezweckt die Volksschule die harmonische körperliche und geistige Ausbildung des Kindes zu einer möglichst einheitlichen lebenskräftigen Persönlichkeit. . . . Die Volksschule bildet Gemüt und Charakter. Sie macht den jugendlichen Geist empfänglich für alle edlen Regungen des menschlichen Seelenlebens, dass er gefestigt werde gegen die Einflüsse des Hässlichen, Rohen, Gemeinen in Neigungen und Leidenschaften. Sie bildet und fördert . . . charakterfestes Handeln. Sie legt den Grund der Befähigung zur Selbsterziehung im Sinne der Forderungen der Aufklärung, der Humanität und der Toleranz. So ist die Volksschule eine Stätte allgemeiner Menschenbildung. . . .»

Lehrplan der Volksschule des Kantons Zürich, Kapitel I., Zweck der Volksschule.

Schulraumgestaltung

Während Jahrzehnten war es «selbstverständlich», dass die Schulbänke geometrisch genau in parallelen Abständen mit Front zum Lehrerpult aufgestellt sein mussten. Glücklicherweise wird von dieser nüchternen Anordnung schon vielerorts abgewichen. Die Sitzordnung soll von *jedem* Platz aus einen einwandfreien Kontakt zwischen Schüler und Lehrer ermöglichen. Dies ist weniger als «Spickprophylaxe» gedacht, sondern soll einerseits dem Lehrer die Kontrolle besser ermöglichen, andererseits auch dem Schüler den Eindruck erwecken, im Einflussbereich des Lehrers zu sein. Solche Sitzordnungen lassen der Fantasie des Lehrers sowie seinen persönlichen Wünschen einen weiten Spielraum: von halbkreis- bis gar hufeisenförmigen Sitzordnungen über gefächerte oder gestaffelte Reihen in spitzem oder stumpfem Winkel bis zu einzelnen Inseln, gebildet aus zwei bis drei Bänken, sind hier viele Variationen möglich. Wichtig ist, dass die eingangs erwähnten Gesichtspunkte erfüllt bleiben. Ferner soll mit der Sitzordnung auch ein günstiger Lichteinfallwinkel berücksichtigt werden. Da bei den meisten Schulzimmern die Fenster nur auf einer Seite vorhanden sind (meistens seitlich) und die Wandtafel fest montiert ist, kann diesem Aspekt nicht immer Rechnung getragen werden. Zu wünschen wäre ein Lichteinfall von links vorne, damit der schreibende Schüler mit seiner Schreibhand (es ist ja doch meistens die rechte) nicht einen Schatten auf das soeben Geschriebene wirft. Dieselbe Forderung gilt auch für die *Anordnung der künstlichen Lichtquellen* im Schulzimmer. Es sei an dieser Stelle ins Stammbuch von Architekten und Schulhausplanern geschrieben, dass hier einmal nicht die oft exzentrischen Vorstellungen des Architekten im Vordergrund stehen sollten, sondern die Bedürfnisse eines heranwachsenden und oft mit der Konzentration kämpfenden Schülers. Einmal mehr sei darauf hingewiesen, dass *Neonröhren* durch ihr trotz neuester technischer Errungenschaften immer noch bemerkbares Flimmern eine *zusätzliche Belastung* für den Schüler bedeuten (Der heutige Schüler wird durch die häusliche Mattscheibe schon genug beflimmert . . .). Die Wände sollen hell gestrichen sein, auch eine helle Decke ist von Vorteil, üblicherweise werden in den Schulzimmern ja viele Schülerarbeiten an den Wänden noch aufgehängt, so dass hier die Beleuchtung einerseits befriedigt und doch eine Abwechslung in der sonst nüchternen Zimmerwand möglich ist. Ferner soll alles Mögliche getan werden, um Lärm von aussen vom Schulzimmer fern zu halten. Dass damit ein weiteres höchst aktuelles Thema angeschnitten wird, ist nicht zu vermeiden, ich möchte jedoch an dieser Stelle darauf nicht näher eingehen.

Körperhaltung / Rückenschäden

Nur zu gut sind mir die ständigen Ermahnungen von Eltern, Lehrern und Ärzten in Erinnerung, mich gerade hinzusetzen, keinen Buckel zu machen, die Brust herauszustrecken und die Schultern nach hinten zu ziehen. So lästig mir damals diese Belehrungen waren, so wichtig ist es dennoch, auf die Körperhaltung einzutreten. Der Jugendliche verbringt ja eine grosse Zeit seiner stärksten Wachstumsperiode im Schulzimmer. Das Wachstum der Wirbelsäule und damit die Gestaltung derer endgültigen Form wird nicht zuletzt auch von der Sitzhaltung beeinflusst. Leider sehe ich nun in meiner Praxis täglich, dass diesem Punkt fast überall noch viel zu wenig Beachtung geschenkt wird. Obwohl an den meisten Orten die veralteten Schulbänke à la «Feuerzangenbowle» ausgerottet wurden, besteht auch bei den heute meist verwendeten sogenannten anatomisch geformten Stühlen oder gar Sesseln immer noch die Möglichkeit, sich mit der Zeit einen

Pädagogik zwischen Gegenwart und Zukunft

«Eine wesentliche pädagogische Spannung ergibt sich daraus, dass alles pädagogische Tun die Zukunft im Auge hat, das Kind aber zunächst mit seinem Bewusstsein noch ganz der Gegenwart verhaftet ist. Die Erziehung muss diesen Gegensatz von Gegenwärtigkeit und Zukunftsspannung als echte Polarität bewältigen und dabei wiederum das allmähliche Auseinandertreten aller Gegensätze in der Entwicklung des Kindes beachten. Sie darf ihm die Gegenwart nie ganz nehmen; jede pädagogische Massnahme muss darauf bedacht sein, ihm möglichst auch irgendwie Befriedigung im Jetzt zu geben. Keine Aufgabe soll nur Mittel für einen späteren Zweck sein unter Aufopferung des Moments. Aber ebenso muss alles, was erziehlich geschieht, das spätere Leben mit im Auge haben, es darf nicht nur dem Augenblick dienen. Allgemeine Maxime: das Kindsein muss das Menschwerden nicht hindern und das Menschwerden nicht das Kindsein.»

Friedrich Schleiermacher

(Zitat nach Jahresbericht 1977 des Oberseminars des Kantons Zürich)

handfesten Rückenschaden zuzulegen. Viele dieser Möbel sind in Höhe, zum Teil sogar in Sessellehnenstellung oder Lehnenhöhe verstellbar. Man sollte vor allem als Lehrer vermehrt in regelmässigen zeitlichen Abständen darauf achten, dass diese Verstellmöglichkeiten benutzt werden und die Stühle dem Schüler individuell angepasst werden. Natürlich ist das nur bei einer mehr oder weniger konstanten Sitzordnung möglich. Jugendliche neigen auch gerne zur Unsitte, sich beim Lesen oder Schreiben stark nach vorne zu neigen und damit in einer buckeligen Haltung dazusitzen. Erstens ist ein kurzer Abstand zwischen Augen und Schriftbild schon für die Sehorgane schädlich (mindestens 30 bis 40 cm), und zweitens wird dadurch der Bildung eines krummen Rückens Vorschub geleistet. Die Lehrer sollten solchen zur Buckelhaltung neigenden Schülern vermehrte Aufmerksamkeit schenken und sie zu besserer Sitzhaltung anhalten. Am besten erweckt man das Verständnis des Schülers durch eine Information über das Wachstum des Rückens und der korrekten Haltung einer Wirbelsäule. Sicherlich ist der Schularzt in der Lage, dem Lehrer anschauliches Röntgenbildmaterial zur Verfügung zu stellen oder eventuell selbst einen kleinen Vortrag zu halten. — Ich kann mir vorstellen, dass Lehrer beim Lesen obiger Zeilen den Kopf leise schütteln werden; *auf das Problem der korrekten Körperhaltung, vor allem in den Wachstumsjahren, kann jedoch nicht genug hingewiesen werden.* Die Folgeschäden sind ganz beträchtlich, sie äussern sich schon bei jungen Erwachsenen in Haltungsinsuffizienzen, in fehlender Beanspruchbarkeit des Achsenskelettes, in Kreuzschmerzen oder gar in Ausstrahlungen bis in die Beine. Dass sich solche Schäden nicht von selbst beheben, dürfte auch einem medizinischen Laien einleuchten; die Resultate solcher langjähriger Fehlhaltungen füllen einen schönen Teil der Wartezimmer der Ärzte in Stadt und Land.

Bei dieser Gelegenheit möchte ich darauf hinweisen, dass es unsinnig ist, die Schüler während der *Pause* im Schulzimmer drin sitzen zu lassen. Sie sollten im Gegenteil nach draussen geschickt werden, wo sie die Möglichkeit haben, ihren Bewegungsapparat wieder aufzulockern. Auch im Schulturnen soll solchen *Lockerungsübungen und Kräftigung der Muskulatur des gesamten Wirbelsäuleapparates vermehrt Beachtung* geschenkt werden. Anzuregen wären ferner Kurse für Lehrer zur Instruktion von einfachen Übungen im Sinne des Haltungsturnens. Die besten Kurse nützen allerdings nichts, wenn das Erlernte nicht später im Turnunterricht regelmässig angewandt wird.

Arbeits-Haltungsschäden Foto: H. Baumgartner

Psychosomatik des jugendlichen Schülers

Obwohl ich weiss, dass den Lehrern während ihrer Ausbildung viele Kenntnisse zur Psychologie des Schülers beigebracht werden (sie dürften leider nur allzu schnell wieder vergessen werden), möchte ich zum Schluss noch kurz auf die Psychosomatik des jugendlichen Schülers eingehen. Eine Schulklasse ist nie eine homogene Masse, bei der jedes Individuum beliebig durch ein anderes ersetzt werden könnte. Das Vermitteln des Unterrichtsstoffes über eine doch mehrere Jahre dauernde Zeit bedeutet denn auch für die einzelnen Schüler verschieden starke Anforderungen. Lange Zeit mag ein Schüler diesen gewachsen sein, und doch können bei jedem, auch beim gescheitesten, Probleme oder Konfliktsituationen auftauchen, die der betreffende Schüler bewusst oder unbewusst fixiert und nicht bewältigen kann. Meistens reagieren die betreffenden Schüler entweder nach aussen hin durch Aggressionen oder Trotzhaltung, oder sie «fressen» alles in sich hinein. Die letzte Gruppe macht erst auf sich aufmerksam durch Äussern von gewissen Symptomen, die meist als Schmerzen in der Bauchregion oder Kopfschmerzen, oft verbunden mit Übelkeit, angegeben werden. Dauern solche Beschwerden länger an, wird meist der Hausarzt konsultiert, entweder auf Anraten des Lehrers oder auf Grund von Beobachtungen der Eltern. Trotz eingehender Untersuchungen können meist keine körperlichen Befunde erhoben werden, so dass der Schüler ein Fall für den Schulpsychologischen Dienst wird. Nach eingehender Analyse der Situation des betreffenden Schülers kommt der Konflikt zu Tage und kann mehr oder weniger erfolgreich angegangen werden. Ich möchte damit nicht ausdrücken, dass ein Lehrer schon beim Auftreten kleiner verdächtiger Symptome eines seiner Schüler diesen zum Arzt schickt oder den Schulpsychologischen Dienst alarmiert. Oft hilft hier eine diskrete, aber genaue Beobachtung des Schülers weiter, oft auch erst ein klärendes Gespräch mit dem Schüler oder dessen Eltern. Ich möchte an dieser Stelle nicht weiter auf die Psychosomatik eingehen, aber es liegt mir doch am Herzen, darauf hinzuweisen, dass durch Frühbeobachtung und entsprechend geschickte Reaktion des Lehrers mancher offene Konflikt und manches «Bauchweh» vermieden werden könnte.

Ich schliesse meine Ausführungen mit dem Wunsch, dass die Schulstunden nicht nur dem Lehrer, sondern auch dem Schüler ein angenehmes Klima ermöglichen: Helle und freundliche Schulraumgestaltung, Beachtung einer gesunden Körperhaltung und individuelle Schülerbetreuung durch Frühbeobachtung und geschickte Reaktion in Problemsituationen. ■

Jugendliche «kritisch konsumieren» lehren

Eine konzentrierte Hilfe durch das Schulfernsehen

Mit zehn Jahren ist der Alkohol- und Tabakkonsum bei unseren Jugendlichen noch praktisch gleich Null. Von den 20jährigen rauchen hingegen rund 60 %, und 90 % der männlichen Jugend trinken Alkohol (rund 10 % davon übermässig). Untersuchungen der Abteilung für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Basel zeigen, dass sich der *Genussmittelkonsum ab 14./15. Lebensjahr zu entwickeln beginnt.* Will man dieser Entwicklung präventiv begegnen, so müssen geeignete Massnahmen gegen Ende des obligatorischen Schulalters ergriffen werden.

Das Schweizer Schulfernsehen hat sich entschlossen, einen Beitrag an die Bekämpfung des Genussmittelmissbrauchs zu leisten. In der Zeit vom 24. Okt. 1978 bis 17. Nov. 1978 strahlt es das von ROCOM produzierte audiovisuelle Lernprogramm «kritisch konsumieren» aus, das 6 Filme von durchschnittlich 12 Min. umfasst. Es ist für den Einsatz an der Oberstufe gedacht und wird ergänzt durch eine schriftliche Einführung für den Lehrer und Schülerarbeitsblätter.

Information allein genügt nicht

Untersuchungen haben gezeigt, dass es nicht reicht, lediglich über die Gefahren des Genussmittelmissbrauchs zu informieren, sondern dass auf die Hintergründe dieses Konsums eingegangen werden muss. *Alternative Verhaltensweisen müssen diskutiert und erarbeitet werden.* Diese Aufgabe sprengt den Rahmen des herkömmlichen Schulfernsehens. In Zusammenarbeit mit Lehrern und Spezialisten in der Herstellung audiovisueller Lernprogramme wurde ein Kurskonzept entwikkelt, welches eine intensive Bearbeitung der Schulfernsehsendungen in der Klasse vorsieht. Spezielle Einführungssendungen für die Lehrer, welche jeweils 1 Woche vor den Schülersendungen ausgestrahlt werden, sollen diese mit dem neuartigen Konzept vertraut machen. In diesen Einführungssendungen berichten Lehrer, welche mit dem Material bereits im Unterricht gearbeitet haben, über ihre Erfahrungen und geben Hinweise für den Einsatz. In der *Zeitschrift «Schweizer Schulfunk»* findet der interessierte Lehrer eine *Einführung in das Programm sowie Vorschläge für Schüleraufgaben.* Der Ausstrahlungsplan wurde so zusammengestellt, dass der Lehrer die Zeitspanne zwischen den einzelnen Filmen, die er zur Verarbeitung des Stoffes benötigt, selber bestimmen kann. Diese Pausen können zwischen einer halben Stunde und mehreren Tagen variieren.

Hinweise zum Programm

Der Konsum von Alkohol, Raucherwaren und der Missbrauch von Medikamenten sind letztlich Versuche, unbewältigte Konflikte zu lösen. In 3 Blöcken versucht das Programm deshalb, den Schülern jene Faktoren bewusst zu machen, welche ihr Konsumverhalten bestimmen. Anhand der eigenen Analyse sollen dann alternative Verhaltensweisen entwickelt werden.

Teil I: Weshalb «kritisch konsumieren»?

Ein Mädchen sitzt abends allein vor dem Fernseher. Gelangweilt wechselt es von einem Programm zum andern. Dazu nascht es die verschiedensten Dinge. Ein Junge beisst nach einem anstrengenden Training genussvoll in einen Apfel. Anhand solcher Szenen aus dem ersten Film diskutieren die Schüler Fragen, wie «Weshalb konsumieren wir?», «Was brauchen wir zum Leben?», «Welches sind unsere Bedürfnisse?». Die Schüler suchen nach parallelen Situationen aus ihrem täglichen Leben. Sie nennen die Besonderheiten von Tabak, Alkohol und Medikamenten.

Teil 2: Du und die andern

Ein Mädchen offeriert einem Jungen einen Rum für sein Getränk. Er traut sich nicht, dies abzulehnen. Ein Mädchen weist eine Zigarette zurück. Solche Beispiele werden im zweiten Block bearbeitet. Weshalb haben sich die Schüler in den Filmen auf diese oder jene Weise benommen? Kennen wir ähnliche Situationen? Welche anderen Verhaltensmöglichkeiten gibt es? Welches sind die Konsequenzen dieser Verhaltensweisen für unsere Beziehungen zu den andern? In Diskussionen und durch Rollenspiele werden solche Fragen bearbeitet. Gruppendynamische Mechanismen sollen transparent gemacht und Alternativverhalten im Spiel erprobt werden.

3. Teil: Du und Deine Umwelt

Unser Konsumverhalten wird nicht nur durch unsere unmittelbare Umgebung, sondern auch durch die Gesellschaft bestimmt. Eine wichtige Rolle spielen beispielsweise die Schule oder auch unsere Wohnsituation. Ein Film zeigt, wie ein Jugendlicher in verschiedene Konfliktsituationen gerät, denen er nicht Herr wird. In jedem Fall greift er schliesslich zu einer Scheinlösung, dem «Hilmi» (*Hilf mir!*), einem kleinem Apparat, von dem die Werbung verspricht, dass er alle Probleme löst. In der Diskussion machen die Schüler den Transfer. Welche «Hilmis» benützen wir? Weshalb benützen wir sie? Gibt es Alternativen?

Flexibler Einsatz

Das Programm «kritisch konsumieren» gibt dem Lehrer nicht nur Möglichkeiten zu einer aktiven Rolle, sondern es verlangt auch danach. Ob dieser Versuch, durch das Schulfernsehen Impulse zur Gesundheitserziehung zu vermitteln, erfolgreich sein wird, hängt weitgehend vom Engagement und vom Einsatz des einzelnen Lehrers ab.

Weitere Informationen über die Sendereihe «kritisch konsumieren» sowie das schriftliche Begleitmaterial und der Ausstrahlungsplan sind erhältlich bei der Redaktion Schulfernsehen, Fernsehen DRS, 8052 Zürich.

Ausstrahlungsplan des Lernprogramms «kritisch konsumieren» im Schulfernsehen

Dienstag, 31. Oktober 1978				Freitag, 3. November 1978			
9.10 1. Der Konsum	9.50 2. Warum wir konsumieren	10.30 1. Der Konsum	11.10 2. Warum wir konsumieren	9.10 1. Der Konsum	9.50 1. Der Konsum	10.30 2. Warum wir konsumieren	11.10 2. Warum wir konsumieren

Dienstag, 7. November 1978		Freitag, 10. November 1978	
9.50—9.55 Du und die andern 1. Teil 10.15—10.25 2. Teil	10.30—10.35 Du und die andern 1. Teil 10.55—11.05 2. Teil	9.10—9.15 Du und die andern 1. Teil 9.35—9.45 2. Teil	11.10—11.15 Du und die andern 1. Teil 11.35—11.45 2. Teil

Dienstag, 14. November 1978				Freitag, 17. November 1978			
9.10 4. Du und Deine Umwelt	9.50 5. Lösungsmöglichkeiten	10.30 4. Du und Deine Umwelt	11.10 5. Lösungsmöglichkeiten	9.10 4. Du und Deine Umwelt	9.50 4. Du und Deine Umwelt	10.30 5. Lösungsmöglichkeiten	11.10 5. Lösungsmöglichkeiten

Bedenklich und bedenkenswert:

Zahlen zum Alkoholproblem und andern Suchtgefahren

Ausgabe 1978, 32 Seiten, 3 Illustrationen Preis Fr. 1.— zuzüglich Porto.

Die Broschüre vermittelt auf den neusten Stand nachgeführte Angaben über den Konsum von Alkohol, Tabak, Medikamenten und Drogen. Sie orientiert über Konsumgewohnheiten und die Folgen des Missbrauchs.

Herausgeber: Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme, Postfach 203, 1000 Lausanne 13.

Ich werde meinen Ballast täglich los.

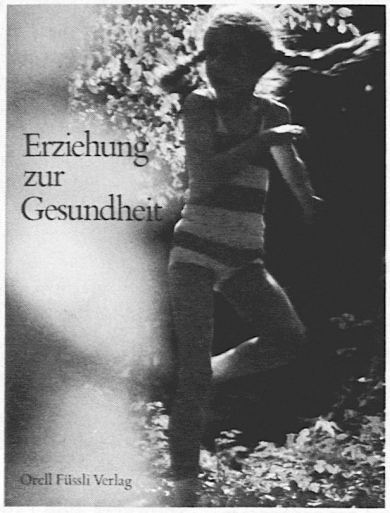
Darmträgheit, schlechte Verdauung und Verstopfung treten immer häufiger auf. Warum eigentlich? Auf der einen Seite haben wir zu wenig Bewegung – das liegt meistens an den Bedingungen, unter denen wir leben und arbeiten – und zum anderen ernähren wir uns falsch.
Gereinigte Kohlenhydrate und Fett haben längst ein ungesundes Übergewicht in unserer Ernährung erhalten. Wichtige Ballaststoffe aber fehlen. Die Folge ist oft Darmträgheit, und Verstopfung bleibt nicht aus.
Um den Mangel an verdauungsfördernden Ballaststoffen auszugleichen, gibt es eine einfache Lösung. Täglich 15 bis 30 g Dr. Kousa Weizen-Kleie, und Ihre Verdauung funktioniert auf ganz natürliche Weise, denn Dr. Kousa Weizen-Kleie besteht zu einem ungewöhnlich grossen Teil aus Rohfaser. Diese unverdaulichen Ballaststoffe des Weizenkorns vergrössern das Stuhlvolumen. Dehnreize regen die Darmbewegung (Peristaltik) an; die Verdauung kommt in Schwung. Ausserdem bewirkt Dr. Kousa Weizen-Kleie, dass schädliche Stoffwechselprodukte der Darmflora schneller ausgeschieden werden.
Dr. Kousa Weizen-Kleie ist geschmacksneutral und kann vielen Speisen und Getränken (z.B. Joghurt, Suppe, Milch, Fruchtsaft usw.) beigefügt werden.
Dr. Kousa Weizen-Kleie ist ein hochwertiges, gereinigtes Qualitätserzeugnis. Es entspricht den Pestizidvorschriften und unterliegt strengsten Qualitätskontrollen.
Erhältlich in Apotheken, Drogerien und Reformhäusern.

Die natürliche Hilfe bei Verstopfung.

Milupa SA, 1564 Domdidier

Erziehung zur Gesundheit

Ein Handbuch für die Schule, für Lehrerseminarien und Behörden



Erhältlich in jeder Buchhandlung

Herausgegeben von Pro Juventute, Gesellschaft für Präventivmedizin und Lehrerschaft.
396 Seiten mit Zeichnungen Fr. 25.–

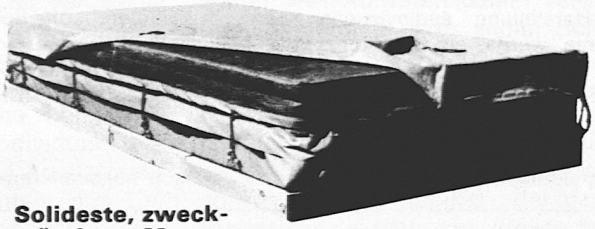
Orell Füssli Verlag

POP Hochsprungmatte

Matelas pour saut en hauteur

Neu
Nouveaux

Plus solide, plus pratique pour un prix sensationnel



Solideste, zweckmässigste Matte zu sehr populärem Preis:

Eine echte HOCO-Leistung

Keine reparaturanfälligen Reissverschlüsse, sondern solider Kordelverschluss mit doppelter Überlappung. Alle Verschleissteile leicht auswechselbar, deshalb günstiger im Unterhalt! Leicht und ohne Demontage transportierbar. **Solide Vollschaumblöcke** (ohne Klebestellen) **mit unseren gebohrten Luftkanälen!** (Patent angemeldet). **Neuer Holzunterbau** (verbesserte Imprägnation, mit wetterfesten Kunststofffüssen und praktischen Verbindungsbügeln), handliche, 1 m breite Elemente. Auf Wunsch mit **solidem Wetterschutz und neuem Spikesschutz!**

Preise/Prix: **4×2 m ab Fr. 1780.—**
5×2 m ab Fr. 2200.—
5×3 m ab Fr. 2780.—
Unterbau komplett je m²: Fr. 65.—

hoco SCHAUMSTOFFE

K. Hofer, 3008 Bern
Murtenstrasse 32–34
Telefon 031 25 33 53
Telefon 031 99 01 71

Was ein Sportler bei der Wahl der Brille beachten sollte:

Um die Verletzungsgefahr von sich selbst und den Kameraden auf ein Minimum zu reduzieren, wählt man mit Vorteil unzerbrechliche Gläser und eine elastische Fassung. Zudem sollte die Brille seitlich möglichst wenig über das Gesicht herausragen, damit die Angriffsfläche für Schläge klein ist. Da bei Zusammenstössen oder beim Aufprall eines Balls häufig das Nasenbein in Mitleidenschaft gezogen wird, gibt es Sportbrillen mit einer breitaufliegenden, gepolsterten Nasenpartie. Federnde Ohrenbügel mit einem elastischen Ohrenteil bieten besseren Halt. Die Brille sollte weder auf den Augenbrauen noch auf den Backenknochen aufliegen, damit die Luftzirkulation hinter den Gläsern das Anlaufen verhindert.

Augen auf – im Sport!

Die Erfahrungen im Strassenverkehr zeigen, dass gutes Sehen Unfälle verhütet. In allen Sportarten, bei denen die Geschwindigkeit eine Rolle spielt, erfüllt ein gutes Auge dieselbe prophylaktische Funktion. Gutes Sehen wirkt sich zudem positiv auf die Leistung aus. Und trotzdem schliesst man bei unbefriedigenden sportlichen Leistungen und bei Sportunfällen selten auf eine ungenügende Sehschärfe. Tatsächlich gab es bisher auch keine zusammenfassenden Unterlagen, die das Wissen über diese Bezüge, die zwar für einzelne Spezialgebiete vorhanden sind, dem Sportler und dem Sportinteressierten zugänglich machten. Das *Informationszentrum für besseres Sehen* (IBS) ist den Sehproblemen, die sich dem Sportler stellen, nachgegangen. Es geht hier neben physiologischen um äussere Einflüsse wie Vibrationen, grosse Kälte, starke Bestrahlung und hohe Geschwindigkeiten. An der Arbeit beteiligt waren Wissenschafter, Augenärzte, Augenoptiker und Sportfachleute. Das Resultat der Bemühungen ist in einer Broschüre zusammengefasst, die am IBS-Informationsseminar über Augen und Sport, das am 25. September in Zürich stattfand, vorgestellt wurde. Die Broschüre «Wer besser sieht, hat mehr vom Sport» behandelt Sehprobleme vom aktiven Sportler wie auch vom Zuschauer und kann bei den Augenoptikern gratis abgeholt werden.

IBS, Postfach 18, 4900 Langenthal

Vgl. zum Beitrag Lehrer und drogengefährdete Schule den aus einer früheren «SLZ» übersetzten französischen Text, Seite 49–52.

Lehrer und drogengefährdete Schule

Bericht über einen Fortbildungskurs

Der erste Kursnachmittag fand im Aebi-Hus, Brüttelen, statt. Frau Feller erläuterte uns in einem ersten Teil das Konzept des Aebi-Hus-Modells.

Das Aebi-Hus-Modell

ist eine hierarchische Organisationsstruktur der Wohn-, Arbeits- und Freizeitgemeinschaft, die im Kreis des *konfliktlösenden Game* steht, in welchem alle einander gleichgestellt sind.

Die Einweisung

erfolgt meistens durch die zuständige Behörde; sie beruht fast nie auf Freiwilligkeit.

Das Aebi-Hus nimmt *nur* Heroinsüchtige auf. Grund: Jede Droge bringt sehr spezifische Probleme in der Behandlung des Süchtigen mit sich.

Jeder Eintretende muss einen Aufnahmeantrag stellen und eine Probezeit absolvieren.

Falls noch ein körperlicher Drogenentzug nötig ist, kann dieser im Aebi-Hus selbst als sogenannter *kalter Entzug* vorgenommen werden.

Die Urinprobe gibt Auskunft über die Drogenfreiheit des Aebianers.

Der Rehabilitationsprozess

1. Rehabilitationsphase: 0—12 Monate
Schwerpunkt: Leben mit der Sucht, ohne diese Sucht durch Drogen befriedigen zu müssen.

2. Resozialisierungsprozess: 12—24 Monate.
Schwerpunkt: Umgang mit Menschen, Aus- und Weiterbildung

3. Reintegration: Nachbetreuung ca. 5 Jahre.
Lehre/Schule/Arbeitsplatz

Die Wohngemeinschaft

besteht aus ca. 40 Aebianern und 10 Mitarbeitern.
Hausordnung: 7 Std. Arbeit, 2 Std. Game, 1 Std. Fortbildung.

Das Game

ist der eigentliche Träger des Rehabilitationsprozesses; eine Art *Training zur seelischen Ertüchtigung, zur menschlichen Reife.* Mit dem Game sollen emotionelle Explosionen vermieden und Aggressionen konstruktiv abgebaut werden.

Aus Anlass z. B. eines von ihm während der Arbeitszeit ausgelösten Konfliktes mit einem Kameraden wird dem betreffenden Aebianer von den Game-Spielern sein Verhalten wie in einem Spiegel wortreich vor Augen gehalten, ihm gleichzeitig aber auch eine Norm, ein Massstab gegeben. Diese Konfrontation soll ihn die Art seines Fehlverhaltens erkennen lassen, wohin es ihn geführt hat und weiterführen könnte. Auf diese Weise wird der Aebianer — nach vielen Games — wieder fähig, sein Verhalten zu beurteilen und zu verändern. Das Game ist also *kein Mittel zur Manipulation, sondern zur Motivation.*

Arbeit und Fortbildung

Arbeit: Hauswirtschaftliche Arbeiten, Hausrenovation/Raumgestaltung, Schreinerei, Landwirtschaft, Bäckerei

Fortbildung: Deutsch und Fremdsprachen, Rechnen, Maschinenschreiben, Geschichte/Staatskunde, Kunst/Literatur

Freizeitgestaltung

Angebot: Zeichnen, Malen, Modellieren, Stoffdruck, Musizieren
— Wandern, Fischen, Turnen, Ballspiele, Rudern, Pflege und Bewegen der Pensionspferde
— Filmvorführungen, Besuche und Vorträge von darstellenden Künstlern
— Besuche von Theater, Museen, Ausstellungen
— Bibliothek

Ene erfüllte Freizeitgestaltung ist sehr wichtig. *Die Freizeit-Leere erhöht die Rückfallgefahr!*

Aebi-Hus-Modell: Ziele

— Rechtsverwirklichung des neuen Betäubungsmittelgesetzes
— Alternative zum jetzt üblichen Strafvollzug (erfolglos!)
— Quarantäne-Effekt zum Schutz der gefährdeten Jugend
— Optimale Lebens-Chance für Heroinsüchtige.

Persönliche Eindrücke

Während dem Gang durchs Aebi-Hus begegneten wir ganz «normalen», lachenden, sich neckenden, arbeitenden oder die Freizeit verbringenden Jugendlichen.

Da war das Mädchen, welches in der Schreinerei an hübschen Holztierchen feilte; ein Bursche, der uns interessiert das Fotolabor zeigte. Im Treppenhaus roch es nach frisch gebackenem Brot, und im Korridor ertönten die Stimmen einer Gruppe, welche Wischdienst hatte.

Eindrücklich waren die *Zimmer:* Die Neueintretenden wohnen in recht kahlen Räumen zu viert. Erst wer sich gut eingelebt hat, darf in Zweierzimmer übersiedeln, die dann nach eigenem Geschmack eingerichtet werden dürfen. Diese Räume haben alles verloren, was mit Anstaltsraum Ähnlichkeit haben könnte: Teppiche, Bilder, improvisierte Sitzecken laden ein zum Plaudern und Kaffeetrinken in der Freizeit, zum Musikhören und Lesen.

Im obersten Stockwerk fanden wir sogar eine Art Kino und daneben einen Aufenthaltsraum, der eben von einer Gruppe neu gestrichen wurde: nicht weiss, sondern in verschiedenen Blau(?)tönen gehalten und mit geometrischen Formen bemalt.

Der Besuch im Aebi-Hus schien uns wichtig für diesen Kurs, denn dort wurden wir

konfrontiert mit der Realität. Auch wenn wir als Lehrer oft lieber Vogel-Strauss-Politik betreiben würden und sagen: Das Drogenproblem existiert nicht in unserer Schule. Die 40 Aebianer und all jene, die bis jetzt keine Aufnahme finden konnten (Platzmangel!), beweisen, dass *auch in unseren Schulen gefährdete Jugendliche erst erkannt werden, wenn sie schon süchtig geworden sind.*

Am zweiten Kursnachmittag geht Dr. med. K. Deissler näher auf sein Exposé in der «Schweizerischen Lehrerzeitung» ein, Titel: «Der Lehrer als Schlüsselfigur in der Bekämpfung der Drogensucht» («SLZ» 43, 27. Okt. 1977, S. 1470), ferner in dieser Nummer die franz. Übersetzung S. 49–52).

Einleitend meint er, in der Prävention hätten die von den Drogen betroffenen Länder keinen Fortschritt gemacht. Die Flut von Information habe nichts genützt. Eine Untersuchung in Kalifornien habe sogar gezeigt, dass dort, wo intensiv informiert worden sei, auch durch einen Arzt, mehr Drogen konsumiert worden seien als dort, wo nichts getan wurde. Er vergleicht mit der Produktenwerbung und stellt fest, dass es gelinge, *für* ein Produkt oder eine Sache zu werben, dass es aber kaum möglich sei, *gegen* etwas zu werben, also etwas zu verbieten. — *Was bleibt uns sonst?* war seine Frage. Wir können die Eltern informieren und sie auf einen event. Drogenkonsum des Kindes vorzubereiten versuchen. Erkennen aber — so die Frage von Dr. Deissler — die Eltern rechtzeitig, dass ihr Kind Drogen konsumiert? Seine Antwort ist hart. *Es kann Jahre dauern, bis die Eltern erkennen, was mit ihrem Kinde los ist.* Ringsum weiss schon jedermann, dass etwas mit dem betreffenden Kind nicht stimmt, die Eltern jedoch sind mit Blindheit geschlagen. Kommt es dann zu einer Massnahme ausserhalb der Familie, so sind Mutter und Vater entsetzt. Wer also ist die Person in der Umgebung des Kindes, die früher erkennen und einschreiten kann? Es ist *die Lehrerin, der Lehrer.* Der Referent macht an diesem Punkt des Nachmittags deutlich, dass er hier über die Früherkennung von Heroinabhängigen spricht, also von Fixern harter Drogen. Da komme die Theorie von E. Erikson jedem zu Hilfe, der Störungen bei Kindern früh erkennen möchte und etwas dagegen tun will. Es braucht den Psychoanalytiker. 1—2 Prozent der Jugendlichen im Alter zwischen 12 und 18 Jahren haben so grosse Schwierigkeiten, dass ihnen geholfen werden sollte. Sie sind in einer Identitätskrise, in einer Ausweglosigkeit. Die Symptome, die daraus entstehen, kann nur die Lehrerin oder der Lehrer erkennen, wiederholt der Referent. Was sie dagegen tun sollen, auf das geht der Referent im zweiten Teil des Kursnachmittages ein. Dabei sagt er deutlich, dass mit einzelnen, auffälligen Kindern wohl Gespräche geführt werden können, dass aber der Lehrer nicht zum Therapeuten werden kann. Er ist somit auf den einen Experten, einen Fachmann angewiesen, also den Drogenberater. Beratungsstellen für Drogengefährdete und Drogenabhängige gibt es überall in unserem Lande.

Die Sozialarbeiter, Ärzte und Psychologen dieser Stellen haben die Aufgabe, herauszufinden, was zum Wohle des Kindes getan werden kann. An dieser Stelle wurde deutlich: *wenn eine Wegnahme aus der Schule für das betroffene Kind nötig ist, so besteht im ganzen Lande herum keine Wohngemeinschaft oder keine therapeutische Einrichtung, in der Kinder aufgenommen werden.* Das Erziehungsheim im üblichen Sinne ist überfordert, wenn es auch Drogenabhängige betreuen soll. In der Diskussion zeigten sich die unterschiedlichen Erwartungen, die die Teilnehmer an den Kurs hatten. Die Forderung an den Referenten, konkreter zu sagen, was im Falle von Drogenkonsum in der Schule getan werden müsse, wurde laut. Die Antwort konnte nicht ein Rezept sein. Nur anhand von vielen Beispielen ist es möglich, aufzuzeigen, welche Lösungen gefunden worden sind und welche Folgen entstehen, wenn niemand frühzeitig zu handeln bereit ist.

Diese Beispiele aufzuzeigen und die Verbindungen zu den Beratungsstellen zu schaffen, das war die Aufgabe des dritten Kursnachmittags.

für die Kursteilnehmer: Ch. Dauwalder

Was taugt die Gesundheitserziehung?

Über den Wert gesundheitserzieherischer Massnahmen wurden nur wenige Studien durchgeführt. Durch kritische Beurteilung sollte es möglich sein, die Methoden der Gesundheitserziehung zu optimieren und mit einem geringen Aufwand einen grossen gesundheitlichen Nutzen zu erzielen. Als Beispiel sei die «Rüti-Studie» erwähnt, die an zwei Lehrlingskollektiven vorgenommen wurde und die Ermittlung der Wirksamkeit traditioneller gesundheitserzieherischer Massnahmen zum Gegenstand hatte. In der Testgruppe wurden 60 Lehrlinge durch regelmässigen Lebenskundeunterricht, Kleinausstellungen, Zeichnungswettbewerbe und Merkblätter, aber auch durch positive Freizeitgestaltung (Sport, Skilager, Wochenendtouren, Rettungsschwimmer- und Samariterkurse) erzieherisch beeinflusst. Als Kontrollgruppe diente ein Kollektiv von 60 Lehrlingen mit gleichen soziologischen Bedingungen, das keinen gesundheitserzieherischen Massnahmen unterworfen wurde. Bei beiden Gruppen wurden der Gesundheitszustand, die körperliche Leistungsfähigkeit, die Ernährungsgewohnheiten, der Genussmittelkonsum und das Freizeitverhalten zu Beginn und am Ende der Lehrzeit sowie 5 Jahre nach Lehrabschluss beurteilt.

Die Unterschiede waren und blieben markant. Es sei hier nur das Raucherverhalten als Beispiel angeführt: Bei Lehrabschluss (mit 19 bis 20 Jahren) rauchten 42 % der Testgruppe und 78 % der Kontrollgruppe. 5 Jahre später rauchten 39 % der Testgruppe und 66 % der Kontrollgruppe. Man darf annehmen, dass der Unterschied zwischen beiden Kollektiven zeitlebens bestehen bleiben wird. *(K. Biener:* Prospektivstudie über die Wirksamkeit der Gesundheitserziehung [Rüti-Studie — fünf Jahre später]. Öff. Gesundh.-Wesen 38 [1976] 63 bis 73.)

Prof. Dr. Meinrad Schär, Zürich

Varia zur Gesundheitserziehung

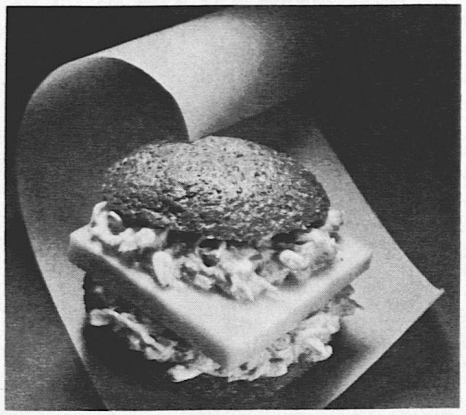
In Amerika besinnt man sich aufs Händewaschen — und bei uns?

In New York wurde festgestellt, dass die Existenz der modernen Antibiotika und das Wissen um ihre Wirksamkeit bei der Infektionsbekämpfung zu einer Vernachlässigung der persönlichen Hygiene und Sauberkeit geführt haben. Durch (zuerst überwachtes und dann automatisiertes) Waschen der Hände mit Seife und (warmem) Wasser (morgens, vor den Mahlzeiten, nach der Toilettenbenützung, vor dem Zubettgehen) lassen sich jedoch zahlreiche Infektionsketten unterbrechen.

Viele Erreger entwickeln eine Widerstandsfähigkeit gegen Antibiotika aller Art. Das erschwert die Behandlung zahlreicher Krankheiten. Erkrankungsfälle lassen sich vermeiden, wenn Eltern und Lehrkräfte mit Nachdruck auf der einfachen hygienischen Massnahme des Händewaschens bestehen. Zu bekämpfen und zu vermeiden sind auf diese Weise vor allem Furunkel, Abszesse, Hautausschläge, Lungenentzündung, Halsentzündungen, Durchfälle aller Art, Wurmerkrankungen.

In Amerika geht man den Weg zurück. Statt stereotyp erfolglose Antibiotikakuren zu riskieren, besinnt man sich auf die Ursachen, auf die Eigenheiten der Infektionsketten. In Amerika besinnt man sich aufs Händewaschen. Und bei uns? Unsere Beobachtungen bei Reihen- und Sprechstundenuntersuchungen lassen gewisse Schlüsse zu: *die Körperhygiene, die Sauberkeit der Hände und des Taschentuchs lassen zu wünschen übrig.* Fast überall hat die moderne Hygiene im Schulhaus Einzug gehalten. Nun müssen wir die Kinder lehren, sich ausnahmslos ihrer zu bedienen. Fliessendes Wasser, Seifenspender, Einmalhandtuch sind an sich noch kein Fortschritt. Entscheidend ist, was wir daraus zu machen verstehen. Wissensvermittlung, Aufdecken von Zusammenhängen, Kontrollen und wiederholte Kontrollen sind unerlässlich.

nach Mitteilungsblatt des Schularztamtes der Stadt Bern



Das Rezept für dieses Znünibrot finden Sie S. 69

Tragisch für den Zivilisationsmenschen ist, dass er glaubt, mit Hilfe der Technik seine Nahrung zu «veredeln» und «schönen» zu können, ja, dass er glaubt, die an sich optimale Qualität der Naturprodukte verbessern zu können. Solche Irrtümer müssen sich an der biologischen Substanz der Kulturvölker furchtbar rächen, sie haben es schon genug getan!

Prof. Dr. med. Kötschau

Auch Natürliches kann giftig sein!

Kinder erleben ihre Umwelt mit allen Sinnen. Das erklärt, weshalb jedes Jahr Vergiftungserscheinungen u. a. durch den Genuss giftiger Beeren, Früchte oder anderer Pflanzenteile auftreten. Giftpflanzen können und sollen deswegen nicht radikal ausgerottet werden. Wichtig ist, dass Erwachsene und Kinder die Gewächse kennen lernen, von denen Gefahren ausgehen. Gewisse Risiken lassen sich ausschliessen, wenn derartige Pflanzen nicht in der Nähe von Kinderspielplätzen, von Schulen oder in Gärten angepflanzt werden.

Unter den häufigen *Zierpflanzen* und *Wildgewächsen* sind als *giftig* zu bezeichnen: Seidelbast, Einbeere, Aronstab, Maiglöckchen, Mohn, der Goldregen, diverse Giftpilze. Giftstoffe (Alkaloide, Glykoside, ätherische Öle, organische und anorganische Verbindungen) sind in der Regel in allen Pflanzenteilen (Saft!) enthalten; praktisch gefährlich werden jedoch in erster Linie die Früchte und Samen, die zum Teil wegen ihrer Färbung attraktiv wirken. Weitere Giftpflanzen sind der Schierling, Stechpalme, Liguster, Eibe, Ginster, Robine, Schneeball, Efeu; unter den Gartenpflanzen Fingerhut (Digitalis!), Eisenhut, Herbstzeitlose, die Nachtschattenarten (Tollkirsche, Bilsenkraut, Stechapfel), rohe Bohnen, Früchte der Kartoffelpflanze.

Giftpflanzen sind wohl weniger gefährlich als Haushaltchemikalien und Arzneimittel, die in Kinderhände geraten. Zahlenmässig sind die Vergiftungsfälle nach Einnahme giftiger Pflanzenteile wohl nicht beeindruckend; jeder einzelne Fall aber ist unnötig und wäre zu verhüten gewesen. Und Hinweise — schon im Kindergartenalter — wären so schnell gegeben . . . Auch Natürliches kann giftig sein!

Die «ernährungskritischen» Zitate sind aus dem Buch «Nahrung als Heilmittel» von Rudolf Müller, Verlag, Zulligerstrasse 26, 3063 Ittigen/BE, entnommen.

Ziel der Gesundheitserziehung

Die Gesundheitserziehung ist ein Teilgebiet der Sozialhygiene, deren erste Ansätze in die Zeit *J.-J. Rousseaus* zurückreichen, d.h. in die Zeit der Aufklärung und der dadurch ausgelösten Neuorientierung der gesellschaftlichen Ordnung.

Als eines der ersten Werke mit betont gesundheitserzieherischem Charakter kann der Entwurf zu einem Gesundheitskatechismus für die Kirchen und Schulen von *Faust* (1773) betrachtet werden. Das «System einer vollständigen medicinischen Polizey» von *Johann Peter Frank* (1780) und die Makrobiotik von *Hufeland* (1796) standen — zitiert nach *Manfred Franke* — «sämtliche auf dem Boden der Aufklärung und richteten sich nach der Annahme, dass der Wissende sich auch seinem Wissen entsprechend verhält». Das dem nicht so ist, wissen wir alle (. . . z. B. auch die Raucher unter uns).

Prozentuale Verteilung der Sterbefälle nach Todesursachen Schweiz 1973

	Männer	Frauen
Infektionskrankheiten	1,5	1,0
Krebs	24,6	21,4
Herz-Kreislauf-Krankheiten	40,3	48,7
Unfälle	7,7	4,6
Selbstmord	2,9	1,2
übrige Sterbefälle	22,8	23,1
	100 %	100 %

Verlust an Lebensjahren durch Sterbefälle im Alter von 20 bis 64 Jahren. Prozentuale Verteilung nach Todesursachen Schweiz 1973

	Männer	Frauen
Infektionskrankheiten	0,7	1,5
Krebs	23,0	39,1
Herz-Kreislauf-Krankheiten	22,3	19,6
Unfälle	22,7	7,8
Selbstmord	11,1	7,6
andere Todesursachen	20,1	24,3
	100 %	100 %
Verlust an Lebensjahren absolut	152.000	99.000

Jene Krankheiten und Sterbeursachen, die zu vorzeitigem Tod führen, stellen zum Teil bereits im Schulalter die grösste Gesundheitsgefährdung dar (Unfälle), und sie sind meistens die Folge einer schon während der Jugendzeit akquirierten ungesunden Lebensweise.

Ziel der Gesundheitserziehung ist somit die Erziehung zu gesunder Lebensweise oder — wie es Zöllner ausgedrückt hat — Erziehung zu gesunden Wünschen.

Prof. Dr. Meinrad Schär

Bruno Vonarburg

Gottes Segen in der Natur

Ein Handbuch der Naturheilkunde
Auflage: 10 000 Expl.
Format DIN A5, farbiger Umschlag
384 Seiten, 50 Abbildungen, Fr. 25.–

Das Buch bietet eine Einführung in die Gesundheitslehre und erläutert die Kräuter-, Ernährungs-, Erd-, Wasser- und Lichttherapie; es bringt Rezepte, Anwendungen und Erklärungen. Schliesslich werden die wichtigsten Heilpflanzen in Wort und Bild beschrieben. Tabellen und Stichwortregister ermöglichen eine rasche Orientierung.
Dieses Buch wartet darauf, auch Ihr Ratgeber, Freund und Führer zu einem gesunden Leben zu werden.

