

Zeitschrift: Schweizer Frauenblatt : Organ für Fraueninteressen und Frauenkultur
Herausgeber: Bund Schweizerischer Frauenvereine
Band: 41 [i.e. 44] (1962)
Heft: 2

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>

1085

SCHWEIZER FRAUENBLATT

Publikationsorgan des Bundes schweizerischer Frauenvereine Organ für Fraueninteressen und Frauenaufgaben

Administration, Druck und Expedition: Buchdruckerei Winterthur AG, Tel. (052) 2 22 52, Postcheckkonto VIII b 58 Alleinige Anzeigenannahme: Mosse-Annoncen AG, Limmatquai 94, Zürich, Tel. (051) 24 26 00, Postcheckkonto VIII 1027

Sonderseite: Frauenarbeit gegen den Alkohol

Erscheint jeden zweiten
Freitag
Verkaufspreis 30 Rp.
Auflage
über 20 000 Exemplare

Abonnementspreis: Für die Schweiz per Post
Fr. 15.80 jährlich, Fr. 9.— halbjährlich, Aus-
landsabonnement Fr. 18.50 pro Jahr. Erhält-
lich auch an Bahnhofskiosken. Abonnements-
einzahlungen auf Postcheckkonto VIII b 58
Winterthur. — Insertionspreis: Die einspaltige
Millimeterzeile oder auch deren Raum 25 Rp.,
Reklamen: 75 Rp. — Flacierungsverfahren
werden nach Möglichkeit berücksichtigt. —
Insertenschluss Freitags der Vorwoche.

Frauen unserer Zeit – Von den guten Vorsätzen des Jahres

Gespaltene Welt am Jahresbeginn

Neujahrsgedanken bedeutet für die Weltgeschichte keine Zäsur. Wohl bedenken die Staatsmänner in Ost und West die Welt mit ihren Friedenswünschen, aber das war immer so, ohne dass deswegen der Welt auch schon der Frieden beschert worden wäre. Und was heisst es schon, dass Staatsmänner aus dem östlichen Block der Welt den Frieden wünschen, wenn Frieden nach ihren Begriffen für uns Krieg bedeutet oder das Ende des Friedens? So wie der einzelne Mensch trotz seinen guten Neujahrsvorsätzen den alten Adam ins neue Jahr überschleppet, so trägt die Weltpolitik des neuen Jahres schwer an der Last des alten Jahres. Nein, Neujahrsgedanken bedeutet keine Zäsur in der Weltgeschichte.

Aber der Mensch kann nun einmal ohne Hoffnung nicht leben und so blickt er beim Jahreswechsel rückwärts, zieht eine Zwischenbilanz von Gut und Böses, blickt vorwärts und reißt Hoffnungen an Befürchtungen. Sollen wir Chruschtschews Bilanz übernehmen, der verkündete, 1961 sei für die Sowjetunion ein gutes Jahr gewesen, und daraus schliessen, uns sei es im vergangenen Jahr besonders schlecht gegangen? So einfach ist die gegenseitige Rechnung doch nicht. Wohl brachte uns 1961 mit der Errichtung der Schandmauer in Berlin eine Verschärfung der Berlinkrise, es brachte uns auch mit der Wiederaufnahme der sowjetischen Kernwaffenversuche neue brutale Einschüchterungsversuche von seiten Moskaus. Die UNO hat durch den Krieg im Kongo, durch den Tod Hamarskjöld viel an Prestige und Ansehen eingebüsst. In Südostasien, in Laos und Südvietnam stehen die Dinge auch gar nicht gut; in Algerien wird nach wie vor ein zweifacher Terror der französischen Ultras und der algerischen Extremisten; kurz vor Weihnachten überfiel der einstige Ghandischüler Nehru das portugiesische Goa und Fidel Castros Kuba hat sich ganz dem Kommunismus zugewandt, nachdem ein dilettantischer Versuch, die Insel zu erobern, misslungen war. Nach den ersten übertriebenen Hoffnungen, die er auf den neuen amerikanischen Präsidenten setzte, hat der Westen erfahren, dass auch ein Kennedy bloss mit Wasser kocht und sich mit den alten weltpolitischen Sorgen abmüht.

Und trotzdem, so grau in grau war das vergangene Jahr doch nicht. Die ernste Bedrohung Berlins hat den Westen fester zusammengeschlossen, neue Abwehrkräfte mobilisiert und die NATO, wenn auch langsam, gestärkt. Und was Chruschtschew betrifft, so haben wir guten Grund von einem eigenen Jahr zu sprechen. In dem als so stark und unerschütterlich gerühmten Ostblock haben sich gefährliche Risse gezeigt. Die Front ist geborsten, der Machtkampf zwischen China und Russland wird

offen geführt. Das kleine Albanien trotz Moskau und wird in seinem Kampf von Peking kräftig unterstützt. Auch in Afrika sind Moskaus Blütenträume keineswegs gereift. Sah man nicht schon den haben schwarzen Kontinent der roten Unterwanderung und der kommunistischen Infiltration ausgeliefert? Befürchtete man nicht, die neuen schwarzen Vertreter in der UNO seien den sowjetischen Manövern nicht gewachsen? Den Kongo ausgenommen, wo zu viele weisse Köpfe den Brei verderben, verläuft die Entwicklung der über ein Dutzend neuen Staaten in Afrika ruhig und fried-

lich. Und welcher weisse Staat hatte im vergangenen Jahr den Mut, den sowjetischen Botschafter wegen kommunistischer Umtriebe auszuweisen wie es das schwarze Guinea kürzlich tat?

Befürchtungen des vergangenen Jahres verwandeln sich in Hoffnungen für das neue Jahr, wie sich auch Hoffnungen des alten in Befürchtungen für das neue Jahr verwandeln mögen. Solange über der Menschheit die Last des kalten Krieges liegt, der ein wahrer, schleichernder Krieg ist und von dem wir nur hoffen können, dass er sich nicht zum heissen, fürchterlichsten aller Kriege entwickle, so lange werden wir uns auch mit dieser jetzigen bescheidenen Form des Friedens begnügen müssen. Wenn uns dieser Friede auch im neuen Jahr geschenkt wird, ist das viel.

Gewisse asiatische Völker wünschen den Kontakt mit fremdländischen Menschen aus diesem und jenem Grunde gar nicht über einen gewissen Grad hinaus. Wer das nötige Fingerspitzengefühl nicht hat, wird dies allerdings nicht oder zu spät merken. So sehr Entgegenkommen und Bereitschaft zur Hilfe angebracht sind, so sehr ist zu vermeiden, was aufdringlich oder unwürdig erscheinen könnte. Niemand verlangt von uns, dass wir unsere Eigenart aufgeben und etwas affektieren, was nicht ehrlich und natürlich sein kann. Letzten Endes muss jedermann selber merken, wie weit er gehen kann und soll.

Ein schmerzliches Problem ergibt sich daraus, dass nun im Rahmen der Entwicklungshilfe noch viel mehr Afrikaner und Asiaten als früher in die Schweiz kommen, sei es zum Studium oder zur beruflichen Ausbildung. Die Betreuung der jungen Ausländer ist eine schöne, aber heikle Aufgabe. Unsere Nahrung, unsere Bekleidung, unsere für asiatische Begriffe sehr frostigen Umgangsformen und unser Klima machen es den Angehörigen der Entwicklungsländer wahrlich nicht leicht, sich bei uns einzuleben. Der Verkehr mit dem andern Geschlecht bringt ganz besonders heikle Probleme. Wer kann es einem jungen Mohammedaner verargen, wenn er, der bisher weibliche Wesen nur in sackähnlichen Kleidern verhüllt sah, den Halt verliert, wenn er unsere jungen Frauen und Mädchen begegnet oder gar in Kinos und Kabarett mit Nachdruck dazu eingeladen wird, allfällige vorhandene Hemmungen fallen zu lassen. Die Erfahrung zeigt immer wieder, dass Ehen mit Afrikanern und Asiaten, ganz besonders mit Mohammedanern rasch zu Tragödien werden, auch wenn bei beiden Seiten der beste Wille besteht, dies zu vermeiden. Vergessen wir nicht, dass religiöse Kräfte hüben und drüben viel stärker wirken, als wir dies wahrhaben wollen. Unter keinen Umständen sollten junge Schweizerinnen nach mohammedanischen Ländern heiraten, bevor sie das dortige Leben als noch unverheiratete Touristin oder Arbeitskraft gründlich kennengelernt haben. Die meisten asiatischen Staaten betrachten eine «angeheiratete Schweizerin» nicht mehr als Schweizerin, entziehen ihr den Pass und unsere Behörden damit jegliche Möglichkeit zur Intervention. Mit Schrecken denke ich an die vielen Schweizerinnen, die zu Hause oder in England Asiaten oder Afrikaner kennen lernten, sich trotz aller Mahnungen zur Heirat entschlossen und nun seit Jahren oder Jahrzehnten ein Leben führen müssen, das in unseren Augen eines Menschen unwürdig ist. So gut eine solche Mischehe eventuell in Westeuropa oder Nordamerika, oder auch Südamerika, funktionieren kann, so ist in jedem Falle von ihr abzuraten, so bald das Ehepaar nach Asien oder Afrika (ausgenommen vielleicht in einige Weltstädte) ziehen will. Es ist mir einfach nicht verständlich, wie viele junge Schweizerinnen trotz allem, was über dieses Thema von gut orientierter Seite schon geschrieben wurde, sich immer wieder verleiten lassen, jeden guten Rat in den Wind zu schlagen.

Gerade wenn man es mit der Hilfe an die Entwicklungsvölker ernst meint, so muss man auch gewisse Grenzen des Zusammenlebens mit fremden Rassen respektieren, im wohlverstandenen Interesse aller.

Margrith Keller

Unsere Frauen und die Entwicklungshilfe

In einer seiner berühmten Reden hat der frühere Ausserminister, alt Bundesrat Petitpierre erklärt, die Hilfe an die Entwicklungsländer gehöre zu den wichtigsten Aufgaben unseres Zeitalters. Er hat damit sicher nicht übertrieben. Ein Blick in die Zeitung lehrt uns täglich, wie gross die Schwierigkeiten sind, mit denen die sogenannten Entwicklungsländer in Asien, Afrika und Südamerika kämpfen und wie sehr sie gerade auf die tatkräftige Hilfe neutraler, also unverdächtig Industrie-Staaten angewiesen sind. Welches ist nun die Rolle oder die Aufgabe der Schweizer Frauen bei der Bewältigung dieser Probleme?

Im Laufe meines langjährigen Aufenthaltes in verschiedenen Entwicklungsländern, insbesondere in Asien, ist mir immer mehr bewusst geworden, wie gerade die Schweizer Frau berufen ist, an dieser Aufgabe mitzuarbeiten. Wir sind zu Hause und in der Schule, viele von uns auch im Militärdienst und im Berufsleben gelehrt worden, dass ein Zusammenleben mit Menschen anderer Sprache, Rasse und Religion bei gutem Willen nicht nur möglich ist, sondern in mancher Hinsicht Bereicherung bringen kann. Nicht nur im Berufsleben, sondern auch im Alltag, ganz besonders aber im Verkehr mit Menschen verschiedener Völker, ergibt sich immer wieder Gelegenheit, den nach mehr Bildung, Hygiene, Wohlstand strebenden Mitmenschen anderer Rassen behilflich zu sein. Meine Erfahrungen haben mich überzeugt, dass diese mehr menschlichen und persönlichen Kontakte oft ebenso wichtig sein können wie die Verbesserung der Landwirtschaft, der Ausbau des Unterrichtswesens, die Errichtung neuer Fabriken und moderner Verkehrswege usw. Der Mensch lebt nicht vom Brot allein. Vergessen wir nicht, welche hohe Anforderungen der wirtschaftliche, technische und soziale Umbau in den Entwicklungsländern zuzugunsten an Jedermann, namentlich auch an das Familienleben und an die dortigen Frauen stellt. Wie dankbar sind doch die Frauen Südasiens für jeden gutgemeinten Wink, jede Handreichung, mit der wir ihnen helfen, all das Neue besser zu «verdauen». Wir Schweizerin-

nen finden offenbar den richtigen Ton im Umgang mit unsern gelben, braunen und schwarzen Schwestern verhältnismässig leicht, und damit auch ihr Vertrauen, auch unter Umständen, die manche Europäerin oder Amerikanerin entmutigen. Wir sind nicht unbedingt auf den letzten Komfort angewiesen. Wir können auch einmal schwere körperliche Arbeit und andere Mühsal auf uns nehmen, wenn es der Sache dient. Wir können sogar einmal Kinder einer fremdrossigen Familie aufnehmen, für deren Schulbildung etwas tun oder auf andere Weise zum Ausdruck bringen, dass uns an der sozialen oder wirtschaftlichen Stellung unserer Bekannten oder Nachbarn etwas liegt. Selbst kleine Gesten können Wunder wirken. Dabei sind wir keineswegs immer bewusst, wie sehr wir durch unsere Beispiele der Dankbarkeit erlebte, die zu den schönsten Erlebnissen meiner Asien-Jahre zählen. Vergessen wir nicht, dass die meisten asiatischen Völker uralte Kulturen vertreten, dass ihre Vorfahren schon vor zwei- und dreitausend Jahren ein kulturelles Niveau erreicht hatten, das damals in Europa völlig unbekannt war.

Praktisch handelt es sich, also namentlich darum, dass wir alle Vorurteile fallen lassen, möglichst unvoreingenommen an die Aufgabe herantreten und neben dem gesunden Menschenverstand unsere guten schweizerischen Traditionen der Hilfsbereitschaft und Nächstenliebe wirken lassen. Und wenn wir nicht sofort verstanden oder sogar missverstanden werden, so brauchen wir die Flinte nicht ins Korn zu werfen. Lebt man mehrere Jahre unter einem fremden Volk, so sollte man wenigstens gewisse Sprachkenntnisse erwerben, auch wenn niemand von uns verlangt, dass wir Sprachlehrer werden. Schon die Tatsache, dass wir uns die Mühe geben, wenigstens das Allergeringste in der Landessprache zu sagen, wird uns vieles erleichtern; unsere Partner fühlen sich dabei geschmeichelt. Gerade von einer Schweizerin kann man diese Anstrengung vielleicht eher verlangen als von Angehörigen anderer grösserer Sprachgemeinschaften. Man muss sich auch vor Uebertreibungen hüten.

Heute beginnen wir mit einer Bilderfolge von Frauen aus unserer Zeit. Wir wollen damit unsern Leserinnen einen bunten Querschnitt vermitteln durch Leben und Arbeit der Frauen aller Stände in unserer Epoche.

Frauen unserer Zeit

Dr. Marie-Louise Junod-Sarasin
oder
Die Liebe zur Mathematik

Marie-Louise Junod wurde in Berlin geboren, wo sie auch ihre ersten Schuljahre verbrachte. In ihre Heimatstadt Basel zurückgekehrt besuchte sie die «Freie Schule»; dort wurde zwar Latein als Freifach gegeben, doch verzichtete sie auf diesen Unterricht, der ihr weder von zu Hause nahegelegt, noch von ihren Schulkameradinnen benützt wurde. Dagegen belegte sie aus freien Stücken die Fächer Algebra und Geometrie, die sie schon damals interessierten.

Nach Schlußschluss verbrachte sie wie alle andern jungen Mädchen ihrer Generation ein Welschlandjahr in Neuenburg, wo sie die städtische Schule besuchte, die schon seinerzeit Kurse «pour les étrangers» eingerichtet hatte. Somit war ihr auch dort die Möglichkeit gegeben, den Mathematikunterricht weiter zu verfolgen.

hin» eine Zeilang in Basel quasi als Dilettantin in Bakteriologie und besuchte gleichzeitig einige Vorlesungen in Physik und Mathematik, um sich näher zu orientieren. Schliesslich entschied sie sich aber doch definitiv für das letztere Fach. Sie doktorierte in Zürich.

Nun kamen die ersten Berufssorgen! Eigentlich lockte sie das «Lehrersein» recht wenig; doch sah sie ein, dass ausserhalb dieses Berufes nur die für einen Mathematiker recht trockene Arbeit bei einer Versicherung in Frage komme — eine Erfahrung, die sie schon während der Vorlesungen gemacht hatte. Es galt also doch, sich nach einer Lehrstelle umzusehen, doch war die Situation damals bei weitem nicht so günstig wie heute, wo die Studenten sich bereits erfolgreich an den Staatsschulen melden können und trotz mangelnder Lehrerschaft schon höhere Klassen übernehmen dürfen. Seinerzeit stellte man sich beim Rektor der städtischen Schule vor, wobei es bei einer Frau schon gar nicht zu einer Probestunde kam. Latein und Mathematik, Physik und Chemie waren Fächer, die ausschliesslich den männlichen Lehrkräften vorbehalten blieben.

