

# Technik und Kultur

M E N S C H U N D G E M E I N S C H A F T

31. Jahrgang

Berlin, 15. April 1940

Nr. 4 · S. 1-18

Inhalt:	Seite	Seite
Gedanken zum 1. Mai . . . . .	2	Besser, nicht länger ausbilden . . . . . 12
Deutscher Bergbau und seine Bedeutung für Technik und Kultur . . . . .	3	Richtige Ernährung — Werden wir satt? . . . . . 13
Gemeinschaftsküche . . . . .	5	Ueber die Physiologie des Nachtschlafes . . . . . 14
Umkleide- und Waschräume im Betrieb . . . . .	6	Gesetze und Verordnungen . . . . . 16
Jugend im Betrieb . . . . .	10	Jeden geht's an . . . . . 17
		Das gute Buch . . . . . 18

## 1. Mai 1940

**F**esttag des schaffenden deutschen Volkes. Jahr um Jahr sind wir an diesem Tage aufmarschiert in Dörfern und Städten zu gewaltigen Kundgebungen, auf denen der Führer zu seinem Volke sprach. Feste und Feiern hoben den Tag vor allen anderen Tagen heraus. Er wurde ein Festtag des ganzen deutschen Volkes, und wenige nur erinnerten sich noch daran, daß er fünfzehn Jahre lang und mehr ein Tag des Kampfes gewesen war, an dem Deutsche gegen Deutsche standen, aufgehetzt durch volksfremde Menschen für volksfremde Ideen. Adolf Hitler erst führte uns über alle Klüfte hinweg zusammen zur Schicksalsgemeinschaft, der keiner entgehen kann. **Festtag der Arbeit** Diese Gemeinschaft feierte seit Jahren den Festtag der Arbeit in Deutschland immer freudiger, immer stolzer, immer hoffnungsfroher. Nun stehen wir an diesem 1. Mai im Krieg für die Freiheit der deutschen Arbeit, es ist keine Zeit für große Ausmärsche des Volkes, keine Zeit für Feste der Freude und des Jubels.

Die schaffenden Deutschen, Männer und Frauen, packen ihre Arbeit an wie an jedem Alltag, denn sie bauen ihre Zukunft. Sie wissen, wenn dieser Kampf siegreich beendet ist, wird wieder ein 1. Mai voll Stolz und Freude kommen. Dann ist die Gemeinschaft des deutschen Volkes durch Opfer, Leid und Blut noch stärker geworden. Kämpfende Soldaten, schaffende Arbeiter, Brüder und Schwestern des deutschen Volkes treten an diesem Tage an, Schulter an Schulter, sie glauben an die Zukunft Deutschlands, sie halten die Fahne des Sieges in der Hand, weil sie an Adolf Hitler glauben.

## Gedanken zum 1. Mai

Es war für die deutschen Arbeiter und erst recht für die anderen Völker der Erde etwas Unerhörtes, was am 1. Mai 1933 in Deutschland geschah: mit einer einzigen Handbewegung hatte damals der Nationalsozialismus alle Hindernisse beiseite gefegt, die einer Einigung aller schaffenden Deutschen und damit auch der Freiheit der deutschen Arbeit im Wege gestanden hatten! Zum ersten Male in der Geschichte eines arbeitenden Volkes war damit unter Beweis gestellt worden, daß nicht die eigennützige Zersplitterung, sondern nur kraftvolle Einigkeit den Schaffenden helfen kann. Das ist eine so einfache und klare Formel, daß man heute in Deutschland nicht mehr begreift, wie es jemals möglich war, im Klassenkampf Aller gegen Alle ein Mittel zur Befreiung der Arbeit zu sehen.

Sieben Jahre rastloser Arbeit sind seither verfloßen — sieben Jahre intensivsten Aufbaues, die — rund heraus gesagt — alle Schäden einer wahnfinnigen Epoche beseitigt haben. Wenn auch der englische Premierminister seine zwei Millionen Arbeitslose als Aktivum bezeichnet — — wir, in Deutschland, sind heilfroh, auf einen solchen unsinnigen Aktivposten verzichten zu können. Wenn der gleiche Premierminister es auch für richtig hält, sein Volk in einen Krieg zu hezen, anstatt sich um die soziale Gerechtigkeit in England zu kümmern — — wir, in Deutschland, kennen keine lagen Auffassungen beim Ausbau des Lebensstandards schaffender Menschen.

Was hier bei uns getan werden muß, wird ganz getan!

Und das ist es, was den Geldsäcken um Herrn Chamberlain am deutschen 1. Mai nicht paßt! Sie fürchten, daß mit der Zeit auch beim letzten englischen Arbeiter die Erkenntnis Raum greifen könnte, daß gerade der Nationalsozialismus, dieser ärgste Feind schmarozhenden Raffkapitals, dazu berufen ist, soziale Ungerechtigkeiten aus der Welt zu schaffen.

Und deshalb führen sie, diese Vertreter des Raffkapitals, den Krieg gegen die deutsche Arbeit und den deutschen Arbeiter!

Sie haben damit nur Eines erreicht: wenn die Masse der schaffenden deutschen Menschen sich schon in den friedlichen Aufbaujahren um den Führer geschart hat — jetzt, bei der Abwehr des verbrecherisch angezettelten Krieges, steht diese Millionenarmee noch fester, noch entschlossener, noch eiserner zu dem Manne, dem sie ihre Befreiung aus unwürdigen Verhältnissen ver-

dankt! Diese Millionenarmee wäre in gewohnter Weise lieber unter den Fahnen der Deutschen Arbeitsfront zu den großen Festplätzen marschiert — die plutokratischen Herrscher Englands haben es anders gewollt! Sie sollen ihren Willen haben: die Millionenarmee mit den härtesten Fäusten und den trotzigsten Köpfen marschiert diesmal unter den Fahnen der deutschen Wehrmacht und sie wird nicht eher demobilisiert werden, bis jeder künftige Angriff auf die deutsche Freiheit, die deutsche Arbeit und den deutschen Aufbau unterbunden sein wird.



Aufn. Anne Winterer

Die Feinde der deutschen Arbeit haben in ihrer Rechnung einen doppelten Fehler gemacht: sie rechnen beim Einsatz ihrer eigenen Mittel mit überlebten Nennern und sie vergessen, daß gerade der deutsche schaffende Mensch etwas gutzumachen hat — er wird den Verrat, den man 1918 an ihm beging, rächen! Zwei Millionen Kameraden, Arbeitskameraden wie jeder andere, marschieren im Geiste in der Front feldgrau gekleideter Männer mit! Sie mahnen in eindringlichstem Schweigen: „Denkt an 1918! Denkt daran, daß man Euch damals in unabsehbares Unglück stieß! Schwört am 1. Mai 1940, nicht eher die Waffen aus der Hand zu legen, bis der endgültige Sieg unsern Tod sinnvoll gemacht hat!“

Das sei unser Schwur am 1. Mai 1940!

F. B. Landgräber, Bergwerksdirektor

## Deutscher Bergbau und seine Bedeutung für Technik und Kultur

Raum ein anderer Beruf kann auf eine derartig lange Geschichte und alte Tradition zurückblicken wie der des Bergmanns. Wir wissen, daß sein ebenso bedeutsamer Bruder — Bergbau und Landbau sind die Urzeuger des Segens der Allmutter Erde — auf eine etwa 5000 Jahre alte Landwirtschaft zurückblicken kann.



Aufn. Archib. „Schönheit der Arbeit“

Andererseits wissen wir, daß unsere Vorfahren ihr Rohmaterial für die ersten Gebrauchsgegenstände der Menschheit, die aus großen Feuersteinblöcken hergestellt wurden, bereits vor 100 000 Jahren mittels Bergwerksbetrieb im sogenannten Trichterbau aus der Tiefe der Erde hervorholten. Die Wissenschaft der Frühgeschichte stützt sich überhaupt vornehmlich auf Funde, die entweder vom Bergbau selbst oder mittels bergtechnischer Einrichtungen geschaffen wurden. Aus ihnen läßt sich die jeweilige Kulturstufe eines Volkes erkennen. Die Faustkeilzeit, die zwischen der älteren und mittleren Steinzeit liegt, und seit der etwa 30 000 Jahre vergangen sind, bediente sich des sogenannten Röhlenbaues zur Gewinnung ihres handwerklichen Rohsteins. Zeugen der mittleren und jüngeren Steinzeit (12 000 bis 5000 vor unserer Zeitrechnung) deuten auf Schächte von 10 Meter Tiefe, Wetterstollen, Sicherheitspfeiler, also auf verhältnismäßig hochentwickelte Bergtechnik hin, deren Leistung wir unsere Bewunderung nicht versagen können. Wie für uns das Eisen, so war für jene Jagdvölker der Flint oder Feuerstein der Rohstoff für Waffen und andere Kulturwerkzeuge.

Am Ende der jüngeren Steinzeit, in der anbrechenden Metallzeit, begann der Erzbergbau auf Kupfer und Zinn, Silber und Gold, der die Rohstoffe lieferte und wegweisend wurde. Wir finden in dieser Zeit von 4200 bis 2150 vor der Zeitenwende den gewaltigen Auf-

schwung der Kultur der Mittelmeerländer, der auf dem Gold-, Kupfer- und Zinnbergbau des Orients beruht. Der vorgeschichtliche Zinn-, Salz- und Kupferbergbau Mitteleuropas fällt in die Zeit von 2100 bis 1250 vor der Zeitrechnung, insbesondere in Salzburg und Tirol. Im 13. Jahrhundert vor der Zeitwende fand die Verarbeitung von Eisenerzen, auf der sich ganze Kulturen gründeten, Eingang. Unsere damaligen Bergmänner holten nicht nur die hierfür benötigten Eisenerze ans Tageslicht, sondern waren zugleich Röhler zur Gewinnung von Verhüttungs-Holzkohle, Hüttenmänner und meist auch noch sogenannte Waldschmiede zur Herstellung des guten deutschen Schwertes und des Pfluges.

Die älteste bergmännische Gewinnung des kostbaren Steinsalzes fand in der Zeit von 1600 bis 900 vor der Zeitenwende statt, und zwar bei Hallstatt, am Dürrenberg und in Salzburg. Im Salzkammergut sind Salzstollen aus dieser Zeit von 400 Meter Länge und

200 Meter Tiefe nachgewiesen. Die älteste nachweisbare Stadt in Amerika, Pueblo, und ihre Bewohner, die wahrscheinlich die Vorläufer der zivilisierten Azteken sind, und die zu Beginn unserer Zeitrechnung auf hoher Kulturstufe standen, gründete sich auf dem Salzbergbau des hohen „Salzmutterberges“ daselbst. Man rühmt dem Salz mit seinen erhaltenden Eigenschaften sowie als Würz- und Kräftigungsmittel nach, daß die Bekanntschaft des Menschen mit ihm der erste Schritt zu einer höheren Kultur bedeutete. Tacitus berichtet, daß um den Besitz dieses begehrten Lebensstoffes Kriege geführt wurden, und zwar zwischen Chatten und Hermunduren.