Die Telearena-Sendung am Schweizer Fernsehen hat gezeigt, dass plötzlich in breitesten Schichten der Bevölkerung ein unerhörtes Interesse für Naturheilkunde erwacht ist. Bruno Vonarburg, dem jungen Schweizer Spezialisten, ist es gelungen, die fundamentalen Erkenntnisse der grossen Pioniere der Naturheilkunde allgemein verständlich dazustellen. Ein grosser Erfahrungsschatz wartet auf praktische Verwertung!

CHRISTIANA-VERLAG, 8260 STEIN AM RHEIN
Tel. (054) 8 68 20 und 8 68 47

In vielen Haushaltungsschulen ist das neue «Koch-Studio Nährwert ABC» ein unentbehrliches Hilfsmittel zur Nährwert-, Kalorien- und Jouleberechnung. Und in Ihren Klassen? Haben Sie das handliche Register der 200 wichtigsten Nahrungsmittel und den Schieber zur Bestimmung des Idealgewichtes und des Energiebedarfs schon für Ihre Schülerinnen bestellt?
Der Spezialpreis für Schulen beträgt pro Stück Fr. 2.40. Bestellen Sie mit dem Coupon oder einer Postkarte.

Dans beaucoup d'écoles ménagères, le nouveau «Koch-Studio ABC-Nutritionnel» est indispensable à la calculation des valeurs nutritionnelles, calories et joules. Et dans vos classes? Vos étudiantes possèdent-elles ce pratique registre des 200 denrées alimentaires les plus importantes ainsi que la règle coulissante indiquant le poids idéal et besoin d'énergie quotidien. Vous pouvez commander cet ABC aux prix spécial pour écoles de Fr. 2.40/pièce à l'aide du coupon ci-dessous ou avec une carte postale.

Ich bestelle/Je commande

13/052 ____ Expl. «Koch-Studio Nährwert ABC» Fr. 2.40
13/053 ____ Expl. «Koch-Studio ABC-Nutritionnel» Fr. 2.40

Frau
Str.
PLZ/Ort

Einsenden an/Envoyer à KOCH-STUDIO, Postfach, 8027 Zürich

Erziehung zur Gesundheit . . .

erhältlich beim Reform-Verlag
Max Hübscher
8640 Rapperswil
Tel. 055 / 27 29 30
(vgl. Besprechung Seite 71)

deit

damit der Durst nicht dick macht.

Denn deit enthält 90% weniger Kalorien als herkömmliche Durstlöscher.

Erhältlich im Lebensmittel- und Getränkehandel.

1 Glas 1 dl Citro nur 3,2 Kalorien

Der schönste Durst ist der Durst, der nicht dick macht.

Ist Barfussturnen zu empfehlen?

Immer wieder werden wir von Ärzten darauf hingewiesen, dass *Fusswarzen* (eine oft schmerzhafte, therapeutisch recht heikle Lokalisation der durch Viren hervorgerufenen Hautinfektion) gerade bei Kindern gehäuft auftreten. Wenn auch derartige Hautinfekte grundsätzlich überall übertragen werden, wo Menschen barfuss herumgehen (öffentliche Bäder, Turn- und Sportanlagen, Wohnungen), so wird *doch von vielen Ärzten dem Barfussturnen in den Schulen eine wesentliche Mitschuld bei der Entstehung von Fusswarzen zugeschoben.* Es ist weder generell noch im Einzelfall zu entscheiden, welche Bedeutung dem Faktor «Barfussturnen» wirklich zukommt. Angesichts dieses Beweisnotstandes und im Bewusstsein, dass den Turn- und Sportschuhen mit guten Gründen (Entwicklung des kindlichen Fusses!) eine Alternative gegenübergestellt werden sollte, raten wir zu einem *Kompromiss,* der alle zufriedenstellen kann:

Für den Turn- und Sportunterricht in Hallen sind entweder Turnschuhe oder Gymnastik- oder Rhythmikschuhe zu tragen; Gymnastikschuhe sind billig, bieten den nötigen Schutz und versprechen dieselben Vorteile wie das Barfussturnen. Nach dem Turnunterricht sollen die Schüler duschen und die Füsse mit Seife waschen können.

Schularztamt der Stadt Bern

Welche Körpergrösse, welches Körpergewicht?

Die Bedeutung von Körpergrösse und -gewicht ist recht gross. Neben individuellen Schwankungen im Verlauf der normalen und gestörten Entwicklung treten säkuläre Veränderungen innerhalb einer ganzen Population auf (z. B. Akzeleration des Wachstums, Grössenzunahme der Jugendlichen innerhalb der letzten Generationen). Die Bestimmung der Körpermasse ist einfach; die Frage kommt immer wieder: ist dieser Junge noch normalgewichtig? Ist dieses Mädchen schon zu gross? Im folgenden die *Normalwerte für die verschiedenen Altersklassen* (Normgrenzen für 90 % der Individuen):

Alter		*Knaben*
6 Jahre	106—126 cm	16—25 kg
7	112—133 cm	18—28 kg
8	118—138 cm	18—32 kg
10	127—149 cm	20—41 kg
12	134—161 cm	26—53 kg
14	145—176 cm	33—64 kg
16	159—185 cm	42—74 kg
17	163—186 cm	48—74 kg

Alter		*Mädchen*
6 Jahre	106—125 cm	15—26 kg
7	111—129 cm	16—28 kg
8	118—135 cm	18—36 kg
10	126—149 cm	21—42 kg
12	134—164 cm	24—54 kg
14	147—170 cm	34—67 kg
16	151—175 cm	42—68 kg
17	152—176 cm	43—70 kg

Die relative Bedeutung der Körpermasse und die enorme Streuung der Individualentwicklung in einer Jahrgangklasse illustrieren Beispiele:
ein 134 cm grosser Knabe ist
ein noch normal grosser Siebenjähriger
ein noch fast normaler Zwölfjähriger
In einer *vierten Klasse* können wir Kinder (des normalen Jahrgangs!) finden, deren Körpergrösse für 7—14jährige normal ist. Wenn wir dabei noch die Körpermasse der Rücksteller, der Repetenten und der vorzeitig Eingeschulten berücksichtigen, dann beeindruckt uns die Heterogenität einer Klasse in bezug auf somatische Merkmale (wobei eine Unzahl anderer ebenso stark streuender Variablen stösst).

Schularztamt der Stadt Bern

Gesundheitserziehung als pädagogische Disziplin

Erzieherische Einwirkungen können sehr verschiedener Art sein. Sie können direkt, personal angesetzt werden, mit Lob, Ermahnung, Gebot und Verbot, Information, Vorbild usw., also mit verschiedenen Formen unmittelbarer Zuwendung des Erziehers zum Zögling. Sie können auch direkt, nicht unter Betonung des «pädagogischen Bezuges» durch planmässige Gestaltung der Umwelt des zu Erziehenden, durch Verwendung der Sozialformen als «Erziehungsmittel», durch Bewahrung vor schädlichen Einflüssen zur Auswirkung kommen, und das alles in unterschiedlicher Akzentuierung bei verschiedenen Altersstufen. Je nachdem, welche Form erzieherischer Einwirkung im Vordergrund steht bzw. angezielt wird, erhält Gesundheitserziehung seine eigene Qualität und Formung: Information, Prophylaxe, Appell, Verhütung von Schäden, Schaffung von Voraussetzungen für gesunde Daseinsbedingungen, Üben und Durchspielen von Beispielen für Gesund-sein-Können. *Werner Küchenhoff*

(zit. nach Öst. Ärztezeitung 31/10 1976)

Institutionalisierte Hilfeleistungen

Die Schweizerische Fachstelle für Alkoholprobleme (SFA) in Lausanne führt in regelmässigen Abständen *Fachtagungen* durch, in denen die Aspekte der Prophylaxe im Vordergrund stehen. Erstmals im Oktober 1977 erschien die vierteljährliche Fachzeitschrift *«Drogalkohol».* «Drogalkohol» will für die verschiedenen theoretischen und praktischen Aspekte der Beschäftigung mit den Toxikomanien offen sein. Die SFA könnte ihre vielfältigen Aufgaben nicht erfüllen, wenn nicht zu den Zuschüssen aus öffentlicher Hand jedes Jahr eine grosse Zahl von Mitbürgerinnen und Mitbürgern einen finanziellen Zustupf leisten würde. (Postcheck der SFA, Lausanne: 10 - 261).

Meilensteine im Impfwesen

Die grossen Seuchen — die Mörder von Hunderttausenden von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen — sind nicht mehr. Früher unlösbare Probleme sind verschwunden. Das kam nicht von einem Tag zum andern. Wichtige Schritte verdienen auch heute noch unser Interesse:

1798 erste Pockenimpfung durch Jenner

1885 Tollwutimpfung durch Pasteur

1892 Haffkin impft gegen Cholera

1898 Choleraimpfung durch Wright

1913 Einführung der Immunserenbehandlung gegen Diphtherie (Toxin/Antitoxin) durch Behring

1921 Impfung gegen Tuberkulose durch Calmette und Guérin (heute angewandtes Verfahren der BCG-Impfung: Bacillus Calmette-Guérin: nicht mehr krankmachender Impf-Tuberkelbazillus)

1923 aktive Impfung gegen Diphtherie mit Diphtherie-Toxoid

1923 Keuchhustenimpfung

1927 aktiver Impfschutz gegen Starrkrampf durch Tetanus-Toxoid

1937 erste Influenza-(Grippe-)Impfstoffe. Einführung der Gelbfiebervakzine

1949 Mumps-Impfung. Züchtung des Poliomyelitis-(Kinderlähmungs-) Virus in Gewebekulturen

1954 inaktivierter Poliomyelitis-Impfstoff nach Salk (Impfung durch Injektionen)

1957 Sabin stellt Polio-Schluckimpfstoff mit lebenden nicht-virulenten Polio-Viren her. Bei uns seit 1962 eingeführt; seither Polio bei uns praktisch ausgerottet

1960 Masern-Impfstoff

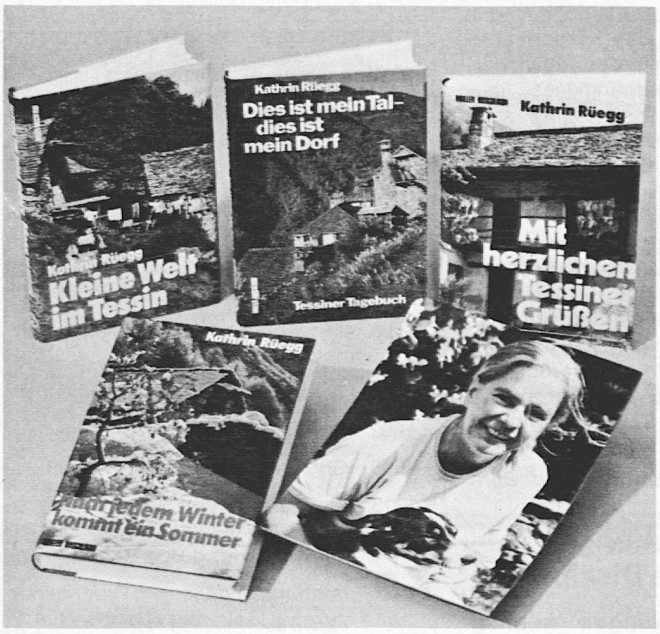
1968 Meningokokken-Impfstoff Typ C

1971 Meningokokken-Impfstoff Typ A

1976 erste Anwendung eines Hepatitis-B-Impfstoffes.

Der Mensch hält das für schädlich, woran er direkt stirbt; dass aber jahrelange Schädigungen sich endlich zum Verhängnis aufstauen können, daran glaubt der moralische Dickhäuter Mensch nicht, obgleich ein degeneriertes, bebrilltes, zahnarmes, kahlköpfiges Geschlecht eine deutliche Sprache redet.

Dr. Lahmann



Weit über 100'000 Ex der ersten drei Bände verkauft!

Man kann es gut für sich allein lesen, ohne die drei vorhergehenden Tessinerbücher der Kathrin Rüegg zu kennen. Eins aber ist gewiß: wer diesen vierten Bericht gelesen hat, möchte auch die anderen Bücher der Frau Rüegg lesen, die Karriere und Stadtleben aufgegeben hat, um den Weg zurück zu einfachen Menschen und Tieren in einem schlichten Tessiner Bergdorf zu finden. Worum es diesmal geht? Um zwei Susis, junge Mädchen aus der Stadt, die aus ganz verschiedenen Gründen zu Kathrin Rüegg kommen. Um den kauzigen Onkel Arthur aus London. Um Odivio, Emilia und die anderen Bewohner von Froda, die Kathrins Nachbarn und Freunde sind. Um Schafe, das Eselchen Pierino, um Nachbarsziegen, die Kathrin pflegen und füttern muß, weil der Große Schnee das Dorf von der übrigen Welt abschneidet. Um neue Pläne, neue bewährte Freunde und den beglückenden Frühling, der dem Großen Schnee folgt.

MÜLLER RÜSCHLIKON

Der 4. Band von Kathrin Rüegg - der Schweizer Erfolgs-Autorin ist erschienen!

Fragen Sie in Ihrer Buchhandlung nach den Büchern von Kathrin Rüegg

Der Verpflegungsautomaten-Spezialist von Wander sprach mit Elisabeth Good. Sie ist kaufmännische Lehrtochter bei einer Maschinenfabrik in Lausanne.

‹Seit ich weiss, dass Ovomaltine nicht dick macht...›

WANDER

WW 78.11.02

Arbeits-pause Ovo-Pause

Verpflegung rund um die Uhr

mit Bohnenkaffeeautomaten, Heiss- und Kaltgetränkeautomaten, Flaschen- und Dosenautomaten, Verpflegungsautomaten, Warenautomaten, Geldwechselautomaten.

Profitieren Sie von einem unverbindlichen Gratisversuch

So vielseitig wie Ihre Wünsche.

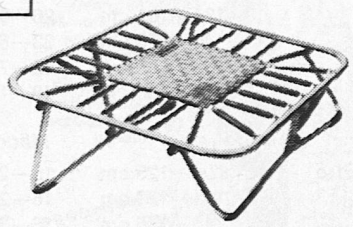
Avag
Betriebsverpflegungs AG
Bernerstrasse Nord 210
8064 Zürich
Telefon 01 64 48 64

NISSEN

MINITRAMP

Mod. Standard
Verzinkter Rahmen. Gummizüge, Vollnylonsprungtuch
Fr. 425.—

Mod. Hochleistung
Dauernickelverchromter Stahlrahmen und Stahlfedern, Sprungtuch aus geflochtenen Nylonbändern **Fr. 575.—**



Verlangen Sie den ausführlichen Katalog!

NISSEN Trampoline AG
3073 Gümligen, 031 52 34 74

Kritisches

Die Ernährungskranken, die nach Millionen zählen, sind eine furchtbare Anklage gegen die derzeitige Ernährung der zivilisierten Nationen.

Aber die Krankheitsnot und die Enttäuschung und Erfolglosigkeit aller anderen Hilfen muss sehr gross sein, damit der Mensch sich entschliesst, eine gründliche Änderung seiner Ernährung vorzunehmen.

Dr. med. Bircher-Benner

Jeder achte Schüler zu dick

Schüler einer 11. Klasse am Charlottenburger Schiller-Gymnasium in West-Berlin überprüften im Rahmen des Biologieunterrichts die *Risikofaktoren menschlicher Gesundheit.* Sie starteten an ihrer Schule eine Untersuchung zum Thema «Ernährung». Ausgewertet wurden 453 Fragebogen, die Jugendlichen im Alter von 12 bis 18 Jahren ausgefüllt hatten.

Gefragt wurde u. a., was, wieviel und wie oft wer isst, welche Getränke er in welchen Mengen zu sich nimmt, wie gesundheitsbewusst er lebt, ob er Sport treibt.

Bei den *Sportarten* wurde unterschieden nach «leicht» und «schwer». Als «leicht» galten z. B. Radfahren, Tischtennis, Turnen. Unter die Rubrik «schwer» fielen Ballspiele und Rudern.

Zu viele Pfunde auf die Waage brachten bei den Jungen vor allem die 13jährigen. Rund 30 % von ihnen waren zu schwer. Auffallend ist der hohe Prozentsatz übergewichtiger Mädchen in den Altersgruppen 14 bis 16. Hier entsprachen rund 20 % nicht den «Normgewichtsangaben» des Instituts für empirische Psychologie Köln.

Mit 17 werden die Mädchen wieder schlankheitsbewusster: unter 55 Kilo bei einer durchschnittlichen Grösse von 1,64 Meter. Die 17- bis 18jährigen Burschen dagegen sind durchschnittlich 1,80 m gross und wiegen zwischen 65 und 70 Kilo.

Das Ergebnis: Warum sind die Dicken dick? *Sie essen zu hastig, vermutlich zu viel, treiben zu wenig Sport und haben ein schlechtes Gesundheitsbewusstsein.* Ob's in der Familie liegt, wurde nicht erfragt.

(nach Berliner Schulzeitung)

«Zucker ist der grösste Feind des Gebisses und muss wie Tabak und Alkohol besteuert werden!»

(Prof. Dr. Fr. Mühlemann)

Drum her mit den Bundesmillionen für unsere Zucker-Autonomie!

Die medizinische Wissenschaft verfolgt ihre Probleme und — die Andersdenkenden.

Prof. Dr. med. Kollath

Kaum zu glauben

Da gab es einmal einen Dr. med. dent *Schnitzer* in Mönchsweiler, der erkannt hatte, dass das Zähneflicken nutzlos sei, solange die Ursache des Zahnzerfalls, der Weissbrot- und Zuckerkonsum, nicht aufhöre. Was, glauben Sie, für eine Auszeichnung hat er erhalten? Wegen «unberufsmässigen Verhaltens» wurde er von seiner eigenen Berufsorganisation angeklagt und tatsächlich, in erster Instanz, zur Zahlung von 500 DM Busse verurteilt! — *Schnitzer git's und het's geng öppe gäh! Man wagt nicht an die möglichen Verurteilungen zu denken, wenn Pestalozzi heute Ursachen des Menschlichkeitszerfalls bekämpfen wollte!* Ein anderer Arzt, Dr. med. Bruker, schrieb ein Buch «Der Zucker als krankmachender Faktor» — und wurde danach ununterbrochen von der Zuckerindustrie mit Prozessen bedroht! — *Wahrheit ist immer schon, seit Galilei, eine gefährliche Sache gewesen!*

J.

Der Tod im Aquarium

Aus einem Schulheft, Klasse 7

Wir besprachen in einer Lektion die Pflege der Zähne, ihre Gesunderhaltung und eine vernünftige Ernährung. Dabei wurde auch das Zähnebürsten mit einer Fluorlösung erwähnt. Der Lehrer sagte, Fluor sei in vergleichbarer Dosierung 2½ mal giftiger als Arsen. Das wüssten aber die meisten Leute nicht. *Unsere Frage:* Wie reagieren die Fische im Aquarium auf dieselbe Menge Fluor, wie sie ein Schüler pro Mal verwendet?

VERSUCH:
Datum: 21. August 1977
Zeit: 8.50 Uhr
Ort: Schulzimmer

Im Aquarium mit ca. 30 Liter Inhalt sind 25 Zierfische. Das Wasser ist sauber, der Filter in Betrieb. Wir geben 8 bis 9 Tropfen Fluor hinein.

BEOBACHTUNG:
Die grösseren Fische bewegen sich wie gewöhnlich. Der Wels beginnt ganz wild an die Oberfläche zu schiessen, immer und immer wieder. Die kleinen Fische sammeln sich hinter dem Filter beim Futterloch. Dieser Zustand bleibt unverändert, bis wir um 11.40 Uhr die Schule verlassen.

1. September 8.00 Uhr
Alle Fische tot! Das Aquarium ist trübe und stinkt grässlich. Wir müssen es vollständig ausräumen. Die Fluorlösung war mit 30 Liter Wasser verdünnt. Die Schüler bekommen sie unverdünnt.

Anmerkung des Lehrers: Anderntags brachten alle Schüler, die bisher noch an der Fluorbürsterei teilgenommen hatten, eine Verzichterklärung der Eltern. Die kantonale Schulzahnpflegehelferin wurde orientiert und versprach, den Versuch an die zuständigen Instanzen zu melden. *E.S.*

Die Redaktion will mit dieser Alternativ-Information keinen «Fluor-Krieg» auslösen, aber immerhin sensibilisieren für die umstrittene Problematik. J.

«Das Kariesproblem ist ein Ernährungsproblem. Erster Schritt einer wirksamen Prophylaxe (Vorbeugung): Vollkornbrot. Die Zahnheilkunde hat ihr Endziel, die Erhaltung der Zähne, nicht erreicht. Da der bis jetzt beschrittene Weg der endlosen Reparaturen sich als falsch erweist, soll er nicht weiter begangen werden . . .

Die Grundursachen der Karies sind bei der werdenden Mutter und beim Kleinkind, nicht beim Schulkind zu suchen . . . Was sie in der Schulzahnklinik reparieren, geschieht an einem bereits minderwertigen Material . . .

Eine richtig geleitete Ernährung der werdenden Mutter und des Kleinkindes mit einer unverfälschten Nahrung wird einen viel stärkeren therapeutischen Faktor bilden im Kampf gegen die Zahnkaries als unsere heutigen gesamten Anstrengungen. Nur dieser Weg führt zum Ziel . . .»

Zahnarzt A. Roos
in seinem Buch «Unsere Brotversorgung»

Vogelvergiftung als Warnsignal

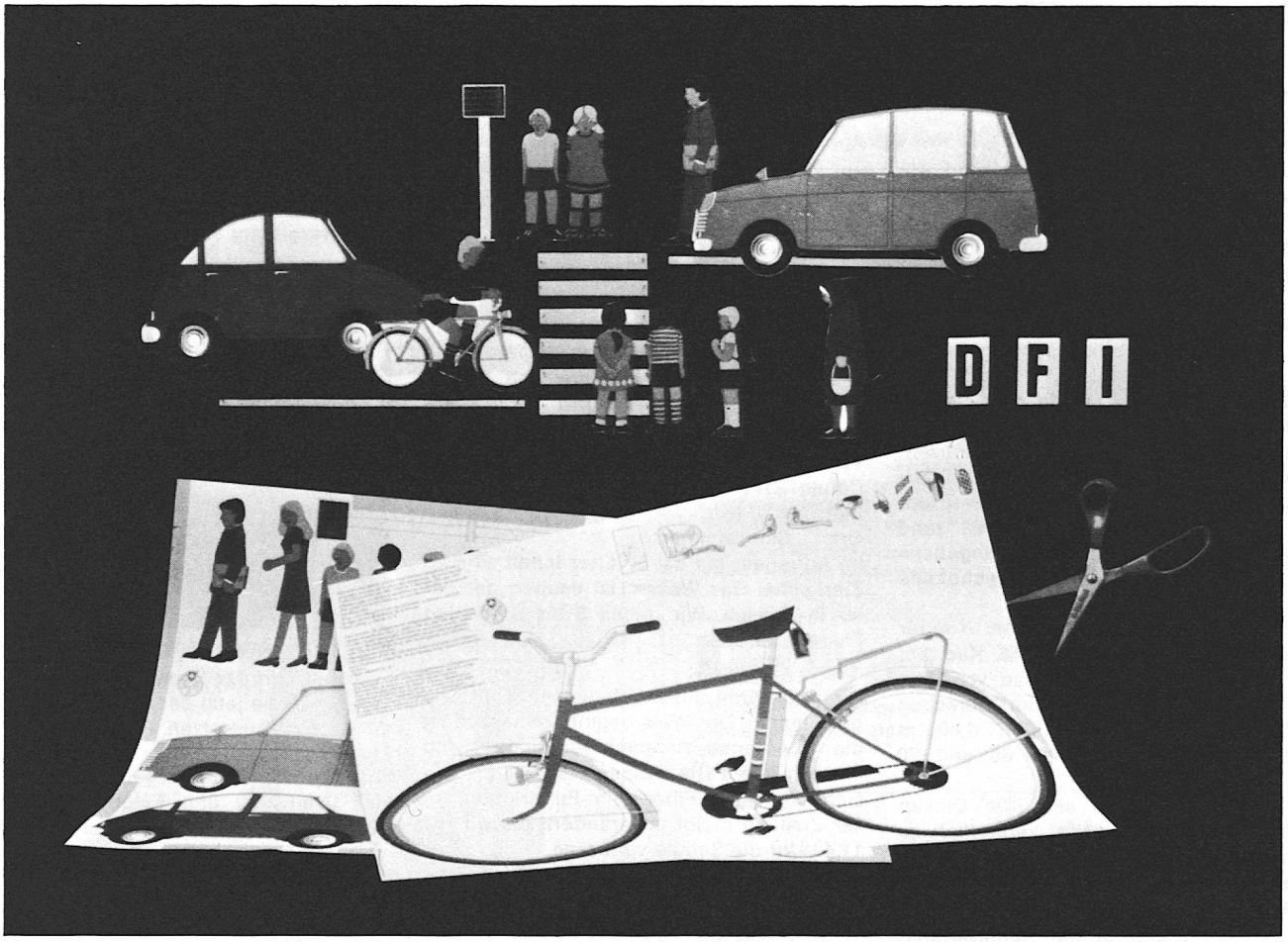
Zwei Bartgeier, die Gesundheitspolizisten der Natur. In der Schweiz seit 1881 ausgerottet, will sie jetzt der WWF in unseren Alpen wieder aussetzen. Foto: B. Nievergelt

Auch in der Schweiz gehen die Bestände der Greifvögel und Eulen stetig zurück. Forscher nennen als Ursache nicht nur den Verlust der Lebensräume, sondern vor allem die Vergiftung der Vögel durch Pestizide (Schädlingsbekämpfungsmittel): Greife und Eulen bilden den Schluss einer langen Nahrungskette, in der sich die Gifte von Glied zu Glied summieren. Auch wir Menschen stehen am Ende solcher Nahrungsketten. Die Kampagne «Aktion Greif» des WWF soll nicht nur den Greifvögeln und Eulen helfen, sondern auch die Diskussion über die Vergiftung unserer Umwelt durch Spritzmittel und andere Chemikalien in Gang bringen. *Unterlagen zur Aktion mit einem 48seitigen reich illustrierten Heft sind gratis erhältlich beim WWF, 8099 Zürich, Tel. 01/44 20 44.*

Fortsetzung nach dem (lesenswerten) französischen Teil, S. 65.

LE TOURING-CLUB SUISSE AU SERVICE DES USAGERS DE LA ROUTE

DER TOURING-CLUB DER SCHWEIZ IM DIENSTE ALLER VERKEHRSTEILNEHMER



Demandez nos listes de matériel d'éducation routière gratuit au secrétariat de la section TCS de votre canton.

Verlangen Sie beim Sekretariat der örtliche TCS-Sektion die Liste des Gratismaterials für Verkehrserziehung.

La santé à l'école

Dr. P. Grandguillaume, médecin des Ecoles, Lausanne

Nous remercions la rédaction de l'Educateur de nous permettre de parler dans ce périodique d'un sujet aussi vaste que la santé à l'école. Ce problème est traité différemment selon les possibilités et les disponibilités des régions de notre pays, aussi il ne nous sera possible de ne présenter qu'un aperçu de l'exemple lausannois. En effet, la Commune de Lausanne possède un Service médical des écoles qui comprend 3 sections; à savoir, une section médico-sociale, une section médico-psychologique et une section administrative.

Ce Service médical a des contacts très suivis avec différents services universitaires de médecine, et avec des services de santé de la jeunesse d'autres cantons.

INTRODUCTION

Selon Freinet, une question primordiale devrait toujours se poser à l'éducateur: *«L'enfant qu'il est chargé d'éduquer, y est-il disposé par son état physique et psychique?»* Ce pédagogue très connu a défini avant la lettre le principe qui régit la médecine scolaire moderne. Notre but étant la promotion de la santé de la communauté scolaire, le meilleur moyen d'y parvenir est la *prévention.* Comme toute personne s'intéressant à l'éducation, nous considérons la prévention comme une vocation. D'autre part, selon l'orientation de la médecine moderne, *notre activité n'est pas seulement versée dans la médecine de dépistage, mais aussi dirigée vers l'information, voire l'éducation.*

Nous allons développer maintenant les différents types de prévention et leur application pratique par le Service médical au sein des écoles de Lausanne.

PREVENTION PRIMAIRE

Nous la définirons comme une disposition dynamique qui permet avant la maladie d'améliorer les connaissances par l'information et l'éducation sanitaires, de prendre les mesures nécessaires à la promotion de la santé.

1. Des *examens périodiques* sont entrepris à titre préventif; il s'agit d'examens de l'état général mais aussi, et cela dans les petites classes (4 et 5 ans), des examens de la vue et de l'ouïe, et plus tard, (à 7 et 11 ans), des examens de dépistage des anomalies de la posture.
2. Dans la *prophylaxie des maladies infectieuses,* nous pratiquons une protection de l'organisme par vaccins contre la tuberculose, la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite, et chez les grandes filles qui le désirent, un vaccin antirubéoleux.
3. Nous réservons un rôle capital à *l'information* dans la promotion de la santé d'une population scolaire. Toutefois, *c'est à l'enseignant qu'il appartient tout d'abord, en qualité d'éducateur, de sensibiliser les enfants.* C'est le rôle du médecin scolaire de parler des problèmes qui pourraient entraîner des dommages physiques ou psychiques et de faire comprendre à l'enfant déjà ce qui peut conduire à une maladie chronique et à ses implications sociales et quels sont les facteurs principaux de risques.

Notre Service médical est donc très heureux si les enseignants, comme ils le font à maintes reprises, saisissent l'occasion d'inviter le médecin des écoles pour parler à leurs élèves des problèmes tels que la drogue, le tabagisme, l'alcoolisme et la sédentarité ou l'alimentation. Pour aider le corps enseignant dans sa tâche éducative, le Service médical met à leur disposition ses médecins, ses infirmières, ses psychologues, ses psychomotriciennes, ses logopédistes, ses physiothérapeutes; cette possibilité pourrait être plus largement utilisée à notre avis.

Dans ce contexte de mise à disposition, mentionnons notre collaboration avec la médecine scolaire d'autres cantons, voire d'autres pays pour la recherche des facteurs de risques des maladies cardiovasculaires par exemple. C'est ainsi que le Service médical participe activement aux symposiums internationaux sur les médecines scolaire et de l'adolescence. Les conclusions résultant de ces discussions internationales nous ont toujours permis de faire progresser la médecine scolaire sur notre plan local.

PREVENTION SECONDAIRE

Elle permet, par un diagnostic précoce, de couper l'évolution de la maladie et d'éviter la contamination.

Dans ce volet de la prévention, les médecins, les enseignants, les infirmières et, par leur intermédiaire et avec l'accord des parents, les psychologues recherchent les facteurs de risques qui entraînent les troubles du comportement scolaire.

Le Service médical répond de cette façon à l'intention du législateur vaudois qui a notamment prévu dans le Règlement d'application de la loi sur l'instruction publique primaire de 1960: «Le médecin scolaire procède à l'examen individuel des élèves qui lui sont signalés lors des inspections de classes pour les raisons suivantes:

a) absences fréquentes pour raisons de maladie;
b) difficultés caractérielles;
c) surmenage;
d) baisse ou irrégularité excessive des résultats scolaires.»

En conséquence, l'infirmière, après chaque visite médicale fixée par la loi, est chargée par le médecin scolaire

de prendre contact avec les parents des enfants chez qui une anomalie a été décelée afin de les orienter chez le médecin de leur choix ou dans un service hospitalier, une policlinique ou chez un spécialiste, sa démarche étant appuyée par une lettre du médecin scolaire.

Les enfants à risques élevés sont réunis, avec l'accord des parents, afin de recevoir une information et une éducation qui sont faites alors par les collaborateurs du Service médical. Cette information et cette éducation peuvent être conduites sur demande expresse des parents, soit en petits groupes ou individuellement, avec la collaboration éventuelle, mais encouragée, du médecin choisi par l'enfant ou les parents, ou d'une clinique spécialisée. Lors de ces réunions, le médecin des écoles incite l'enfant à participer directement à l'entretien avec le médecin, comme il le fait généralement avec son maître, ce qui peut paraître nouveau, si l'on considère la méthode classique consistant à écarter l'enfant lorsque la discussion avec les parents devient «sérieuse».

A ce propos, il est intéressant de mentionner que des médecins, conscients que la santé concerne au premier chef l'enfant lui-même, se réunissent pour élaborer un programme leur permettant de s'adresser immédiatement à un adolescent.

PREVENTION TERTIAIRE

La maladie étant présente, cette prévention consiste, par le dépistage des complications, à prévenir l'incapacité, l'invalidité et l'impotence.

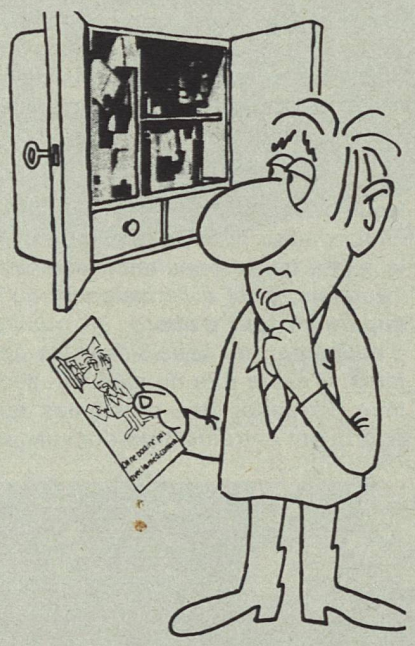
Persuadé que l'éducation et la solidarité sont *nécessaires* à la santé physique, psychique ou sociale de la population scolaire, le médecin des écoles encourage, avec l'accord préalable de l'enfant et de ses parents, les élèves atteints de maladies chroniques (par exemple diabète ou obésité) à se confier à leur enseignant. L'enseignant répond souvent volontiers à cet appel, car il sait qu'il peut compter sur l'appui et l'aide enthousiastes des équipes médico-sociales et médico-psychologiques scolaires. Il sait aussi que cette solidarité permettra une meilleure intégration de l'enfant.

Ce mode de faire donne de bons résultats, puisque dans certaines maladies du métabolisme réputées engendrer des troubles psychologiques, l'intervention des équipes médicales n'est devenue nécessaire que dans un pourcentage infime d'enfants atteints.

Les *vices d'attitude* touchant certains enfants posent de délicats problèmes aux enseignants. Le médecin des écoles peut alors confier à ses nombreux spécialistes la rééducation nécessaire, individuelle ou par petits groupes.

Pour leur permettre de mieux collaborer dans cette activité préventive et sociale, nos infirmières ont reçu une formation en santé publique. Il nous paraît donc judicieux de donner ci-dessous la définition de l'OMS.

«L'infirmière de santé publique est une infirmière d'un type spécial qui, aux compétences de l'infirmière proprement dite, associe celles du travailleur de la santé publique, et jusqu'à un certain point, celles de l'assistante sociale. Son activité s'inscrit dans le cadre général de l'œuvre de santé publique, dont le but est de promouvoir la santé, d'améliorer les conditions du milieu — qu'il s'agisse du milieu matériel ou du milieu social — de prévenir la maladie et l'invalidité et d'assurer la réadaption des malades et des infirmes. Elle s'occupe avant tout des familles bien portantes, des malades non-hospitalisés et de leurs proches, des collectivités et enfin des problèmes de santé qui ont des incidences sur la société dans son ensemble.»



On ne badine pas avec les médicaments

On peut donc dire d'emblée que nos infirmières scolaires possèdent les qualifications necessaires pour s'occuper des aspects sociaux des problèmes soulevés par la santé de nos écoliers.

La collaboration avec le corps enseignant est aussi améliorée par une intervention, de plus en plus poussée, de nos *psychologues* dans les différents collèges. Nous avons donc la possibilité de pouvoir discuter sur place de certains problèmes psycho-affectifs de nos élèves et nous pouvons éviter ainsi certaines situations conflictuelles.

Enfin, pour donner un autre aperçu important de cette prévention tertiaire (nous ne faisons pas de médecine curative, qui est du ressort exclusif du médecin traitant ou des institutions officielles ou privées), mentionnons la création à Lausanne, bien avant qu'elles soient subventionnées par l'assurance-invalidité, des *classes d'enseignement spécialisé.* Nous pouvons en effet développer des possibilités de scolarisation pour les déficients auditifs, pour les élèves atteints de troubles de la personnalité et enfin pour ceux souffrant de troubles du langage. Ces classes sont conduites sous la responsabilité du Service médical.

La Commune de Lausanne n'en est pas restée là dans son œuvre de pionnier puisqu'elle a créé encore des *classes dites de «plein-air» pour des enfants souffrant de troubles sociaux.* Relevons encore l'existence, d'une part, des classes de développement qui sont destinées aux enfants qui ne peuvent pas suivre les classes normales et où chaque candidat doit passer un examen médical afin de permettre au médecin scolaire de donner un préavis; d'autre part, les classes à effectif réduit sont destinées à des enfants ayant des troubles de la psycho-motricité et de l'affectivité ne permettant pas un développement harmonieux. Ces deux derniers types de classes, en raison de la création de classes d'enseignement spécialisé qui s'occupent d'un handicap déterminé, ont un effectif qui a tendance à diminuer.

CONCLUSION

Par son objectif, par le personnel mis à sa disposition et par sa collaboration effective avec le corps enseignant, la médecine scolaire à Lausanne permet à chaque éducateur de s'assurer, répétons-le, que l'enfant qu'il est chargé d'éduquer y est apte par son état physique et par son état psychique.

Ecole et santé mentale de l'écolier

Dr. W. Bettschart, privat-docent, Lausanne

Anima sana in corpore sano exprime bien la corrélation entre le corps et le psychisme. Cette étroite implication, personne n'en doute, mais beaucoup pensent que la santé somatique n'est pas seulement la base de la santé psychique mais qu'elle engendre celle-ci. Le corps visible et palpable, que chacun peut mesurer, peser, qui se présente et s'expose sans médiateur dans sa beauté et sa laideur, est plus accessible à l'appréciation de la santé ou de l'altération que l'appareil psychique. L'appareil psychique, pour sa part, ne peut manifester ses pensées, ses affects, ses émotions qu'à travers le corps. Prévenir les maladies physiques, les soigner, les guérir apparaît ainsi comme une tâche immédiate, urgente et à tenter à tous moments. La médecine somatique avec l'appui et le développement d'une technique sophistiquée et prodigieuse a permi des progrès sensationnels tels que des interventions chirurgicales, le développement des nouveaux médicaments comme les antibiotiques rendant possibles des guérisons sans faille. Nous pouvons compter sur une prolongation de la vie que l'humanité n'a encore jamais connue. Dans le domaine plus spécifique de l'enfance, il faut citer les possibilités de dépistage et de diagnostic précoces des affections sensorielles (ouïe, vue), permettant des mesures pédagogiques et médicales efficaces; et comment ne pas être admiratif en face des vaccinations ayant permis d'éteindre des épidémies graves telles que la poliomyélite, la variole, sans oublier la prévention du tétanos, de la diphtérie, de la coqueluche (qui a souvent provoqué des lésions cérébrales importantes chez les très jeunes enfants)? Sans être complets mentionnons la prévention de la carie dentaire et des troubles orthopédiques.

L'école prend un pas important dans l'application quotidienne et efficace de toutes ces mesures de prévention et de dépistage. Les enseignants autant que les responsables de l'organisation de la structure de l'école ont affaire à de nombreuses demandes d'activités dans le cadre scolaire, en plus des mesures déjà mentionnées: éducation routière, éducation sexuelle, éveil au chant et à la création artistique, etc., etc. Ecole et enseignants se défendent d'être un lieu à «tout faire»: transmettre des connaissances selon un programme donné et dans un délai imposé, apprendre la socialisation aux enfants, être un lien entre école et famille, un lieu de prévention et de traitement. Ces demandes venant de «l'extérieur» ne vont pas sans créer de nombreux problèmes et mettre en cause la cohérence de l'école; le premier à en souffrir est, bien entendu, l'enfant. C'est à ce titre que l'hygiéniste mental s'intéresse à ces sujets. Quel est l'impact de l'école sur les enfants, les adolescents et leur famille, quel est le but de l'école? L'article 1 de la loi du 25.5.1960 sur l'Instruction publique primaire et l'enseignement ménager post-scolaire du canton de Vaud (les autres cantons ont probablement des formulations semblables) définit le but de l'école de la façon suivante: «L'école primaire a pour but la préparation des enfants à la vie. Elle voue tous ses soins à leur éducation morale, intellectuelle et physique».

Il existe à l'école comme dans toute institution, toute organisation, des références théoriques et pratiques officielles qui se trouvent en contradiction avec des références théoriques individuelles*. Je veux dire que l'optique pédagogique de l'enseignant n'est pas forcément superposable aux idées officielles. Nous trouvons ici un des champs de tensions auquel l'enfant est exposé. L'enseignant dans sa relation avec l'enfant doit confronter et aménager ses théories personnelles avec l'orientation prise et imposée par l'institution. Il est classique d'entendre «cet enfant devrait . . . mais je suis obligé de . . .». L'enfant est ainsi directement impliqué dans les conflits intérieurs et extérieurs de l'enseignant.

Un autre champ de tensions pour l'enfant est constitué par l'école et la famille, et ceci à deux niveaux:

– d'une part en tant qu'institutions avec deux systèmes de fonctionnement particuliers, avec leurs règles et leurs positions spécifiques

– d'autre part en tant que confrontation avec des images parentales différentes.

La notion de champ de tensions ne signifie nullement un jugement de valeur. La seule raison d'en parler est la nécessité de se souvenir et de rester conscient que l'enfant n'est pas insensible à ce phénomène, au vécu des parents et des enseignants. L'enfant peut y trouver une source de maturation comme il peut en être submergé et y échouer.

La Loi vaudoise traduit fidèlement les soucis et intentions éducatives des parents en parlant de «la préparation à la vie». L'enfant doit, au cours de son existence, apprendre à maîtriser une dialectique difficile: il doit concilier ses activités, ses intérêts, ses besoins, ses désirs propres à son âge tout en y renonçant pour obéir aux désirs des parents qui le «poussent en avant» pour en faire un adulte. Situation contradictoire et délicate où certains enfants ont parfois l'impression de ne plus pouvoir vivre dans le présent mais uniquement dans les perspectives d'avenir tracées par les adultes. Cette problématique est d'ailleurs l'une des plus souvent évoquées dans les discussions avec les parents et les enseignants; les exigences vis-à-vis de l'enfant ne sont pas tant l'expression d'une certaine angoisse par rapport à la situation présente mais par rapport à l'avenir de l'enfant. Nous vivons une forme de société et de culture qui a peu de confiance dans l'avenir; la plupart de notre énergie est utilisée dans le souci de maîtriser et de prévoir le futur, souvent à un tel point que nous n'avons plus assez de force pour profiter du présent. Il est intéressant d'observer que la plupart des enfants ont du plaisir à aller à l'école à l'âge pré-scolaire, éventuellement encore en 1ère et 2ème année primaire. Plus l'enfant avance dans sa carrière scolaire, plus l'école est ressentie comme un devoir, plus aussi les échecs s'accumulent (11 pour-cent en 3ème année dans le canton de Vaud; dans ce chiffre sont exclus les enfants se trouvant dans l'enseignement spécialisé et en classe de développement). Il me semble que la diminution du plaisir et l'augmentation d'échecs vont de pair avec l'augmentation de pressions exercées sur l'enfant de

* sousjacentes et non verbalisées.

préparer l'avenir. Tout le monde permet à l'enfant pré-scolaire d'être enfant, mais au fur et à mesure de son évolution, on lui conteste très rapidement ce droit. La raison d'être n'est plus de pouvoir vivre son enfance mais de se préparer à devenir un adulte. Ajoutons encore que le plaisir d'apprendre, d'acquérir des connaissances, de vivre avec les amis et camarades est successivement infiltré par l'exigence, d'ailleurs souvent non dite et non verbalisée, du rendement et de la compétition.

Il serait trop facile et trop simpliste de faire une critique globale de l'école en tant qu'institution et des enseignants en tant que personnes comme de s'abandonner à un angélisme gratuit en croyant à un système idéal. Le but consiste à réfléchir au jeu compliqué de l'équilibre psychique de l'enfant dans une situation ou dans un système donné, en particulier dans un système qui est basé sur une visée de rendement, de rivalité et de sélection. Notre école est devenue un lieu de l'enfant qui réussit. Parfois le fonctionnement et l'adaptation sont plus importants que le contenu. C'est dans ce sens qu'il faudrait probablement comprendre l'exclusion des enfants en difficulté, la multiplication impressionnante des classes spéciales et spécialisées, sans doute utiles pour répondre à certains déficits intellectuels ou instrumentaux des enfants, mais préparant aussi en même temps la grande ségrégation entre les invalides, les «autres», les «difficiles» et les enfants suivant normalement la filière scolaire; ces derniers vont devenir les adultes présentant *notre* succès.

A l'occasion d'une étude récente sur la santé mentale des enfants de neuf ans*, nous avons demandé des renseignements aux enseignants concernés par les enfants faisant partie de notre recherche. Collaboration extrêmement positive car pratiquement tous les enseignants ont répondu à nos questions et ont décrit avec une finesse remarquable l'enfant. Nous avons constaté que le dépistage des enfants souffrant de troubles psychiques se fait essentiellement par rapport à l'altération du rendement scolaire lié aux troubles instrumentaux (Troubles de langage, de l'organisation spatiale, de la psychomotricité, retard intellectuel). Il semble difficile à l'enseignant d'intervenir en faveur d'un enfant ayant un rendement scolaire normal mais qui est «mal dans sa peau», triste, victime de ses camarades, anxieux, voire angoissé, bref en faveur d'enfants à problèmes, qui ne dérangent pas la classe. A l'opposé, la demande de consultation pour des enfants agressifs ou agités ne se heurte pas à des obstacles. Les consultations sont souvent retardées par un certain souci que le spécialiste perçoive des symptômes maladifs chez l'enfant, idée désagréable pour l'enseignant en fonction de son identification avec l'enfant. L'appréhension que l'enseignant lui-même pourrait être mis en cause par le spécialiste joue peut-être aussi un rôle dans la distance avec la psychiatrie. Sans doute, un très grand nombre de consultations pourraient être évitées si l'enseignant pouvait parler au spécialiste des difficultés de l'enfant en classe. Eviter la psychiatrisation est devenu un slogan mais il est évident que les problèmes existent indépendament du fait de les nommer ou de ne pas les verbaliser; on pourrait dire d'une façon un peu ironique que la carie persiste même si les douleurs ont disparu en allant chez le dentiste!

Il est vrai que la plupart des enfants souffrant de problèmes psychiques présentent des reprises évolutives. L'enseignant le constate autant que le spécialiste. La question est d'apprécier l'effort fourni par l'enfant, l'enseignant et les parents pendant des semaines et des années, permettant à l'enfant d'aménager ses difficultés et trouver des solutations à ses angoisses, ses inhibitions et ses conflits intérieurs. Il est souhaitable que l'enfant puisse utiliser au maximum son potentiel évolutif et qu'il puisse suivre sa carrière scolaire, mener une vie sociale épanouie sans être continuellement à la limite de ses forces. Le sentiment d'insuffisance, l'angoisse devant l'échec, le souci d'être rejeté par ses camarades exigent un investissement démesuré et l'absorption de trop d'énergie si l'enfant doit les surmonter seul. Souvent triste et découragé, il ne dérange pas la classe, tout en restant pendant des années en dessous de ses possibilités en attendant l'occasion de s'épanouir et de prendre sa place.