Marie-Louise Sarasin verdiente also, wie übrigens viele ihrer Kollegen, die ersten Sporen in Privatinstututen, wo nicht nur strenge Vorschriften in den Lehrplan bestanden, sondern wo auch eine stete Kontrolle bei der Arbeit stattfand.

Während dieser Zeitperiode lernte Marie-Louise Sarasin auch ihren zukünftigen Gatten, den Mathematiker Dr. Victor Junod kennen, der nach langjähriger Tätigkeit als Assistent an der ETH bereits engen Kontakt mit den Studenten und sehr ausgesprochenes pädagogisches Talent unter Beweis gestellt hatte.

Gemeinsam beschlossen sie, eine eigene Schule zur Vorbereitung auf die Eintrittsexamen der ETH zu gründen. Es brauchte unendlich viel mehr Geduld und Ausdauer, als das junge Paar voraussehen konnte, denn nun brach der zweite Weltkrieg aus und die jungen Ausländer, die vor allem für die vorgesehenen Kurse in Betracht kamen, mussten in ihre Länder zurückfahren. Sie erschienen erst wieder vom Jahre 1946 an. Durch die Leitung einer eigenen Schule durften nun auch die ausgesprochenen weiblichen Eigenschaften von Marie-Louise Junod zu ihrem Rechte kommen; diese bestanden vor allem in der Betreuung der Schüler, die ihr sehr zusagte und sie in ständigem Kontakt mit jungen Menschen hielt. Sie betrachtet es auch heute noch als ungeheure Chance, mit ihrem Mann selbstständig zusammenarbeiten zu dürfen, denn getrennte Berufstätigkeit kann leicht das harmonische Zusammenleben gefährden. Das braucht das Ehepaar Junod nun weit zu befürchten; es befindet sich sogar noch weit von seinem stillen Traum, in fortrückenden Jahren etwas abzubauen, entfernt; das ständige Zunehmen ihrer Schülerzahl ist schuld daran, unterrichten sie doch bereits die zweite Generation und haben in allen Ländern persönliche Beziehungen.

Es ist allerdings nicht nur das Verwachsensein mit der Arbeit und die grosse Schülerzahl, die das Ehepaar Junod bei der Stange bleiben lässt, sondern vor allem auch der Mangel an Mathematik Lehrern. Wie schön wäre es für sie, Nachfolger zu sehen, die in ihre Fußstapfen treten könnten. Dass nicht alle Frauen Mathematik als reine Schreckgespenst empfinden, bemerkt Marie-Louise Junod immer wieder, wenn sie z. B. im Verband der Akademikerinnen — dem sie angehört und

der ihr viel Anregung durch den Kontakt mit andern berufstätigen Akademikerinnen bringt — ein kleineres mathematisches Problem, das durch seine Einfachheit und Eleganz besticht und daher allen verständlich ist — vorträgt.

Marie-Louise Junods Leben ist — harmonisch aufgeteilt in Beruf und Familie, zu der Kinder und Grosskinder gehören — ein ausgesprochen reiches, warmes und zutiefst befriedigendes.

Adèle Baerlocher



Haus-Franliches

Arme Untermieter!

So etwa stelle ich mir den Anfang vor: Eine Frau, die allein in ihrer Wohnung lebt und 1 bis 2 Zimmer zuzieht hat, fühlt sich einsam, und ferner würde ihr ein finanzieller Zuschuss wohl tun. Sie überlegt sich, wie angenehm es sein könnte, jemandem betreten zu dürfen, das eigene Heim mit einem oder mehreren Menschen zu teilen, einen Schritt auf der Treppe zu hören, eine lebendige Stimme... Diese Frau geht hin und setzt ein Inserat auf, etwa folgenden Inhaltes: «Hübsch möbliertes Zimmer an seriöses Fräulein oder jungen Herrn mitweise abzugeben; auf Wunsch Frühstück.» Und so weiter!

Sie muss nicht lange warten, denn es melden sich unzählige Inserenten: Berufstätige, Studierende, Schweizer und Ausländer — per Telefon, schriftlich und persönlich. Alle flehen um Berücksichtigung, weil sie trotz wochenlanger Suche noch gar nichts fanden. Und nun zeigt es sich, welche der zwei Seelen in der Brust der alleinstehenden Frau die Oberhand gewinnt: die, welche sich tatsächlich nach mütterlicher Betreuung oder die, welche sich nach wirtschaftlichem Profit sehnt.

Ist es die letztere, dann haben die Betreuten nichts zu lachen: es wird ihnen vorerst ein Zimmerpreis angesetzt, der zwar mit der Wirklichkeit nichts zu tun hat, jedoch den grössten Teil der eigenen Miete bezahlt. Ferner: Supplément für Warmwasser, Strom, Heizung, Bedienung. Dann folgen strikte Regeln:

- Verboten sind
- a) Besuche
- b) Strümpfe auszuwaschen im Badezimmer
- c) Haarewaschen und Föhnen
- d) Heisswasserkochen für Tee oder Kaffee
- e) Radiospielen
- f) Rauchen.

Diese Liste könnte beliebig fortgesetzt werden. Selbstverständlich darf an die zahlreichen Nippes auf der Kommode und an die «Bibliothek der Unterhaltung und des Wissens» aus den Jahren 1902 bis 1910 nicht gerührt werden. Für was eigene Photos und Bücher aufstellen? Es ist schliesslich schön und mildtätig, dass ein so prächtiges Zimmer an eine wildfremde Person überhaupt abgegeben wird.

Der Mieter oder die Mieterin sagt zu jedem neuen Verbot hastig ja und amen, in der ständigen Angst, den kostbaren Raum vielleicht doch nicht zu bekommen oder am 15. des Monats schon wieder hingestellt zu werden; denn es ist ihnen bewusst, dass bereits Dutzende anderer Interessenten darauf warten, die auch noch die Pflicht auf sich nehmen würden, die hängenden Grünpflanzen täglich zu gießen und mit dem Hund spazieren zu gehen. Sie versorgen also überflüssig ihre Kleider in dem wackeligen Schrank und legen ihre Wäsche in die Kommode, deren eine Schublade hermetisch verschlossen ist, weil sie noch die Habseligkeiten der Wirtin birgt; sie schieben schüchtern nach dem Thermometer, der knapp 16 Grad Celsius zeigt, worauf die Wohnungsinhaberin hurtig bemerkt, dass sei eine gesunde Temperatur und viel bekömmlicher als übertriebene Hitze; die Heizung koste ja auch nur 30 Franken Supplément pro Monat.

Es kommt vor, dass sowohl Bettwäsche wie Handtücher selbst mitgebracht werden müssen — aber damit ist der Untermieter noch nicht am Ende seiner Qualen: Er hat oft darüber hinaus das peinliche Gefühl, ein unerwünschter Gast zu sein, über den mit Misstrauen gewacht wird: mit wem telefoniert er? Was für Post trifft für ihn ein? Wer holt ihn abends ab?

Ein Fleck auf der dunkelgrünen Plüschecke seines Zimmers ist eine Katastrophe, ein Spritzer auf der Tapete ein Verbrechen... Aber ob er je etwas Besseres finden wird? Natürlich, das sei ausdrücklich erwähnt, gibt es auch die andere Kategorie von Vermieterinnen, die ihre Pensionäre weder überfordern noch schikanieren, und es wird

ebensowenig von ihnen gesprochen wie über die guten Ehen.

Die ändern aber, die nur das Geschäft sehen und für ein Maximum an Einkommen ein Minimum an Gegenleistung zu bieten gewillt sind, nehmen in erschreckendem Masse zu und niemand kann ihnen etwas tun. Sie müssen ganz einfach eine Notlage aus, durch die Hochkonjunktur und den Wohnungsmangel geschaffen. Ob ein Appell an ihre harte Seele irgendwelchen Erfolg zeitigt? Ich glaube es kaum!

Glück wird ihnen ihre Einstellung kaum bringen — das sei ein magerer Trost für die unzähligen leidenden Untermieter — denn sie werden, auch wenn sie ihre Zimmer pausieren und zu Höchstpreisen während Jahren an den Mann oder die Frau bringen, menschlich einsam bleiben. Ob sie sich selbst darüber wundern werden? Adèle Baerlocher

Zurück zur Einfachheit: der Schnee ist schuld

Das Pech verfolgte uns während 24 Stunden. Mit vier Stunden Verspätung, kurz vor Mitternacht, kamen wir müde und durchfroren daheim an. Schnell steckte ich die Kinder ins Bett und setzte mich für ein besinnliches Viertelstündchen ins Wohnzimmer. Das ganze Haus war still und vor den Fenstern fiel der Schnee in dicken Flocken.

Morgen. Es schneit noch immer. Nicht ganz ausgerührt erheben wir uns. O weh, das Licht brennt nicht. Nur gut, dass man notfalls den Kaffee mit Boilervasser angessen kann. Zweites Wehe! Der Boiler, wohl eingeschaltet, hat nicht aufgeheizt. Temperatur ca. 60 Grad. Gerade warm genug zum Rasieren. Das dritte Wehe bekommen wir im Lauf des Vormittags zu spüren: die Oelheizung funktioniert dank allgemeinem Stromunterbruch auch nicht. Einzig das Telefon reagiert. Um 10 Uhr versuche ich vergleichlich das Baumaterial aus dem EW anzurufen. Natürlich, am 2. Januar wird im Gemeindefeuerwerk gearbeitet und das EW war nicht ohne Grund besetzt. Endlich bekomme ich Bescheid. Ob ich das Mittagessen auf dem Herd kochen könne? Oh, auf keinen Fall, die meisten Lei-

tungen liegen am Boden. Man sei seit vier Uhr früh unterwegs und hoffe, bis gegen Abend wenigstens einen Teil wieder flott zu bringen.

Schlotterla stehe ich in der Küche und überlege mir das Mittagessen. Auf dem Fonduehochstand lässt sich, wenn auch langsam, eine Suppe kochen. Mit viel Spirit, Eiern und Haferflocken reift unser Mittagessen: Suppe, Spiegeleier (in Aluminiumtellern), Salat und Brot, und zum Schluss gar noch der obige Kaffee. Bei der Nachbarin darf ich für den Abwasch heisses Wasser aus dem Gas-Boiler holen.

Das zweite grosse Problem ist die Kälte. Mit Vehemenz und ohne Staubsauger putze ich das Wohnzimmer. Die Kinder tummeln sich im Schnee (der Ursache unserer Pechsträhne) und haben höchstens kalte Hände. Und während der Putzeret ist's auch bei mir nicht allzu schlimm. Wie ich mich aber nach getamer Arbeit hinsetze, fällt mich die Kälte mit grimmen Krallen an. Sie abzuwehren, verziehe ich mich in die Küche, stelle ein altes Aluminiumbecken auf eine dicke Lage Zeitungen auf den Boden, schütze etwas Alkohol hinein und zünde ihn an. Das gibt kurze Zeit ganz angenehm warm und bringt mich weniger zum Husten als der Spirit, der ja eigentlich den gleichen Dienst leisten würde.

Jetzt sind schon beinahe ein Tag und eine Nacht vergangen, seit Sündbad der VW eine Schlittenfahrt unternahm, dabei ein Auge verlor, in eine Garage abgeschleppt wurde und uns per Zug mit vielen Halten (auch auf offener Strecke) heimfahren liess.

Und da wendet sich das Blatt. Das Radio, als Signal eingestellt, wird hell. Unsere Gesichter auch. Wir drehen das Licht an, die Pumpe in der Heizung beginnt zu arbeiten und der Gedanke, dass es bald wieder warm sein wird und wir heissen Kaffee trinken können, sowie wir wollen, erweckt unsere Lebensgeister. Heissungrill fallen die Kinder über das Essen her, gehen ungegabt aber widerstandslos (wehch Wunder!) ins Bett und nach und nach kommt alles wieder ins Gleis. Noch flackert das Licht hin und wieder und setzt sogar zweimal aus, aber das macht nichts. Mein Mann erzählt mir, die meisten Kollegen seien kalt gefüttert worden. Einer habe den Campinggrill hervorgeholt und Würste gebraten, ein anderer habe endlich sein Cheminée als Kochgelegenheit entdeckt und bei einem Dritten hätten die letzten Metabletten grad für eine Tasse Kaffee gereicht. Wir schlagen uns an die Brust und fühlen uns als Helden, die — fast wie Robinson — für einmal ohne Zivilisation auskamen.

Frau Esther

Ein Licht erlosch

Zum Tode von Johanna Terwin-Moissi

Sie war für uns Jüngere wie ein Licht, das aus dem alten, hochkultivierten und vornehmen Europa in eine härtere amerikanische Nachkriegszeit hinüberleuchtete, ein Kontrast zu den Hektomben rasch auf- und verglommender Sternen auf Leinwand und Bildschirm, eine Vertreterin bester bühnengerechter Schauspielkunst nämlich.

Mehrmals durfte ich sie auf der Bühne sehen und ungezählte Male am Radio hören. Unvergleichlich, wie sie beispielsweise die Frau Alving in Ibsens «Gespenster» darstellte als typische Vertreterin des Fin de siècle, die sich zwar selber keine Illusionen über ihren verstorbenen Mann macht, kann aussen aber um jeden Preis seinen Nimbus und damit den guten Ruf der Familie zu erhalten versucht, als leidenschaftlich liebende Mutter, als grosse Dame und als verantwortungsbewusste Herrin. Sie spielte die Heldin nicht; sie war Frau Alving. Ich sass ganz nahe an der Bühne der Basler Komödie. In der Regel wirkt die sehr grosse Nahe der Bühne eher ernüchternd auf den Zuschauer. Bei dieser Schauspielerin aber erlebte ich das Gegenteil; sie riss mit und ich stellte fest, wie sie nach einem leidenschaftlichen Ausbruch Tränen auf ihren Wangen hatte. Nun werden wir ihre kultivierte Stimme nie mehr hören. Ein Licht aus dem alten vornehmen Europa ist erloschen. Margrit Götz

Frau Dr. med.

Anna Walthard-Schättli †

Mit Bedauern müssen wir den Hinschied von Frau Dr. med. Anna Walthard-Schättli beklagen. Als beliebte Ärztin diente sie dem Kranken und dem gesundheitlich Ratsuchenden in Sprechstunde und am Krankenbett, betreute während längerer Zeit die Patienten der Allgemeinen Abteilung an der Stiftung der «Schwesternschule und Krankenhaus vom Roten Kreuz» in Zürich-Fluntern, wo sie auch als Lehrerin für Hygiene wirkte. Ebenso war sie Lehrerin für Hygiene an der Töchterschule Zürich (Abt. 3), an einigen Haushaltungsschulen in Zürich und Zollikon und am Kindergartenseminar Unterstrass, Zürich. Während vielen Jahren präsidierte sie die Vereinigung der Schweizer Ärztinnen, eine Zeitslang auch den Internationalen Ärztinnenverband. Mit Frau Dr. Walthard ist eine verdienstvolle Repräsentantin des Schweizer Akademikerinnenstandes verloren. AS

Fräulein Renée Jaton †

Am 26. Dezember des vergangenen Jahres ist in Lausanne die Sozialfürsorgerin, Journalistin und Redaktorin Renée Jaton von uns geschieden. Obschon seit längeren Jahren kranklich, kam ihr Heimgang doch unerwartet. Mit Takt und Spürsinn für alles Menschliche wusste sie ihre ausgezeichneten Artikel, Exposés und beruflichen Darlegungen dem Leser nahe zu bringen. Fräulein Jaton diente dem Staate Waadt in der Sozialfürsorge in deren Anfängen, als Mit-Initiantin einer Sozial-Bibliothek in Lausanne, durch das Schweizerische Rote Kreuz den Krankenschwestern der Schweiz als Schriftführerin des französischen Teils der Schweizerischen Blätter für Krankenpflege. — Alle die mit Renée Jaton in Kontakt zu kommen den Vorzug hatten, werden sie sehr vermissen und sie in dankbarer Erinnerung bewahren. A. v. S.

Berichtigung

In der Besprechung des Gedichtbändchens von Alice H. Reutlinger «Aus Zeit und Traum» unterließ uns leider ein Fehler. Es soll heissen: «Doch Fragmente sind meist Spiegelungen / Jener Menschen, die zutiefst gelauscht / Und die schöpferisch gestaltet haben / Was symbolisch sie im All geschaute». Symbole des Ewig-Gültigen sind auch ihre Verse.

