

**Zeitschrift:** Schweizer Frauenblatt : Organ für Fraueninteressen und Frauenkultur  
**Herausgeber:** Bund Schweizerischer Frauenvereine  
**Band:** 42 [i.e. 45] (1963)  
**Heft:** 16

**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:** 04.12.2024

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

# SCHWEIZER FRAUENBLATT

Sonderseite: Frauenarbeit gegen den Alkohol

Erscheint jeden zweiten  
Freitag

Verkaufspreis 30 Rp.

Abonnementspreis: Für die Schweiz per Post  
Fr. 15.80 jährlich, Fr. 9.— halbjährlich. Aus-  
landsabonnement Fr. 18.50 pro Jahr. Erhält-  
lich auch an Bahnpostkonten. Abonnements-  
einzahlungen auf Postcheckkonto VIII b 58  
Winterthur. — Insertionspreis: Die einspaltige  
Millimeterzeile oder auch deren Raum 20 Rp.,  
Reklamen: 60 Rp. — Placierungsvorschriften  
werden nach Möglichkeit berücksichtigt. —  
Insertionschluss Freitags der Vorwoche. \*

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

## Zum 1. August — Der sommerliche Speisezettel — Ein Jubiläum

Zum 1. August:

### Verantwortung in der persönlichen Freiheit

Das Thema, das für 1963 von der «International Federation of Business and Professional Women» den Berufs- und Geschäftsfrauen in aller Welt zur Behandlung übergeben worden war — «Verantwortung in der persönlichen Freiheit» —, kam auch im Club der Berufs- und Geschäftsfrauen Winterthur zur Sprache. Dieses Referat erscheint uns im Zeichen des 1. August auch für alle Schweizer Frauen wichtig und beherzigenswert. Im Einverständnis mit der Redaktionsleitung veröffentlicht wir nachstehend, gekürzt, die Fassung, die im «Neuen Winterthurer Tagblatt» im Frühjahr 1963 erschien.

(en) Für die Internationale Woche im Februar stellt jedes Jahr die Präsidentin der «International Federation of Business and Professional Women» ein Thema, mit dem sich dann Berufs- und Geschäftsfrauen (BGF) in aller Welt auseinandersetzen.

In Winterthur wies im jüngsten schweizerischen Club der Berufs- und Geschäftsfrauen dessen Präsidentin, Frau C. Wyderko-Fischer, in einem gefassten, gehaltvollen Vortrag auf einige wesentliche Punkte.

Die Freiheit, die nicht im Sinne von schrankenloser Willkür und unbegrenzter Leidenschaft verstanden werden will, sondern als eine von freiwilligem Ein- und Unterordnen getragene sittliche Haltung, ist eng und untrennbar verbunden mit dem Begriff der Verantwortung. Sie tritt überall dort in Erscheinung, wo die persönliche Freiheit nicht durch die notwendigen Einschränkungen zum Schutze der Gemeinschaft und des Zusammenlebens beschnitten wird, und jeder Mensch selber die Normen seines Handelns aufstellen muss. «Handle so, dass die Maxime Deines Willens jederzeit zugleich als Prinzip einer allgemeinen Gesetzgebung gelten kann. Handle so, dass Du die Würde der Menschheit sowohl in Deiner Person, als in der Person des anderen achtest und die Person immer zugleich als Ziel, nicht als blosses Mittel gebrauchst.» Das sind Gebote, mit denen Kant die persönliche Freiheit formulierte. Massgebend für die Verantwortung, das heisst das Einhalten für das eigene Tun und Lassen, die sie in sich schliesst, ist weniger deren Rechtfertigung den Menschen, als sich selbst und Gott gegenüber.

Aber nicht nur grosse Philosophen haben sich mit der Verantwortung in der persönlichen Freiheit oder vornehmlich dem einen oder anderen Begriff befasst, auch Politiker und Gelehrte unserer Zeit setzen sich immer wieder mit dem Thema auseinander. Und ob der Problemkreis vom staatsrechtlichen oder wirtschaftlichen Standpunkt aus angeleuchtet, ob er nach wissenschaftlichen oder politischen Aspekten betrachtet wird, stets steht die Verantwortung des einzelnen im Mittelpunkt. So ist — um eines der zahlreich angeführten Beispiele der Referentin zu erwähnen — Prof. W. Kägis Bei-

trag zur Festschrift «Verantwortung», welche zum 60. Geburtstag des Chefredaktors der «NZZ», W. Bretscher, erschien. Ausdruck des Gedankens, dass es Freiheit nur gibt, wo Verantwortung sie trägt, wie umgekehrt Verantwortung nur in Freiheit möglich ist. «Der Rechtsstaat stellt den irdischen Raum dar, in dem der Mensch zur Verantwortung fähig wird», sagt Kägi.

Ein besonderes Anwendungsgebiet der Verantwortung in der persönlichen Freiheit ist zweifellos die Politik. Es ist zu bedauern, dass sie so oft missverstanden und gesechtet wird. Die Referentin appelliert an die Mitarbeit aller bei der «Hausführung des Staates» und erinnert dabei an das Begehren der Befürworterinnen der politischen Gleichberechtigung: «Auch wir lieben unser Land» — sagen sie, «lasst uns dafür mitverantwortlich sein!»

Von der in Freiheit mit Verantwortung geführten Politik ist es nur ein kleiner Schritt zur Verantwortung in der Presse. Und wie steht es da? Wie steht es mit der Verantwortung des Lesers? Stellt er all dem Seichten und Sensationellen, das geboten wird, die fundierten und verantwortungsbewussten Aussagen gegenüber, an die eine Zeitung sich hält, welche «der Pflicht zur Ausrichtung ihres Inhaltes auf Werte» nachkommt — und nutzt er die Zeit, die ihm zur Lektüre bleibt, entsprechend?

Der Lebensbereich ist unzählige, in welchen die Haltung in der persönlichen Freiheit und die sittliche Verantwortung dem Nächsten gegenüber

massgebend sind. Sie im Rahmen eines Referates alle aufzuzählen, ist nicht möglich, doch vergessen wir nicht, wieviel allein schon von unseren guten Beispiel Kindern, Jugendlichen, Angestellten und Kollegen gegenüber abhängt! Die BGF-Mitglieder, welche in aller Welt sich zum Ziele setzen, das allgemeine Niveau der Frauen zu heben, welche für eine hohe Berufsauffassung und gute Arbeitsbedingungen eintreten, sollte die Erkenntnis von der Verantwortung in der persönlichen Freiheit auch zur vermehrten Übernahme von Verantwortung in Beruf und Öffentlichkeit ermutigen.

### Unentwegtes Wirken im eigenen Lande, Kontakte mit der Welt

Nach dem Kongress des Internationalen Frauenrates in Washington, 19. Juni bis 1. Juli 1963

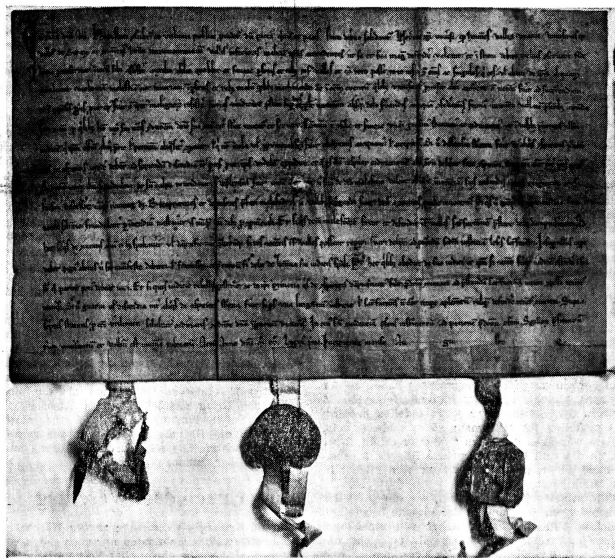
BWK An diesem von 431 Delegierten aus 56 Ländern besuchten Kongress des Internationalen Frauenrates (Conseil International des Femmes — CIF) nahm als Leiterin der schweizerischen Delegation, die wir in der Nummer vom 7. Juni vorstellten, Frau Dr. Dora J. Rittmeyer-Iselin, Präsidentin des Bundes Schweizerischer Frauenvereine (BSF) teil.

Arbeit im Lande ist wichtig, Kontakte mit der Welt sind notwendig

Neben dem schriftlich dem Kongress über die Tätigkeit des BSF von 1960 bis 1963 vorgelegten Bericht erwähnte Frau Dr. Rittmeyer im Plenum die völlig neue Situation, vor welche durch den Beitritt der Schweiz zum Europarat die Schweizer Frauen gestellt werden. Mit Worten des Dankes und der Anerkennung gedachte sie der beiden inzwischen verstorbenen BSF-Vertreterinnen im CIF: Dr. Renée Girod, Genf, und Frau Margrit Bosch-Peter, Zollikon ZH.

«Es zeigte sich», sagt Frau Dr. Rittmeyer, «dass mehr oder weniger über die ganze Welt hin die Probleme der Frauen dieselben sind.»

Der Kongress war sehr gut vorbereitet und hervorragend organisiert. Durch geschickte Anordnung der Sitzungen der einzelnen Ständigen Kommissionen konnten Überschneidungen vermieden werden, so dass es jeder einzelnen Delegierten möglich war, Einblick auch in das Wirken anderer Gebiete als das von ihr betreute zu erhalten. So war die Basis für wertvolle Begegnungen innerhalb dieser mit Berichten, Vorschlägen, Diskussionen und Beschlussfassungen dicht beladenen Sitzungen in den Räumen des Stalier-Hilton-Hotels bestens geschaffen. Sie ergaben sich aber ebenso am Rande des Kongresses, wenn die Teilnehmerinnen zu einer Besichtigung des Weissen Hauses eingeladen waren, da in Vertretung von Mrs. John Kennedy ihre Mutter, Mrs. Hug D. Auchincloss, die Pflichten einer Hostess übernommen hatte, wenn sie die Ausstellung der Werke der amerikanischen Malerin Mary Cassatt in der National Gallery oder an einem der Abende die private Phillips-Bildersammlung mit ausserlesenen Werken und einem anschliessend von einem



Bundesbrief von 1291

### Frauen unserer Zeit

#### Hedwig Egger-von Moos

«Unsere Mundartdichterin verkörpert den halben Tessin und — halb Obwalden», sagte zu seinen Lebzeiten einmal im trägen Scherz der Schriftsteller Heinrich Federer von seiner Landsmännin Hedwig Egger-von Moos, mit welcher er in Freundschaft verbunden gewesen war.