Quel est le taux de prévalence des troubles psychiques de l'enfant à l'âge scolaire? Nous les connaissons relativement bien par rapport à des affections précises telles que l'arriération mentale, des troubles moteurs cérébraux, du handicap de vue ou de l'ouïe: la plupart des auteurs donnent des chiffres de deux à trois pour-cent. En principe ces enfants sont dépistés et pris en charge précocement. Le problème de fond est celui de la séparation de ces enfants des autres élèves. Ce sujet reste à méditer! Pourrions-nous trouver une véritable intégration scolaire des enfants handicapés et difficiles ou suivons-nous des idées utopiques?

Les divers travaux épidémiologiques qui incluent dans leurs études les enfants souffrant de troubles psychiques et affectifs (souvent appelés troubles du comportement) citent des taux de prévalence beaucoup plus importants. Dans notre propre étude, que nous avons citée, nous avons constaté que 26 pour-cent des enfants de 9 ans présentent des difficultés importantes du fonctionnement de l'appareil psychique. La distribution de ces enfants n'est néanmoins pas uniforme dans les diverses classes sociales; le niveau socio-économique faible compte plus d'enfants souffrant de troubles psychiques. Nous ne pouvons passer à côté de cette constatation qui devrait nous faire réfléchir quant aux possibilités et à la nécessité d'intervention, pas seulement des services psychiatriques et sociaux, mais aussi des enseignants et de l'école en tant qu'institution. Le milieu socio-économique faible doit mobiliser une somme d'énergie démesurée en faveur de la réussite scolaire de l'enfant. En fait nous revenons ici sur nos réflexions antérieures, à savoir le rôle et le but de l'école.

Nous pouvons conclure avec une remarque relativement brève: si des mesures préventives et thérapeutiques sur le plan somatique peuvent être efficacement prises selon un système logique, opérationnel et sans conviction des intéressés, il n'en va pas de même sur le plan psychique. Dans notre domaine, comme partout, les structures institutionnelles d'appui sont nécessaires mais un travail efficace demande une réflexion en commun et un consensus entre l'école, l'enseignant, la famille et le spécialiste.

---

* L'enfant de neuf ans. Etude clinique et épidémiologique.
Françoise FAVEZ et al.
Series Paedopsychiatrica, Schwabe S. A., Bâle, 1978.

Education physique, sport, santé

Marcel Favre, maître d'éducation physique, Yverdon

Si l'on admet que la santé est étroitement liée aux diverses propriétés du corps humain, qu'elle est une conséquence heureuse des phénomènes les plus complexes de notre vie psychique et physique, on comprendra sans peine combien déterminante peut être l'influence que l'éducation physique et le sport peuvent exercer sur l'équilibre, le bien-être de l'enfant. A plus forte raison on conviendra que la pratique sportive revêt une importance tout aussi grande à l'âge adulte que la multitude des maladies n'épargne pas davantage.

Pris dans son contexte le plus large, le problème de la santé à l'école ne saurait faire abstraction de l'éducation physique. Réciproquement, cette discipline trouve dans le maintien, voire l'amélioration de la santé, une de ses justifications fondamentales.

L'éducation physique par et pour le corps

L'éducation physique est une recherche, un apprentissage d'harmonie et d'efficacité gestuelle. Le corps apparaît ainsi à la fois comme l'instrument et le bénéficiaire de cet apprentissage: c'est lui qui, par le truchement de la perception, permet de vivre plusieurs dimensions à la fois. C'est par lui que, dès son plus jeune âge, l'enfant se situe

— *par rapport à ses propres potentialités dont il cherche très vite à reculer les limites,*

— *par rapport aux phénomènes physiques extérieurs ou intérieurs, aux forces qui déterminent, en les limitant le plus souvent, nos conditions de terrien: le poids, la vitesse, l'équilibre, l'inertie et combien d'autres,*

— *par rapport au milieu et aux éléments naturels, l'air, le terrain, l'eau, la neige, la glace, etc.,*

— *par rapport aux autres: êtres anonymes, connus ou choyés, équipiers, adversaires, spectateurs . . .*

Et il ne fait pas de doute que la manière de se situer dans ces multiples influences, de s'en accommoder ou au contraire de les rejeter, joue un rôle décisif pour la santé de l'individu.

Telle qu'elle est conçue de nos jours, l'éducation physique revêt au moins deux aspects complémentaires et fondamentaux: son action est à la fois *compensatoire et préventive.*

D'une part, la très large gamme des activités sportives possibles doit être envisagée comme une batterie de moyens destinés à compléter, voire contrebalancer les effets d'autres activités essentiellement statiques. Elles sont à cet égard autant d'occasions privilégiées

— *d'étendre le champ d'investigations et d'expérience de l'enfant,*

— *de satisfaire son besoin d'espace et de mouvement,*

— *de valoriser certaines qualités généralement peu prises en compte par d'autres disciplines scolaires,*

— *de décharger son agressivité en satisfaisant le goût du jeu et en suscitant de multiples contacts.*

D'autre part, à tous les âges de la scolarité, une activité physique judicieusement dosée, régulière surtout, exerce une *action préventive de première valeur.* Dans des limites raisonnables que nous préciserons encore ci-après, cette *habitude* sportive constitue avant tout un *investissement* personnel et collectif.

C'est ainsi notamment

— **qu'elle habitue à l'effort, à la concentration, à la maîtrise des impulsions,**

— **qu'elle inculque certaines règles de comportement applicables à la vie de groupe,**

— **qu'elle familiarise l'enfant avec la poursuite d'objectifs progressifs, précis et concrets,**

— **qu'elle améliore foncièrement la connaissance de soi,**

— **qu'elle développe les fonctions organiques essentielles en les stimulant constamment et en les mettant en œuvre dans des situations diverses.**

Cette dernière caractéristique peut être considérée comme primordiale pour la prévention de la santé physique de l'être humain. Elle montre de surcroît le caractère nécessairement *actif* de cette prévention.

Un éventail de tâches multiples

On remarquera au passage qu'il n'est pas possible d'atteindre autant d'effets bénéfiques à la santé mentale et physique par la pratique d'un seul sport. En effet, à certaines activités correspondent toujours certains types de comportements plus spécifiques. Les sports individuels par exemple n'abordent pas les relations interpersonnelles à la manière des sports d'équipe. Ce constat vaut également pour le développement des aptitudes physiques: la natation fait appel à des qualités différentes de la gymnastique à l'artistique.

Il en résulte que l'école doit conserver une gamme suffisamment étendue de disciplines sportives tout en privilégiant celles qui s'adaptent le mieux aux conditions locales, aux âges concernés, aux acquis antérieurs ou traditionnels. Ainsi une spécialisation trop précoce est-elle rejetée par l'éducation physique scolaire précisément pour des raisons ayant un rapport direct avec la santé. L'histoire de la pédagogie montre du reste que cette vérité peut être considérée comme une constante: tous ceux qui se sont préoccupés de la valeur hygiénique profonde de l'éducation physique, de Platon à Le Boulch, accordent à cet aspect diversifié et pluridisciplinaire une importance significative. Une des préoccupations actuelles reste bien de procurer au plus grand nombre les aptitudes fondamentales tout en se ménageant la possibilité de jeter les bases indispensables à la pratique ultérieure d'un sport de loisirs, librement choisi.

Deux éléments méritent encore une mention particulière au moment d'évoquer les relations qui existent entre l'éducation physique et la santé:

— *l'importance de la gymnastique de maintien et de l'éducation du mouvement et de la tenue dans les programmes actuels,*

— *le souci omniprésent qu'ont les enseignants spécialisés de respecter scrupuleusement l'intégrité physique de l'élève lors des leçons d'EP, en appliquant surtout les règles élémentaires de prudence, de surveillance mutuelle et de prévention des accidents.*

Dans cette optique, *on est en droit de se demander si la généralisation de sports plus dangereux constitue vraiment un progrès.* Lorsque l'on songe, comme l'a démontré le Dr Morand, au tribut que notre société paie annuellement au ski alpin par exemple, où de nombreux accidents pourraient être évités à moindres frais, on se pose légitimement la question de savoir jusqu'où on est déjà allé trop loin dans certains engouements . . .

Les abus:
une menace pour la santé

Malgré toutes les précautions prises, et souvent à cause des enjeux importants dont il est l'objet, le sport prête le flanc à des abus. Ces derniers sont souvent de notoriété publique et, fort heureusement encore, dénoncés et réprouvés comme il se doit. Notre propos leur donnerait trop d'importance s'il consistait à en dresser un inventaire exhaustif. Arrêtons-nous à quelques problèmes touchant de plus près à l'école et à la famille. Une question doit d'emblée être résolue dans le cadre familial: *quelle dose d'entraînement hebdomadaire peut-on considérer comme admissible?* L'expérience montre que les réponses varient considérablement à ce sujet: le point de vue du pédiatre n'est pas forcément celui de l'entraîneur. Pourtant, c'est là que le critère santé devient déterminant; mais c'est malheureusement aussi là qu'il n'est pas toujours pris en considération. Ou bien il est tout simplement négligé, ou bien il n'est pas appliqué de façon nuancée et personnelle, chaque enfant supportant l'activité physique et ses conséquences directes de manière différenciée. En plus des surcharges articulaires inhérentes à tout entraînement (chutes, réceptions, contacts avec l'adversaire, etc.) et qui peuvent avoir des conséquences longtemps après qu'elles soient survenues, la *fatigue* exerce un faisceau d'effets variables, allant du salutaire besoin de sommeil au surmenage sportif. *Après tout effort, une phase de récupération est indispensable.* Sa durée varie beaucoup d'un sujet à l'autre mais il est primordial que le corps humain puisse, dès la fin d'une compétition ou d'une séance d'entraînement, retrouver ce que le jargon spécialisé appelle si justement la «pleine forme». A cette fatigue physique s'ajoute une *fatigue nerveuse,* parfois ignorée, mais non moins importante, qui résulte souvent des efforts de concentration consentis lors de compétitions où les enfants s'engagent avec une détermination farouche. Si cette période de récupération est déjà déterminante pour la valeur des performances à venir et pour la longévité de la pratique sportive, elle l'est encore davantage pour assurer la *croissance* de l'organisme, phénomène qui en accroît notablement la vulnérabilité.

Certains signes observés en classe sont révélateurs: manque d'attention, bâillement systématique, nervosité exacerbée, sautes d'humeur injustifiées. Il appartient sans doute à l'enseignant d'intervenir auprès des parents pour prévenir à temps une baisse inévitable des résultats scolaires. Il n'est plus possible de vanter l'influence harmonieuse et positive du sport lorsque, sans compter les nombreux concours ou matches qui couronnent logiquement une préparation sportive, plus de douze heures hebdomadaires sont passées à l'entraînement. Ce dernier fait alors davantage figure d'alinéation ou d'échappatoire que de saine compensation ou de sage prévention. Pour avoir été le témoin de pareils excès et pour avoir constaté qu'ils concernaient des parents mal informés ou suroccupés, j'ose prétendre qu'il vaut la peine d'intervenir en la matière.

Au même titre du reste faut-il parfois user de fermeté pour amener des adultes allergiques à la chose sportive à y songer sérieusement pour leur progéniture . . .

Servir une cause avec enthousiasme ne signifie pas pour autant y adhérer inconditionnellement. Il s'agit au contraire d'en bien déterminer la portée et la signification, d'en mesurer les limites, d'en adapter l'application à ceux auxquels on la destine. L'éducation physique, si elle sert très largement le développement du sport de masse, et conséquemment la santé de la jeunesse, doit *conserver une grande indépendance et se distancer sans équivoque des courants, des disciplines où sévissent le manque de scrupules, la sélection forcenée, le dopage, le mercantilisme.* Ce faisant, elle contribuera surtout à faire découvrir ou redécouvrir ces composantes premières de la santé au sens le plus noble du terme: la générosité dans l'effort, la camaraderie, l'honnêteté à l'égard de soi-même et des autres, le respect de la nature, cadre privilégié qui confère au sport sa pleine portée.

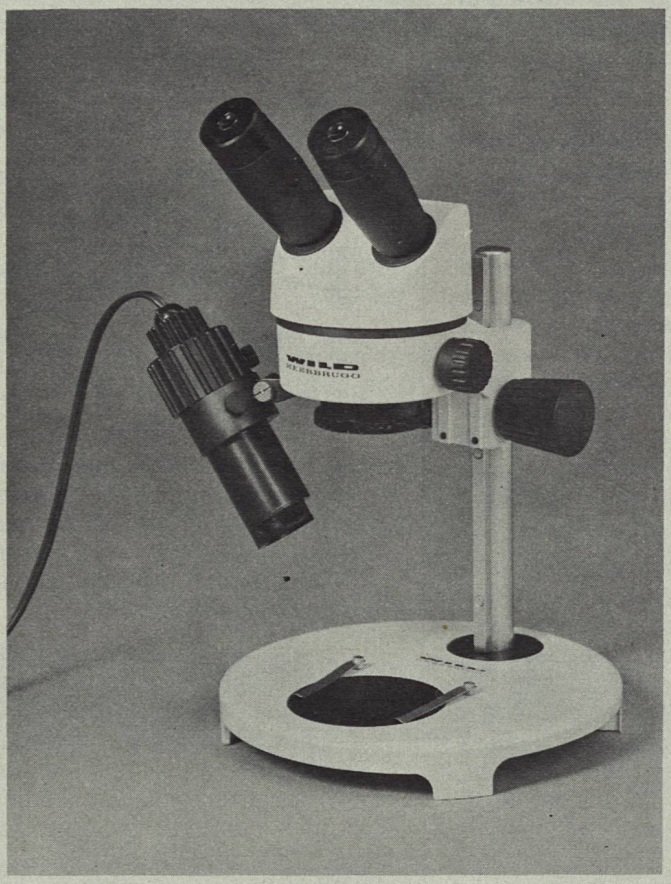
Recherche scientifique, sport et santé

Depuis une quinzaine d'années, la recherche scientifique est venue étayer la pratique sportive, forcément accrochée à un certain pragmatisme et à l'empirisme des méthodes d'entraînement. Les résultats, pour qui prend la peine de s'y référer, sont le plus souvent étonnants et confirment les opinions favorables à l'activité sportive. Et les domaines de ces investigations ne se limitent pas au monde sportif: l'information, l'économie, la construction, la statistique y trouvent leur part. Ce n'est pas un hasard si les compa-

gnies d'assurances ou si l'industrie pharmaceutique s'y sont activement intéressées, si l'alimentation qui est la nôtre a été mise plusieurs fois sur la sellette. Et pourtant l'infarctus du myocarde continue de tailler ses coupes sombres dans nos populations: *les chercheurs ne devraient pas seulement être entendus, mais écoutés.* Combien de nos compatriotes savent qu'il existe à Macolin un Institut de recherches dont la réputation dépasse largement nos frontières? Qui se souvient des conclusions pourtant encore si actuelles de l'expérience de Vanves et des travaux du Dr Fourestier? A quoi servent les portes qu'ouvre la science mais que nous tardons tant à utiliser? Certainement pas à convaincre toutes celles et ceux qui, au mépris des lois, contestent encore le bien-fondé de trois heures d'éducation physique par semaine et trouvent dans leurs douillettes pantoufles les mille et un prétextes éculés et pourtant si commodes: manque de temps, de locaux, d'installations, de formation, etc., etc.

Quant à l'anti-gymnastique dont la télévision vient de nous révéler la sincérité certes, mais surtout les limites, elle ne changera rien, et tant mieux, au besoin de mouvement et à la soif d'espace du petit d'homme.

La santé par les plantes? Peut-être, mais par la plante des pieds certainement. A Paris, la Santé est une prison: voilà un symbole qui n'est pas tout à fait dépourvu de valeur dans la mesure où l'absence de maladie implique certaines contraintes, certains renoncements; mais de là à en conclure qu'une santé de fer conduit forcément derrière les barreaux . . . Dans mon canton, aux heures solennelles où l'on trinque (et croyez bien que nous trinquons tous un jour ou l'autre et pas seulement le verre à la main) règne cette formule qui résume à merveille toute l'éducation physique: «Santé, Conservation!»



WILD

Microscopes stéréoscopiques M1A et M1B pour l'enseignement

- Haute qualité à des prix avantageux
- Grand confort de travail
- Maintes possibilités de combinaisons
- Emploi facile

Demandez une documentation ou démonstration !

WILD HEERBRUGG Leitz

WILD + LEITZ SA

Kreuzstrasse 60
8032 Zurich
Tél. (01) 34 12 38

Av. Recordon 16
1004 Lausanne
Tél. (021) 25 13 13

Vient de paraître! Soeben erschienen!

CARAN D'ACHE

- **Dossier pédagogique 3**
- **Unterrichtshilfe 3**

Expression spontanée par le dessin et la peinture.
Publication pédagogique pour la préparation des cours de dessin.
Edition No 3.
Vous recevrez ce dossier pédagogique gratuitement, en adressant le bon ci-contre, dans une enveloppe affranchie à l'adresse ci-dessous:

CARAN D'ACHE
«Dossier pédagogique»
Case postale 169
1226 THÔNEX-Genève

Ont déjà parus:
Dossier pédagogique 1: «Techniques d'impression à la Gouache»
Dossier pédagogique 2: «Craies d'art NEOCOLOR I et II»

Spontanes Zeichnen und Malen.
Pedagogische Publikation zur Vorbereitung des Zeichenunterrichtes.
Dritte Folge.
Sie erhalten diese Unterrichtshilfe kostenlos, gegen Einsendung des nebenstehenden Bestellscheines an obige Adresse.
Bereits erschienen: Unterrichtshilfe 1: «Stempeln mit Farbe»
Unterrichtshilfe 2: «Farbkreiden NEOCOLOR I + II»

Veuillez m'adresser gratuitement:
Bitte senden Sie mir kostenlos:

☐ Dossier pédagogique 1 / Unterrichtshilfe 1
☐ Dossier pédagogique 2 / Unterrichtshilfe 2
☐ Dossier pédagogique 3 / Unterrichtshilfe 3

Nom / Name: _____
Adresse: _____
Lieu / Ort: _____

Jeunesse et Sport

P. Détraz, chef de secteur J + S, Lausanne

UNE QUESTION DE CONCEPTION

Le monde du sport appartient à la jeunesse. Pour ceux qui le pratiquent, il signifie: joie de vivre, mouvement, action, rencontre avec la nature, lutte entre camarades, jeu collectif . . .

Beaucoup de jeunes cherchent à vivre pleinement ces expériences, c'est la raison pour laquelle ils s'adonnent au sport. On peut, certes, s'acheter un billet de spectateur, mais vivre soi-même un événement est plus enrichissant.

L'activité sportive est favorable à la santé et ouvre des possibilités d'éducation fort précieuses: deux raisons d'encourager le sport de la jeunesse.

Il ne s'agit pas de remplacer les clubs sportifs et encore moins le rôle de formation de la gymnastique et du sport à l'école, mais d'aider et de soutenir leur action, de la compléter en prenant en compte pendant le temps des loisirs tout ce qui contribue à l'épanouissement physique et psychique des jeunes.

CHANSON

Vivre, c'est un peu
comme quand on danse:
on a plaisir à commencer –
un piston, une clarinette –
on a plaisir à s'arrêter –
le trombone est essoufflé –
on a regret d'avoir fini,
la tête tourne et il fait nuit.

Charles-Ferdinand Ramuz

UN OBJECTIF: LA PARTICIPATION

En fait, la notion d'activités physiques et sportives regroupe trois composantes qui ne peuvent être prises en compte de la même façon:

- **l'une a une fonction de récupération des forces, de relaxation, d'hygiène,**
- **l'autre est tournée vers la distraction, le jeu,**
- **la troisième a pour fonction le perfectionnement et se caractérise par une volonté de dépassement.**

Trop souvent, l'activité physique et sportive est réduite à la troisième fonction, et cela crée dans la pratique des freins importants pour le développement du sport chez les jeunes.

Pourtant, l'activité doit viser à la satisfaction personnelle dans l'effort physique de chacun tel qu'il est objectivement — et c'est pourquoi on ne peut toujours le soumettre aux règles inventées pour le sport de haute compétition qui pour beaucoup ne correspond à rien dans leur pratique individuelle.

Ceci impose de *repenser le contenu, les formes, l'organisation d'une activité sportive «pour la santé»* et c'est là qu'un mouvement tel que Jeunesse et Sport peut jouer un rôle original.

DEMYTHIFIER LE SIGLE J + S

La Confédération recherche un but de santé en amenant les jeunes, garçons et filles, de 14 à 20 ans, à vivre sainement en pratiquant le sport de leur préférence. Cette invitation date de 1972, année dans laquelle le mouvement a vu officiellement le jour. Bien qu'il s'inscrive dans la foulée de ce qui était l'EPGS (enseignement postscolaire de la gymnastique et du sport), J + S apporte une conception et un esprit nouveaux.

Les adolescents ont la possibilité d'exercer une activité sportive sous la conduite de moniteurs compétents dans un éventail de branches sportives très grand. Une vaste étendue s'étire du judoka à l'alpinisme, de l'athlète individuel au membre d'une équipe. Chacun peut découvrir et pratiquer le sport de son choix. Actuellement 22 sports sont officialisés.

Dans J+S, il y a une place pour tous. En fonction du principe qui veut que seules des exigences adéquates mènent à la satisfaction et au succès, des programmes sont adaptés à plusieurs niveaux d'enseignement: cours de formation pour débutants, cours de perfectionnement pour avancés, enseignement au niveau supérieur de la branche sportive.

Toutes les activités sportives n'ont pas la même audience auprès de la jeunesse. Si l'on tient compte de la participation scolaire, le ski alpin vient en tête. Mais dans les clubs sportifs, c'est le football qui occupe la première place. Le ski de fond et les excursions en plein air connaissent un essor réjouissant. Le cyclisme, l'aviron, la gymnastique et danse font pour leur part leurs premiers pas.

L'objectif des responsables de J + S est l'animation. Cette dernière se fait par la formation de moniteurs et d'experts spécialisés afin de structurer chaque branche. L'animation se fait aussi par la mise sur pied d'entraînements ou de camps.

L'image que l'on se fait de J + S n'est pas toujours idyllique, surtout si on l'approche par certains dangers que peut comporter ce mouvement:

- une *commercialisation»,* l'activité des moniteurs et des participants s'orientant en fonction de l'aide financière.
- une *«scolarisation»* due à des processus toujours plus subtils, à l'obligation de réussir et, partant, à une évolution qui s'écarte de l'aspect «plaisir» de la pratique sportive.
- une *«aliénation»,* par l'établissement de buts précis au niveau de la performance et, ainsi, une orientation trop axée sur des «produits» (par exemple les examens), au détriment de l'action vivante, ludique.
- une *«bureaucratisation»,* par l'établissement et l'importance exagérée de valeurs et de critères qui, certes, constituent de bons moyens de contrôle, mais qui font obstacle à une conception judicieuse de l'activité sportive.
- une *«dilution»* due au soutien apporté à des entreprises qui, tout en remplissant les conditions «sur le papier», sont dépourvues de sens.

Pourtant, J + S est composé d'autres facettes qui méritent d'être mieux connues.

Foto P. Stähli, Gsteigwiler

J + S veut contribuer à conserver au sport de loisir son caractère de mouvement libre, à le promouvoir, à le développer et à le propager.

— éveiller et renforcer chez le plus grand nombre possible de jeunes *l'envie de faire du sport* en faisant faire du sport, en faisant vivre des formes de jeu, d'entraînement d'application, en accoutumant à l'alternance effort physique / satisfaction.

— *rendre les jeunes capables d'exercer des activités sportives et* d'y prendre goût en améliorant leurs capacités techniques, en faisant prendre conscience du comportement social, en mettant en évidence l'importance d'être en bonne forme.

— conseiller, encourager les jeunes en créant les conditions nécessaires, au niveau du matériel et du personnel, à la pratique du sport, en se souciant du bien-être physique et psychique ainsi que la sécurité de chacun et du groupe, *en aidant à faire de la pratique du sport une partie intégrante de la vie courante.*

— *préparer les jeunes à devenir des sportifs indépendants et qui se sentent à l'aise dans les groupements existants tout en contribuant à leur développement; une préparation à l'autonomie en participant à l'élaboration et au déroulement des activités.*

Si l'Etat soutient le mouvement J + S, c'est pour favoriser le développement de la jeunesse et l'amélioration de la santé publique. Il attend de l'activité physique exercée dans le cadre de J + S qu'elle contribue à une meilleure santé physique et morale. On espère que le sport aura, outre son effet sur les jeunes, des répercussions qui se prolongeront jusqu'à l'âge adulte.

Education corporelle et rythmique à l'école

Monette Perrier, maîtresse de rythmique, Aubonne

Pourquoi une éducation corporelle et rythmique? Les enfants ne font-ils pas suffisamment de mouvements en jouant? en faisant du sport? Pourquoi à l'école? Ne peuvent-ils pas prendre des leçons privées, si cette éducation les intéresse!

Ces diverses questions me sont souvent posées, je vais y répondre au mieux.

Pourquoi à l'école?

L'école touche le plus grand nombre d'enfants. Elle est là pour ouvrir des portes, le futur adulte doit apprendre à connaître la gamme des possibilités, intellectuelles, artistiques, sportives, afin de pouvoir choisir les activités qui correspondent le mieux à sa nature profonde et qui lui permettront d'arriver à l'équilibre psychique et physique de sa personnalité.

Ne font-ils pas suffisamment de sport? Il est certain que le ski, le patin, le ballon — rond — ovale — lourd ou léger, la planche à roulette, la natation etc . . . apportent à un grand nombre d'individus l'équilibre nécessaire. Mais les autres? Je crois qu'il y a une bonne part de la population qui recherche cet équilibre dans la musique — la broderie — la danse — le théatre — le bricolage — la lecture etc . . . Alors si papa aime la pêche et maman le tricot, l'enfant arrivera à l'âge de la scolarité sans avoir eu l'occasion d'exercer ses possibilités corporelles.

L'enfant ne fait-il pas suffisamment de mouvements en jouant? Jadis il apprenait à doser le dynamisme du geste afin de pouvoir caresser un lapin ou approcher un oiseau sans l'effrayer. Il savait apprécier l'espace: cela était nécessaire pour jouer au cerceau, sauter par-dessus les ruisseaux. Mais aujourd'hui, où sont les lapins et les oiseaux? Où sont les ruisseaux? L'enfant est mis dans un parc en filet de nylon mesurant 1 m², comment peut-il apprendre à apprécier l'espace? Il fait ses premiers pas sanglé dans un «youpa-la», chaussé de souliers à contreforts super-anatomiques, comment peut-il développer le sens du contact avec le sol qui est important pour l'équilibre? Il n'entend plus chanter les oiseaux, mais il est bercé par le ronron de l'aspirateur, du mixer, de la machine à laver ou du moteur de la voiture.

Puis lorsqu'il quitte le berceau il s'installe devant la télévision. C'est beau l'audio-visuel! Cela met le monde à la portée de tous; mais pour que ces techniques soient profitables aux enfants il faudrait qu'elles soient utilisées judicieusement sous le contrôle des parents ou des éducateurs. Or, que ce passe-t-il dans une bonne partie des familles? Bébé commence à être indépendant, il quitte sa chambre et sa voiture à piles, en trottinant il arrive devant le poste de télévision et il regarde — il écoute — il ne bouge plus. Il subit tour à tour Elvis — Karayan, la bataille de Boródino et la prise de Ford Alamo. Entre deux tranches de publicité, il avale les informations sur les troubles en Iran et les derniers caprices d'Amin-Dada. Il jubile en entendant Tarzan et il s'endort au bulletin météorologique.

A 5 ans il a vu tous les sports; les Western n'ont plus de secrets pour lui; le théâtre comique, dramatique, d'avant-garde, bref! . . . il a suivi les feuilletons des Rois Maudits, la vie d'Elizabeth 1re d'Angleterre, la série sur les empereurs Romains, les animaux préhistoriques et les derniers supersoniques.

Il voit, il entend, il ne comprend pas toujours, il assimile encore moins. Images et sons impressionnent son subconscient, limant sa sensibilité, émoussant l'acuité de ses sens. Il devient inquiet, agressif, ou complètement indifférent.

Lorsque l'enfant arrive à l'âge de la scolarisation, il traîne déjà derrière lui des handicaps plus ou moins lourds selon l'environnement dans lequel il a passé ses premières années.

Souvent il ne sait pas écouter, l'oreille est saturée de bruit. Il ne sait plus observer, l'œil s'est habitué aux images qui défilent, il ne sait pas nuancer sa voix, ni ses mouvements.

Il est donc nécessaire de compenser cet excès de radio, télévision — voiture, vacances aux Bermudes et week-ends en chambre.

Les siècles et les techniques passent. Le fond de la nature humaine reste. Un enfant, qu'il soit Etrusque ou fils du XX siècle, reste un enfant, avec des joies, des peines, une sensibilité d'enfant. *Rendons-lui son monde d'enfant, qu'il apprenne à explorer un environnement fait à sa mesure.* De grâce, ne l'étouffons pas sous nos préoccupations, nos anxiétés, nos techniques d'adulte. Donnons-lui un équilibre, fortifions sa personnalité, apprenons-lui la confiance dans ses possibilités. Cultivons chez l'enfant l'adulte de demain qui saura faire face et maîtriser l'évolution des techniques.

Pour cela travaillons avec ce qui est proche de lui, avec la constante qui a passé l'épreuve des âges, travaillons avec le sensori-moteur. *Entendre — voir — respirer — toucher — goûter — se mouvoir. Ajoutons-y l'émotion. L'émotion de voir — d'entendre etc... ajoutons encore l'exclamation verbale, le geste qui exprime; le chant qui s'appuie sur la respiration, la percussion, et nous retrouvons ce fond archaïque que chaque homme possède enfoui plus ou moins, cette lointaine souvenance de l'homme qui se découvre, maître de ses gestes, de sa pensée et de ses émotions.*

Au début du siècle, *Emile Jaques-Dalcroze* avait pressenti cette nécessité de l'équilibre psychique et physique de l'individu. Par sa méthode de rythmique il a ouvert la voie, et le travail qui se fait actuellement dans ce domaine découle souvent de ses découvertes.

Pour ce travail d'éducation corporelle et rythmique, le professeur de rythmique Jaques-Dalcroze utilise la musique. C'est un stimulant et un régulateur du geste qui touche la sensibilité et l'affectivité de l'élève.

Le professeur utilise plusieurs sources musicales, mais *l'improvisation au piano* est une base de son enseignement. En effet, il faut que la musique corresponde aux besoins présents de l'élève. Si un enfant est agité, il faut partir de son agitation, l'amener à se décharger, petit à petit, de sa nervosité, l'amener à trouver le calme favorable et un travail collectif ou individuel, selon le cas. Si par contre l'enfant est sans tonus, sans envies, le professeur l'amènera au point de départ du travail par un cheminement différent. Pour cette mise en condition, l'improvisation au piano est irremplaçable, elle crée cet *échange élève — professeur* nécessaire au climat de la leçon. Le piano n'exclut pas l'utilisation judicieuse de mélodies enregistrées, du chant, de la percussion, du texte. Tout ce qui peut toucher l'émotivité doit être utilisé.

La musique touche l'émotivité et l'émotivité influence le geste, qu'il soit fonctionnel ou gratuit.

La musique étant mélodique, harmonique, rythmique et dynamique, ces éléments vont permettre de régulariser le geste. Par exemple pour travailler la régularité d'un déplacement, ou d'un geste du bras, l'élève se basera sur la phrase musicale. Le dynamisme d'un groupe rythmique lui permettra de trouver l'élan nécessaire à un saut. Si l'enfant a de la peine à saisir l'élément musical, par manque d'attention auditive, le professeur partira alors de la parole rythmée, puis chantée et enfin jouée sur l'instrument.

L'éducation du mouvement corporel et rythmique à l'école enfantine et primaire inférieure devrait toucher les points suivants:

— l'orientation spatiale et le schéma corporel,
— la coordination motrice et psychomotrice,
— le sens musical métrique, rythmique — mélodique et dynamique,
— la maîtrise des réactions,
— le sens social (rondes, danses),
— l'imagination et la créativité (jeux musicaux, chorégraphiés, créés),
— la détente et la relaxation.

Pour que ce travail soit harmonieusement ressenti par les élèves, la collaboration de la maîtresse de classe et du professeur spécialisé est à souhaiter. Ainsi un sujet traité en classe peut être illustré ou complété par le travail rythmique. Par exemple les élèves ont étudié une région géographique, ils peuvent apprendre des danses de cette région, créer une chorégraphie collective sur une oeuvre musicale d'un compositeur de la région ou illustrer un poème par le mouvement et l'accompagner avec de la percussion. Inversement la maîtresse de classe peut faire dessiner une situation vécue à la leçon de rythmique, ou faire les accessoires et les costumes illustrant une chanson mimée ou un jeu musical. La leçon de rythmique à l'école devrait être pour les élèves un moment privilégié, baignant dans un climat de confiance et d'échange entre les élèves et le professeur. Une heure où l'enfant fait la synthèse des notions intellectuelles et artistiques acquises en classe: chant, solfège, dessin, activités créatrices manuelles, poésie, histoire, géographie et la condition physique travaillée à la gymnastique: sauts divers, déplacement, utilisation de l'espace, agilité, adresse. A la rythmique il utilise ces acquis pour développer la finesse de ses sens, la maîtrise de ses émotions, il met cela au service de son imagination.

Le travail se fait dans une discipline librement consentie et sans esprit de compétition, chaque enfant agissant en fonction de ses possibilité. Ce qu'il fait est bien car il le fait avec sincérité, il prend confiance dans ses capacités. Etant en confiance, il fait l'effort nécessaire pour parvenir à l'équilibre des diverses forces qui composent son individu. Pourquoi l'éducation corporelle et rythmique à l'école? Pour que chaque enfant puisse éprouver le bien-être que l'on ressent lorsque sont équilibrées les forces physiques, intellectuelles et émotionnelles.

Le stress du maître

Docteur H. G. Bodmer, chef du service médical scolaire, Zurich

Pendant bien des années, on a parlé du stress de l'élève. On a créé des institutions pour soigner les troubles provoqués par l'étude, on a fondé des classes spéciales et on a instauré des traitements ambulatoires de pédagogie curative. Depuis quelques années, nous devons de plus en plus nous préoccuper du stress de l'enseignant. Il est possible que dans certains cas la personnalité d'un maître puisse traverser des moments de crise. Mais le comportement de certains élèves peut exercer une pression considérable sur le maître. En outre, certains changements dus à notre époque ont rendu sa tâche difficile. Je pense à la crise de l'autorité des dix ou quinze dernières années. Nous pourrions parler de notre «révolution culturelle», à laquelle nous participons tous: parents, enseignants et autres citoyens. L'autorité du maître ne va plus de soi. Autrefois, même un enseignant sans grandes capacités pédagogiques pouvait, tant bien que mal, maintenir l'ordre dans une classe. Aujourd'hui, le maître doit d'abord conquérir sa place. Il se peut qu'il soit plus menacé qu'avant par la concurrence des mass media. Autrefois ses connaissances étaient moins contestées qu'à l'heure actuelle où il doit se mesurer aux spécialistes de la radio ou de la télévision.

De plus, depuis quelque temps — et c'est pourquoi j'ai parlé tout à l'heure de «révolution culturelle» — il est de bon ton d'attaquer l'école. Elle ne peut être qu'arriérée puisque la loi sur les écoles date, par exemple à Zurich, de 1899! Nous voyons apparaître des apôtres de l'école qui préconisent des nouveautés révolutionnaires. En y regardant de plus près, on voit que la pédagogie curative se situe à mi-chemin entre certaines pensées de Pestalozzi et de Marcuse. On retrouve beaucoup de ces idées déjà chez Aichhorn, Flanagan et Zulliger. Ces nouveautés ne sont souvent que des feux de paille. Qui parle encore aujourd'hui de l'expérience de Summerhill? De toutes façons, notre école n'est pas si démodée qu'on le dit. Elle est constamment retravaillée; règlements et techniques d'enseignement sont sans cesse adaptés; sans parler d'une stimulation pédagogique dans les différents domaines.

La grandeur de la classe est un sujet de perpétuelle discussion. Au siècle passé, il était courant de voir un maître prendre en charge jusqu'à 70 enfants. Depuis, le nombre d'élèves n'a cessé de diminuer pour se suiter maintenant entre 20 et 30, 25 élèves environ semblant être le nombre le plus judicieux. Si les élèves sont plus nombreux, la charge devient trop lourde pour le maître. Mais certains instituteurs estiment qu'une classe ayant moins de vingt élèves n'est pas avantageuse, car l'enseignement oral puise trop peu d'impulsions dans la classe. On sait aussi qu'un élève turbulent est plus facilement intégré dans une classe assez nombreuse. Nous aimerions bien ne plus être privés en Suisse de classes spéciales, même si ces classes sont constamment attaquées pour des raisons politiques ou autres. Dans ces petits groupes, l'accent est mis davantage sur la composition de la classe; celle-ci est plus importante que le petit nombre d'élèves. Personne ne doit oublier que le maître d'une classe spéciale n'est pas un surhomme de qui on peut tout exiger. Il a besoin de l'aide énergique des autorités, du médecin et du psychologue scolaires, ainsi que de celle de ses collègues, qui n'est pas la moindre. Très souvent il se retrouve seul, surtout s'il est isolé dans le bâtiment parce que ses élèves sont différents. Dans ce domaine, il est tout à fait justifié de souhaiter une surveillance et une aide différente.

Il arrive fréquemment que de jeunes enseignants commencent leur carrière par des méthodes d'enseignement basées sur le groupe ou le dialogue. Tout enseignant ayant de la pratique sait que ces méthodes sont très astreignantes pour le maître. En effet, la préparation d'une leçon demande alors deux fois plus de temps et de travail. Si un enseignant maîtrise ces méthodes, la classe et lui-même ont tout à y gagner. Mais dans le cas contraire, la tentative peut facilement aboutir au chaos. Après peu de temps, le maître se voit contraint de renverser la vapeur et d'employer des moyens répressifs impopulaires. Le jeune maître aurait donc avantage à ne pas se lancer dans la voie la plus difficile.

Les circonstances extérieures ont rendu de nombreux élèves plus nerveux. Leur faculté d'assimilation est en baisse. Toutefois disons — et c'est tout à l'honneur de nos enfants — que ce n'est pas la majorité d'entre eux qui nous causent davantage de difficultés. Ce sont les comportements extrêmes qui alourdissent la tâche du maître, parce qu'ils peuvent prendre des formes grotesques.

Prenons quelques exemples:

1. L'enfant élevé de façon non autoritaire, ce qui signifie souvent mal élevé, n'a pas appris à s'intégrer à un groupe, à se soumettre à une discipline. Il n'y a guère de collaboration entre ses parents et l'école. Les parents expliquent par la suite avec dédain qu'ils s'interrogent au sujet de cette école qui n'est pas en mesure d'accepter un enfant élevé de manière quelque peu libre. C'est bien entendu la faute de l'Establishment! Peut-être espérent-ils en secret que l'école va réaliser ce en quoi ils ont échoué à la maison, à savoir l'éducation de leur enfant. N'oublions pas que ces enfants-là n'ont pas eu l'occasion, dans leurs premières années, de former leur personnalité. Ils souffrent d'une faiblesse du Moi et réagissent à peine aux moyens pédagogiques normaux.

2. Il semble que les enfants souffrant d'une légère lésion cérébrale (syndrôme infantile ou psycho-organique) sont en augmentation. La raison en est peut-être que davantage de nouveau-nés se trouvant dans une situation critique peuvent être maintenus en vie alors qu'autrefois ils n'auraient pas vécu. Ils ont payé leur survie d'une légère lésion cérébrale. Dès la naissance, ils réagissent différemment à leur entourage et celui-ci n'accepte pas cette différence; et ce rejet réciproque s'aggrave sans cesse. Les enfants souffrant de lésions plus graves sont une charge presque trop lourde pour les parents. Une vie de famille normale peut être complètement détruite. Ce n'est qu'au jardin d'enfants que l'on décèle les lésions plus légères. Ces enfants deviennent agités, agressifs, ils ont des accès de colère et mettent en danger les autres enfants. Le maître, les parents, l'enfant lui-même sont souvent bien embarassés dans ces cas-là. Ces enfants devraient être tenus très

sévèrement. Mais à l'heure actuelle, le maître possède moins de moyens de pression, même si l'enfant l'injurie grossièrement ou l'attaque carrément. Même les maîtres qui ont beaucoup d'expérience peuvent rencontrer des surprises de ce genre fort désagréables.

3. Les enfants qui ont été frustrés pendant leur petite enfance, c'est-à-dire qui ont manqué d'affection maternelle, ont souvent grand besoin de combler ce manque. Au jardin d'enfants et à l'école enfantine, ils aimeraient avoir la maîtresse pour eux tout seuls, elle devient un substitut maternel. Ils repoussent violemment leurs camarades. Si la maîtresse, dans un but thérapeutique, essaie de s'occuper spécialement de ces enfants, de jouer justement ce substitut maternel, la situation se dégrade rapidement. Bientôt la maîtresse n'est plus en mesure de satisfaire les demandes de l'enfant en question tout en empêchant la jalousie des autres. Une situation typique de surmenage. Un peu moins d'attention individuelle aurait été souhaitable dans ce cas-là. Une expérience amère pour certaines maîtresses qui aiment être disponibles.

4. Dans un passé récent, nous avons vu à plusieurs reprises un enfant négligé ou névrosé qui éprouvait beaucoup de difficultés face à son maître, ou qui du moins le croyait, se joindre à une bande de rockers pour y trouver de l'aide. Pour ces éléments perturbateurs qui n'attendaient que le moment de «changer la société», c'était un signal de départ bienvenu pour déployer leurs activités. On assiste alors à des manifestations devant l'école, à des distributions de tracts hostiles. Sans se douter de rien, le maître concerné se retrouve soudain dans le champ de tir: la police, les services scolaires sont alarmés. Personne ne peut vraiment prendre des mesures énergiques. Il n'en résulte que du grabuge et cela n'a servi à personne. De telles actions nous ont été épargnées au cours des deux ou trois dernières années. Mais qui sait quand peut s'en déclencher une?

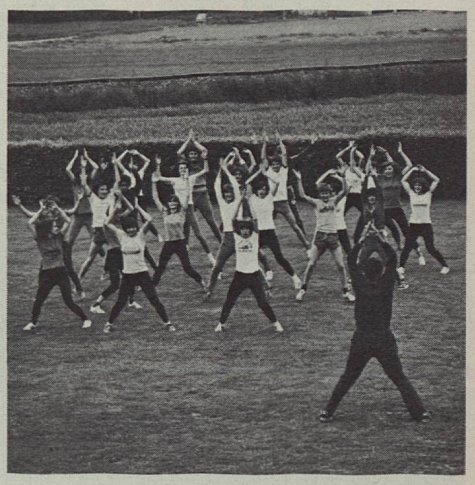
Voilà pour ce qui concerne le stress causé par les élèves. Mais les causes de surmenage peuvent venir de la personnalité du maître ou de circonstances extérieures. Nous pensons particulièrement à ces jeunes institutrices qui, mariées et mères de famille, doivent continuer à enseigner, parce que le mari n'a pas terminé ses études par exemple. Il se pose aussi de temps en temps le problème du maître qui, avec l'âge, n'a plus la même résistance qu'auparavant. Ce qu'il maîtrisait avant sans peine devient soudain plus difficile. Ses méthodes deviennent plus dures, sa patience diminue. Il doit souvent aller jusqu'au bout de ses forces pour atteindre l'objectif qu'il s'est fixé! Doit-il vraiment enseigner encore pendant dix ou quinze ans? Ne ferait-il pas mieux de changer de métier? Mais il semble que cela soit particulièrement difficile pour les enseignants.

Les plus grandes difficultés surgissent lorsque les problèmes sont nés par la personnalité particulière du maître. Je ne parle pas des véritables maladies psychiques. Ces dernières sont souvent dues au destin et ne sont guère prévisibles. Dans l'enseignement comme dans presque toutes les autres professions, elles impliquent l'impossibilité de continuer à pratiquer son métier. Mais je pense à certaines personnes qui, toute une vie, doivent se battre avec la discipline, parce qu'elles manquent d'autorité, ou à d'autres encore qui manquent de sensibilité pour comprendre ce qui se passe chez les autres, en particulier chez les élèves. Les maîtres trop consciencieux ou pédants rencontrent aussi d'énormes difficultés. Les personnes qui de manière générale sont peu résistantes ou dépressives sont aussi menacées. En fait, il s'agirait de déceler assez tôt de tels risques chez une personne et de lui déconseiller le métier d'enseignant. D'après notre expérience, cela est presque impossible. Nous avons connu une élève de l'école normale qui déjà ne supportait pas le poids des études. On aurait dû lui déconseiller le métier. Mais c'est alors que se pose la question suivante: qui avait le droit de dire «non» à cette fille? Un médecin ou un directeur de séminaire a-t-il le devoir et la compétence de détruire la carrière professionnelle d'un jeune homme ou d'une jeune fille? Je pense que 30 ou 50 ans en arrière, on avait moins d'égard pour l'individu. On se sentait responsable de l'école, et rien de plus. Aujourd'hui nous avons à l'égard de nos candidats des manières plus tolérantes, presque thérapeutiques. Nous leur donnons une chance, comme on le dit si bien, et nous allons au devant de conflits presque insolubles. Alors, vaut-il mieux protéger l'école ou le maître?

Un conducteur de locomotive qui ne se sent plus capable de conduire peut être recyclé dans un autre secteur. Un ancien pilote peut travailler au service de sécurité aérienne. Mais un enseignant, où peut-il donc travailler s'il a fait naufrage dans son métier? Les places de secrétaire dans une quelconque administration scolaire ne sont pas nombreuses. De plus, la majorité des possibilités de recyclage pour un maître implique une baisse dans l'échelle sociale. Car pour devenir psychologue scolaire, il faut avoir été, à ma connaissance, un excellent maître et surtout n'avoir pas fait naufrage.

Quelles conclusions pourrions-nous tirer de ces propos? Nous pouvons résumer quelques-uns des points ci-dessus:

1. Il serait souhaitable que les mass media mesurent un tant soit peu leurs critiques à l'égard de l'école. Par contre on ne devrait pas trop louer certaines expériences dans le domaine scolaire sans avoir vu les résultats. J'oserais prétendre que tout a déjà été dit en pédagogie. On ne devrait donc pas se laisser éblouir par certaines expériences étrangères. Apparemment on peut même copier des bêtises pédagogiques!



2. Même si le budget est modeste, les effectifs des classes ne devraient pas être augmentés. Les classes spéciales devraient être maintenues, mais améliorées. Si les pays voisins suppriment ces classes, ce n'est pas une raison pour que nous le fassions aussi.

3. Quand la notion d'autorité a été vraiment jetée par-dessus bord, il faudrait lui redonner une certaine valeur, sans tomber tout de suite dans une «contre-réforme». Le côté thérapeutique de l'école a des limites. Nombreux sont les parents qui souhaitent que l'école redevienne un peu plus sévère. L'assaut lancé contre l'école compétitive semble s'affaiblir.