Hätte man im Jahre Null

1 unserer Zeitrechnung 1 Franken zu 3% Zins angelegt, dann wäre dieser bis heute mit Zins und Zinseszins auf die riesige Summe von 14 921 Quadrillionen angewachsen. Das Geld dieser Erde reichte nicht aus, diese Summe zusammenzubringen, denn sie entspricht einer Kugel aus purem Gold von 670 km Durchmesser.

Heute bestehen in der Schweiz rund 6,3 Millionen Sparhefte, also mehr als Einwohner. Das Sparkapital beträgt etwa 14 Milliarden Franken oder rund Fr. 2 600.— pro Kopf. Diese Zahlen beweisen, wie viele Schweizer und Schweizerinnen in die Zukunft blicken, vom Einkommen einen Teil zur Bank tragen und sparen.

Die Sparziele sind verschieden. Jugendliche sparen für ihre Ausbildung, ihre Aussteuer. Die Erwachsenen denken beim Sparen an ein eigenes Geschäft, eine Reise, ein eigenes Häuschen und an die Versorgung für alte und kranke Tage.

Die Kunden der Schweizerischen Volksbank schätzen die rasche, diskrete und persönliche Bedienung am Sparkassenschalter. Ohne lästiges Ausfüllen von Formularen zahlt man auf sein Büchlein ein oder hebt davon ab. Wer nicht an den Schalter kommen kann, benützt das Bank-Post-System: Die Schweizerische Volksbank liefert alle Unterlagen dafür gratis, so daß jedermann Einzahlungen und Rückzüge bequem durch die Post tätigen kann.

Weltweite Verbindungen — Persönliche Beratung und Bedienung

SCHWEIZERISCHE VOLKSBANK

Das Vaterhaus

Das Haus, — Weiss
Stand es
In weitem Garten;
Blumen und Strüchler
Strömten
In Frühling und Herbst
Ihre Düfte aus
Liebe und Zärtlichkeit
Nisteten
Auf Bänken,
In stillen Winkeln
Und spannen
Träume und Hoffnung.
Krankheit,
Tod,
Abschied
Webten
Ein Trauergeleit.
Und nun bleibt die Erinnerung;
Die lispelt
In hohen Wipfeln
Alter Bäume,
Und lässt in dir
Freude und Schmerz,
Enttäuschung und Gewinn
Zu Auswahl
Und Entscheid.
Alice Suzanne Albrecht

Vergabungen

ag Am 22. Mai 1961 starb in Goldach (St. Gallen) Fräulein Amy Himmelberger. Gemäss ihrer letztwilligen Verfügung hat sie an zahlreiche wohltätige und gemeinnützige Institutionen den Betrag von insgesamt 30 000 Franken vermacht.

Grosszügiges Vermächtnis

(e.n.) Vor einigen Monaten ist im Alter von nahezu 90 Jahren Fräulein Alice Bircher in Zürich gestorben. Obwohl gebürtige Aarauerin, fühlte sie sich mit ihrer Wahlheimat Zürich eng verbunden. Sie interessierte sich lebhaft für soziale Werke und hat einen ansehnlichen Teil ihres Vermögens solchen Organisationen zugewendet, nämlich der Stiftung «Für das Alter» 50 000 Fr., der Bürgerschaftsgenossenschaft Saffa 10 000 Fr. und dem Pestalozzidorf in Trogen ebenfalls 10 000 Fr.

Vermächtnis

(ag.) Die am 29. August 1961 in Bern verstorbene Fr. Marianne Althaus hat durch letztwillige Verfügung folgende wohltätige Institutionen mit namhaften Vermächtnissen bedacht: den Gertrud-Fonds, die Stiftung für Erziehung zu gesundem Leben in Bern, den Fürsorgeverein für tuberkulose Kranke der Stadt Bern, den Bernischen Blindenfürsorgeverein, die Schweizerische Berghilfe in Zürich, das Schulheim Rosfeld für körperlich behinderte Kinder in Bern, das Mädchenheim Schloss Köniz.

Die Beschenkte erhält auf den von Ihnen gewünschten Tag die letzte Ausgabe und einen Geschenkgutschein



Schweizer Frauenblatt
Organ für Fraueninteressen und Frauenaufgaben

Geschenkabonnement

Ein schönes Geschenk

welches der Empfängerin während eines ganzen Jahres immer wieder neue Freude bereitet, ist ein Abonnement auf das

Schweizer Frauenblatt

Es ist das Geschenk von Frau zu Frau

- Die Unterzeichnete bestellt:
- _____ Geschenkabonnement Fr. 12.50
 - _____ Jahresabonnement des «Schweizer Frauenblattes» zu Fr. 15.80
 - _____ Halbjahresabonnement zu Fr. 9.—

auf eigenen Namen

als Geschenk an

Genauere Adresse des Bestellers

Bitte ausschneiden und an «Schweizer Frauenblatt», Winterthur, Postfach 210, senden.

Veranstaltungen

LYCEUMCLUB ZÜRICH

Programm des Lyceumclubs im Januar 1962

Montag, 22., 17 Uhr: Konzert- und Opernabende. Ausführende: Silvia Staub, Sopran; Dusan Pertot, Tenor. Marianne Wreschner am Flügel. Werke von Schubert, Schumann, Brahms, Chausson, Rossini, Donizetti, Mozart.

Montag, 29., 14.30 Uhr: Jahresversammlung. (Nur für Mitglieder.)

Handgeschriebene Manuskripte werden nicht angenommen, solche ohne Rückporto nicht zurückgesandt

Redaktion:

Frau Ruth Steinegger, Luzernerstrasse 88, Kriens-Luzern, Tel. (041) 3 34 10

Verlag:

Genossenschaft «Schweizer Frauenblatt», Präsidentin: Dr. Olga Stämpfli, Gönhardhof, Aarau

Alle Tage Dessert — und Dessert-Tag ist

DAWA - Tag!

Dr. A. Wander AG Bern

Mitteilungsblatt des Schweiz. Bundes abstinenten Frauen

Angeschlossen dem christlichen Weltbund abstinenten Frauen
(World's Women Christian Temperance Union, WWCTU)

Neue Folge des Wegweisers zur Frauennarbeit gegen den Alkoholismus

Das Alkoholproblem im Lichte der Zukunft

Jedes neue Jahr ist ein Schritt in die Zukunft... Für Ungelehrte ist diese Vorstellung zu einer seelischen Belastung geworden: sie fürchten die Zukunft, in der sie viel Dunkel und wenig Licht erblicken. Andere Menschen hingegen sind zu künftigsüchtig, die meisten von Natur aus, manche aber auch aus Glaube und Vertrauen. Ein solches Beispiel haben wir — neben vielen anderen — in dem vor wenigen Jahren gestorbenen französischen Jesuitenpater Teilhard de Chardin, dem berühmten Paläontologen. Gerade in dem, was viele mit Angst erfüllt: in den gewaltigen Fortschritten der Wissenschaft und Technik, sowie in der raschen Zunahme der Erdbevölkerung und der Zusammenballung von Menschenmassen sah er die Erfüllung göttlichen Plans; die Zukunftsgerichtheit erscheint ihm geradezu als ein Wesenszug des kommenden Menschen. «Die ersten Wirklichkeiten dieses Menschentyps», schrieb er, «leben schon unter uns: Wissenschaftler, Denker, Flieger usw., all jene, die vom Dämon (oder Engel) der Forschung besessen sind.» («La planétisation humaine.»)

derndes Wirken; selbst höher veranlagte Menschen ziehen sich in die Pflege ihrer Häuslichkeit zurück — als läge darin ein Schutz; niedrigere Naturen jagen nach Genuss, als gälte es, die noch gelassene Frist auszunutzen. (Ungezähle fürchten sich heute vor der Atombombe, die ungewiss ist, während sie sich kaum vor ihrem Tode fürchten, der gewiss ist!) Und weil auch der Kampf gegen den Alkohol nur geführt werden kann in einem Geiste des Glaubens und Vertrauens, freuen wir uns des zukunftsgerichteten Menschentyps und lassen nun einen solchen zum Worte kommen im Zusammenhang mit dem Alkoholproblem. Am internationalen Kongress über Alkohol und Alkoholisimus 1960 in Stockholm sprach ein französischer Mediziner, Dr. André Requet, über das Problem der Alkoholintoleranz in hochentwickelten Ländern (im Gegensatz zu den «unterentwickelten», die gleichsam noch in der Vergangenheit leben). Wir übersetzen den Inhalt seiner Ausführungen anhand der vervielfältigten Vortragsresümés.

Die Entwicklung nach Dr. André Requet

«Der Kampf gegen den Alkoholismus hat in der modernen Zeit eine solche Bedeutung erlangt, dass er in die Geschichte der Zivilisation, der Kultur, eingegangen ist. Man kann ihn nicht mehr ignorieren. Worin liegt eigentlich seine geschichtliche Bedeutung für die jetzige Zeit? Wir definieren dieselbe in Funktion der zukünftigen Gestaltung des modernen Lebens.

Unsere Zeit ist seit dem Beginn des Jahrhunderts durch die immer gewaltigere Rolle gekennzeichnet, die die Technik, die Maschine, auf allen Tätigkeitsgebieten des zivilisierten Menschen spielt. Und dieser Einfluss der Technik auf das Leben kann in der Zukunft nur noch grösser und tiefer werden.

Gerade infolge der immer enger werdenden Abhängigkeit der menschlichen Tätigkeit von der Technik wird der Alkohol zu einer nicht bloss individuellen, sondern kollektiven Bedrohung. Der Leber, den uns die heutigen Maschinen und noch mehr die zukünftigen aufzwingen, ist gekennzeichnet durch: Geschwindigkeit, Spannung, Risiko. Die Alkoholkonsumtion bedeutet Verlangsamung, Entspannung, trügerische Sicherheit. Die Wirkungen der Maschine auf das menschliche Leben sind schon heute kollektiver Natur und werden dies immer mehr werden. Die drei vorangehenden genannten Momente erhalten eine rasch wachsende Wichtigkeit, gerade weil die Maschine in spezifischer Weise kollektive Dienste auf sich nimmt. Man kann die Tatsache nicht mehr übersehen, dass sich die Entwicklung der modernen Menschheit in der Richtung auf eine Kollektivzivilisation hin vollzieht, d. h. in Richtung einer quantitativen, zahlenmässigen Zusammenballung von Menschen, welches immer auch die politischen Formen des Staates sein mögen. Die Maschine ist die Voraussetzung dieser Menschenermehrung.

Der Mensch des handwerklichen Zeitalters konnte sich dem Alkoholmissbrauch ergeben, ohne dass sich daraus grössere Gefahrenmomente für die Allgemeinheit ergeben hätten: er erfüllte ja nur einen individuellen Arbeitsauftrag. Der im Dienst der heutigen Technik stehende Mensch aber kann — infolge der von der Maschine gespielten Rolle und infolge der von ihr erfüllten kollektiven Aufgabe — nicht mehr Alkoholmissbrauch treiben, ohne andere Menschen, ja ganze Gruppen von Menschen auf schwerste zu gefährden. In der Bedrohung, die sich aus diesem unerwarteten und gefährlichen Widerspruch zwischen Maschine und Alkohol ergibt, liegt die Erklärung dafür, dass die moderne Gesellschaft mehr oder weniger bewusst versucht, den Alkohol aus der Zahl der menschlichen Genussmittel zu verdrängen. Historisch lässt sich somit der Kampf gegen den Alkohol auffassen als eine diätetische Massnahme grossen Stils, die darauf abzielt,

ein Genussmittel zu unterdrücken, das von der modernen Gesellschaft nicht mehr ertragen wird und das ihr um so weniger erträglich scheinen wird, je weiter die Zeit voranschreitet.

Der Begriff der Intoleranz, der Unverträglichkeit, erscheint damit heute als eine der tiefen Begründungen des Kampfes gegen den Alkohol. Diese Unverträglichkeit wächst: einerseits in Funktion der steigenden Bedeutung der kollektiven Aufgaben, die dem heutigen «technischen Menschen» gestellt sind und die immer komplizierter werden, andererseits in Funktion der wachsenden Empfindlichkeit, die der moderne Mensch der Alkoholwirkung gegenüber an den Tag legt. Wir stehen da sowohl vor einer sozialen als vor einer individuellen Alkoholintoleranz.

Die soziale Intoleranz äussert sich in Form von Unfällen, groben Gesellschaftsitten, antisozialen Benehmen, Verschlechterung der häuslichen und beruflichen Verhältnisse, kurz gesagt, in einer der menschlichen Gesellschaft ganz allgemein entgegenwirkenden Geisteshaltung (parasozialität). Die individuelle Intoleranz äussert sich in einer Art «Psychiatrie des Alkoholismus», d. h. im immer häufigeren Auftreten abnormaler Verhaltensweisen nach Genuss von Alkoholmengen, die kleiner sind als jene, die es früher für die Auslösung der gleichen Erscheinungen benötigte. Diese «Psychiatrie des Alkoholismus» ist auf verschiedene Faktoren zurückzuführen, die gegenwärtig Gegenstand der Forschung sind.

Wir dürfen vertrauensvoll weiterkämpfen

Was bedeuten diese Ausführungen des französischen Mediziners anderes, als dass die zunehmende Kompliziertheit des modernen Lebens — infolge des Ineinanderstossens von Technik und Bevölkerungszunahme — den Alkohol auf der kollektiven Ebene in immer kleineren Mengen gefährlich und sozial verwerflich, während auf der individuellen Ebene die — von Fritz Lauberg wohl als einem der ersten hervorgehobene — Häufigkeit der Fälle von Alkoholintoleranz beweist, dass im Durchschnitt die Empfindlichkeit des modernen Lebens auf das Nervensystem die Empfindlichkeit gegenüber dem Alkohol erhöhen. Dies erscheint ja nur als eine fast logische Folgerung aus der Feststellung, die schon einer der Gründer der modernen Medizin, der generale Claude Bernard (1813—1878), gemacht hat, als er schrieb, der Alkohol sei «der vollendete Typus eines Nervengifts». (Nicht umsonst hinterlassen auch die heute so zahlreich gewordenen Hirnverletzungen sehr häufig eine früher nicht vorhandene Alkoholintoleranz.)

Es geht hier um eine zwangsläufige Entwicklung in der Richtung vom Alkohol weg. Wäre es übertriebene Zukunftsgläubigkeit, anzunehmen, dass sich

Das Stenogramm

In einer mittleren Stadt hatte sich ein Kreis von Freunden, lauter kluge, charaktervolle und geachtete Männer, zu einem geselligen Abend zusammengefunden. Die Unterhaltung war lebhaft. Der Gastgeber, der ein guter Weinkenner war, sparte weder an Menge noch an Qualität. Seine Gäste, die meist sehr mässig waren, liessen sich in der anredenden Gesellschaft den Wein mit Genuss schmecken.

Als der Abend vorrückte, wurde man launiger, fröhlicher und wärmer und schied schliesslich mit der Ueberzeugung, selten so geistvoll und interessant geplaudert zu haben wie in der letzten Stunde.

Als sich wenige Tage darauf der Kreis wieder zusammenfand, kam man auf das letzte Zusammensein zu sprechen. Ein Abstinenzler, der sich in ihrer Gesellschaft bewegt, wurde gefragt, ob ihm der Abend nicht zu denken gebe. Er hätte bewiesen, dass ein guter Wein das Gespräch befruchtete und anfeuerte. Zweifellos, meinten die Männer, wäre der

Leitstern

Schwarze Wolkenheere
Ziehen durch die Nacht,
Wild, als gings zur Wehre
in die Wetterschlacht.

Da durchbricht der Massen
Festgeballten Kern
Heiter und gelassen,
Heilig gross ein Stern.

Er erscheint und schwindet,
Immer anst Du ihn;
Wo ein Thor er findet,
Drängt er zu dir hin.

Und trotz Wetterdröhen
Schaut du nun in Ruh
Seinem standhaft-frohen
Licht und Leuchten zu.