Mit diesem lapidaren Ausspruch wurde sie trefflich umschrieben: Der nie versiegende Frohmuth, das singende Herz mag die Dichterin aus der Sonnenstube der Schweiz geschöpft haben, denn ihre Mutter war Tessinerin. Die Treue zur Scholle, der Ernst der Lebenshaltung mochten vom Vater her stammen, der lange Jahre als Obwaldens Landmann des Landes Geschick geleitet hatte.

Hedwig von Moos kam im Bruder-Klausendorf Sachseln zur Welt. Obwohl sie mit zwei Geschwistern aufwachsen konnte, überkam die Fünfjährige den zwingenden Wunsch, ins Waisenhaus ziehen zu dürfen, «... weil es dort so viele Kinder gibt, die zu Weihnacht in allen Dorfleuten gute Sachen geschenkt bekommen». Allen Ernstes gab es bei dem wohlbehüteten Kind eine lange Zeitspanne, da es sich heimlich nach dem Waisenhaus sehnte.

Es mag mit dem Wunschbild der vielen Kinder zusammenhängen, dass Hedwig später den Beruf als Lehrerin ergriff, damit ihr Gelehen geboten würde, mit unzähligen jungen Menschen in Kontakt zu kommen. Statt dessen trat sie als flüchtige Lehrerin mit dem Frutt-Hotelier Josef Egger, Kerns, vor den Traualtar. Von Verseschmieden und Dichten keine Spur!

Ja, wann sie denn eigentlich angefangen habe, die Feder zu zücken, um den sprudelnden Einfällen, Ge-

danken und Bildern die äussere Form zu geben, wollte man wissen, denn vor uns liegen nicht weniger als fünf sorgfältig edierte Gedichtbände und die enthalten von Hunderten und abermals Hunderten Dialektgedichten nur eine kleine Auswahl. — Für einmal bekommt man nicht die Auskunft, «Ich hab' als Kind schon gern geschrieben», sondern die Antwort auf die konkrete Frage lautet:

«Als junge Mutter! Zu allen Festlichkeiten machte ich für meine vier Kinder Sprüche und Verse. Bald sprach es sich herum; eine immer grösser werdende «Kundschaft» stellte sich ein. Da und dort gab's Primizen, eine silberne, goldene, diamantene und natürlich auch eine grüne (erste) Hochzeit und da hiess es, «Frau Egger macht uns schon das Passende!» Xmal verwünschte ich mein Talentchen ins Pfefferland, denn ich konnte Nachbarn und Landsleuten einfach nicht «Nein» sagen.»

Man kann sich denken, dass es manchmal ungewohnt war, schnell einen Prolog zu verfassen, Geburtstagsgedichte und Sinnsprüche zu schmieden, denn die körperlich eher zarte Kernser-Frau betreute nebst vier Kindern das grosse Haus mit Garten, leitete eine Bankfiliale im Haus und das Sommerhotel auf der Frutt, wo ihr drei Fremdsprachen oft zuzugute kamen. Damals schon!

Die lokale Presse hatte unterdessen auch von Hedwig Eggers Dialektgedichten «Wind» bekommen. Zuerst sporadisch, später regelmässig, erschienen auf dem Titelblatt ihre Verse, Sinnsprüche und Gedichte, welche alle mit liebigem Schalk, frohem Sinn und einer stupenden Beobachtungsgabe durchtränkt waren. Ueber ein Vierteljahrhundert war auf diese Weise die Heimatdichterin ehrenamtliche Mitarbeiterin des «Obwaldner Volksfreundes».

Das Volk erfreute sich an dieser seltenen Frohmütigkeit und genoss die Herzenswärme, die aus den Versen sprudelte. Die Prominenten liessen sich diese Perlen nicht entgleiten. Deshalb liess der Ver-

lag Dr. I. Britschgi, Sarnen, die unzähligen Erzeugnisse sichten, um sie in hübsch ausgestatteten Bänden herauszugeben: «Heimeligs Obwalde», «s will Abig wärde», heissen zwei Büchlein, und «Mueterliebi, Chinderlache» ein anderes, das als eines der ersten bei Louis Eberli & Cie, Sarnen, gedruckt worden ist. Im «NZN-Buchverlag Zürich» erschienen zwei Bändchen, «Machids der Sonne nah», und «Es brennt!», die selten in einem Unterwaldner Bücher-schrank fehlen.

Vielen ist die Obwaldner Dichterin vom Radio her bekannt. In Poesie und Prosa erzählte sie viele Jahre lang der schmunzelnden Hörschaft von ihrer Erde, von ihren Menschen, berichtete von gspässigen Dorfleuten oder schöpfte aus eigenem Erleben. Ihr Zyklus «Obwaldner Charakterköpfe» war nur einer der Glanzpunkte in der «Radio-carrière». Ihr zu Ehren veranstaltete vor wenigen Jahren — ebenso aus Anlass zum nahen 80. Geburtstag — die Obwaldner Radiosektion im Beisein der Honoratioren und des Berner Radiodirektors Dr. Schenker eine gehaltvolle Dichterstunde.

Hedwig Egger-von Moos bekennt dankbar, aus der Mitgliedschaft des Club Hrotsvit — von der bekannten Schriftstellerin Agnes von Segeesser anno 1932 gegründet — und des Innerschweizerischen Schriftstellervereins allzeit wertvolle Anregungen geschöpft zu haben.

Indessen hat die «Sängerin der engeren Heimat» ihren Lebensgefährten schon lange verloren und das 80. Lebensjahr vor 3 Jahren überschritten. Sie zog ins Haus der Tochterfamilie nach Luzern. «Mi Tuibeschlag» nennt sie ihr kleines Heim an der Sonnblühstrasse, das ihr eine herrliche Aus- und Rundschau auf die Stadt, den See und den unvergleichlichen Kranz der Berge gewährt. Der Notzgeb liegt immer noch — wie früher in der Kernser Stube — griffbereit, obwohl sie nicht mehr dichten will. Aber sie muss — ob sie will oder nicht! Gar

oft klingelt das Telefon oder es klopf jemand an die Türe mit der Bitte um einen Prolog, ein Geburtstagsgedicht oder einen Beitrag für eine Radiosendung.

Heute wie damals kann die beliebte Frau auf ein Anliegen hin nicht «nein» sagen, obwohl sie nun ein Herz hat, «das mässig schwindelig und dumm tuet und e Chopf, wo eyster surret», wie sie sich spassend auszudrücken beliebt, wenn sie nach kritischen Tagen «schier nimm mag».

Wir alle, die wir Hedwig Egger-von Moos als Mensch und als Dichterin lieben und verehren, hegen den Wunsch, der Betagten möchte die warme Quelle des Herzens noch lange nicht versiegen.

Li Helfenstein-Zelger



KONSUMENTINNEN-FORUM der deutschen Schweiz und des Kantons Tessin

Redaktion: Hilde Custer-Oczerec, Brauerstrasse 62, St. Gallen - O Telephone 071/24 48 89

TREFFPUNKT für Konsumenten

Das grosse Problem für alle Konsumenten-Organisationen ist die Frage: Wie gelangt man mit Informationen, mit Testergebnissen und Ratschlägen an die breite Masse? Alle Konsumentenschriften müssen ehrlich zugeben, dass sie nur einen kleinen Teil der Bevölkerung erreichen...

Aber ganz wohl ist einem vielleicht bei diesem Gedanken doch nicht. Gerade jene Kreise, die weder über die Presse noch über Vorträge erreicht werden können, sind den negativen Auswirkungen des Wirtschaftswunders am ehesten ausgesetzt. Die Leiterin des SIH sagte einmal: «Zur Information gehören zwei: einer, der informiert, und einer, der informiert sein will.»

Aber wo anfangen mit dieser Mission? Man möge es uns nicht als Blasphemie auslegen, wenn wir im gleichen Atemzug mit der Konsumentenaufklärung die Kirche nennen. Tatsächlich macht nämlich auch den kirchlichen Kreisen manches Sorge, und uns bewegt im «Kirchenboten» der evangelischen Landeskirche des Kantons St. Gallen vom Juni 1963 war der Leitartikel dem Thema: «Die geheimen Verführer» gewidmet.

Viele Gemeindeglieder, die ihren «Kirchenboten» gerne vom ersten bis zum letzten Blatt lesen, mögen gerade diesen Artikel überschlagen haben, und das ist schade. Aber vielleicht hat er doch seine

Wirkung getan? Dann nämlich, wenn sich die für das Leben der Kirchgemeinden Verantwortlichen einmal überlegen, ob es nicht möglich wäre, im Verlaufe der Winterveranstaltungen innerhalb der Kirchgemeinden das Thema aufzugreifen und es so darzubieten, dass es auch bei den Mitgliedern mit weniger dickem Schulack «ankommt». Vielleicht versucht man hier und da, einen «runden Tisch» zusammenzubringen, in welchem das Thema «Reklame» von verschiedenen Gesichtspunkten aus beleuchtet wird?

Zum Schluss möchten wir noch auf eine Diskussion in der NZZ hinweisen, die von einem Pfarrer angestossen wurde und ein sehr lebhaftes Echo erweckte. Es handelt sich um die Reklameserie: «Gespräche mit meinem Jaguar» (Automarke). Soll man Material in den Stand einer Person erheben dürfen oder nicht? Darum ging das Streitgespräch. Der weitaus grösste Teil der Diskutierenden lehnte die «Vergütung» des Autos ab, mit Recht. Damit sind wir bereits wieder bei der Frage: Soll sich die Kirche mit diesen Problemen befassen? Unsere Meinung: sie soll. Es geht hier um ethische Werte, es geht um die Wahrfähigkeit in der Reklame, es geht um die Auseinandersetzung zwischen Geist und Materie, zwischen Sein und Schein.

Hilde Custer-Oczerec

die Pastmilch von den weitaus meisten Familien als durchschnittlich «gut» bezeichnet. Erstrebenswert wäre natürlich eine Milch, an der überhaupt niemand etwas aussetzen hätte, stellt das Gesundheitsinspektorat fest. Wie es aber trotz Gesetz, Aufklärung und Polizei nie gelingen wird, alle Verkehrssünder auszumerkeln, so werden auch die Bauern und Milchhändler nicht aussterben, die sich gegen die Gesetze der Hygiene vergehen und damit der Milchqualität schaden.



Aber was machst Du nur mit der Kuh im Wasser? Ich kühle die Milch! (Cliché L. L.)

Vertreter des Gesundheitsinspektorates haben an Sommerenden in 130 Wohnungen vorgesprochen und festgestellt, dass 56 Prozent der Milchkegel nicht im Keller und nicht im Kühlschrank, sondern in der Küche, im Milchkegel und sogar in der Wohnstube standen.