4. Les enfants agités, agressifs, qui souffrent en particulier de lésions cérébrales, ne peuvent être pris en charge que sporadiquement dans une classe. Ils ne devraient en aucun cas former un groupe. Le maître, notamment le maître d'une classe spéciale, a besoin que les autorités, le médecin et le psychologue scolaires forment une équipe équilibrée pour maîtriser des situations critiques qui peuvent surgir à propos de ces élèves. On ne doit pas abandonner le maître. Au besoin, ces élèves subiront momentanément une thérapie médicamenteuse, aussi peu sympathique que puisse être cette idée.

5. Les institutrices jeunes mariées devraient réfléchir à deux fois avant d'assurer la double charge de mère de famille et d'enseignante. Mais il vaut mieux qu'une institutrice ne reprenne son métier que lorsque ses propres enfants n'ont plus si grand besoin d'elle.

6. Le problème de l'aide au maître que le métier a épuisé n'est pas résolu. Ne pourrait-on pas, mieux qu'on le fait aujourd'hui, offrir aux enseignants, lors de leur formation, certaines possibilités de recyclage?

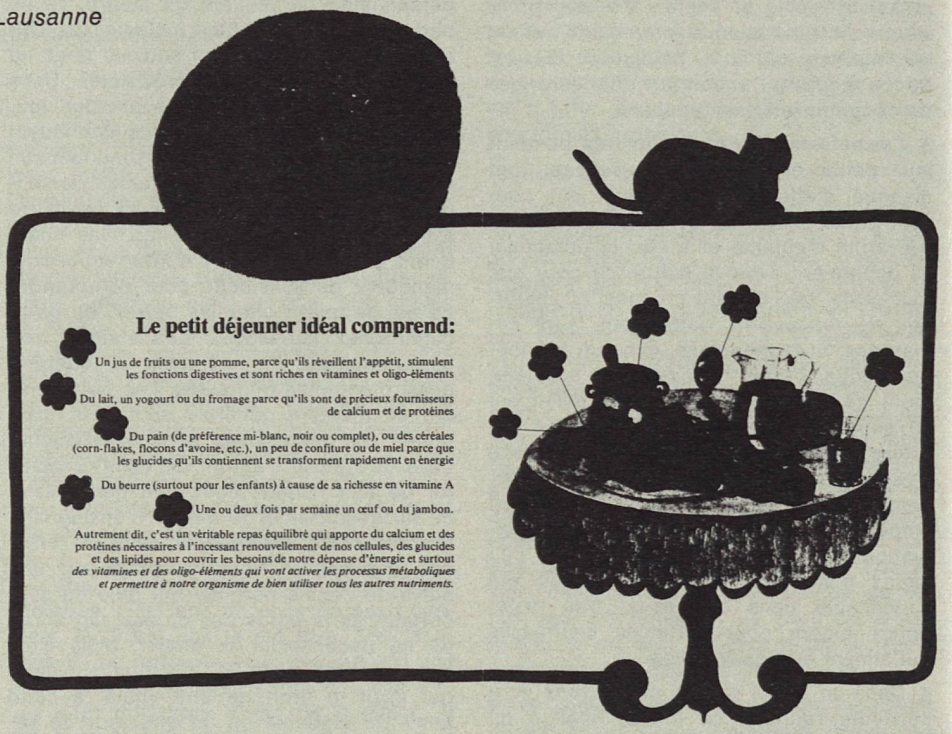
7. Il est difficile de déceler à temps si un jeune homme ou une jeune femme n'est pas fait pour l'enseignement. Il est tout aussi difficile, le cas échéant, de motiver cette personne pour un autre métier.

Traduction: Michèle Pfister

Le petit déjeuner réhabilité

Jacqueline Golay, diététicienne-conseil, Lausanne

«Le corps humain est pour un individu le compagnon de toute sa vie. Il me paraît fondamental, affirme le Professeur Sournia (médecin conseil de la Caisse nationale d'assurance maladie en France), que l'être humain sache très tôt comment fonctionnent ses muscles, comment ils doivent être nourris... Je suis absolument convaincu que les instituteurs ont un rôle considérable à jouer dans ce domaine de l'éducation disons corporelle. Nous oublions trop souvent que les jeunes enfants sont extrêmement réceptifs à l'enseignement de leur maître.»



Lorsque midi sonne dans notre pays la plupart des enfants rentrent à la maison pour le repas. Mon trajet me faisant passer à proximité de nombreuses écoles, je ne les compte plus ceux que je rencontre sac au dos et glace (ou autre) à la main léchant goulument, heureux de cette fin de matinée. Le repas de maman sera-t-il mangé avec encore autant d'entrain?

Les exigences de la croissance, les sollicitations intellectuelles nombreuses, une activité débordante aux moments de détente font que pour soutenir un tel rythme physique et intellectuel le combustible employé se doit d'être de bonne qualité et reçu aux moments opportuns.

Le petit déjeuner, pourquoi?

Le manque d'attention, la fatigue, la nervosité de fin de matinée, observés par tant d'instituteurs, sont en partie dues à une mauvaise répartition des aliments dans la journée.

C'est un fait, trop d'écoliers, d'adolescents escamotent ou refusent simplement de prendre un petit déjeuner. Un professeur a demandé à ses élèves une bande dessinée en 20 dessins représentant ce qui se passe entre le moment où l'enfant se réveille et son arrivée à l'école. Plusieurs de ces bandes dessinées ne mentionnaient absolument pas le petit déjeuner.

Déjeuner vient du latin *disjejunare: rompre le jeûne.* C'est bien de cela qu'il est question et une enseignante en a tiré une leçon, basée sur le cadran de l'horloge, pour étudier avec ses élèves les heures «creuses» (souvent trop longues) et les heures «pleines» (souvent trop courtes et trop copieuses). En effet, supprimons le petit déjeuner; nous constatons que l'organisme reste pendant 17 heures à jeûn, alors qu'il accumule les apports caloriques journaliers en 7 heures seulement.

Pour améliorer cet état de choses, le petit déjeuner cessera d'être petit et deviendra aussi complet que les autres repas. Il n'est nullement question d'augmenter la ration calorique journalière, ni de faire peser une charge supplémentaire sur le budget des familles. *Il s'agit d'une meilleure répartition des repas au cours de la journée.*

De grands efforts sont faits, dans de nombreuses écoles, pour sensibiliser chacun à cette question. Par exemple à Genève un concours sur les petits déjeuners de 6 pays différents, présenté de manière si attrayante que la curiosité est vite éveillée. Dans toutes les classes d'économie familiale des leçons sont préparées sur le sujet. A cet effet vous trouverez en fin d'article une liste de certains dépliants édités par la Régie fédérale des alcools, à partir desquels les classes d'enseignantes en économie familiale de l'Ecole normale de Lausanne préparent de nombreuses leçons. Ces dépliants sont gratuits et largement disponibles.

Bien d'autres idées des enseignants sensibiliseront les élèves à l'importance du petit déjeuner et des collations, comme par exemple un jeu questionnaire:

1. Un bâton au chocolat est un très bon aliment pour la récré — de tous les jours
   a) Exact
   b) De temps en temps
2. Tu n'as pas faim le matin
   a) Tant pis
   b) Je vais emmener des 10 heures

3. Un seul repas par jour à midi . . . Est-ce suffisant?
   a) Une boisson seule suffit aux autres repas
   b) Non
4. Un verre de lait, une tranche de pain beurré, une pomme, est-ce un bon petit déjeuner?
   a) Faux
   b) Vrai
5. Si tu n'aimes pas le lait, tu peux le remplacer par
   a) Du fromage
   b) Une tranche de pain
6. Les céréales au lait peuvent-elles remplacer du pain et du fromage?
   a) Vrai
   b) Faux
7. La confiture c'est comme les fruits
   a) Vrai
   b) Non, les fruits contiennent encore des vitamines
8. Le yoghurt nature m'apporte les mêmes éléments nutritifs que le lait
   a) Vrai
   b) Faux, il est beaucoup plus riche
9. Une pomme 80 calories, un bâton au chocolat 220 calories
   a) Vrai
   b) Faux
10. Une tartine au fromage ou des bombons c'est égal, tous deux m'apportent des protéines
   a) Vrai
   b) Faux

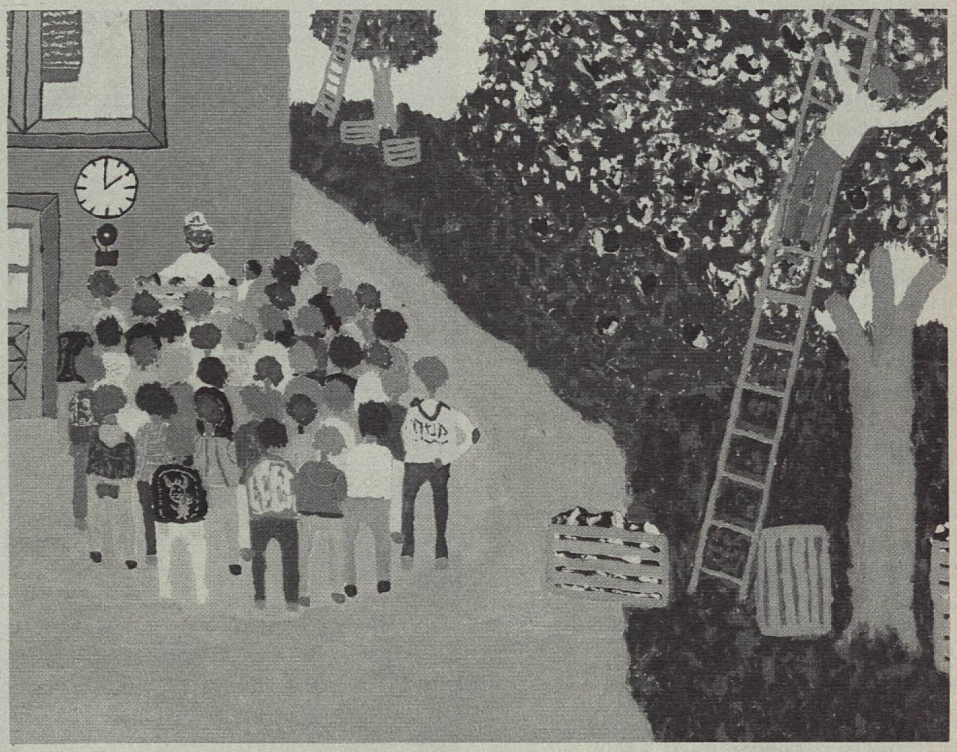
etc.

«La pause – récré»

J'ai fait mes classes dans un collège merveilleux, et je ne saurai jamais exprimer la somme de reconnaissance et de bons souvenirs que je dois à mes maîtres de l'époque (1945—1950). Dans ces années reculées, le plus exaltant moment de la récréation était celui où je me faufilais en rasant les murs d'une petite rue pour aller acheter les «escargots» (petits pains aux raisins) délicieux et collants. C'était chacun son tour, parce que défendu bien sûr!

Maintenant on livre sur place tout l'assortiment que vous connaissez bien et depuis 25 ans cette année, dans plus de 800 communes, la Régie fédérale des alcools a favorisé la distribution de la célèbre *«pomme de la récréation»*. Cette action mérite d'être développée. En effet, *les sucreries prises isolément et en trop grandes quantités peuvent entraîner un déséquilibre alimentaire et surtout favoriser l'obésité,* ce qui n'est pas un cadeau à faire aux enfants.

Réservons aux sucreries la place d'accompagnement ou de dessert. **L'enfant qui ne déjeune pas ou mal pourra emporter avec lui une collation à base de protéines: tartine au fromage, yoghurt à boire, noisettes et raisins secs, pain d'épices, bâton au chocolat** (sans toutefois en abuser).



Collations — Comparaisons

Aliments	Prix moyennes	Protéines en g	Lipides en g	Glucides en g	Calories	Vit. C en mg	Calcium en mg
Petit ballon 50 g	25 cts.	4	1	28	137	—	29
Chocolat au lait 50 g	60 cts.	3	18	28	250	—	110
1 pomme 150 g	30 cts.	0,4	0,6	23	90	7	9
Fromage à pâte dure 30 g	30 cts.	8	9	1	120	—	350
Crème glacée vanille 80 g	90 cts.	3	6,5	17	140	traces	110
Yoghurt nature 180 g	50 cts.	6,3	6,5	8,1	116	traces	116
Berlingot jus d'orange 2,5 dl	50 cts.	—	—	25	100	100	47

Les calories utiles sont accompagnées de sels minéraux et vitamines.

Les calories inutiles apportent peu ou pas de protéines, vitamines et sel, minéraux sont souvent absents.

L'important est de varier et bien combiner les collations.

Réserver du temps le matin pour prendre tranquillement un petit déjeuner *(préparé en grande partie la veille:* mettre la table, y disposer les aliments tels que pain, céréales, confiture, sucre, boisson cacaotée, etc.) n'est possible que si l'enfant se réveille après une nuit paisible, un sommeil commencé assez tôt. Il faut aussi prendre le temps de penser aux collations et de les préparer. Encore faudrait-il que les parents soient bien informés des besoins nutritionnels de leurs enfants par l'intermédiaire de brochures, dépliants, conférences, films . . . D'autre part, parallèlement et dès l'entrée à l'école primaire, l'enfant ne pourrait-il pas être mis en présence des questions alimentaires? Le livre de lecture pourrait présenter quelques phrases apportant des notions élémentaires d'alimentation, par exemple:

— le lait est un bon aliment
— la pomme est bonne pour tous
— aimes-tu une tartine au fromage?
on pourrait ainsi, par des moyens assez simples, *changer quelques mauvaises habitudes nutritionnelles de la famille* et prévenir à court terme les caries dentaires, et à long terme des maladies de surcharge comme l'obésité, le diabète, les maladies cardiaques, dont on sait aujourd'hui qu'elles sont induites par une mauvaise alimentation dès l'enfance.

Dépliants - information: se commandent à
Régie fédérale des alcools
case postale
3000 Berne 9
— Le petit déjeuner (pas encore traduit en allemand)
— Alimentation de l'écolier
— Jeunes gens, que mangez-vous à midi?
— Pomme de la récréation
— Autocollant: la pomme de 10 heures

Remarques, propositions, questions, peuvent être adressées à l'auteur qui y répondra volontiers.

Jacqueline Golay
Diététicienne-conseil
Service de la santé publique
Lausanne

Foto Hans Buff, Herisau

La nouvelle boîte de couleurs opaques
Pelikan

- *consiste en une matière plastique incassable et indéformable*
- *est donc à l'abri de la rouille*
- *possède de nouvelles coupelles à bords antigouttes (empêchant la couleur de déborder et faciles à remplacer)*
- *est munie d'un porte-pinceau inédit*
- *plaît par sa forme moderne*

Günther Wagner AG, Pelikan-Werk, 8060 Zurich

La toxicomanie et le maître

K. J. Deissler, médecin et conseiller à l'organisation aebi-hus, Brüttelen
Doris Feller-Frey, pédago-thérapeute

Le maître a le rôle le plus important dans le dépistage de la toxicomanie. Celui-ci pourrait et devrait être le personnage-clé dans la lutte contre la drogue chez les adolescents. S'il pouvait remplir ce rôle, ce serait sans grande concurrence, personne d'autre pratiquement ne pouvant le faire.

En effet, les parents ne sont pas capables de déceler la toxicomanie; malgré toutes les explications et l'information fournies par les mass media, ils sont comme frappés de cécité quand il s'agit de leurs propres enfants. Ils sont le plus souvent les derniers à apprendre la toxicomanie de leurs enfants. Les relations entre les parents et l'adolescent ont déjà si souffert avant même que celui-ci commence à se droguer qu'ils sont souvent les dernières personnes auxquelles il se confie. Quand celui-ci devient toxicomane, ses parents sont presque toujours devenus des étrangers pour lui. Ils ont tant cherché querelle, tant critiqué, exhorté et soupçonné que la méfiance est à son comble.

La parenté et les amis reculent devant une intervention pourtant nécessaire: ils conçoivent plus facilement des soupçons mais ne veulent pas intervenir, et même s'ils le font, cette intervention est rarement la bienvenue.

Les médecins, les psychologues, les assistants sociaux et les conseillers ne peuvent aider que lorsque la toxicomanie est découverte, et presque jamais avant, au moment de la menace de la drogue. L'expérience montre que le pourcentage d'adolescents qui se font conseiller quand ils sentent le danger de la drogue, ou juste après les premières prises de drogue, est fort bas. Bien trop souvent, c'est l'appel téléphonique de la police qui ouvre les yeux des parents stupéfaits; il est alors trop tard pour une aide optimale.

Pourquoi le maître peut-il, mieux que quiconque, déceler assez tôt la menace de la drogue ou la toxicomanie? Il est le seul à pouvoir connaître suffisamment l'élève et observer les signes d'une menace de drogue et la décadence qu'elle entraîne. Il est le seul à pouvoir suivre l'évolution d'un élève qui passe d'un comportement relativement normal à un comportement laissant apparaître des symptômes de toxicomanie. Il est en effet difficile, pour ne pas dire impossible, de présumer ou de déceler une menace de drogue ou un début de toxicomanie en observant l'adolescent à un moment précis. Ces symptômes ne se révèlent qu'à celui qui peut observer l'évolution des difficultés rencontrées par l'adolescent.

Comment le maître peut-il déceler assez tôt la toxicomanie? Que doit-il savoir pour jouer son rôle de personnage-clé avec succès? Il doit bien connaître les circonstances qui conduisent à la drogue, ses symptômes et signes particuliers. Il a besoin pour cela d'une théorie sur l'origine et la nature de la menace de la drogue et de la toxicomanie chez les jeunes. Nous essaierons de lui proposer une théorie, ou plutôt une hypothèse de travail, qui lui aidera à s'orienter dans ce domaine difficile qui lui est étranger. Il ne s'agit donc pas de prouver la justification scientifique de cette théorie; c'est par son utilité qu'elle devrait se justifier, et nous espérons qu'il en sera ainsi.

Nous voulons montrer au maître comment nous sommes arrivés à cette théorie sur l'origine et la nature de la toxicomanie. Celui qui s'occupe beaucoup d'adolescents toxicomanes sera frappé par quatre facteurs et il s'interrogera sur leur cause et leur relation.

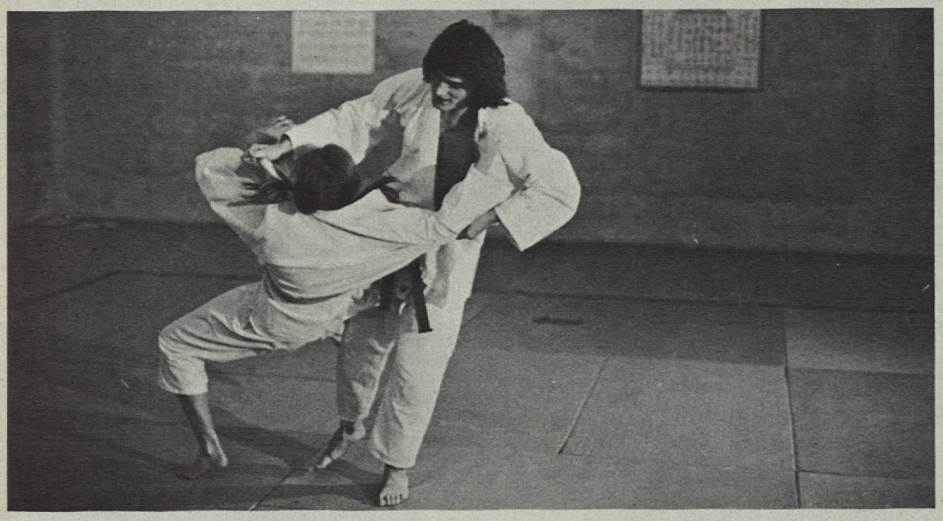
1. *La toxicomanie est caractéristique d'une période:* on remarque, en ce qui concerne le haschisch et l'héroïne — ce sont aujourd'hui les formes essentielles et les plus courantes que prend la toxicomanie chez les adolescents — dans 90 % des cas, ce sont des jeunes entre 14 et 18 ans qui s'adonnent à la drogue; très rarement des moins de 12 ans, et, le cas échéant, ils ont été entraînés par de plus âgés. Tout aussi rare est le cas de jeunes qui commencent à se droguer après 25 ans.
2. *Le recours à la drogue est précédé de troubles du comportement caractéristiques:* la toxicomanie se développe presque exclusivement chez des adolescents qui avaient un comportement étrange déjà avant de devenir toxicomanes; nous décrirons ce comportement plus tard.
3. *Aujourd'hui troubles du comportement et drogue vont ensemble:* il est caractéristique de notre époque que, dans les cas où ces troubles sont particulièrement frappants, on peut de manière quasi certaine prévoir le recours à la drogue.
4. *La toxicomanie modifie de façon dramatique le comportement:* ce changement est tel qu'il est alors très facile de concevoir des soupçons.

Quels pourraient être ces troubles du comportement qui conduisent à la toxicomanie? Que se passe-t-il entre 14 et 18 ans qui favorise la toxicomanie et qui la rend même, dans les cas graves, tout à fait inévitable? Pourquoi y a-t-il si peu de nouveaux cas de toxicomanie après 18 ans, et presque plus du tout après 25 ans? Nous allons commencer par formuler notre théorie:

La toxicomanie chez les adolescents est la conséquence de la souffrance engendrée par la crise de l'identité de l'adolescence, souffrance qui trouve dans la drogue un remède sûr, spécifique et efficace.

La notion de crise de l'identité et ses formes pathologiques. Si nous voulons comprendre la menace de la drogue et les causes de la toxicomanie, nous devons connaître la notion de «crise de l'identité» de l'adolescent et ses symptômes. Cette crise de l'identité et la description de ses symptômes et de ses dangers sont le fruit du travail d'un psychanalyste américain Erik H. Erikson. Il a décrit ces phénomènes dans un livre paru en 1959, intitulé: *«Identity youth and crisis»* (Traduction française: «Adolescence et crise: la quête de l'identité»). Ce livre est la clé nécessaire à la compréhension de l'adolescence. Il devrait être lu par tous les maîtres. Erikson montre que la santé psychique de l'être humain dépend de la réalisation tout au long de sa vie du processus de maturation du Moi; ce processus lui permet de résoudre les problèmes surgissant à toutes les phases de son développement, de l'enfance à la vieillesse. Erikson décrit de manière détaillée et convaincante le phénomène selon lequel il existe une phase dans le développement du Moi pendant laquelle l'être humain est particulièrement menacé et fragile, pouvant être victime de graves troubles du comportement. Il appelle cette phase la crise de l'identité justement parce que, dans cette phase, l'apparition de troubles ayant le caractère de crise est tout à fait normale. Le fait que cette crise de l'identité de l'adolescent se situe dans la même période que le recours à la drogue vient étayer notre théorie, selon laquelle il y a une importante relation de cause à effet entre les deux phénomènes.

Signes et symptômes de la crise de l'identité. Nous allons maintenant avec l'aide d'Erikson, décrire les symptômes importants de cette crise et, par leur énumération, fournir un schéma au maître. Peut-être le lecteur devrait-il, à cet endroit de la lecture, faire une pause et essayer de réfléchir aux symptômes des difficultés de sa propre adolescence, peut-être même en prendre note par écrit.



Confusion d'identité, panique de désintégration. D'après Erikson, les symptômes de la crise de l'identité peuvent se classer selon un certain nombre de foyers de crise qui, par leur concours, conduisent à la confusion d'identité, c'est-à-dire une incapacité (momentanée ou durable) du Moi à se former une identité. Cette confusion d'identité est accompagnée d'une peur de désintégration qui, dans les cas extrêmes, peut aller jusqu'à la panique de désintégration. Erikson exprime le problème de la manière suivante: «Il se produit un morcellement de l'image de soi, une perte du centre, un sentiment de confusion et, dans les cas plus graves, la crainte d'une désintégration totale.» Nous avons essayé d'exprimer la même idée en d'autres termes: la crise de l'identité est une tentative de parvenir à une compréhension positive de soi. Ses formes pathologiques représentent l'échec de cette tentative.

Maintenant nous allons essayer de donner au maître une liste des symptômes essentiels de cette crise de l'identité. Mais nous tenons à souligner le fait que le tableau des troubles de la formation de l'identité n'est pas la somme de troubles ou symptômes isolés, mais le produit d'interactions dynamiques, qu'on ne peut exprimer que par le terme de «Gestalt».

Le problème de l'intimité. Ce problème devrait se résoudre si l'adolescent réussit à nouer des relations satisfaisantes avec les autres. Mais cette tentative peut échouer. Il en résulte alors un repli sur soi désespéré qui conduit à l'isolement social. Dans les cas graves, cet échec peut entraîner une perte de l'identité sexuelle qui va troubler les rapports avec les personnes du même sexe ou du sexe opposé. Dans les cas extrêmes, cet échec peut même représenter un danger pour la société. Finalement Erikson parle d'une paralysie inquiétante dont les symptômes sont: «le sentiment croissant d'un isolement douloureux, la désintégration du sentiment de continuité et d'identité intérieures, le sentiment d'une honte universelle, l'incapacité de puiser un sentiment d'accomplissement dans aucune sorte d'activité, le sentiment que la vie «arrive» à l'individu plutôt qu'elle n'est vécue grâce à son initiative, la dissolution de la perspective temporelle et finalement une méfiance à l'égard de tous.»

La dissolution de la perspective temporelle. «Le patient se comporte dans la routine de ses activités comme s'il se mouvait dans la mélasse. Il lui est difficile d'aller se coucher (...), il lui est difficile d'arriver à l'heure, puis de repartir». Tous les maîtres connaissent bien ce ralentissement étrange et frappant. On en arrive à des plaintes telles que «je ne sais pas», «je renonce», «je démissione», etc.

Suicides pendant la crise de l'identité: dans les cas plus graves apparaît le désir de mourir. La forte augmentation des suicides chez les adolescents — qui, dans certains pays, sont déjà les causes de mort les plus fréquentes à cet âge — peut s'expliquer, en partie du moins, par le fait que le suicide est la seule identité encore possible pour l'adolescent.

La dissolution de l'application au tratail. Elle est caractérisée par une in-

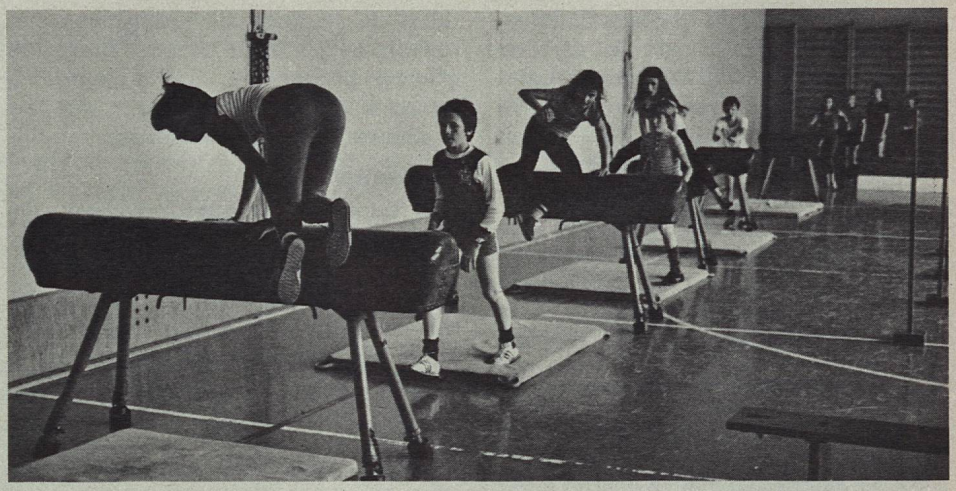
capacité progressive à fournir un travail, qui se traduit à l'école par une baisse inexpliquée des résultats; elle est souvent caractérisée par le refus de tout travail compétitif.

L'identité négative. Elle est d'un intérêt particulier et elle se heurte le plus souvent aux critiques sévères des parents et des maîtres. «La perte du sentiment de l'identité s'exprime souvent par une hostilité méprisante et prétentieuse envers tout»; toutes les normes et les modèles qu'offrent la société et la famille sont rejetés, y compris la masculinité ou la féminité, la nationalité et l'appartenance à une classe, sans parler de l'acceptation de la religion des parents, l'appartenance à un parti politique, la tradition du service militaire, l'habillement traditionnel et les mœurs. On peut constater facilement que le choix de la drogue arrive à point devant cette identité négative: on peut dire que c'est la forme extrême de la contestation.

Manque de moyens pour résoudre le problème. A ce catalogue de symptômes, nous aimerions en ajouter encore un qui est particulièrement frappant lorsqu'on travaille avec de jeunes toxicomanes. Ils disposent de moyens insuffisants pour résoudre leur problème; souvent ils n'ont à disposition que deux ou trois formes de solution: accès de rage, désespoir, fugue ou fixations. Ce ne sont pas seulement les problèmes en tant que tels qui pèsent sur ces adolescents. Leur plus grand problème réside justement dans leur incapacité de trouver une solution adéquate et rationnelle.

Absence d'idéologie et de religion. Erikson met en évidence le rôle intégrateur d'une idéologie et/ou d'une religion traditionnelles. Il est bien connu que ni l'une ni l'autre ne sont offertes à beaucoup de nos adolescents.

Un moratoire psycho-social. Quels sont les facteurs qui aident à surmonter cette crise de l'identité? Erikson souligne la nécessité d'un moratoire psycho-social, c'est-à-dire un délai de carence pendant lequel l'adolescent peut expérimenter, sans pression excessive et sans hâte, sa quête d'une identité: découvrir qui il est, qui il veut être, de quoi il est capable, quelle est sa valeur. Si une trop forte pression pèse sur ce délai de carence, par exemple l'obligation de choisir un métier, la rencontre avec l'autre sexe, l'identification aux normes de la société, alors la panique de désintégration peut augmenter et entraîner des conséquences fâcheuses. On a assisté



ces dernières années à une visible augmentation de tous les facteurs défavorables qui pèsent sur ce délai de carence et ses fonctions.

La drogue: un remède universel aux souffrances engendrées par la crise de l'identité. Quel est le rapport entre la crise de l'identité et la toxicomanie? A la fin des années 50, les adolescents ont découvert l'effet magique des drogues, en particulier celui du haschisch et de l'héroïne. Ces drogues sont des remèdes sûrs, spécifiques et efficaces contre une douloureuse crise de l'identité. Comparons: pourquoi une personne souffrant de maux de tête prend-elle de l'aspirine? Parce que l'aspirine la soulage. Pourquoi l'adolescent prend-il de la drogue? Parce que la drogue le soulage. Pourquoi ne veut-il pas qu'on la lui enlève? Parce que nous ne pouvons lui offrir aucun autre remède meilleur, si tant est que nous nous soucions de lui. A cela s'ajoute naturellement cette curieuse propriété de l'héroïne, à savoir une dépendance physique engendrant de graves phénomènes de privation, que craint l'adolescent.

On peut établir un parallèle entre la probabilité du recours à la drogue chez un adolescent et la gravité de la peur — ou panique — de désintégration. Notre théorie n'explique pas seulement les raisons pour lesquelles l'adolescent se drogue. Elle explique aussi pourquoi certains n'y goûtent pas du tout ou l'abandonnent après une courte expérience, à savoir ceux qui surmontent favorablement la crise de l'identité. Cet abandon entraîne un fort découragement qui rend l'adolescent dépressif, mais également un sentiment de victoire devant l'obstacle surmonté.

Dans de nombreux cas, le maître peut donc, en observant continuellement et attentivement ses élèves, reconnaître les signaux de danger ou du moins prévoir que tel adolescent risque de se droguer. Mais que peut-il faire, une fois qu'il est convaincu qu'il y a un danger de drogue ou qu'il y a déjà eu prise de drogue? Nous tenons tout de suite à signaler que nous ne conseillons pas au maître de se faire thérapeute. Il ne devrait pas non plus se faire des reproches si l'un de ses élèves est tenté par la drogue. Nous savons bien que le maître, par son attitude et sa compréhension, son aptitude à se mettre à la place des autres, son humanitarisme, peut jouer, en tant que modèle, un rôle important dans la quête d'une identité. Mais il ne serait pas réaliste d'exiger de lui un rôle de thérapeute, lorsqu'il se trouve en face d'une crise de l'identité difficile. C'est un travail au-delà de ses compétences. Mais un adolescent qui, au cours d'une grave crise de l'identité, devient un «camé», et plus particulièrement s'il se pique à l'héroïne, n'a pas sa place dans une école, et cela ni dans son intérêt, ni dans celui de l'école et de la société. Le fait qu'il s'adonne à la drogue prouve que son milieu ne peut lui offrir le délai de carence dont il aurait eu besoin pour se développer favorablement. Il a besoin, et il mérite, qu'on lui offre une autre chance, un second moratoire psychosocial, dans un autre milieu plus favorable, impérativement en dehors de sa famille. Si l'adolescent reste dans son milieu, la thérapie n'aboutira qu'à un échec.

Le maître essaiera alors d'apporter son aide à l'adolescent. Si la crise de l'identité se développe défavorablement, le maître devrait faire appel à un service scolaire de psychologie ou à un conseiller psychiatrique, si possible sans alarmer d'abord les parents. Il ne devrait donc pas en premier lieu communiquer ses soupçons aux pa-

rents, mais il devrait envoyer l'adolescent en consultation de la part de l'école. Ainsi il a fait son devoir. Lorsque le maître pense qu'un élève s'adonne à la drogue, il peut, selon les stipulations de la nouvelle loi sur les stupéfiants — loi qu'il devrait connaître — apporter son aide par l'intermédiaire des centres cantonaux prévus pour cela. Il n'est pas obligé de communiquer ses soupçons à la police, ni de lui apporter des preuves précises. Il ne devrait pas s'ériger en inspecteur de police. La loi suisse est exemplaire; elle est humaine et progressiste, c'est même la plus progressiste du monde. Le maître devrait donc connaître ses possibilités et les utiliser.

Résumé

Nous voulons encore une fois souligner le fait que le maître est un personnage-clé dans le dépistage des formes malignes de la crise de l'identité: il est le seul à pouvoir faire ce qui doit être fait. Avec la théorie selon laquelle le recours à la drogue est une tentative de surmonter la peur de désintégration par ses propres moyens, le maître possède une hypothèse de travail qui lui permet de reconnaître le danger d'un développement défavorable de la crise de l'identité et de prévoir la prise de drogue avec une grande probabilité. S'il a sonné à temps à la bonne porte pour signaler le danger, il a fait son devoir.

Post-scriptum

Bien que les remarques suivantes sortent quelque peu du cadre de cet exposé, elles doivent pourtant faire l'objet d'un post-scriptum, car elles apparaissent sans cesse dans les discussions. Si la drogue est un remède si efficace contre les maux de l'adolescence, pourquoi ne permet-on pas son emploi? Dans l'intérêt de l'adolescent aussi bien que dans celui de la société, l'interdiction de la drogue — aussi inefficace puisse-t-elle être — est justifiée. En effet, la drogue empêche largement la reprise du processus de maturation: elle fait du toxicomane un estropié psychosocial, qui commence à se droguer à 14 ans et qui, à 24 ans, est un invalide à la charge de la société, dépourvu des connaissances et des capacités qui lui seraient nécessaires pour continuer à vivre dans celle-ci, possédant l'immaturité d'un enfant de 14 ans.

Le maître n'est pas seulement enseignant, il est aussi citoyen et électeur: il devrait faire tout son possible pour que l'aide ne soit pas seulement réclamée, mais qu'elle puisse être vraiment apportée. Aucun groupe d'âge de la population n'est à ce point négligé que la jeunesse, l'avenir de notre nation . . .

Pour terminer, nous voulons encore prévenir la critique suivante: tous les cas de toxicomanie chez les adolescents ne s'expliquent pas par notre théorie. Il est bien évident que la toxicomanie peut, dans certains cas — mais ces cas-là ne dépassent pas le 5 % — avoir d'autres causes: moyen de défense contre une menace, formes précoces d'une grave maladie psychique telle que la schizophrénie par exemple. Mais même dans ces cas-là, on retrouve un dénominateur commun: la panique de désintégration. Dans ces cas-là aussi, le maître a une fonction importante: il doit tenter de les déceler le plus tôt possible et chercher de l'aide.

Le maître ne pourrait-il pas aussi aider à détruire ce cliché fâcheux, selon lequel le haschisch conduit à l'abus d'héroïne? Ce ne sont pas les drogues qui causent la toxicomanie, elle est le résultat de troubles qui entraînent l'abus de drogue.

Traduction: Michèle Pfister

LAUSANNE

équipement scolaire

AGENCE ET CENTRE

MONTESSORI

Pour toute la Suisse

C.-Roux 28 **EXPOSITION PERMANENTE** Tél. (021) 23 75 71

TABLEAUX GALMAR en verre vert
TABLEAUX GALMAR en acier vert
TABLEAUX GALMAR en acier blanc
AFFICHAGE GALMAR en lino-liège beige

MOBILIER scolaire
MOBILIER scolaire

GALMAR-MOBIL
Classe enfantine MONTESSORI

VITRINES EXPOSITION et INFORMATION

MOBILIER AUDIO-VISUEL GALMAR-W INTERNATIONAL

ÉCRANS de projection GALMAR
ÉCRANS de projection MW

RÉTRO-PROJECTEURS GALMAR KWG
RÉTRO-PROJECTEURS 3M Kindermann

CHARIOTS pour rétro-projecteurs

Porte-cartes et affichages divers

Accessoires : craies, stylos feutres
Effaceurs GALMAR
Instruments à dessin

Demandez nos catalogues s.v.p.

Santé des écoliers et mobilier scolaire

Maison ZESAR S. A., Bienne

L'école doit continuer l'éducation de l'enfant commencée à la maison par les parents, la compléter et l'enrichir aussi bien au point de vue spirituel que psychosomatique. Dans cette éducation «totale» la position assise de l'élève joue un rôle important.

Pour pouvoir profiter entièrement des possibilités d'éducation du maintien à l'école, il est indispensable d'obtenir une collaboration étroite entre: enfant — foyer familial — corps enseignant.

Une grande attention doit être apportée à la création et au choix du mobilier scolaire, car les constatations médicales actuelles, concernant le rôle de la position assise sur la posture, ont prouvé que 4 élèves sur 10 souffrent de déformations du dos, c'est-à-dire: dos ronds, déformations fixées, scolioses, etc., *dues à du mobilier inadéquat.* L'enseignement traditionnel demandant à l'enfant de rester assis des heures durant porte donc aussi sa part de responsabilité, car il faut reconnaître que la position assise prolongée comporte de nombreux inconvénients pour l'enfant, l'adolescent surtout.

On admet qu'il n'y a pas qu'une seule position assise, mais toute une variété et c'est en tenant compte des positions correspondantes aux fonctions que l'on peut prévoir des aménagements optimaux, dont voici quelques exemples:

— *position «érigée» avec appui principal sur le bord antérieur du siège,*

— *position avec appui secondaire du dos au dossier (pour la lecture surtout),*

— *position avec appui secondaire des avant-bras sur la table (écriture et dessin).*

Il convient également, et par tous les moyens disponibles, de chercher à compenser les inconvénients résultant non pas de la position en soi, mais de la *durée* pendant laquelle elle est imposée aux élèves.

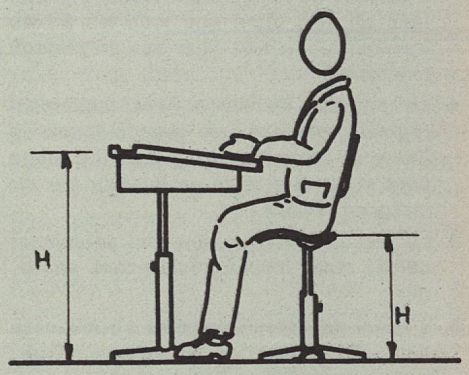
Bien des enseignants ont pensé à l'exercice physique sous diverses formes, à la gymnastique dite spéciale, visant plus particulièrement les enfants de constitution gracile, qu'ils font répéter alternativement à leurs élèves, ou entre deux récréations, des excercices simples d'extension et de relaxation, permettant ainsi à la musculature de récupérer.

Les expériences médicales actuelles devraient se combiner avec les exigences pédagogiques, car elles sont restées trop longtemps tributaires d'exigences techniques relatives aux matériaux traditionnels. Le mobilier doit être adapté au type constitutionnel de l'élève, soit:

— le *macroskèle* [1] se choisira un siège relativement haut et un pupitre relativement bas,

— le *brachyskèle* [2] un siège relativement bas et un pupitre relativement haut,

— le *mératiskèle* [3] un siège et un pupitre moyens.



Taille de l'élève	Hauteur table	Hauteur chaise I	Hauteur chaise II
110	62	32	
115		34	
120	64	36	
125		38	
130	66	40	38
135			
140	68	42	40
145	70	44	42
150	72		44
155	74		
160	76		46
165	78		
170	80		48
175	82		50

La tabelle ci-dessus, étudiée par la maison ZESAR SA, donne les indications pour une *position idéale*, de manière à ce que:

a) les cuisses reposent à plat sur le siège, les pieds soient posés à plat sur le sol, de sorte que la jambe forme un angle droit avec la cuisse,

b) les épaules restent en position naturelle lorsque les avant-bras reposent sur le pupitre,

c) le bassin ne glisse que peu en avant et ne bascule que peu en arrière lorsque l'élève appuie son dos au dossier du siège,

d) cet appui en arrière soit ressenti assez confortablement pour être utilisé aussi longtemps que l'élève en a besoin.

---

1 Membres inférieurs proportionnellement plus longs que le tronc.

2 Membres inférieurs proportionnellement plus courts que le tronc.

3 Membres inférieurs et tronc bien proportionnés.

Dès le moment où ces exigences sont admises, l'implication sur le mobilier scolaire idéal est simple à énumérer:

1. **Chaque élève disposera d'un pupitre et d'un siège individuel.**
2. **Le pupitre devra être recouvert de stratifié mat, afin d'éviter la réverbération de la lumière. La hauteur sera facilement réglable, (voir: mécanisme Zesar avec manivelle).**
3. **Il est recommandé pour les travaux d'écriture et de lecture d'incliner le plateau de 16°, alors que tous les autres travaux peuvent se faire sur un plateau horizontal.**
4. **La hauteur du siège sera facilement réglable, par exemple avec mécanisme Zesar ou avec ressort à gaz. (Le siège peut aussi être réglé en hauteur par vis inbus ou levier.)**
5. **Le placet du siège sera non seulement galbé, mais incliné légèrement en arrière.**
6. **L'appui dit dorsal (dossier) s'appliquera dans la région dorsolombaire, (voir: chaise anatomique Zesar No. 4237). Cette forme étudiée du dossier incite l'élève à se tenir correctement et offre une position agréable.**

L'élève et la salle d'école, considérés sous l'angle médical

Dr. med. Beat Dubs, Winterthur

Les réflexions que je vais proposer ici sur le problème de «l'élève, la salle d'école, l'enseignement des principes d'hygiène» sont étroitement liées aux trois facteurs que voici: d'une part mon expérience personnelle d'écolier (qui ne date pas encore de trop longtemps), d'autre part le travail de remplaçant dans des établissements primaires et secondaires que j'ai effectué durant mes études, et troisièmement mon activité annexe actuelle de chargé de cours dans différentes écoles d'infirmières. Il ne faut considérer mes propos ni comme un règlement de compte tardif qui surviendrait à la suite d'un tort que j'aurais subi dans le passé, ni comme un exposé doctrinal de caractère absolu, mais plutôt comme une contribution au débat. Par ailleurs, je suis pleinement conscient que sur bien des points je ne ferai qu'enfoncer des portes ouvertes.

L'arrangement intérieur de la salle d'école

Durant des décennies, on a considéré comme «normal» de disposer les bancs d'école d'une façon géométrique, à égale distance les uns des autres, et face au pupitre du maître. Mais heureusement, dans beaucoup d'établissements, on a maintenant renoncé à cet arrangement sans fantaisie. La disposition des tables devrait permettre, à partir de *chacune* des places, un contact étroit entre les élèves et le maître. Cette disposition est moins conçue comme un «moyen de prévenir la triche» que comme une possibilité donnée à l'enseignant de mieux surveiller ce qui se passe, tout en donnant par ailleurs l'impression à l'élève qu'il se trouve dans la «zone d'influence» du maître. En adoptant un tel système, le maître peut donner libre cours à son imagination ou à ses désirs personnels: de la disposition en demi-cercle jusqu'à l'arrangement en fer à cheval (sur des colonnes formant entre elles un angle aigu ou bien obtu, et constituées d'éléments échelonnés ou disposés en éventail), il y a de multiples variantes possibles. Mais l'important est de respecter les données initiales, que j'ai mentionnées plus haut. Corrélativement à la disposition des tables, il importe en outre de choisir un angle d'incidence de la lumière qui soit favorable. Comme la plupart des salles d'école ne comportent des fenêtres que sur un seul côté (d'ordinaire latéralement) et que le tableau noir est fixé à demeure, on ne pourra donc pas toujours tenir compte de cette question d'éclairage. Il serait cependant souhaitable que la lumière parvienne de l'avant gauche, afin que l'élève ne se fasse pas d'ombre avec la main (c'est généralement celle de droite) sur ce qu'il est en train d'écrire. On peut formuler le même souhait quant à *la disposition de l'éclairage artificiel* dans la salle d'école. A ce propos, les architectes et tous ceux qui conçoivent les plans des bâtiments scolaires devraient bien prendre note de ne pas accorder la priorité aux idées souvent excentriques qui sont proposées en matière d'architecture; il faudrait, au contraire, se préoccuper des besoins de l'écolier, qui est en pleine phase de croissance et qui doit souvent lutter pour arriver à se concentrer. Une fois de plus, je me permets de signaler que les *tubes au néon,* en raison de leur «papillotement» toujours perceptible (malgré les progrès les plus récents de la technique), constituent un *handicap supplémentaire* pour l'élève (à l'heure actuelle, il a déjà suffisamment de peine à comprendre comme ça . . .). Les parois, tout comme le plafond, doivent être peintes d'une couleur claire. Généralement, on trouve encore dans les salles d'école beaucoup de travaux d'élèves, épinglés contre les murs: dans ce cas, il faut premièrement tenir compte de l'éclairage, tout en permettant aussi la création d'une certaine variété sur la paroi de la pièce, qui autrement serait bien monotone. En outre, il faudrait éviter à tout prix que le bruit venant de l'extérieur ne pénètre jusque dans la classe. Le fait que ce problème est tout à fait d'actualité n'est certes pas à négliger; mais je ne veux pas entrer ici dans plus de détails.

L'attitude corporelle
Les déformations dorsales

J'ai encore trop bien en mémoire les recommandations de mes parents, de mes maîtres et des médecins, qui me répétaient constamment de me tenir droit et non bossu, de bomber le thorax et de tirer les épaules en arrière. Si agaçantes qu'aient pu me paraître – à l'époque – ces recommandations, il n'en demeure pas moins important d'aborder maintenant la question de l'attitude corporelle. En effet, c'est dans une salle d'école que les jeunes passent une grande partie de la période où ils grandissent le plus. Le développement de la colonne vertébrale et sa conformation définitive dépendent, en tout premier lieu, de la façon de se tenir assis.

