

**Zeitschrift:** Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst  
**Band:** 19 (1929)  
**Heft:** 16  
**Rubrik:** Frau und Haus

### **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:** 06.05.2025

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

# Frau und Haus

PRAKTISCHE HANDARBEITEN, ERZIEHUNGSFRAGEN, KÜCHEN-REZEPTE

## Erhalte Deine Kleider frisch und schön!

In einem neuen Kleide fühlen wir uns gar oft als ein ganz anderer Mensch, wir haben, sofern es uns in allen Teilen paßt, ein erhöhtes Selbstbewußtsein, ein sichereres Auftreten, ein freudigeres, zufriedeneres Gefühl. Warum ist das nur beim neuen Kleide so? Können wir uns dieses gepflegte Äußere, das so wohlthätig auf unsern innern Menschen wirkt, nicht fortwährend verschaffen? Aber da wirft man oft den Mantel, kaum zu Hause angekommen, auf einen Stuhl, hängt den Hut an irgend einen Nagel, schmeißt die Schuhe in die Ecke und was dergleichen Liebenswürdigkeiten unsern Kleidungsstücke gegenüber mehr sind. Müssen wir uns denn da wundern, wenn sie sich für eine solche Behandlung rächen? Wenn der Mantel schiefe Falten zieht, der Hut verbeult und deformiert ist und die Schuhe halb aus Fug und Form kommen? Müssen wir uns wundern, wenn wir in solchen Kleidern gar nicht etwa „fair“ aussehen und uns ein bligblankes Schaufenster oft ein gar nicht schmeichelhaftes Spiegelbild von uns zurückschickt? Unsere Kleider wollen mit Liebe gepflegt sein, dann sehen sie immer frisch und gut aus, sie können von der letzten Saison oder vom letzten oder vorletzten Jahre stammen. Wer den Wert der Kleidung und die Kosten für deren Ersatz richtig einschätzt, der wird Mantel und Schuhe sorgfältig abstreifen, den Mantel sofort an einen Bügel hängen, die Schuhe gelegentlich über die Leisten spannen. Die Hüte aber stelle man immer auf ein Hutföckli in den Schrank, damit die Ränder nicht verbogen werden.

Damit ist aber die Sorge für die Kleidung noch lange nicht erschöpft. Wir glauben oft, uns einschränken zu müssen, z. B. für den Haushalt alte Sonntagskleider etc. austragen zu können, für Reisen etc. nichts Besonderes anschaffen zu müssen. Da sparen wir an ganz falschem Orte. Denn wie bald ist ein wollesenes Kleid im Haushalt verfleckt, sieht unordentlich aus, währenddem es vielleicht durch geschicktes Umändern noch zu einem Ausgeh- oder Nachmittagskleid hätte verwendet werden können. Nun müssen wir's bald waschen und dann ist es endgültig zur Klische verdammte, oder es sieht recht unsauber und ungepflegt aus. Wie gut ist dagegen ein Waschkleidchen, das regelmäßig gewaschen und geplättet werden kann! Wie sauber sieht die Hausfrau immer darin aus! Im Winter sind es die angenehmen Berufschürzen, die unsere wollenen Kleider, die wir notwendig tragen müssen, schützen. Im Sommer kann sich jede Frau 2 bis 3 solcher billiger Waschkleidchen selber anfertigen. Damit schon sie alle ihre übrigen Kleider, hat für den Nachmittag immer etwas anderes zum Anziehen und wird auch nicht in Verlegenheit sein, wenn der Mann einmal unverhofft einen Ausflug arrangiert.

Auch Fußtouren, kleinere Ausflüge per Bahn und zu Fuß verlangen ihre besondere Ausrüstung. Leichte Halbschuhe, das weiß man, eignen sich wenig für größere Touren und es gibt keine kältere Douche für die Reisefreude einer Familie, als wenn die Mutter wegen Hühneraugen, wegen Blattern, oder wegen zu engen Schuhen nicht mehr weiter kann. Da muß eben dann das ganze Programm abgeändert werden und wenn man später von dem Ausflug spricht,