In der Tat ist die Geschichte des Bergbaues ein erheblicher Teil der Menschheits- und Kulturgeschichte. Jahrtausende dieser Geschichte umfaßt sie. Geschichte des Bergwesens ist Kulturgeschichte im tiefgründigsten Sinne des Wortes. Sie ist die elementarste und doch großartigste Besitzergreifung der Umwelt und Dienstbarmachung der Natur und muß darum ein reiches und vielgestaltiges kulturgeschichtliches Werk sein. Sie umfaßt in gleicher Vertiefung nicht nur die Geschichte der Technologie und Chemie, sondern auch Vorgeschichte, Völkerkunde, Volkskunde, technischen Fortschritt und Wirtschaftsleben, nicht minder auch die Erkenntnis zwischen Mensch und Natur. Eine solche Geschichte gleicht einer Biographie des Menschen, den Aufbaugeschehen seiner Lebenswirklichkeit.

Eine große Anzahl deutscher und ausländischer Städte, Gemeinden und Gaue verdankt den Hochstand ihrer Kultur dem Bergbau. Um nur einige zu nennen, seien die Bergstädte Schneeberg, Joachimstal, Goslar, Mansfeld, das Erzgebirge, der Harz, das Siegerland, Lahn- und Dilltal sowie die größten Werkstätten und Waffenschmieden Deutschlands im Rhein-Ruhrgebiet und Oberschlesien erwähnt, die früher und auch heute noch gewiß große Kulturzentren sind.

In Freiberg i. S. wurde 1765 die Bergakademie als älteste deutsche Hochschule und 1777 die Bergschule als älteste Fachschule der Welt gegründet. Die älteste deutsche „Hohe Schule“, die Universität in Prag (1348) verdankt ihre Entstehung zum erheblichen Teil dem hochentwickelten Bergbau jenes Gaues. Vor rund 500 Jahren wurde in Dresden begonnen, technische Konstruktionen aus dem Bergbau zu sammeln. Jene Sammlung ist heute die älteste kulturtechnische Bildungsstätte der Welt. Sowohl Freiberg wie Dresden wurden durch den Bergbau kultureller Mittelpunkt, von wo aus wertvolle Beziehungen zu anderen Ländern geknüpft wurden. Der Rinder deutschen Bergmannschaffens und Darsteller mittelalterlichen Bergwesens, Georg Agricola-Bauer, hat viel wertvolles Material für sein grundlegendes Werk aus dieser Sammlung geschürft.

Stolz erfüllt es jeden deutschen Bergmann, da er in diesem herrlichen Bau unter alten Kulturdenkmälern deutscher Gaue viele Stücke und Darstellungen aus seinem ureigenen traditionsreichen Berufe findet. Das größte Bergbaumuseum und die bedeutendste Bergschule der Welt befinden sich in der größten Werkstatt der Erde, dem rheinisch-westfälischen Bergbaubezirk.

Luther, der Prophet der Deutschen, entstammt einer Bergmannsfamilie. Andere große deutsche Altmeister, die der Stand der Männer von Schlägel und Eisen als zu den ihrigen gehörig betrachten muß, sind G. W. Leibniz, einer der größten Geister aller Zeiten, der Erfinder der Rechenmaschine und größte Metaphysiker der Neuzeit, ferner A. v. Humboldt, dessen Ruhm die ganze Welt überstrahlt. Nicht zu vergessen ist der große Preußenkönig Friedrich der Große, der selbst Gewerke des westfälischen Bergbaues war, ferner Graf Reden in Oberschlesien, der vom Reichsfreiherrn vom Stein, dem großen Förderer des rheinisch-westfälischen Bergbaues, auf den Posten in Schlesien berufen wurde. Der nächste große Bergmann ist der Berggrat Joh. Wolfgang von Goethe. Goethe war nicht nur lange Zeit schaffend im Bergbau tätig, sondern hat ihn auch, wo es nur zugänglich war, gern in seine für unsere und der Welt Kultur wichtigen und berühmten Dichtungen und Geisteswerke einbezogen. Geologie und Mineralogie im Zusammenhang mit dem Bergbau waren diesem Universalgenie gleichsam Schlüssel für alles Weltgeschehen. Wie bedeutsam für ihn die Aufschlüsse des Bergbaues und ihr Studium an Ort und Stelle waren, um Einsicht in das Walten des Weltgeistes zu bekommen, geht aus einem Brief aus dem Jahre 1780 hervor. Hierin schreibt er: „Wir sind auf die höchsten Gipfel gestiegen und in die Tiefen der Erde gekrochen und möchten gar zu gern der großen formenden Hand nächste Spuren entdecken.“ Im zweiten Teil des „Faust“ läßt er emsige Bergmänner unter den Gnomen aus der Tiefe sprechen:

„Aus vollen Adern schöpfen wir:  
Metalle stürzen wir zu Hauf  
Mit Gruf getrost: Glückauf! Glückauf!“

Auch Richard Wagner war die Welt des Bergmannes vertraut. In der Nibelungenszene des „Rheingold“ finden wir das Bild des Bergwerks wieder. Seine Rheintöchter läßt er singen: „Traulich und treu ist's nur in der Tiefe.“ Richard Wagner, der in der Bergmannspoesie recht bewandert war, hat auch die Sage von den „Bergwerken zu Falun“ zu einem vollständigen Opernentwurf verarbeitet. So könnten noch eine ganze Reihe deutscher Klassiker herangezogen werden, die sich gern mit Motiven aus dem Bergbau beschäftigten.

Anderer große Männer des Bergwesens, die Bedeutendes geleistet haben, sind der ehemalige Kohlen- schlepper Franz Dinendahl, der die Dampfförderungs- maschine erfand. Er brachte es bis zum Fabrikbesitzer. Nicht unerwähnt sei der Begründer des weltumspan- nenden Verkehrsmittels, der Eisenbahn. Es war der Bergmeister Joseph Baader zu München, der Jahr- zehnte vor den Engländern, die jetzt zu gern Anspruch auf diese Erfindung erheben, die Grundlagen hierfür kundgab. Er hatte sie dem Bergwerksbetrieb entlehnt, in welchem viele Jahre vorher mit Hunten auf Förder- geleisen, selbst mit Lokomotiven gefahren wurde, ehe die Eisenbahnen über Tage entstanden. Auch die erste elek- trische Lokomotive wurde auf Anregung aus Berg- mannskreisen von Werner von Siemens gebaut. Sie ist die Vorgängerin der heutigen Straßenbahn und elek- trischen Eisenbahn.

Das älteste Bergrecht und damit alle Berggesetze der Welt stammen von deutschen Bergmännern, die seit altersher in aller Welt gesucht waren.

Nicht zu vergessen sind eine beträchtliche Zahl jahr- hundertealter Kleinodien und Prunkstücke, die beredtes Zeugnis von dem Reichtum, dem Kunstsinne und der Kultur der Bergknappschaften einerseits und ihrem Einfluß auf Künstler und Kunsthandwerker andererseits ablegen. Erwähnt sei hier nur die Goslarer Berg- kanne, eines der ältesten und hervorragendsten Kunst- werke aus Silber und Gold, ferner der Pofal der Saigerhütte Grünthal und die Prunkbarte des Kur- fürsten Johann Georg II. von Sachsen. Der Hersteller dieses kostbaren Bergmannschmuckes ist S. Klemm, der bedeutendste Künstler der Goldschmiedezunft der alten Bergstadt Freiberg i. S. und anerkannte Meister der Silbertreibekunst.

Der lebensfrohe und geachtete Kurfürst Christian von Sachsen hatte eine Trinkordnung für sein Gefolge er- lassen, in der es hieß: „... erst soll man trinken auf die Gesundheit der Herrschaft, darauf soll man bringen dem freudigen Bergmann ein Glas mit dem Spruch Glückauf!...“ Dieser Landesvater wußte, was er an seinen Bergmännern hatte. Leider war es nicht immer so. Nunmehr aber steht der Bergmann wieder an seinem Platz, der ihm gebührt, den er sich errungen hat als Pionier seit der grauen Vorzeit hinüber über die stolzen Zeiten des deutschen mittelalterlichen Bergwesens bis in die große Zeit des Dritten Reiches. Das Ruhmes- lied von dem Knappen hat wieder Geltung erlangt, das besagt:

„Schlägel und Eisen  
In ihrem Schild und Wappen,  
Rein freier Volk erschah ich nie,  
Denn die edlen Bergknappen.“

E. Schroeder

## Gemeinschaftsküche

Rüchen für Gemeinschaften sind eigentlich erst nach 1933 in größerer Anzahl entstanden. Die Wehrmacht kann als Vorbild für die Gemeinschaftsverpflegung gelten. Ihr folgt der Reichsarbeitsdienst, der auf dem Sektor der Großverpflegung Vorbildliches geleistet hat.



die Mutter oder Frau am Tage vorher zusammengekocht hatte. Von warmem Essen konnte nicht die Rede sein, denn es fehlte ja auch an Einrichtungen, mit deren Hilfe man sich das Essen wärmen konnte. In den Fällen, wo der Arbeiter auf ein warmes Essen Wert legte, kamen Frauen oder Kinder von weither mit dem Henkeltopf, eingewickelt in ein Wolltuch, damit der Inhalt des Topfes nicht kalt wurde. Im Laufe der Jahre verschwand der Henkeltopf immer mehr und an seine Stelle trat das Brot. Der gesundheitliche Schaden für den Arbeitskameraden war dadurch, daß er auf ein warmes Essen verzichten mußte, sehr groß. Das führte schließlich zur Parole: „Warmes Essen im Betrieb!“ Und diese Parole schlug ein.

In zahlreichen deutschen Betrieben wird dem schaffenden deutschen Menschen ein gutes, billiges Mittagessen verabreicht. Besonders günstig hat sich im Laufe der letzten Jahre die Verpflegung in den Gemeinschaftslagern entwickelt, nämlich dort, wo 100 und 1000 Gefolgsleute des Bau- und Baunebengewerbes tätig sind. Die Verpflegung wird vollkommen nach den Grundsätzen des Gemeinwohles durchgeführt. Nicht dem einen alles und dem anderen nichts, sondern alles für die Gemeinschaft!

Es ist das Verdienst des Sozialamtes der Deutschen Arbeitsfront, diesen Gedanken in die Tat umzusetzen zu haben; denn den von der DAF verwalteten Kantinen und Rüchen steht nicht ein Pächter vor, sondern in ihnen sind Lagerführer und Koch die Männer, die für die Verpflegung der Gefolgschaften verantwortlich sind.

Einen solchen Rüchen- und Kantinenbetrieb finden wir im Neubau des Flughafens, Berlin-Tempelhof. In großen, hellen Räumen sitzen hier täglich die Ge-

Kantinen und Rüchen zur Verpflegung von Gefolgschaftsmitgliedern hat es zwar früher auch schon gegeben, aber nicht in solchen Ausmaßen wie in unserer Zeit. Einst war der Henkeltopf täglicher Begleiter. Entweder in der Fabrik neben dem Schraubstock wurde dieser Topf geleert oder auf einer Baustelle bei gutem Wetter auf Bohlen und Steinen, andernfalls in armenigen Baracken, durch die der Wind pfiff. Hier verzehrten sie ihr Mahl, das entweder



Aufn. (2) Naumann

folgschaften der Baufirmen an breiten, sauberen Tischen. Nahezu 1000 Schaffende werden innerhalb von anderthalb Stunden verpflegt. Die Küche ist eine moderne Mustereinrichtung. Geräte und Geschirr sind blitzsauber, Herde, Kochapparate, Kartoffelreinigungsmaschine und anderes mehr sind vorbildlich. Die moderne Technik kommt hier dem Küchenpersonal zu Hilfe. Ohne solche neuzeitliche Einrichtung wäre die Zug um Zug sich abwickelnde Verpflegung von 1000 schaffenden Menschen in einer so kurzen Zeit völlig unmöglich. Die Mustertische liegt frei, den Augen aller geöffnet. — Welche umfangreichen Vorbereitungen sind da vom Nachmittag bis zum anderen Mittag notwendig! Der Koch muß gut rechnen und einteilen können. Er muß befähigt sein, weit über den Durchschnitt hinaus zu disponieren. Es geht hier in Tempelhof wie am Schnürchen. Lager-

führer und Koch arbeiten in Harmonie, und ohne sie gäbe es ein Durcheinander. Jeder steht an seinem richtigen Platz. Was die Hände nicht allein zuwege bringen, das schafft die Maschine, und mit dem Glockenschlag 12 Uhr öffnen sich die blanken Kessel und riesigen Pfannen. Es vollzieht sich alles wie am laufenden Band und mit der Genauigkeit einer Präzisionsuhr.