Malheureusement je constate tous les jours, en soignant mes clients, que dans la majorité des cas ce point a été beaucoup trop souvent négligé. Bien qu'on ait abandonné presque partout les anciens types de bancs, «à la Feuerzangenbowle», on peut encore «s'offrir», avec le temps, une solide déformation du dos sur les chaises utilisées actuellement (prétendument anatomiques), ou même sur les fauteuils. Un grand nombre de ces sièges sont réglables en hauteur et comportent même un dossier ajustable, lui aussi, quant à sa position ou à sa hauteur. Les maîtres devraient être un peu plus attentifs à ce problème; il faudrait qu'ils utilisent périodiquement cette possibilité de réglage et qu'ils adaptent les chaises à chacun de leurs élèves en particulier. Naturellement, cela n'est possible qui si ces élèves sont toujours assis plus ou moins à la même place. Certains jeunes prennent aussi volontiers la mauvaise habitude de se pencher exagérément en avant, lorsqu'ils lisent ou qu'ils écrivent, et par conséquent de s'asseoir en faisant le dos rond. Premièrement, une distance trop courte entre les yeux et le texte est déjà néfaste pour les organes de la vue (cette distance devrait être au minimum de 30 à 40 cm); et secondement, cette mauvaise position contribue à la formation d'un dos voûté. Les enseignants devraient prêter une plus grande attention aux écoliers qui adoptent une telle attitude voûtée, et les inciter à mieux se tenir. C'est en informant l'élève sur la façon dont se développe le dos et sur la conformation correcte de la colonne vertébrale

qu'on arrivera le mieux à lui faire comprendre ce problème. En l'occurrence, le médecin scolaire pourrait mettre à la disposition du maître des documents suggestifs de radiographie, ou éventuellement présenter lui-même un petit exposé sur la question.

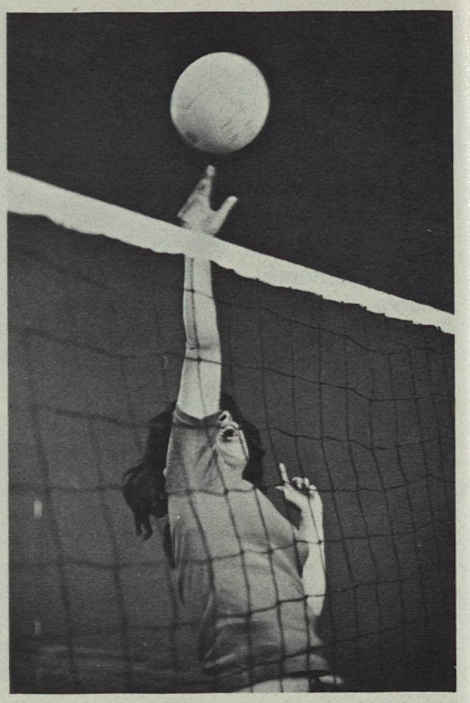
J'imagine très bien que l'enseignant – à la lecture de mes propos – hochera tranquillement la tête; *et pourtant, on n'insistera jamais assez sur le problème de l'attitude corporelle correcte à adopter, tout particulièrement durant les années de la croissance.* Les dommages qui résultent d'une position incorrecte sont très graves; chez les jeunes gens, cela se traduit concrètement par des «insuffisances d'attitude», des vices de fonctionnement du squelette axial et des douleurs dans les reins, qui peuvent même se répercuter jusque dans les jambes. Que de tels dommages ne se corrigent pas d'eux-mêmes, cela devrait aussi sauter aux yeux du simple profane en matière médicale! Les séquelles de ces attitudes corporelles incorrectes adoptées durant des années, on peut les voir chez une grande partie de la clientèle remplissant les salles d'attente des médecins, à la ville comme à la campagne.

Par la même occasion, j'aimerais profiter de signaler qu'il est insensé de laisser les élèves rester assis dans la salle d'école, durant la *récréation.* Il faut les faire sortir, pour qu'ils puissent remettre en mouvement les membres de leur corps. Pendant les leçons de gymnastique également, on devrait accorder plus d'importance aux *exercices d'assouplissement et de fortification musculaire, pour toute la charpente de la colonne vertébrale.* Il faudrait prévoir aussi des cours, dans lesquels on enseignerait aux maîtres quelques types simples d'exercices destinés à assurer un bon maintien corporel. Les meilleurs cours ne servent cependant à rien, si ce qui a été appris n'est pas enseigné régulièrement par la suite, durant les leçons de gymnastique.

Les troubles psychosomatiques du jeune écolier

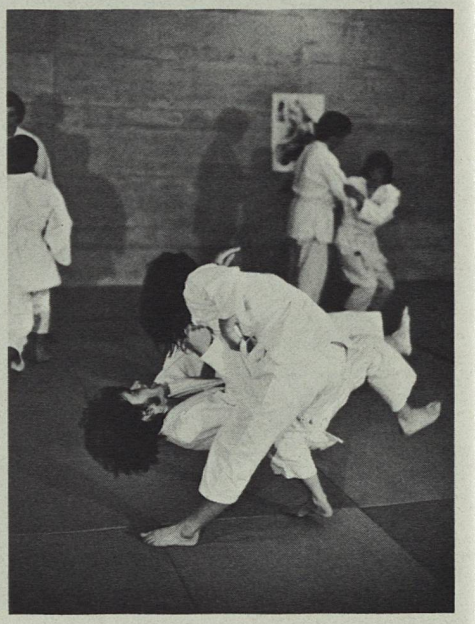
Je sais bien qu'au cours de leur formation les enseignants acquièrent beaucoup de connaissances sur la psychologie de l'élève (qu'ils peuvent malheureusement s'empresser d'oublier par la suite), mais j'aimerais encore – pour finir – dire quelques mots des troubles psychosomatiques du jeune écolier. Une classe ne constitue jamais une masse homogène, dans laquelle des individus seraient interchangeables. Le programme de la matière enseignée (répartie pourtant sur plusieurs années) requiert de la part de chaque élève un effort considérable. Si un écolier a montré pendant longtemps les qualités requises pour faire face à ces exigences, il peut toutefois – à un certain moment – avoir des problèmes, ou se trouver dans une situation conflictuelle; il en sera plus ou moins conscient, sans parvenir malgré tout à la surmonter. Cela peut arriver à n'importe quel écolier, même au plus intelligent. Très souvent, les jeunes qui ont ce genre de problèmes manifestent de l'agressivité, ou bien «font leur mauvaise tête», ou encore «ruminent» tout intérieurement. Dans ce dernier cas, on peut remarquer un certain nombre de symptômes: ce sont généralement des maux de ventre ou des migraines, souvent liés à des nausées. Si de tels maux persistent, l'élève consulte habituellement son médecin de famille, sur la recommandation du maître ou sur la base de ce que les parents ont pu observer. La plupart du temps, malgré des examens approfondis, aucun trouble organique n'est décelé; il faut transmettre alors le cas de cet élève au Service de psychologie scolaire.

C'est par une étude minutieuse de la situation de l'élève en question que le conflit pourra éclater au grand jour et qu'on aura quelque chance d'arriver à le surmonter. Je ne voudrais toutefois pas affirmer qu'un maître devrait envoyer un élève chez le médecin ou alarmer le Service de psychologie scolaire dès la manifestation du moindre symptôme d'allure douteuse. Dans ce cas, il suffira quelquefois d'observer l'élève d'une façon discrète, mais précise. Souvent même, on pourra se contenter d'avoir un petit entretien – pour clarifier la situation – avec l'élève lui-même ou avec ses parents. Je ne vais pas développer ici plus avant cette question d'ordre psychosomatique; mais il me tient tout de même à cœur de relever que si le maître d'école se donne la peine d'observer assez tôt ce qui se passe et qu'il réagit d'une manière appropriée et adroite un bon nombre de conflits ouverts et beaucoup de «maux de ventre» pourront être évités.



Je termine cet exposé en émettant le vœu que les heures d'école puissent se dérouler dans un climat agréable, non seulement pour le maître, mais également pour l'élève: je souhaite donc que l'intérieur de la classe soit clair et accueillant, et qu'on veille à ce que l'attitude corporelle des écoliers soit saine; j'aimerais aussi que l'enseignant se préoccupe de chaque élève individuellement, et qu'il examine sans tarder ce qui se passe, tout en réagissant adroitement, dans les cas de situation problématique.

Traduction: Philippe Guex



G+L

Le mini de Rank Xerox. Une simple pression sur un bouton, et ce petit copieur compact vous fournit toutes les six secondes une copie impeccable, sur papier ordinaire blanc ou de couleur. Il imprime également sur des acétates transparents ou des étiquettes autocollantes. Il traite sans problème deux formats de papier: A4 et B4 – et qui plus est en rectoverso. Le Xerox 2202 copie aussi bien des feuilles volantes que des documents reliés et reproduit également les originaux peu contrastés. Cela dit, il est modeste non seulement par son encombrement, mais aussi par son prix. Il trouve sa place dans chaque bureau et devrait donc faire partie des auxiliaires de chaque administration aussi naturellement que la machine à écrire et le téléphone.

Le nouveau Xerox 2202

Genève 022/31 00 55, Lausanne 021/20 30 51, Neuchâtel 038/24 10 60 **RANK XEROX**

Enseignants de toute la Suisse, faites comme vos collègues vaudois !

Savez-vous pourquoi près de 3000 enseignants vaudois du degré primaire ont demandé à la SVRSM de les assurer contre les risques de maladie et d'accidents ?
Tout simplement parce que la SVRSM a plus d'un argument à faire valoir. Entre autres :

- un programme attractif (assurances des frais médicaux et pharmaceutiques pour petits budgets et pour patient privé, diverses assurances complémentaires : contre la perte de salaire, des dommages économiques, des frais dentaires, etc.) ;
- des tarifs avantageux ;
- un service à la clientèle de qualité ;
- un règlement rapide des prestations ;
- des collaborateurs disponibles et souriants.

Enseignants de toute la Suisse, faites donc comme vos collègues vaudois, assurez-vous auprès de la

SOCIÉTÉ VAUDOISE ET ROMANDE DE SECOURS MUTUELS

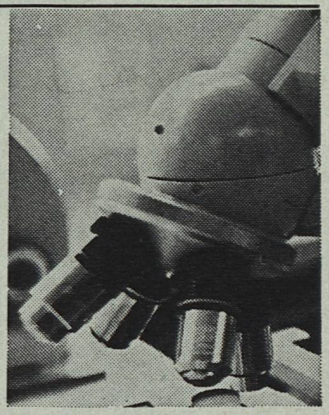
Caisse-maladie et accidents

1007 LAUSANNE, chemin de Primerose 35 **Tél. (021) 27 75 41**

Les microscopes Zeiss pour voir plus - et payer moins!

Microscopes Zeiss Junior 2 avec optique de qualité Zeiss à partir de Fr. 1100.– déjà

- pour tous les genres de travaux
- différentes exécutions optiques
- grande commodité d'emploi



ZEISS
West Germany

Chèque d'information
Veuillez me faire parvenir votre documentation sur les microscopes Junior 2.
Je m'intéresse particulièrement au
☐ microscope d'étudiant
☐ microscope de laboratoire
☐ microscope médical
Nom
Institut
Rue
NPA/Lieu

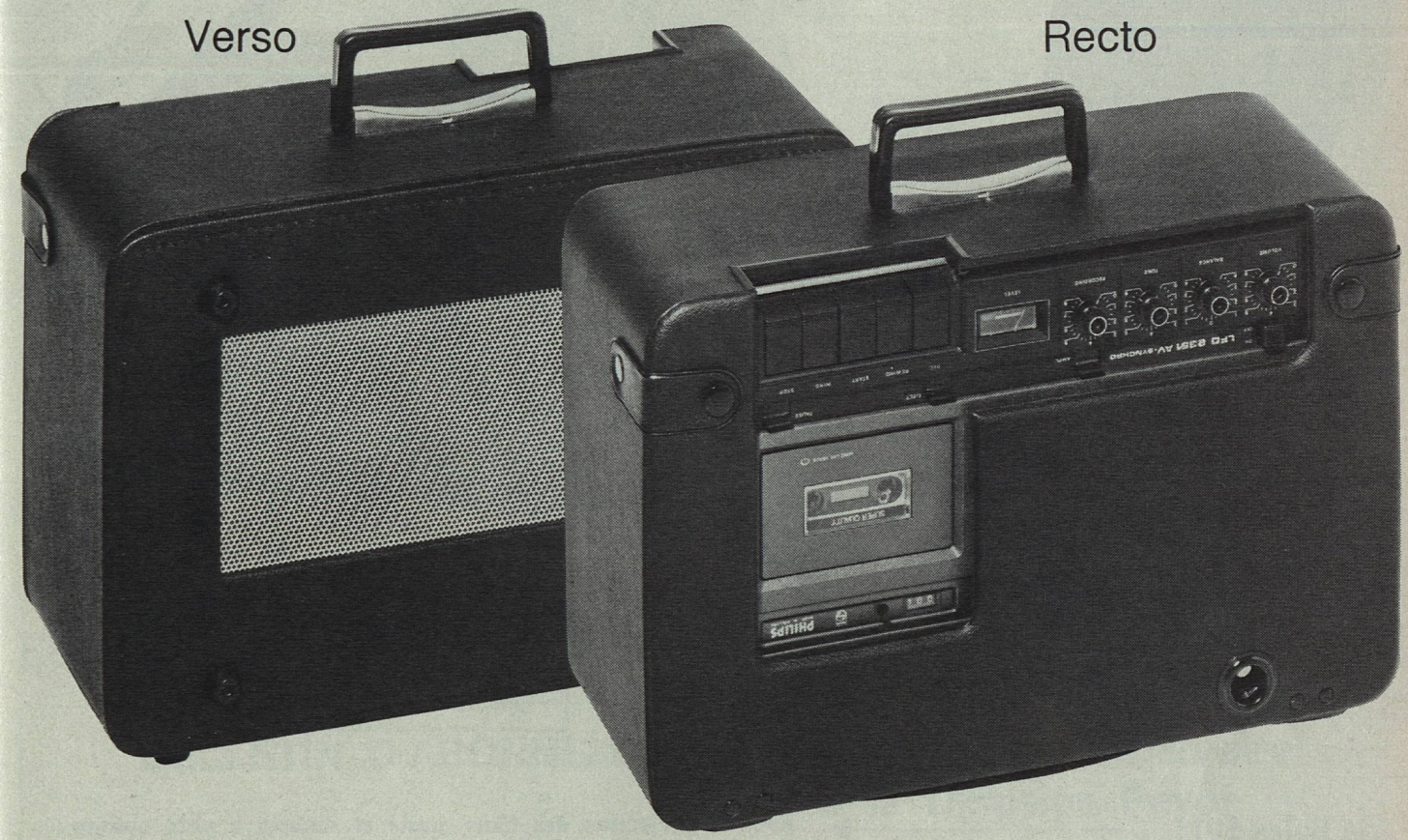
Microscope pour amateurs, écoliers et étudiants Fr. 1133.–*

Microscope binoculaire pour écoliers, étudiants, pour les cours et l'enseignement Fr. 1660.–*

Microscope binoculaire pour médecins et pour laboratoires Fr. 2278.–*
* Icha compris

CARL ZEISS ZÜRICH AG
8021 Zurich
Grubenstrasse 54
Téléphone 01 66 23 00
1006 Lausanne
Av. Juste-Olivier 25
Téléphone 021 22 26 46

Voici un magnétophone à cassette pratique, assez puissant pour de grandes salles de classe *



Non seulement sa puissance est suffisante mais tout le matériel nécessaire à l'emploi dans les écoles est concentré dans un seul coffret. Il existe en deux versions (l'une stéréo et l'autre avec synchrodia incorporé).
Demandez le prospectus détaillé.

Philips SA
Techniques audio
et vidéo
Case postale
1196 Gland
Tél. 022/64 21 21

Philips — votre spécialiste AV pour les écoles avec ses systèmes vidéo, ses laboratoires de langues, etc...

PHILIPS

* ou des salles de gymnastiques

BOLEX

vous présente ses 3 nouveaux projecteurs 16 mm

ÉGALEMENT EN LEASING
Renseignez-vous auprès de nous sur nos conditions de leasing pour une durée de 1, 2, 3 ou 4 années.

le Bolex 501 → **pour la projection des films muets et sonores à piste optique ; cadences de 18 et 24 images/sec.**

le Bolex 510 → **pour la projection des films muets et sonores, à piste optique et magnétique ; cadences de 18 et 24 images/sec. ; avec en outre réglage progressif des cadences entre 15 et 30 images/sec. et arrêt sur une image**

le Bolex 521 → **pour la projection des films muets et sonores, à piste optique et magnétique, et l'enregistrement magnétique, avec pupitre de mélange incorporé ; cadences de 18 et 24 images/sec. ; avec en outre réglage progressif des cadences entre 12 et 26 images/sec., arrêt sur une image et marche image par image**

Ces trois nouveaux types de projecteurs ont tous une lampe halogène à miroir froid. Ils peuvent être équipés, au choix, d'un zoom 35-65 mm ou d'un objectif à focale fixe de 50 ou 70 mm. Ils admettent les bobines de film jusqu'à 600 m de capacité ; leur chargement est automatique ; ils ont un haut-parleur séparé, incorporé au couvercle, et sont facilement transportables, puisqu'ils ne pèsent que 18 kg environ.

Vous choisissez le modèle dont vous avez exactement besoin et vous payez le prix le plus juste, ce qui, chez BOLEX, peut être étonnamment avantageux.

Pour faciliter votre information, pour que vous puissiez savoir quel est le modèle qui convient le mieux dans votre cas, quel est son prix et pour vous renseigner sur la projection des films 16 mm en général, nous avons composé une documentation à votre intention. Il vous suffit, pour la recevoir, de nous retourner le coupon ci-dessous.

Coupon

Veuillez me faire parvenir votre documentation « La projection des films 16 mm »

Nom et prénom
Profession ou fonction
Rue et No
NPA et localité

A découper et à envoyer à BOLEX S.A., Service Prof. 1401 Yverdon.

BOLEX

une marque sûre, toute une somme d'expérience dans la construction de caméras et de projecteurs 16 mm

Le français et la France – 8 fois par an –

L'actualité dans le monde entre dans votre classe

AUX PROFESSEURS DE FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE

3 revues pour 3 niveaux

Feu vert — 8 numéros de 6 pages (dont 3 pages en 4 couleurs) d'octobre à mai, pour les débutants en français

Quoi de neuf ? — 8 numéros de 8 pages (en 2 couleurs) d'octobre à mai, pour les élèves de 2e et 3e années de français

Passe-Partout — 8 numéros de 16 pages (2 couleurs) d'octobre à mai, à partir de la 3e année de français

2 éditions

Pour les élèves : un abonnement simple

Pour les professeurs : un abonnement servi avec fiches pédagogiques

Editions Hachette – Diffusion Payot – Editions Hachette

BULLETIN D'ABONNEMENT à retourner à votre libraire ou à la Diffusion Payot

NOM : M./Mme/Mlle .....

PRÉNOM : .....

RUE et No : .....

No POSTAL et VILLE : .....

désire recevoir à l'adresse ci-dessus :

..... abonnements à	**FEU VERT**	édition élève	à Fr. 6.80 l'un
..... abonnements à	**FEU VERT**	édition professeur	à Fr. 10.40 l'un
..... abonnements à	**QUOI DE NEUF ?**	édition élève	à Fr. 7.40 l'un
..... abonnements à	**QUOI DE NEUF ?**	édition professeur	à Fr. 11.30 l'un
..... abonnements à	**PASSE-PARTOUT**	édition élève	à Fr. 11.— l'un
..... abonnements à	**PASSE-PARTOUT**	édition professeur	à Fr. 20.— l'un

Tout abonnement doit être pris pour la durée d'une année scolaire (octobre à mai).

Pour toute commande de **10 abonnements** ou plus à une même revue, à servir à la même adresse, **le professeur reçoit un abonnement gratuit** avec fiches pédagogiques.

INFORMATION

DELTA S.A.

Aux instituteurs, maîtres et professeurs de français

Prochaine sortie de presse fin 1978

UNE MÉTHODOLOGIE DU FRANÇAIS

Délégué de la Commission des Auteurs : Bertrand LIPP (VD)

Livre broché 16 × 24 cm en 500 p. couleur en souscription jusqu'au 15.12.78 à **Fr.s. 40.—** (après il sera vendu Fr.s. 50.—).

Trois principes fondamentaux de la rénovation de l'enseignement du français :

1) transmission du goût de la lecture et plaisir de s'exprimer ;

2) donner souvent aux enfants l'occasion de s'exprimer par écrit, mais d'abord oralement sans pour autant monopoliser la parole devant leur classe ;

3) rendre plus facile l'enseignement de la grammaire et de l'orthographe.

Les auteurs ont évité à tout prix de remplacer un certain formalisme par un autre — l'innovation grammaticale n'intervient que là où elle permet une approche plus efficace et plus vivante de la langue. Par conséquent, on ne trouve jamais dans la MÉTHODOLOGIE de ces innovations dont la présence ne se justifie que parce qu'elles sont au goût du jour.
La coordination romande permet aux cantons de langue française de mettre en commun leurs compétences et de rechercher ensemble une solution. Grâce à CIRCE, il s'est instauré une collaboration efficace dont la MÉTHODOLOGIE est un des fruits. Avec cet ouvrage, les cantons romands ont désormais une base solide, sur quoi ils pourront fonder leurs cours de recyclage et leur enseignement du français.

La MÉTHODOLOGIE — un instrument de travail indispensable ! *d'après L. Nicolas*

Cet ouvrage peut être obtenu :

Auprès des Offices d'Editions et Fournitures Scolaires Cantonaux pour les Ayants-Droit.

EN SOUSCRIPTION jusqu'au 15 décembre 1978.

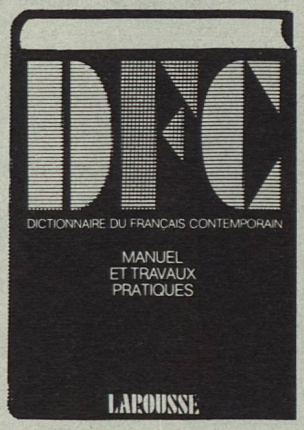
Prix spécial **Fr.s. 40.—.**

Après souscription Fr.s. 50.—.

Editions DELTA S.A.
2, rue du Château
CH - 1800 **VEVEY**

Fernand NATHAN Editions
9, rue Michain
F - 75014 **PARIS**

une importante nouveauté Larousse pour adultes débutants



- **INTERCODES**
  méthode de français langue étrangère
  adultes débutants

  par Annie Monnerie; dessin de Maurice Rosy.

  Parce qu'il s'adresse aux adultes, ce nouvel ensemble pédagogique met davantage l'accent sur la langue écrite comme accès à la connaissance, que sur la langue parlée, véhicule d'une communication touristique. Le contenu lexical et thématique est emprunté à des sujets actuels de la vie française. L'apprentissage grammatical se fonde sur l'appréhension réfléchie et sur l'intégration progressive des mécanismes fondamentaux de la langue. Les photos en couleurs sont de véritables documents sur la civilisation française, qui élargissent l'objectif pédagogique des textes illustrés de dessins.

  L'ensemble comprend :
  - LIVRE DE TEXTES (novembre)
  - LIVRE D'EXERCICES (sous presse)
  - LIVRET MÉTHODOLOGIQUE (novembre)

  chaque volume broché (17,5 x 23 cm)
  - BANDES MAGNÉTIQUES

- **COMMENT SE SERVIR DU DICTIONNAIRE DU FRANÇAIS LANGUE ÉTRANGÈRE?**
  Guide pédagogique - NIVEAU 1 (novembre)

  Ce guide pédagogique est un commentaire en deux parties :
  Ce que l'on peut apprendre avec ce dictionnaire met en lumière toutes les richesses du volume, dont l'observation attentive permet d'approfondir et d'assimiler chaque renseignement fourni.
  Ce qu'on peut faire avec ce dictionnaire est une source inépuisable d'exercices qui, prenant appui sur les phrases exemples de chaque article, ouvre à une infinité de développements.
  Un volume broché (14 x 19 cm), 48 pages.

et pour les étudiants qui veulent se perfectionner :

- **PLURIDICTIONNAIRE**

  Le dictionnaire toutes disciplines qui couvre à la fois les programmes d'enseignement et tous les autres domaines de la vie active.

  Un volume relié (15,5 x 23 cm), 1.560 pages dont 64 hors-texte en couleurs.

- **DICTIONNAIRE DU FRANÇAIS CONTEMPORAIN**
  manuel et travaux pratiques

  Un véritable manuel d'apprentissage de la langue.
  Un volume cartonné (19,5 x 19,5 cm), 1.286 pages, 90 tableaux de grammaire et 85 de conjugaison.

CHEZ TOUS LES LIBRAIRES ET LAROUSSE (SUISSE), S.A., 23, RUE DES VOLLANDES, 1211 GENÈVE 6.

Notre pratique

diapothèque!

Avec dossiers suspendus de Carpentier

Une disposition claire et bien ordonnée est le critère principal de tout bon classement. Les dossiers suspendus de Carpentier pour diapositives permettent un classement par domaine systématique, précis et d'accès aisé. Ils sont constitués de pochettes en plastique souple de transparence élevée, sur fond opaque qui accroît le contraste des images et des couleurs, rendant ainsi superflu l'emploi d'une visionneuse.

Minimum par commande 50 pièces:
Art. 2071 pour 20 diapositives 24 × 36 mm
Art. 2072 pour 12 diapositives 60 × 60 mm
Prix: Fr. 1.85 par pièce
Art. 2070: cavalier
à Fr. —.50 la pièce

☐ Je commande _____ dossiers suspendus pour diapositives No _____ au prix de Fr. _____
(☐ avec cavaliers ☐ sans cavaliers)

☐ Veuillez m'envoyer un échantillon avec prospectus de vos dossiers suspendus pour diapositives.

☐ Veuillez m'envoyer votre prospectus sur vos autres articles de bureau en emballages économiques.

Nom: _____

Rue: _____

NPA/Localité: _____

A envoyer à Carpentier SA.,
Feldstrasse 24, 8036 Zurich, Téléphone 01/241 46 53

124.001.9

WIRZ

Maguy CHAUVIN présente les Grands Concerts de Noël avec

IVAN REBROFF

accompagné aux grandes orgues par Franz Friedl

Concerts de musique religieuse, classique et airs de la **VIEILLE RUSSIE :**

4 déc. 1978	Cathédrale de Lugano
5 déc. 1978	Théâtre de Coire
6 déc. 1978	Eglise réformée de Lucerne
7-8 déc. 1978	Eglise française à Berne
9 déc. 1978	Temple du Bas à Neuchâtel
10 déc. 1978	Eglise catholique de Thoune
13 déc. 1978	Théâtre de Beaulieu à Lausanne
14 déc. 1978	Cathédrale de Strasbourg (2500 places)
20 déc. 1978	Eglise St-Eustache à Paris (5000 places)

Toujours dans le cadre des grands concerts de Noël, retour du Chœur d'hommes de Sofia (30 exécutants).

Après les cathédrales de Lugano, Lausanne et la Collégiale de Neuchâtel (2 au 5 septembre) les concerts seront repris en décembre :

9 déc. 1978	Salle de concert du Casino à Bâle
12 déc. 1978	Gross Munster à Zurich
13 déc. 1978	Théâtre de Beaulieu à Lausanne
14 déc. 1978	Eglise Notre-Dame à Genève

Locations : le numéro 111 vous renseignera

Récitals de chants liturgiques orthodoxes :

J.S. BACH : « Bist du bei mir »
W. MOZART : trois nocturnes
F. SCHUBERT : « Die Nacht »
FOLKLORE SLAVE

Materialien zur Gesundheitserziehung

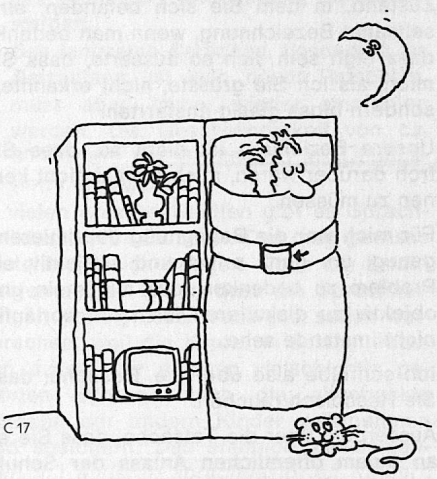
Die nachfolgenden Stellen vermitteln Materialien zu den jeweils bezeichneten Themenkreisen

1 Arbeitsgemeinschaft Tabakmissbrauch AT, Sekretariat Herr Renatus Beck, Postfach, 3000 Bern 6. Tel. 031 43 43 60	Rauchen
2 Berufswahlschule Rapperswil, Schulleiter René Epper, Belsitostrasse 4, 8640 Rapperswil, Tel. 055 27 49 25	Alkohl, Tabak, Drogen, Medikamente, Sexualerziehung
3 Blaukreuz-Verlag Bern, Edi Müller Verlagsleiter, Lindenrain 5a, Postfach 1196, 3001 Bern, Tel. 031 23 58 66	Alkohol, Tabak, Drogen
4 DIK Dokumentations-Zentrale, Herr Max Schuler, Thunstrasse 34, 3005 Bern Tel. 031 43 23 51/52	Karies- und Parodontalprophylaxe
5 Eidg. Militärdepartement, Abt. für Sanität, Dr. med. R. Pickel, Chef Sektion Wehrmedizin, Kasernenstrasse 7, 3000 Bern 22, Tel. 031 67 27 33	Körperliche Ertüchtigung, hygienisches Verhalten, Alkohol, Tabak, Drogen, Medikamente[1]
6 Eidg. Turn- und Sportschule, Forschungsinstitut, Dr. med. Hans Howald, 2532 Magglingen, Tel. 032 22 56 44	Biologische, medizinische, psychologische und soziologische Aspekte des Sports
7 Konkordat der Schweiz. Krankenkassen, Herr Felix von Schroeder, Römerstrasse 20, Postfach 196, 4500 Solothurn, Tel. 065 23 15 31	Krankenversicherung, Gesundheit, Krankheit
8 Liga «Leben und Gesundheit», Sekretär Hs. Selinger, Gubelstrasse 23, Postfach 14, 8050 Zürich, Tel 01 46 47 02	Alkohol, Tabak, gesunde Lebensweise
9 Pro Juventute – Gesundheitserziehung, Zentralsekretär Dr. Alfred Ledermann, Seefeldstrasse 8, Postfach, 8022 Zürich, Tel. 01 32 72 44	Didaktik der Gesundheitserziehung in Schulen, Gesundheitserziehung in der Elternbildung, Gesundheitserziehung in der Schule: Zahnhygiene, Alkohol, Tabak, Drogen, Medikamente
10 ROCOM, F. Hoffmann-La Roche & Co. AG, Herr P. M. Richter, Grenzacherstrasse 124, 4002 Basel, Tel. 061 27 44 36	Präventive Gesundheitserziehung in allen Bereichen
11 Sandoz Produkte (Schweiz) AG, Herr J. C. Brühlmann, Missionsstrasse 62a, 4012 Basel, Tel. 061 24 82 22	Erfolgreich älter werden, Hypertonie-Informationen für den Patienten, Herz- und Kreislaufgymnastik[2]
12 Schweizer Schul- und Volkskino, Verleihchef Hz. Schmid, Erlachstrasse 21, 3000 Bern 9, Tel. 031 23 08 31	Alkohol, Tabak, Drogen, Medikamente
13 Schweiz. Fachstelle für Alkoholprobleme, Erziehungsabt., Hr. E. Muster, Postfach 203, 1000 Lausanne 13, Tel. 021 27 73 47	Alkohol, Tabak, Drogen, Medikamente[3]
14 Schweizerische Krebsliga, Geschäftsstelle, Frau C. Chuard, Wyttenbachstrasse 24, 3013 Bern, Tel. 031 42 57 22	Krebsfrüherfassung, Tabak
15 Schweizerische Stiftung für Gesundheitserziehung, Dokumentationsstelle, Dr. phil. Georges Bretscher, Nelkenstrasse 15, 8006 Zürich, Tel. 01 60 08 22	Grundsätzlich ganzes Spektrum (im Aufbau). Schwerpunkte zurzeit: Impfwesen, Tabakmissbrauch, Prophylaxe von Herz- und Kreislaufkrankheiten
16 Schweizerische Vereinigung für Ernährung, Dr. rer. pol. C. Zurbrügg, Sekretär, Postfach, 3000 Bern 9, Tel. 031 23 12 33	Ernährungsfragen[4]
17 Schweiz. Zentralstelle für Obstverwertung, Ing.-agr. Arnold Studer, Seewadelstrasse 5, 8910 Affoltern am Albis, Tel. 01 99 47 55	Obstverwertung, Vorratshaltung, Süssmosterei, Ernährung[5]
18 Verleih Zoom, Verleihstelle der evangelischen Deutschschweizer Kirchen, Saatwiesenstrasse 22, 8600 Dübendorf, Tel. 01 820 20 70	Alkohol, Tabak, Drogen, Medikamente

[1] Abgabe von Filmen, Tonbildschauen, Merkblättern usw. an Militärärzte für Referate in Schulen und Kursen der Armee.
[2] Abgabe an Ärzte zur Aushändigung an Patienten.
[3] Dient auch als Abgabestelle für den Film «Asthma und chronische Bronchitis» im Auftrag der Schweizerischen Vereinigung gegen Tuberkulose und Lungenkrankheiten (SVTL).
[4] Für Ärzte, Zahnärzte, Chemiker, Hauswirtschaftslehrerinnen, Diätpersonal usw.
[5] Für Hausfrauen, Bäuerinnen, Haushaltschulen, Lehrer usw.

Der Vertikalschlaf ist zwar überaus platzsparend. Wie herrlich Sie aber auf einem Minder-Drehbett wirklich schlafen können, sollten Sie eigentlich selber ausprobieren.

Betten Minder



8025 Zürich 1, Brunngasse 6, zwischen Predigerplatz und Wellenberg, Tel. 01 32 75 10
Fabrik: 8304 Wallisellen, Querstrasse 1/3 b. Bhf.

Das Standardwerk für die Gesundheitserziehung in der Schule

Sicher verdient es das von der *Pro Juventute* und der seinerzeitigen *Schweizerischen Gesellschaft für Präventivmedizin* herausgegebene Buch *«Erziehung zur Gesundheit»*, in einer solchen Übersicht an erster Stelle genannt zu werden. Das Werk behandelt auf 395 Seiten die Inhalte der in der Schule zu erteilenden Gesundheitslehre, geht auf Fragen der Entwicklung und Gesundheit des schulpflichtigen Kindes ein, diskutiert die methodologischen Aspekte der Gesundheitserziehung und gibt eine Übersicht über die hygienischen Erfordernisse im Schulhausbau und Schulbetrieb. In zahlreichen Lehrerausbildungsstätten ist es Pflichtlektüre. Für den Lehrer in der Praxis und den Schularzt ist es ein unentbehrliches Nachschlagewerk (Bezugsquelle: Pro Juventute sowie Buchhandel)

Prof. Dr. Th. Abelin, Bern, in einer Zusammenstellung der Hilfsmittel der Gesundheitserziehung in der Zeitschrift «Sozial- und Präventivmedizin 6/77, der auch nebenstehende Angaben entnommen sind.

Unentbehrlich für Studenten, Maturanden, Lehrer usw.

Schweizer Studienführer

348 S., kart. Fr. 9.70

Studienmöglichkeiten, Studienfinanzierung, Studieninhalte, Literaturverzeichnis, Beratungsdienste, Studiengestaltung usw.

haupt für bücher Falkenplatz 14 3001 Bern 031/23 24 25

(Ein natürlich fiktiver) Brief an einen Schüler, der Haschisch rauchte

Lieber ***,

als ich Ihnen gestern am Fest unserer Schule begegnete, waren Sie schon ganz schön «high» – so umschreibt man den Zustand, in dem Sie sich befanden, eine seltsame Bezeichnung, wenn man bedenkt, dass high sein sich so äusserte, dass Sie mich, als ich Sie grüsste, nicht erkannten, sondern bloss glasig anstarrten.

Unsere Beziehung ist nicht so, dass Sie froh darüber wären, mich einmal nicht kennen zu müssen.

Für mich war die Begegnung deprimierend genug, um ganz privat und subjektiv ein Problem zu bedenken, das allgemein und objektiv zu diskutieren ich mich vorläufig nicht imstande sehe.

Ich schreibe also über die Tatsache, dass *Sie* Haschisch rauchen.

Ausserdem über die Tatsache, dass Sie es an einem öffentlichen Anlass der Schule taten und damit derartige Anlässe auf eine Art und Weise kompromittierten, dass es für mich unmöglich sein wird, sie weiterhin zu befürworten. Nicht dass ich meine andern Schüler vor Erfahrungen schützen möchte, aber ich sollte doch wohl verhindern, dass Sie und Ihresgleichen den andern Erfahrungen aufzwingen, welche diese gar nicht zu machen im Sinne haben.

Zwar gehörten Sie nicht zu den Horden, die ihre Hochstimmung uns andern aufdrängten, indem Sie sich im Gras wälzten und unter Geheul durch die Leute jagten. Sie sassen mit andern schön abseits, im Dunkeln, und gehörten damit zu denen, welche nicht genug Vorstellungsvermögen aufbrachten, das Fest ohne Rausch gelingen zu lassen.

Ich muss Ihnen an dieser Stelle kurz in Erinnerung rufen, wie Sie sind. Fürchten Sie keine Charakteranalyse, ich rede nur über das, was nicht zu bestreiten ist. Sie sind überdurchschnittlich gescheit, vielleicht auch begabt, sind in der Schule erfolgreich und bereits auch ausserhalb. Sie gehören zu denen, welche die Schule und uns Lehrer beharrlich attackieren, und, sofern wir intelligent sind, müssen wir froh sein über Ihre Attacken, und es wäre Blindheit, sich ihnen nicht zu stellen. Sie sind nicht einer von denen, die resigniert haben und verzweifelt sind, Sie wirken kämpferisch und haben nicht so bald Angst (oder zeigen sie jedenfalls nicht).

Sie wissen ja wohl, dass von all dem nichts bleibt, wenn Sie high sind. Sie attackieren die Schule nicht und sonst nichts in der Welt, Vietnam ist weiter weg für Sie als für jeden Spiessbürger. Und sofern ich ein Angehöriger des von Ihnen leidenschaftlich bekämpften Establishment bin, dann kann ich froh sein über Ihre Ungefährlichkeit. Es dürfte eine Frage der Zeit sein, bis heutige Diktatoren statt des Brotes und der Zirkusspiele, mit denen die römischen ihr Volk kauften und zum Schweigen brachten, Haschisch zu diesem Zweck einsetzen werden. Und vor allem diejenigen, die zur Schlachtbank geführt werden, pflegt man zu betäuben.

Letzten Samstag haben Sie den Diktatoren irgendwie Schützenhilfe geleistet, was sonst nicht gerade Ihre Art ist.

Sie haben gemerkt: Ich rede nicht von der Gefährlichkeit des Haschischs, sondern davon, *dass es Sie völlig ungefährlich macht.*

Zugegeben: vielleicht auch ungefährdet; aber Sie gehörten bisher nicht zu denen, die darin ein Ideal erblickten. Und Ideale, die sich im Rausch als solche vorgaukeln, sind Ihnen hoffentlich verdächtig.

Ich möchte Ihnen den Rausch überhaupt verdächtig machen und verteufeln, so sehr ich kann.

Nicht jeden – ich will differenzieren, im Gegensatz zu denen, die den Rausch à priori lobpreisen, als Erfahrungs- und Bewusstseinserweiterung.

Ich habe schon *Betrunkene* erlebt, die besonders lucid sprachen und die Dinge klarer sahen als sonst – normaler freilich sind Zoten, Grölen, Kotzen.

Dann soll es den schöpferischen Rausch geben – er kann hier nicht zur Diskussion stehen, da Sie ihn ganz bestimmt nicht für sich beanspruchen wollen.

Es gibt – und da ist ein Vergleich sprechend – den *sexuellen Rausch.* Wenn Sie ihn kennen, so wissen Sie, wie sehr er durch seine Momentaneität sich selber immer gleich wieder in Frage stellt und aufhebt, sich dadurch allerdings als besonders kostbar erweist. Vielleicht haben Sie auch erlebt, dass man zwar viel in diesem Moment des sexuellen Rausches vergisst; aber eines kennt man immer: den Menschen, dem man drin begegnet, und eines fällt einem immer ein: sein Name. Der sexuelle Rausch, wenn er etwas wert ist, wird auch nicht vom Katzenjammer gefolgt sein, sondern von etwas wie Zärtlichkeit – vielleicht erinnern Sie sich an das zweite von Mörikes Peregrina-Liedern.

Dem gegenüber der *Hasch-Rausch*: Mit seinem blödsinnigen Versuch, sich als Dauerzustand zu deklarieren, mit seinem schalen Nachher, seinen albernen Kicheranfällen, seinem glasigen Blick eben, mit seiner obszönen Vorspiegelung einer heilen Welt.

Ist das Bewusstseins- und Erfahrungserweiterung, die sich lohnt?
Für Sie lohnt?

Sie haben das Hasch von einem erhalten, der es braucht, um vor sich zu fliehen, statt sich auf die Finger zu sehen. Ich kenne ihn nicht gut genug, um zu sagen, er sei dumm, es ist wohl nicht immer so einfach. Aber dass er nur mittels des Rausches über den eigenen Schatten zu springen vermag, dürfte ich wohl behaupten.

Aber warum haben Sie mit ihm im Rausch konspiriert und sich gleichschalten lassen?

Warum haben Sie sich so weit unter Ihrem Wert verkauft?

Wie einer, der sich nur dadurch von den Kleineren unterscheidet, dass er etwas Verbotenes tut. Wie einer, der unbedingt modisch sein will.

Oder wollten Sie wirklich den Schritt in die Illegalität wagen?

Darüber haben wir eigentlich ausführlich gesprochen: dass es Fälle gibt, wo er eine Notwendigkeit wird. Aber sicher nicht, weil die Mode es verlangt. So haben weder Antigone noch Thoreau die *Pflicht zum Ungehorsam gegen den Staat* propagiert, das wissen Sie doch.

Natürlich, ich weiss auch, dass die Polizei wieder wie so oft das Falsche macht: Sie schnüffelt nach Haschischrauchern und solchen, die es grosszügig verschenken. Wenn sie einen gefunden hat, ist sie stolz und bestraft ihn. Wenn man statt dessen alle Kräfte darauf konzentrierte, die Händler zu erwischen, und diese zu lebenslänglichem Zuchthaus verurteilte, dann dürfte man ruhig diejenigen, die Haschisch bloss rauchen und verschenken, straflos ausgehen lassen.

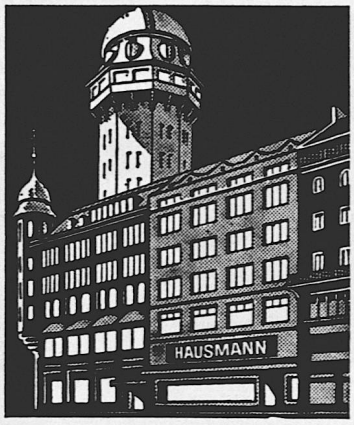
Wahrscheinlich wird man Hasch und Marihuana ohnehin in absehbarer Zeit freigeben (es soll Zigarettenkonzerne geben, die sich auf diesen Zeitpunkt vorbereiten), was allerdings kaum anders als mit Angst erwartet werden kann. Nicht weil die beiden Rauschgifte gefährlich wären, sondern weil dann sofort andere Mode werden müssen, Opium, Heroin, die ja die «exquisiteren» Rauschgiftsachverständigen sich jetzt schon zu verschaffen wissen. Was eine heroinsüchtige Jugend ist, erfahre ich beispielsweis aus dem grossartigen Buch des einst süchtigen und nun geheilten William Bourrough, «Naked Lunch», das zur Pflichtlektüre an den obersten Klassen der Gymnasien erklärt werden müsste, das Ihnen zur Lektüre zu geben mir ein Gesetz freilich bezeichnenderweise verbietet.

Nun bin ich trotzdem allgemeiner geworden als ich wollte und von meinen Kenntnissen her dürfte.

In Wirklichkeit geht es mir aber nach wie vor um Sie. Sofern Sie immer dann nein sagen, wenn keine ernsthaften Gründe bestehen, ja zu sagen (und an jenem Abend bestanden sicher keine), braucht man vor Haschisch und Marihuana nicht eigentlich Angst zu haben – der Rausch wird dann reserviert bleiben für diejenigen, die auch nüchtern unsere Gegenwart nicht in Frage stellen würden. Für die Bürger beispielsweise.

Mit herzlichen Grüssen *Heinz F. Schafroth*

S	**solidarische**	**S**
L	**Lehrerschaft**	**L**
V	**verwirklichen**	**V**



Gesundheit durch Körpertraining

Wählen Sie zwischen:

Expander
Impander
Bali-Gerät
Adams-Trainer
Fernseh-Velo
und Rudergerät

im führenden Fachgeschäft

Hausmann

Hausmann AG, Sanitätsgeschäft
Uraniastrasse 11
8001 Zürich, Telefon 01/221 27 57

Die Gründe, die für ein wirksames Fitness-Training sprechen, finden Sie im Textteil dieser Ausgabe auf Seite 69.

Berücksichtigen Sie die Inserenten der SLZ!

Erhältlich in jeder Papeterie.

«Stottern ist heilbar» Ein Buch verspricht Hilfe

Der Titel dieses 1977 erschienenen Buches von *Martin Schwartz* aus dem *Econ Verlag* klingt kühn; war doch bis jetzt das Stottern eine Crux für Logopäden, Psychiater und Eltern. Die Erfolgsquoten der bisherigen Methoden waren bedenklich gering, und besonders logopädisch nicht geschulte Psychiater konnten keine guten Dauerresultate erreichen.

Da kommt erwünschterweise eine neue Methode aus Amerika, die Erfolgsquoten von knapp 90 % aufweisen kann. Aus der Vielfalt der therapeutischen Übungen seien nur drei Grundsätze erwähnt:

— *Das passive Anhauchen.* Das schon länger bekannte aktive Anblasen führt zu einer forcierten Sprechweise und kann die so entscheidenden Kehlkopfkrämpfe nicht vermeiden. Aber das passive Anhauchen verändert die Spannungslage der Stimmbänder so diskret, dass der Zuhörer nichts davon bemerkt. Die Patienten wollen ja nicht dauernd singen, flüstern oder hauchend sprechen, sondern sie möchten eine diskrete Sprechweise lernen. *Das passive Anhauchen wirkt als Sperrenlöser gegen den Kehlkopfkrampf,* der die Ursache jeden Stotterns ist, auch in der so wichtigen Vorbereitungsphase des Sprechens.

— *Das Sprechen im Chor.* Besonders wichtig für Lehrer! Einen Schüler, der nicht schwimmen kann, wird man nicht einfach ins Wasser werfen, man lässt ihm aufgeblasene Schwimmkissen an die Arme binden — so soll man auch den Stotterer nicht einfach sich abmühen lassen. Das würde seine Angstneurose vergrössern. Die vielschichtig gestörten eigenen Sprachinformationen (Rückkoppelungseffekt!) könnten den Sprachspeicher in seiner Kapazität nahezu auslasten und später zum Erlernen von Fremdsprachen nur schwer zugänglich machen. Das Sprechen oder Lesen im Chor und später noch im Duett hat sich als äusserst erfolgreich erwiesen: *alle Stotterer sprechen im Chor fliessend.* Diese Ablenkungsform verringert den Stresspegel so sehr, dass der Kehlkopfkrampf nicht auftreten kann. Allmählich kann man dann das Kind aus seiner Abhängigkeit vom Sprechen im Chor befreien. Das Sprechen im Duett kann aber noch während einigen Wochen weitergeführt werden. Dabei kann der Sprechpartner seine Stimme immer leiser werden lassen, sobald der Stotterer sicher geworden ist. Auch kann ein immer weiter weg sitzender Schüler als Begleiter gewählt werden. Auf jeden Fall wird ein Partner ausgesucht, der schön moduliert und langsam sprechen kann. Diese Methode lässt sich ohne jede Störung des Unterrichts und ohne Zeitverlust anwenden. In einer Zeit, in welcher so viel über die Solidarität in der Klasse gesprochen wird, ist dies ein wunderbares Beispiel zur praktischen Anwendung. Die Zusammenarbeit mit einem Sprachtherapeuten und die Verständigung der Eltern ist eine Grundvoraussetzung für einen Erfolg. Es ist klar, dass dem Schüler gesagt werden muss, dass seine mündlichen Leistungen nicht zur Notengebung verwendet werden.