Jakob Bosshart

mit der Zeit daneben auch eine — in sittlicher Freiheit vor sich gehende — parallele Entwicklung im Denken und Fühlen der Menschen vollziehen wird; dass man sich als Gastgeber und im geselligen Kreis der Verantwortung bewusst wird gegenüber der relativ grossen Zahl geistiger, behandelnder oder in Behandlung befindlicher Alkoholiker; dass man das Solidaritätsgefühl, das heute gegenüber unterentwickelten Völkern aufgerufen wird, ausdehnt auf die unterentwickelten, zu wenig entwickelten oder noch nicht entwickelten Menschen im eigenen Land, in seiner näheren Umgebung, und so der Tatsache inne wird, dass diese alle machen, was sie andere tun sehen, besonders solche, die für sie die Rolle von Leitbildern spielen; dass selbst die Alkoholinteressenten, zu denen heute sogar noch Konsumvereinsgenossenschaften gehören, eines Tages von den sozialen Aspekten ihrer Gewinne im Bewusstsein beunruhigt werden und sich Einschränkungen in Werbung und Verkauf auferlegen; dass selbst unsere sogenannte Elite den Genuss, den sie in den Alkoholen findet, ihrer sozialen Verantwortung unterordnet; Man müsste am sittlichen Fortschritt und an den lebendigen Kräften innerhalb der Religionen verzweifeln, wenn man dies in die Zukunft für unmöglich halten wollte... Dies möglich zu machen, darin liegt eine Hauptaufgabe unseres Kampfes.

Aus: «Die Freiheit» Januar 1961.

Abend ohne Wein nicht so interessant und anregend gewesen.

«Ei», sagte der Abstinenzler ruhig, «als ich merkte, wie wohl ihr euch fühltet und wie sich eure Zungen lösten, meinte ich, es könnte aufschreisreich sein, einmal aufzuschreiben, was da geplaudert wurde, damit ich es euch in Erinnerung rufen könnte.» (Vorlesen, vorlesen), riefen alle, ohne das Lächeln des Stenographen zu beachten.

So begann er wiederzugeben, was in der letzten Stunde vor dem Auseinandergehen gesagt worden war. Aber schon nach den ersten Sätzen wurde er protestierend unterbrochen, er wolle sie wohl verulken und habe mindestens stark übertrieben.

«Nein», versicherte er, «ich habe wörtlich stenografiert, was gesprochen wurde.»

Als er weiterlas, zog Verlegenheit über die Gesichter. War es möglich, dass sie so aufgeschnitten hatten? Hatten sie über solche Plattheiten gelacht? Hatte jener, der sonst so verschwiegen war, wirklich all das ausgeplaudert? Der Vorleser öffnete die Blätter zusammen und warf sie in den Ofen. «Genug», sagte er, «das war eine Kostprobe, die euch vielleicht zu denken gibt.»

ANNA KULL-OETTLI

Frank erweckt Amerika

Leben und Werk von Frances Willard

Verlag A. Francke AG, Bern 1939
Copyright by A. Francke AG, Verlag, Bern

In Paris lernt sie etwas ganz Neues kennen. Sie merkt, dass es ausser der Sprache noch andere soziale Fragen und im Besonderen auch Frauenfragen gibt: «Während meiner lethargischen Jahre zu Hause war ich mir nie bewusst, wie viel Grösse und wie viel Elend in der Welt besteht! ruft sie aus, und: «Was kann unternommen werden, um die Welt für die Frauen weiter zu machen?« Plötzlich fällt ihr ein: «Ich muss in Europa und nach meiner Rückkehr auch in Amerika die Frauenfrage durch Lehen, persönliche Beobachtung und Besprechungen kennenlernen, ich muss daran Vorträge halten und mit ganz Mächtig gegen die unaufgeklärte öffentliche Meinung kämpfen. Es wird einen mit den Jahren verschärften Kampf der Ideen geben. Sein Ergebnis wird aber alle, die mitgehen haben, es schneller herbeizuführen, erfreuen.» Mit diesen guten Worten und reich an schönen Erinnerungen kehren die zwei Freundinnen heim, im Augenblick, in dem der deutsch-französische Krieg ausbricht.

Bald darnach wurde Frances Willard mit 32 Jahren als Leiterin (Rektor) der neuen höheren Töchterschule von Evanston gewählt. Sie war die erste Frau, der ein solches Amt anvertraut wurde. Frances warf sich mit frischer Kraft und neuen Ideen

in die Arbeit. Sie trat für die Selbst-Regierung der Schülerinnen ein, indem sie gutes Betragen durch Bezahlung belohnte. Das heisst jedes Fleissige, verantwortungsbewusste Mädchen, das während eines Quartals zu keinem Tadel Anlass gab, wurde auf eine Ehrenliste eingetragen und bekam ein Amt. Die jungen Mädchen durften machen, «was ihnen gefiel, solange es ihnen gefiel, recht zu tun.» So versuchte Frances Willard die Schuldisziplin zur Bildung des Charakters heranzuziehen. Sie war damit anderen Schulen um eine ganze Generation voraus.

Eine ihrer Schülerinnen zeigt uns durch folgende Worte, wie erfolgreich Frances als Leiterin war: «Nur diejenigen, die sie gut kannten, können vollständig erfassen, was es für die jungen Mädchen bedeutete, in den Entwicklungsjahren mit Frances Willard zusammenleben zu dürfen. Ich habe nie jemand gesehen, der uns das Leben und das Schicksal so vielseitig sehen liess, der uns zu solchen Idealen des Charakters führte, der uns die Höhen, die wir erklimmen, und die guten Taten, die wir vollbringen sollten, so anschaulich zeigte und der in ein so tiefes Verantwortungsgefühl für unser Leben und für die Ausnützung unserer guten Eigenschaften weckte. Das Leben mit Frances Willard war wie ein Leben auf Bergeshöhen.»

Die höhere Töchterschule stand in enger Beziehung mit der Nordwestlichen Universität, die für Studenten und Studentinnen offen war. Frances Willard hatte dadurch Gelegenheit, ihre Gedanken über Koedukation in die Tat umzusetzen und die Vorteile dieses Systems zu beweisen. Ihre Schülerinnen waren sie beweisen, dass sie auf neuen Wegen gingen und entsäuschten ihre Leiterin nicht. Bald wurden diese beiden Schulen ganz vereint. Der Rektor der Universität behielt die Oberleitung und Frances wurde Dekan für die Mädchenabteilung

(wir dürfen nicht vergessen, dass in Amerika alle höheren Schulen ein Internat haben). Zugleich erhielt sie nach dem Tode ihres Mannes die Universität. Was diese weitere Neuerung, dass Studenten einer Frau zuhören sollen, damals bedeutete, können wir uns heute nicht mehr gut vorstellen. Sie zeigt uns deutlich, dass Frances Willard nicht nur bei ihren Schülerinnen beliebt war, sondern auch, dass ihre Fähigkeiten als Erzieherin von der Öffentlichkeit anerkannt wurden.

Schon nach einem Jahr erfolgreicher Zusammenarbeit mit dem ebenfalls fortschrittlich gesinnten Rektor der Universität wurde dieser durch einen anderen eingestellten Mann ersetzt. Die selbständige und freistehende Frances ertrug die Reibereien, die sich mit dem neuen Rektor ergaben, auf die Dauer nicht. Sie gab ihre gute Stelle und damit auch ihren geliebten Beruf als Lehrerin auf — so schwer es ihr auch wurde, sich nach 14jähriger Tätigkeit von dieser Arbeit und von ihren Schülerinnen, die sie verehrten, zu trennen. In den letzten Wochen hatte sie zudem von etwas ganz Neuem gehört, das sie gefangen nahm: von den Frauenkreuzen.

Aus der Lehrerin junger Mädchen wurde die Erzieherin und Leiterin der gesamten Frauenschaft der Vereinigten Staaten von Amerika. Erst jetzt, mit 35 Jahren, begann sie ihre eigentliche Lebensaufgabe zu erfüllen.

Der Frauenkreuz

Im Dezember 1873 hielt ein Wanderlehrer aus Boston in einer kleinen Stadt im Staate Ohio einen Vortrag über Enthaltensamkeit. Er machte den Vorschlag, die Frauen sollten zu den Inhabern der «Saloons» (das sind üblich berüchtigte Kneipen) gehen und sie bitten, keine alkoholhaltigen Getränke mehr zu verkaufen. Irgend etwas in der Stimmung der Zuhörer und in den ersten Worten des Vortra-

genden bewirkte, dass dieser Gedanke gar nicht als unmöglich abgetan wurde, sondern dass gleich eine grosse Zahl von Frauen — schüchterne Mädchen und weibshaarige Damen, Arbeiterinnen und Gattinnen der Stadtoberhäupter — von den Plätzen erhob, laut betete und auf die Strasse und vor die Kneipen begab. Von nun an konnte keine Macht der Welt mehr diesen «Frauenkreuzen», der sich nach und nach über ganz Amerika ausbreitete, aufhalten. Man muss sagen, dass der Boden im Staate Ohio dafür besonders vorbereitet war, da hier ein Gesetz bestand, das den weiblichen Angehörigen eines Trinkers erlaubte, von dem Wirt, in dessen Schenke der Betreffende sich betrunken hatte, Schadenersatz zu verlangen. Frauen und Mütter von Trinkern schlossen sich dem Kreuzzug an, aber auch Lehrerinnen kamen, und sie alle zogen durch die Strassen, sangen religiöse Lieder, drangen in die Wirtshäuser ein, knieten auf dem mit Sägemehl bestreuten Boden oder schauten sich auch nicht, auf dem Trottoir vor einer Wirtschaft niederzuknien, wenn sie keinen Einlass bekamen. Hier sangen und beteten sie, um die Kneipenbesitzer zu überzeugen, dass sie «im Geiste christlicher Liebe für das Wohl der Menschheit und um des Heils ihrer eigenen Seele willen», ihren schlimmen Beruf aufgeben sollten. Die Wirte liessen sich durch die Ursprünglichkeit und Naivität dieser Bitte überzeugen. Einer nach dem andern goss unter den Freudenstränen der Zuschauer und unter dem Geräusch der Kirchenglocken den Inhalt seiner Fässer — das «selbstzerstörende Gift» — auf der Strasse in den Rinnsel, unterschrieb ein Gelübde oder schloss die Wirtschaft. Die Frauen erreichten ihr Ziel tatsächlich so weit, dass nach einer Woche in der ganzen Stadt kein alkoholhaltiges Getränk mehr öffentlich verkauft wurde.

(Fortsetzung folgt)

Es gilt!

Jetzt gilt es ernst mit den guten Vorsätzen, die man am ersten Januar gefasst hat. Zwar ist man zuerst wieder einmal in den alten Trott gefallen. Es galt ja, den von Festen und Gästen ramponierten Haushalt wieder in Ordnung zu bringen; Jahresabschlüsse und Inventurarbeiten drängten; kurz, die Alltagspflichten hatten, wie alljährlich, die schönen Vorsätze hinweggeschwemmt.

Stellt man sich heute vor den Spiegel, dann fragt man sich, was aus dem flotten Wesen, dem sonnengebräunten und straffen, das die letztjährigen Ferien hervorgebracht hatten, geworden ist. Die Frisur ist strählig; das Make up passt nicht mehr ganz, die Fingernägel brechen, der Teint ist fahl, die Augen blicken müde, und da und dort sind Pösterchen entstanden, die letzten Herbst bestimmt noch nicht

... ist mit guten Vorsätzen

da waren. Man gefällt sich selber nicht mehr. Man ist nicht fit und darum gilt es jetzt, etwas zu tun und zwar ganz energisch, denn das Acusere ist ja nur das Sekundäre, ein kleines Menetekel, das uns warnet, weil wir unnatürlich leben.

Es ist nicht Sache des Frauenblattes, mit «einschlägigen» Rezepten herumzufucheln, denn wir sind alle voneinander überaus verschieden, und nur Quacksalber können es mit einigen Wundermitteln allen recht machen. Aber das Frauenblatt kann die Möglichkeiten der neuzeitlichen Ernährung zeigen, es kann von den neuen und wirksamen Erfindungen in Kosmetiklaboratorien und Schlankheitsinstituten berichten und seine Leserinnen können dann selbst auswählen, was sie in ihrem speziellen Fall brauchen. MG

Kosmetik ist modern

Kosmetik ist der Weg, ein angenehmeres Aussehen zu erzielen, als es die Natur eigentlich gewollt hat. Wer darin etwas Böses sieht, darf ruhig weiterhin kaltes Wasser und grüne Seife benutzen. Wir anderen aber wollen miteinander einmal die Neuigkeiten der Schönheitspflege aufstöbern und uns, ganz im Vertrauen, verschiedene Tipps vertragen.

Vor einem Jahr begann die Kaffeekosmetik mit Lippenstiften in Brauntönen. Das Allerneueste aber ist der Lippenstift in Aubergine, doch er ist nicht so violett wie die Frucht, sondern immer noch rötlich.

In den zwanziger Jahren schon dagewesen, aber neuerdings wieder einmal dem Orient abgekauft. Die Betonung des Auges. Das Allerneueste sind nicht mehr die Lidschatten, sondern die Betonung des unteren Lidrandes mit einem schwarzen Strich innerhalb der Wimpern. Diese Augenfarbe schützt angeblich die Liderinnen vor Augenkrankheiten, die durch Sonnenstrahlen, Hitze und Staub entstehen. Achtung: Darf nur mit tadellos sauberem Spachtel oder Finger aufgetragen werden.

Die Berufstätigen, die immer gepflegter aussehen müssen, haben ihr flüssiges Haarnetz, den Haarspray, jetzt in einem kleineren Flacon bekommen, der in der Handtasche Platz hat.



Verschiedene Firmen geben ein hautfreundliches Trio heraus: Lotion, Tiefreiniger und Spezial-Nachcreme in durchsichtiger Box verpackt. Denn wenn wir uns für eine Marke entscheiden haben, müssen wir uns von A bis Z zu ihr bekennen. Lotions, Seifen, Crèmes und Puderunterlagen ergänzen sich gegenseitig.

Auch das Parfüm sollte mit den übrigen Produkten harmonieren. Übrigens kommt es besser zur Geltung, wenn es gespritzt wird. Das parfümierte Ohrfläppchen ist nicht mehr modern, darum können wir jetzt Taschen-Vaporizer kaufen. Wussten Sie schon, dass Sie jetzt sogar die Schalkür zu Hause selbst machen können? Aber es ist eine verantwortungsvolle Sache, genau wie hausgemachte Dauerwellen. Tapsige lassen besser die Finger davon und vertrauen sich einer diplomierten Kosmetikerin an.

Was braucht der gepflegte Herr? Nicht unbedingt einen Bart, jedoch einen wohlriechenden Dreiklang mit Tabakaroma, bestehend aus der Lotion für vor und nach dem Rasieren, Eau de Cologne und Seife, alles in Plastikflaschen und darum auch praktisch im Reisskoffer.

A propos Reisen: Kennen Sie die Tüchlein, die Gesicht und Hände ohne Wasser, ohne Seife und ohne Handtuch waschen? Nach einer Skitour ein Labsal. Wenn Sie aber Ihre Ferien nicht dem Skifahren, sondern der Wiederherstellung Ihrer ursprünglichen Schönheit widmen wollen, dann können Sie sich von Kopf bis Fuß in einem Schönheits-hotel überholen lassen.

Mindestens einmal pro Woche sollte man das Haar waschen. Damit aber der Seifenschaum nicht in die empfindlichen Augen rinnt, kann man einen Hutrand aus Plastik, made in USA, aufsetzen, das Haar darüber wallen lassen, und nun nach Herzenslust spritzen. Die Firma verspricht, das Haarwaschen werde zum Vergnügen.

Wie steht es mit den Fingernägeln? Wenn sie brüchig sind, dann probieren Sie es doch einmal mit einer Diamant-Nagelfeile. Ich habe sie ausprobiert; sie ist fabelhaft.

Für Sie, meine Damen (und auch für Sie, meine Herren), arbeiten und experimentieren schönheitsbeflissene Schweizer, Franzosen, Engländer und Amerikaner und schicken täglich neue Produkte. Was passt zu Ihnen? Ariane

Aktive oder passive Gymnastik?

Nichts gegen die Molligen. Die Schönheitsbegriffe wechseln von Land zu Land, und ich höre immer noch den Ägypter, der die dunklen Augen vorwärtsrollt auf meine fünfzig Kilos gefeilt, meinte, er habe zwar nur eine einzige Frau. Die sei dann aber schön dick und wohlgenährt. Da jedoch die Aerzte nun herausgefunden haben, dass es für Herz und Allgemeinbefinden besser sei, schlank und rank durchs Leben zu gehen, da ferner infolge der mannigfaltigen kulinarischen Wintergenüsse das enge Winterkleid und die Skihosen allzufrüh sitzen, und da uns auch das Treppensteigen neuerdings etwas ausser Atem bringt, wollen wir uns doch ein bisschen umsehen, ob wir etwas für unsere Linie tun können.