Wir gehen von Raum zu Raum, von Tisch zu Tisch: überall zufriedene Gesichter. So etwas macht Freude!

Überall in Groß-Deutschland sind Baulager vorhanden. Die größte Zahl von ihnen untersteht dem Sozialamt der DAF. Weder Gewinne noch Rücklagen gelten als entscheidende Momente in der Gemeinschaftsverpflegung, sondern allein das Wohlergehen der Gefolgschaften. Man weiß, wer gut verpflegt wird, tut seine Arbeit mit Freude.

Paul Mensing, VDI.

## Umkleide- und Waschräume im Betrieb

Als Ergänzung zu seinem Aufsatz: „Sanitäranlagen in Massenunterkünften und Großbetrieben“ in Heft 3 dieser Zeitschrift gibt der Verfasser einen Ueberblick über die zweckmäßige Gestaltung von Wasch- und Umkleideräumen.

Reinlichste Reinlichkeit ist eine Grundforderung der Hygiene und die erste Voraussetzung für die Gesunderhaltung unseres Volkes, das alle seine Kräfte heute notwendiger denn je braucht. Je schmutziger die Arbeit in einem Betrieb ist, um so vorbildlicher müssen die Waschräume sein. Wir müssen es erreichen, daß jeder schaffende Deutsche den Schmutz und Ruß seines Tageswerkes nicht nach Hause und in den Feierabend trägt, sondern sauber und erfrischt seine Arbeitsstätte verläßt.

In den letzten Jahren wurden in vielen Betrieben Waschanlagen eingebaut, die — obwohl man zweifellos mit den besten Absichten an ihre Errichtung gegangen ist — doch nicht als hygienisch einwandfrei und betriebstechnisch zweckmäßig bezeichnet werden können. Es seien daher im folgenden diejenigen Gesichtspunkte, die für die Gestaltung derartiger Anlagen ausschlaggebend sind, zusammengestellt.

Bei der Errichtung von Umkleide- und Waschräumen sind grundsätzlich folgende Punkte schon bei der Planung zu beachten:

### Umkleideräume:

1. Lage und Einteilung der Räume.
2. Wahl der im Einzelfall zweckmäßigsten Spinde.
3. Richtige Wahl und Anbringung der sonstigen Einrichtung.
4. Lüftung.

### Waschräume:

1. Wahl der im Einzelfall zweckmäßigsten Anlage (Waschbecken, Waschrinnen, Waschbrunnen, Brauseanlagen, Wannensäuberer, Fußsäuberer).
2. Richtige Lage, Unterteilung und Einrichtung der Räume.
3. Geeignete Werkstoffe für Waschanlagen.

4. Organisation einer reibungslosen Benutzung der Waschanlagen.

5. Kalt- und Warmwasserzuführung.

6. Verlegung der Zu- und Abflußleitungen.

7. Fußbodenentwässerung.

8. Ausbildung der Auslaufventile.

9. Geeigneter Wand- und Bodenbelag.

10. Einzel- oder Massenduschen.

11. Ausbildung und Ausstattung der Duschzellen.

12. Lüftung und Entnebelung.

Die Frage, ob eine gemeinschaftliche Anlage für den ganzen Betrieb zu bevorzugen ist oder mehrere kleine Einzelanlagen, die zweckmäßigerweise in der Nähe der einzelnen Fabrikationsstätten liegen, läßt sich nur nach genauer Prüfung der örtlichen Verhältnisse entscheiden. Die gemeinschaftliche Anlage — meist in der Nähe des Werkeinganges — hat den Vorteil der Billigkeit in Anlage und Betrieb (Wärme- und Wasserversorgung, Aufsicht), kann aber den Nachteil der zu großen Entfernung vom Arbeitsplatz haben.

Gemeinschaftliche Räume kommen vor allem für Betriebe in Frage, deren Werkstätten dicht zusammenliegen und in denen nicht mit Hitze verbundene Arbeit geleistet wird. Ferner sind gemeinschaftliche Räume dort zu errichten, wo die Arbeitsstätten, wie z. B. bei Braunkohlengruben im Tagebau, sich mit dem Fortschreiten der Arbeit verändern.

In Fabriken mit vielseitigen Fertigungswerkstätten, wie Tischlerei, Gießerei, Schmiede, mechanische Werkstätten, Versand usw., empfiehlt es sich, die Wasch- und Umkleideräume in die Nähe der einzelnen Werkstätten zu legen. Das ist auf jeden Fall in den Betrieben erforderlich, in denen der Arbeiter dauernd im geheizten Raum sitzt oder z. B. am Glühofen oder Trockenofen steht. Hier sind auch die Anforderungen, die z. B. an die Umkleideschränke und die Waschanlage gestellt werden müssen, für die einzelnen Werkabteilungen sehr verschieden, so daß sich allein aus diesem Grunde schon eine Aufteilung der Umkleideräume und Waschräume nach Werkstätten empfiehlt, obwohl Einzelanlagen in

unmittelbarer Nähe der Werkstätten kostenmäßig teurer als gemeinschaftliche Anlagen sind.

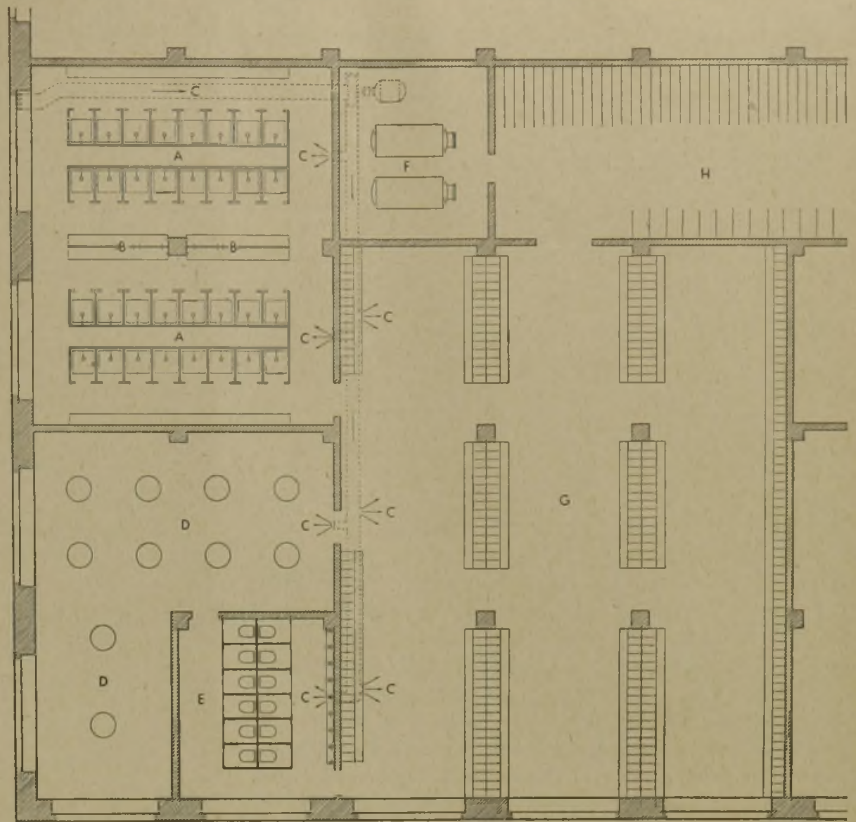
Die Umkleideräume, Wasch- und Badeanlagen müssen nahe beieinander liegen, damit die Benutzung nicht erschwert und eine Erkältungsgefahr nach Möglichkeit vermieden wird. Ferner soll weder an den Schränken noch an den Waschbecken Gedränge entstehen können.

Grundsätzliche Forderung ist die Trennung der Umkleideräume von den Wasch- und Badeanlagen. Nur im äußersten Fall (bei Raumangel, z. B. in kleinen und mittleren Betrieben) können Umkleideraum und Waschanlage in einem Raum untergebracht sein. Die höheren Anlagekosten und der größere Platzbedarf je Kopf der Gefolgschaft bei der Trennung dieser Räume müssen in Kauf genommen werden.

Besondere Beachtung müssen Staub- und Giftbetriebe finden. Hier werden getrennte Umkleideräume für Straßen- und Arbeitskleidung grundsätzlich vorzusehen sein, um von den Straßenkleidern Staub und Schmutz und etwaige Gifte fernzuhalten.

Die Bauart der Stahlblech-Umkleideschränke für Betriebe ist vom Amt „Schönheit der Arbeit“ im Einvernehmen mit allen beteiligten Fachkreisen auf die Ausführungsarten des Normblattes DIN 4547 festgesetzt worden. Die hierauf angegebenen Maße sind Mindestmaße (Breite 300 mm, Tiefe 500 mm, Höhe 1850 mm), die im Normalfalle allen Anforderungen gerecht werden. Auf diesem Normblatt ist auch die Ausführung der Schränke und ihre Mindestausstattung festgelegt.

Für hölzerne Umkleideschränke können die gleichen Mindestmaße benutzt werden. Selbstverständlich können aber hölzerne Umkleideschränke stets leichter den räumlichen Verhältnissen angepaßt werden.



Umkleide-, Bade- und Waschräume für einen Großbetrieb  
 a) Duschen, b) Bänke, c) Lüftung, d) Waschbrunnen, e) Aborte, f) Warmwasserbereiter, g) Schränke, h) Treppenhaus

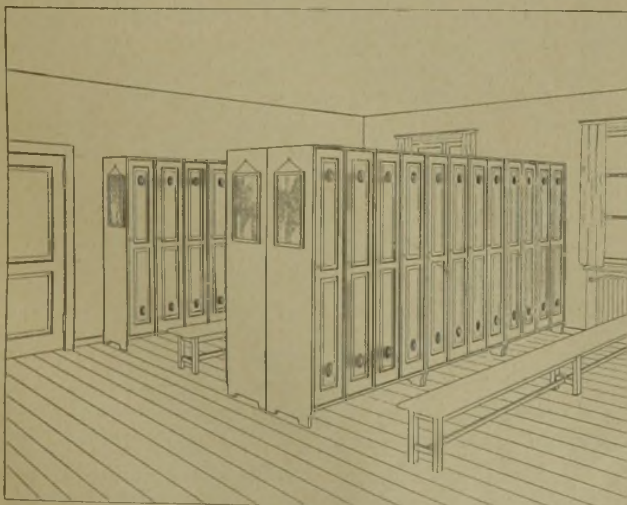
Hinsichtlich der Wahl der Schränke aus Holz oder Stahl werden verschiedene Gesichtspunkte maßgebend sein. So sind in besonders feuerbedrohten Betrieben Schränke aus Stahlblech zu empfehlen.