— *Das langsame Sprechen,* besonders am Satzanfang, ist kein neuer Ratschlag, muss aber immer wieder empfohlen werden. Die Geschwindigkeit von ca. 80 Wörtern pro Minute wird als Übungsnorm angegeben.

In vielen grossen Städten gibt es Sprachheilklassen für Stotterer. Das mag gewisse Vorteile mit sich bringen. Doch die Erfahrungen zeigen leider, dass die Sprachheilungen dem grossen Aufwand selten entsprechen, weil die Kinder in solchen Klassen ausser der eigenen vielschichtig gestörten Sprache noch die abgehackte Sprache der andern Kinder wahrnehmen und speichern. *Das ständige Zusammensein mit anderen sprachgestörten Kindern kann sogar zu umfangreichen seelischen Komplexen führen.* Das Herausreissen des Kindes aus der Gemeinschaft der normalen Kinder, mit denen es eines Tages ja doch wieder zusammenleben muss, ist sicher problematisch und ist nur zu verantworten, wenn alle anderen Versuche fehlgeschlagen haben.

Das oben erwähnte brillant geschriebene Buch bringt auch eine Fülle von geistreichen Erklärungsversuchen und scharfe Beobachtungen. Es verdient einen Ehrenplatz in jeder Seminar- und Lehrerbibliothek und wiederholte Lektüre durch jeden Sprachtherapeuten. Denn Stottern ist auch in Europa ein nicht seltenes Problem. Zum Vergleich: in den Vereinigten Staaten gibt es mehr als zwei Millionen erwachsener Stotterer, für die der einfachste Kommunikationsakt zu einem Alptraum werden kann. Bis jetzt standen viele Lehrer dem Stottererproblem recht hilflos gegenüber. Das Buch von M. Schwartz könnte diese Situation ändern.

Dr. M. Schatzmann,
Wilerstrasse 3, 8570 Weinfelden

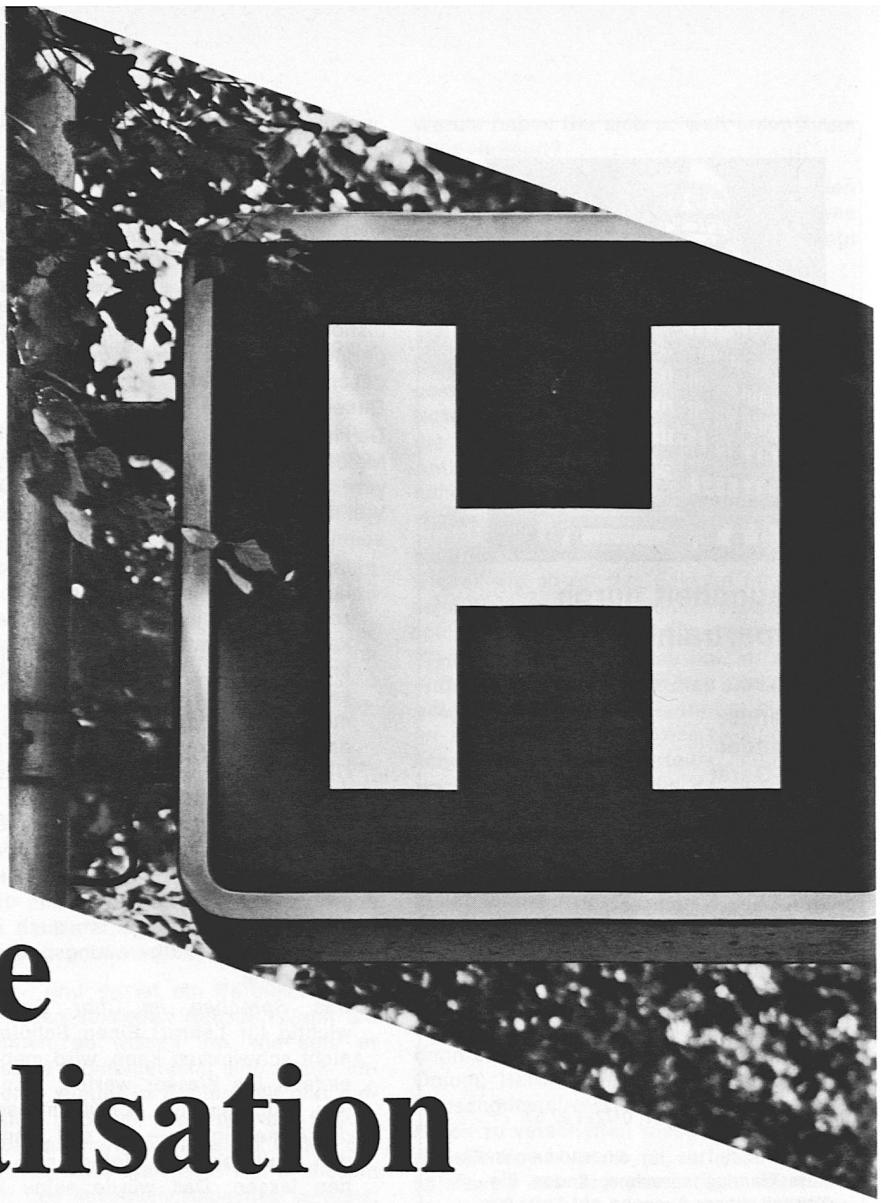
Aus Protest

– weil's niemand tat –
schufen Schweizer
die musikalischsten
Musikanlagen der Welt:
Bopp-Stereomusikanlagen!
Im «Audio» 7/78 lesen und
bei Bopp hören Sie warum

bopp

Arnold Bopp AG
Klosbachstr. 45
CH-8032 Zürich
Tel. 01/32 49 41

Vous êtes ici patient privé. A nos frais. Avec la nouvelle assurance d'hospitalisation



Il n'est plus admissible que la guérison soit retardée ou compromisé par des soucis financiers. Ou que vous deviez renoncer à un traitement approprié qui a fait ses preuves, simplement parce qu'il est trop cher pour votre bourse.

1. Frais d'hospitalisation
- jusqu'à 350000 franc par cas, sans limitation dans le temps
- tous les frais de traitement sans franchise
- frais de séjour et de pension dès le 1er jour

2. Indemnité journalière en cas d'hospitalisation
- pour une durée allant jusqu'à 5 ans par cas
- quel que soit le montant des frais effectifs

L'assurance d'hospitalisation est un élément indépendant de notre assurance-maladie individuelle étendue.
Nous vous renseignerons volontiers sur demande: nous sommes là pour cela.

8022 Zurich, Quai du Général Guisan 40
tél. 01 201 03 03

Agences générales à
Aarau, Bâle, Berne, Bienne. Coire, Fribourg, Genève, Glaris, Lausanne, Lugano, Lucerne, Neuchâtel, Romanshorn, Saint-Gall, Sion, Soleure, Winterthour, Zurich

La plus ancienne et la plus importante société d'assurance sur la vie de Suisse.
Pour votre avenir sans souci

RENTENANSTALT
Société suisse d'Assurances générales sur la vie humaine

Richtiges (gesundmachendes) Atmen und Sprechen

Alle Menschen, die beruflich ihre Stimmen über das gewöhnliche Mass beanspruchen, sollten schon aus ökonomischen Gründen erhöhten Wert auf ein gesundes und kräftiges Sprechorgan legen, da ja bei ihnen die Störungen, die durch seinen fehlerhaften Gebrauch hervorgerufen werden, wie Stimmschwäche, Heiserkeit, gänzliches Versagen der Stimme etc., am empfindlichsten zutage treten. Dies kann nicht wundernehmen, wenn die Sprechstimme oft stundenlang ohne Unterbruch falsch angewendet wird.

Meist wird nicht nur zu laut, sondern auch zu hoch gesprochen. Das bringt aber zusätzlich noch den Fehler mit sich, dass die Stimme zu hart, besonders bei den Vokaleinsätzen mit übermässigem Coup de glotte (Glottisschlag) gebraucht wird. Eine von den vielen Folgen sind hier die gefürchteten Stimmbandknötchen. Die geräuschvolle Einatmung, die daneben oft zu beobachten ist, ist das Zeichen gesteigerter Erregbarkeit und — in physiologischem Sinn — die Folge verkrampfter Stimmlippen.

Die Sprecherziehung ist ein Gebiet, auf dem noch vieles erkämpft werden muss, zweifellos aber gebührt ihr ein Platz bereits in der Schule. «Die Schule hat das triebhafte Sprechen der Vorschulzeit in planvoller Arbeit auszubauen. Nicht nur Lesen und Schreiben sollten vorbereitet, sondern vor allem das Sprechen in bestimmte Bahnen gelenkt werden.» (Frank, Zürich.)

Dem muss man ergänzend beifügen: *... unter sorgfältigster Berücksichtigung der einzelnen Komponenten des Sprechens, Atmung, Stimmbildung, besonders aber der Atmung.*

Die Ansicht, nur wenige Menschen seien mit besonderem Stimmaterial begabt, ist entschieden falsch. Wahr ist vielmehr, dass es nur wenige Menschen gibt, die ihr Material von Haus aus richtig gebrauchen. Mit Recht gilt die Sprecherziehung als geistige Gymnastik. Sie stärkt das Selbstbewusstsein, bringt Gewandtheit im sprachlichen Ausdruck, steigert die geistigen Fähigkeiten.

Sollen aber solche Übungen von nachhaltigem Einfluss auf Wohlbefinden (Gesundheit) und geistige Entwicklung sein, dann müssen sie mit sorgfältiger Regelmässigkeit und Gründlichkeit nach den Vorschriften einer Methode geübt werden, die auch vor der Kritik der Wissenschaft besteht.

Milla Cavin, Zürich

Fitness

Am 11. Magglinger Symposium wurde der Begriff «Fitness» wie folgt definiert: «Ausgewogenes, dauerndes Mass an optimaler körperlicher Leistungsfähigkeit in allen ihren Komponenten.» Fragt man nach diesen Komponenten, so sind es vor allem physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden sowie das Fehlen von Krankheiten und von Krankheitsbereitschaft.

Solches war schon immer wünschenswert. Warum ist der Begriff der Fitness aber erst in jüngster Zeit aus dem Jargon des Pferderennsportes übernommen worden? Weil erst der heutige Wohlstands-Lebensstil das Streben nach Fitness zur Notwendigkeit werden liess.

Rückgang an vitalen Kräften

Wenn unsere Grossväter wöchentlich während 75 Stunden harte Arbeit leisteten und als Fortbewegungsmittel höchstens das Fahrrad kannten, so bestand für sie keinerlei Veranlassung, ihre Leistungsbereitschaft durch Fitnesstraining zu fördern. Heute dagegen droht uns durch immer kürzere Arbeitszeiten und immer komfortablere Lebensverhältnisse der Rückgang an vitalen Kräften. Dagegen gilt es anzukämpfen.

Heute müssen wir den *zivilisationsbedingten Bewegungsmangel* ausgleichen. Auf welche Art wir dies tun, ist von sekundärer Bedeutung. Wichtig ist, dass das Kreislaufsystem dreimal wöchentlich während 20 Minuten einer ausreichenden Dauerbelastung ausgesetzt wird. Besser ist es natürlich, wenn dies noch häufiger, das heisst vier- bis sechsmal, geschieht. Die *Pulsfrequenz,* welche von Professor Schönholzer als «ausreichend» bezeichnet wird, ist für jedermann leicht zu errechnen: *180 minus die Zahl der eigenen Lebensjahre.*

Bewegungstherapie mit der richtigen Ernährungsweise

Fitness kann freilich nur durch das Zusammenwirken der Bewegungstherapie mit der richtigen Ernährungsweise erlangt werden. Die verminderte körperliche Belastung der heutigen Wohlstandsgesellschaft bedeutet ein Absinken des Kalorienbedarfs. Dieser Umstand wird aber kaum beachtet, und daher ist die gegenwärtige *Überernährung der meisten Menschen* unserer Breitengrade verständlich. *Gesunde Gewichtsabnahme kann aber nur durch reduzierte Nahrungsaufnahme bei gleichzeitig erhöhtem Kalorienverbrauch erreicht werden.*

Fitness ist somit weit mehr als körperliche Ertüchtigung. Fitness beinhaltet eine gesunde Bewusstseinslage, eine spontane Handlungsbereitschaft und ein gehobenes Lebensgefühl bei optimaler Funktionstüchtigkeit des Körpers.

Diese Eigenschaften geben dem Menschen auch die Fähigkeit, sich positiv mit seiner Umwelt auseinanderzusetzen. Als vorbeugende Massnahme gegen Herzinfarktgefahr muss diese psychisch-physische Ausgeglichenheit — eben die «Fitness» — unser erklärtes Ziel sein.

Fred Rihner

Gesundes Znünibrot – ein Vorschlag

1 Grahambrötli, 1 Scheibe Greyerzer.

Aufstrich: 1 bis 2 Essl. Joghurt natur oder Sauermilch, 1 kleines Rüebli, geraffelt, 1 Teel. Sonnenblumenkerne. Alle Zutaten für den Aufstrich gut vermischen. Das Brötli halbieren und den Aufstrich auf die Hälften verteilen. Die untere Brothälfte mit Greyerzer belegen und mit der zweiten Brothälfte bedecken. *Weitere Rezepte vermittelt die Käseunion AG, Bern.*

Man sollte m. E. die «Produktion» nicht zu umständlich machen, sonst riskiert man, dass sowohl Produktion wie Konsumation unterbleiben! *J.*

„Von H... (wie Hüttenkäse) bis Z... (wie Zwetschgenkonfi). Orvita sind einfach zu allem gut!"

Pierre M. (42), probierfreudiger, figurbewusster Feinschmecker

Orvita – die köstlich-knusprigen, joulearmen und vitaminreichen Vollkornbiscuits sind ideal für figurbewusste Schlemmer.
Sie schmecken zu allem, von süss bis pikant und sogar einfach so, als korngesunder Knabberspass.

Die Prinzessin auf der Erbse braucht heute nur noch eine einzige Original-Minder-Matratze, um von der störenden Erbse überhaupt nichts mehr zu spüren.
Betten für Erbsenprinzessinnen gibt's bei

Betten Minder

C 12

8025 Zürich 1, Brunngasse 6, zwischen Predigerplatz und Wellenberg, Tel. 01 32 75 10
Fabrik: 8304 Wallisellen, Querstrasse 1/3 b. Bhf.

TISSAGE + FILAGE • HANDWEBEN + SPINNEN

Comptez de 590.– à 800.– francs* pour un métier à tisser 4 lames, complet et avec accessoires.

Voici ce que vous coûte le meilleur métier danois, en version 80 cm de large. Occupant une place réduite et également pliable, il est le plus répandu parmi les enseignantes danoises en tant que métier personnel.

Ce n'est d'ailleurs pas un hasard si on a fait appel à la même marque, LERVAD, pour équiper les écoles et les nombreux centres de formation dans plusieurs pays nordique. Le rapport qualité-prix des métiers LERVAD en font certainement la solution la plus logique parce que la plus rentable.

Une simple carte postale suffit et Artésania, agence générale LERVAD, 2022 Bevaix, se fera un plaisir de vous envoyer le catalogue complet.

** prix réservés aux membres du corps enseignant.*

Rechnen Sie mit Fr. 590.– bis 800.–* für einen 4-Schaft-Webstuhl, komplet mit Zubehör.

Soviel kostet Sie der beste dänische Schaft-Webstuhl in der Breite von 80 cm. Da er platzsparend gebaut und zudem zusammenklappbar ist, gilt er als der meist verbreitete Webstuhl unter den dänischen Lehrerinnen.

Es ist auch kein Zufall, dass in mehreren nordischen Ländern Schulen und zahlreiche Bildungs-Center mit der Marke LERVAD ausgerüstet werden. Das Preis-Qualitäts-Verhältnis der LERVAD-Webstühle führt logischerweise zu einer sehr vorteilhaften Lösung.

Eine Postkarte genügt und Artésania, Generalvertretung von LERVAD, 2022 Bevaix, sendet Ihnen gerne den ausführlichen Katalog.

** Spezialpreis für Lehrpersonal.*

LERVAD

Nous ne nous contentons pas de vendre – nous nous chargeons également d'enseigner le tissage

Bien que spécialisés en fournitures pour le tissage, le cardage et le filage, notre nom est associé depuis 4 ans à l'activité éducationnelle. Que ce soit en qualité de fournisseurs d'écoles et d'institutions ou en tant qu'organisateurs de stages de tissage.

La formule la plus connue parmi les enseignantes est celle des **samedis de tissage :** un enseignement accéléré avec le métier-cadre Aténa « Collège ».

Si vous désirez des renseignements à ce sujet ou connaître notre programme « Laines et Tissage », écrivez-nous **sans tarder.** Un fuseau-école d'une valeur de Fr. 8.— récompensera les 30 premières demandes !

Artésania

rue de la Cure 4, 2022 Bevaix (NE). Tél. (038) 46 19 80

Badewanne als Gesundbrunnen

Das «echte Thermofonte»-Sprudelmassagebad macht jede Badewanne zum Gesundbrunnen. Durch ein starkes Gebläse wird vorgewärmte Luft aus mehreren hundert Düsen gegen den Körper geschleudert. Durch die günstigen Druckverhältnisse des Körpers im Wasser wirken die starken Luftsprudel als intensive Massage des ganzen Körpers. (Intensivierung der Hautdurchblutung und Anreicherung durch Luftsauerstoff.) Regelmässige Anwendung von Luftsprudelbädern erhöhen das Wohlbefinden. Auch als Sportmassage werden Thermofonte-Sprudelbäder geschätzt.

Das «echte Thermofonte» macht die eigene Badewanne für die ganze Familie zum «Fitness-Center». (PR-Text)

Nelly Hartmann-Imhof: Sommersalate – Wintersalate

176 S. mit 32 Farbtafeln. A. Müller Verlag, 1978 (zu beziehen beim Reform-Verlag, 8640 Rapperswil).

Ein Loblied auf die Salate! Unter dem Motto «Erst die Sauce unterscheidet den Salat vom ... Kaninchenfutter!» werden über 40 Zubereitungsarten von Salatsaucen beschrieben sowie gezeigt, wie man Salat kunstvoll auftischen kann. Wäre nur alles Gesunde so verlockend hübsch und wohlschmeckend wie die «Salat-Gedichte» der Ernährungspionierin Nelly Hartmann! -t

Alkoholismus — das grösste sozialmedizinische Problem

130 000 Männer und Frauen, jeder 50. Einwohner der Schweiz, sind psychisch oder physisch vom Alkohol abhängig. Jährlich werden 4500 Alkoholabhängige behandelt. Alkoholismus ist die am weitesten verbreitete Sucht, das grösste sozialmedizinische Problem nicht nur in der Schweiz, sondern in der ganzen industrialisierten Welt. Alkoholismus ist an kein Alter gebunden, kein Geschlecht, keine soziale Stellung; und er ist im Vormarsch: Seit 1950 haben der Alkoholkonsum und mit ihm die Zahl der Alkoholgefährdeten kontinuierlich zugenommen. Überdurchschnittlich stark hat sich dabei die Zahl der weiblichen und der jugendlichen Konsumenten vermehrt. Ein Ende der Entwicklung ist nicht abzusehen; weder verstärkte vorbeugende Massnahmen noch die massiven Steuer- und damit Preiserhöhungen der letzten Jahre haben bislang eine Dämpfung der Alkoholkonjunktur bewirkt.

Artur K. Vogel
in einer Reportage im «Tages-Anzeiger» vom 23. 5. 78.

Traubensaft statt Alkohol

Alkoholfreier Traubensaft, der unmittelbar wirksame *Energiespender* und *Stoffwechselförderer* für Leber, Galle und Nieren, ist als «Rimuss-Party» oder «Lambrusco piccante» auch moussierend erhältlich. Die Kohlensäure soll bei kalt servierten Getränken vor Kältung schützen, weil die Magenwand durch sie massiert wird, sowie die Resorption beschleunigen. Erhältlich in Restaurants, in Läden oder direkt bei den *Rimuss-Kellereien, 8215 Hallau.* (PR)

Immer mehr Alkoholprobleme bei Jugendlichen?

Aus dem Ausland kommen regelmässig aufsehenerregende Meldungen über eine rapide Zunahme des Jugendalkoholismus zu uns. Immer mehr und immer jüngere Kinder konsumieren alkoholische Getränke. Wie steht es damit in der Schweiz?

Eine gesamtschweizerische Repräsentativuntersuchung zum Alkohol- und Tabakkonsum 12- bis 15jähriger Schüler, die von einer ganzen Reihe von Kantonen finanziell unterstützt wird, wird zurzeit durchgeführt. In 200, nach einem Zufallsverfahren ausgewählten Schulklassen der ganzen Schweiz werden Fragebogen zur schriftlichen Beantwortung vorgelegt.

Das Ziel der Untersuchung ist ein zweifaches: Einmal soll festgestellt werden, ob die alarmierenden Zahlen aus dem Ausland über den jugendlichen Alkoholkonsum auch auf die Schweiz zutreffen. Zum andern sollen Grundlagen für die Schaffung von präventiv wirkenden gesundheitserzieherischen Lehrprogrammen geliefert werden.

Besser ruhen im verstellbaren Bett

Schlafen Sie gut? Sollten Sie den Kopf oder die Beine höher lagern? Möchten Sie sitzen, lesen, korrigieren, präparieren, telefonieren können, ohne beigenweise Kissen aufzustapeln?

Dann bringt Ihnen Betten Minder aus Zürich das ideale Bett «mindo-adapta». Ohne aus dem Bett zu steigen, können Sie die Rückenstütze in jede gewünschte Neigung bis zum Aufrechtsitzen verstellen. Sie brauchen nur an der Schlaufe neben sich zu ziehen, und schon passt sich das Bett Ihrer Lage an. Sobald Sie die Schlaufe loslassen, bleibt das Bett in der gewünschten Stellung fixiert. Eine Kniestütze verhindert, dass die Beine beim Sitzen durchgestreckt bleiben. Selbstverständlich können bei «mindo-adapta» auch die Beine hochgelagert werden. «Mindo-adapta» wird als Untermatratze (harte Latten, Flexlatten oder Metallfederung) in jedes vorhandene Normalbet gelegt. Es ist auch als Couch erhältlich.

Wo die Beinhochlagerung besonders wichtig ist, sollte auch das vollautomatisch verstellbare Bett «mindo-elektromatik» geprüft werden. Hier können Kopf- und Fussteil ganz ohne Kraftaufwand, nur durch Druck auf den Schaltknopf, verstellt werden.

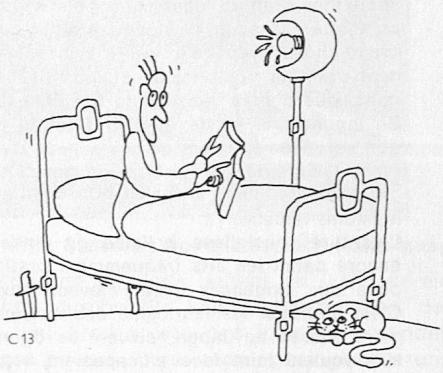
Prüfen Sie, ob Ihr Bett noch gut ist! Von Betten Minder erhalten Sie gratis eine Liste, die zeigt, wie Sie dabei vorgehen können.

Wenn Sie mit Ihrem Bett nicht mehr zufrieden sind, lohnt sich eine Reise nach Zürich, um die bewährten Minder-Betten anzuschauen (und zu probieren). In der Probierecke können Sie neben den Betten aus der eigenen Werkstätte auch Bicoflex, Happyflex, Lattoflex, Primaflex usw. objektiv miteinander vergleichen. Ein gutes Bett hilft mit, dass Sie auch in schwierigen Situationen die notwendige Ruhe bewahren können.

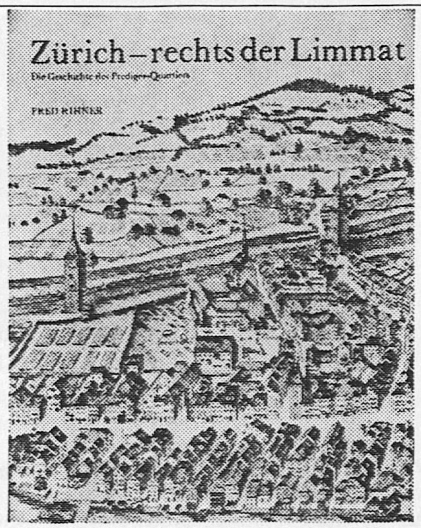
Uebrigens: Bei Betten Minder finden Sie nicht nur gesunde und bequeme Betten, sondern auch sonst alles, was zu einer gepflegten Wohnungseinrichtung gehört, in welcher der Bewohner seine Persönlichkeit zum Ausdruck bringen kann. (PR-Text)

Damit Sie auch nach dem spannendsten Krimi den entspannenden Schlaf finden: ein Minder-Bett lässt sich hochstellen zum Lesen und senken, sobald der Täter gefasst ist. Sicher ist sicher!

Betten Minder



8025 Zürich 1, Brunngasse 6, zwischen Predigerplatz und Wellenberg, Tel. 01 32 75 10
Fabrik: 8304 Wallisellen, Querstrasse 1/3 b. Bhf.



Die Geschichte des Prediger-Quartiers
Die Geschichte des Links-Sozialismus während des Ersten Weltkrieges
Die Geschichte des Restaurants «Schwänli» am Predigerplatz
all' das lernen Sie bestens kennen durch die Lektüre des Buches

«Zürich – rechts der Limmat»

von Fred Rihner

In jeder einschlägigen Buchhandlung in zweiter Auflage zum Preis von Fr. 26.— erhältlich

Verlag Werner Classen, Zürich

テニヲハ	ぺんてる	先生
te ni wo ha	pe n te ru	sen sei
Katakana-Schrift	Hiragana-Schrift	Kanji-Wortschrift
Ecriture Katakana	Ecriture Hiragana	Signe-mot Kanji
Deklination/Déclinaison	«PENTEL»	Lehrer/Professeur

Les écoliers japonais n'ont pas la tâche facile avec la lecture et l'écriture! C'est ainsi que l'élève de première classe doit apprendre d'abord deux alphabets syllabiques assez différents comportant chacun 49 signes. Mais il ne peut pas entreprendre grand-chose avec cela, car les livres et les journaux contiennent pour de nombreuses notions des signes-mots particuliers composés d'un à vingt traits de pinceau, ou même davantage. En japonais, il existe environ 1850 de ces signes, que l'élève doit assimiler au cours de ses années d'école.
Ainsi, l'étude de l'écriture est un travail astreignant pour les jeunes Japonais, mais aussi un bon entraînement pour l'Oeil et la mémoire visuelle.
L'écriture spécialisée à l'aide du pinceau compte aujourd'hui encore parmi les arts fréquemment pratiqués au Japon, où l'on pose des exigences assez élevées aux instruments à écrire. C'est pourquoi les fabricants des instruments modernes, également utilisés au Japon, doivent se donner beaucoup de peine s'ils veulent faire face efficacement à la concurrence. Il n'est donc pas surprenant que les nouveaux articles japonais, tels que stylos-feutre porte-mines et stylos à bille à écriture douce, aient connu un gros succès également dans notre pays!

Japanische Schüler haben es nicht leicht mit dem Lesen und Schreiben! So muss der Erstklässler zuerst einmal zwei recht verschiedene Silben-«Alphabete» mit je 49 Zeichen erlernen. Damit kann er aber recht wenig anfangen, denn Bücher und Zeitungen enthalten für viele Begriffe besondere Wortzeichen, die sich aus einem bis 20 und mehr (Pinsel-)Strichen zusammensetzen. Im Japanischen gibt es rund 1850 solche Zeichen, die sich der Schüler im Verlauf seiner Schulzeit aneignen muss. So ist das Studium der Schrift für die jungen Japaner eine harte Arbeit, aber auch ein gutes Training für das Auge und das Bildgedächtnis.
Das fachmännische Schreiben mit dem Pinsel gehört auch heute noch zu den häufig gepflegten Künsten in Japan, und man stellt dort an die Schreibwerkzeuge recht hohe Anforderungen. Die Hersteller der auch in Japan verwendeten modernen Schreibgeräte müssen sich daher grosse Mühe geben, wenn sie erfolgreich konkurrieren wollen. Kein Wunder also, dass die neuartigen japanischen Faserschreiber, Druckbleistifte und weichschreibenden Kugelschreiber auch bei uns grossen Anklang gefunden haben!

Voici le PENTEL Sign PEN S 520, le premier «stylo-fibre» à écriture fine, mi-pinceau et mi-plume, qui permet de peindre, dessiner et écrire avec une si étonnante légèreté. Lorsque le PENTEL Sign PEN est apparu pour la première fois sur le marché, en 1963, il a provoqué une sensation dans tous les pays.

Das ist der PENTEL Sign PEN S 520, der erste feinschreibende «Filzschreiber», halb Pinsel, halb Feder, mit dem sich so herrlich leicht und beschwingt malen, zeichnen und schreiben lässt. Als der PENTEL Sign PEN 1963 erstmals auf den Markt kam, war das in allen Ländern eine Sensation.

PG5-AS Pentel Graph Pencil 0,5 mm

Les porte-mine automatiques PENTEL, munis de mines si fines qu'il n'est jamais nécessaire de les tailler, sont des articles qui méritent d'être spécialement relevés. Les mines hautement polymères mises au point par PENTEL ne contiennent pas de substances minérales, telles que caolin, mais sont composées de graphite, de noir de fumée et d'une matière synthétique spéciale. Elles sont donc étonnament élastiques et stables et représentent un matériau idéal pour le dessin technique, l'écriture et la sténographie. Il existe des mines PENTEL d'un diamètre de 0,9, 0,7, 0,5, 0,3 et même 0,2 mm – et bien entendu aussi les porte-mine appropriés.

Eine besondere Sache sind die automatischen PENTEL-Druckstifte mit Minen, die so fein sind, dass man sie nie spitzen muss. Die von PENTEL entwickelten Hochpolymer-Schreibminen enthalten keine mineralischen Stoffe wie Kaolin, sondern sind aus Graphit, Gasruss und einem speziellen Kunststoff aufgebaut. Sie sind darum erstaunlich elastisch und stabil und ein ideales Material zum Technischzeichnen, Schreiben und Stenografieren. Es gibt PENTEL-Minen von 0,9, 0,7, 0,5, 0,3 und sogar 0,2 mm Durchmesser und natürlich auch passende Druckstifte dazu.

Qui ne le connaît pas, le Ball PENTEL original dans son incomparable robe verte! Le Ball PENTEL et les autres stylos PENTEL-Rolling sont une combinaison du stylo-fibre et du stylo à bille. En effet, l'encre semblable à l'encre de Chine est amenée par une mince mèche fibreuse à la bille, et comme celle-ci est enchâssée dans du plastique, le Ball PENTEL écrit avec une merveilleuse douceur.
Ce ne sont là que trois exemples pris dans le vaste assortiment d'instruments à écrire et à dessiner PENTEL. Nous vous enverrons volontiers un échantillon gratuit du Ball PENTEL ainsi que des prospectus.

Wer kennt ihn nicht, den originellen Ball PENTEL im unverwechselbaren grünen Kleid! Der Ball PENTEL und die anderen PENTEL-Rolling-Schreiber sind eine Kombination zwischen Faserstift und Kugelschreiber. Die tuscheähnliche Farbe wird nämlich über einen dünnen Faserdocht an die Schreibkugel gebracht, und weil die Kugel in Kunststoff gelagert ist, schreibt der Ball PENTEL ganz wunderbar sanft und weich.
Das sind nur drei Beispiele aus dem grossen Angebot von PENTEL-Schreib- und -Zeichengeräten. Wir senden Ihnen gern ein Gratismuster des Ball PENTEL und Prospekte.

Pentel®

Bon

Bitte schicken Sie mir ein Gratismuster des Ball Pentel R50 und Prospekte über PENTEL-Schreib- und Zeichengeräte. LZE 1078
Veuillez m'envoyer un échantillon gratuit du Ball Pentel R50 ainsi que des prospectus sur les instruments à écrire et à dessiner PENTEL

Name/nom _____ Vorname/prénom _____

Strasse/rue _____ PLZ, Ort/No. postal, lieu _____

Einsenden an / Envoyer à PENTEL, 8132 Egg ZH

Vier neue Schulwandbilder — Vier neue Kommentare

BILD NR. 177 «LICHTERBRAUCH – MITTWINTERFEST-KREIS» **Bild: Hanny Fries; Kommentar: Dr. H. Sturzenegger**

Im 45. Jahr seines Bestehens liefert das SSW erstmals einen Beitrag zur Behandlung von Brauchtum und Festzyklen in der Schule. Dabei ist das Thema für Kinder (als vitale Brauchträger) und Wissenschaft (als eines der Hauptgebiete der Volkskunde) gleichermassen hochbedeutsam. Unserem Kommentar ist es ein Anliegen, Festbräuche kritisch-analytisch beobachten zu helfen, brauchmässige Verhaltensweisen bewusst zu machen und ihre Funktionen im Leben der Gemeinschaften zu erklären. Dabei wird auf den wissenschaftsgeschichtlichen Wandel im Feld der Brauch*deutungen* hingewiesen: Für manches, was früher allzu rasch als uralt, heidnisch, als Zauberei und Magie galt, findet die *moderne funktionale Fragestellung* näherliegende Erklärungen im Zusammenhang mit wirtschaftlich-touristischen Interessen, mit dem Bedürfnis nach Freizeit und vielerlei Freiheiten, nach Unterhaltung und menschlichen Kontakten.

Ein Verzeichnis der häufigsten *Brauchelemente* hilft auch wie die exemplarische Betrachtung eines bestimmten Winterbrauchs (Chlausjagen in Küssnacht am Rigi) Lehrern und Schülern bei der Reflexion jener Bräuche, an denen sie selbst teilhaben.

Der Malerin ist durch künstlerisch-visionäre Verdichtung (wie im *Zirkusbild*, SSW Nr. 165) ein grosser Wurf gelungen.

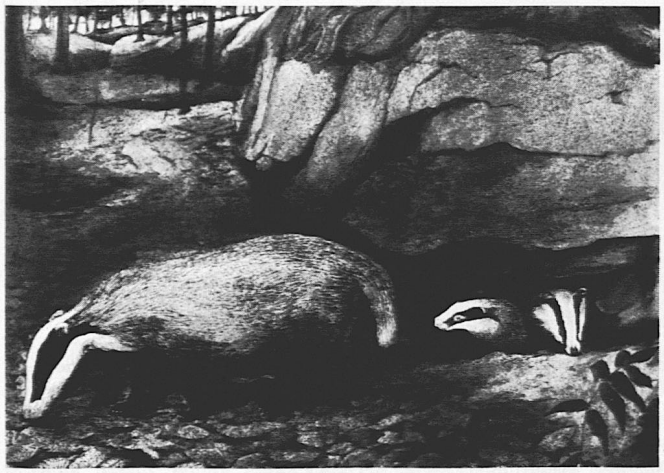
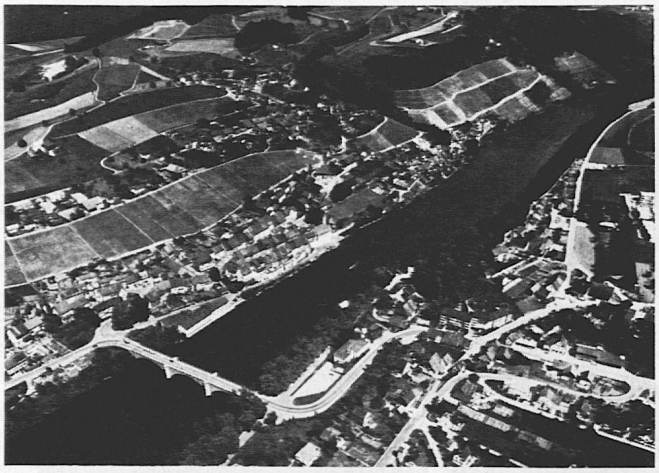


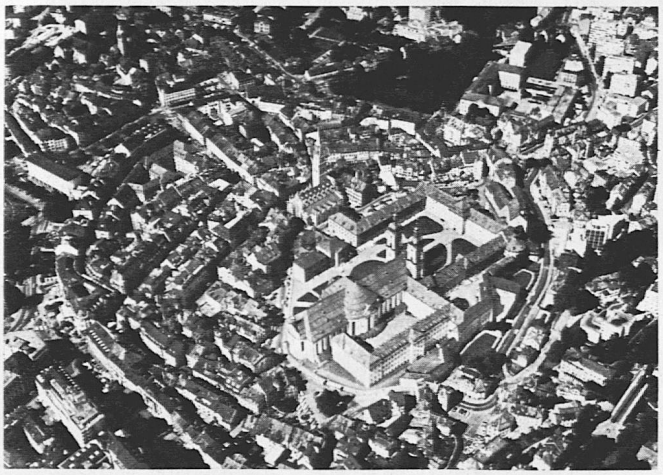
BILD NR. 178 «DER DACHS»
Bild: Peter Bergmann; Kommentartext: Walter Bühler

Ein ansprechendes Bild und ein durch persönliche Skizzen des Autors anschaulicher, informationsreicher und aktueller Kommentar verschaffen Zugang zu einem doch recht unbekannten Tier unserer Fauna. Nach der Zusammenstellung der Fakten über Herkunft, Verwandtschaft, Aussehen und Nahrung des Dachses wird der Dachsbau als Beobachtungsobjekt erläutert und aufs interessante Phänomen der «Kohabitation» mit dem Fuchs hingewiesen, was gerade durch aktuelle *Tollwut*bekämpfungsaktionen seine Folgen für unsere Dachspopulationen hat! Eine mutige *Stellungnahme gegen* die (in der BRD seit 1974 verbotenen!) *Vergasungen* lassen uns nahe ans Grundproblem menschlicher Eingriffe in den Naturhaushalt herangekommen.



NR. 179 «EGLISAU» **Bild: Swissair; Kommentartext: Hans Maag**

Was sich bescheiden «Bildbetrachtung» betitelt, ist vielmehr ein effektiver Exkursionsführer durchs alte Landvogteistädtchen, der Sachlichkeit mit Liebe und Anteilnahme des Insiders verbindet. Reichhaltige Abbildungen: Plan, Detailfotos, geologische und topografische Profile, alte Veduten und Grafiken veranschaulichen Geschichte und Gegenwart von Eglisau. Die heutige Wirtschafts- und Sozialstruktur, weinbäuerliche und industrielle Techniken, ein Verzeichnis aller Dienstleistungen sowie ein Hinweis auf Verkehrsgeschichte und aktuelle Verkehrsproblematik des Brückenkopfs lassen schulische Akzente je nach Bedürfnis von Lehrer und Klasse setzen und runden das 30 Seiten starke Heft ab.



NR. 180 «ST. GALLEN»
Bild: Swissair; Kommentar: Werner Steiger

Auf mehr als doppelt so viel Raum (73 Seiten) ist fast eine kleine *Monografie über St. Gallen* entstanden. Ein differenziertes reiches Nummernsystem (im Heft auf die zweiseitige Bildreproduktion aufgedruckt) erschliesst die beobachtbaren Objekte in ihrem kulturgeschichtlichen Zusammenhang. Von der irischen Klosteranlage über Zunft- und Textilindustriestadt bis hin zum Jugendstil und der Wirtschaftsstuktur der siebziger Jahre wird ein datenreiches Nachschlagewerk angeboten, das ohne Zweifel selbst von St. Galler Lehrern und weit über die Swissair-Bildbesprechung hinausgehend benutzt werden kann.

Dieses Bild kann auch als *Transparent* bezogen werden, was einen neuen Dienstleistungsversuch des SLV darstellt, der allerdings nur realisiert wird, wenn genügend Bestellungen eingehen.

Dr. Hannes Sturzenegger

Bezug bei Ingold & Co. AG, 3360 Herzogenbuchsee
Kommentare auch beim Schweizerischen Lehrerverein, Postfach 189, 8057 Zürich

Bezugspreise: Alle vier Bilder im Abonnement Fr. 32.—; Einzelbilder für Nichtabonnenten Fr. 9.50; Kommentare je Fr. 3.60; zuzüglich Porto.

Für die Verwendung als Wandschmuck bietet die Firma Ingold & Co. AG preisgünstige Wechselrahmen an.

informationsstelle schulbuch

Eine neue Dienstleistung für Lehrkräfte und Erzieher aller Stufen «vom Kindergarten bis zur Universität». Rund 1500 Lehrmittel können Sie hier in aller Ruhe studieren und miteinander vergleichen.

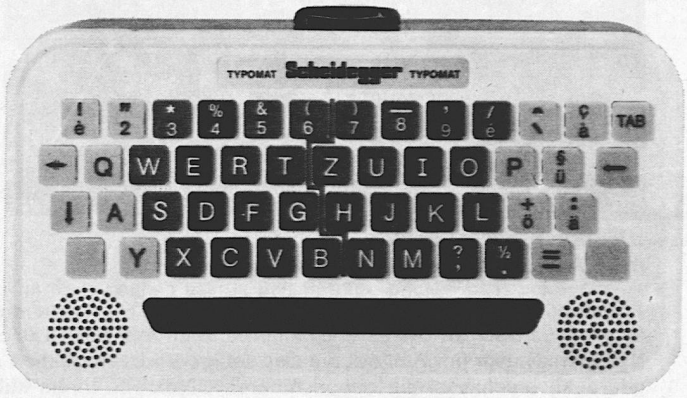
Adresse	Laurenzenvorstadt 90 5001 Aarau 2 Minuten vom Bahnhof
Telefon	064 22 57 33
Öffnungszeiten	Dienstag bis Freitag von 14.00 bis 18.00 Uhr

Die Ausstellung umfaßt Titel der Verlage

Benziger • Moritz Diesterweg • Sabe Sauerländer

Aargauischer Lehrmittelverlag · Helbing & Lichtenhahn
Lambert Lensing · Nord-Süd · Schreiber · Sellier Freising

Wichtige Mitteilung für Pädagogen



Maschinenschreiben gehört heute zur schulischen Grundausbildung und wird nach Ansicht anerkannter Pädagogen mit Vorteil bereits im schulpflichtigen Alter gelernt.

Auch Sie können Maschinenschreibkurse auf fakultativer Basis in Ihren Unterricht einbauen, denn

Scheidegger

Europas grösste Maschinenschreibschule

hat spezielle Lehrprogramme für Jugendliche entwickelt.

Unsere Fachlehrer führen diese mit Hilfe des **Scheidegger**-TYPOMAT, einem der modernsten, tragbaren, audiovisuellen Lehrgeräte, bei Ihnen in der Schule durch.

Prof. Dr. J. Zielinski, Professor für neuzeitliche Pädagogik in Aachen, urteilt über den TYPOMAT: «Ich kenne zurzeit kein Lehrgerät, das – auf das Lernziel bezogen – seine objektiviert dargebotene Lehraufgabe in dem Masse erfüllt wie der TYPOMAT.»

Scheidegger arbeitet für Sie und mit Ihnen. Kursdauer und Zielsetzung werden Ihren Wünschen angepasst. Der Schule und der Gemeinde erwachsen keine zusätzlichen Kosten.

Verlangen Sie unsere unverbindliche Information. Wir beraten Sie gerne.

Maschinenschreibschule SCHEIDEGGER
Stampfenbachstrasse 69, 8035 Zürich
Telefon 01 28 94 97

COUPON

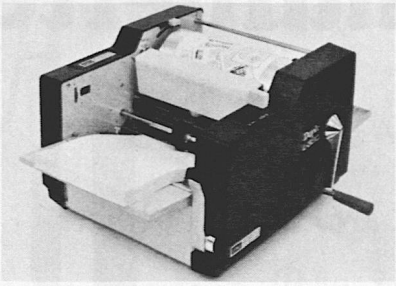
Senden Sie mir bitte kostenlos und unverbindlich Ihre Information.

Name, Vorname _____

Adresse _____

Telefon _____

cito Duplo die problemlosen Umdruckapparate für die Schule



CITO-DUPLO Mod. 330 Hand
CITO-DUPLO Mod. 440 Elektrisch

NEU die einmalige Papierzuführung

Papierstapel nur noch auflegen, nicht mehr einspannen. Garantiert keine Fehldrucke mehr. Vollautomatische Befeuchtung, überfeuchten unmöglich. Textverstellung bis 5 cm, 4 Andruckstufen, Zähler. Druckt auf Papier 50 g bis Karton 180 g. Format A7 bis A4 (quer) und alle Zwischenformate.

NEU 5 Jahre Garantie

Entscheiden Sie sich nicht für einen neuen Umdrucker, bevor Sie einen Cito-Duplo getestet haben. Verlangen Sie einen Duplo unverbindlich für einige Tage auf Probe.

Cito AG, St. Jakobsstrasse 17, 4006 Basel, Tel. 061 / 22 51 33

Verkaufs- und Servicestellen in der ganzen Schweiz

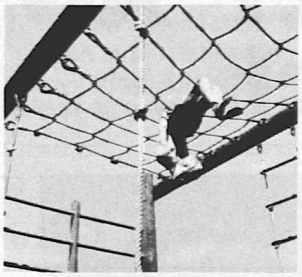
CITO-UMDRUCK- UND VERVIELFÄLTIGUNGSAPPARATE, KOPIERAUTOMATEN, TAGESLICHTPROJEKTOREN, ZUBEHÖRE

Reformiertes Töchterinstitut Lucens

Spezial-Französischkurse für deutschsprechende Mädchen von 15 bis 18 Jahren.

1 Jahr Sprach- und Haushaltungsschule.
Direkte und audio-visuelle Methode, Sprachlabor.
Abschlussprüfung für sämtliche Stufen. Vom BIGA anerkannter Abschluss. Privatschwimmbad, diverse Sportmöglichkeiten, u. a. Tennis, Reiten.

Institut protestant de jeunes filles, 1522 Lucens VD,
Telefon 021 95 81 25



Wir lassen Sie nicht hangen

in Fragen der Spielplatzgestaltung . . . und in Holzgeräten sind wir führend.

Wir senden Ihnen gerne den Katalog.

Erwin Rüegg, Spielgeräte,
8165 Oberweningen ZH,
Tel. 01 856 06 04

Physik
Chemie
Biologie

Awyco AG Olten

Ziegelfeldstraße 23 Tel. 062 218460

Die gute Schweizer Blockflöte

HYDROFIT-Luftsprudelbad mit Ozon lieferbar, Luftsprudelmatten in verschiedenen Längen und Breiten erhältlich!

- Nackenstütze mit Kissen
- anschmiegsam, körperlang
- nur 3 mm stark (volle Ausnutzung Ihrer Wannentiefe)
- zusammenrollbar
- rutschfest (dank Polypensaugern)
- geruchfrei, korrosionsbeständig
- kein Kalkansatz
- optimale Sprudelung
- hygienisch

Mit dem neuen

HYDROFIT-Luftsprudelbad

welches um Längen voraus ist, machen Sie Ihre Badewanne zum Zentrum körperlichen und psychischen Wohlbefindens.