Ganz unschuldig an der schlechten Qualität sind in solchen Fällen die Konsumenten nicht. Dies geht auch aus der neuen Umfrage deutlich hervor. So schreibt eine Frau: «Die Milch hat einen schlechten Geschmack und ist ungenussbar; auch die Pastmilch ist oft schlecht.» Drei beschwerte Frauen, die aus der gleichen Kanne Milch und vom gleichen Hersteller Pastmilch erhalten, sind dagegen zufrieden! Ein offensichtlich vergrämter Konsument schreibt: «Es freut mich, dass in St. Gallen endlich etwas getan wird, um die miserable Milchqualität zu verbessern.»

Es ist auffallend, wie unterschiedlich die Qualität der gleichen Milch in den verschiedenen Haushalten beurteilt wird. Daraus geht zweifellos hervor, dass auch die Hausfrau entscheidend zur Erhaltung der guten Milchqualität beitragen kann.

L. L.

Aus dem «DM-Tagebuch»

Die «Deutsche Mark» — erste Zeitschrift mit Warenliste in Deutschland, von der in dieser Rubrik auch schon die Rede war, veröffentlicht jeweils auf der letzten Umschlagseite Tagebuchnotizen. Sie vermittelt dem Leser damit einen Einblick in den Redaktionsbetrieb. In Nr. 28 vom 12. Juli 1963 heisst es u. a.:

In der Schweiz haben wir zur Zeit grossen Erfolg. In der Schweiz gibt es gerade eine Testwelle. Kaum eine Zeitung, die sich mit dem Warentest nicht schon ausführlich beschäftigt hat. Das macht sich auch für uns bemerkbar. Die Nachfrage stieg so stark an, dass wir jetzt an jedem besseren Kiosk in der Schweiz zu haben sind.

Die Feststellung dürfte zutreffen. Wer sich mit den Fragen rund um die Information der Konsumenten befasst, läuft mit der DM im Sack herum, schon weil uns andere ausländische Testzeitschriften nicht ohne weiteres zugänglich sind.

Wir können unseren Leserinnen nur empfehlen, sich gelegentlich einmal eine DM zu kaufen. Nur darf man bei deren Lektüre nicht in den Fehler verfallen, die darin veröffentlichten Einzelheiten unbedingt auf schweizerische Verhältnisse zu übertragen. Unser Wirtschaftswunder ist anderer Art, als jenes an der Nordgrenze. Unsere Wirtschaft beruht auf solidem Untergrund als die eines durch den Krieg zerstörten Landes. Aber es gibt bei uns Entwicklungen, die ähnlich sind, darum kann man die DM als Anregung auf der grossen Linie betrachten. Die schweizerische Lösung müssen wir selber finden.

Aerger nach dem Waschtag

Während mechanische Schäden an der Wäsche bei den heutigen Waschautomaten nur noch selten vorkommen, sind solche chemischer Natur relativ häufig, und die Hausfrau fragt sich dann, worauf sie wohl zurückzuführen seien. Am Waschmittel liegt es meistens nicht.

Da entdeckt man nach der Wäsche etwa kleine runde Löcher, bei denen Kette und Schuss wie angefransen erscheinen. Es sind die meistens Stellen, an denen vor der Wäsche ein Restfleckchen vorhanden war. Restfleckchen waren immer ein Kummer der Hausfrau. Aber heute, wo die Kochwäsche mit selbsttätigen Waschmitteln behandelt wird, heisst es, doppelt aufpassen. Die neuen Waschmittel üben beim Kochen eine Bleichwirkung aus. Bei guten Waschmitteln ist der Bleichschuss so abgemindert, dass er die Baumwolle nicht angreift. Befindet sich jedoch auf dem Gewebe ein Rückstand aus Eisen, also z. B. Rost oder irgendein kupferhaltiges Salz, dann entsteht an jenem Ort eine so heftige Bleichwirkung, dass das Gewebe zerstört wird.

Um solchen Schäden zu begegnen, ist es ratsam, Restfleckchen vor der Wäsche zu entfernen. Ein weiterer chemischer Schaden kann durch Schwefelsäure entstehen, wie sie in den Autobatterien benötigt wird. Diese Säure ist farb- und geruchlos, trocknet an der Luft nicht ein, sondern wird eher durch Verdunstung konzentriert. Langsam aber sicher zerstört sie Baumwolle, Leinen, Kunststoffe usw. Das Fließchen an diesem Vorgang ist, dass der Stoff zunächst seine Struktur behält und man ihm nichts ansieht. Bei der nächsten Wäsche jedoch werden die Schäden offenbar. Aber nicht nur das, diese Säure kann von einem Kleidungsstück auf das andere übertragen werden oder ein Kleidungsstück wird von Spritzern, z. B. auf dem Boden des Autokoffers, «infiltriert». Solche Schäden sind recht häufig, die Spritzer können bei der Wartung des Autos durch kleine Unachtsamkeiten auf irgendwelche Flächen appliziert werden.

Das einigste Mittel dagegen ist die Reinhaltung von Autokofferboden und den Sitzen.

Die St.-Galler Milch unter der Lupe

Interessante Ergebnisse einer Umfrage des Gesundheitsinspektorates

Welche Massnahmen kann der Stadtrat ergreifen, um die Qualität der Konsummilch zu verbessern und insbesondere eine einwandfreie Lieferung der Pastmilch zu erreichen? trage jüngst ein Interpellant im St.-Galler Gemeinderat, denn die St.-Galler Milch sei «in letzter Zeit von erschreckend schlechter Qualität». Die forsche Behauptung des unzufriedenen Gemeinderates erlangte im Handumdrehen die gewünschte Publizität, rief aber auch Fachleute auf den Plan. Darunter solche des Gesundheitsinspektorates, denen es vor allem darum ging, abzuklären, ob zwischen den Erfahrungen in den Haushaltungen und im Laboratorium wirklich derart gravierende Abweichungen möglich seien. 560 in St. Gallen wohnhafte Familien wurden mit einem Fragebogen bedacht. Dreierlei interessierte: Erstens, sind Sie zufrieden bzw. unzufrieden mit der Konsummilch? Wenn unzufrieden — warum? Zweitens, sind Sie zufrieden mit der Qualität der Pastmilch? Wenn nein — warum nicht? Und drittens wollte das Gesundheitsinspektorat wissen, ob die Bedienung durch den Milchmann zur Zufriedenheit ausfalle oder ob man an der Hauszustellung etwas aussetzen habe.

Erfreulich viele Antworten liegen vor, nämlich 402 (71,8 Prozent). Aus diesen geht hervor, dass 336 Familien (83,6 Prozent) an der Qualität der Konsummilch nichts aussetzen haben. Verschiedentlich konnte man lesen, dass «ausgezeichnete Milch», «vorzügliche Milch» ausgemessen werde, oder es wurde schlicht beifügt: «Wir sind sehr

zufrieden.» «Wir hatten noch nie einen Grund zu Reklamationen usw.» Eine kleine Gruppe von 21 Familien (5,2 Prozent) ist «im grossen und ganzen» ebenfalls zufrieden mit der Milchqualität, bemängelt aber gelegentlichen Abgeschmack oder gelegentlich ungenügende Haltbarkeit. Ausgesprochen unzufrieden mit der Milch sind 45 (11,2 Prozent) Familien, und zwar vor allem wegen Abgeschmack, schlechter Haltbarkeit und Verschmutzung. Von den täglichen und gelegentlichen Pastmilchtrinkern haben sich 194 zum Worte gemeldet. Davon finden 171 (88,2 Prozent) die Qualität der Milch in Ordnung. Unzufrieden, und zwar vor allem wegen Abgeschmack und schlechter Haltbarkeit, sind 23 (11,8 Prozent).

Unser Milchmann bedient uns tadelloser seit 30 Jahren», schreibt eine Hausfrau. Und wie steht es mit den übrigen 69 Milchhändlern? Rund 95 Prozent der antwortenden Konsumenten haben an der Bedienung nichts aussetzen. Demzufolge sind 5 Prozent der Konsumenten nicht tadelloser bedient: Einige finden, ihr Milchmann sollte sauberer sein, andere wünschen die Milch früher zugestellt, 2 beklagen die «mit Milch verspritzte Stiege», 3 sehen es nicht gerne, wenn Regenwasser vom Filzhut in die Milch rinnt usw.

Damit ist getreulich rapportiert, wie die St.-Galler ihre Milch im Topf und in der Flasche beurteilen. Objektiv betrachtet kann daher von einer «erschreckend schlechten Milchqualität» nicht die Rede sein. Vielmehr werden die Konsummilch und

ganzem Welt mit Abgeordneten besichtigten Kongress teil, was auch ganz selbstverständlich war. Trotzdem warf das Problem der Rassendiskriminierung seine Schatten bis in die Verhandlungen der einzelnen Kommissionen und des Plenums hinein. Ein profundes gesellschaftliches Versehen und die Bestimmung auf die weit weit gültige Ethik des Christentums boten das richtige Fundament des Verhaltens in mitunter recht kritischen und mit Spannung geladenen Augenblicken, wobei der eine und andere mündlich vorgebrachte oder schriftlich eingereichte Antrag in parlamentarischer Weise ad acta gelegt werden konnte.

Die schon seit einigen Jahren dem CIF führend angehörende Schwabe Richterlin, Dr. Eunice Carter, Mitglied der UNO-Status of Women-Kommission, hielt einen öffentlichen Abendvortrag. Ebenso fanden sich die Delegierten zu einem der Information über staatspolitische Mitarbeit der Frauen in den USA dienenden Referat der Labour-Department-Abgeordneten Dr. Esther Peterson ein.

Der Zwillingsschwester des Schachs, Her Royal Highness Princess Ashraf Pahlavi, in deren Heimat vor kurzem den Frauen das Stimmrecht erteilt worden war, wurde die Ehre zuteil, den Bericht über die in Persien geleistete Arbeit des nationalen Frauenrates als erste Rednerin vorzubringen.

Neue Präsidentinnen Statuten, neu angeschlossene Mitglieder

Die zweimal drei Jahre umfassende Amtszeit der überaus bewährten internationalen Präsidentin, Mme Marie-Hélène Lefacheux, Delegierte Frankreichs bei den Vereinigten Nationen, Chevalier de la Légion d'Honneur, Trägerin des Croix de Guerre und der Rosette de la Résistance, einer hervorragenden Parlamentarierin, war abgelaufen. An ihre Stelle wählte der Kongress Mrs. Mary Craig-Schuller, eine gebürtige Kanadierin, die schon seit mehreren Jahren in New York lebt.

Mme Lefacheux, die auch diesen Kongress wieder souverän mit dem ihr eigenen Charisma leitete, betonte die Wichtigkeit der grossen Gemeinschaftsaufgabe, die dem Internationalen Frauenrat ganz besonders in der

Aufklärung und Unterstützung mannigfacher Art in den während der letzten Jahre neu zum CIF gestoesenen Mitgliedstaaten erwächst.