Besondere Beachtung finden in letzter Zeit die Doppelschränke mit getrennten Fächern für Straßen- und Arbeitskleidung. Im Umkleideraum müssen Sitzgelegenheiten zum bequemen An- und Ausziehen von Schuhen usw. vorhanden sein. Je nach dem vorhandenen Raum können die Bänke unmittelbar an den Schränken angebracht werden, oder aber die Bänke können zwischen den Schrankreihen zur Aufstellung gelangen.

In Betrieben, wo die Arbeitskleidung naß wird, muß für Kleider Trockeneinrichtungen gesorgt werden. Entweder erhalten die Umkleideschränke selbst Anschlüsse an eine Lüftungsanlage, durch die von unten warme trockene Luft zugeführt und die feuchte Luft von oben abgesaugt wird; oder es wird, was meist baulich einfacher, billiger und schöner ist, eine besondere Trockenkammer oder ein Trockenspind für Kleidungsstücke vorgesehen. Auch dieser Kammer wird trockene warme Luft zugeführt und die feuchte Luft durch einen Lüfter abgesaugt. Besteht die Gefahr, daß infolge der Vielzahl der dort untergebrachten Kleidungsstücke Vertauschungen vorkommen, so sind auch hier Kleideraufzüge einzubauen. Die Trocknung darf nicht zu schnell und nur mit mäßiger Temperatur erfolgen, da sonst die Kleidungsstücke (besonders aber das Schuhwerk) leiden.

Für die Wasch- und Baderäume sind folgende Einrichtungen notwendig:

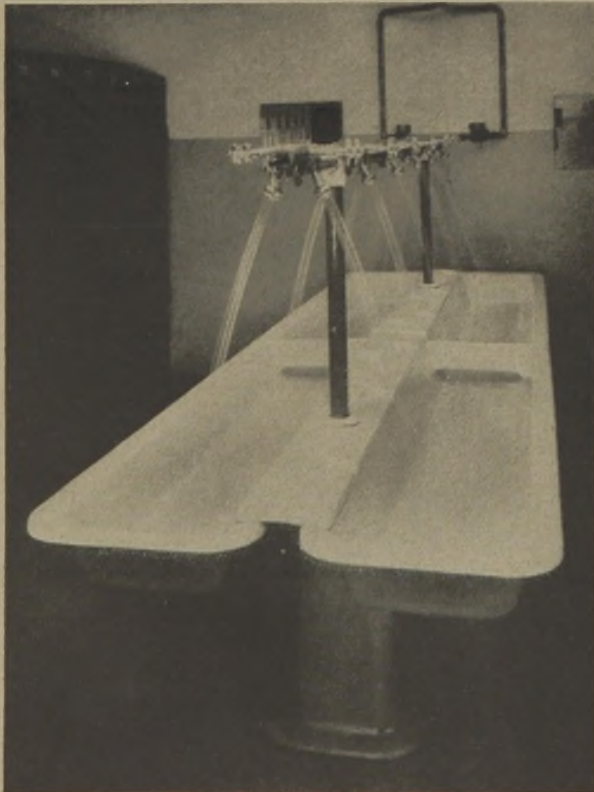
1. Waschbecken, Waschrinnen oder Waschbrunnen mit Seifenschalen oder Seifenspendern,



Teilansicht eines vorbildlichen Umkleideraumes für einen mittleren Betrieb

2. Duschen,
3. Badewannen (nur in besonderen Fällen s. u.),
4. Fußwaschbecken (soweit die Eigenart des Betriebes es erfordert),
5. Warmwasserversorgungseinrichtungen zu 1—4,
6. Gute Be- und Entlüftung,
7. Heizung,
8. Ausreichende Beleuchtung,
9. Wasseranschluß zum Ausspritzen der Räume.

Der Waschräum soll hell, freundlich und gut belichtet sein. Die Wände werden zweckmäßigerweise bis zu einer Höhe von 2 m mit Radeln oder entsprechenden Werkstoffen, z. B. Glanzasbest, belegt. Der Fußboden soll möglichst Fliesen- oder Terrazzobelag erhalten. Sind die Mittel hierfür nicht aufzubringen, so erhalten die Wände einen dauerhaften Anstrich und der Fußboden einen Zementestrich. In diesem Fall sind allerdings Instandsetzungen öfter erforderlich. Die Waschbecken selbst sollten aus hygienischen Gründen möglichst weiß oder jedenfalls in einem weißlichen oder gelblichen Farbton gehalten werden. Eine Ausnahme können hier nur die Steinzeugrinnen machen, die ihrer Zweckmäßigkeit und Preiswürdigkeit wegen in vielen Betrieben Anwendung finden. Auf dunkelfarbigen Einrichtungsgegenständen ist der Schmutz nicht ebenso wie auf hellen Teilen zu sehen. Als Vorteil kann das jedoch nicht betrachtet werden, da dunkle Einrichtungsstücke erfahrungsgemäß weniger sorgfältig gereinigt werden. Die ganze Form der Waschanlagen, die Ausbildung des Fußbodens und der Wände muß die unbedingt erforderliche tägliche Reinigung durch den Wärter in jeder Weise erleichtern. Glatte Formen sind daher für alle Teile anzustreben. Um die Anlagen mit einem



Vorbildliche Waschrinne für 12 Personen  
Aufn. Archiv „Schönheit der Arbeit“

Wasserschlauch reinigen zu können, sind reichlich Schlauchanschlüsse vorzusehen.

Von den Werkstoffen für Waschrinnen, Waschbecken und Waschbrunnen muß man fordern, daß sie vollkommen wasserdicht, glatt in der Oberfläche, leicht zu reinigen und genügend fest sind. Diesen Anforderungen entsprechen am besten glasierte Oberflächen, wie sie auf keramischen Werkstoffen angebracht werden können.

Gewisse Unterschiede in der Anwendungsmöglichkeit dieser Werkstoffe bestehen darin, daß Teile aus Hartsteingut und Porzellan nur bis zu bestimmten Abmessungen (Waschbecken, Klosettkörper, Pißbecken) gefertigt werden können. Dagegen lassen sich aus den Werkstoffen Feuerton, Steinzeug, Werkbeton auch Teile von größeren Abmessungen (z. B. Waschrinnen) fertigen.

Hartsteingut-Waschbecken bestehen aus einem keramischen Werkstoff, auf dessen Oberfläche eine weiße Glasur eingebrannt wird. Hartsteingut ist für häusliche Einrichtungsteile der am meisten verwendete Werkstoff und genügt nach den Erfahrungen an bisher in Fabriken eingebauten Waschbecken allen Festigkeitsansprüchen.

Porzellan oder anders bezeichnete Werkstoffe gleicher Festigkeit für Waschbecken und Klosettkörper unterscheiden sich vom Steingut durch den durchgefinterten, d. h. dichteren, nicht saugenden Scherben (höhere Brenntemperatur). Porzellan wird in der neueren Zeit für Waschbecken und Klosettkörper vielfach angewandt. Die Festigkeit des Porzellans ist größer als die des Steinguts, allerdings liegen auch die Preise für Porzellantteile etwas höher als die für Steingutteile. Porzellan wird ebenso wie Steingut mit einer Glasur — zweckmäßig weiß — geliefert.

Deutscher Feuerton, auch als Feinsteinzeug bezeichnet, hat einen sehr dichten Scherben von gleichfalls großer Festigkeit, welcher mit einer weißen, braunen oder gelben Deckglasur versehen ist. Deutscher Feuerton wird in großen Mengen sowohl für Waschrinnen als auch für Klosetts verwendet.

Aus Edelsteuerton werden nicht nur Waschbecken, sondern auch größere Teile (bis zu Badewannen) hergestellt. Durch die hohe Brenntemperatur wird eine innige Verbindung der weißen Porzellanlasurschicht mit der elastischen Grundmasse erreicht, die dem Werkstoff die hohe Festigkeit gegen Stoß und Schlag gibt. Da die Wandstärken bei Edelsteuerton größer sind als bei Steingut und Porzellan, müssen etwas gedrungene Formen in Kauf genommen werden. Dieser Gesichtspunkt dürfte jedoch wohl bei Anlagen in Fabriken kaum hinderlich sein, vielmehr werden hier Feuertonkörper schon wegen ihrer mechanischen Festigkeit öfters Verwendung finden.

Die Festigkeit des Steinzeuges ist ebenfalls sehr groß. Teile mit großen Abmessungen (Waschrinnen) lassen sich gut fertigen. Allerdings läßt sich auf Steinzeug nur eine braune und neuerdings eine hellockerfarbene Glasur anbringen. Von allen keramischen Körpern sind Steinzeugkörper am preisgünstigsten. Wo Fliesen oder einseitig bzw. zweiseitig glasierte Verblendplatten oder Badezellensteine zur Verfügung stehen, können die Waschrinnen auch aus diesen aufgebaut werden.

In Sonderfällen können Waschrinnen und besonders auch runde Waschbrunnen aus Werkbeton gefertigt werden. Die mechanische Festigkeit des Werkbetons ist



naturgemäß sehr hoch, allerdings ist die Oberfläche nicht so wasserdicht und nicht so glatt und beständig wie die der glasierten keramischen Teile.

Das Waschen unter fließendem Wasser an der Waschrinne oder dem Waschbrunnen ist gegenüber dem Waschen im Waschbecken unbedingt vorzuziehen, und zwar sowohl aus betriebstechnischen wie aus hygienischen Gründen. Im Durchschnitt wird in Fabrikbetrieben für je vier bis fünf Arbeiter eine Waschstelle vorgesehen. Erfahrungsgemäß ist das Waschen etwa 15 Minuten nach Betriebschluß beendet, so daß für die einzelne Benutzung drei bis vier Minuten zur Verfügung stehen. Diese Zeit braucht der Arbeiter un-

bedingt, um sich zu waschen. Er kann sich dabei nicht etwa mit dem Reinigen der Waschschißel, die durch den Vorgänger beschmutzt ist, lange aufhalten. Diese Notwendigkeit entfällt beim Waschen unter fließendem Wasser ganz. Zur Zeitersparnis kommen ferner die gesundheitlichen Vorteile. Bei der Benutzung des Beckens muß immer damit gerechnet werden, daß sich der Arbeiter zuerst die Hände wäscht und vor dem Waschen des Gesichtes neues Wasser einlassen muß. Eine gründliche Reinigung des angeschmutzten Beckens ist bei der begrenzten Benutzungszeit schwer möglich. Besonders das Waschen des Gesichtes in solchen Becken kann nicht als gesundheitlich einwandfrei angesprochen werden. Die Erfahrung lehrt ja denn auch, daß der Arbeiter sich die stark beschmutzten Hände gewöhnlich im Becken wäscht und hierbei irgendwelche Lösungsmittel zu Hilfe nimmt, dann aber den Beckeninhalte abläßt und sich das Gesicht unter fließendem Wasser wäscht. Die Ausläufe der Wasserventile sind deshalb auch an den Becken so anzubringen und so auszubilden, daß das Waschen unter fließendem Wasser möglich ist.