HYDROFIT ist die grosse Neuheit mit der vollflexiblen Luftsprudelmatte.

Preise für **komplettes Sprudelbad schon ab Fr. 618.—.**

HYDROCON AG, 8750 GLARUS

Verkauf und Beratung durch:
Margareth Miller, Sonnenbergstrasse 92
8032 Zürich Telefon 01 47 54 16

Verlangen Sie eine detaillierte Dokumentation oder eine unverbindliche Demonstration, kein Kaufzwang.

Name:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Einsenden an:
Marg. Miller, 8032 Zürich, Sonnenbergstr. 92

für Mund und Hals:

565.786

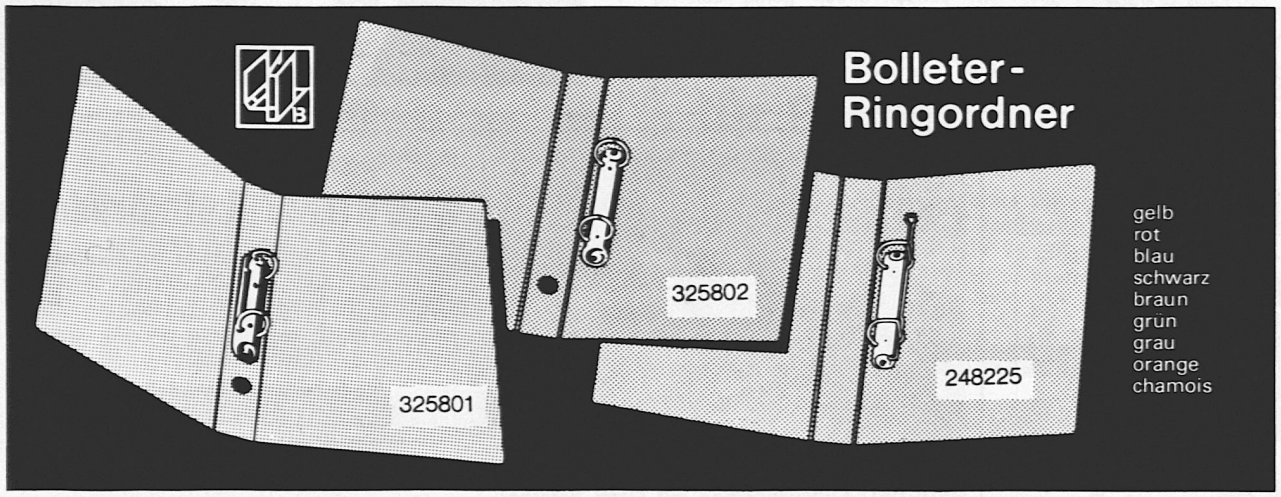
Erfrischen und geben reinen Atem.
Lindern Husten und Heiserkeit.
Kalorienarm. (1 Perle = 2 Kalorien).
Praktische Mini-Taschenbox.

Schulhefte

Vieles aus Papier
für Schule
und Weiterbildung

Ehrsam-Müller AG Zürich

Telefon 01 42 67 67



Der neue BOLCOLOR Ringordner
beidseitig farbig lackiert, abwaschbar, griffsauber, kratzfest, lichtecht!
Leisten Sie sich das Bessere zum günstigeren Preis!

		20	50	100	250	500	1000
325 801	A4, 255/320 mm, 2 Ringe 25 mm im Rücken, mit Rückenschild und Griffloch	1.80	1.70	1.60	1.50	1.40	1.23
325 802	A4, 255/320 mm, 2 Ringe 25 mm im Hinterdeckel, mit Rückenschild und Griffloch	1.80	1.70	1.60	1.50	1.40	1.23
325 806	Stab Quart, 210/240 mm, 2 Ringe 25 mm im Rücken, mit Rückenschild ohne Griffloch	1.60	1.50	1.35	1.25	1.15	1.05
248 225	A4, 255/320 mm, 2 Combibügel 25 mm im Hinterdeckel, ohne Rückenschild und Griffloch	1.85	1.75	1.65	1.55	1.45	1.28

Dazu liefern wir günstig Blankoregister und Einlageblätter. Ringer ordnen – mit Ringordnern von Bolleter

Bolleter AG 8627 Grüningen Fabrik für Büroartikel 01 / 935 21 71

Lisel Bosshard — Li Bo-Verlag

Musig will i mache

Ein neuer, einfacher Weg zum ersten Blockflötenspiel

Das Neuartige dieser Lernmethode besteht darin, dass der Unterricht mit zugeklebten Löchern beginnt. Beide Hände halten die Flöte von Anfang an richtig, und alle Finger fixieren ohne Mühe ihre Griffstelle.

Die rechte Hand spielt zuerst, so kann der gefürchtete F-Barockgriff harmonisch und deshalb viel einfacher erlernt werden. Das stufenweise Öffnen der einzelnen Flötenlöcher hält die Kinder in Spannung. So macht das Flötenlernen richtig Spass. Und das ist immer noch die erste Voraussetzung für den Erfolg.

Machen Sie wie die Musikschule Zürich-Kloten einen Versuch. Bestimmt werden auch Sie von der neuen Methode begeistert sein.

Die Blockflötenschule «Musig will i mache» ist erhältlich in Musikhäusern oder direkt beim LiBo-Verlag, Kilchbergstrasse 72, 8038 Zürich, Tel. 01 45 72 09

Yoga-Ferien-Kurse

im Berner Oberland, sind Gesundheits- und Fitnessferien für jedermann. In den Monaten Juli und August 1979 wird jede Woche ein Anfängerkurs durchgeführt.

Prospekte durch

Yoga-Schule Yin & Yang, Postfach 898, 9001 St. Gallen

ARM Webrahmen

Handwebstühle

Cadre à tisser - Métier à tisser

für Arbeitsschulen, Sonderschulen und Hauswirtschaftsschulen

vom Spezialhaus ARM AG, 3507 Biglen, Telefon 031 90 07 11

Lueg zerscht bim Schubi

Für Sie durchgeblättert: Aktuelles und Interessantes aus unserem Gesamtkatalog

Sakura Super

die japanischen Kreiden mit den leuchtenden Farben, die sich auch ausgezeichnet mischen lassen.

3 Sakura Super Ölkreiden, einzelfarbig

Farben:

000 weiß	330 dunkelviolett
030 mittelgrau	410 wasserblau
090 schwarz	420 mittelblau
110 zitronengelb	440 ultramarin
130 goldgelb	520 gelbgrün
180 orange	540 mittelgrün
190 rotorange	560 dunkelgrün
200 zinnober	650 rotbraun
230 rot	660 dunkelbraun
280 gelbrosa	

Schachtel zu 12 Stück.

Bestell-Nr. 501 20	
Richtverkaufspreis	2.50
Schulpreis	2.20
ab 10 Schachteln	2.05
ab 30 Schachteln	1.90

Farb-, Filz- und andere Stifte, Farb- und Ölkreiden, Malfarben, Lacke, Paletten und Pinsel zeigen wir Ihnen im neuen Schubiger Gesamtkatalog auf den Seiten 155 bis 161.

Achung – Monatsangebote beachten
Lascaux-Farben kaufen Sie jetzt mit 7% Herbstrabatt ein.

17.12

Coupon

für kostenlose Schubiger Poster. Ich interessiere mich für:

☐ Didaktik-Poster ☐ Werken-Poster
☐ Kindergarten-Poster

Adresse: _____

Ausfüllen, ausschneiden und einsenden an:

Schubiger Verlag
Postfach 525, 8401 Winterthur, Tel. 052 29 72 21

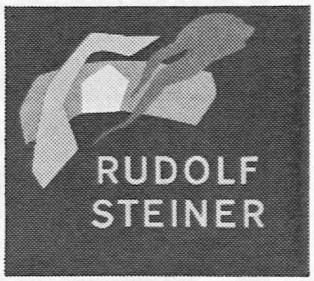
Lucia Grosse
Das rote Stiefelchen
Bilderbuch
24 Seiten, 31×22,5 cm
Fr. 22.—

Übersetzungen:
La petite botte rouge, französisch
Lo Stivaletto Rosso, italienisch
The Little Red Boot, englisch
Den söda stöveln, schwedisch

Frans Carlgren
Rudolf Steiner und die Anthroposophie
(1861–1925)

Zum 100. Geburtstag Rudolf Steiners, herausgegeben vom Goetheanum, Freie Hochschule für Geisteswissenschaft, Dornach. Erschienen in deutscher, englischer, französischer, holländischer, schwedischer, dänischer und italienischer Sprache.

60 Seiten mit 32 Abbildungen
kart. Fr. 6.—



Philosophisch-Anthroposophischer Verlag, Goetheanum, CH-4143 Dornach

Institut Hörnliberg
8274 Tagerwilen bei Kreuzlingen

Gymnasium für Knaben und Mädchen ab 14 Jahren. Gesamtzahl der Schüler: ca. 20. Individueller Unterricht. Anleitung zur Selbständigkeit.

Auskunft und Prospekt durch
Frau K. Guggenheim-Grob
CH-8274 Tägerwilen,
072 / 72 49 12

Studio Milla Cavin
8032 Zürich, Forchstrasse 2,
Tel. (01) 47 55 72

Autogenes Training
Psychologische Beratung und Therapie
Gelenktes Atmen
Stimme und Sprechen bei Störungen
Bewegung und Ton
Yoga

Montag, Mittwoch, Donnerstag
kleine Gruppen
– **Atmen** – **Entspannen**
– **Konzentration**

Buch (Europa-Verlag)
Schallplatte (Fono FGL 25-5401)

KONSERVATORIUM UND
MUSIKHOCHSCHULE ZÜRICH
MUSIKAKADEMIE ZÜRICH

SEMINAR FÜR MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG UND GRUNDSCHULE

Vom April 1979 bis März 1981 wird am Konservatorium Zürich und am Konservatorium Winterthur ein zweijähriger Ausbildungskurs (Grundkurs und Hauptkurs) durchgeführt.

Zeitliche Beanspruchung: pro Woche ein Nachmittag und ein Abend; wöchentliches Praktikum (Halbtag) und einige Samstagsveranstaltungen.

Schulmusik I
(Musikunterricht an der Oberstufe der Volksschule)

Es können zugelassen werden:
- Musikstudenten oder Inhaber eines Lehrdiploms
- Primar-, Real- oder Sekundarlehrer, die musiktheoretische Kenntnisse nachweisen können und eine fortgeschrittene Stufe im Instrumentalspiel erreicht haben
- Stimmliche Begabung ist Voraussetzung.

Das Studium kann neben einer hauptamtlichen Tätigkeit absolviert werden und dauert vier Semester.

Schulmusik II
(Fachlehrer an Mittelschulen mit staatlichem Diplom)

Voraussetzungen: Maturitätsprüfung oder Abschluss eines Lehrerseminars. Abgeschlossene Theoriefächer und Pädagogik an einer Musikschule.

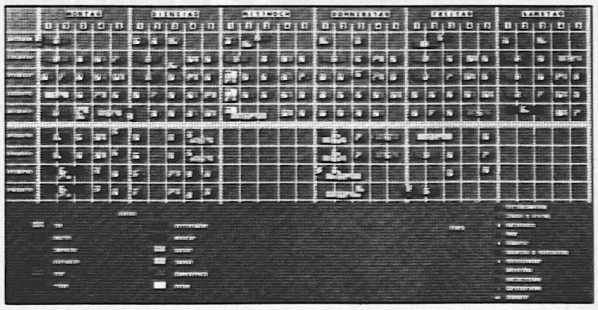
Das Seminar verlangt ein Vollstudium und umfasst 15 bis 20 Wochenstunden, die zum Teil an der Universität zu belegen sind.

Weitere Informationen können den speziellen Prospekten entnommen werden. Sie sind erhältlich im Sekretariat des Konservatoriums Zürich, Florhofgasse 6, 8001 Zürich, Tel. 32 89 55 (Auskunft und Beratung beim Leiter der Abteilung Schulmusik, Walter Baer).

Anmeldefrist: 31. Dezember 1978

Sind Sie Mitglied des SLV?

«Jetzt haben wir den idealen Gesamtschulstundenplan . . .»



. . . sagen uns Lehrer, die mit dem MODULEX-Schulstundenplan arbeiten. Einfach, übersichtlich, leicht zu verändern und für alle Kombinationen geeignet, sind MODULEX-Schulstundenplanungstafeln. Lieferbar für jede Klassenanzahl (mit Erweiterungsmöglichkeit) und alle Ausbildungsarten. Weite Farbskala und aufsteckbare Zahlen und Buchstaben ermöglichen genaue Angaben auf kleinstem Raum. Das links abgebildete, einfache Planungstafelbeispiel (100 cm breit, 50 cm hoch) umfasst fünf Klassen, 12 Lehrkräfte in 11 Räumen und einen 9-Stunden-Tag, von Montag bis Samstag (Preis ca. Fr. 325.—). Mit MODULEX-Planungstafeln können Sie aber auch 40 Klassen und mehr, dazu noch alle Spezialräume einplanen und übersichtlich darstellen.

Machen Sie Ihren nächsten Gesamtschulstundenplan mit MODULEX

Verlangen Sie Prospekte und unverbindliche Beratung kostenlos.

MODULEX®

MODULEX AG, Rebbergstrasse 10, 8102 Oberengstringen, Telefon 01 79 25 20

TRANSEPI

TRANSEPI – ein neues, universelles Visionierungs-System

Erstmals ist es möglich, mit *einem* Gerät transparente und nichttransparente und sogar dreidimensionale Objekte zu projizieren. Die Kombination eines hochwertigen A4-Hellraumprojektors mit einem sehr lichtstarken Episkop erlaubt die mühelose Projektion normaler Transparentfolien, aber auch von Bildern und Texten aus Büchern, Zeitschriften, Zeitungen – von Zeichnungen, Kurven, Diagrammen – von Pflanzen, Modellen, Gegenständen aller Art auf derselben Arbeitsfläche mit tadelloser Ausleuchtung und optimaler Bildschärfe.

TRANSEPI – das System der guten Idee – für gute Ideen im Unterricht, im Konferenzraum, im Besprechungszimmer, im Konstruktionsbüro, im Laboratorium, an Ausstellungen.

MEMO AV-ELECTRONIC-VIDEO AG

8301 Glattzentrum bei Wallisellen Tel. (01) 830 52 02

Unser praktisches

Dia-Archiv.

Mit Dia-Hängemappen von Carpentier

Uebersicht ist das wichtigste Kriterium für ein gut organisiertes Bildarchiv. Mit der Dia-Hängemappe von Carpentier lassen sich die Dias systematisch, nach Sachgebieten, übersichtlich und immer griffbereit ordnen. Die Vorderseite besteht aus hochtransparentem, geschmeidigem Plastic und die milchigtransparente Rückseite steigert die Bild- und Farbkontraste. So können Sie ohne Leuchtpulte arbeiten!

Vorteilhafte Sparpackungen zu 50 Stück (=Minimum):
Art. 2071 für 20 Dias 24 x 36 mm
Art. 2072 für 12 Dias 60 x 60 mm
Preis: Fr. 1.85 pro Stück
Art. 2070 Aufsteckreiter
Preis: Fr. –.50 pro Stück

☐ Ich bestelle _____ Dia-Hängemappen Nr. _____
(☐ mit Reiter, ☐ ohne Reiter)
☐ Senden Sie mir Muster und Prospekt Ihrer Dia-Hängemappe.
☐ Senden Sie mir die Prospekte der übrigen Büroartikel in Sparpackungen.

124.001.9

Name: _____

Strasse: _____

PLZ, Ort: _____

Einsenden an Carpentier AG, Feldstrasse 24, 8036 Zürich, Tel. 01/241 46 53

WIRZ

CARPENTIER

Vieles unter einem Namen

CARPENTIER 125 JAHRE 1853–1978 CARPENTIER

sanett -WC-Dusche

zu Bild: Düse nur zu Informationszwecken ausgeschwenkt gezeigt.

Wir geben Ihnen für 8 Tage zu unverbindlichem Versuch eine nigelnagelneue Sanett-WC-Dusche. Das Risiko einer durch uns ausgeführten Probemontage liegt nur darin, dass Sie auf den Apparat nach dem ersten Mal schon nicht mehr verzichten können. Ein gutes und lohnendes Risiko. Die elegante Reinigungsart mit warmem Wasser ist bereits seit Jahren Tausende Male schon angewandt worden. Vor allem dort, wo sitzende oder stehende Berufe vorhanden sind. Aber auch anstelle des Papierwischens und in bezug auf Sauberkeit und angenehmes körperliches Befinden ist diese WC-Dusche unerlässlich. Ihre beste Investition auf Jahre hinaus.

Ein Schweizer Qualitätsprodukt zu einem vernünftigen Preis von Fr. 876.—, zuzüglich Montagekosten.

Zu beziehen beim Spezialisten

Dornbierer AG, Kirchgasse 27, 8302 Kloten, Telefon 01 813 41 04

Die Lösung für Schule und Haus

Das selbstgebaute Cembalo

Jeder sein eigener Cembalobauer durch ZUCKERMANN-BAUSÄTZE

Clavichord, Virginal, mehrere Cembalomodelle.

Cembalobauer beraten Sie in der Schweiz:

Erwachsenenkurse in der Jugendmusikschule Leimental-Therwil, Känelmatt 2, 4106 Therwil 6.

Information:

Rolf Drescher LZ 1, Reichsstrasse 105, 1000 Berlin 19.

TLV Arbeitstransparente

Mit über 300 Ausgaben je 30–40 Folien bieten wir für alle Schularten und nahezu alle Unterrichtsfächer Arbeitstransparente an, z.B.:
Biologie Mensch Teil 1–3, sowie eine Kurzausgabe . Verkehrsunterricht Straßensignalisation (Schweiz) . Unfallgefahren . Unsere Umwelt . Soziale Studien 1–3 . Ernährungslehre u.v.a. – Außerdem Arbeitstransparente für den Sach- und Musikunterricht . Weltkunde,und viele Ausgaben für Berufs- und Berufsfachschulen.

Fordern Sie bitte unsere 60seitige Preis- u.Themenliste an.

TLV-Verlag – D 7321 Zell u.A.

Jetzt gibt es etwas Neues: Elna air electronic.

☐ Bitte senden Sie mir Ihren ausführlichen Prospekt über die neue Elna air electronic, die so viel Neues bietet:
- air elektronisch gesteuerte Stichkraft
- air elektronische Geschwindigkeits-Begrenzung
- einfachstes Verwandeln von einer Sockel- in eine Freiarm-Maschine
- benötigt weder Koffer noch Nähtisch
- zum Nähen Blitzeinstellung dank Synchrocolor
- grösste Robustheit und trotzdem nicht einmal 10 kg

☐ Ich möchte gerne eine Elna air electronic unverbindlich ausprobieren

☐ ein Eintauschangebot für meine Nähmaschine.
Marke Jahrgang

Gratisverlosung

Mit diesem Coupon nehme ich ohne jeden Kaufzwang an der nächsten halbjährlichen Verlosung teil.
Zu gewinnen gibt's 3 Elna air electronic.

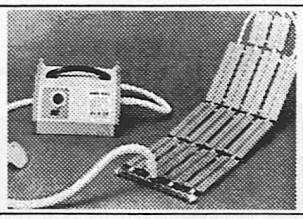
Frau/Frl./Herr
(Mindestalter 16 Jahre)

Adresse

PLZ/Ort

Einsenden an: Elna SA, 1211 Genève 13

elna



Ihr Fitness-Center
Daheim **in Ihrer** Badewanne
- Vieltausendfach bewährt
- Einfache Bedienung
- Passt in jede Badewanne
- 19 Jahre Erfahrung und Fortschritt

Das echte THERMOFONTE

Sprudel-Massagebad mit Rückensprudel-Verlängerung und Intensivschaltung

Verlangen Sie Dokumentation beim Erfinder

Baumann-Beltron
Metallwarenfabrik
9527 Niederhelfenschwil
Tel. 073/47 13 03

Aux Editions Fernand NATHAN

Deux nouveaux dictionnaires :

BERTRAND	Les accords parfaits	Fr. 7.40
BERTRAND	Dictionnaire pratique de conjugaison	Fr. 8.80

Parmi les autres nouveautés de cet éditeur :

Coll. PÉDAGOGIE :

DREVON & JENGER Nous lirons demain	Fr. 13.10
DUSSARDIER & MORTEVEILLE Une école pour être heureux	Fr. 13.90
D'HAINAUT Des fins aux objectifs de l'éducation	Fr. 29.70
VAN DE VELDE & LEBRUN Vers l'évaluation de l'enseignement	(prix non fixé)

Envoi à l'examen et catalogue complet à disposition.

Diffusion

J. MUHLETHALER

Case postale 138 - 1211 GENÈVE 6
Exposition : 12, rue du Lac - 1207 GENÈVE
Tél. (022) 36 41 72

Marcel Gaillard & Fils SA

1920 MARTIGNY ✆ **(026) 2 21 58**

Nos spécialités : **Les cahiers MON ATLAS** (Joke), cartes muettes pour l'étude de l'EUROPE ou de la SUISSE — **Les craies GALMAR-BLANC** et GALMAR-COLOR, excellente qualité, prix spéciaux pour écoles — **La pâte à modeler GALMAR,** nouveauté à des conditions exceptionnelles.

AMALIA RODRIGUES
accompagnée par ses guitaristes portugais dans son récital de fado

VICTORIA HALL à Genève Vendredi 3 novembre, à 20 h. 30
EGLISE DE NOTRE-DAME (Le Valentin) Lausanne Samedi 4 novembre, à 15 h.
TEMPLE DU BAS à Neuchâtel Dimanche 5 novembre, à 20 h. 30

Loc. : Ge, Coop City (022) 20 77 11 - Laus., au Centre (021) 20 12 11
Organisation Maguy CHAUVIN Genève

didax

CENTRE DE MATÉRIEL AUDIO-VISUEL ET DU LIVRE SCOLAIRE

est à votre disposition pour vous conseiller et vous proposer de nouveaux moyens d'enseignement, tout particulièrement ceux parus aux éditions :

DIDIER, FOUCHER, HATIER, LAVAUZELLE, MAGNARD, O.C.D.L., LE SABLIER

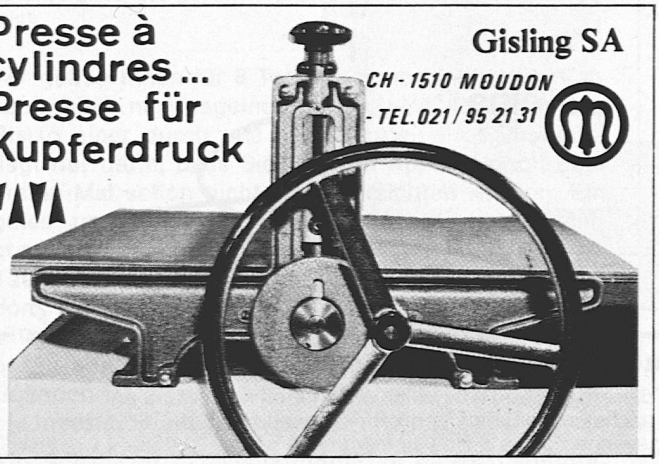
Prenez contact avec nous en vue d'une visite à notre salle d'exposition ou pour toutes demandes de documentation (catalogues et spécimens).

DIDAX, 5, avenue de Longemalle, **1020 RENENS**
Tél. (021) 34 35 05

didax

Presse à cylindres... Presse für Kupferdruck

Gisling SA
CH - 1510 MOUDON
- TEL. 021 / 95 21 31



Fils pour tissage à la main

tapisserie, macramés (laine, lin, soie, coton)
Cadres et métiers à tisser
Demandez les cartes d'échantillons!
Rüegg-Handwebgarne, case postale 158
8039 Zurich, tél. (01) 36 32 50 (dès le 7.6. 77 - 201 32 50)

Restes de peau et de cuir

Restes de peau (couleurs mélangées)	Fr. 12.— le kg
dès 5 kg	Fr. 11.— le kg
Grands restes de cuir	Fr. 9.— le kg
dès 5 kg	Fr. 7.50 le kg
Petits restes de cuir	Fr. 4.— le kg

Expédition dès 15 kg franco domicile
Mme U. Binder, Klosterfeld 31, **5630 Muri AG,**
tél. (057) 8 23 57

Eine Darstellung für den Schulunterricht

Unterlage für Lehrkräfte, geeignet für Heimatkunde und Geographieunterricht ab 5. Primarstufe.
Die Schrift macht die Schüler mit den ***Basler Häfen*** *bekannt und führt ihnen das Projekt der* ***Hochrheinschiffahrt*** *vor Augen.*
Textteil und 23 lose beigefügte Bildtafeln. Fr. 6.–.
Bezug: Schiffahrtsverband, Bruggwaldstrasse 60b, 9008 St. Gallen, Tel. 071 25 08 88.

Hochrheinschiffahrt

Wollensak 3M COMPANY

Die 12 Pluspunkte des Schul-Kassettengerätes 2520 AV

- Patentierter Doppel-Achs-Direktantrieb
- Einfachste Handhabung
- Eingebauter 9-Watt-Verstärker
- Im Gehäuse eingebauter Lautsprecher
- Koffergehäuse, leicht transportierbar (nur 7,4 kg)
- Stabiles, kratz- und schlagfestes Gehäuse
- Kopfhörer-Anschluss
- Eingänge für Radio, Tonband, Mikrofon
- Arretierbare Pausentaste
- Sinnvolle, arbeitsphysiologisch richtige Bedienungselemente
- Ablagefach für 3 Kassetten im Deckel
- Mitgeliefertes Mikrofon

Modell 2520 AV: 2-Spur-Schulgerät

Modell 2551 AV: Gleiche Leistungen wie 2520 AV, aber mit eingebautem Dia-Impuls-Geber

APCO AG

8045 ZÜRICH

Räffelstrasse 25

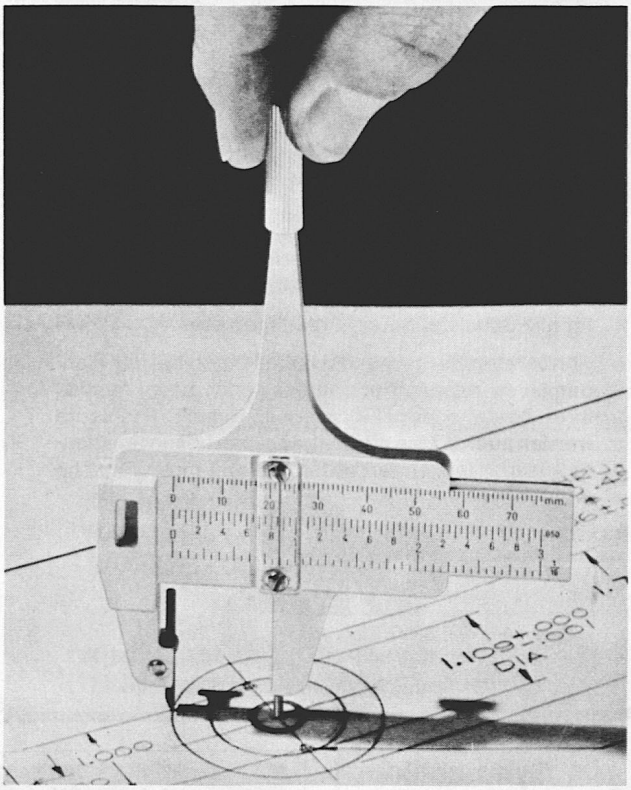
Telefon 01 - 35 85 20

AP CO

WML

SLIDECOMP® PRÄZISIONSZIRKEL

MIT mm UND ZOLL EINTEILUNG



Zeit sparen und Präzision erhöhen mit einem direkt einstellbaren Zirkel!

Bitte senden Sie mir/uns . . . Stück Slidecomp Präzisionszirkel aus dimensionsstabilem und bruchfesten Kunststoff für Radien von 2 bis 76 mm mit Einsteckzirkelzusatz und Ersatzminen zum Einführungspreis von Fr. 23.— (inkl. WUST und Versandspesen) abzüglich 10 Prozent Mengenrabatt ab 10 Stück.

Zahlung: 30 Tage netto

Name/Firma: _____

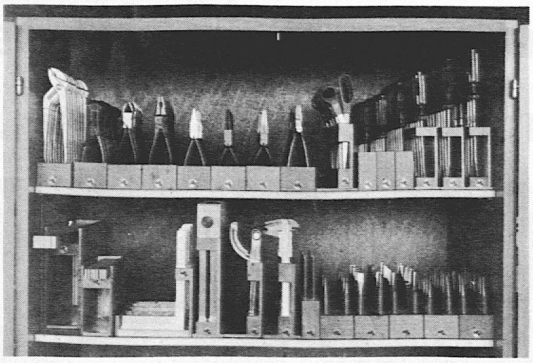
Abteilung: _____

Ort: _____

Unterschrift: _____

Folex Dr. H. Schleussner AG

Talstrasse 9, Postfach, 8022 Zürich



Unser Angebot:
Zeitgemässe Werkraum-Einrichtungen
Qualitäts-Werkzeuge- und Maschinen

für alle Schulstufen und Arbeitsgebiete

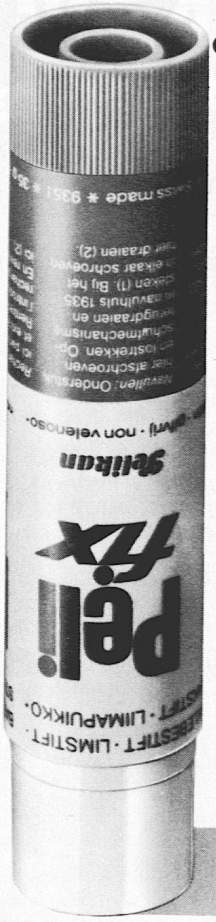
Wir beraten Sie gerne und helfen Ihnen bei der Planung Ihres neuen Werkraumes, oder beim Ausbau Ihrer bestehenden Einrichtung. Unsere Fachleute werden auch für Sie die bestmögliche Lösungsvariante ausarbeiten. Unterbreiten Sie uns Ihre Wünsche und Probleme.

OPO

Oeschger AG, 8302 Kloten
Steinackerstrasse 68

Verkauf:
01/814 06 77

Einrichtungen/ Werkzeuge/ Werkstoffe



neu:

Der grosse, sparsame Pelifix mit grösserer Klebstoffmenge,

nachfüllbar

dadurch umweltfreundlicher und preisgünstiger!

neu:

Präzises Kleben durch Blaufärbung: Klebstoffauftrag vorübergehend sichtbar (trocknet farblos auf!)

Peli fix blau

da sieht man, wo man klebt!

Gymnastik-Berufsschule Zürich

Aeschlimann, Grämiger, Schönmann

Gladbachstrasse 119 (bei Kirche Fluntern), Badenerstrasse 565 (Nähe Letzigraben) Gymnastik für Kinder und Erwachsene, für werdende Mütter und Rückbildung, Rhythmik, Ballett, Jazz-Dance, Judo und Selbstverteidigung, Einzelunterricht

In der Berufsschule werden Gymnastikpädagogen ausgebildet.Tel. (01) 34 53 30 / 52 19 80

Mit Ihrer Unterschrift erhalten Sie

Fr. 1.000.– bis Fr. 30.000.–

Kommen Sie zu Prokredit, Ihr Geld ist für Sie bereit, frei verfügbar.

Sie werden ganz privat empfangen, wir haben keine offenen Schalter.

Bei uns geht alles rasch, mit einem Minimum an Formalitäten.

Es lohnt sich, mit uns zu reden.

Bei uns sind Sie ein wichtiger Kunde.

Wenden Sie sich **nur** an:

Bank Prokredit
8023 Zürich, Löwenstrasse 52
Tel. 01 221 27 80

Ich wünsche Fr. .....
Name ..... Vorname .....
Strasse ..... Nr. .....
PLZ/Ort .....
Bereits 990.000 Darlehen ausbezahlt A

LANZ

Wir sind Partner vieler Lehrstättetn und Schulen für die Lieferung von Handfertigkeitshölzern.

Wir suchen junge Leute zum Anlernen in unserem Betrieb auf verschiedenen Fachgebieten.

Furnier- und Sägewerke
LANZ AG, ROHRBACH
Telefon 063 56 24 24

Camille Schneider

Der Weihnachtsbaum

und seine Heimat, das Elsass

Aus dem Inhalt: Zur Geschichte des Weihnachtsfests – Die Legende vom Lebensbaume – Der geschichtliche Boden im Elsass und die geistigen Voraussetzungen für den Weihnachtsbaum – Der erste Weihnachtsbaum im Elsass und der Tannenzauber in den Zunftstuben – Der Weihnachtsbaum als Symbol des Lichtes.

3. durchgesehene Auflage, 112 Seiten, mit Abbildungen Fr. 17.50.

Wilhelm Pelikan

«Heilpflanzenkunde»

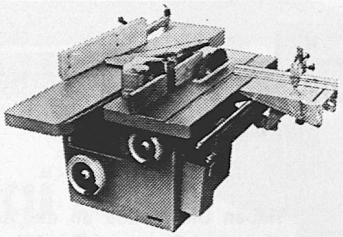
Der Mensch und die Heilpflanzen.
Band III

Aus dem Inhalt: Wie erlebt man Elementarwesen? – Seelenübungen zum Erleben der Elementarwesen Gnomen – Undinen – Sylphen – Salamander – Die Mistel-Gewächse in der modernen Botanik – Orchideen – Baldrian – Ananas – Ingwer – Nessel-Gewächse – Hanf – Mohnartige Gewächse – Würzpflanzen.

260 Seiten, mit zahlreichen Pflanzenzeichnungen von Walther Roggenkamp. Lwd. Fr. 49.—.

Band I, 3. Auflage, 367 Seiten, Lwd., Fr. 44.—
Band II, 2. Auflage, 254 Seiten, Lwd., Fr. 42.—

Philosophisch-Anthroposophischer Verlag, Goetheanum, CH-4143 Dornach



Grösste Auswahl von Universalhobelmaschinen

zu konkurrenzlosem Preis. Hobelbreite 210/260/300/350/360/400/410/500/510 mm sowie günstige Bandsägen, Holzdrehbänke, Späneabsaugungen.
Günstige Teilzahlungen.
Ein Besuch mit unverbindlicher Vorführung lohnt sich bestimmt. Auch Samstagvormittag geöffnet.

Generalvertretungen Maschinen-Center Strausak AG, 2554 Meinisberg/Biel, Telefon 032 87 22 23

Schultheater

aus in- und ausländischen Verlagen erhalten Sie bei uns zur Ansicht. **Verlangen Sie eine Auswahlsendung.** Wir vermitteln sämtliche Rollenbücher für die Aufführung.

Theaterabteilung:

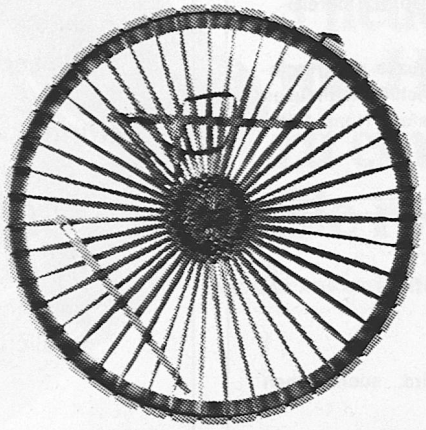
Rex-Verlag Luzern, 6000 Luzern 5, St. Karliquai 12, Telefon 041 22 69 12

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag, 8.15 bis 12.30 Uhr, Mittwoch 14 bis 18.30 Uhr

Basteln mit Bast

Mit Bast lassen sich tausenderlei Kleinigkeiten basteln, im Kindergarten wie in der Schule. Gönnen Sie deshalb Ihren Schülern das bewährte Material von Ingold: Kunstbast «Eiche». 27 sich harmonisch ergänzende Farbtöne. Preis je Haspel zu ca. 32 m: Fr. 1.—. Rundwebrahmen aus Kunststoff, mit 43 Kerben zum Bespannen und 2 Webnadeln, inkl. Arbeitsanleitung. Beachten Sie den besonders günstigen Preis: Nur Fr. 2.70 per Stück! Schulwebrahmen aus



Holz, mit Rahmen, Kettbaum, Webbaum, Wendekamm, 2 Schiffchen, Handkamm, mit Gebrauchsanleitung und Webvorlage — Fr. 27.10. Bereits ab 10 Stück interessante Mengenpreise für alle drei Artikel. Auch ein Bastbuch mit vielen nützlichen Anregungen, Modelle aus Karton für Körbchen, Serviettenringe, Untersätze sowie Raffiabastmatten und -gewebe finden Sie in unserem Programm. Gerne senden wir Ihnen auf Anfrage die Unterlagen.

Auch meine Schüler basteln gerne mit Bast. Bitte senden Sie mir Ihre Unterlagen.

Name und Adresse: _____

_____

_____ SLZ

Ernst Ingold+Co.AG

Das Spezialhaus für Schulbedarf, 3360 Herzogenbuchsee, Telefon 063/61 31 01

Zürcher Kantonalverband des Blauen Kreuzes

Haben Sie Freude an der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Gruppenleitern? Dann schreiben Sie uns!

Das Blaue Kreuz ist ein christliches Sozialwerk im Kanton Zürich mit 2000 Mitgliedern und beschäftigt zehn vollamtliche Sozialberater und Jugendarbeiter. Wir arbeiten in der Beratung und Behandlung von Alkoholabhängigen und in der Vorsorge.

In unserer Jugendorganisation wird auf Anfang 1979 die Stelle eines

Jugendarbeiters(-in)

frei. In Zusammenarbeit mit dem andern Jugendarbeiter umfasst Ihr Tätigkeitsfeld im wesentlichen:

- Gruppenbetreuung
- Leiterausbildung
- Lager (Organisation und Mitwirkung)
- Fürsorge in beschränktem Umfang
- Vorsorge in Gruppen und andern Organisationen
- Oeffentlichkeitsarbeit

In diesem weiten Aufgabenbereich haben Sie Gelegenheit, Ihre besonderen Neigungen für Kinder- und Jugendarbeit voll zu entfalten. Ihr Ideenreichtum, Ihr pädagogisches Geschick, aber auch Ihre Fähigkeit, im Team zu arbeiten, sind dabei von Bedeutung. Wir erwarten, dass Sie sich mit den Grundgedanken des Blauen Kreuzes identifizieren und bereit sind, sich durch Weiterbildung die fachliche Kompetenz anzueignen.

Wenn Sie glauben, sich hier voll engagieren zu können, sind wir gerne zu einem vertraulichen Gespräch bereit.

Zürcher Kantonalverband des Blauen Kreuzes und Regionalverband der Blaukreuzjugend Zürich/Schaffhausen Präsident der Wahlvorbereitungskommission: Hans Rüttimann, Dörflistrasse 41, 8050 Zürich

Die Schule für Schweizerkinder in Béjaia/Algerien

die von rund 20 Schülern besucht wird, sucht einen initiativen

Reallehrer phil. II

der in **deutscher und französischer Sprache** 11- bis 17-jährige Kinder in den Fächern Mathematik, Physik und Biologie unterrichten kann.

Unterrichtserfahrung ist erwünscht.

Stellenantritt: Anfang Januar 1979

Anmeldetermin: 15. November 1978

Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen sind zu richten an: SERFO SA, z. H. Herrn W. Langhans, Lautengartenstrasse 23, 4010 Basel

Oberstufenschule Kreisgemeinde Weiningen

Auf Beginn des Schuljahres 1979/80 sind an unserer Oberstufenschule folgende Stellen zu besetzen:

1 Lehrstelle an der Realschule

1 Lehrstelle an der Sekundarschule, phil. I

Ein kollegiales Lehrerteam, aufgeschlossene Behörden und grosszügige, gut eingerichtete Schulanlagen, bieten Gewähr für eine fruchtbare Lehrtätigkeit.

Die Gemeindezulagen entsprechen den gesetzlichen Höchstansätzen, auswärtige Dienstjahre werden angerechnet. Die Schulpflege ist bei der Wohnungssuche behilflich.

Interessenten werden gebeten, ihre Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen einzusenden an: Sekretariat der Oberstufenschule Weiningen, 8104 Weiningen.

Sekundarschule Weinfelden

Wir suchen auf das Frühjahr 1979

Sekundarlehrerin oder Sekundarlehrer

sprachlich-historischer Richtung

Sie finden bei uns ein in jeder Beziehung angenehmes Schul- und Wohnklima sowie ein erfreuliches kollegiales Einvernehmen.

Auskünfte

erteilt Ihnen gern unser Schulvorstand, Guido Müggler, Telefon 072 22 15 34 (privat 22 50 45).

Anmeldungen

mit den üblichen Unterlagen (Prüfungsausweis, Praktikaberichte, Lebenslauf) sind erbeten an den Sekundarschulpräsidenten, Dr. H. Spöhl, Brauereistrasse 4, 8750 Weinfelden, **bis 10. November 1978.**

Batik, Stoff-Papierdruck, Linolwerkzeuge, Pinsel, Malfarben, Zeichen-Schablonen, Zeichenpapiere

Rau & Co. Postfach 86, 8702 Zollikon, 01 65 41 10

Moderne Klaviere
Cembali, Spinette
Klavichorde
Hammerflügel

Rindlisbacher
8055 Zürich, Friesenbergstr. 240
Telefon 01 33 49 76

RIMUSS
URPRESS
100 % reiner Fruchtsaft aus Trauben. Mit gegewichtsregulierenden Mineralstoffen.
In guten Läden und bei Ihrem Getränkelieferanten.

Kerzenziehen und -giessen

1 kg Kerzenwachsmischung, sauberste Qualität, Fr. 4.45
1-kg-Plastiksäcke mit:
70 Prozent Paraffin in Pastillen
30 Prozent Stearin in Schuppen

1 m Docht, Durchmesser 1,5 mm, zum Ziehen	—.25
1 m Docht, Durchmesser 2,0 mm, zum Ziehen	—.30
1 m Docht, Durchmesser 2,5 mm, zum Giessen	—.45
1 m Docht, Durchmesser 3,0 mm, zum Giessen	—.65
1 m Docht, Durchmesser 3,5 mm, zum Giessen	—.90
1 Beutel Kerzenfarbe zu 2 g (Pulver) Farben: Rot, Gelb, Orange, Blau, Grün, Braun, Lila und Schwarz	2.—

Rabatt: bis 100 kg 10 Prozent, ab 101 kg 15 Prozent
Porto: ab Fr. 200.— netto portofrei

Jakob Huber, Waldhöheweg 25, 3013 Bern
Farbwaren und Schulmaterial, Tel. 031 42 98 63

killer
Laborbau

Killer Turgi hat grosse Erfahrung im Bau von Physik-, Chemie- und Biologiezimmern.

Wir sind bestens eingeführt und beraten Sie unverbindlich.

Rufen Sie uns doch einfach an!

killer
J. Killer AG Laborbau
5300 Turgi
056 23 19 71

Für Leute, die professionell rechnen wollen.

3 neue Spitzenrechner von Hewlett-Packard zu einem Preis, mit dem Sie rechnen können.

Mit der zukunftsorientierten Computer-Logik

HEWLETT hp PACKARD
Hewlett-Packard (Schweiz) AG,
Zürcherstrasse 20, 8952 Schlieren

HP-31E

Technisch-wissenschaftlicher Taschenrechner
- 4 adressierbare Speicher
- trigonometrische und logarithmische Funktionen
- Koordinaten-Umwandlung (rechtwinklig/polar)

Fr. 135.-

HP-32E

Erweiterter technisch-wissenschaftlicher Taschenrechner
- 15 adressierbare Speicher
- statistische, trig-, log- und hyperbolische Funktionen

Fr. 180.-

HP-33E

Programmierbarer technisch-wissenschaftlicher Taschenrechner
- 49 Programmzeilen
- 8 adressierbare Speicher
- 3 Unterprogrammebenen
- 8 logische Vergleiche

Fr. 225.-

Hewlett-Packard (Schweiz) AG,
Abt. Information,
8952 Schlieren
Senden Sie mir eine Dokumentation über den HP-31/HP-32/HP-33.
Name _____
Adresse _____

KANTON BASEL-LANDSCHAFT

Realschule Sissach

Allgemeine und progymnasiale Abteilung

Auf Frühjahr 1979 (17. April 1979) suchen wir

1 Reallehrer(in) phil. I oder II

Die Anstellung erfolgt zunächst als Verweser(in). Für eine eventuelle spätere Wahl gelten folgende

Voraussetzungen:
6 Semester Universitätsstudium, Mittel-, Bezirks- oder entsprechendes Sekundarlehrerpatent.

Auf den gleichen Zeitpunkt suchen wir für
ein halbes Pensum

1 Zeichenlehrer(in)

Die Anstellung erfolgt als Verweser(in). Bei Vorliegen der entsprechenden Diplome könnte auch in weiteren Fächern unterrichtet werden.

Unsere Schule ist neuzeitlich ausgestattet und führt zurzeit 23 Klassen.

Auskunft:
Rektorat, Telefon 061 98 17 05, privat 061 98 24 31

Anmeldung:
Ihre Anmeldung erwarten wir bis Ende Oktober 1978 mit den üblichen Unterlagen an Herrn U. Nebiker, Präsident der Realschulpflege, Römerweg 5, 4450 Sissach, Tel. 061 98 25 28

Landerziehungsheim Albisbrunn
8915 Hausen am Albis

Wir suchen einen ausgebildeten und/oder erfahrenen

Erzieher, evtl. auch Erzieherin

mit der Bereitschaft zum Engagement für eine Gruppe von ca. 10 verhaltensgestörten männlichen älteren Schülern und zur Zusammenarbeit mit 2 Erzieherkollegen.

Wir bieten eine sorgfältige Einarbeitung in eine anforderungsreiche, interessante Arbeit.

Eintritt: Anfang Dezember 1978 oder nach Uebereinkunft.

Nähere Auskünfte erteilt der Heimleiter, Herr Dr. H. Häberli, oder die Erziehungsleiter Herr K. Bieri oder Herr M. Hübner. (Tel. 01 99 24 24)

Die Ausbildungsstelle der Migros-Gemeinschaft sucht für den Bereich
Fachausbildung (franz. und deutsche Schweiz)
einen fähigen, zweisprachigen

AUSBILDUNGSPLANER

Aufgabenbereich:

Verantwortlichkeit für alle Belange der Fachausbildung im französischsprachigen Wirtschaftsgebiet, das heisst laufende Anpassung der französischen Fachlehrgänge sowie die Entwicklung neuer Lehrgänge gemäss den Bedürfnissen der welschen Unternehmungen. Anpassung von deutschsprachigen Lehrgängen für den Einsatz im französischen Sprachraum.

Weitere Aufgaben sind auch die Mitarbeit bei der Entwicklung von gesamtschweizerischen Fachausbildungskonzepten, die Planung und der Aufbau einzelner Lehrgänge und viele andere Arbeiten, die mit dem Fachausbildungssektor zusammenhängen.

Anforderungen:

HWV oder Technikum, Matura mit weiterer Ausbildung (Lehrer oder andere Studien).

