

Zeitschrift: Schweizer Frauenblatt : Organ für Fraueninteressen und Frauenkultur
Herausgeber: Bund Schweizerischer Frauenvereine
Band: 38 [i.e. 41] (1959)
Heft: 25

Heft

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: 18.03.2025

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

(Fortsetzung von Seite 2)

genteil weit mehr als bisher an das Mitdabeisein der Frau im öffentlichen Raum gewöhnen, solch partnerschaftliches Zusammenwirken schätzen lernen — und die Frauen ihrerseits sich noch bewusster werden, dass sie auch hier eine besondere Aufgabe zu erfüllen haben. So mag dann auch allmählich jene veraltete Bild von der Frau und ihrer Sendung im Unbewussten unseres Volkes verblasen und ein neues, grösser angelegtes Leitbild hervortreten... Auf alle Fälle führt der Weg zu uneingeschränkten politischen Frauenrechten gerade auch über die staatsbürgerliche Mitarbeit der Schweizerin. Im Zeichen des Frauenstimmrechtes eine "Politik der Respektierung" zu treiben, scheint mir also weder grundsätzlich noch taktisch das Richtige zu sein.

Ein Geist der Bejahung und tapferen Zuversicht prägte weiterhin unsere politische Frauenbewegung! In aufbauender Art gilt es unsere Sache zu fördern. Schöpfen wir alle Möglichkeiten öffentlicher Mitarbeit voll! Versuchen wir, aufklärend und werdend, immer mehr in die Tiefe und Breite zu dringen, in den Reihen der Männer wie der Frauen! Unterstützen wir die Bemühungen um vermehrte staatsbürgerliche Schulung und Weiterbildung der Frau — eine Sache, die ja gerade durch "Frau und Demokratie" in vorbildlicher Weise gefördert wird! Gliedern wir uns weniger zögernd politischen Parteien ein! Nehmen wir lebhafter noch als bisher am öffentlichen staatsbürgerlichen Gespräch teil, gerade auch vom Forum der Presse aus! Auf alle Fälle steht für mich fest, dass sich die Entwicklung unserer Sache zwar nachhaltig fördern, aber nicht forcieren lässt. Diese Entwicklung vollzieht sich nur einmal gemäss den Lebensgesetzen unserer Demokratie in revolutionärer Art, also nicht sprunghaft, sondern langsam, aber stetig. Ob wir persönlich es noch miterleben werden, dass unsere Forderung sich erfüllt, ist wohl nicht so wichtig. Wesentlich aber ist, dass wir die Gewissheit haben dürfen: es kommt der Tag, an dem die politischen Rechte so zugeteilt werden, wie es den heutigen Lebensbedingungen entspricht und den dominierenden Ideen unseres Staatsrechts: der Freiheit, Gerechtigkeit und Menschlichkeit. G. St.-M.

Redaktionell

Zum Thema "Wie uns die Ausländerin sieht" sind noch zwei weitere Zuschriften eingegangen, die wir zusammen mit dem Schlusswort der Redaktion in der nächsten Nummer veröffentlichen, ebenso die drei besten Antworten auf die seinerzeit im Zusammenhang mit der Einsendung eines Lesers aufgeworfenen Frage "Mehr Mädchen als Knaben?". Red.

Frisch und natürlich würzen

den Salat mit Fisch und Fleisch mit Citrovlin Mayonnaise feinstar Citronenessig milde Citrovlin-Mayonnaise Speise und Trank mit Lemosana Citronensaft im Sprayfläschli

Rund um die Nuss

Aus einem Vortrag von Dr. med. Hermann Lüthi-Brand, Spezialarzt für Diätetik und vorbeugende Medizin, Bern *

Die Ursachen der Zivilisationskrankheiten werden von der Wissenschaft immer deutlicher erfasst. Als besonders gesundheitsschädlich erweist sich die "Zivilisationskost", das heisst unser Ernährungsstil mit raffinierten, verarbeiteten Lebensmitteln im Uebermass.

Wir begreifen deshalb, weshalb die Ernährungshygiene — zum Bollwerk der vorbeugenden Medizin geworden — die dringende Forderung stellt, die Nahrung so natürlich wie möglich zu belassen. Das heisst nichts anderes, als die Naturprodukte so zu geniessen, wie sie sind (zum Beispiel rohes Obst, Nüsse usw.), oder sie möglichst unverändert, ungefärbt, ungebleicht, ungehärtet (Fette) auf den Markt und auf den Tisch zu bringen. Als Ausgleich zur sterilen, chemisierten Zivilisationskost empfehlen die Aerzte und Diätetiker immer wieder Früchte. Unter diesen Sammelbegriff fallen auch die Nüsse.