Erhält jeder Arbeiter sein eigenes Waschbecken, so werden natürlich die eben erwähnten Bedenken teilweise entfallen. Allerdings dürfte das nur in den wenigsten Fällen durchführbar sein. Allgemein kann man sagen, daß für Massenbetriebe ausschließlich Waschrinnen oder Waschbrunnen und für kleinere individuelle Betriebe auch Waschbecken geeignet sind.

Für die Wasserversorgung der Waschanlagen bestehen folgende Möglichkeiten:

a) Zuführung von Mischwasser (30 bis 35 Grad Celsius) zu den Waschstellen.

Das Kalt- und Warmwasser wird in zentralen Mischventilen gemischt. Das Mischwasser wird den Wasch-



So soll ein Waschräume in einem Staub- oder Giftbetrieb aussehen. Handbürste, Zahnbürste und Kamm dürfen hier nicht fehlen. Aufn. Archiv „Schönheit der Arbeit“

stellen zugeführt, die Mischventile werden vom Wärter bedient.

b) Getrennte Kalt- und Warmwasserzuführung mit getrennten Auslaufventilen an den Waschstellen.

Diese Ausführung ist nur für Waschbecken anwendbar, da eine Mischung von Kalt- und Warmwasser nur im Becken erfolgen kann. Für das Waschen unter fließendem Wasser kommt bei dieser Anordnung in der Regel nur das Kaltwasser in Betracht, weil das zugeführte Warmwasser hierfür meistens zu heiß ist.

c) Getrennte Kalt- und Warmwasserzuführung mit Mischventil und gemeinsamem Auslauf an jeder Waschstelle.

Diese Ausführung ist sowohl für Waschbecken als auch für Waschrinnen und Waschbrunnen geeignet und wird allen Ansprüchen gerecht. Der Arbeiter kann sich je nach Wunsch das Waschwasser von warm bis kalt in jeder Temperatur mischen.

Nach Möglichkeit sollen Seifenspender für die Belegschaft vorgesehen werden. An allen Waschstellen müssen Seifenablagen vorhanden sein.

Die Bereitstellung von fester Seife in größeren Stücken hat sich nicht bewährt. Die tägliche Ausgabe von kleinen Seifenstücken hat ebenfalls verschiedene Nachteile. Am besten geeignet sind Seifenspender, die als Rippgefäße ausgebildet sein können oder auch als Gefäße mit Druckknopf-ablaßventil.

Es würde über den Rahmen dieses Aufsatzes hinausgehen, auf alle Einzelheiten der verschiedenartigen Bauformen von Einrichtungsgegenständen einzugehen. Erschöpfend sind alle diese Einzelfragen behandelt in dem Handbuch: „Der Umkleideraum, Wasch- und Bade- raum in gewerblichen Betrieben“, erschienen in der Fachschriftenreihe des „Amtes Schönheit der Arbeit“ im Verlag der Deutschen Arbeitsfront, Berlin.

Hans Raebel

## Jugend im Betrieb

Wer heute durch einen Betrieb geht, wird die Feststellung machen, daß jedes junge Gefolgschaftsmitglied dieses Betriebes ihm frisch und froh entgegentritt, ganz gleich, ob es ein Lehrling oder Anlernling ist. Er wird in eine helle Lehrwerkstatt eintreten, wird dort wiederum junge Menschen finden, die gläubig und zuversichtlich sich bemühen, beste Facharbeiter in ihrem sich gewählten Berufe zu werden.



Aufn. (2) Archiv Jugendamt

Bei dem Anblick dieser jungen Menschen vergißt man oft, wie es vor der Machtübernahme mit der jungen Gefolgschaft eines Betriebes aussah. Zumeist gab es diese junge Gefolgschaft kaum, oder sie bestand aus Laufjungen und Hilfsarbeitern, die gezwungen waren, frühzeitig Geld zu verdienen und schon auf Grund der sozialen Lage der Eltern nicht einen Beruf erlernen konnten. Oder es entrollte sich vor unseren Augen ein anderes Bild. Dies war der Jungarbeiter und die Jungarbeiterin, die von den verschiedenen Gewerkschaften politisch „orientiert“ wurden. Diese Orientierung wirkte sich dann dahingehend aus, daß der Junge oder das Mädchen versuchten, als „kleine Erwachsene“ in die Fußstapfen ihrer „größeren Erwachsenen“ zu treten. Es entstand eine lächerliche, politisierende Jungarbeiterschaft, die nicht mehr ein großes Ziel sah, sondern sich in Ideengruppen und -grüppchen verrannte.

Alle diese Krankheiten an der gesunden, deutschen schaffenden Jugend mußten mit der Machtübernahme radikal und ein für allemal beseitigt werden. Man war sich darüber klar, daß der junge Mensch im Betrieb von der großen Schau unserer nationalsozialistischen Arbeitsauffassung her ausgerichtet werden mußte. Ebenfalls war man sich darüber klar, daß die Betreuung der jungen Gefolgschaft nicht im allgemeinen Rahmen

liegen könne, sondern hier gemäß den Führungsgrundsätzen der nationalsozialistischen Jugendbewegung, der Hitler-Jugend, aufgebaut werden mußte. So entstanden zuerst die Jugendbetriebszellen in den Betrieben. Diese Jugendbetriebszellen, die schon vor der Machtübernahme bestanden, hatten die Aufgabe, den Boden für eine totale Erfassung der deutschen schaffenden Jugend zu ebnen. Ihre Aufgabe war in dem Augenblick er-

füllt, als vom Oktober 1933 an ihre Mitglieder in die Hitler-Jugend bzw. in den Bund Deutscher Mädchen überwiesen wurden. An die Stelle des Betreuers der werktätigen Jugend im Rahmen der Betriebszellenorganisation trat nun der Sprecher der Jugend und das Vertrauensmädchen. Aus diesem Sprecher der Jugend und dem Vertrauensmädchen haben sich der Betriebsjugendwahrter und die Betriebsjugendwahrterin entwickelt. Es ist selbstverständlich, daß beide Mitglieder der nationalsozialistischen Jugendorganisation, der Hitler-Jugend, sind.

Nach dem Gesetz über die Hitler-Jugend vom 1. Dezember 1936 wurde am 1. November 1938

eine Vereinbarung zwischen dem Reichsorganisationsleiter und dem Reichsjugendführer über die Zusammenarbeit zwischen der Deutschen Arbeitsfront und der Hitler-Jugend getroffen. In dieser Vereinbarung heißt es wörtlich:

„Durch das Gesetz über die Hitler-Jugend vom 1. Dezember 1936 ist die gesamte deutsche Jugend in der Hitler-Jugend körperlich, geistig und sittlich im Geiste des Nationalsozialismus zum Dienst am Volk und zur Volksgemeinschaft zu erziehen. Sie ist damit alleiniger Träger der deutschen Jugenderziehung außer Elternhaus und Schule.

Der Deutschen Arbeitsfront ist durch die Verordnung des Führers vom 24. Oktober 1934 die Schaffung der wirklichen Volks- und Leistungsgemeinschaft übertragen worden. Sie erfüllt diese Aufgabe im Arbeits- und Wirtschaftsleben in erster Linie durch die Schaffung der Betriebsgemeinschaft. Der Reichsorganisationsleiter der NSDAP. und Leiter der Deutschen Arbeitsfront, Dr. Robert Ley, und der Reichsjugendführer der NSDAP. und Jugendführer des Deutschen Reichs, Baldur von Schirach, stellen in Abgrenzung dieser Aufgaben hinsichtlich der Zuständigkeit ihrer Organisationen und Dienststellen folgendes fest:

Die Deutsche Arbeitsfront erkennt den totalen Erziehungsanspruch der Hitler-Jugend an der deutschen Jugend außer Elternhaus und Schule an.

Der Jugendführer des Deutschen Reichs erkennt andererseits den Grundsatz der Deutschen Arbeitsfront an:

Der Betrieb ist eine Ganzheit. Das Soziale Amt der Hitler-Jugend ist sowohl im Rahmen der Reichsjugendführung als auch der Obersten Reichsbehörde des Jugendführers des Deutschen Reichs die allein bevollmächtigte und zuständige Stelle für alle sozialen Jugendfragen.

Im Rahmen der Deutschen Arbeitsfront obliegt allein dem Jugendamt der DAF die Steuerung der Durchführung der gesamten berufs- und sozialpolitischen Aufgaben an der werktätigen Jugend.

Durch diese Vereinbarung sind endgültig alle Betreuungsfragen der berufstätigen Jugend geklärt.

Nun jedoch zu den Aufgaben und der Arbeit am Jugendlichen im Betrieb selbst.

Diese Betreuungsaufgaben gliedern sich in vier Teile:

1. die betriebliche Gemeinschaftserziehung der jungen Gefolgschaft,
2. die gesundheitliche Betreuung der berufstätigen Jugend,
3. der Nachwuchseinsatz im Betrieb,
4. die berufliche Er-tüchtigung.

Es sollen in diesem Aufsatz nicht alle Abschnitte eingehend beleuchtet werden. Die Beleuchtung dieser Abschnitte sei nachfolgenden Aufsätzen vorbehalten. Jedoch wird es notwendig, zuvorderst die einzelnen Betreuungsa-b-schnitte zu skizzieren.

Die betriebliche Gemeinschaftserziehung der jungen Gefolgschaft gliedert sich in drei Teile:

- a) den Jugendbetriebsappell,
- b) den Jugendbetriebsabend,
- c) die betriebliche Feier.

Die gesundheitliche Betreuung steht im Zeichen der Parole des Reichsjugendführers:

„Ihr habt die Pflicht, gesund zu sein.“

Im Rahmen dieser Parole sind ganz besonders die Abschnitte:

- a) absolute Durchführung des Jugendschutzgesetzes,
- b) Jugend und Akkordarbeit,
- c) Urlaubsgestaltung der schaffenden Jugend,
- d) Durchführung der Leibesübungen der berufstätigen Jugend,
- e) Erholungsverschickung der schaffenden Jugend zu beachten.

Im Rahmen des Nachwuchseinsatzes werden ganze Kerle gefordert. Jeder junge Deutsche hat das Recht auf Ausbildung. Jeder Betriebsführer ist verpflichtet, den ihm anvertrauten Jugendlichen ordnungsgemäß auszubilden. Er ist verpflichtet, einen gesunden Nachwuchseinsatz in seinem Betrieb zu betreiben; denn die deutsche Volkswirtschaft braucht mehr denn je gute Facharbeiter. Durch die Berufsaufklärung der Hitler-Jugend und die Zusammenarbeit mit den Jugenddienststellen der DAF werden Mangelberufe aufgezeigt, die Jungen und Mädchen von Saisonberufen abgelenkt. Somit helfen die Jugenddienststellen dem Betriebsführer seine Aufgabe zu erleichtern.

Die berufliche Er-tüchtigung ist die Verwirklichung des nationalsozialistischen Grundsatzes:

„Jeder am rechten Arbeitsplatz.“

In Lehrcellen, Lehrwerkstätten und Berufserziehungswerken werden unsere Jungen und Mädchen sich darauf vorbereiten, diesen Grundsatz zu verwirklichen. Im Olympia der Arbeit, dem Reichsberufswettkampf, werden jene jungen Menschen ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen. Es sei hierbei nicht vergessen, daß der Berufswettkampf aller schaffenden Deutschen sich einstmals aus dem Berufswettkampf der deutschen Jugend entwickelt hat. Träger dieses Wettkampfes werden nach wie vor die Deutsche Arbeitsfront und die Hitler-



Jugend sein. Die Sieger und Siegerinnen dieses Wettkampfes werden entsprechend ihren Eignungen und Fähigkeiten gefördert. Somit ist Gelegenheit gegeben, alle Abschnitte der beruflichen Er-tüchtigung auszunutzen und von der Theorie in die Praxis umzusetzen.