Neu in den Internationalen Frauenrat als Mitgliedstaaten aufgenommen wurden: Kenya, Gambia, Liberia, Ekuador, Niger, Sierra Leone, Trinidad-Tobago und Luxemburg. Letztere nicht zuletzt dank der Initiative und entsprechenden Vorarbeit der dem Centre Européen CIF vorstehenden Dr. M. Jadot, Brüssel. Heute gehören dem CIF insgesamt 56 nationale Verbände, nämlich 15 europäische, 9 amerikanische, 12 asiatische (wovon Israel, Libanon und Iran im Vorderen Orient) und 20 afrikanische an. — Drei Schweizerinnen haben innerhalb des CIF verantwortungsvolle Chargen inne: Dr. Elisabeth Nägeli, Winterthur, als Vize-Kassierin, Mme E. Droin, Genf, als Präsidentin der Kommission Morale sociale (Sittliche Wohlfahrt) und Mme Denise Schmid-Kreis, Directrice des Emissions parades von Radio Genève, als solche der Kommission Radio-Television.

Eine mutige Resolution

Hitzig gestaltete sich die Debatte innerhalb der gemeinsam tagenden Kommissionen Morale sociale und Child welfare in einer von Mme E. Droin sicher und geschickt geleiteten Sitzung, als die Besorgnis des Internationalen Frauenrates über die in bestimmten Ländern alarmierende Formen annehmende Bevölkerungszunahme, die sich über kurz oder lang katastrophal auswirken muss, in eine Resolution gefasst wurde, welcher der Kongress mit einem Nein und drei Enthaltungen zustimmte. Davon ausgehend, dass viele sich aufeinander folgende, oft unerwünschte Schwangerschaften die Gesundheit der Mutter untergraben und sich auf das Familienleben ungünstig auswirken, dass zudem so vielen Kindern weder die nötige leibliche noch seelische Pflege zuteil werden kann, verlangt der CIF, dass ein Erziehungsprogramm aufgestellt und durchgeführt werde, welches die Beachtung und Behebung aller medizinischen, ethischen und moralischen Möglichkeiten zur Behebung eines derartigen Anwachsens der Bevölkerung fordert. Auch die Aufklärung der Eltern im Hinblick auf eine vernünftige Familienplanung soll mit einbezogen werden. Schliesslich muss

es auch möglich sein, die Kinder der Zukunft zu wertvollen Gliedern der Menschheit erziehen zu können.

Noch vor drei Jahren am Internationalen Kongress in Istanbul war es nicht möglich gewesen, das heisse Eisen des Problems der Geburtenkontrolle in Ländern mit einer erschreckend hohen Kinderzahl anzufassen.

Dem BSF als schweizerischem Nationalverband im Internationalen Frauenrat wurde die Durchführung des 1964 stattfindenden Exekutiv-Treffens, da sich die Präsidentinnen der insgesamt 56 angeschlossenen nationalen Frauenverbände, der Vorstand und die Präsidentinnen der Ständigen Kommissionen zur Beratung zusammenfinden, übertragen.

Frau Dr. D. J. Rittmeyer ist vom Wert wie von der Notwendigkeit eines solchen Kongresses überzeugt. Die weite Reise und die mancherlei Anstrengungen, die eine solche Tagung an jede einzelne Teilnehmerin stellt, werden sich zuletzt lohnen; es ist bei einer solchen Gelegenheit immerhin möglich, mit Frauen aus aller Welt gemeinsame Probleme zu besprechen, Mittel und Wege zur Behebung sozialer Nöte oder behördlicher Ausübungen und Entlassungsschwierigkeiten zu finden und im direkten Gespräch manches Missverständnisses aufzuklären und so die Basis für ein positives Zusammenarbeiten der Frauen über die Grenzen hin zu schaffen.

Quartett dargebotenen Konzert besuchten. Die Delegierten waren auch Gäste der Howard University mit einem von schwarzen Studenten servierten Nachessen und einem Konzert des Universitätschors im Auditorium. Sie fuhren im Bus zum Mt. Vernon, um den Landsitz von George Washington einen Besuch abzustatten, und kochten per Schiff auf dem Potomac River in die Kongressstadt, in der vor 75 Jahren der Internationale Frauenrat gegründet wurde, zurück. Den glanzvollen Abschluss bildete ein abendlicher Empfang mit Buffet-Dinner im US-Department of State, bei welcher Gelegenheit wieder manches Gespräch von Frau zu Frau, zu einem immer besseren Sich-kennen-Lernen möglich war.

An einem Special Luncheon im Presidential Ballroom des Statler-Hilton-Hotels, das Rapporte regionaler Tätigkeit abgegeben wurden, berichtete Frau Dr. Rittmeyer über das Europäische Zentrum des Internationalen Frauenrates, das nach einer 1961 durch den BSF auf dem Axenstein organisierten CIF-Spitzen tagung mit Sitz in Brüssel gegründet wurde.

Frau Dr. Rittmeyer, der wir die meisten Auskünfte über den Verlauf und die Beschlüsse dieser bedeutenden Frauentagung verdanken, konnte uns voller Luft von der grosszügigen und herzlichen Gastfreundschaft der Schweizerischen Botschaft berichten, von einem in der riesengrossen Stadt gerne akzeptierten Mit-Rat-und-Tat-zur-Selbst-Stehen in mancher Weise.

Heiner Gauschy, in seiner Art auch er ein Botschafter der Schweiz in den USA und umgekehrt, wandte sich während der Kongress tagung an Frau Dr. Rittmeyer, um sie für das Radio zu interviewen.

Viele farbige Delegierten nahmen an diesem aus der

SYNTEG logo and text: Der gute neuartige Topfreiniger

Jamber AG logo and text: KÜHLSCHRANKFABRIK, Haldenstrasse 27 - Tel. (051) 33 13 17 - Zürich 8, Komplette Buffet- und Officeanlagen, Kühlschränke, Kühlvitrinen, Glaceanlagen usw.

# des Schweiz. Bundes abstinenten Frauen

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

Neue Folge des Wegweisers zur Frauenarbeit gegen den Alkoholismus

## «Europäisches Seminar zur Verhütung und Behandlung des Alkoholismus»

Unter dem Patronat unserer Behörden, sowohl der eidgenössischen wie der kantonalen, und der Gemeindebehörde von Lausanne wurde vom 10. bis 20. Juni 1963 im Palais de Beaulieu Lausanne ein «Europäisches Seminar zur Verhütung und Behandlung des Alkoholismus» abgehalten.

Die Einladung dazu ging aus vom «Bureau International contre l'Alcoolisme» in Lausanne. Unter der Direktion von Dr. Archer Tongue werden hier Fragen des Alkoholismus in internationaler Sicht bearbeitet. Es ist leicht möglich, dass nicht einmal wir Abstinente alle von der Existenz dieses Institutes wissen. Noch viel weniger ist es einer weiteren Öffentlichkeit bekannt, dass die Frage des Alkoholismus und seiner Eindämmung nicht bloss «ein paar sture Fanatiker» umtreibt, sondern, dass diese Probleme in immer grösserer Masse die Aufmerksamkeit der Wissenschaftler, insbesondere der Mediziner und Soziologen, beanspruchen.

Das Seminar war denn auch in erster Linie dazu bestimmt, den daran interessierten Aerzten und Soziologen Gelegenheit zu schaffen, sich über den derzeitigen Stand der Forschung auf diesem Gebiet zu orientieren und ihre Kenntnisse auszutauschen. Daneben folgte eine grössere Zahl, von in der Fürsorge tätigen Frauen und Männern, den Vorlesungen, zu denen sich einzelne Vertreter der Abstinenzbewegung gesellten. Die im prachtvollen Palais de Beaulieu durchgeführte Tagung war ausgezeichnet organisiert. Die Einrichtung für Simultan-Übersetzung erlaubte auch weniger sprachkundigen Teilnehmern, den Vorträgen zu folgen. Diese wurden, entsprechend dem Herkunftsland der Referenten, deutsch, französisch und englisch gehalten. Die finnische Referentin, eine Fürsorgerin in leitender Stellung, mit Lehrauftrag an der Universität Helsinki, bediente sich ebenfalls des Englischen. Das grosse Programm umfasste folgende Themen.

Psychiatrie: Dr. F. Fouquet, Frankreich; Dr. G. Lundquist, Schweden; Dr. H. Solms, Schweiz; Dr. A. Sunnier, Holland.

Fürsorge: Fräulein H. Märki, Finnland; M. W. A. Fransens, Holland.

Soziologie: Dr. K. Brun, Finnland; Prof. D. J. Pittmann, USA.

Biochemie: Prof. H. Aebi, Schweiz; Dr. S. Mende, Ungarn.

Alkohol und Strassenverkehr: Dr. J. D. J. Harvard, England; Prof. M. Varnos, Deutschland.

Rechtliche Fragen: Me. K. Händel, Deutschland; Me. W. Tomoworitz, Polen.

Ausser diesen Referaten, zu welchen alle Teilnehmer Zutritt hatten, hielten die Herren Aerzte ihre Kolloquien und besuchten psychiatrische Kliniken.

Zu den «round table discussions», die von den Aerzten durchgeführt wurden, waren die übrigen Teilnehmer als Zuhörer geladen.

Ueber das Wochenende wurden Ausflüge veranstaltet: einer führte die Teilnehmer nach Bern, wo sie Gelegenheit hatten, den anlässlich des Berner Abstinente-Tages durchgeführten Umzug zu sehen; eine Gruppe stattete der bernischen Trinkerheilstätte Nüchtern einen Besuch ab; andere zogen es vor, das Jungfrauojoch oder gar das Matterhorn zu besuchen.

Die erste Kongresswoche war schon am Mittwoch in sehr angenehmer Weise unterbrochen worden durch einen Empfang, zu welchem die Behörden von Lausanne in den Landsitz «Mon Repos» eingeladen hatten.

Im Auftrag unseres Zentralvorstandes nahm ich an vier Tagen an diesem Seminar teil und muss nun versuchen, soweit mir dies möglich ist, auch anderen etwas von dem dort Gebotenen zu vermitteln.

Referat von Dr. P. Fouquet, Psychiater, Frankreich.

Der Redner wies zu Beginn seines weitauholenden Referates darauf hin, dass es einer unüberschaubaren Vielfalt und Menge der Bemühungen und der Forschungsarbeit bedürfe, um dem Phänomen «Alkoholismus» näherzukommen. Er stellt fest, dass schon dann, wenn man, wie er, nur einzelne, den Mediziner besonders berührende Punkte zu behandeln habe, der Schwierigkeiten genügend vorhanden seien.