Wir wollen nicht von Diäten reden. Wirksam sind Milch-, Eiweiss-, Satt- oder Obsttage. Käse-, Hollywood- und Jockeydiäten reduzieren das Gesamtgewicht ebenfalls, sind aber recht kostspielig. Da die meisten von uns jedoch nur an einigen wenigen, dafür aber recht sichtbaren Punkten zu rücheln werden, sollte man vor allem diese bearbeiten. Das Billigste ist immer noch die häusliche Gymnastik, jeden Morgen in der Frühe konsequent betreiben und gefolgt von einer heisskalten Wechseldusche. Ein Beispiel der Wunderwirkung für schlankere Hüften: Ausgangsstellung die Kerze, von der aus man die Beine geschlossen erst nach rechts und dann nach links senkt, bis die Füße gerade den Boden berühren. Das wäre ein wirksamer Teil aktiver Gymnastik.

Aber was, wenn man sehr früh aufstehen muss, wenn eine aktive Gymnastik zu sehr ermüdet, weil man nicht mehr die Jüngste ist, wenn man darum auch keinem Turnverein angehört, ich bitte Sie, was soll man denn da tun?



Dann betreibt man passive Gymnastik. Man lässt sich beispielsweise von Hand oder durch ein Instrument von einer Masseuse massieren oder auf Spezialtischen so richtig durchschütteln, bis das Blut schneller kreist, die trägen Nieren rascher arbeiten und das hohle Kreuz flacher wird. Es gibt auch Institute, in denen elektrisch betriebene Bänder und Punkttrollen die gegen Fett «allergischen» Stellen nach persönlichem Ermessen durchwalken und kneten. Wer sich noch anschliessend im Hallenbad tummeln kann, erhöht die Wirksamkeit der passiven Gymnastik.

Und wenn der Frühling kommt, dann passt das letztjährige Kostüm wieder tadellos und das Treppensteigen geschieht mühelos. Darum wäre es vielleicht nicht so ungeschickt, den für das tägliche Dessert und den Café crème budgetierten Batzen in eine «Linienkassette» zu legen und sich dafür regelmässig seine Passivgymnastik zu leisten. Meinen Sie nicht auch? Emily

Das ABC der neuzeitlichen Ernährung

A Vitamin A ist in Milch, Butter, Eidotter, Rindsfett, Lebertran, Rüben, Tomaten, Spinat, Kohl, Kopfsalat, Eierschwämmen, Heidel-, Him-, Brombeeren, blauen Pflaumen, roten Kirschen und namentlich Petersilie enthalten. Es fördert das Wachstum, schützt gegen Ansteckung, hilft Knochenaufbau und Tätigkeit der Fettdrüsen. Es erträgt das Kochen, ist in Fett löslich und zersetzt sich allmählich an der Luft.

B Vitamin B ist in fast allen pflanzlichen und tierischen Nahrungsmitteln enthalten, aber hitzeempfindlich. Fehlt in Samen- und Getreidekörnern. Es ist für die Atmung und damit für das L-ben der Gewebe wichtig.

Vitamin B₁₂ ist in fast allen natürlichen Nahrungsmitteln, namentlich im tierischen Eiweiss enthalten (Milch, Leber, Niere, Eidotter), ferner in Hefe sowie in Schalen und Hülsen der Feldfrüchte. Fehlt jedoch in Feinmehl, geschältem und poliertem Reis, Fetten, Fisch und Muskelfleisch. Es ist im Wasser löslich, aber empfindlich gegen längeres Kochen. Seine Tugend: Es fördert den Appetit.

C Vitamin C ist in Kartoffeln, Hagebutten, Zitrusfrüchten, Kopfsalat, Tomaten reichlich, ferner in sämtlichen grünen Gemüsen, Karotten, Gurken, Himbeeren, Tomaten und Trauben vorhanden, fehlt jedoch vollständig in Getreide, Trockengemüsen und Hülsenfrüchten. Zwei Glas Tomatensaft pro Tag decken den gesamten Vitamin-C-Bedarf. Es schützt vor Zahnfäule, Skorbut sowie in gewissen Fällen vor Rheumatismus, nimmt aber Kochen und langes Lagern übel.

D Vitamin D nehmen wir in Lebertran, fetten Fischen, Milch, Hefe und sonnenbestrahlten Gemüseblättern zu uns. Fehlt in Tier- und gewöhnlichem Fischfleisch sowie Pflanzenfetten und Getreide. Es sichert die richtige Verkalkung junger Knochen, beugt der Rachitis vor, ist fettlöslich und erträgt das Kochen. (Siehe auch Q = Quarzlampe.)

E Vitamin E ist noch am wenigsten erforscht. Es ist in Pflanzenfetten und Getreidekeimlingen, fehlt aber in Tierfetten und in Lebertran.

Flocken aus Getreide (Weizen, Hafer, Hirse, Mais) sind besonders leicht verdaulich, rasch zubereitet und ein ideales Frühstück, besonders für Eilige.

Fluor ist in kleinen Mengen für die Zähne der Heranwachsenden unentbehrlich. In Basel wird man demnächst dem Trinkwasser Fluor zusetzen, um der zunehmenden Zahnkaries zu steuern.

G Gemüse sind am geständigsten wenn sie ohne chemische oder tierische Düngemittel in sorgfältig angereicherter Erde gezo-gen werden. Diese biologisch gezo-genen Gemüse kann man ohne weiteres zum Rohgenuss bestimmen. Beim Dämpfen verlieren die Gemüse ungefähr zehn, beim Sieden aber 40 Prozent ihres Nährgehaltes. Langes Warmhalten

oder Aufwärmen der Gerichte schadet den hitzeempfindlichen Vitaminen.

H Vitamin H nehmen wir in Leber, Niere, Kuhmilch, Hefe, Bananen und Kartoffelmehl zu uns. Es verhilft Hautkrankheiten.

Hefe, besonders Bierhefe ist reich an Vitamin B und pflanzlichem Eiweiss, Mineralstoffen, darunter Phosphorverbindungen und Aminosäuren. Bei ständigem Genuss wird die Anfälligkeit gegen Infektionskrankheiten vermindert.

I Infrarotstrahlen (siehe auch Quarzlampe).

J Joghurt, ein Milchpräparat, dem die bulgarischen Bauern ihre Langlebigkeit verdanken, ist besonders leicht verdaulich, da es bestimmte Bakterien enthält.

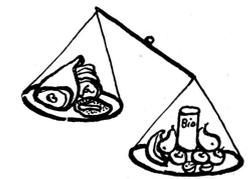
Vitamin J enthalten die schwarzen Johannis- sowie die Holunderbeeren. Es beugt der Lungenentzündung vor.

K Kalorien sind die Wärme-Einheiten. Die Nahrung verbrennt im Körper. Leute mit viel Bewegung dürfen Lebensmittel mit hoher Kalorienzahl wie Brot, Kartoffeln, Hülsenfrüchte zu sich nehmen, denn sie verarbeiten sie. Dagegen benötigen feistige Arbeiter eine höhere Eiweissquote, die in der tierischen Kost enthalten ist. «Hausmannskost» würden sie nicht ausnützen können, sie würden dadurch zu fett werden; darum müssen sie auch Fett eher meiden.

K Kieselsäure, in Hirse enthalten, ist innerlich angewandt, ein Wundermittel gegen entzündende Haare und brüchige Nägel.

Krautgetränke, die konzentrierten Pulver, die in die Milch gestreut, ein Frühstück für mickrige Esser ersetzen können, bestehen aus Malz, Kakao, Zucker, Pflanzenextrakten, Milchbestandteilen und Traubenzucker und sind mit Lecithin, Kalzium und Vitaminen angereichert.

L Lebertran ist seit vielen Jahrzehnten das A und O winterlicher Gesundheitspflege. Wenn natur, dann bitte niemals mit einer Süßigkeit als Belohnung, sondern einfach vor einigen Löffeln Suppe zu geniessen. So ist er nämlich



lich weit weniger widerlich. Uebrigens gibt es ihn auch als wohlschmeckendes Süßigen oder hochkonzentriert in Kapseln. Zum Vergleich: während zwei Eier 200 Einheiten Vitamin D aufweisen, hat Medizinlebertran deren 10 000; er hat während 80 000 Einheiten Vitamin A, während Leber nur deren 20 000 aufweist.

M Der Mixer ist in der modernen Küche unentbehrlich. Er raffelt Gemüse und er presst und mixt Säfte, mondän ausgedrückt, Gemüse- und Früchte-Cocktails, die besonders schwache Mägen zuträglich sind, zum Beispiel:

Gesundheits-Cocktail: Sellerie, Rüeblil, Apfel zu gleichen Teilen ausgepresst und gemixt, enthalten alle Vitamine, Mineralsalze und Fermente.

Schönheits-Cocktail: Zwei Drittel Rhabarberstengel und ein Drittel reife Erdbeeren, mit zwei Teelöffeln Honig gesüsst. Zwei Wochen lang ein Glas täglich bedeutet eine Kur.

Schlankheits-Cocktail: Selleriesaft mit Zitronen.

Vitamin-Cocktail: Äpfel, Orangen und Karotten zu gleichen Teilen mit einer halben Zitrone samt Schale pressen, mit zwei Deziliter Rahm mixen und nach Belieben mit Eiswürfeln kühlen.

N Nährsalze: Jod gibt es in Meerfischen, Phosphor in reifen Erbsen, Rindfleisch, Fettkäse, Eisen, das blutbildend ist, kommt namentlich in Kopfsalat, Spinat, Linsen und Rettichen vor. Der Kalk ist wichtig für die Knochenbildung. Ihn gibt es vor allem in Milch und Käse, im Weiss des Hühnermeies, in

Gemüse, namentlich in Rettich und Blumenkohl, ferner im Aal und in Feigen. Einen Mangel können besondere Kalziumpräparate ausgleichen.

O Obst geniesst man am besten vor oder zwischen den Mahlzeiten und nicht als Dessert. Eine Obstplatte mit Nüssen sollte eigentlich die traditionelle Suppe ersetzen. Wichtig: Zur Rohkost sollte man möglichst wenig, am besten überhaupt nicht trinken.

P Vitamin P ist der Stoff Citrin, der in der Zitrone und in Paprika enthalten ist. Er reguliert die Durchlässigkeit der Haargefässe.

Q Quarzlampe mit Ultraviolett- und Infrarot-Brennern ersetzen in der nebligen Jahreszeit die Sonne. Die ultravioletten Strahlen beleben und kräftigen den Organismus, durchbluten die Haut und erzeugen das wichtige Vitamin D durch das Vorvitamin Ergosterol.



rin, das in der menschlichen Haut enthalten ist. Täglich eine Bestrahlung von zwei Minuten ist vorteilhafter, als jeden zweiten Tag eine längere Bestrahlungszeit. Vorbeugend bei Rheuma, Ischias, Gicht und Erkältungen.

R Reformbewegung. Sie kam am Anfang dieses Jahrhunderts auf und bekämpfte die einseitige Eiweiss- und Fetternährung. Sie hat sich im Laufe der sechs Jahrzehnte soweit durchgesetzt, dass es heute selbstverständlich geworden ist, die Mahlzeiten mit Obst und Salat zu bereichern.

S Salate sind Verjüngungsmittel, Gesundbrunnen und Frühlingsskuren das ganze Jahr hindurch. Sie wirken belebend und blutreinigend.

Soyamehl ist der Eiweissprotein der vegetarischen Küche. Ein Kilogramm Soyamehl entspricht im Nährwert 66 Eiern, 5 Pfund Fleisch oder 6 Liter Milch. Neunzig Prozent vom Eiweiss der Soya werden zum Körper voll ausgewertet. Die Soyabohne hat einen hohen Gehalt an Mineralsalzen, wirkt säurebindend und ist reich an Ergänzungsstoffen und Fermenten.

T Toast = geröstete Brotscheiben, besonders leicht verdaulich. Auf dem Frühstückstisch Schlankheitsbeförderer gehört der Toaster.

Traubenzucker ist weniger süß als Ribenzucker, dagegen ein hochwertiges Nahrungsmittel, das, bei besonderen Leistungen genossen, belebend und anspornend wirkt. In Honig und süßen Früchten enthalten.

Ultrarote Strahlen = unsichtbare Wärmestrahlung.

Ultraviolette Strahlen: siehe Quarzlampe.

V Vollkornbrot ist Brot aus verschiedenen, nicht raffinierten Getreidearten und reich an wichtigen Nährstoffen.

W Weizenkeime: Hauptträger des wichtigen Vitamin E; sehr stärkend.

X X-Strahlen = Röntgenstrahlen, die bösartige Geschwülste heilen können.

Y Yamswurzeln sind die Wurzeln tropischer Pflanzen und sehr reich an Stärke.

Z Zitrusfrüchte sind besonders reich an Vitamin C und Vitamin J. Sie sollten immer mit der Schale gepresst werden.

Zitronenscheiben sind eine hübsche und pikante Garnitur auf appetitlichen Platten für die Gesunden; für die salzlose Kost aber sind sie als Würze unentbehrlich. Cathy

gepflastert...?

Es sind keine weltbewegenden Dinge, die sie sich vornehmen, unsere Frauen, nichts, womit man die Welt erschüttern oder gar aus den Angeln heben könnte und nichts, was deren Konstruktion verändern oder das Leben auf ihr anderen Gesetzen unterstellen würde. Denn die Frauen sind Realisten, sie wissen, was sich tun lässt und verschleiern nicht gerne ihre Kräfte an Unternehmen, die ohnehin keinen Erfolg versprechen. Weibliche Don Quichotte gibt es wenige. Dafür stehen unsere Frauen verantwortungsbewusst und mit beiden Füssen fest auf dem Erdboden, überlegen nicht lange, sondern greifen mit beiden Händen tief in die nächstliegende Arbeit, um sie so gut und so schnell wie möglich in Ordnung zu bringen, auch wenn sie ihnen nicht gerade behagt und sie sehr viele Dinge wüssten, die sie eigentlich viel lieber tun würden. Aber wer würde sonst den Alltag meistern, wenn nicht sie, die vielen namenlosen, arbeitsamen Frauen rings im Lande, die sich jeden Tag ihrer anspruchsvollen Vorgesetzten erinnern und sie, wenn auch manchmal seufzend und schweren Herzens, weil all das Nichtig-Notwendige gar so viele gute Kräfte aus den Adern saugt, treu zu erfüllen suchen. Alles Grosse liegt im Kleinen verborgen, und immer ist es das Unscheinbare, das dem Bleibenden den Nährboden spendet.

RST

Der Winter hat noch kaum begonnen!

Auf unsere kleine Umfrage vom 27. Oktober 1961: «Was nehmen Sie sich für diesen Winter vor?» sind eine ganze Anzahl Zuschriften eingetroffen; diejenigen mit den besten Anregungen möchten wir veröffentlichen.

Frau M. J. aus K.

«Diesen Winter möchte ich meine Wohnung einmal unter die Lupe nehmen. Im Laufe der Jahre vernachlässigt man vieles, doch jetzt sind alle Kinder ausgeflogen, und ich kann mich meinem Interieur besser widmen. Meine Möbel bedürfen teilweise einer Aufrischung; eine gute Biedermeierkommode mit zwei passenden Stühlen gehören in die Reparatur; die Vorhänge im Schlafzimmer sollten schon lange ersetzt, der Teppich im Korridor geflickt werden. Ich werde mir auch selbst eine helle Leinwanddecke mit den passenden Teeservietten mit Johlsäumen sticken; darauf freue ich mich seit Jahren, und heute endlich komme ich dazu. Auch will ich ein kleines Marsdenzimmer selbst streichen — kurz, ich habe eine ganze Program, und meine Umgebung soll im kommenden Frühling in neuem Glanz erstrahlen!»

Fräulein Anni F. in B.

«Ich war krank und habe mir für den Winter einen Erholungsurlaub genommen. Abgesehen davon, dass ich in den kalten Monaten viel spazieren gehen will (dazu bietet unsere Stadt eine Menge Gelegenheiten), habe ich mir vorgenommen, meinen Französischkenntnissen wieder etwas auf die Beine zu helfen. Zu diesem Zweck werde ich mich hinter die Übersetzung eines französischen Romans ins Deutsche machen. Ich habe keinerlei Auftrag, aber ein guter Freund hat mir gesagt, das sei die beste Art, mit einer Fremdsprache wieder in Kontakt zu kommen. Ich wohnte seinerzeit zwei Jahre lang in Paris und beherrschte Französisch gut, nur hatte ich in meinem Beruf wenig Gelegenheit zur Weiterbildung. Ende März soll meine Übersetzung fertig daliegen. Ich selbst werde sicher der strengste Kritiker sein!»