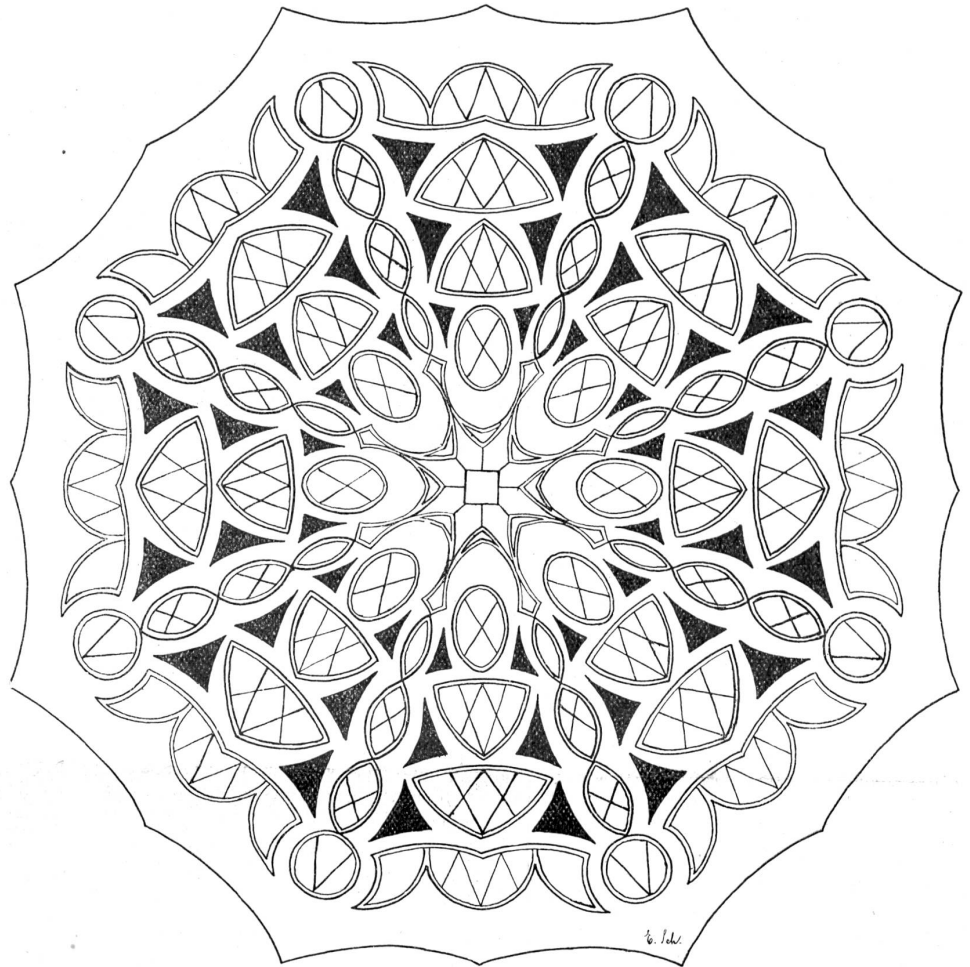
so wird heimlich oder offen das Mißgeschick mit Mutters Schuhen wie ein schwarzer Schatten hineinspielen. Einmal ein Paar Marschschuhe gekauft, hält fast fürs ganze Leben. Dann sind diese immer bereit. Auch eine Windjacke oder ein derbes Jackenkleid kann sich fast jede Frau leisten, damit sie sich dieser Ausrüstung für besondere Gelegenheiten bedienen kann. Dies alles schon die übrige Kleidung, die regelmäßig nachgeprüft und sachgemäß unterhalten werden soll. Kleine Flecken putze man sofort aus, sie freisen sich sonst in den Stoff hinein. Ungeputzte Schuhe lange stehen zu lassen, schädigt das Leder und die Form gewaltig. Das Leder will durch Einreiben von fetthaltiger Wachs erhalten sein. Auch auf die Unterkleider hat sich diese Sorge auszudehnen, auf Strümpfe, Unterröcke, und alles, was dazu gehört. Man sollte bei jedem Anzug immer daran denken, ob man sich im Falle eines plötzlichen Unfalles nicht schämen müßte. Dann wird man jedem Stück seiner Kleidung die Sorgfalt angedeihen lassen, die es notwendig erheischt.

Man sieht so oft Damen mit häßlich geflickten Strümpfen. Auch die Sorgfalt des Flickens gehört zur Pflege des Aeußern, viele wollen darin einen Schluß auf den Charakter der betreffenden Frau oder Tochter überhaupt ziehen. Es ist daher auch nach dieser Seite hin wichtig, sich da keine Mühe sparen zu lassen.

Anita.

## Rissenplatte in Rischientechnik mit Blattstich-Füllmotiven.

Originalentwurf von E. Schmid.



## Gesichts- und Körperpflege

**Haarerhaltungs- und Haarerzeugungs-mittel.** (Nach Kneipp.) 200 Gramm feingeschnittene Brennnesselwurzeln werden in 1 Liter Wasser und in  $\frac{1}{2}$  Liter Essig eine halbe Stunde lang gekocht und dann abgeseiht. Mit dieser Flüssigkeit wird der Kopf vor dem Schlafengehen gut gewaschen. Um das Sprödwurden der noch vorhandenen Haare zu verhüten, wird der Kopf wöchentlich einmal mit feinem Salatöl eingerieben.

**Gegen Fußschweiß.** Man präpariert die Strümpfe nach dem Waschen und nach halberfolgtem Trocknen durch Eintauchen in eine 3prozentige Boräurelösung. D. h. man löst 30 Gramm kristallisierte Boräure in 1 Liter Wasser. Die Strümpfe werden dann trocken gelassen.

**Frostbeulen an den Füßen.** Man läßt eine große, geschälte Sellerietzelle  $\frac{1}{2}$  Stunde in 3-4 Liter Wasser kochen und badet dann in dem abgeseihten Wasser die Füße so heiß wie möglich.

**Vertreiben von Warzen.** Die Warzen werden öfters mit einer starken Soda-lösung eingerieben, die man vollständig eintrocknen läßt.

Rf.