Wenn man sich dieser Dinge bewußt ist, wird man erkennen, daß unsere Jugend im Betrieb eine ganz andere geworden ist. Hier stehen nicht mehr „kleine Erwachsene“, sondern Mädchen und Jungen, denen die Größe und Schwere, aber auch die Schönheit ihrer Arbeit bewußt ist.

## **Besser, nicht länger ausbilden!**

Das Wort, daß die Friedenswirtschaft nur eine andere Form der Kriegswirtschaft sei, hat neben vielen anderen Gebieten auch bei der Frage der Lehrzeitdauer in Deutschland seine Gültigkeit erwiesen; denn, wenn es sich auch im Oktober 1938, als die Verkürzung der Lehrzeit auf im allgemeinen drei Jahre verfügt wurde, zunächst um eine durch den allgemeinen Facharbeitermangel bedingte Maßnahme handelte, so zeigt sich doch gerade jetzt im Kriege die Bedeutung und die Notwendigkeit dieses Schrittes. Die Verteidigung des Vaterlandes hat Hunderttausende von Facharbeitern von ihren Arbeitsplätzen weg zu den Fahnen gerufen, die deutsche Wirtschaft arbeitet mit äußerster Anspannung weiter. Was wäre unter diesen Umständen natürlicher als die Tatsache, daß diese Wirtschaft auf den Nachwuchs wartet, daß sie junge, tatkräftige Menschen braucht, die ihren Anforderungen und damit den Notwendigkeiten der Nation gerecht zu werden vermögen? Dafür, daß diese Kräfte bereits früher zur Verfügung stehen, sorgt die nunmehr dreijährige Lehrzeit.

Man hat seinerzeit viel über das Für und Wider dieser Lehrzeitverkürzung gesprochen, wobei vor allem geltend gemacht wurde, daß die Jungen nicht auf einmal in drei Jahren dasselbe lernen könnten, was sie bisher in vier Jahren gelernt haben. Und es ist doch gegangen trotz aller dieser Bedenken, wie die bisherigen Ergebnisse gezeigt haben, denn das Schwergewicht einer erfolgreichen Ausbildung liegt ja weit mehr an ihrem planmäßigen und alle Möglichkeiten nutzenden Aufbau als an der Dauer der dafür aufgewendeten Zeit. Nicht umsonst hat daher auch der Reichswirtschaftsminister an die Spitze seines Erlasses über die Lehrzeitverkürzung die Forderung nach einer außerordentlichen Intensivierung aller Ausbildungsmaßnahmen gestellt, ebenso wie er in späteren Erlassen reichs einheitlich verbindliche Ausbildungsunterlagen bestimmt hat, um so eine gleiche Grundlage herzustellen.

Um nun nicht mißverstanden zu werden, ist es notwendig, zu betonen, daß die Lehrzeitverkürzung bei all ihrer Bedeutung für die Kriegswirtschaft doch keineswegs im eigentlichen Sinne eine vorbereitende kriegswirtschaftliche Maßnahme war. Die grundsätzlichen Überlegungen, die hierzu führten, waren vielmehr in erster Linie politischer Natur; denn zunächst bedingte einmal die zusehends steigende Verknappung an Arbeitskräften, die sich bereits 1938 bemerkbar machte, zu einschneidenden Maßnahmen, die wiederum vor allem das Uebel an der Wurzel packen mußten, indem sie für die weitere Entwicklung andere Voraussetzungen schufen. Weiter war es die Überlegung, daß es für die berufliche Entwicklung des einzelnen wertvoll ist, wenn er

vor seiner Einberufung zu Wehr- und Arbeitsdienst bereits praktisch im Erwerbsleben gestanden hat, da sich dadurch das in der Lehrzeit Erlernte in ihm durch die praktische Ausübung festigt, und er somit bei Wiedereintritt in den Beruf sich leichter wieder hineinfinden wird. Damit ist aber auch für die Wirtschaft und somit letztlich für die Volksgemeinschaft ein nicht unwesentlicher Erfolg erzielt. Ebenso ist diese individuelle Entwicklung aber auch in bevölkerungspolitischer Hinsicht nicht zu unterschätzen, nicht nur, weil der einzelne sich früher gewisse Rücklagen machen kann, sondern auch deswegen, weil er sich früher zur Ehe entschließen wird, wenn in ihm das Bewußtsein seiner beruflichen Vollwertigkeit als qualifizierte Kraft schon in möglichst jungen Jahren erwächst.

Zu diesen politisch-fachlichen Überlegungen trat aber weiterhin auch das Vertrauen in die deutsche Jugend und die deutsche Wirtschaft als rechtfertigendes Moment. Es ist nämlich fraglos ein Vertrauensvotum der Gemeinschaft für die Jugend, wenn sie ihr die Ausbildungszeit verkürzt, ohne dabei die Anforderungen an ihren Leistungen zu senken, und ebenso ist es ein solches auch für die Wirtschaft, bei der man annimmt, daß sie sich ihrer Aufgaben gegenüber dem Nachwuchs bewußt und sich ihnen gewachsen zeigen wird. Die Tatsache, daß sich die Lehrzeitverkürzung bisher voll bewährt hat, ist der Beweis dafür, daß beide Teile sich dieses Vertrauens würdig gezeigt haben.

Nun ist gerade in letzter Zeit verschiedentlich als neues Bedenken gegen die drei Jahre erhoben worden, daß manche Lehrlinge infolge Einziehung der Meister oder ähnlicher Umstände ihren Ausbildungsplatz wechseln mußten, was eine Erschwerung der Ausbildung bedeute. Hierzu ist nur zu sagen, daß heute einheitliche Unterlagen für die berufliche Nachwuchsertüchtigung bereits in weitgehendem Maße zur Verfügung stehen, so daß auch eine unterbrochene Ausbildung ohne Schwierigkeiten in einem anderen Betrieb fortgesetzt werden kann. Auch hier liegt daher kein schlagkräftiges Argument gegen die dreijährige Lehre vor. Im übrigen aber ist bekanntlich für eine Reihe von Berufen, bei denen vorläufig generelle Schwierigkeiten in der Verkürzung aufgetaucht sind, eine Ausnahme durch neuerliche Erhöhung auf dreieinhalb Jahre gemacht worden.

So bleibt festzuhalten, daß die dreijährige Ausbildungszeit für unseren Facharbeiternachwuchs trotz und gerade wegen des Krieges keinerlei Änderungen erfahren wird. Und was sich so vor allem in harten Zeiten bewährt hat, das wird für die einsatzbereite deutsche Jugend auch in Zukunft seine Gültigkeit haben.

## Richtige Ernährung — Werden wir satt?

Zawohl! Denn wir haben Brot, Kartoffeln, Gemüse, Fleisch, Milch, Eier, Fett, Obst und Zucker.

Werden diese Nahrungsmittel alle voll ausgenutzt?

Nein! Warum nicht? Weil viele Volksgenossen ihre Zusammensetzung und richtige Auswertung nicht kennen.

In Friedenszeiten pflegen sich die Menschen ihre Nahrung nach ihrem Geschmack auszusuchen; überkommene Anschauungen paaren sich mit eigener Erfahrung in der Auswahl dessen, was „gut schmeckt“. Die Fülle des Vorhandenen führt zum gedankenlosen Verzehr, solange der Geldbeutel reicht; ob die Nahrung auch zweckmäßig sei — daran dachten die hochzivilisierten Menschen der letzten Jahrzehnte nicht mehr. Der Krieg bringt hierin einen Wandel. Aus der Fülle verschwenderisch schöpfen wir nicht mehr. Manches ist knapp geworden, manches fehlt. Aber genügend ist vorhanden von dem, was wir brauchen.

Was braucht eigentlich der Mensch zu seiner Nahrung? Getreide, Kartoffeln, Gemüse, Fleisch und Fisch, Eier, Früchte und Milch. Und was ist es im besonderen, das ihnen den Nährwert verleiht, die sattmachende Wirkung gibt? Das sind die in ihnen in verschiedenen Mengen enthaltenen Grundnährstoffe Eiweiß, Fett, Kohlehydrate, dazu Mineralsalze und endlich ihr Vitamingehalt. Eiweiß, Fett, Kohlehydrate sind die Grundstoffe unserer Ernährung, entwickeln Kraft und Energie, genügen aber allein nicht zur Ernährung unseres Körpers, sondern bedürfen der Ergänzung durch andere Stoffe: die Mineralsalze und Vitamine.

Richtig satt sind wir erst dann, wenn wir in unserer täglichen Nahrung diese Nähr- und Ergänzungsstoffe in ausreichender Menge und in wechselnder Vielgestaltigkeit vorfinden; letzteres, weil diese Stoffe in den einzelnen Nahrungsmitteln unterschiedlich aufgebaut sind.

Also gilt es jetzt, die tägliche Kost überlegt auszuwählen und richtig zuzubereiten. Manche Gewohnheit muß über Bord; manche Gepflogenheit alter Zeiten kehrt wieder. Was früher der Instinkt des ländlichen Lebens als gesunde Nahrung herausfand, was dann das Zeitalter der Ueberindustrialisierung als veraltet beiseiteschob, ist heute von der Wissenschaft vielfach wieder als richtig erkannt und in seinen tieferen Zusammenhängen erforscht worden.

Keine Zeit aber haben wir mehr, die Lehre von der richtigen Ernährung langsam unser Volk durchdringen zu lassen. Den Geboten des Krieges hat sich ein jeder zu fügen. Gesund und leistungsfähig sich erhalten, ist heute jedermanns Pflicht. Gesund und leistungsfähig ist nur der, der sich richtig ernährt. Darum beachtet die folgende Aufklärung und handelt danach:

### Die Grundnährstoffe

Eiweiß, lebenswichtiger Aufbaustoff für unseren Körper. Vollwertig z. B. in Eiern, Fleisch (Fisch), Kartoffeln und im Vollkorn; nicht vollwertig z. B. im Feinmehl, in Hülsenfrüchten, Gemüse, Obst.

Fette sind Brennstoffe; denn sie liefern bei der Verdauung im Körper Wärme, die in körperlicher Arbeit umgesetzt werden kann.

Kohlehydrate (das sind Zuckerstoffe wie Stärke und Zucker) sind ebenfalls Brennstoffe, Wärmespender. Da Fette und Zuckerstoffe ähnliche Aufgaben in unserem Körper haben und umgebildet werden können, ersetzen sie sich gegenseitig bis zu einem gewissen Grade.

### Die Ergänzungsstoffe

Mineralsalze sind am Knochenbau und an der Blutbildung beteiligt, regeln die Drüsentätigkeit und Leistungsfähigkeit der Nerven und Muskeln. Wir finden z. B.: Kalk im Trinkwasser, in Fischen, Käse und Gemüse, Phosphor in Fleisch, Eigelb, Fisch, Käse, Hülsenfrüchten, Eisen und Mangan im Roggenbrot, Hafer, grünen Gemüse, Jod in Seefischen.