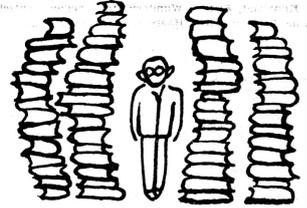
Frau M.-C. in W.

«In unserm Miethaus wohnen u. a. drei junge Ehepaare mit Kindern zwischen 2 und 8 Jahren. Diese tun mir immer ganz leid, denn haben sie schon im Sommer keinen rechten Spielplatz, so ist es im Winter noch viel schwerer für sie; und die Mütter, die alles nette Frauen sind, haben ihre liebe Not mit ihnen, da die Wohnungen im Grunde genommen viel zu klein sind. Ich habe meinen Mann vor einigen Jahren verloren, meine Tochter ist verheiratet und mein Sohn berufstätig. Ich habe mir nun fest vorgenommen, diesen Winter meine freie Zeit diesen Kindern zu schenken, das heisst vor allem den älteren, und sie an etwa zwei Nachmittagen wöchentlich zu mir zu bitten. Ich kann mit ihnen Aufgaben machen, mit ihnen musizieren und spielen. Weihnachtsüberraschungen für die

Eltern habe ich schon mit ihnen angefertigt, und sie waren alle ganz glücklich. Es macht mir selbst Vergnügen, mir für diese Nachmittage immer etwas auszudenken, und auch die Kinder freuen sich regelrecht darauf. Das ist meine schönste Genußzeitung!»

Frau v. R. in M.

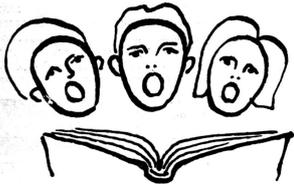
«Mein Mann hat von Berufs wegen und auch privat eine grosse Bibliothek, die sämtliche Wände unseres Hauses füllt. Er hat nun von einem Verwandten noch einmal etwa 350 Bände dazugeerbt.



Er kam Ende des Jahres ganz betreten zu mir und sagte, nun komme er überhaupt nicht mehr draus, was er eigentlich besitze, und ob ich ihm nicht ein Verzeichnis anlegen könne. Ich war sofort einverstanden damit, und meine beiden Söhne, die noch Schüler sind, aber immerhin 17 und 18 Jahre alt, stürzten sich voll Begeisterung in diese immerhin recht grosse Aufgabe. Zuerst schieden wir alles aus, was wir nicht behalten wollten und sandten es in Spitäler, in ein Gefängnis und in ein Antiquariat. Dann klügelten wir ein System aus, nach welchem die Bücher geordnet und katalogisiert werden. Zuerst müssen natürlich sämtliche Bände (die seit dem letzten Frühjahrsputz wieder ziemlich eingestaubt waren) gesäubert werden. Diese Arbeit wird mich so ziemlich den ganzen Winter beschäftigen, denn schliesslich habe ich noch einen Haushalt und auch sonst viele Interessen. Aber es ist eine dankbare Beschäftigung, bedroht nur dadurch, dass man sich selbst immer wieder über- rascht, tief in ein Buch versunken die Welt und die Tätigkeit um sich herum vergessend.»

*

Die Frauen sind im allgemeinen so emsig wie die Biene, und wenn es darum geht, ihr Heim zu betreten oder sich einen warmen Kreis zu schaffen, so wird ihnen niemand so bald Meister. Und daher bringen sie es auch fertig, selbst den kältesten Wintermonaten noch eine Menge kleiner und grosser Freuden abzugewinnen! Adèle Baerlocher



Was sie sich vornehmen

Nicht zu viel vornehmen

Ich habe mir vorgenommen, mir nicht mehr zuviel vorzunehmen. Denn was schaut dabei heraus, wenn ich morgens den Vorsatz fasse, Wohn- und Schlafzimmer gründlich zu putzen, die Wochenschwämme zu bügeln und zu flicken? Im Grunde weiss ich ganz genau, dass ein Tag dazu nicht ausreicht. Eine grosse Unzufriedenheit bemächtigt sich meiner und teilt sich auch meiner Familie mit. Resultat: mürrische Gesichter und dicke Luft. Und das alles nur, weil ich mir zuviel zugemutet habe. Nein, das lohnt sich nicht. — Dem festen

Vorsatz bin ich heute bereits untreu geworden. Grad rechtzeitig erinnerte ich mich seiner und schrieb die Wochenschwämme und einiges andere nach dem Mittagessen ab. Ja gell, so geits! Fr. E.

Ruhen am siebenten Tag

Unbewusst und oft denkt man sich als Hausfrau: «Dies und das kann ich Sonntags schnell erledigen.» Nun, mir kann die Haushaltung nicht über den Kopf wachsen; da ist alles im «Rahmen». Die journalistische Tätigkeit jedoch nahm in den letzten Jahren erfreulicherweise zu. Es kann passieren, dass verschiedene Aufträge zusammenkommen. So tippte ich oft sonntags einen Artikel, oder eine Rezension wurde an diesem Tag «zu Faden geschlagen». Wie ich das alles unter Dach bringe, wollte kürzlich eine Leserin wissen. Weil man am siebenten Tage ruhen soll, schämte ich mich, einzugestehen, wie oft der Sonntag herhalten müsse. Nun habe ich mir ernsthaft vorgenommen, sonntags jegliche Schreibarbeit zu meiden. Nun fühle ich mich montags ausgeruht und bin auch tatsächlich am Beginn der Woche produktiver. Li.

Was soll ich mir schon vornehmen?

Was für eine Frage ist das? Was soll ich mir schon vornehmen als Mutter von fünf schulpflichtigen Kindern? Kann ich Pläne machen, wenn Bergen von Wäsche gebügelt werden sollten oder ganze Berge von Socken und Strümpfe aufs Flickband warten? Ich nehme mir gar nichts vor! Ich bin froh, wenn ich meiner grossen Arbeit täglich, ohne Haushaltshilfe, vorstehen kann. Doch bin ich zufrieden mit meinem Los. Unser Familienleben ist harmonisch, mein Mann verständlich und wenn mein Jüngstes, das Fünfjährige, dann und wann zu mir sagt: «Muetli, du bisch halt scho es liebs», fühle ich mich für alle ununterbrochene Tagesarbeit reichlich belohnt. Frau Z.-W.

Ich nehme mir vor, diesen Winter in die Ski- und Ehemerier nach St. Moritz zu fahren. Da heisst es, vorher auf eine gute, splendide Laune meines Gatten zu warten. Ist es so weit, will ich ihm diplomatisch meinen Plan nahebringen. Kurzfristige Trennungen für Eheleute seien von Zeit zu Zeit heilsam, liess ich mir sagen. Warum soll ich mir nicht einmal einen mondänen Winterurlaub leisten als Ausgleich für die vielen ungezählten, einsamen Abende, die ich allein zu Hause verbringen muss, während die «andere Hälfte» gemüthlich am Stammtisch sitzt und die Zeit mit Kegel, Jass- und Singerkameraden verbringt? Ich nehme mir fest vor, meinen Mann dadurch zu kurieren, indem ich die gleiche Freiheit auch für mich beanspruche. Gerti P.

Als selbständige, alleinstehende Geschäftsinhaberin möchte ich für meine etwas eintönige Arbeit gerne einen Ausgleich haben. Ich bin musik- und theaterliebend. Wie manch' interessante Aufführung oder festliche Premiere auf der hiesigen Bühne musste ich verpassen, weil ich abends einfach zu müde war und mir der entsprechende Elan fehlte, um nach dem geschäftlichen Tagesbetrieb noch auf die Billettjagd zu gehen. Tagsüber habe ich doch stets präsent zu sein, da ich mein Geschäft als «Einmannbetrieb» führe. — Nun liess ich mir sagen, ein Theaterabonnement wäre genau das richtige für mich, weil mein Theaterplatz ein für allemal gesichert sein würde. Nun, die Hälfte der Spielaison gehört bereits der Vergangenheit an. Eines ist indessen sicher; für die nächste Spielzeit muss ein Theaterabonnement her, möglichst für 20 Vorstellungen. Vorläufig sollten sporadische Besuche im Musentempel noch möglich sein — wenigstens das nehme ich mir vor. Melanie G.

Ich möchte Zeit schenken

Im nächsten November die übliche Weihnachtspost schreiben und Päckli vorbereiten, die Adventszeit möchte ich einmal geniessen, mit viel



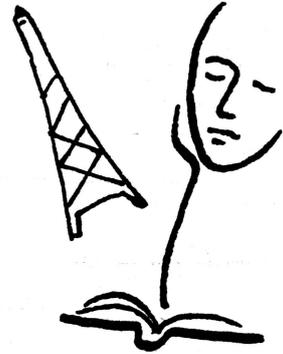
Ruhe, mit Kerzen, mit Musse — damit ich Weihnachten recht feiern kann. Auch ein Gang dem See entlang abends im Nebel gehört dazu, man ist dort so herrlich allein mit sich und seinen Gedanken. Ich möchte dann einige «besondere Weihnachtsfreuden machen: Zeit schenken. Zum Beispiel den alten einsamen schwerhörigen Onkel einladen, ihm unsere schönsten Ferienbilder zeigen (er hat früher gern fotografiert), oder zwei Kinder einer kranken Nachbarin mit ins Theater nehmen, oder Babysittern in der Bekanntschaft, damit die junge Frau ohne Kinderwagen ihre Einkäufe machen kann. Meine eigenen Wünsche? Lesen, lesen, Bücherschrank umräumen, eine Ausstellung besuchen, wieder einmal ins Theater gehen, in ein Konzert — und bei Schnee einen langen, erfrischenden Spaziergang machen! H. S.

Einen neuen Speisezetteln aufstellen

So schön unser Garten ist — ich geniesse die Zeit, da ich nichts mit ihm zu tun habe. Diesen Winter möchte ich unseren Haushalt frisch organisieren: 1. einen neuen Speisezetteln aufstellen, den Küchenschrank unter die Lupe nehmen und verschiedenes ausrangieren, was sich mit meinen neuen Ernährungskennnissen nicht mehr trägt. «Lebendige Nahrung» ist die Devise, sie leuchtet mir ein, und ich freue mich auf den neuen Anfang! 2. Das Budget gerät mir zu leicht aus dem Gleichgewicht, ich will von jetzt an das Geld für bestimmte Dinge in extra Couverts legen, gleich zu Anfang des Monats. 3. Meine Garderobe möchte ich erneuern, wenige Stücke in passenden Farben nach und nach anschaffen, die ich gut kombinieren kann. So gibt es Platz im Schrank (wenn ich all das herausnehme, was ich doch nicht mehr tragen kann), und ich werde ohne langes Suchen und Stöhnen besser angezogen sein als bisher. P. G.

Endlich «umschalten»

Die Kinder sind gross, sie treiben Wintersport am Wochenende und sind ohnehin die Woche über nicht daheim. Aber obwohl damit der Pflichtenkreis für mich kleiner wurde, konnte ich mich doch nicht dazu aufraffen, «umszuschalten», d. h.



meine Zeit etwas anders einzuteilen. Diesen Winter will ich nun allerlei Neuerungen einführen: Einen Stekkurs besuchen morgens von 9 bis 11 Uhr (seit Jahren war das mein stiller Wunsch), über Mittag in der Stadt essen, mich mit berufstätigen Bekannten zu einer kleinen Mahlzeit treffen an meinen Kurstagen. Was sollte ich auch immer für mich allein zuhause kochen? — Auf der Kunsteisbahn kann man sich Schlittschuhe leihen, ich will probieren, am frühen Nachmittag ist noch nicht so viel junges Volk da. Wie gern bin ich doch früher gefahren! — Mindestens zweimal in der Woche möchte ich meinen Mann am Geschäft abholen, mit ihm einen Stadtbummel machen, so wie vor vielen Jahren... Frau H. N.

Beruflich vorwärtskommen

Ich muss gestehen, dass ich ehrgeizig bin. Lange genug habe ich mich nun mit tausend Nichtigkeiten abgequält, sozusagen wie ein Lasteselchen von früh bis spät schwer gearbeitet, ohne einen Blick auf fette Weidgründe zu werfen. Damit ist es nun fertig. Da ich einen freien Beruf habe, stehen mir viele (bis jetzt leider ungenutzte) Möglichkeiten offen. Bereits habe ich mich für verschiedene Vorlesungen an der Uni eingeschrieben, ich will meine Kräfte zusammenfassen und mir eine neue, zusätzliche Basis für mein Leben schaffen, damit es statt enger und ärmer, reicher und weiter werde. Fr. I. R. E.

Mehr lieben

Ich bin eine alte Frau, fast blind und taube nicht mehr zu vielen. Aber eines kann ich noch: mehr Liebe schenken. Ich kann meine Tochter, die einen schlechten Mann geheiratet hat und schon ganz verblüht ist, mehr lieben, ich kann meinen Enkeln und ihren Freunden und Freundinnen bei ihrem ersten Liebeskummer Verständnis entgegenbringen, ich kann der Hort sein, wo sich die ganz Kleinen ausweinen und das Märchenland, in das sie fliehen dürfen, ich kann die Stille sein, die zuhört und die versucht, das rechte Wort zur rechten Zeit zu finden (sie haben ja dafür alle keine Zeit mehr, diese merkwürdigen Menschen, die sich «heutig» und «modern» nennen), ich kann über das wundervolle, rätselhafte Leben nachdenken und die geheimen Fäden aufspüren suchen, die von der Erde zum Himmel reichen und vom Himmel zur Erde. Und dann, nicht wahr, dann muss man doch mehr lieben — je älter man wird, desto mehr. Wozu wäre das Alter sonst da, wenn nicht, mit blinden Augen zu erkennen und zu lieben, immer mehr. Frau Eva

Jungbrunnen unserer Zeit

Jungbrunnen gab es nicht nur im Mittelalter. Es gibt sie auch heute noch, und zwar stehen sie jung und alt, arm und reich gleicherweise zur Verfügung und jederzeit offen, nur nenn man sie jetzt anders. Man heisst sie heute Schönheitsinstitut. Ja, erschrecken Sie bitte nicht, das Schönheitsinstitut gehört heute mit zum Komfort des Jahrhunderts. Gerade wir in unserer gebetzten, schnelllebigen Zeit verfallen so oft der Gefahr, dem Körper und unserem Aussehen nicht die Aufmerksamkeit zu schenken, die ihnen eigentlich von Natur aus gebührt. Und das Resultat sind verkrampte, unsichere, übergel-

launte menschliche Wesen, dabei wäre doch mit sehr wenig so viel zu gewinnen. Nun, man muss einmal am eigenen Leib erfahren haben, wie wohl es einem tut, so richtig gepflegt und verwöhnt zu werden. Man legt sich auf die angenehm gepolsterte Chaiselongue, lässt sich mit einer mollen Decke ein wenig einhüllen, die Beine hochgelagert, so... und schon fragt eine freundliche Stimme: «Schön, wie wol es!» Natürlich, wie kann man auch fragen. Die müden Hausfrauenbeine kommen ja so selten einmal ein bisschen zur Ruhe. Diskret macht die ärztlich diplomierte Kosmetikerin ihre Hautdiagnose. Mit feinen Wattestäbchen wird das Gesicht gereinigt, und wenn nötig noch eine kleine schmerzlose Brauenkorrektur vorgenommen. Die Augen werden mit kühlen Wattetampons bedeckt, und schon spürt man, wie ein feiner Ozondampf das ganze Gesicht besprüht. Wie in einen wonnevollen Traum versunken, liegt man da und vergisst eine Zeitlang die kleine alltägliche Welt mit ihren Pflichten und Sorgen. Der warme beruhigende Dampf wirkt seine Wunder. Wenn nötig wird eine biologische Schälkur eingeschaltet, nach der sich die Haut wunderbar weich anfasst. Jetzt werden noch allfällige Mitesser entfernt. Es erfolgt eine kurze Bestrahlung und dann kommt die wohlthuende Massage.

mer wieder davon zu überzeugen, dass die Kur auch gegen unsere Ihre Früchte zeitigt. Im Innern ist man froh, aufgeräumt und selbstsicherer als je zuvor. Dieses Wunder des Neugeborenerdens können auch Sie erleben, liebe Leserin, ein Besuch bei Margit Bürgi, Institut und Labor für biologische Kosmetik in Luzern und Zürich, lohnt sich immer. Zugegeben, es gilt vielleicht zuerst die angestammten alten Hemmungen ein wenig zu überwinden. Doch im Schönheitsinstitut herrscht eine so diskrete und beruhigende Atmosphäre, dass einem vor nichts bange zu sein braucht. Und was die finanzielle Seite anbelangt, so ist es gewiss kein Luxus, wenn wir auch die Schönheit hin und wieder ganz auf ihre Rechnung kommen lassen.

ar.



