1939 – Das Jahr der Gesundheitsführung!

Wir stehen inmitten einer umfassenden Aufklärung über eine gesunde Lebensführung, die von allen maßgebenden Stellen des Staates, der Partei und ihrer Gliederungen getragen wird. Es gilt, das deutsche Volk in dem Maße widerstandsfähiger und leistungsstärker zu machen, wie es die wachsenden wirtschaftlichen und politischen Aufgaben erfordern.

Das Gebiet, auf dem aus einfacher Unwissenheit noch am meisten gesündigt wird, ist die Ernährung. Welche Gesundheitsschäden so entstehen und welchen Leistungsausfall sie zur Folge haben, davon machen sich nur die wenigsten Menschen eine richtige Vorstellung.

Einsicht und Pflichtbewußtsein gebieten daher jedem deutschen Buchhändler, das Gesundheitsschrifttum allgemein und die Bücher über die Ernährungsfrage im besonderen mehr als bisher in der Auslage zu zeigen und zu empfehlen.

Richtige Ernährung – eine Lebensfrage

ist so ein Buch, das in jedem Sortiment vorrätig sein sollte. Sein Verfasser ist der bekannte Biologe **Hugo Hertwig.**

Wer hierin trockene Wissenschaft zu finden fürchtet, den werden schon wenige Seiten daraus angenehm überraschen. Oder wer da glaubt, in Fragen der Ernährung ausreichend bewandert zu sein, der wird mit Staunen erkennen, wie vieles er doch noch nicht wußte. Vor allem aber findet die Hausfrau, in deren Händen Wohl und Wehe der Familie liegt, in diesem Werk Ratschläge über Ratschläge für eine zweckdienliche Haushaltsführung.

Denn, ob wir Fleisch essen oder es meiden sollen, ob roh oder gekocht, Essig oder Zitrone besser bekommt, ob Gewürze schädlich oder dienlich sind – darüber und über noch andere gleich bedeutsame Fragen muß sich jeder klar werden, der seine Gesundheit schützen oder sie auf dem Wege der Ernährung zurückgewinnen will. Auf alle diese Dinge geht Hertwig deshalb ausführlich ein, immer uns zeigend, wie wir zu den durch Tätigkeit, Alter, seelische Veranlagung und Umwelt bestimmten Bedürfnissen unseres Körpers in der Nahrung den richtigen Ausgleich finden.

So ist dieses Buch – zumal es sich von aller Einseitigkeit und bloßen Theorie fernhält –

ein wahrhaft segensreicher Hausschatz für jeden, der gesund werden und bleiben will.

Umfang 409 Seiten, 20 Abbildungen, dauerhafter Leinenband, Preis RM 5.80

Gersbach & Sohn Verlag / Berlin W 35, Flottwellstr. 3