Vitamine (Schutzstoffe) sind schon in kleinsten Mengen lebensnotwendig. Es gibt verschiedene Vitamine; die vier wichtigsten sind:

**Vitamin A:** Es fördert das Wachstum, erhöht die Widerstandskraft gegen Krankheiten, ist enthalten z. B. in: grünen Gemüse, Karotten, Blut- und Leberwurst, Eidotter, Leber, Tomaten, fetten Fischen (besonders in Roggen und Milchen der Heringe), in Heidel- und Brombeeren und in Getreidekeimen.

**Vitamin B:** Fördert gleichfalls das Wachstum, schützt vor gewissen Erkrankungen der Nerven und Verdauungsorgane, ist enthalten z. B. in: Vollkornbrot, grünen Gemüse, Kartoffeln, Hefe, Leber und Nieren.

**Vitamin C:** Schützt vor Skorbut; erhöht die Widerstandskraft gegen Grippe, ist enthalten z. B. in: Kartoffeln, grünen Gemüse, Obst, Tomaten und Pilzen. Hagebutte und Beerenobst wie die schwarze Johannisbeere sind derart reich an Vitamin C, daß sie die Wirkung der Zitrone und Apfelsine erreichen.

**Vitamin D:** Schützt vor Rachitis und Knochenbrüchigkeit. Enthalten z. B. in: Salaten, rohen oder richtig zubereiteten Gemüse und Leber.

Aber nur richtig zubereitete Gemüse enthalten noch Vitamine und Mineralsalze! Wenn Gemüse gekocht wird, ist das Wasser zur Suppe oder Suppe zu verwenden. Nur scharf schmeckende Wintergemüse werden kurz abgewellt, um Verdauungsstörungen zu vermeiden. Junge Gemüse vor allem dünstet man im eigenen Saft oder macht sie im Wasserdampf gar und dann mit einer Suppe fertig. Gemüse so kurz wie nur möglich der Kochhitze aussetzen und nicht lange warm stehen lassen! Gemüse und besonders Sauerkraut öfter roh essen. In gekochtes Gemüse etwas rohes Gemüse hineinreiben.

Vitamin A wird beim Kochen wenig geschädigt, Vitamin B geht in das Kochwasser über; Vitamin C ist so empfindlich, daß es schon bei längerem Liegen an der Luft und noch stärker bei langem Kochen oder Warmhalten zerstört werden kann.

### Unsere Nahrungsmittel

Getreide enthält hauptsächlich Zuckerstoffe (Stärke), dann Eiweiß, Mineralsalze und besonders viel Vitamin B neben A und E. Bei der Ausmahlung zu Mehl

müssen die Hüllenschicht und der Keimling mitvermahlen werden; denn erst von einer 82prozentigen Ausmahlung an ist im Mehl Vitamin B vorhanden. Vollkornbrot und Vollkornmehl haben den höchsten Gesundheits- und Sättigungswert. Brot ist auch in Gerichten vieler Art verwendbar. Hafenerzeugnisse sind besonders gesund.

Kartoffeln sind in Norddeutschland bis zu 12 v. H. Grundlage der Ernährung, und daran sollte sich auch der Süddeutsche gewöhnen. Sie enthalten außer reichlich Zuckerstoff (Stärke) etwas vollwertiges Eiweiß, sind reich an Mineralsalzen und enthalten außer Vitamin B auch das sehr wichtige Vitamin C. Namentlich im Spätwinter und Frühjahr, wenn es wenig frisches Gemüse und Obst gibt, tragen die Kartoffeln wesentlich zur Gesunderhaltung bei. Aber: sie müssen richtig zubereitet werden. Unter der Schale befinden sich die meisten Mineralsalze, und beim Rohschälen haben wir einen Schalenverlust bis zu 25 bis 30 v. H., beim Abziehen der gedämpften Kartoffeln aber nur bis 8 bis 10 v. H. Also die Kartoffeln mit der Schale kochen oder im Dampf gar machen.

Gemüse und Salate. Ihr hoher gesundheitlicher Wert liegt in ihrem Reichtum an Mineralsalzen und Vitaminen, aber nur, wenn sie roh gegessen oder richtig zubereitet werden; Blätter mit verwerten; Gemüse, z. B. die Mohrrübe, öfter roh essen, Sauerkraut ist besonders wertvoll, dessen hoher Gehalt an Mineralsalzen und Vitaminen in der an Gemüsen und Obst armen Zeit des Winters sehr wesentlich ist.

Obst ist nicht mehr Luxusnahrungsmittel, sondern heute in seinem hohen Wert als Ergänzungsnahrung anerkannt. Es enthält aromatische Stoffe, Fruchtsäuren

und Zucker; seine gesundheitliche Bedeutung liegt in seinem Gehalt an Mineralsalzen und Vitaminen. Die Schichten unter der Schale sind besonders reich an diesen Stoffen, und daher sind Früchte, wo immer zugänglich, mit der gut gesäuberten Schale roh zu essen. Fernerhin ergeben viele Fruchtschalen getrocknet einen wertvollen Tee, so von Äpfeln und Hagebutten. Vorsichtig eingemachte Früchte, Säfte und Marmeladen behalten einen großen Anteil der gesundheitlich wichtigen Stoffe, auch gut gedörrtes Obst (Ringäpfel) ist wertvoll.

Getränke, Kaffee, Tee, auch Kakao, enthalten Reizstoffe, verschieden stark. Hiervon völlig frei sind die heimischen Getränke, wie Korn-, Malz- und Gerstenkaffee, die verschiedensten Arten von Fruchtschalen-, Blüten- und Blättertee, die sogar vielfach eine heilsame Wirkung haben.

Alkohol ist kein Nahrungsmittel und ersetzt kein Nahrungsmittel.

Die vorstehenden Ratsschlüsse dienen für unsere tägliche Ernährung.

Eines der erbärmlichsten Mittel englischer Politik ist der Versuch, uns die Nahrungsfreiheit einzuengen. Der Nationalsozialismus kennt diese englische Methode und hat ihr in stiller jahrelanger Arbeit den Giftzahn ausgebrochen, ehe Großbritannien dessen gewahr wurde. Unsere Nahrungsmittel, ihr Vorrat, ihre alljährlich aufkommenden Ernten, die Produktion unserer Fleisch- und Fischwirtschaft, die geschützten Einfuhren sichern uns das Notwendige zum Leben. Nun gilt es, dies alles mit Verständnis und Umsicht einzuteilen und zu verwerten. Eg. —

## Ueber die Physiologie des Nachtischs

Wenn uns heute im besonderen die Physiologie des Nachtischs interessiert, so ist diese kaum ohne den Zusammenhang der physiologischen Speisefolge einer Hauptmahlzeit zu verstehen. Vorspeise, Suppe, Zwischengericht, Hauptgang, Nachspeise oder Käse lösen Vorgänge aus, die in inniger Wechselbeziehung stehen. In ihrer Gesamtheit ist diese Reihenfolge der Funktion des Verdauungsapparates am besten angepaßt.

Vorspeisen verursachen eine gewisse Blutfülle der vorher untätigen Verdauungswege. Durch gewürzte Vorgerichte, die alle Nahrungsstoffe enthalten, aber nur ein geringes Volumen darstellen, wird der Saftfluß sämtlicher Drüsenkörper in Gang gebracht. Nur zum Teil werden die Sekretmengen von den Appetitbissen verbraucht, ihr Ueberschuß reizt zur Nahrungsaufnahme und verstärkt daher den Hunger. Dieser ist so in zweierlei Weise bedingt, einmal durch einen Mangel an Nahrungsmengen in den Blutwegen, zum anderen durch überschüssige Sekretmenge. Genau umgekehrt ist es beim Sättigungsgefühl.

Enthält eine Suppe würzige Extraktstoffe, so ruft sie die gleichen Reaktionen wie die Vorspeisen hervor.

Darüber hinaus verstärkt ihre Wärme die Durchblutung des Magens und somit auch die Fermentsekretion, die wiederum von der relativ nährstoffarmen Suppe nicht gebunden wird. Das Quantum der Suppe regt den Magen und Darm zu jenen typischen wellenförmigen Bewegungen an, die weniger zur Verdauung der Suppe, als der nachfolgenden konzentrierten Speise dienen. Diese Peristaltik knetet den Speisebrei und durchmischt ihn gründlich mit den Fermenten. Der Hauptgang übt stärkste Reize auf die Magenwände aus, die Salzsäure und andere eiweißspaltende Substanzen sezernieren. Diese Sekretion verstärkt sich ständig, auch noch nach Genuß des letzten Bissen Fleisches. So viel Sekret nun auch gebunden wird, es berieselt gleichsam doch im Ueberschuß die Magenwände. So bleibt die Voraussetzung zum Hungrigsein bestehen, obwohl das deutliche Gefühl, daß der Magen gefüllt ist, vom weiteren Essen abhält. Ein Gefühl der Spannung verbleibt daher, die wohlthuende Empfindung des wirklichen Sattseins kann nicht aufkommen. Brühe und Hauptgang haben in dieser Zeit auch noch nicht vermocht, den Blutzuckerspiegel zu heben. Die Kartoffeln befinden sich ja noch im Magen, in dem alles auf die Spaltung

des Fleischiweißes abgestellt ist. Die physiologische Situation ist daher völlig offen. Der Nachtisch hat die Aufgabe, den Genuß zu vollenden. Er hat die eigentliche Lustlösung zu leisten. Daher muß er aus physiopsychologischen Gründen besonders gut schmecken. Zugleich soll er aber mit wenigen Bissen das wohlige Sättigungsgefühl vermitteln. Erfahrungsgemäß ist die süße, leicht aufschließbare, eventuell auch etwas Fett enthaltende Nachspeise für diese umfassende Aufgabe allein geeignet.

Die Nachspeise kann kalt oder auch mit einem kühlen Fruchtfaß verlest sein. Reflektorisch hemmt diese gelinde Kühlung die Durchblutung der Magendrüsen und wirkt zugleich erfrischend auf das Allgemeinbefinden. Der Gehalt an wenig, leicht abzugebendem Fett wirkt reflektorisch auf den Magenpförtner, dieser wird dadurch fest verschlossen. Nur gelegentlich öffnet er sich, um fettverdauende Galle aus dem Zwölffingerdarm in den Magen gelangen zu lassen. Im übrigen aber bleibt der Pförtner verschlossen, bis im Magen sämtliche Speisen mit allem vorhandenen Sekret gut vermischt sind und die Reife zur Ueberleitung in die anders geartete Darmverdauung haben. Dieser Augenblick ist für den Pförtnerschluß auch besonders gut geeignet. Denn schon das Fett bremst in gewissem Grade die Fermentabsonderung der Magenwand.

Diese hemmende Wirkung auf die Säureproduktion ist eine der wesentlichen physiologischen Wirkungen der süßen Nachspeise. Die Verrieselung der Magenwand hört auf. Sämtliches noch freies Sekret wird durch gesteigerte Peristaltik unter den Speisebrei gemischt und dort an die Eiweißstoffe gebunden. In diesem Augenblick ist jene Sättigung erreicht, die auf dem Mangel an freiem Sekret beruht. Die eine der oben genannten Voraussetzungen des Eßbedürfnisses fällt jetzt weg.

