

**Zeitschrift:** Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers

**Herausgeber:** Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung; Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare; Verein für Schweizerisches Anstaltswesen

**Band:** 24 (1953)

**Heft:** 3

**Artikel:** Mehr Obst essen!

**Autor:** E.A.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-808725>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

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

## Mehr Obst essen!

Am 1. Februar meldete der Schweizerische Obstverband einen Lagerbestand von über 1700 Wagen à 10 t Tafelobst. Darunter waren noch mehr als 400 Wagen Boskoop, ein Apfel, der die Genussreife unterdessen erreicht hat und gegessen werden sollte.

Wie steht es heute, vier Wochen später! Trotz allen Anstrengungen seitens des Obsthandels findet unser erstklassiges Schweizerobst nur mühsamen Absatz. Obst soll in erster Linie billig, sehr billig sein, bis es einen Käufer findet. Mit dem grossen gesundheitlichen Wert, dem Reichtum an reinem Fruchtzucker, an lebensnotwendigen Mineralsalzen, Fruchtsäuren und Vitaminen wird wenig gerechnet. Ein Produkt, das uns im Herbst in so grosser, oft überreicher Menge entgegenfällt, hat es überaus schwer, gerade in physiologischer Hinsicht als unentbehrlich und lebensnotwendig gewürdigt zu werden. Obst gilt mehr als eine Art Beigabe, vielleicht als willkommene Zwischenverpflegung, aber nicht als Hauptmahlzeit, nicht als wirklich in seiner Art vollwertig zu nehmendes Nahrungsmittel.

Denken wir daran, dass gerade auch in *Anstalten* diese Obstmahlzeit nicht fehlen darf. Der Apfel hilft mit, unsere Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten aller Art zu erhöhen. Vor allem sind ältere Leute, die weniger Bewegung haben, die an Verdauungsbeschwerden, an Rheumatismus usw. leiden, auf Früchte angewiesen. Bei der Jugend dürfen wir auf keinen Fall auf Obst verzichten, da es uns Aufbaustoffe in bester Form liefert.

In den Kollektivbetrieben, die über genügend Mithelfer in der Küche verfügen, spielt auch eine zusätzliche Rüstarbeit keine grosse Rolle. Hier kann auch bereits ausgelagertes Obst (C-Qualität) zu billigerem Preise übernommen werden. Apfelkompott ist an Stelle von Salat immer willkommen und heute ebenso geschätzt als Lieferant wichtiger Begleitstoffe, die unser Körper zur übrigen Nahrung, zu Stärke, Eiweiss und Fett benötigt. Die Fruchtsäuren und Pektine wirken zudem verdauungsanregend und regulieren die Darmtätigkeit.

Haben Sie noch genügend eigenes Obst? Wenn nein, entschliessen Sie sich zu einer grösseren Be-

stellung im nächsten Kühllagerhaus. Bestimmt wird sich die passende Qualität zu einem tragbaren Preise finden. Obst essen ist gesund für Sie, wie auch für Ihre Pflegebefohlenen. Gönnen Sie den Insassen ihre wöchentlichen Obstmahlzeiten und, im Zeichen unseres Obstüberflusses, ihren täglichen Apfel.

E. A.

### Aus dem Wörterbuch für Sozialarbeiter \*

*Altersbeschäftigung und -arbeit* Bereitstellung und Zuweisung von Freizeitbeschäftigung und Erwerbsarbeit an alte Leute. Teil des Altersproblems. Aus physiologisch-psychologischen sowie einzel- und volkswirtschaftlichen Gründen nötig.

*Altersbeihilfe* In festen Sätzen ausgerichtete einseitige Leistungen von Kantonen und Gemeinden an über 65jährige Personen in Ergänzung der Leistungen der AHV. Auf die Altersbeihilfe besteht unter bestimmten Voraussetzungen bezüglich Einkommen und Vermögen ein Rechtsanspruch.

*Administrativversorgung* Durch Verwaltungsbehörden (Armenpflegen, Vormundschaftsbehörden und Justizdirektionen) auf Grund der Armengesetze, des ZGB oder kantonaler Versorgungsgesetze vorgenommene Familien- oder Anstaltsversorgung.

*Altersfürsorge, eidgenössische* Durch BB vom 8. Oktober 1948 geregelte Bundesbeiträge an die Kantone und die Schweizerische Stiftung «Für das Alter» für Unterstützungsbeiträge an Härtefälle.

*Altershilfe (-fürsorge)* Bestrebungen und Massnahmen zur Lösung des Altersproblems. Formen: Hilfe für den Lebensunterhalt (Altersversicherung, -beihilfe), Wohnhilfe (Altersheime, Wohnheime und Wohnungen), Arbeitshilfe, seelisch-geistige Hilfe (Alterspflege und -beratung).

*Alterswohnungen* Wohnungen, die meist mit Hilfe der Oeffentlichkeit ausschliesslich für alte Leute erstellt werden und deren Bezug zuweilen von bestimmten Voraussetzungen, z. B. Leistungsberech-

\*) «Wörterbuch für Sozialarbeiter», bearbeitet von W. Rickenbach. 188 Seiten. Fr. 4.—. Zu beziehen bei der Schweiz. Gemeinnützigen Gesellschaft, Postfach Selnau, Zürich 2.

# AMBROSIA

**Speiseöl und Speisefett**  
beide erstklassig