Er vermutet, dass es als Mediziner kaum in der Lage wäre, die soziologischen Aspekte richtig zu sehen, während der Soziologe in den wenigsten Fällen genügend Kenntnisse der diesbezüglichen, medizinischen Fragen besitzen könne. Dazu kommt noch, dass ja ausser diesen beruflichen Voraussetzungen, die Haltung jedes Beobachters bestimmt ist, nicht bloss durch seine Volkzugehörigkeit, sondern auch durch seine soziale Stellung in diesem Volk und erst recht durch seine eigene innere Einstellung. Der Referent betont denn auch, dass gerade darum eine erfolgversprechende Behandlung der Alkoholfrage nur im Rahmen eines Teams, das sich aus den verschiedenen Lagern zusammensetzt, zu erwarten sei, und er begrüssigt die hier gebotene Möglichkeit zum Austausch auf internationaler Grundlage.

Er erinnert daran, dass man noch weit entfernt sei davon, eine Definition dessen, was Alkoholismus ist, zu besitzen. Nach interessanten Ausführungen über die Rolle des Alkohols bei den Primitiven, in der Antike und im Lauf der Jahrhunderte, stellt er fest, dass der Alkohol seine frühere Rolle als Nahrung, Heilmittel, etc. eingebüsst habe. Demgegenüber hat er jetzt die Rolle des Sorgenbrechers übernommen, er fördert das gesellschaftliche Leben, wobei er aber zugleich zur Ursache für eine unerhörte Gleichgültigkeit gegenüber der Gemeinschaft und dem Nächsten werden kann.

Mit eingehenden Zitaten aus der Fachliteratur belegt der Referent seine Feststellungen, für welche wohl jedermann, der in der Trinkerfürsorge tätig ist, ebenfalls genügend Unterlagen beibringen könnte.

Als «point capital» bezeichnet Dr. Fouquet die Frage, ob und wie weit Produktion und Herstellung von alkoholischen Getränken den Alkoholismus verursacht. Er bezieht sich in seinen Ausführungen zu dieser Frage zur Hauptsache auf die Verhältnisse in Frankreich; weist auch darauf hin, dass der Begriff, was normaler und was abnormaler Alkoholkonsum sei, von Land zu Land äusserst verschieden sei. Er erinnert daran, dass z. B. in Frankreich vor Alkoholisierung gewahrt wurde mit dem Slogan «Jamais plus d'un litre de vin par jour», eine Mahnung, die in Ländern, die keine eigenen Weinberge besitzen, geradezu als Aufmunterung zum Weingenuss aufgefasst werden müsste.

Vom Alkoholismus übergehend zum Alkoholiker, wies der Redner eindringlich darauf hin, dass auch diese Frage von einer verwirrenden Vielschichtigkeit ist; wie Abstammung, Umwelt, soziale Stellung des vom Alkoholiker Gewordenen von entscheidendem Einfluss sind und in der Behandlung berücksichtigt werden müssen. Doch betont Dr. Fouquet zum Schluss, dass wohl Herkunft und Umwelt dem Menschen forme, dass der Mensch aber ebenso seine Umwelt formt, da er imstande ist zu unterscheiden und darum die Freiheit hat, anzunehmen oder abzulehnen. Alle Bemühungen des Arztes und des Fürsorgers in der Behandlung des Alkoholkranken haben sich darum immer an den Menschen als verantwortliches Individuum zu richten.

Der zweite Redner dieses Tages, Dr. A. Sunnier, hält fest, dass sein Thema, die medizinische Behandlung des Alkoholismus eine unerhörte Mannigfaltigkeit der Aspekte umfasse. Die von ihm gestellte Frage, ob Alkoholismus unter die Krankheiten zu zählen sei, denn nur dann gehört er ja in den Bereich der ärztlichen Tätigkeit, beantwortete der Redner in origineller Weise, indem er darauf hin-

weist, dass die Weltgesundheitsorganisation eine ganz bestimmte Definition dessen, was Gesundheit sei, aufgestellt habe.

Gesundheit bedeutet demnach:

«Ein ungestörtes Heranwachsen und Reifen bis zum hohen Alter.

Den Besitz schöpferischer Fähigkeiten und harmonischen Wesen.

Das Gleichgewicht zwischen den Fähigkeiten, Liebe zu geben und anzunehmen.

Das Gleichgewicht zwischen Weichheit und Härte. Das Gleichgewicht zwischen dem Abhängigkeitsbedürfnis und dem Herrschaftsanspruch.

Die innere Sicherheit und Freiheit.»

Gesehen auf diesem Hintergrund, fährt der Redner fort, werden wir bestimmt die Trinker zu den Kranken zählen müssen. In eingehender und eindrücklicher Weise werden nun die Symptome dieser Krankheit gezeigt, wie sie dem Arzt begegnen und ihm immer wieder neue Rätsel aufgeben.

Dr. Sunnier äussert seine Bedenken über die geltenden Methoden, das Suchen nach all den einzelnen Kennzeichen und Veränderungen, die zu dieser Krankheit gehören. Er fragt sich, ob der Arzt damit nicht oft in die Gefahr kommt, bei all diesem Erforschen der Einzelheiten darob den Menschen in seinem ganzen Wesen zu übersehen.

Die Behandlungsmöglichkeiten, die heute den Aerzten zur Verfügung stehen, werden in ihrer Vielfalt aufgezeigt. Aber auch hier kommt die Frage des Redners: Entgehen wir wirklich immer der Gefahr, aus unserm Suchen und Forschen ein Spiel zu machen? Ein wissenschaftliches Spiel natürlich, aber...? Und die Frage geht weiter. Darf unser wissenschaftliches Interesse, unser Forscherdrang die Triebfeder zu unserer Arbeit gegen den Alkoholismus sein?

Dr. Sunnier antwortet mit einem ganz entschiedenen «Nein». Unsere Wissenschaft darf immer nur die Wege suchen und uns die Möglichkeiten zur Heilung aufzeigen, sie hat uns aber immer zum Menschen selbst zu führen.

Die am «runden Tisch» geführten Gespräche brachten in ungezwungener Weise Bekanntes und Unbekanntes zum Thema Alkoholismus-Alkoholiker zur Diskussion.

Als abstinente Zuhörerinnen kam ich mir dabei und da vor, als sässe ich im brennenden Hause, während draussen Feuerwehr und Polizei sich beraten, ob Wasser oder Sand sich besser zum Löschen eignen würden. Man konnte es beinahe mit der Angst zu tun bekommen, das Haus brenne unterdessen ganz herunter. — Darum war ich, und auch andere, ganz besonders dankbar für die Haltung, die aus dem Votum Dr. Sunniers sprach.

In einer späteren Nummer unseres Mitteilungsblattes soll, wenn möglich, noch über die Referate «Fürsorge» und «Soziologie» berichtet werden.

J. V. M.

## «Leben ist mehr als Wissenschaft»

Diese Worte hat, laut Presseberichten, Herr Prof. Dr. A. Portmann an der Feier der St. Galler Hochschule der festlichen Versammlung zugerufen. Vielleicht hat die Leitung des eben besprochenen Kongresses zur «Verhütung des Alkoholismus» auch in dieser Richtung gedacht, als sie den Teilnehmern die Gelegenheit bot, Einblick in die praktische Arbeit einer bernischen Trinkerheilstätte zu nehmen. Es mag für diese gelehrten Herren von Interesse gewesen sein, zu erfahren, wie weit ihre wissenschaftlichen Erkenntnisse sich in der praktischen Arbeit der Trinkerfürsorge schon auswirken. Und auch wir wenden uns nun der Praxis zu.

Die nachfolgenden Auszüge sind dem Jahresbericht 1962 der «Zürcher Fürsorgestelle für Alkoholgefährdete» entnommen.

Es ist darin zu lesen: Schützlingsbestand 31. Dezember 1962: Männer 1308, Frauen 204 (13,5 Prozent), mit der Ergänzung: «Die Neumeldungen haben gegenüber dem Vorjahr wesentlich zugenommen.»

Weiter: «Die Aufteilung der Neumeldungen nach Altersklassen bestätigte die bereits im letzten Bericht erwähnte Verschiebung nach unten. Die Zahl der Schützlinge unter dreissig Jahren hat gegenüber dem Vorjahr nochmals zugenommen.» (21,9 Prozent sind unter dreissig.)

Dann: «Der Anteil der Frauen ist proportional zu den Neumeldungen nochmals gestiegen. Er beträgt 15,3 Prozent aller Meldungen.» Oder in bezug auf die Abschreibungen: «Die Zahl der Abschreibungsfälle wegen Unentschiedenheit und Unzugänglichkeit ist gegenüber dem Vorjahr wesentlich gestiegen (62 Personen). Gerade diese Tatsache bestätigt, dass es auch uns nicht immer möglich ist, an einen Patienten, der uns wegen Alkoholismus gemeldet wird, heranzukommen. Dies ist sehr bedauerlich, lässt sich aber nur dann einmal ändern, wenn gesetzliche Grundlagen ein früheres Eingreifen ermöglichen.» 25 Schützlinge wurden in Trinkerheilstätten zur Kur eingewiesen, während nur 2 Prozent aller Schützlinge eine Entwöhnungskur mit Antibustabletten in der Poliklinik begannen.

Hier schieben wir einige Sätze ein, die dem Jahresbericht der Heilstätte Elkhon an der Thur entnommen sind; sie lassen uns spüren, in welchem Geiste solche Heilkuren durchgeführt werden. Hausvater Jules Bünzli schreibt:

«Die Tatsache, dass bei vielen Krankheiten eine Heilung des Patienten ohne seine Mitarbeit nicht möglich ist, gilt besonders für die alkoholsüchtigen Schützlinge einer Trinkerheilstätte. Eine solche Mitarbeit ist aber oft nicht leicht zu erreichen, da die Trunksucht neben körperlichen Krankheiten mit den Jahren auch schwere Schädigungen auf seelisch-geistigem Gebiete mit sich bringt.»

«Weil aber eine Entwöhnungskur keine Strafe ist, sind in einer Heilstätte ganz andere Gesichtspunkte weglegend. Die Erfahrung zeigt uns immer wieder, dass eine dauerhafte Heilung dann am sichersten erreicht werden kann, wenn in der ganzen Umorientierung, die der Patient zu erarbeiten hat, auch das zerstörte Verhältnis zum Schöpfer wieder erneuert zu werden vermag.»