Die Nuss ist bekanntlich ein Samen, und dieser gehört zur Frucht, wie der Dotter zum Ei.

Ueber den ernährungs-physiologischen Wert der Nüsse und Samen liesse sich an Hand der Nährstoff-Tabellen mancherlei berichten. So wäre der Reich-

* Diesen Vortrag hörten wir bei einem Besuch der Nuxo-Werke AG, J. Kläsi, Rapperswil SG, bei welcher Gelegenheit uns die ernährungswissenschaftlich fortschrittliche und hygienisch vorbildliche Herstellung der ausgezeichneten Nuxoproducte gezeigt wurde. Red.

tum an Eisweiss, Fett, Mineralien und verschiedenen Vitaminen zu erwähnen. Ist es aber besonders wichtig zu wissen, dass die Haselnuss beispielsweise 17,4 Prozent Eisweiss enthält, 62,6 Prozent Fett und 7,2 Prozent Kohlehydrate? Die Menschheit nährt sich seit Jahrtausenden im Grunde genommen nicht von Eiweiss, nicht von Fett, Stärke oder Zuckerkoffen, sondern von Früchten, Nüssen, Getreidekörnern, Wurzeln, Blättern, Bärenfleisch, Rentiermägen und Fischlebern, das heisst von pflanzlichen und tierischen Organen, von organischen Gebilden. Die Nuss ist nun aber ein solches Organ. Jeder der zahlreichen Nussarten, handle es sich um eine Baumnuss, eine Haselnuss oder eine Kokosnuss, bildet eine Nahrungseinheit, die die Nährstoffe in einem ganz bestimmten Verhältnis enthält, in einem ausgewogenen Gleichgewicht, wie es offenbar der menschlichen Gesundheit zuträglich ist.

Das natürliche Verhältnis dieser Inhaltsstoffe kann nicht verbessert, es kann höchstens gestört werden. Zudem führt z. B. das Nussfett künstlich hart macht und dadurch gewisse empfindliche wichtige Fettsäuren vernichtet, zerreisst man die Einheit und vermindert die Wirkung. Die Nuss ist ein Ganzes und wird am besten als Ganzes. Schon rein äusserlich erscheinen uns Nuss und Nusskern in ihrer Rundung als Symbol des Fertigen, des in sich Geschlossenen. Nuss und Kern: die zwei Begriffe gehören untrennbar zusammen.

Wichtig für GraphikerInnen!

Meister der Plakatkunst

Zu seiner Ausstellung "Meister der Plakatkunst" gibt das Kunstgewerbemuseum Zürich einen Katalog heraus, der mit seinen 148 Abbildungen und seinen sorgfältig zusammengestellten Dokumentationen willkommene Quellenmaterial und damit Arbeitsinstrument für Geschichte und Probleme des Plakates ist. 210 Plakate von über 60 Künstler Europas, der USA und Japans illustrieren den Verlauf der Plakatkunst seit den Anfängen der lithographierten Bildstoffe um 1880 bis in die Gegenwart. Der Hauptakzent liegt auf dem schweizerischen Plakatschaffen, doch bieten aufschlussreiche Ausblicke auf Werke ausländischer Künstler interessante Vergleichsmöglichkeiten. In einem Aufsatz zur Geschichte des Plakates werden Grundfragen der Kunstgeschichte und der Soziologie des Plakates angeschnitten. (Der Katalog kann beim Kunstgewerbemuseum bezogen werden.)

Neu in BSF-Kommissionen

Fachkommission "Bundesrechtliche Ordnung der Familienzulagen" An Stelle von Fri. Dr. E. Nägeli, Zürich, vertritt Frau A. Blaser-Eggl, Luzern, den Vorstand in dieser Kommission.

Kommission für Frauenberufsfragen Mile E. Guisan, Genf, ist als neues Mitglied in diese Kommission aufgenommen worden.

Fachkommission für Wohnbaufragen

Frl. Dr. Rikli, Zürich, hat ihr Amt als Präsidentin niedergelegt, arbeitet jedoch weiter in dieser Kommission mit. Zur neuen Präsidentin wurde Frau Claire Rufer, Bern, zur Vizepräsidentin, Mme M. Billeter, Neuenburg gewählt. Neu in die Kommission wurde gewählt: Frau S. Witmer-Ferri, Lugano.

