

## **Terms and Conditions**

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

### Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

### Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

einem Unfall bleibe man vor allem ruhig und verliere nicht den Kopf. Es gibt Schlimmeres als einen Fuß zu verrenken oder ein Bein zu brechen. Ist man selbst nicht der betroffene Teil, so lasse man die Hände weg, wenn man nichts von der Sache versteht, und rufe möglichst rasch sachverständige Hilfe. Gegen die Schmerzen kann man fürs erste Umschläge mit Schnee machen. Muß man allein mit dem Verunglückten fertig werden, so ist die Hauptsache, das gebrochene oder verrenkte Glied unbeweglich zu machen, weil jede Bewegung den Schmerz erhöht. Da muß man sich mit Skistöcken, Baumzweigen oder was gerade da ist, helfen, nachdem durch Handschuhe, Reservewäsche oder ähnliches das Glied einigermaßen gepolstert ist. Aus zwei Paar Ski, wenn es sein muß auch aus einem, etwas Riemenzeug, Hosenträgern oder ähnlichem läßt sich ein dürftiger Transporteschlitten herstellen.

Die Hygiene des Skilaufs hat aber auch eine wichtige positive Seite. Im allgemeinen mag die Menschheit gesünder sein als früher; daß aber die Nervenreizbarkeit größer ist, läßt sich nicht bestreiten. Die Ursachen können hier unerörtert bleiben. Der Wert des Skilaufs als Mittel gegen die moderne Nervosität liegt nicht nur darin, daß durch die Bewegung in staubfreier, frischer Luft und im Sonnenlicht die sauerstofftragenden, lebensvermittelnden Bestandteile des Blutes, die roten Blutkörperchen, bedeutend vermehrt werden, sondern vor allem in dem Glücksgefühl, das den Menschen durch die im Skilauf enthaltene Mischung von Spiel und Körperanstrengung vermittelt wird. Glücksgefühl aber ist die mächtigste aller Nervenstärkungen. Die Daseinsfreude wird erhöht durch den Lauf auf den treuen Brettern. Wenn durch Ruhmsucht und Rekordjagd Schädigungen eintreten, was nicht absolut nötig, aber möglich ist, dann trifft die Schuld wiederum nicht den Skilauf, sondern den Skiläufer.

---

### Menschliches-Allzumenschliches.

Die Ski sind zwar nicht die Bretter, welche die Welt bedeuten, aber Theater wird doch ziemlich auf ihnen gespielt.

\*

Who can does, who cannot teaches — sagt der boshafte Bernhard Shaw. Ins Skideutsche übersetzt, heißt das: Ein guter Läufer ist still und fährt, ein schlechter belehrt immer die andern.

\*