

Das neue Hausbuch für naturgemäße Lebensweise. Mit Aufziehen und Pflege des Kleinkinds. Von G. Böhmer. Mit Geleitwort von Dr. med. Gerhard Venzmer. 272 Seiten. Kart. RM 3.80, Leinen RM 4.80. Zweite Auflage. Verlag von Robert Luz Nachfolger Otto Schramm Stuttgart.

## Der Präsident des Reichsgesundheitsamts

an den Verleger. Brief A 4982/9. 8. vom 11./9. 37.

„... Ausgehend von der Erkenntnis, daß Gesundheit und damit verbundenes körperliches und geistiges Wohlbefinden unser kostbarster persönlicher Besitz ist, der täglich erhalten werden muß, erteilt der Verfasser, der selbst nicht Arzt ist, aber über gründliche Kenntnisse vom gesunden und kranken Menschen verfügt, wohlüberdachte und verständige Ratschläge für eine naturgemäße Lebensweise von der Wiege bis zum Grabe. Im Vordergrund der Ausführungen steht eine eingehende Besprechung der Ernährung und der mit ihr verbundenen Vorgänge.

Das Buch bringt in den Kapiteln, die sich mit der Ernährung befassen, einen Überblick über die wichtigsten Nahrungsmittel nach Nährwert, Verdaulichkeit, Gehalt an anorganischen Salzen und ihre Zubereitungsart, wie über die Verdauungsvorgänge selbst. Verfasser fordert Mäßigkeit und Einfachheit, reichliche Gemüsekost, Einschränkung der Genussmittel, Kochsalzarme und basenreiche Ernährung.

In den übrigen Kapiteln des Buches wird die Aufmerksamkeit des Lesers auf eine vernunftgemäße Lebensführung in den verschiedenen Lebensaltern gelenkt. Es erfährt insbesondere auch die körperliche und geistige Entwicklung von Säuglingen und die Pflege gesunder und kranker Säuglinge und Kleinkinder eine anschauliche Darstellung und kritische Betrachtung.

Die von dem Verfasser kurz zusammengefaßten 20 Lebensregeln können als zweckmäßig bezeichnet werden. Im ganzen liegt ein Buch vor, das viel Richtiges enthält und darum von Interessenten gelesen werden sollte.“

(Im übrigen empfiehlt das Reichsgesundheitsamt für neue Auflagen die Vornahme einiger Verbesserungen.)

## Der Oberbürgermeister der Stadt Stuttgart

Dr. Strölin an den Verleger. Brief vom 31. 3. 36.

„Von dem mir freundlicherweise übersandten Neuen Hausbuch habe ich mit großem Interesse Kenntnis genommen. Das Buch enthält zweifellos eine sehr verdienstvolle Zusammenstellung wertvoller Ratschläge für eine gesunde Lebensführung, deren Verbreitung in weiten Kreisen wünschenswert ist.“

## Der Vorstand des Gesundheitsamts Stuttgart

Prof. Dr. Gastpar an den Verleger. Brief vom 14. 5. 36.

„Gerne bestätige ich Ihnen, daß ich »Das neue Hausbuch für naturgemäße Lebensweise« von Böhmer mit großem Interesse gelesen habe. Es stellt eine zweckmäßige und willkommene Bereicherung unserer medizinischen Volksbücher dar.“

## Der Mahnruf: Zurück zur Natur!

der in Böhmers Hausbuch ertönt, sprengt nicht den Lebensrahmen, wie es die Lebensführung der Extremisten aller Schattierungen meistens verlangt, sondern hier schafft die Vernunft eine Lebensform, die ohne Extratouren hinführt zu Gesundheit, Wohlbefinden und Arbeitsfreude bis ins hohe Alter.

1 Lesestück und zum Selbstgebrauch mit Vorzugsrabatt

□ Z

Robert Luz Nachfolger Otto Schramm Stuttgart-N.