ALKOHOLFREIE GASTSTÄTTEN

DER TREFFPUNKT IN CHUR

Rätisches Volkshaus

beim Obertor
Neu renovierter Speisesaal
freundliche Zimmer
Versammlungslokale
Für Zimmer- und Tischreservierungen
Tel. (061) 230 23



Das führende
alkoholfreie Speiserestaurant
im Zentrum Churs
Bahnhofstrasse 40, I. Stock,
Eingang Tuch-AG

Echte Moorbäder



aus dem Moorbad Neydharting (Osterreich)
I. K. S. 17 357
für Hauskuren haben sich tausendfach bewährt bei:
FRAUENKRANKHEITEN
RHEUMA (Arthrosen, Arthritis)
Zirkulationsstörungen (Stauungen)
Wechseljahresbeschwerden
chronischer Müdigkeit
und zur Vorbeugung
Erhältlich: in Apotheken und Drogerien.
Für Kuren: 6-Liter-Kannen zu Fr. 46.—
Für Packungen: 3-Liter-Kannen zu Fr. 25.—
Neydhartinger Heilmoor ist dickflüssig. Die Kuren sind einfach und bequem durchzuführen, ohne Arbeitsunterbrechung, und sie helfen selbst in resistenten Fällen.
Verlangen Sie heute noch die Zusendung der Aufklärungsschrift mit beigedrucktem Coupon. Es lohnt sich neugierig zu sein. Keine Vertreterbesuche!
MOORBAD NEYDHARTING, ZÜRICH 4
Badenerstrasse 41, Tel. (051) 27 14 69
Senden Sie kostenlos den Neydharting Hauskur-Prospekt.
Name und Vorname:
Ort und Strasse:

Schlafen Sie schlecht ein?

Dann trinken Sie eine Zeitlang PIONIER-Goldmelissen-Blüten-Sirup! Er beruhigt allgemein und fördert das Einschlafen.
PIONIER-Goldmelissen-Blüten-Sirup stammt aus Blüten biologischer Zucht. Die Extraktion erfolgt äusserst schonend: im Kaltverfahren. Frei von chemischen Farb- oder Konservierungsmitteln.
Geniessen Sie diese Perle von einem Sirup täglich, mit Mineral- oder warmem Wasser fünfmal verdünnt! Sie werden ihn auch als köstlichen Durstlöscher schätzen lernen.
3-dl-Flasche Fr. 2.35, grosse Flasche (ca. 7 dl) Fr. 4.50 mit Rabatt, plus Depot.
Auslieferung durch jedes Reformhaus möglich.
Vertrieb:
M. Müller, L-Ragaz-Weg 6, Zürich 55

Advertisement for Midro-Tee: Für Ihr Wohlbefinden Midro-Tee Gegen Verstopfung. Kein Kochen, kein Aufbrühen.

Berücksichtigen Sie die Inserenten des «Schweizer Frauenblattes»

BUCHHANDLUNGEN

Basler Missionsbuchhandlung
Missionsstrasse 21 Basel 3
Seit 144 Jahren rascher und zuverlässiger Versand

In unserer romanischen Abteilung im Entresol:
LE LIVRE FRANÇAIS
EL LIBRO ESPAÑOL
IL LIBRO ITALIANO

Buchhandlung zum Elsässer
Arnold & Stamm
Limmatquai 18, Zürich 1
Tel. 47 08 48 / 32 16 12

Advertisement for Kaspar-Gold margarine: KASPAR-GOLD Margarine. HANS KASPAR AG, ZÜRICH 3/45. MARGARINE-UND SPEISEFETT-FABRIK. Telephone (051) 93 11 22.

Advertisement for 'Ein Brieflein für Sie!': Liebe Susan, Du hast recht, fettes, abstrahles Haar wirkt doch schallos. Aber nimm Luft frisch und escher, hast du wieder lustiges, volles Haar! In Liebe Deine Ursula. PS: Die Grossdose Sintace 500 für 80 Anweisungen kostet nur Fr. 6.90, die Neutalparfümierung nur Fr. 2.90.

Advertisement for 'Fettes Haar': Ihr Rheuma verschwindet schneller mit item Rheumasalbe. Aertzlich empfohlen. In Apotheken und Drogerien.

Advertisement for 'Nervösen Frauen hilft Femisan': das Stärkungsmittel für Herz und Nerven; es bessert Monats- und Wechseljahresbeschwerden, Kopfschmerzen und Müdigkeit, verleiht neue Nervenkraft und frisches Aussehen. Das Schweizer Frauenpräparat der Vertrauensmarke: Femisan Fr. 8.85, Kurflasche Fr. 18.75.

Advertisement for 'Halibut, die kleine Kapsel mit dem hohen Vitamingehalt': Kinder sind gefährdet... Beugen Sie den Erkrankungen vor - Halibut, der reine Lebertran bietet Schutz und Abwehr. Der hohe Gehalt der wichtigen Vitamin-A, B1 und B12 ist eine Quelle der Gesundheit.

Advertisement for 'Das gute Besteck': Das gute Besteck von Schär. Messerwaren und Bestecke. Bahnhofstrasse 31, Zürich. Tel. 23 95 82.

Advertisement for 'Margit Bürgi' beauty institute: Fachinstitute für biologische Schönheitspflege. Individuelle, diskrete Beratung und Behandlung durch ärztlich diplomierte Kosmetikerinnen. Erste Kosmetikerinnen in der ganzen Schweiz arbeiten mit unseren hochwertigen biologischen Hauptpflegepreparaten.

Advertisement for 'Nervösen Frauen hilft Femisan' (repeated): das Stärkungsmittel für Herz und Nerven; es bessert Monats- und Wechseljahresbeschwerden, Kopfschmerzen und Müdigkeit, verleiht neue Nervenkraft und frisches Aussehen.

Advertisement for 'STADTSCHULEN SOLOTHURN Lehrstelle an der Haushaltungsschule': Auf Beginn des Schuljahres 1962/63 ist an der Haushaltungsschule der Stadt Solothurn wegen Rücktrittes vom Lehramt eine Stelle für Kochen, Ernährungslehre und Hausarbeiten neu zu besetzen.

Advertisement for 'Frauengold' by Hugo Peters: leicht zu spülen, schnell trocken, auskochbar, unverwüschlich. Für Ihre Hauptpflege: fördert die Blutzirkulation an erhöht die Geschmeidigkeit Ihres Körpers.

Advertisement for 'SYNTEC' products: SYNTEC Laveur, SYNTEC Manchon, SYNTEC Laniere. ROMATIN AG, ST. MARGRETHEN SG, TELEPHON (071) 738 45

GRIECHISCHE PASSION

Roman von Niko Kazantzakis

Copyright by F. A. Herbig, Verlagsbuchhandlung (Walter Kahmert) Berlin-Grünwald

Giannakos lachte und schüttelte den brennend heissen Kopf, als ob er erwache. Er sah die Alte, in selbige Entrücktheit versunken, in rasendem Tempo stricken, immerfort stricken, er sah den alten Ladas, der ihn mit grossen Augen anstarrte und wartete.

«Jeder die Hälfte oder wie, alter Ladas?» sagte er. Der alte Ladas streckte ihm die Hand entgegen.

«Deine Hand, Giannakos. Wir sind einig, jeder die Hälfte, eine Sache! Jeden Abend wirst du mit den Goldsachen, die du bekommen hast, herkommen, und ich werde dir Früchte, Öl und Wein geben, wie du es willst. Und wenn wir alles eingekauft haben, wirst du herkommen, und wir werden Abrechnung halten. Schreib dir ins Buch, was wir ausgehen und hereinbekommen, damit du nicht zu glauben brauchst, ich betröge dich. Und damit du siehst, wieviel Vertrauen ich dir schenke, gebe ich dir jetzt drei türkische Goldpfunde als Handgeld.»

Er zog einen kleinen Beutel hervor, der mit einer Schnur fest zugebunden war, er löste sie, zog das Geld heraus und zählte mit zitternder Hand, eines nach dem andern, drei Pfunde auf. Giannakos nahm sie in seine gierige Hand, seine Augen leuchteten im Glanze des Goldes.

«Ich werde den Vertrag aufsetzen», sagte der alte Ladas, «und wenn du zurückkommst, wirst du ihn unterschreiben, hoffe ich... Bist du zufrieden? Glaubst du meinen Worten jetzt? Aber du hast nicht Worte erhalten, sondern Goldpfunde! Beeile dich jetzt, vergeude nicht die Zeit, Gott sei mit dir!»

Er gab Giannakos einen Knuff und öffnete das Tor.

«Gott sei mit dir», sagte er wieder und verriegelte hastig das Tor, damit sein Teilhaber keine Zeit fände, es zu bereuen.

Dann rieb er seine mageren Hände und wandte sich zu seiner Frau: «Penelope», sagte er und legte den Finger an den Mund, «nicht einen Mucks. Hast du gesehen, wie es mir wieder geädelt ist, hast du gesehen, wie geschliffen ich bin? Wie ein Rastmesser, sage ich dir. Ich habe ihn beim Goldhaken gefasst. Drei Pfunde habe ich ihm gegeben, ich werde tausend zurückbekommen... Mach bitte die Kiste zurecht.» Aber sie rührte sich nicht vom Fleck. Sie strickte und strickte und blickte ohne ihn zu sehen auf die Stricknadeln, die zusammenschlugen und sich trennten und wieder zusammenschlugen und die Strimpfe, die sie dem alten Ladas strickte, grösser und grösser werden liessen. Aber in den Strimpfen sah sie nicht die knochigen und knotigen Füsse des Alten, sondern die gleichen knotigen Gebeine schwarz und dürr und von Maden halb zerfressen.

Unterdessen schritt die Eselin die Strasse hinauf und Giannakos in Gedanken versunken ihr nach. Er empfand eine bittere Schwere im Herzen und gleichzeitig eine andere, angenehmere Schwere in seiner Westentasche. Ihn war, als sei er berauscht. Einmal

sprang er mit tanzen den Schritten von Stein zu Stein, dann wieder blieb er stehen und grübelte. Auch die Eselin wandte sich um, sah ihn an, blieb stehen und wartete.

«Ich will keinem begegnen, ich will nicht, dass mich irgend jemand sieht», murmelte Giannakos. «He, Giousoufaki, frisch drauflos, weshalb bleibst du stehen? Komm hier entlang, wir nehmen einen andern Weg. Das wird eine verzwickte Geschichte, Giousoufaki.»

Die Eselin schüttelte zweifelnd den klugen Kopf und konnte es nicht begreifen. Wohin sollte sie gehen? Was für ihrem Herrn ein? Was für Idioten doch die Menschen sind!

«Ich will keinem begegnen, nicht einmal Manolios. Jetzt habe ich anderes zu bedenken. Er ist nahe daran, mit Katarina ins Verderben zu geraten, doch das soll mich den Teufel scheren... Beeil dich, Giousoufaki.»

Doch als er am Ende des Dorfes, dort, wo die Felder begannen, angekommen war, sah er unmittelbar vor sich Manolios und zwei andere Dorfbewohner, die den Kapitän Fourtounas stützten. Sie bewegten sich langsam und liessen die Köpfe hängen, und vor ihnen ging der Leibwächter des Aga mit seinem roten Fez.

Giannakos führte die Eselin zur Seite, um vorbei zu kommen. Er kam näher heran und sah, dass der arme Kapitän fast besinnungslos und das weisse Handtuch um den zerschlagenen Kopf voller Blut war...

«Wie steht es mit dem Kapitän, Jungens? Rede, Manolios.»

«Er fiel die Treppe des Aga hinunter, der Aermste, und schlug sich den Schädel entzwei», antwortete Manolios. «Wenn du die alte Mantalena siehst, sag ihr, dass sie kommen und die Wunde pflegen soll. Sie versteht sich darauf, sie war Hebamme, bevor sie Totenfrau wurde.»

«Der Aermste», murmelte Giannakos. «Er muss sternhagelvoll gewesen sein.»

Der Leibwächter wandte sich um und lachte.

«Beunruhige dich nicht, kleiner Grieche», sagte er, «er hat Löcher im Schädel, der wird sich aber bald wieder schliessen, die Glatzköpfigen haben sieben Leben.»

«Manolios», sprach Giannakos, «ich möchte dir etwas sagen.»

«Ich auch», erwiderte Manolios. «Aber wir müssen erst den Kapitän in sein Bett legen. Komm mit und warte vor der Tür.»

Sie begannen wieder sehr langsam zu gehen, denn bei jedem Schritt brüllte der Kapitän vor Schmerz. Als sie ans Ziel gekommen waren, führten sie ihn hinein: Giannakos stellte die Eselin in den Schatten eines Olivenbaumes und wartete.

«Ach, diese Nacht ist voller Unannehmlichkeiten gewesen», murmelte er. «Sehen wir das, was geschieht! Möge Gott seine Hand über uns halten!»

Er zog den Tabakbeutel hervor, rollte sich eine Zigarette, lehnte sich an den Olivenbaum und begann zu rauchen, um die Zeit vertreiben zu lassen. Er bereute es schon, dass er gesagt hatte, er wolle mit Manolios reden, das grosse Geschäft, das er vor sich hatte, würde sich verzögern, dachte er, es galt schnell zu handeln. Er suchte in der Westentasche, fühlte das Geld und Bichelte.

«Gott sei Dank», murmelte er, «es ist kein Traume in den Händen... Und am Morgen habe ich dann unterm Kopfkissen nachgesehen, ich Idiot. Aber jetzt, Ehre sei Gott!»

Er berührte die Pfundstücke von neuem und beruhigte sich.

Manolios kam heraus, er trocknete sich die Stirn, bekam Giannakos unter dem Olivenbaum zu Gesicht und näherte sich.

«Er war sehr schwer, der Aermste. Er hat uns völlig ausgepumpt», sagte er.

«Ich bin in Eile, nur wenige Worte deshalb, bevor ich mich auf den Weg mache. Ich habe heute viel zu tun... Hör zu, Manolios. Vor allem darfst du heute nicht in das Haus des Herrn Patriarchas gehen, er hat von den Körben da erfahren und ist ausser sich geraten, er hat den Stock genommen und ist nach Hause gegangen, um seinen Sohn zu verprügeln. Sieh dich vor und warte, bis das Unwetter vorüber ist.»

«Wenn es so ist, muss ich auch die Prügel mit Michelis teilen, ich bin auch schuldig.»

«Ich auch, aber ich gehe nicht. Es ist feige und schändlich, meinst du, aber es ist schön davon zu kommen. Geh nicht hin, bleib hier. Ich habe dir auch noch anderes zu sagen. Die Witwe Katarina legt ihre Netze aus, um dich zu fangen. Sie sagt, dass sie dich in ihren Träumen sieht, und gestern Abend hangelte sie dir zu, aber du hast es nicht bemerkt. Du musst das wissen. Sieh dich vor, Manolios, Katarina ist ein wildes Tier, sie kann sogar Metropolitin den Kopf verdröhen... Denk an das nächste Osterfest und besudele dich nicht.»

Manolios hob den Kopf und erödete. Auch er hatte in der gleichen Nacht die Witwe im Traume gesehen, doch er erinnerte sich nicht mehr wie. Als er erwachte, waren seine Augen fast blind.

«Christus wird mir helfen», murmelte er.

«Ja, aber er darf sich beeilen, Manolios, und auch du darfst die Beine in die Hand nehmen. Wie gesagt, ich habe es eilig. Jetzt aber bist du an der Reihe, du hastest mich gewiss um etwas bitten wollen.»

Manolios zögerte. Er wusste nicht, wie er sich ausdrücken sollte, um seinen Freund nicht zu verletzen.

«Verzeih mir, was ich dir nun sage, aber wir haben etwas Grosses und Heiliges vor uns. Wir sind gewissermassen eins... Wenn einer von uns einen Fehltritt begeht, müssen die andern ihm den Rücken stützen. Wenn einem von uns etwas schief geht, geht es auch für die andern schlecht aus. Deshalb wage ich...»

«Sprich, Manolios, sprich und steh nicht länger da und spinne», sagte Giannakos und begann seine Eselin vom Baum loszubinden. «Ich habe es eilig!»

«Heute fängst du wieder deine Arbeit an», sagte Manolios in weichem Ton und fasste Giannakos vorsichtig am Arm. «Du beginnst wieder deine Rundreise mit den Handelswaren durch die Dörfer. Verzeiss nicht, ich beschwöre dich bei Christus, vergiss nicht, was der Priester gestern zu dir sagte...»