«Die landwirtschaftliche Tätigkeit bleibt aber immer noch die Grundlage unserer Arbeitstherapie, obwohl dort nur etwa ein Drittel aller Patienten tätig ist. Die Arbeit an der frischen Luft, der Umgang mit den Tieren und der Einsatz für die Erzeugung lebenswichtiger Nahrungsmittel wirkt sich bei manchen Leuten so segenreich aus, dass ein solcher Betrieb sich von der Heilstätte nicht wegdenken liesse. Ganz wesentlich scheint mir für viele unserer Leute zu sein, dass sie ein inneres Verhältnis zu Tieren gewinnen. Manche Trinker sind für die Anhänglichkeit von Tieren, die sie pflegen dürfen, besonders dankbar.»

Zurück zum Bericht der Zürcher Fürsorgestelle. Neben der Fürsorge nimmt die Abteilung Vorsorge einen immer grösseren Umfang an.

Hören wir, was Vorsteher Bernhard Zwiker, der diese Abteilung betreut, darüber zu berichten hat:

Durch die Geschichte der Schweiz zieht sich ein feiner weisser Faden — unauffällig, aber unzerreissbar, oft nicht aufzufinden, dann wieder sichtbar im hellen Licht der Öffentlichkeit — der Beitrag der Frauen an Geschehen und Gestaltung.

Dr. Marga Bührig

«Das oft gehörte Argument, die heutige Jugend trinke wegen des Sportes weniger, ist nicht mehr stichhaltig. Wenn auch während des Trainings der Alkohol gemieden wird, so wird doch manches sportliche Ereignis reichlich begossen, von den Siegern aus Freude, von den Unterlegenen zum Trost. Trotz der grossen Zahl von alkoholfreien Gaststätten und der vielen Einrichtungen, die man im Laufe der Jahre ganz besonders für den jungen Menschen geschaffen hat, trifft man in Bars und Dancings, aber auch in gewöhnlichen Gaststätten mit Alkoholausschank wieder mehr Jugendliche an als unmittelbar nach Kriegsende. Ist es nur ein Zeichen des Wohlstandes, des guten Verdienstes, oder haben sich neue Sitten eingebürgert? Man darf wohl beides gelten lassen. Mit Recht wird heute gerade im Blick auf den zunehmenden Alkoholismus von Wohlstandgefährdung gesprochen, dem zweifellos auch in ganz besonderem Masse der junge Mensch ausgesetzt ist. Das viele Geld, über das er verfügen kann, die auch an ihn gerichtete Reklame und nicht zuletzt das schlechte Beispiel so vieler Erwachsener bedeuten für ihn eine grosse Gefährdung.»

Gerade diese Tatsache, die allerdings von grossen Bevölkerungskreisen sehr stark bagatellisiert oder rundweg bestritten werden, haben unsere Abteilungs Vorsorge veranlasst, ganz besonders aktive Aufklärungsarbeit zu tun. Dazu haben uns die Neuaufnahmen von jungen Schützlingen geradezu genötigt. Gegen 14 Prozent der uns im Berichtsjahr gemeldeten Männer und Frauen sind noch nicht 25 Jahre alt. Vierzehn davon haben noch nicht einmal das 20. Altersjahr erreicht. Die Trinkstinken, die oft in Kreisen Jugendlicher gepflegt, bzw. den Erwachsenen nachgeahmt werden, zeigen uns immer wieder, wie notwendig es ist, die jungen Menschen aufzuklären.»

Wir werden wohl kaum eine Leserin unseres «Frauenblattes» finden, die Herrn Zwiker nicht zustimmte, wenn er festhält: «... dass die Alkoholnot nicht einfach eine Erscheinung ist, mit der sich der Fürsorger und eventuell noch der Seelsorger befassen muss, sondern dass es sich dabei um ein Problem handelt, dessen Lösung die Mitarbeit aller erfordert.»

Und ebenso geht es uns Frauen ganz besonders an, wenn er schliesst:

Die gesellschaftlichen Trinksitten, die aus gesellschaftlichen Gründen gefördert und propagiert werden, lassen uns nicht zur Ruhe kommen. Die verbenden Einflüsse von Presse, Film, Radio und Literatur bringen immer wieder das Lob des Alkohols zum Ausdruck und helfen leider mit, die Alkoholfrage zu bagatellisieren. Der Wahrheit dürfen wir aber nicht aus dem Wege gehen, und deshalb ist die alkoholgegnerische Aufklärung mehr denn je nötig.

J. V. M.

Adresse der «Zürcher Fürsorgestelle für Alkoholgefährdete», Zürich 4, Militärrstrasse 84, Telefon 2732 98.

## Ortsgruppe Zürich

Vor kurzem wurde unser ältestes Mitglied, Frau Barbara Rüegg, in ihrem 100. Lebensjahr abgerufen. Sie war das einzige noch lebende Mitglied, das 1902 bei der Gründung unserer Ortsgruppe durch Frau Prof. Hedwig Bleuler-Waser mit dabei war. 61 Jahre lang hat sie freudig und fest überzeugt ihr Abstinenzversprechen hochgehalten und auch versucht, andere für eine abstinente und frohe Lebensweise zu gewinnen. Frau Rüegg war keine vom Schicksal verwöhnte Frau. Im Gegenteil! Hart hat es sie angepöckelt. Ihr Mann war alkoholgefährdet. Als verständige Lebensgefährtin trat sie mit ihm ins Blaue Kreuz ein. Ein früher Witwenstand gebot ihr, den Lebensunterhalt für ihre drei Buben und sich selber zu verdienen. Sie führte in Wollshofen eine Wäscherei und Glättere und musste den Tag gar manchesmal durch Nacharbeit verlängern. Aber im urcherlicheren Glauben an Gottes Hilfe und mit grosser Willenskraft gelang es ihr, die drei Buben einen Beruf lernen zu lassen. Als sie mit 70 Jahren die Wäscherei aufgeben musste, da die Waschanstalt Wollshofen rationaler arbeiten konnte, entschloss sich Frau Rüegg, Hauspflegen zu übernehmen und übte noch 10 Jahre diese Tätigkeit aus. Anschliessend trat sie in ein Altersheim ein, wo man von neuem ihre täglichen Hilfeleistungen noch so gern annahm. Treue, langjährige Mitglieder unserer Ortsgruppe besuchten Frau Rüegg dort fleissig und unterhielten so den Kontakt mit ihr und uns. Kurz vor ihrem stillen Tode erhielten wir noch ihren letzten, sauber und fehlerlos geschriebenen Brief, mit welchem sie uns zu einem Bestlich zu sich einlud. Es sollte nicht mehr dazu kommen! Wahrlich, Frau Rüegg gehörte zu denen, die mit dem Psalmist aus ganzem Herzen sprechen konnte: Wenn unser Leben köstlich gewesen ist, ist's Mühe und Arbeit gewesen. I. Rudolf

«Gut essen – gesund essen»

# Das Tischleindeckdich in den Hundstagen

## Lukullische Sommerfreuden

Lukullus war ein braver Mann, ein alter Römer und erst noch gewiegter Feldherr. Zwar gefällt es mir nicht, dass er in Rom Elefanten mit Stieren kämpfen liess, denn Tierkämpfe mag ich nicht, doch seien sie dem Lukullus verziehen. Er wusste es nicht besser, und er brachte uns aus Kleinasien die Kirsche nach Europa, die er Cerasus nannte. Als Feldherr a. D. beschäftigte er sich namentlich mit erlesenem Essen. Schon zu seinen Lebzeiten waren seine Schlemmereien sprichwörtlich, während seine feldherrlichen Taten vergessen waren. Er hatte immer einen Lakaien bei sich stehen, während er tafelte. Der musste ihm sagen, wenn er mit Essen aufhören sollte. Trotzdem ass er zuviel und wurde schwachsinzig.

Wir aber besprechen hier genau das Gegenteil: Wir wollen unsere Tafel neuzettlich in den Sommer umstellen und geistige und körperliche Energien schöpfen.

### Alltag

Nun ist der Sommer auf dem Höhepunkt. Die Sonne brennt, und Cumuluswolken türmen sich am Horizont zu phantastischen Landschaften. Wer jetzt Ferien hat, geniesst das Leben im Freien. Wir anderen aber, die wir trotz Hitze arbeiten müssen, sollen nicht im gewohnten Trab verharren. Wer irgendwie die Möglichkeit hat, verbringt die Mittagspause im Garten- oder Strandbad und wird schön braun und schlank dabei. Denn nicht nur das Schwimmen macht fit, auch das Picknick, das aus Joghurt, viel Früchten und Vollkorn- oder anderen Spezialbrot besteht. Wenn man dann seine Nachmittagsarbeit wieder aufnimmt, dann ist man nicht müde und überfüllt, sondern trotz der Hitze voller Schwung.

Was aber den Badenixen recht ist, das ist der Familie zu Hause billig. Warum denn in aller Welt Fleischsuppe essen, wenn das Thermometer dreissig Grad im Schatten zeigt und ein Gemüsecocktail erfrischend wäre? Warum Bohnen mit Speck hinunterwürgen, wenn man Lust auf eine Salatplatte hätte, die durch Charcuterie das lebenswichtige Eiweiss erhält? Warum in der heissen Küche stehen und Pommes-frites backen, wenn einem fixfertige knusprige Chips zur Verfügung stehen? Warum im alten Trotz wie zu Grossmutterns Zeiten weiterfahren, wenn man doch weiss, dass dieser erstens unzutrefflich, zweitens kostspielig und drittens arbeitsreich ist? Lasst uns darum lustige, richtig hochsommerliche, farbenfrohe Menüs probieren, die wir zum Teil schon am frühen Morgen vorbereiten und im Kühlschrank kaltstellen können.

Der Sommer gibt uns ja sonst allerlei häusliche Mehrarbeit. Konfitüre muss eingekocht, die Gartenhecke geschnitten, der Rasen gemäht, die Ferienzeit vorbereitet oder der Inhalt des Ferienkoffers weggeräumt werden. Doch vielleicht könnte man sich einmal das Konfitürekochen ersparen,

Barmixer dem einen oder anderen Glas einen Zuckerrand geben. Dazu würde ich Ananasstücken, Orangenschnitze, Erd- und Himbeeren sowie rote sterilisierte Kirschen in Eiswürfel eingefroren reichen.

Nahrhafte Getränke sind Flips, denn sie enthalten Eier. Man kann sie mit Rahm, Kondensmilch und Bananen verfeinern. Weise ist es, wenn man die aus der Presse gewonnenen Fruchtsäfte in den Mixer gibt, sie mit Zucker oder Honig süsst und erst nachdem sie zehn Sekunden beigefügt worden sind, Milch, Rahm oder Joghurt beifügt, weil sonst die Masse scheidet. Zu Flips würde ich leichte Biskuits reichen.