Bewerber, die mindestens zwei Jahre Erfahrung im Ausbildungswesen mitbringen und sich befähigt fühlen, diesen anspruchsvollen und ausbaufähigen Posten zu übernehmen, senden bitte ihre Bewerbung an:

Migros-Genossenschafts-Bund
Personal und Ausbildung, Limmatstrasse 152, 8005 Zürich

The Inter-Community School Zumikon

requires the following to commence January 1979:

1. School Librarian

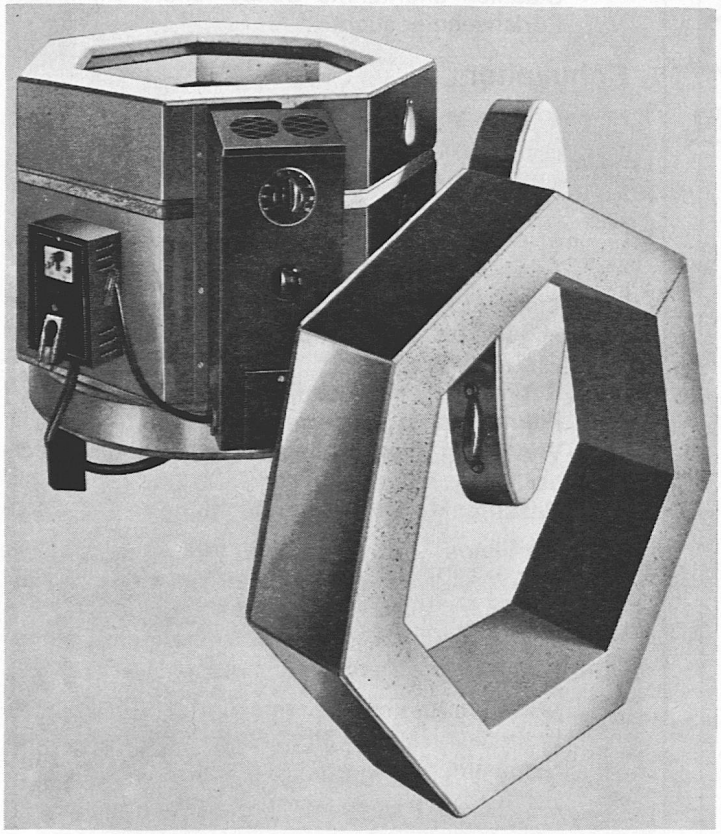
Applicants should have professional training and experience of working with children of primary-school age.

2. Teacher of German Language

(mornings only)

Applicants should be qualified teachers with experience of language teaching to children of primary-school age.

Write, stating qualifications and experience, to Headmaster, Inter-Community School, 8126 Zumikon.



ECONOMY-Brennöfen

ENERGIEKNAPPHEIT?

dann

Economy-Brennöfen

zum Beispiel für Schulen: ab 43,4 l Nutzinhalt für Fr. 2450.—, anschliessbar an jede Lichtsteckdose 10 A.

Töpferscheiben
Mehrzweckton
Porzellanton

Glasuren
Rohstoffe

Verlangen Sie Unterlagen u. unverbindliche Beratung

KIAG

Keramisches Institut AG

3510 KONOLFINGEN
Bernstrasse 240
Tel. 031 99 24 24

NEU ERSCHIENEN
1976 mit grossem Erfolg uraufgeführt

Ein neuzeitliches Weihnachtsspiel

Der Heiland isch uf d Ärde cho

Text (Mundart) und Musik von Marcel Bamert

Besetzung: Chor (einstimmig), Orchester (Bläser, Orgel, Flöten, Violine, Cello, Orffsches Instrumentarium), Einzelrollen, Sprechergruppen. Geeignet für ganze Schulen mit mindestens 100 Kindern von 8 bis 14 Jahren. Dauer des Spiels: etwa 70 Minuten.

Zur Ansicht werden nur Texthefte und Partitur herausgegeben.

Ganzes Aufführungsmaterial zu beziehen bei:

Musikhaus Pastorini AG

Kasinostr. 25, 5000 Aarau,
Tel. 064 22 11 60

Noch besser, noch interessanter das neue

hoco

Mattenprogramm:
vom Spezialisten für Turnmatten!

- **5** versch. Grössen/Typen Hochleistungs- und Weichsprungmatten
- **9** versch. Grössen/Typen Geräte- und Normalturnmatten
- **10** versch. Grössen/Typen Hochsprung- und Stabhochsprungmatten

Für alle Ansprüche und Zwecke die richtige Matte. Wir beraten Sie gerne.

Solideste Ausführungen!

Verlangen Sie unsere Prospekte und Preislisten!

K. Hofer, Murtenstrasse 32, 3008 Bern
Telefon 031/25 33 53

blancol

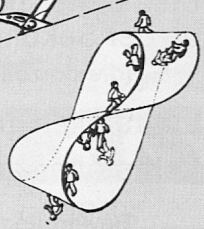
wenn's spielend einfach kleben soll

Bastel-Leim, eigens für die Schule verpackt

Ungiftig mit Wasser auswaschbar und in sparsamen Nachfüllflaschen per kg angeboten, ist blancol der ideale Vielzweckleim für Schulen.

Vor allem für Lehrer und Schüler sind auch die blancol Müsterchen, die wir mit einer «unendlichen Schleife» (Möbius-Band) zum Kleben gegen den untenstehenden Gutschein gerne für die ganze Klasse abgeben.

Blattmann Co 8820 Wädenswil — SILVA



Gutschein
Bitte senden Sie mir ☐ Gratis-Muster mit je einer «unendlichen Schleife»
(max. 25 Stück)

Name: Schule: Klasse:

Adresse:

Einsenden an **Ernst Ingold+Co. AG**
Das Spezialhaus für Schulbedarf,
3360 Herzogenbuchsee, Telefon 063-61 31 01

SLZ

STADT BADEN

Unsere Zielvorstellungen sind klar. Für die Realisation suchen wir einen neuen

Jugendhausleiter im Hauptamt

und eine zusätzliche

Jugendhausleiterin im Halbamt

Wir:
die Stadt Baden
die Jugend von Baden und Umgebung
ein technischer Leiter (Freizeitwerkstätten)
ein Praktikant

Wo:
im Kornhaus-Jugendhaus Baden

JUGENDHAUSLEITER:
Sozialpädagogische Aufgaben im Treffpunkt
Schulung der Tages- und Arbeitsgruppen
Administration und Oeffentlichkeitsarbeit
Stellenantritt: Frühjahr/Sommer 1979 nach Vereinbarung

JUGENDHAUSLEITERIN:
Sozialpädagogische Aufgaben im Treffpunkt
Animatorische Fähigkeiten
Planen und Realisieren von Workshops
Gruppen- und Projektarbeit
Stellenantritt: 1. Januar 1979
Die Ausschreibung dieser Stelle erfolgt unter Vorbehalt der Budgetgenehmigung.

Bewerbung: An das Stadtammannamt, 5401 Baden

Auskunft betreffend Anstellung: H. J. Müllhaupt, Stadtschreiber, Telefon 056 22 75 55

Auskunft sachlich-fachlich: Hans Ellenberger, Jugendhausleiter, Telefon 056 22 85 78

An der

Oberstufe Uster

sind auf Beginn des Schuljahres 1979/80 folgende Lehrstellen zu besetzen:

Lehrstelle sprachl.-histor. Richtung an der Sekundarschule

(die derzeitige Verweserin gilt als angemeldet),

Lehrstellen an der Realschule

Lehrstellen an der Oberschule

Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen sind bis 31. Oktober 1978 an den Präsidenten der Oberstufenschulpflege, Herrn H. R. Elsener, Schulsekretariat, Stadthaus, Bahnhofstrasse 17, 8610 Uster, zu richten.

Die Oberstufenschulpflege

Staatlich anerkannte Sonderschule am linken Zürichseeufer sucht

Schulleiter

Voraussetzungen
Lehrerdiplom und HPS-Ausbildung oder abgeschlossenes Hochschulstudium pädagogischer oder psycholog. Richtung (Diplom, Lizentiat)
Praktische Erfahrung und organisatorisches Geschick

Zum Aufgabenbereich gehören vor allem
allgemeine Leitung unserer Tagesschule für POS-Kinder
Koordination von Schule und Therapie
Führung eines kooperativen Mitarbeiterteams
Vertretung der Anliegen der Schule nach aussen
Beschränkte Stundenverpflichtung

Wir bieten
Entlöhnung nach kantonalen Ansätzen (Schulleiterzulage) mit üblichen Sozialleistungen
Zusammenarbeit in einsatzfreudigem, aufgeschlossenem Team

Stellenantritt nach Übereinkunft o. Frühling 1979
Weitere Auskünfte erhalten Sie unter der Telefonnummer unserer Schule (01 720 11 29).

Schriftliche Bewerbung richten Sie bitte an:

Gruppenschule Thalwil, Seestrasse 155, 8800 Thalwil

Wir suchen für die folgenden Lehrstellen ausgebildete Fachkräfte:

1 hauptamtliche Lehrkraft

für die Fächer Klavier und Violine
für die Liechtensteinische Musikschule

(Eintritt zum nächstmöglichen Termin)

Voraussetzung ist der Nachweis eines abgeschlossenen Musikstudiums (staatl. Musiklehrerprüfung oder künstl. Reifeprüfung)

1 hauptamtliche Lehrkraft

für den Musikunterricht am Liechtensteinischen Gymnasium und an der Sekundarschule Vaduz (Diese beiden Schulen sind in der gleichen Schulanlage untergebracht).

Stellenantritt auf den Beginn des Schuljahres 1979/80 im April 1979.

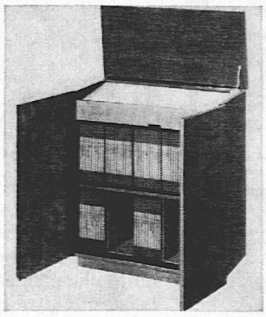
Wir bieten ein angenehmes Arbeitsklima, gute Besoldung im Rahmen der staatlichen Besoldungsordnung, Beitritt zur staatlichen Pensionskasse oder Sparversicherung sowie verschiedene weitere Sozialleistungen.

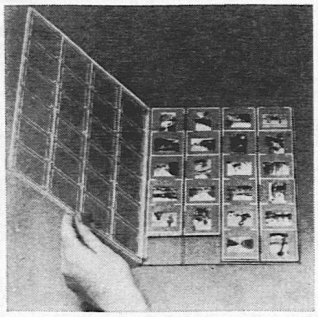
Bewerbungen mit Lebenslauf, Lichtbild und Zeugniskopien richten Sie bitte mit Angaben des frühestmöglichen Eintrittstermins an:

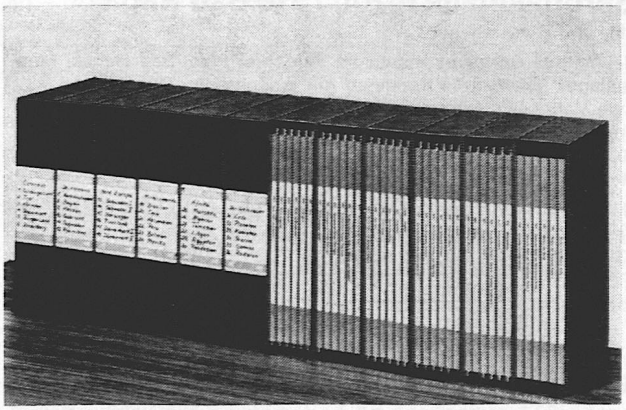
Liechtensteinische Musikschule (für die 1. Stelle)
Liechtensteinisches Schulamt (für die 2. Stelle)

Liechtensteinische Musikschule, St. Florinsgasse 1, FL-9490 Vaduz, Tel. 075 2 46 20
Liechtensteinisches Schulamt, Aeulestrasse 70, FL-9490 Vaduz, Tel. 075 6 64 90

DIA-JOURNAL 24—







DIE DIA-Aufbewahrung

- **Mit einem Blick** sind alle 24 Dias in der **transparenten** Kassette zu überblicken. Auch ein neuer Lehrer oder Stellvertreter ist schnell «im Bild»!
- **Aufgeschlagen wie ein Buch** (durch schnelles Wegziehen der seitlich angebrachten Verriegelung), lassen sich 24 Dias einordnen oder einzelne Dias entnehmen, ohne Verschiebung der zurückbleibenden Dias
- **Staub-** und **rutschsichere** Diaversorgung.
- **Platzsparend:** aufrecht in Reihe gestellt, wie Bücher aufzubewahren.
- **Format:** 21,4×27,7×1 cm dick.
- 100 Kassetten zu 24 Dias = 1 m für 2400 Dias!
- **Übersichtliche Beschriftung** auf dem Kassettenrücken oder noch besser mit verschiedenen farbigen Prägebändern auf der Verschlussschiene
- **Schnelles** und **richtiges Zurücklegen** der entnommenen Dias an die leeren Plätze.
- **Praktisch,** auch für Vortragsreisen: 2, 3 . . . Kassetten in die Mappe stecken . . .
- **Preisgünstig:** ab 20: Fr. 5.85 / 60: Fr. 5.65 / 100: Fr. 5.40 je Stk.
- **Journal-Box** mit 6 Sichtkassetten Journal 24 Fr. 45.60
- **Leuchtpult** (Fr. 40.70) und **Grosslupe** (Fr. 14.50) für das bequemere und genaue Betrachten der Dias.
- Der **Diaschrank 120** mit eingebautem Leuchtpult nimmt 120 Dia-Kassetten auf, das heisst 2880 Dias! Masse: Höhe 80 cm, Breite 70 cm, Tiefe 37 cm. Ausführung: Buche hell oder Nussbaum. Preis Fr. 770.—
- oder **Diaschrank 180** für 180 Kassetten = 4320 Dias. Preis Fr. 880.—

Alleinauslieferung für Schulen

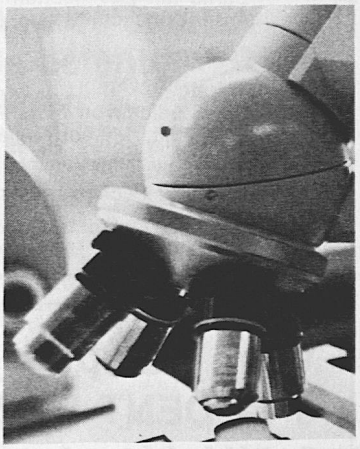
Dr. Ch. Stampfli, Lehrmittel,
3073 Gümligen-Bern
Walchstrasse 21, Telefon 031 52 19 10

Mikroskopieren mit Zeiss

damit Sie mehr sehen – und weniger bezahlen!

Zeiss Junior 2 Mikroskope mit Zeiss-Qualitätsoptik schon ab Fr. 1100.–

- für alle Studienrichtungen geeignet
- in verschiedenen Optik-Ausführungen lieferbar
- mit hohem Bedienungskomfort



ZEISS
West Germany

Informations-Check
Bitte senden Sie mir Unterlagen über die Junior 2 Mikroskope. Ich interessiere mich besonders für:
☐ Studenten-Mikroskop ☐ Labor-Mikroskop
☐ Ärzte-Mikroskop

Name _____
Institut _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____

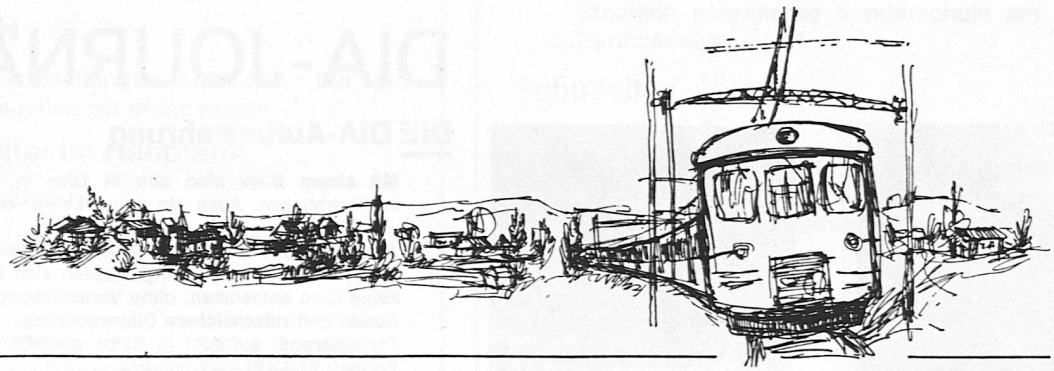
Hobby-, Schüler- und Studentenmikroskop Fr. 1133.–*

Binokulares Schüler-, Studenten-, Kurs- und Lehrermikroskop Fr. 1660.–*

Binokulares Arzt- und Labormikroskop Fr. 2278.–*
* inkl. Wust

CARL ZEISS ZÜRICH AG
8021 Zürich
Grubenstrasse 54
Telefon 01 66 23 00
1006 Lausanne
Av. Juste-Olivier 25
Téléphone 021 22 26 46

Ferien und Ausflüge



Ski- und Klassenlager

Aurigeno/Maggiatal TI: 62 B., 341 m ü. M., Mietpreis: Fr. 5.—.
Les Bois / Freiberge: 30 bis 140 B., 938 m ü. M., Fr. 4.—
Oberwald/Goms VS: 34 B., 60 B und 120 B., 1368 m, Fr. 5.—/ 4.50

Frau R. Zehnder, Hochfeldstrasse 88, 3012 Bern, Telefon 031 23 04 03 / 25 94 31.

W. Lustenberger, Ob. Weinhalde 21, 6010 Kriens, Telefon 041 45 19 71.

Für Winterklassenlager oder Winterferien für Schulreisen und Wochenenden

nach Graubünden Parsenngebiet/Heuberge

haben wir noch einige Termine frei. Moderne neue Skiliftanlage beim Haus geeignet für Touren und Tageswanderungen.

Schöne Zimmer und Lager für 85 bis 90 Personen.
Günstiger Preis für Halb- und Vollpension.

Anfragen an: Fam. P. Emmenegger, Ski- und Berghaus Heuberge 7299 Fideris

Berggasthaus Pizol, 7310 Bad Ragaz

Ski- und Klassenlager

Heimeliges Berghaus mitten im Skigebiet Pizol/Bad Ragaz. Massenlager für etwa 60 Personen mit Waschraum, Dusche und WC, gute Vollpensionsverpflegung, günstiger Preis.
Freie Termine 1979: 8. bis 13. Januar / 15. bis 20. Januar / 29. Januar bis 3. Februar / 26. Februar bis 3. März, ganzer Monat März 1979.

Nähere Auskunft erteilt Ihnen gerne:
Familie Moro, Berggasthaus Pizol,
7310 Bad Ragaz, Tel. 085 9 23 50

Zu vermieten

Ferienhaus

in Pany GR, Platz für 44 Pers. Noch frei vom 27. Januar bis 3. Februar und Juni/Juli 1979.

J. Hertner, Matels, 7241 Pany
Tel. 081 54 16 14

KLASSEN-SKILAGER

30 bis 60 Betten, 1- bis 4-Bettenzimmer, fl. w/k Wasser
2 Aufenthaltsräume, 2 Häuser

Zinal Ski-/Hallenbad

Les Marecottes Ski-Zoo
Ohne Pension = Fr. 6.—
Vollpension = Fr. 20.—

Home Belmont
1923 Les Marecottes

MAISON DU LÉMAN NYON
Das Genfersee-Museum

Segel-, Dampf- und Motor-Schifffahrt
Barke mit lateinischen Segeln
Antriebsmaschine des Dampfers HELVETIE

Berufsfischerei

Wissenschaft
Die Studien von F. A. Forel über Seekunde, Erdwissenschaft, Meteorologie, Fische, Seevögel, Wasserpflanzen

Statue eines keltischen unbekannten Gottes

Kunstmaler der Genferseegegend
Sammlung des Malers A. Hermanjat

Sport/Erholungs Zentrum Frutigen

bernerOberland

Für:
Klassen-, Wander-, Ferien- und Skilager

Information: Verkehrsbüro
CH-3714 Frutigen, Tel. 033 71 14 21

180 Betten, hauptsächlich Zwölfer- und Sechserzimmer. Sportanlagenbenützung, inkl. Hallen-/geheiztes Freibad, im Pensionspreis inbegr.

Votre camp de ski à la DENT-DE-VAULION (1486 m) 2 téléskis et restaurant

Grande ferme aménagée de 50 places, avec cuisine équipée. Chauffage électrique.

Prix pour la semaine, **Fr. 1700.—**, téléskis compris.

Réservez tout de suite :
H. PILET, 1349 VAULION, tél. (021) 83 91 14.

USA 1979

Camp Counselor
(Ferienlagerleiter) im Sommer für Damen und Herren von 18—27 Jahren

Hospitality Tours
Frühling bis Herbst,
2—5 Wochen für 17 bis 27-jährige

Familienaufenthalte
für Mädchen von 18—24 Jahren
2 bis 4 Monate mit der Möglichkeit Englischkurse zu besuchen.

Auskunft durch : INTERNATIONAL SUMMER CAMP
Postfach 406, 5401 BADEN, Tel (056) 22 32 60.

Waltensburg-Brigels GR

Winter-Ferienlager für 40 Personen (Vollpension). Direkt bei Sesselbahn gelegen, schönes Skigebiet. Frei 7. bis 27. Januar und 4. bis 10. März 1979. Günstige Preise für Lager und Bergbahnen.

Auskunft: Bergbahnen, 7165 Brigels, Tel. 086 4 16 12

Gruppenhaus Almagellerhof

Herbst- und Winterlager

frei vom 13. Januar bis 3. Febraur und ab 17. Februar bis vor Ostern 1979. Auch für Selbstkochergruppen; sehr günstige Preise.

Telefon 028 57 29 06 (bis 18 Uhr), 028 57 26 46 oder 57 16 44.

stellenlos?

Interessante Tätigkeit in Papeterie bis Frühjahr 1979.

Raum Bern.

Chiffre G 24826, Publicitas, 3001 Bern

Musikhaus und Jugendherberge 3770 Zweisimmen, Tel. 030 2 21 88

Es sind noch 2 Wochen frei für 70 bis 100 Personen

Schüler-Skilager

vom 21. bis 27. Januar 1979 oder 18. bis 24. Februar 1979

Ab 4. 3. 1979 noch frei für kleine Schulen bis 31. 3. 1979.

Ferienhaus Waldegg
7323 Wangs-Pizol

offeriert beste Unterkunft und Verpflegung für Schulgruppen zu günstigem Preis.
Im Sommer auch für Selbstkocher.
Weihnachten besetzt.

B. Ackermann,
Hotel Baschalva,
Tel. 085 2 17 91

Skilager gesucht

für ca. 60 Personen vom 12. bis 17. Februar 1979 oder ev. gleicher Zeitraum 1980.

Selbstkocher.

Schulen Murgenthal, F. Indermühle, 4857 Riken,
Tel. 063 / 46 10 60

In Goms (Wallis)

Landschulwochen – Ferienlager Schulreisen – Skilager – Langlauflager

bis 30 Personen. Auskunft und Anmeldung Familie S. Aellig, Posthaus, 3985 Münster, Tel. 028 / 73 11 10

Sporthotel Chesa Mundaun 7131 Surcuolm/Obersaxen

hat noch folgende

freie Skilager:

im Winter 78/79:

7. bis 13. Januar 79, 140 Kajütenbetten, 13. bis 20. Januar 79, 75, 4. bis 10. Februar, 90, 25. Februar bis 3. März, 100, ab 3. März 140 bis auf weiteres.

Bitte telefonieren Sie an 086 3 11 12, Fam. Graf.

Frühling-, Sommer- und Herbstlager im Tessin in der

Capanna Aget Monte Generoso

1100 m. ü. M. / 40 Plätze / Küche / Licht / Telefon / WC / Dusche / usw.

Anfragen und Prospekte: Markus Felber, via Motta 29, 6850 Mendrisio

La Chotte JURA NEUCHATELOIS

Entre Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds

Le Centre de vacances "La Chotte" à Malvilliers

tient ses locaux à votre disposition pour l'organisation de vos semaines "vertes", séminaires, camps de ski de fond ou de piste, camps d'entraînement, colonies de vacances, etc.

Prix forfaitaires avec pension complète. Pour tous renseignements, téléphonez au 038 33 20 66.

berner oberland

Centre de sports et de détente Frutigen

Pour camps d'école, de marche, de vacances et de ski (centre de ski Elsigenalp-Metsch, 2100 m d'altitude).

Information : Office du tourisme
CH-3714 Frutigen, tél. (033) 71 14 21
180 lits, surtout des dortoirs à douze et à six personnes, utilisation des installations de sports, avec piscine couverte et piscine chauffée à ciel ouvert, compris dans le prix de la pension.

Ski- und Ferienhaus Alte Sektion, Flumserberge-Mittenwald

in nächster Nähe von Natureisfeld und Hallenbad hat noch folgende

freie Skilager:

2. bis 13. Januar 1979 – 90 Kajütenbetten
4. bis 10. Februar 1979 – 90 Kajütenbetten
3. bis 10. März 1979 – 60 Kajütenbetten
ab 10. März 1979 – 90 Kajütenbetten

Modern eingerichtete Touristenunterkunft in Schlafräumen zu 10, 12 und 14 Betten, mit Verpflegung.

Zwei-, Drei- und Vierbettzimmer für die Lagerleitung.

Auskunft und Reservation: Werner Dennler, Postfach 583, 8304 Wallisellen, Tel. 01 830 16 80

Zernez / Engadin
(Schweizer Nationalpark)

Ferienlager, 60 Plätze, für Selbstkocher bzw. Halb- oder Vollpension.

Familie Patscheider, Hotel Bär & Post, Tel. 082 8 11 41

KONTAKT/CONTACT
CH-4411 LUPSINGEN

Wenn Sie die Arbeitswut packt,

eine einzige Postkarte an uns (wer, wann, wieviel), und die gesuchte Unterkunft wird gefunden. Kostenlos.

Antike Möbel

Verkauf
Reparaturen

stilecht + preisgünstig
Walter Zurlinden
Antik-Schreinerei
Oberdorf 51, 5243 Mülligen/AG
Telefon 056/85 16 54

Mülligen, nähe Baden und Brugg, liegt an der Reuss
Von der Ausfahrt Baden der N 1 in 5 Minuten erreichbar

disentis

Sommer- und Winterkurort

FERIENHAUS SAX

Das neueste Ferienhaus in Disentis. Eröffnung Weihnachten 1978. 56 Betten, alles Zweier- und Viererzimmer. Alle Zimmer mit Warm- und Kaltwasser, zum Teil auch mit WC und Dusche. Übrige WC und Dusche auf der Etage. Grosser Essaal und grosser Aufenthaltsraum. Es wird Halb- oder Vollpension abgegeben. Günstige Preise. Ganzjährig geöffnet. In nächster Nähe Bergbahn (und Skilifte) und Sportzentrum (Tennisplätze, Minigolf, Vita-Parcours, Kinderspielplatz).
Geeignet für Familien, Schulen, Gruppen und Vereine.

Auskunft: Alois Deflorin, Cons, 7180 Disentis GR, Tel. 086 7 53 73

Für Landschulwochen und Skilager nach Wengen BO

Noch freie Wochen in der Wintersaison 1979 vom 2. bis 7. Januar und vom 12. bis 24. März 1979. Sommersaison noch freie Wochen im Juni, August und September.

Anfragen an: Ferienheim der Stadt Thun, 3823 Wengen
Tel. (036) 55 17 18 oder Schulsekretariat der Stadt Thun, 3600 Thun, Tel. (033) 21 88 11

JE SKIE A ROBELLA

Buttes - Val-de-Travers

Crédit Foncier Vaudois

Caisse d'épargne cantonale

Consultez-nous

— pour vos placements

— pour vos emprunts hypothécaires en 1er rang

CRÉDIT FONCIER VAUDOIS

Rendement + sécurité

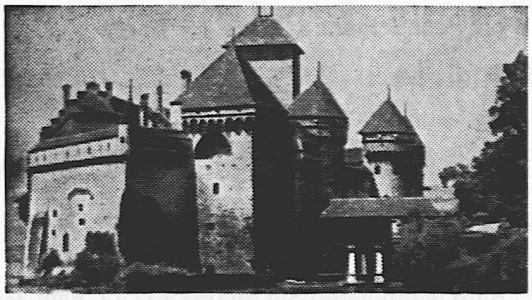
Membre de l'Union des banques cantonales.

ÉCOLE D'ÉTUDES SOCIALES ET PÉDAGOGIQUES

LAUSANNE

Centre de formation d'éducateurs spécialisés
Ecole d'éducateurs et d'éducatrices de la petite enfance
Ecole d'ergothérapie
Ecole de service social et d'animation

Renseignements et conditions auprès de la direction :
Claude PAHUD, lic. ès sc. péd., chemin de Montolieu 19
case postale 152, 1000 LAUSANNE 24
tél. (021) 33 43 71



VISITEZ LE FAMEUX CHÂTEAU DE CHILLON A VEYTAUX-MONTREUX

Tarif d'entrée : Fr. 1.— par enfant entre 6 et 16 ans.
Gratuité pour élèves des classes officielles vaudoises, accompagnés des professeurs.

Bezugsquellen für Schulbedarf und Lehrmittel

Produkteverzeichnis

Arbeitsblätter
für Deutsch, Geographie, Handarbeit, Rechnen und Vorschule
SABE-Verlagsinstitut, Bellerivestr. 3, 8008 Zürich, 01 32 35 20

Arbeitstransparente für Geographie, Zoologie und Botanik
H. Roggwiler, Schulmaterial u. Lehrmittel, 8908 Hedingen, 01 99 87 88

Audio-Visual
MEMO AV-Electronic-Video AG, 8301 Glattzentrum, 01 830 52 02

Biologie-Präparate
Greb, Präparator, 9501 Busswil TG / Wil SG, 073 23 21 21

Blockflöten
Musikhaus zum Pelikan, Hadlaubstr. 63, 8044 Zürich, 01 60 19 85

Bücher
für den Unterricht und die Hand des Lehrers: **PAUL HAUPT BERN,** Falkenplatz 14, 3001 Bern, Telefon 031 23 24 25, Herausgeber des «Vademecums für den Schweizer Lehrer»; Verlag der Schweizer Heimatbücher
HORTULUS Fachbuchhandlung für musische Erziehung, 8307 Effretikon
SABE-Verlagsinstitut, Bellerivestr. 3, 8008 Zürich, 01 32 35 20

Bürodruckmaschinen/Kopierapparate
Pfister-Leuthold AG, Baslerstr. 102, 8048 Zürich, 01 52 36 30

Dia-Aufbewahrung
Journal 24, Dr. Ch. Stampfli, Walchstr. 21, 3073 Gümligen BE, 031 52 19 10
Perrot AG, AV-Abteilung, Neuengasse 5, 2501 Biel, 032 22 76 31

Diamantinstrumente- und Vorlagen für Zeichnen auf Glas
GLAS+DIAMANT, Schützengasse 24 (HB), 8001 Zürich, 01 211 25 69

Diapositive
DIA-GILDE, Wülflingerstr. 18, 8400 Winterthur, 052 25 94 37

Dia-Service
Kurt Freund, DIARA Dia-Service, 8056 Zürich, 01 46 20 85

Dias/Diatransparente
Reinhard Schmidlin, AV Medien/Technik, 3125 Toffen BE, 031 81 10 81

Didaktische Arbeitsmittel und Werkenmaterial
Schubiger Verlag AG, 8400 Winterthur, 052 29 72 21

Elektrische Messgeräte
EMA AG, Bahnweg 95, 8706 Meilen, 01 923 07 77

Farben, Mal- und Zeichenbedarf
Jakob Huber, Waldhöheweg 25, 3013 Bern, 031 42 98 63

Farbpapiere
INDICOLOR J. Bollmann AG, Heinrichstr. 177, 8031 Zürich, 01 42 02 33

Flugmodellbau
C. Streil & Co., Rötelstr. 24, 8042 Zürich, 01 28 60 99

Foto-Laboreinrichtungen
Perrot AG, Ind.-Abteilung, Neuengasse 5, 2501 Biel, 032 22 76 22

Getränke- und Verpflegungsautomaten
AVAG AG, Bernerstrasse Nord 210, 8064 Zürich, 01 64 48 64

Keramikbrennöfen
Tony Güller, NABER-Schulbrennöfen und Töpfereibedarf, 6644 Orselina
KIAG, Keramisches Institut AG, Economy-Schulbrennöfen und Töpfereibedarf, 3510 Konolfingen, 031 99 24 24

Klebstoffe
Briner & Co., HERON-Leime, 9000 St. Gallen, 071 22 81 86

Kopiergeräte
Rex-Rotary AG, 3000 Bern 15, 031 43 52 52

Laboreinrichtungen
Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21
MUCO, Albert Murri & Co. AG, 3110 Münsingen, 031 92 14 12

Lehrmittel
SABE-Verlagsinstitut, Bellerivestr. 3, 8008 Zürich, 01 32 35 20

Mikroskope
Digitana AG, Burghaldenstr. 11, 8810 Horgen, 01 725 61 91
Nikon AG, Kaspar-Fenner-Str. 6, 8700 Küsnacht ZH, 01 910 92 62
OLYMPUS, Weidmann & Sohn, 8702 Zollikon, 01 65 51 06
Kochoptik AG, Bahnhofstrasse 11, 8001 Zürich, Telefon 01 221 23 50

Mobiliar
ZESAR AG, Postfach 25, 2501 Biel, 032 25 25 94

Musik
Jecklin Musikhaus, Rämistrasse 30 u. 42, Zürich 1, 01 47 35 20

Nähmaschinen
Elna SA, 1–5 Avenue de Châtelaine, 1211 Genf 13

Offset-Kopierverfahren
Ernst Jost AG, Wallisellenstr. 301, 8050 Zürich, 01 41 88 80

ORFF-Instrumente, Studio 49-GB-Sonor
Musikhaus zum Pelikan, Hadlaubstrasse 63, 8044 Zürich, 01 60 19 85

Peddigrohr und alle anderen Flechtmaterialien
VEREINIGTE BLINDENWERKSTÄTTEN BERN, Neufeldstrasse 95, 3012 Bern (Telefon 031 23 34 51).

Physikalische Demonstrations- und Schülerübungsgeräte
LEYBOLD HERAEUS AG, Ausstellungsräume: Bern, Zähringerstr. 40, 031 24 13 31, Zürich, Oerlikonerstr. 88, 01 46 27 22
METALLARBEITERSCHULE, 8400 Winterthur, 052 84 55 42

Programmierte Übungsgeräte
LÜK Dr. Ch. Stampfli, Walchstr. 21, 3073 Gümligen-Bern, 031 52 19 10

Projektionstische
Aecherli AG, Alte Gasse 12+14, 8604 Volketswil, 01 945 46 87
Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21
Perrot AG, AV-Abteilung, Neuengasse 5, 2501 Biel, 032 22 76 31

Projektionswände
Theo Beeli AG, Postfach, 8029 Zürich, 01 53 42 42
Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21
Perrot AG, AV-Abteilung, Neuengasse 5, 2501 Biel, 032 22 76 31

Projektoren
H = Hellraum, TF = Tonfilm, D = Dia, TB = Tonband, TV = Television, EPI = Episkope
Bischoff Erwin, AG für Schul- und Büromaterial, 9500 Wil, 073 22 51 66 (H TF D EPI)
MEMO AV-Electronic-Video AG, 8301 Glattzentrum, 01 830 52 02 (H TF D TB TV)
A. MESSERLI AG (AVK-System), 8152 Glattbrugg, 01 810 30 40 (H)
Perrot AG, AV-Abteilung, Neuengasse 5, 2501 Biel, 032 22 76 31 (H, TF, D, EPI)
Rex-Rotary AG, 3000 Bern 15, 031 43 52 52

Reisszeuge
Kern & Co. AG, 5001 Aarau, 064 25 11 11

Ringordner
Bolleter AG, Fabrik für Büroartikel, 8627 Grüningen, 01 935 21 71

Schulhefte und Blätter
Ehrsam-Müller AG, Limmatstr. 34, Postfach, 8021 Zürich

Schultheater
Eichenberger Electric AG, Ceresstr. 25, Zürich, 01 55 11 88, Bühneneinrichtungen, Verkauf/Vermietung von Theater- und Effektbeleuchtung

Schulwerkstätten
V. Bollmann AG, 6010 Kriens, 041 45 20 19
Lachappelle AG, 6010 Kriens, 041 45 23 23
Pestalozzi+Co, Schulwerkstätten, Münsterhof 12, 8022 Zürich, 01 221 16 11
Hans Wettstein, Holzwerkzeugfabrik, 8272 Ermatingen, 072 64 14 63

Selbstklebefolien
HAWE P. A. Hugentobler, Mezenerweg 9, 3000 Bern 22, 031 42 04 43

Sprachlabors
CIR Bundesgasse 16, 3000 Bern, 031 22 91 11 (TELEDIDACT 800)
Philips AG, Edenstr. 20, 8027 Zürich, 01 44 22 11
MEMO AV-Electronic-Video AG, 8301 Glattzentrum, 01 830 52 02

Sprachlehranlagen
APCO AG, Postfach, 8045 Zürich (UHER-Lehranlagen), 01 35 85 20
CIR Bundesgasse 16, 3000 Bern, 031 22 91 11 (TELEDIDACT 800)
ELEKTRON, G.A.G. Gysin A.G., Byfangweg 1a, 4051 Basel, 061 22 92 22
REVOX ELA AG, Althardstrasse 146, 8105 Regensdorf, 01/840 26 71

Stromlieferungsgeräte
MUCO, Albert Murri & Co. AG, 3110 Münsingen, 031 92 14 12

Television für den Unterricht
FSG, G.A.G. Gysin A.G., Byfangweg 1a, 4051 Basel, 061 22 92 22

Thermokopierer
Rex-Rotary AG, 3000 Bern 15, 031 43 52 52
A. MESSERLI AG (AVK-System), 8152 Glattbrugg, 01 810 30 40 (H)

Tierpräparate und Sammlungsrenovationen
Walther, Zoolog. Präparator, Dachslernstr. 61, 8048 Zürich, 01 62 03 61

Tischtennistische und Zubehör
Ping Pong Lutz, 3097 Liebefeld, 031 53 33 01, Holz, Beton, Methalan

Töpfereibedarf
KIAG, Keramisches Institut AG, 3510 Konolfingen 031 99 24 24

Tuschefüller
Kern & Co. AG, 5001 Aarau, 064 25 11 11

Umdrucker
Ernst Jost AG, Wallisellenstr. 301, 8050 Zürich, 01 41 88 80
Rex-Rotary AG, 3000 Bern 15, 031 43 52 52

Vervielfältigungsmaschinen
Rex-Rotary AG, 3000 Bern 15, 031 43 52 52

Wandtafeln
Hunziker AG, 8800 Thalwil, 01 720 56 21
Jestor Wandtafeln, 5705 Hallwil AG
E. Knobel, Chamerstrasse 115, 6300 Zug, 042 21 22 38
Schwertfeger AG., 3027 Bern, 031 56 06 43

Webrahmen
ARM AG, 3507 Biglen, 031 90 14 62

Zeichenpapier
Ehrsam-Müller AG, Limmatstr. 34, Postfach, 8021 Zürich

Handelsfirmen für Schulmaterial

Aecherli AG, Alte Gasse 12+14, 8604 Volketswil, 01 945 46 87
Umdrucker, Therm- und Nasskopiergeräte, Arbeitsprojektoren, Projektionstische, Leinwände, Zubehör für die obenerwähnten Geräte. Diverses Schulmaterial.

Audiovisual GANZ, Ganz & Co., Seestr. 259, 8038 Zürich, 01 45 92 92
Projektoren für Dia, Film, Folie; Schul-TV; Projektionswände, -tische, -zubehör; Tonanlagen, Planung, Service.

Bischoff Erwin, AG für Schul- & Büromaterial, 9500 Wil SG, 073 22 51 66
Sämtliche Schulmaterialien, audiovisuelle Apparate und Zubehör, Sprachlehranlagen EKKEHARD-Studio.

OFREX AG, 8152 Glattbrugg, 01 810 58 11
Hellraumprojektoren, Kopiergeräte, Umdrucker, alles Zubehör wie Filme, Matrizen, Fotokopiermaterial usw.

Optische und techn. Lehrmittel, W. Künzler, 5108 Oberflachs, 056 43 27 43
Hellraumprojektoren, Liesegang-Episkope, Dia-Projektoren, Mikroskope, Fotokopierapparate+Zubehör. **In Generalvertretung:** Telek-Leinwände, Züfra-Umdruckapparate+Zubehör, Audio-visual-Speziallampen.

PANO Produktion AG, Franklinstr. 23, 8050 Zürich, 01 46 58 66
Pano-Vollsichtklemmleiste, -Klettenwand, -Bilderschrank, -Wechselrahmen, -Lehrmittel, fegu-Lehrprogramme, Weisse Wandtafeln, Stellwände.

Perrot AG, AV-Abteilung, Neuengasse 5, 2501 Biel, 032 22 76 31
Schreibprojektoren+Episkope Beseler/Lara, Endlos-S-8-Projektoren, Didaktische S-8-Filme, Dia-Projektoren, Projektionswände.

Racher & Co. AG, 8025 Zürich 1, 01 47 92 11
Farben-, Mal- und Zeichenbedarf, Hellraumprojektoren und Zubehör, Zeichentische und -maschinen.

Kantonsschule Glarus

Auf den 16. April 1979 ist eine

Hauptlehrstelle für Geschichte und Geografie

zu besetzen.

Die Bewerber müssen Inhaber des Diploms für das Höhere Lehramt sein. Lehrerfahrung auf der Mittelschulstufe ist erwünscht.

Die Kantonsschule Glarus führt ein Gymnasium A/B/C und eine Lehramtsschule.

Vor der Anmeldung ist vom Rektorat der Kantonsschule Glarus, 8750 Glarus, schriftlich Auskunft über die einzureichenden Ausweise und die Anstellungsbedingungen einzuholen.

Die Anmeldungen sind bis Samstag, 18. November 78, dem Rektorat der Kantonsschule Glarus, 8750 Glarus, einzureichen.

Guteingeführte Erwachsenenschule des zweiten Bildungsweges
(Fern- und Seminarunterricht)
sucht für ihre Abt. Handelsschule und höhere Wirtschaftsfachschule einen initiativen

Handelslehrer als Fachvorstand im Nebenamt

Es könnte auch ein Praktiker mit Hochschulbildung in Frage kommen. Hauptaufgabe: Disposition und Überwachung der verschiedenen Massnahmen im Zusammenhang mit der Durchführung von Vorbereitungskursen auf eidg. Prüfungen für Erwachsene (z. B. Fähigkeitsprüfung für kaufm. Angestellte, höhere Fachprüfungen für Buchhalter und Direktionssekretärinnen usw.). Der Hauptteil dieser Tätigkeit könnte zu Hause erfolgen, wobei der monatliche Zeitaufwand ca. 15 bis 20 Stunden betragen dürfte. Interessante Monatspauschale. Offerten mit Angaben über berufliche Qualifikation bitte unter Chiffre 2721 an die Schweizerische Lehrerzeitung, 8712 Stäfa. Volle Diskretion!

OASE
Bewegungs- und Kreativzentrum
Hoffeld 24 (Nähe Buchegg) 8057 Zürich

Körperarbeit
Bewegungs-, Tanz- und Atemtherapie und

Spontanes Malen
als Mittel zur Selbst-Erfahrung+Entfaltung

Kursbeginn 26. Oktober 1978
Kurszeit Donnerstag 19.30 bis 21.30 evtl. Mittwochnachmittag.

Erste Kostprobe ist ohne Kosten und Verpflichtung. Auskunft und telefonische Anmeldung Dienstag von 18.30 bis 22 Uhr und Donnerstag von 10 bis 14 Uhr Tel. 01 737 16 69, übrige Zeit 01 737 22 47.

Primarschule St. Dorothea
6073 Flüeli OW

6., 7. und 8. Klasse Primarschule

Hat Ihre Tochter Schwierigkeiten, in grossen Klassen Schritt zu halten, so findet sie in unserer Privatschule Gelegenheit, sich in Kleingruppen seelisch entspannt zu entwickeln.

Nähere Auskunft bei der Direktion (Telefon 041 66 12 74)

Rudolf Steiner Internatsschule

im Engadin sucht

Klassenlehrer(in) und Erzieher(in)

für sofort oder nach Vereinbarung.

Bewerbungen sind erbeten an Bergschule Avrona, 7553 Tarasp, Telefon 084 9 13 49.

Belasten Ihr Budget wenig:

elektronische Mettler Waagen

6276.71

Preisgünstig elektronisch wägen ist für den Benutzer einer Mettler PB-Waage Wirklichkeit geworden. Einfache Gewichtsbestimmungen und Plus-Minus-Kontrollen sind die Stärke dieser Modellreihe. Ganz abgesehen von der 1-Tasten-Automatik und der grossen 7-Segment-Anzeige, auf die man bei jeder Mettler zählen kann.

Für höhere Anforderungen gibt es bei Mettler die bewährte PL-Reihe. Beispielsweise für rationelle Mischarbeiten mit Netto-Zwischentotal, für das Ausdrucken von Wägeprotokollen oder für zuverlässige Wägungen auch unter ungünstigen Bedingungen. In jedem Fall wählen Sie eine echte Mettler, von der Sie wissen: Viel Nutzen bei bester Qualität amortisiert sich rasch. Verlangen Sie die PB- und PL-Prospekte. Dort zeigen wir Ihnen, warum eine Mettler so oder so Ihr Budget wenig belastet.

Mettler

Massgebend für Wägen und Messen

Elektronische Waagen und Wägesysteme · Thermoanalytische Geräte · Automatische Titrationssysteme · Laborautomation

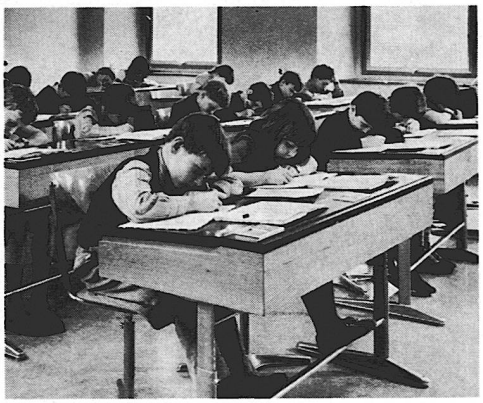
---

Mettler Instrumente AG, CH-8606 Greifensee, Schweiz, Telex 54592 · Mettler-Waagen GmbH, D-6300 Giessen 2, Postfach 2840
Mettler Instrumenten B.V., Postbus 68, Arnhem, Holland · Mettler Instrument Corporation, N.J. 08520, USA · Sofranie S.A., France

Haltungsschäden?
Déformations de la colonne vertébrale?

Mit dem durchdachten Lesständer **UNI BOY** erleichtern Sie den Schülern das Lesen, Abschreiben und Musizieren.

Avec le support **UNI BOY** vous facilitez à vos écoliers la lecture, les travaux de copie et les devoirs.



Verlangen Sie Muster und Elternzirkulare oder ein Sonderangebot für die Ausrüstung Ihrer Schüler mit dem Lesesständer **UNI BOY.**
Demandez un échantillon et des avis aux parents ou une offre pour l'équipement de vos écoliers avec le support **UNI BOY.**

BERNHARD
ZEUGIN

Schulmaterial
Matériel scolaire

CH-4242 Dittingen BE

BIO-STRATH®

Verlangen Sie unsere Gratisbroschüre «Bio-Strath 7-Tage-Diät» Bio-Strath AG, Postfach, 8032 Zürich

Aufbaupräparate von hohem gesundheitlichen Wert

- helfen bei Müdigkeit, Nervosität und Konzentrationsschwäche
- stärken die Widerstandskraft
- erhöhen die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit

Die Tabletten sind ideal für Diabetiker da zuckerfrei

Die Wirksamkeit von Bio-Strath ist wissenschaftlich erwiesen