«Was hat der Priester zu mir gesagt?» brach Giannakos aus, und seine Stimme bekam einen scharfen Ton.

«Nimm es mir nicht übel, Giannakos... Er sagte, dass du die Leute nicht mehr im Gewicht übervertellen sollst, von nun an nicht mehr...»

Giannakos schoss das Blut ins Gesicht. Er machte hastig die Eselin los und schlug die Zügel nervös über seinen Arm.

«Gut, gut... Seine Heiligkeit meint, das wäre

«Aber nur gestern, Giannakos...» begann Manolios.

«Gestern», sagte er und zog seine Eselin heran, um sich auf den Weg zu machen, «gestern war es anders, Manolios. Das war ein Feiertag, verstehst du, wir hatten uns göttlich getan, der Esel war angebunden, die Geschäfte ruhten... Aber heute, siehst du, heute ist der Esel beladen, der Magen ist leer, Ostern ist vorbei, die Geschäfte beginnen... Und Geschäfte, siehst du, mein Junge, das heisst: sich etwas vornehmen und übers Ohr hauen, wenn mau kann. Sonst will ich nichts damit zu tun haben, dann kann ich ebensogut auf den Berg Athos gehen und Mönch werden... Verstehst du?»

Nun schwing er einen Augenblick, er hatte sich etwas erleichtern dürfen. Dann zerrte er wieder an der Eselin und blickte zu Manolios hinüber, froh, dass er sich hatte Luft machen und seine Gewissensbedenken abladen können.

«Lebe wohl, Manolios, jetzt reden wir nicht mehr davon.»

Doch sein Zorn hatte sich noch nicht ganz gelegt, und er wandte sich noch einmal um und sagte:

«Ein Kaufmann muss betrügen, Manolios, aber ein Heiliger darf es nicht. So ist das. Wir wollen es



leicht. Was würde er wohl sagen, wenn ich ihn gebeten hätte, seinen Leibriemen ein wenig anzuziehen, nicht für sieben zu essen und den Rest den Armen zu geben? Er soll nicht Stärke und Mehl und Gewürze zusammenmengen und sie als Majoran verkaufen und sagen, dass es alle Krankheiten heilt, der Gauner. Liess er nicht im vergangenen Jahr den alten Mantolios drei Tage lang unbegraben liegen, weil er wollte, dass die Erben ihn schon am ersten Tage bezahlen sollten? Bei einer anderen Gelegenheit liess er den Weinberg des Flickschneiders Geroinnis unter den Hammer gehen, weil er ihm Geld schuldig war. In diesem Jahre endlich hat er einige Tage vor der Osterwoche eine Taxe aufgesetzt — soviel für eine Taufe, soviel für eine Trauung, soviel für ein Begräbnis, sonst, erklärte er, werde er weder taufen, noch trauen, nach begraben. Und jetzt hat der aufgeblasene Bauch die Unverschämtheit, von mir, einem armen Menschen, zu verlangen...»

«Rede nicht schlecht von dem Priester», unterbrach ihn Manolios, «ein jeder muss für seine Seele gerade stehen. Denke du an die deine, Giannakos. Wir müssen diese ganze Zeit hindurch rein und heilig sein, du sollst der Apostel Petrus sein, vergiss es nicht... Was tun wir denn, wenn wir zum Abendmahl gehen? Wir fasten, essen kein Fleisch, kein Öl, wir lästern nicht, geraten nicht in Wut... genau so müssen wir uns jetzt verhalten, Giannakos...»

Doch Giannakos war die Röte ins Gesicht gestiegen. Er fühlte, dass Manolios recht hatte, und das reizte ihn noch mehr. So gab er denn den Priestern auf und machte sich an den Freund.

«Und du, Manolios, vergiss nicht, dass du kein Apostel, sondern Christus selbst sein sollst. Darfst du eine Frau berühren? Nein. Und dein Herr will dich jetzt verheiraten! Ja oder nein? Verdammst noch einmal, die Heiligkeit ist eine anstrengende Sache...»

Manolios senkte den Kopf und sagte nichts.

«Ja oder nein?» schrie Giannakos wieder und wurde wütend. «Du siehst die Lenio an und leckst dir die Lippen... Und der Teufel kommt mit ihr zu dir im Schlaf. Ich bin auch einmal jung und schön gewesen wie du, ich kenne die Künste des Teufels... Mit ihr kommt er im Schlaf zu dir und du sündigst, und wenn du dich am Morgen erhebst, sind deine Augen ganz verschleierte... Und wenn du später dann der gekreuzigte Christus sein sollst, bist du jung verheiratet... Man wird dich ans Kreuz schlagen, aber das beruhigt dich nicht. Du weisst, dass alles ein Spiel ist, dass ein anderer ans Kreuz geschlagen wird, und wenn du am Kreuze 'Eli, eli, lama sabachani!' rufst, denkst du daran, dass du bald wieder zu Hause sein wirst und dass Lenio dich mit warmem Wasser und sauberen Kleidern erwartet, dann werdest ihr nach der Kreuzigung beide schlafen gehen... Schweige, Manolios, gib mir keine Ratschläge! Keine Schullehrermanieren...»

Manolios hörte mit gesenktem Kopf zu, er zitterte.

Er hat recht... dachte er... Er hat recht, ich bin ein Lügner, bin ein Lügner, ein Lügner!

«Weshalb schweigst du? Lüge ich?» fuhr Giannakos fort und freute sich, Manolios zittern zu sehen.

nicht durcheinander bringen... Angenehme Hochzeit, Manolios. Komm, jetzt gehen wir, Giousoufaki, Manolios blieb allein... Die Sonne war aufgegangen. Menschen, Ochsen, Hunde und Esel hatten sich zu des Tages Arbeit in die Sielen gelegt, der alte Ladas hatte sich die Brille aufgesetzt und schrieb langsam mit bedächtigen Lächeln den Schuldschein über drei Pfund. Der Priester, der voller Wut fortgegangen war, um den alten Patriarchas zu treffen, war zu einem Sterbenden gerufen worden, um ihm das Abendmahl zu reichen, und hatte einen anderen Weg eingeschlagen. Kapitän Fourtounas aber lag auf seinem Bett und brüllte, er schimpfte die alte Mantalena aus, die den Verband um seinen zerfetzten Kopf wechselte.

Lenio sass am Webluhl und webte die letzten Handtücher. Sie sang leise, und ihr Herz tanzte, es sprang hinauf in den Hals und hinab in die Nieren, es sprang von der einen Brust in die andere und liess sie gurren.

Im Zimmer des Hausherrn oben hörte Lenio Stimmen. — Der Herr schimpfte, der Sohn antwortete, beide gingen erregt auf und ab, es hörte sich an, als ob sie sich schlugen, und der Fussboden krachte. Doch Lenio sass über den Webluhl gebeugt und kimmerte sich nicht um ihr Gezänk. Sie hatte auch keine Angst, als sie die wütende Stimme des Hausherrn hörte. Sie würde aus der Abhängigkeit von ihm freikommen, sie war bereit, das Band zu lösen und sich mit Manolios auf den Berg zu den Schafen und Ziegen zu begeben. Sie hatte vom alten Patriarchas genug, obwohl er sie wie sein eigenes Kind geliebt hatte, ihr einen Mann verschafft und eine so schöne Mitgift gegeben hatte. Sie war seiner überdrüssig geworden und wollte von ihm nichts mehr wissen.

Das Gezänk dort oben wurde immer heftiger, einen Augenblick hörte man die wütende Stimme des Alten deutlicher, und Lenio spitzte ihre kleinen Ohren, um zu horchen.

«Solange ich noch lebe», schrie der Alte, «bin ich es, der kommandiert und nicht du. Das ist ja das Ende der Welt!»

Der Alte war rasend geworden und stotterte, die Worte verwickelten sich, und Lenio konnte sie nicht mehr unterscheiden. Nach einer Weile hörte sie jedoch wieder deutlich: «Ich will nicht, dass du zu Manolios irgend eine Verbindung unterhältst, vergiss nicht, dass er Knecht ist und du Herr bist. Achte auf deine Stellung!»

«Der unverschämte Alte», murmelte Lenio, «dieser hiederliche aufgeblasene Pfau, der nicht einmal Achtung vor dem eigenen weisen Haar hat, dass er Katarina herholt und sie ihren Unsinn reden lässt. Und den Manolios kann er nicht leiden... er dürft seinen Goldwollen wohl nicht Glauben machen wollen... Ach, ich will fort von hier, fort, dich nicht mehr sehen, dich nicht mehr hören, aber Pfau!»

Sie sprang vom Webluhl auf, sie hielt es nicht mehr im Zimmer aus, sondern eilte auf den Hof, um Luft zu bekommen.

«Der aufgeblasene alte Pfau!» murmelte sie. «Ich wünschte, ihn träfe der Schlag.»

(Fortsetzung folgt)



für beide...

für Mutter und Kind geschaffen — das neue seifenlose Waschen mit der praktischen, hygienischen

WOLO-KLEIE BADE-CREME

Die empfindliche Haut des Kleinkindes bedarf der schonendsten Reinigung, wie sie nur die neue WOLO-KLEIE erreicht. Deshalb braucht sie auch die Mutter so gerne für sich. Sie gestattet das frisch-fröhliche Waschen mit Wasser, entfernt Make-up-Rückstände, pflegt und regeneriert die Haut — befeuchtet und strafft sie. Das gesunde, samtweiche Waschen — ohne Seife — ohne Schaum!



Die große ausgiebige Tube ist 375 ml in den einschichtigen Fachgeschäften erhältlich

Zi **GROBGEWEBE** **REINLEINEN**

in JUTE und in licht- und kochechtem

für Handarbeiten, Vorhänge, Bettüberwürfe, Seils, Tischdecken usw.

**Niederhorn
Beatenberg
1961**

Zwei Zauberworte
— Leitmotiv eines
schönen Wintertags

Herrliche Alpenrundsicht, windgeschützte
Sonnterrasse vor dem komfortablen
Berghaus, Sesselbahn bis zum Gipfel.
Leicht erreichbar ab Bern und Thun.

Ab Thun und Beatenbuch auch werktags
günstige Sport- und Ausflugsbillette

Flims

Graubünden
1150—2700 m

Sonne • Eis • Schnee

2 Skilifte, 2 Sesselbahnen, 1 Luftseil-
bahn, Skischule, 30 Lehrer, Eisbahn
3600 m², 5 Curlingbahnen, 30 Hotels,
Pensionen, Garnis, Appartementhäuser.

25 km gebahnte Spazierwege

Winterkur+Wintersport

im milden Alpenklima des sonni-
gen Unterengadins.

Leber, Galle, Magen, Darm, Stoff-
wechsel, Zirkulation, Harnwege,
Managerkrankheit.

Seilbahn, Skilift bis 2400 m, Ski-
schule, Eislauf, Curling, Spazier-
wege, Orchester, 3./4. Februar
Bündner Skimeisterschaften

SCUOL-TARASP-VILPERA
1250 m

Saison: 16. Dezember—31. März
5. Mai—15. Oktober

*Reinhard
Methyee*

Brünigroute
30 km von
Luzern

Das Haus mit
der behaglichen
Atmosphäre und
gepflegten Küche
im sonnigen
Hochland
1920 m ü. M.

Schneesicher November—Mai. La-
winenfrei, Skischule, Luftseilbahn,
Skilifte, Eisfeld, Curling, Dancing,
Bar. 130 Betten. Prospektel

Fam. Reinhard-Burri
Tel. (041) 85 51 55

Im gleichen Besitz neubaut
Touristen-Motel Garni für 100
Personen.

ADELBODEN
(Berner Oberland)

Bristol-Hotel

Das Haus in der Sonne, ruhig, zentral.
Sorgfältige, beste Küche. Jeder Winter-
sport, aber ebenso für sonnenhungrige
Nichtsportler

Alles neue Zimmer. Tagespauschale ab
Fr. 26.—

Familie Friedli Tel. (033) 9 44 81

Leukerbad 1411 m Wallis

Gute Bahnverbindungen, offene
Autosstrasse. Alle Arten von Winter-
sport, verbunden mit einer Be-
dekur in den heissesten Thermal-
quellen der Schweiz (51°)

10 Hotels aller Kategorien emp-
fehlen sich

Auskünfte: Kur- und Verkehrs-
verein Leukerbad oder durch Ihr
Reisebüro



Mit dem Schnellzug direkt
an die Piste der Sesselbahn
Kandersteg-Oeschinen

(1700 m, Sonnenplateau)

**Winterferien
zählen
doppelt**



**Wengen im Winter
ideal!**

Falken-Hotel

80 Betten

Das gepflegte Haus in sonniger, zentraler
Lage, nächst Skischule und Luftseil-
bahn Wengen-Männlichen. Erstklassige
Küche, Pension, alles inbegriffen, ab
Fr. 26.—

Familie von Allmen
Tel. (036) 3 44 31

Das frisch umgebaute
METROPOLE

bietet Ihnen den letzten Komfort
80 Betten, 25 Zimmer mit Privat-
bad

Peters Restaurant bekannt für
seine Spezialitäten

P. U. Lehmann, Propr.
Tel. (036) 3 41 21

REGINA

— das Hotel mit Charme
und Stimmung

persönliche Betreuung

Ab Fr. 27.— pauschal

Dir. Jack Meyer-Opliger
Tel. (036) 3 45 12

**50 Jahre
Hotel Bernerhof**

Ihr Ferienziel

Pension pauschal ab Fr. 21.—

H. Perler-Gloor, Bes.
Tel. (036) 3 47 21



**Luftseilbahn
Wengen-
Männlichen**

1300—2230 m ü. M.

**Hotel
Silberhorn-
Terminus**

Das behagliche Haus im
Sportzentrum

Moderner Komfort, Lift, Orchester,
Bar. Tagespauschale ab Fr. 22.—

Fam. W. Beldi-Lauever
Tel. (036) 3 41 41

Amden
900—1700 m. ü. M.

Treff

für Wintersport und Erholung

Hotels und Pensionen mit mässigen
Preisen. Tagespauschale Fr. 13.—
bis 24.—, Ferienwohnungen, Kinder-
heim. 4 Skilifte, Skischule, Unter-
haltungsabende

Auskunft und Prospekte durch
Verkehrsbüro Tel. (058) 3 31 01

Saanenmöser
1300 m

Ein Skifahrer-Paradies

Absolut schneesicher bis April,
moderne Funi-Schillten, 4 Skilifte
Zahlreiche Abfahrten

Parkplatz - Hotels - Chalets - Woh-
nungen

Auskunft: Tel. (030) 9 52 22

PALACE

«das Haus des Kenners»

bietet Ihnen ideale und preiswerte
Winterferien. Pauschal ab Fr. 32.—

F. Bortler Tel. (036) 3 46 12

Ausgangspunkt der schönsten Skiaf-
fahrt im Berner Oberland — Höhendif-
ferenz 1300 m

Auskunft:

Verkehrsbüro Wengen
Tel. (036) 3 44 41

und Betriebsleitung LWM
Tel. (036) 3 45 33

Hotel Eden

Das ideale Kleinhotel

Pension ab Fr. 20.—, alles inbegriffen

E. Frank Tel. (036) 3 46 34

GRINDELWALD

(Berner Oberland)

Hotel Belvédère

(100 Betten)

Wohnliche Atmosphäre und traditi-
onelle Gastlichkeit. 40 Zimmer mit
Privatbad, Dusche, WC, Sonnen-
und Liegeterrassen. Bar. Neue Ski-
lifte (bis 2480 m)

Fam. Hauser Tel. (036) 3 20 71

MÜRREN

**Sporthotel
Edelweiss**

Modernes Haus an einzigartiger, son-
niger Lage. Jahresbetrieb. Bar, Re-
staurant, Tea-Room, Dachterrasse

Pension ab Fr. 25.—,
alles inbegriffen

Fam. Ch. Affentranger, Bes.
Tel. (036) 3 43 12

Die führenden Hotels an führendem Platz
im südlichsten Skigebiet der Schweiz.

St. Moritz
**Hotel Viktoria
Set. S. A.**

Erstmals im Winter als Hotel offen, ruhig,
sonnig, 180 Betten, grosse öffentliche Räu-
me, Bar-Dancing, Orchester, französische
Küche I. Kl.

Im Januar und ab 10. März stark ermässigte
Preise. Pauschalpreise, alle Taxen und Bus
inbegriffen ab Fr. 27.50, mit Bad ab Fr. 36.50.
Tel. (082) 3 94 91