Uebrigens: Gastgeberinnen, die wenig Zeit haben, ihre Sommerparty vorzubereiten, können Gemüse- und Fruchtsäfte in Fläschchen und Dosen kaufen.

Auf mein Buffet würde ich zusätzlich noch zange

### Wer hilft uns umstellen?

Ganz so einfach ist es nicht, wenn uns der Spiegel, der Arzt, die Hitze, Tante Bertha oder die eigene, kaum erwachsene Tochter raten, auf neuzeitliche Ernährung umzustellen, nachdem man während Jahren weder Mühe noch Kosten gescheut hat, währschaft und nahrhaft zu kochen. Und jetzt sollte man plötzlich als Anfängerin dastehen?

Ich würde nicht lange grübeln, sondern am Sonntag prompt nicht mehr ins Beizli mit den saftigen Beefsteaks gehen, sondern ins vegetarische Restaurant, wo neuzeitliche Plättli liebevoll und abwechslungsreich angerichtet werden. Ich würde mich auch im Reformhaus umsehen, wo Kruska und andere Getreidespezialitäten, wertvolle Brot-, Vitaminspender, Blutreineigungstees und unschädliche Kaffees zu haben sind, und wo uns geschulte Verkäuferinnen beraten können.

Ich würde ferner unbedingt eine Küchenmachi-



Batterien von Mineralwässern und Obstgetränken aufbauen. Ich würde ferner viele Salate in kleinen Schalen, leckere kalte Fleischplatten und in grüne Salatblätter eingebettete rosige Krebse mit Mayonnaise bereiten. Als Dessert würde ich verschiedene Crèmes, Mousses, Sorbets und Couques bereiten. Die meisten dieser kühlen Leckeren könnte ich tags vor herrichten, so dass ich am grossen Tag wenig mehr zu tun hätte, als mich selber adrett herzurichten.

### Schlankheit gefragt

Wo sind sie hin, die Zeiten, da man von «schönen dicken Frauen» sprach, die Zeiten, wo die Mode gar eine nicht vorhandene Fülle mit Polstern vorzuführen versuchte, und wo die Schlanke als «zu mager» Mauerblümchen spielte?

Zwar gibt es kaum mehr ausgesprochene dicke Frauen, denn niemand lässt es so weit kommen. Doch schon die annehmlichen Molligen stöhnen unter dem paar Kilos Übergewicht. Und der Arzt macht ein strenges Gesicht, denn Rundlichkeit belastet Herz und Kreislauf und strengt Beine und Füsse über Gebühr an. Also weg mit den Polsterchen, die seinerzeit Rubens gefreut hätten, und her mit der Schlankheitsdiät. Wann könnte man sie

ne anschaffen, die mir Rohgemüse zu appetitlichen Salaten raffelt, Säfte auspresst und mixt. Es gibt heute alle möglichen Maschinen von der Universal-Küchenmahl für die grosse Familie bis zur bescheidenen Mixtete und der Handpresse. Und sie sind durchaus erschwinglich.

Ich würde auch eine Grillpfanne oder sogar, wenn ich das Grillen schätzen, einen Garten-Grill anschaffen, womit ich Plättli und Würstli fettarm braten könnte. Dadurch würde meine Küche so raffiniert werden, wie die des alten Lukullus, aber mit dem Unterschied, dass sie weit bekömmlicher wäre.

Cathy

### Tourenproviant: salz- und fettarm

In unserer Zeit, die so viel über Kreislaufstörungen und Gallensteine zu klagen hat, ist es vielleicht nicht abwegig, einen Tourenproviant zu nennen, der kein Salz, wenig Fett und wenig Eier (diese nur in Form von Gebäck) enthält. Butter, Käse, Wurst- oder Schinkenbrote sind ausgeschaltet, denn sie alle enthalten zuviel Fett oder zuviel Salz. Sie werden vollwertig ersetzt durch kaltes Rind- oder Kalbfleisch. Das ist aber teuer, werden Sie sagen. Nun, feine Schnitten von kaltem Rind- oder Kalbfleisch sind auch in nicht allzu grossen Mengen sättigend. Kalbfleisch in Form von Plättli sind schon teuer. Schinken und Salami sind aber

auch nicht billig. Zudem fällt die Schokolade wegen ihres Fettgehaltes bei diesem Proviant ganz weg. Auch eine Erbsenpatisse. Das Fleisch wird nicht für jede Tour gleich gewürzt. Einmal würzt man mit Diätwürstchen ohne Salz (schon fast in jedem Lebensmittelgeschäft erhältlich) ein andermal mit Rosmarin oder mit Salbei. Dazu nehmen wir Tomaten mit, Orangen, Äpfel, Birnen, Dörrfrüchte, Mandeln, Nüsse. Dazu Gebäck, womöglich selbst hergestelltes, damit wir genau wissen, dass wenig oder kein Fett und kein Salz darin enthalten ist. Solcher Tourenproviant ist nicht nur gesund, sondern auch sättigend und erhält leistungsfähig.

Anneliese Villard



indem man die Konfis fertig kauft oder in einer Kühltruhe die Früchte einfriert? Ja, das wäre eigentlich gar nicht so uneben!

### Festlichkeiten

Gastfreundschaft im Sommer, das bedeutet duftige Kleider, viel Blumen, ein Garten oder doch ein Balkon, Lampions, die sanft schaukeln. Sommerliche Gastfreundschaft, dazu gehören Sittchen und Frappés, die ernährungswissenschaftlich gesehen ungesund sind, die aber nichts mit den grässlichen gesunden Dingen gemeinsam haben, die wir in der Jugend schlucken mussten, dem Lebertran beispielsweise oder der kuhwarmen Milch. Nein, das festliche Buffet im Sommer ist mondän. Und weil heutzutage die meisten Gäste motorisiert sind, muss es alkoholfrei sein. Mondäne Drinks kann man nämlich auch ohne Alkohol mixen.

Das kann man von Hand tun, doch mühseliger geht es mit Saftpresse und Mixer. Ich würde die Gemüsesäfte — man kann jedes Frucht-, Wurzel- und Blattgemüse verastern — im Kühlschrank kaltstellen. Ich würde sie in hohen grünen einfachen Gläsern mit roten Trinkhalmen servieren und auf jedes Glas eine Zitronenscheibe setzen. Dazu würde ich Salz und Pfeffer, ferner grüne und dunkle Oliven und gesalzene Mandeln sowie Chips servieren. In Eiswürfel würde ich Petersilienblättchen, Zitronenschnitze und rote Peperoniastreifen einfrieren lassen und sie zu den Gemüsecocktails servieren.

Fruchtsäfte würde ich in grossen Karaffen bereitstellen. Ich würde sie im silbernen Shaker zu Cocktails mixen und sie in flachen Schalen servieren. Gegebenenfalls würde ich wie ein echter

besser beginnen als gerade im Hochsommer, wo der Appetit sowieso klein ist?

Wenn man sich so um zwei bis drei Kilo vermindern muss, darf man auf eigene Faust wirtschaften. Vielleicht ersetzt man täglich eine Mahlzeit mit einem der hochwertigen Schlankheitsdrinks oder -crackers, die je nach Gusto süss oder rezent zu kaufen sind. Mit etwas Salat oder Obst bereichert, kann man abwechslungsreiche Mahlzeiten zusammenstellen und wird auf angenehme Art seine Speckscheitlen los, ohne vor Hunger zu knurren und bössartig zu werden.

Doch wenn man sich um zehn, fünfzehn oder gar zwanzig Kilos erleichtern muss, geht es nicht ohne ärztliche Überwachung. Darum möchten wir hier nicht in den Chor der Schlankheitsdiät-sängerinnen einstimmen und für Fleisch, Käse, Milch- oder Rohkosttage und -wochen plädieren, denn jeder Mensch ist wieder anders und braucht darum eine individuelle Diät. Der Doktor weiss sie.

Doch im Kampf gegen die vorhin erwähnten zwei bis drei Kilos kann man den Magen etwas überlasten und den Hunger zurückstellen. Ein hartgekochtes Ei zum Beispiel ist ziemlich schwer verdaulich. Wer es zum Frühstück geniesst, braucht kein Züni. Zwei Scheibchen Bündner Fleisch oder zwei Rädchen einer fettarmen Wurst zum Züni genossen, bändigen den Hunger und machen nicht dick.

Trinken soll man bei der Hitze, doch nicht zum, sondern vor dem Essen, damit die Flüssigkeit nicht aufschwimmt und unerwünschte Rundlichkeiten schafft. Aber bitte wenn irgend möglich auf den Zucker verzichten. Wie wäre es übrigens mit Seleriasse? Er macht schlank.

## Durststiller

Hunger ist der beste Koch, und hat man Durst, so ist alles gut, was flüssig ist. Ob trockene Früchte wirklich den Durst stillen? Viele schwören darauf. Gewiss ist so eine gedörrte Zwetsche oder Aprikose ein angenehmer «Hilfhalter», hingegen ersetzt sie auf einer Wanderung nicht die Flüssigkeit, die wir durch Schwitzen verloren haben. Ausser den Trockenfrüchten nehmen wir also auch Tomaten, Orangen und Zitronen mit und natürlich Äpfel. Zum Trinken haben wir in der Feldflasche Tee: es gibt eine grosse Auswahl davon: Hagebuttentee, Apfeltee, Pfefferminztee, Lindentee. Auch eine Mischung von Pfefferminztee und Lindentee schmeckt sehr gut.

Jedes von uns hat schon die Erfahrung gemacht, dass ein heisses Getränk ganz grossen Durst sehr gut stillt. Nach einer langen Velotour hat mich einmal ein heisser Schwarztee mit Zitrone so richtig wieder hergestellt. — Andere finden, heisser Milchkaffee sei für durstige und erschöpfte Menschen ein noch besseres «Heil»-mittel.

### Ein paar Rezepte:

#### Zitronenwasser mit Orange

Man reibt 2 Zitronen an Zucker ab. Das Gemisch von Zucker und Zitronensaft löst man in 1 Liter Wasser auf, fügt den Saft von 2 Zitronen und 1 Orange bei.

#### Walderdbeerkranz

Man gibt pro Person einen Esslöffel Walderdbeeren in ein Glas (im Ferienhaus leicht gemacht, sonst tun es auch 4 oder 5 gewöhnliche Erdbeeren), zerdrückt sie ein wenig, gibt etwas Orangensirup darüber und füllt die Gläser mit Wasser oder Mineralwasser auf.

### Hagebuttentee

(Für diejenigen, die nicht die praktischen Teebeutelchen verwenden wollen, die man auch für Hagebuttentee erhält. Zubereitungszeit mit Beutelchen: ein paar Minuten). 25 g Hagebuttenkörner auf 1/4 l laues Wasser geben. Auf kleinem Feuer 1/4 bis 1 Stunde kochen. Mit Zucker und nach Belieben mit kalter Milch servieren.