Mütterwoche auf Stels ob Schiers, im Hof De Plans

Bereits wird vom 9.—18. Juli die 10. Mütterwoche durchgeführt. Nach einem dem Amtseinfahrt folgenden Ruhetag wird dem ersten Arbeitstage ein Erziehungsthema zur Behandlung gegeben, indem Lehrer Rüttimann, Schiers, über das Kind unter dem Einfluss guter oder schlechter Kameraden sprechen wird. Der Sonntag ist dem Besuch des Gottesdienstes und der Erholung gewidmet. Gemeindeführerin R. Brack, Zug, wird an einem weiteren Tage über "Die Frau unterwegs zu sich selber" einen Vortrag halten, und Berufsberaterin Casal, Schiers, im Verlaufe der Woche einen solchen über Fragen der Berufswahl. Ein ganzer Ausflugsstag (zum Seeli) wird eingeschaltet. Alsdann Vortrag von Frau M. Weisskopf-Piaget, Basel, "Wichtige Geschehnisse ausserhalb unserer Grenzen". Mit einer am vorletzten Tage gehaltenen Plauderstunde von Frau M. Huber, Bäurenenschule Schiers, und dem frohen und besinnlichen Ausklang dienenden Abreisetag wird die 10. Mütterwoche auf der schönen Prätigauer Höhe, im stilvoll heimeligen Hause und unter Fräulein A. Saurers sympathischer Leitung beschlossen. Möchten recht viele Mütter von den Werten dieser sich mit spürbarem Erfolg eingebürgerten Veranstaltung profitieren, sich erholen und sich stärken, sich innerlich bereichern!



Ehret einheimisches Schaffen, verlangt Schweizer Ware

Veranstaltungen

FRAUENSTIMMRECHTSVEREIN BERN

Mitgliederversammlung Dienstag, den 30. Juni 1959, um 20 Uhr, im Hotel Bristol, Spitalgasse 21, Bern.

Programm:

- 1. Kurzberichte über die Delegiertenversammlung des Schweiz. Verbandes für Frauenstimmrecht in Montreux. (Es sprechen Frau T. Ernst-Merz, Mme M. Clerc-Bellenot) 2. Une citoyenne nous parle de ses expériences. Referentin: Mme Gertrude Girard, Präsidentin der Sektion Montreux. Cette réunion est prévue aussi pour le Groupe romand. Mme Girard parlera en français.

Radiosendungen

Montag, 29. Juni, 14 Uhr: Notiers und probiers: Für durstige Seelen. — Die Gärtnerin gibt Auskunft über Zimmerpflanzen. — Ein Rezept. — Was möchten Sie wissen? — Dienstag, 14 Uhr: Kind und Buch. Olga Meyer spricht über den Wert des Lesens. — Mittwoch, 14 Uhr: Kinder auf Reisen. Reportage. — Donnerstag, 14 Uhr: 1. Wie lebt die Neuseeländerin. 2. Der ausgesetzte Zauberer, ein Maori-Märchen. — Freitag 14 Uhr: 1. Zwölf Monde hat das Jahr, von Oda Schäfer. 2. Juli-Neuigkeiten.

Aus dem Fernsehprogramm

Heute Freitag abend, 26. Juni, 21.00 Uhr: Blätter aus unserem Tessiner Kalender, 21.20 Uhr: Politisches und Kritisches in schweizerischer Sicht. Samstag, 27. Juni: Anschliessend an die Abendsendung spricht Pater Patrick Steiner, Kloster Einsiedeln, das Wort zum Sonntag für die katholische Kirche. Sonntag, 28. Juni, 10.—11 Uhr: Hochamt aus der Kirche Notre-Dame, Neuenburg. Donnerstag, 2. Juli, 10.—13 Uhr: Uebertragung der kirchlichen und zivilen Trauung von Prinz Albert von Belgien mit Prinzessin Paola Ruffo di Calabria.

Redaktion:

Frau B. Wehrli-Knobel, Birnmensdorferstrasse 426 Zürich 35, Tel. (051) 35 30 65 wenn keine Antwort (051) 26 81 51

Verlag:

Genossenschaft "Schweizer Frauenblatt", Präsidentin: Dr. Olga Stämpfli, Gönzhardhof, Aarau

Advertisement for OVA-Produkte featuring bottles of Urtrüeb, Urhell, Urpom, and Quotsch. Text describes them as natural apple juice products that are refreshing and healthy.

Advertisement for the 59th Zurich Flower Show (ZÜRICH BIS 11. OKT. 1959). It highlights various exhibits like cut flowers, plants, and a film program.

Advertisement for Kunststuben Maria Benedetti, featuring a painting of a woman and text about art exhibitions and a restaurant.

Advertisement for a restaurant or cafe, featuring a painting of an interior scene and text about a special drink.

Advertisement for OVA-Produkte with a large '90%' graphic, stating that 90% of purchases are made by women.

Advertisement for Hugo Peters, featuring a bed and text about modern furniture and mattresses.

Large advertisement for Nuxoliva Olivenöl and Nuxo Sonnenblumenöl, featuring images of the bottles and text describing their health benefits.

Advertisement for Betty Knobel, featuring a book cover and text about family and social topics.