Es besteht aber noch die zweite Voraussetzung. Im Blute konnte der Zuckergehalt noch nicht gesteigert werden. Die im Magen liegenden Kartoffeln werden erst in einiger Zeit im Darm ganz abgebaut. Die süße Nachspeise kann hier helfen, wenn sie aus bestimmtem Material besteht. Sie muß in kurzer Zeit durch den Mundspeichel und seine stärkespaltenden Fermente in Traubenzucker umgewandelt werden. Denn dieser wird durch die Schleimhäute von Mund, Rachen, Speiseröhre und Magen sofort aufgesogen. Er füllt unmittelbar die Blutreserven an Zucker, dem Brennstoff des Lebens, auf.

Sn den im Handel erhältlichen Nachspeisen, wie z. B. Mondamin u. ä., stehen dem Verbraucher derartige wertvolle Nachtischgerichte zur Verfügung. Wenige Minuten nach dem Genuß steigt der Blutzucker steil an und behält eine entsprechende Höhe, bis durch Abbau der übrigen, schwerer angreifbaren Stärkearten, wie der Kartoffeln, weiterer Traubenzucker gebildet wird. Durch die schnelle Verzuckerung wirken diese Speisen auch besonders zuverlässig bremsend auf die Magensäureproduktion am Schluß einer Mahlzeit. Durch ihr lockeres Gefüge enthalten die Süßspeisen das Fett so leicht gebunden, daß dieses ohne Verzögerung

seine eigene physiologische Funktion übernehmen kann, wie wir weiter oben beschrieben haben. Der schnelle Blutzuckeranstieg nach Pudding-Nachspeisen hat noch eine weitere und wesentliche physiologische Bedeutung. Erfahrungsgemäß ermüden viele leicht nach einer ausgedehnten Mahlzeit. Die Spannkraft, die vielleicht gerade für die Arbeit der nächsten Stunden gebraucht wird, ist auch unter größtem Energieaufwand nicht aufrechtzuerhalten. Die Ursache ist sehr einfach. Die Verdauungsarbeit mobilisiert so viel Blut aus allen Teilen des Körpers und füllt mit ihm die Bauchgefäße, daß auch das Gehirn eine gewisse Blutleere erfährt. Wird nun aber der Blutzuckerspiegel schnell gehoben, so vermittelt dieser neue Spannkraft. Gleichzeitig fördert der Blutzucker den gesamten Kreislauf, wodurch die Ueberfüllung der Bauchgefäße unnötig wird und schnell schwindet.

Aber auch noch andere wichtige Aufgaben erfüllt ein Nachtisch in Form eines Süßspeisepuddings, -auflaufs, -kreams usw. — Der Genuß der süßen Speise erweckt noch einmal lebhaftere Freude am Essen. Das findet seinen physiologischen Ausdruck in der gesteigerten Tätigkeit aller Drüsen, deren Aufgabe es ist, die Verdauung zu fördern. Zunächst sondern die Mundspeicheldrüsen noch einmal sehr viel Sekret ab, das stärkespaltende Substanzen enthält. Buchstäblich läuft einem also das Wasser im Munde zusammen, wie man im Volksmund sagt. Es gelangt in den Magen und dient dort nun den Kartoffeln zum Abbau, da der Magen selbst keine stärkespaltenden Fermente abgibt.

Im Dünndarm und in der Bauchspeicheldrüse ruft der Nachtisch aber auch reflektorisch sogleich eine lebhaftere Sekretion hervor, so daß die geringen, gelegentlich schon durch den Pförtner gelangenden Nahrungsmengen reichlich Verdauungsflüssigkeit vorfinden und schnellstens verarbeitet werden.

Die erfrischende Zubereitung, wie sie bei Nachtischgerichten möglich ist, beseitigt jenes leichte Durstgefühl, das mit der mengenmäßig erheblichen Sekreterauschüttung in Magen und Darm verbunden ist.

Nicht zuletzt ist die Süßspeise geeignet, den Mund von allen sonstigen Nahrungsresten zu reinigen, die noch andere Geschmacksnuancen tragen. Es ist eine Erfahrungstatsache, daß ein Bissen Fleisch, der mit größtem Genuß verzehrt wurde, nach eingetretener Sättigung Ekel und Widerwillen hervorrufen kann und die weitere Verdauung hemmt. Der Körper benötigt auch eine völlige Abkehr von den Geschmacksqualitäten der einzelnen Gänge. Daher muß die Nachtischspeise einen Genuß bieten, der vorher nicht da war. Nach Würzigem, Fettem, Salzigen, Saurem, Bitterem, Geröstetem, Knusprigem, Kaltem, Heißem, Festem, Flüssigem usw. ist gerade eine Süßspeise so recht geeignet, alles andere in der Vorstellung und in der Nachempfindung zurückzudrängen. Die süße Nachspeise macht jeden anderen Nachgeschmack unmöglich. Dagegen vernichtet das Süße sich selbst durch Resorption seitens der Schleimhäute.

Deshalb: Als Nachtisch öfter einen Pudding, Auf-  
lauf oder eine andere Süßspeise!  
Mo. —

# Gesetze und Verordnungen

## Polizeiverordnung zum Schutze der Jugend

Vom 9. März 1940

Wegen der durch den Krieg bedingten veränderten Lebensverhältnisse wird zum Schutze der Jugend auf Grund der Verordnung über die Polizeiverordnungen der Reichsminister vom 14. November 1938 (RGBl. I S. 1582) folgendes verordnet:

### § 1

#### Fernhaltung von öffentlichen Straßen und Plätzen während der Dunkelheit

Jugendliche unter 18 Jahren dürfen sich auf öffentlichen Straßen und Plätzen oder an sonstigen öffentlichen Orten während der Dunkelheit nicht herumtreiben.

### § 2

#### Fernhaltung aus öffentlichen Lokalen

(1) Der Aufenthalt in Gaststätten aller Art ist Jugendlichen unter 18 Jahren, die sich nicht in Begleitung des Erziehungsberechtigten oder einer von ihm beauftragten volljährigen Person befinden, nach 21 Uhr verboten.

(2) Jugendliche unter 16 Jahren dürfen sich ohne Begleitung des Erziehungsberechtigten oder einer von ihm beauftragten volljährigen Person in Gaststätten nicht aufhalten.

### § 3

#### Fernhaltung aus öffentlichen Lichtspieltheatern sowie Varietés- und Kabarettvorstellungen

Der Besuch von öffentlichen Lichtspieltheatern, Varietés- und Kabarettvorstellungen ist Jugendlichen unter 18 Jahren, die sich nicht in Begleitung des Erziehungsberechtigten oder einer von ihm beauftragten volljährigen Person befinden, nach 21 Uhr verboten.

### § 4

#### Verbot des Alkoholgenußes

Jugendlichen unter 18 Jahren ist in Gaststätten der Genuß von Branntwein oder überwiegend branntweinhaltigen Genußmitteln, Jugendlichen unter 16 Jahren in Abwesenheit des Erziehungsberechtigten oder einer von ihm beauftragten volljährigen Person auch der Genuß von anderen alkoholhaltigen Getränken verboten.

### § 5

#### Verbot des öffentlichen Rauchens

Jugendlichen unter 18 Jahren ist der Genuß von Tabakwaren in der Öffentlichkeit verboten.

### § 6

#### Fernhaltung von öffentlichen Tanzlustbarkeiten

Der § 1 Abs. 1 der Polizeiverordnung über die Fernhaltung Jugendlicher von öffentlichen Tanzlustbarkeiten vom 29. November 1939 (RGBl. I S. 2374) erhält folgende Fassung:

„(1) Der Aufenthalt in Räumen, in denen öffentliche Tanzlustbarkeiten stattfinden, und die Teilnahme an Tanzlustbarkeiten im Freien ist Jugendlichen unter 18 Jahren nur in Begleitung des Erziehungsberechtigten oder einer von ihm beauftragten volljährigen Person, und auch dann nur bis 23 Uhr gestattet.“

### § 7

#### Fernhaltung von öffentlichen Schieß- und Spieleinrichtungen

Die Fernhaltung von öffentlichen Schieß- und Spieleinrichtungen regelt sich nach der Polizeiverordnung vom 24. Oktober 1939 (RGBl. I S. 2116).

### § 8

#### Ausnahmen

(1) Die Vorschriften dieser Verordnung finden auf Angehörige der Wehrmacht und des Reichsarbeitsdienstes keine Anwendung.

(2) Die Vorschrift des § 2 gilt nicht für Veranstaltungen der Partei sowie für Jugendliche, die sich nachweislich auf Reisen befinden.

(3) Ausnahmen von den Verböten der §§ 2 und 3 können durch die Kreispolizeibehörde zugelassen werden.

### § 9

#### Strafvorschriften

##### I. Jugendliche

(1) Jugendliche, die vorsätzlich gegen die §§ 1 bis 5 dieser Verordnung verstoßen, werden mit Haft bis zu drei Wochen oder einer Geldstrafe bis zu 50 RM. bestraft.

##### II. Erwachsene

(2) Mit Geldstrafen bis zu 150 RM., in besonders schweren Fällen mit Haft bis zu sechs Wochen werden bestraft:

- Erziehungsberechtigte und die von ihnen beauftragten Personen, die vorsätzlich oder fahrlässig durch Verletzung ihrer Aufsichtspflicht Jugendlichen Verstöße gegen die §§ 1 bis 5 dieser Verordnung ermöglichen;
- Unternehmer und Veranstalter der in den §§ 2 und 3 genannten Betriebe, die vorsätzlich oder fahrlässig Jugendlichen Verstöße gegen die §§ 2 und 3 dieser Verordnung ermöglichen;
- Personen, die sich wahrheitswidrig als von einem Erziehungsberechtigten beauftragt bezeichnen und Jugendlichen Verstöße gegen die §§ 2 bis 4 dieser Verordnung, den § 1 der Polizeiverordnung über die Fernhaltung von Jugendlichen von öffentlichen Tanzlustbarkeiten vom 29. November 1939 (RGBl. I S. 2374) und die §§ 1 und 3 der Polizeiverordnung über die Fernhaltung Jugendlicher von öffentlichen Schieß- oder Spieleinrichtungen vom 24. Oktober 1939 (RGBl. I S. 2116) ermöglichen.

(3) Anberührt bleiben polizeiliche Sicherungsmaßnahmen, die Strafvorschriften des § 29 Ziffer 8 und des § 30 Abs. 2 des Gaststättengesetzes vom 28. April 1930 (RGBl. I S. 146) und der §§ 25, 27 und 28 des Lichtspielgesetzes vom 18. Februar 1934 (RGBl. I S. 95) und sonstige Strafvorschriften, nach denen eine höhere Strafe vermerkt ist.

### § 10

#### Inkrafttreten

Diese Polizeiverordnung tritt eine Woche nach ihrer Verkündung in Kraft.

Berlin, den 9. März 1940.

Der Reichsminister des Innern

J. B.: H. Himmler

#### Verordnung

zur Aenderung der Bestimmungen der Gewerbeordnung für das Deutsche Reich über das Lehrlingswesen\*) vom 7. März 1940 (RGBl. 1940 I S. 478)

Auf Grund der Verordnung über die Ausbildung von Fachkräften vom 15. Dezember 1939 (RGBl. I S. 2425) wird verordnet:

\*) Betrifft nicht die Ostmark und den Reichsgau Sudetenland.