### Mandelmilch

Pro Person ein Esslöffel Mandelpulver. Langsam unter Umrühren 1 Glas Wasser dazumischen, zuletzt 1 Esslöffel Milch oder Rahm beigegeben. Süssen nach Belieben.

### Mokkamilch

Einen guten Mokka zubereiten, erkalten lassen. Auf 1/2 l Mokka 1/4 l Milch beifügen, mit etwas Staubzucker süssen. Kühl servieren.

### Orangenblütentee

4 Orangenblüten mit 1 Liter kochendem Wasser übergossen. Warm oder kalt servieren. Achtung: nimmt man zuviel Orangenblüten, so wird der Tee leicht bitter.

### Apfelsafts

2 Liter Apfelsaft mit 200 g Zucker oder Rohzucker, 1 Messerspitze Nelkenpulver, etwas Zimtpulver oder 2 Zimtstangen zusammen erhitzen. Das Abgeriebene einer Orange und einer Zitrone sowie den Saft von je 4 Orangen und 4 Zitronen in einen Krug geben. Den erhitzten Saft über geriebene Schalen und Saft geben. Umrühren, abgeben, servieren.

### Punsch aus alkoholfreiem Traubensaft

1 Liter roter Traubensaft, 1/4 Liter Wasser, 200 g Zucker, 1 kleiner Zimtstengel. Alles zusammen ein paar Minuten kochen. Ueber Zitronenscheiben in Gläser giessen. Heil

# Die Frau in der Kunst

Die Bregener Festspiele spielen als Uraufführung Haydns wiedererfundene Oper «Das brennende Haus» mit der bezaubernden Rosl Schwaiger als Bauernmädchen, das von den unbeständigen Kavaliere zu ihrem braven Handwerker zurückfindet. — Ihr Gegenstück ist Helga Dernesch (Stadttheater Bern), die im Spiel auf dem See mit Suppés «Banditenstreiche» ihrem armen Liebhaber treu bleibt und nichts von dem reichen Lelio wissen will: allerdings gefällt ihr der unternehmende Rüberhauptmann Malandrino nicht schlecht. — Bei der zweiten Uraufführung in Bregenz, dem Mysterienspiel «Franziskus von Max Zweig, ist die einzige wesentliche weibliche Rolle die der Clara, der Gründerin des Clarissenordens. Doch ist die Darstellerin (wie übrigens alle Mitwirkenden) nicht zu beurteilen, da das Stück nur gesprochen und gar nicht richtig gespielt wurde.

Bei der Bregener Ausstellung «Barockmalerei am Bodensee» ist Angelica Kaufmann, die in Chur geborene Vorarlberger Malerin, mit mehreren Bildern vertreten, so mit «Amor und Psyche» und «Bacchus und Ariadne». Grossartig und in seiner Weise berühmt ist ihr Porträt von Winkelmann. Die

Galerie Bürdele in Zürich spezialisiert sich auf Bilder der italienischen Maler. Walter Lazzaro, der Meister des Schwiegens, der oft Strand- und Meereslandschaften ausstellt, ist eben ihr Gast gewesen.

Das Kunsthaus Zürich bietet einen Querschnitt durch das Gesamtwerk von Helen Dahm, der 85jährigen. Der Akzent liegt dabei auf den Arbeiten der letzten Jahre.

Die Zürcherin Susanne Kappeler (vom Bühnenstudio) wurde auch für die kommende Spielzeit wieder an das Theater für Vorarlberg engagiert.

Die Frauenärztin Dr. Cécile Munk-Jeller, die gelegentlich in der Basler National-Zeitung über ihre beruflichen Erlebnisse mit Patientinnen spricht, ist mit dem Schiff Theodor Herzl der ZIM-Linie nach Israel gefahren, um über die Reise von Venedig nach Haifa zu berichten und über die interessanten Persönlichkeiten, die ihr dabei begegneten. Sie beabsichtigt, später auch einmal ihre Memoiren unter dem Titel «Die Aerztin und die Mütter» herauszugeben.

## Kurznachrichten

**Vollbesetzte Kirchen wegen weiblicher Pfarrer**  
E. P. D. Vollbesetzte Kirchen in Helsingfors und Abo beweisen die positive Einstellung finnischer Gemeinden zu weiblichen Pastoren, als die schwedische Pastorin Elisabeth Djurle als erste Frau in Finnland an einem der letzten Sonntage predigte. Anschliessend an die Gottesdienste fanden Aussprachen mit finnischen Theologen und interessierten Laien statt.

**Die erste Pfarrerin in St. Gallen**  
In der evangelischen Kirchengemeinde Rapperswil-Jona ist Fräulein Martha Stuber in das neugeschaffene zweite Hauptpfarramt gewählt worden. Sie ist die erste Frau, die nach dem letzten Jahr von der sankt-gallischen Kirchensynode gefassten Beschluss, Theologinnen in allen Rechten und Pflichten den Pfarrern gleichzustellen, ins volle Pfarramt gewählt wurde. Frä. Stuber diente an ihrem Wirkort bereits seit 15 Jahren als Pfarr-...lerin. 685 von 780 eingetragenen Stimmzetteln trugen ihren Namen — eine schöne Vertrauenskundgebung für ihr bisheriges Wirken!

**Frauen als Pfarrer in Graubünden**  
(ag) In Sent im Unterengadin tagte die evangelisch-synodale Synode, die durch die Erfindung von Dekan Pfarrer Dr. Peter Walser (Davos-Platz) ihren Anfang nahm.

Nach eingehender Prüfung und langer Diskussion hiess die Synode mit 55 gegen 11 Stimmen folgenden Antrag betreffend das Frauenpfarramt gut: «Die Synode bejaht grundsätzlich die Zulassung der Theologin zum Bündner Kirchendienst in voller Gleichberechtigung mit dem Theologen und ersucht den evangelischen Grossen Rat (d. h. die evangelischen Mitglieder des bündnerischen Grossen Rates) gemäss Paragraph 14b der kirchlichen Verfassung, die entsprechende verfassungsmässige Regelung zu treffen.»

**Eine Frau präsident die Synode Schaffhausen**  
Am 27. Juni letzten Jahres hat die Synode der Schaffhauser reformierten Landeskirche Fräulein Friedel Walter in Schaffhausen, Direktionssekretärin bei den +GF+ Stahlwerken zu ihrer Präsidentin gewählt.

Es ist dies wohl die erste Präsidentin einer Kirchensynode.

**Zum erstmaligen in der Geschichte der Universität Löwen**  
wurde eine Frau — die 28jährige Holländerin Jacoba Hanenburg, zum Doktor des kanonischen Rechts promoviert. Jacoba Hanenburg hatte bereits den Titel eines Doktors der Rechte an der Universität Groningen.

**Genfer Studentenschaft wählen Präsidentin**  
(ag) Die Studentenschaft der Genfer Universität hat erstmals eine Kandidatin in den Wahlen gewählt. Es handelt sich um Isabelle Wakker, eine Enkelin des verstorbenen Prof. Gottfried Bonenhust.

**Vermächtnis**  
(ag) Die verstorbene Frau Marie Auer-Zopfl, welche in Schwanden (Kt. Glarus) gewohnt hat und im hohen Alter von fast 94 Jahren gestorben ist, hat ein gemeinnützige und wohltätige Institutionen den Betrag von 70 000 Franken vermacht.

## Kurznachrichten aus dem Ausland

**Deutschland:** Zwei Frauen sind an der Spitze der deutschen Eisenindustrie. Die August-Thyssen-Hütte in von Duisburg stehen finanziell unter der Aufsicht der Witwe von August Thyssen, der den riesigen Stahltrust ins Leben rief. Die «Phoenix-Rheinrohr» gehört fast ausschliesslich der Gräfin Zichy, Tochter der Witwe von August Thyssen. Die beiden Riesenunternehmen der deutschen Eisenindustrie haben kürzlich beschlossen, sich in eine einzige Gesellschaft zu verschmelzen.

**Grossbritannien:** Frau Mary Patterson, 28jährig, ist die neue weibliche Landesfunktionärin der Gewerk-

schaft der Transportarbeiter und der Arbeiter im allgemeinen, die 1 300 000 Mitglieder zählt, und Fräulein Helen McLaughlin ist in den Gewerkschaftskongress übergetreten, wo sie sich mit der Koordination der gewerkschaftlichen Erziehung in ganz Grossbritannien befassen wird.

Wie ihre Kollegin, so hat auch Frau Patterson ihre Laufbahn als Angestellte des Transport House, des Zentralzentrums der Gewerkschaft, begonnen. Sie ist diplomierte Soziologin, und trotz ihres jugendlichen Alters hat sie sich immer für Erziehungs- und Verwaltungsfragen interessiert.

**Belgien:** Die Banque Sociale de Belgique hat Frau Pierre Vigny in ihren Verwaltungsrat gewählt.

**Costa Rica:** Einzigartig auf der ganzen Welt ist die Botschaft von Costa Rica: sie besteht lediglich aus Frauen. Zur Botschafterin in London wurde Frau Marie del Carmen Gutierrez Chamberlain ernannt; hernach wurde eine Bevollmächtigte für kulturelle Belange sowie eine Bevollmächtigte für Konsulargeschäfte ernannt. Unsere herzlichen Glückwünsche!

**Holland:** Fräulein B. Siertsema, seit 1960 ordentliche Professorin für Sprachwissenschaft an der Freien Universität in Amsterdam, wurde als ausserordentliche Professorin für afrikanische Philologie, besonders für die Sprachen Westafrikas, an die Staatliche Universität von Leyden berufen. Fräulein Siertsema war zuerst Professorin für Anglistische Phonetik an der Universität von Ibadan (Westnigeria), wo sie Gelegenheit hatte, mehrere afrikanische Sprachen gründlich zu studieren. Gegenwärtig hat sie beide Lehrstellen inne. m. a. l. (Aus dem Französischen übersetzt durch sz.)

## Wohnhilfe für alleinstehende, berufstätige reformierte Frauen

E. P. D. 1966 hat sich in Zürich ein Verein «Wohnhilfe für alleinstehende berufstätige reformierte Frauen» gebildet, der es sich zur Aufgabe macht, in der heutigen Wohnungnot Frauen, die infolge ihres kleinen Einkommens Mühe haben, ein geeignetes Zimmer oder eine Wohnung zu finden, durch Kauf von Häusern oder durch Erstellung von Neubauten zu helfen. 1957 konnte ein älteres gut erhaltenes Dreifamilienhaus erworben werden, das seit dem Umbau von 11 Frauen bewohnt wird. Dieses Haus kann nicht allen Nachfragen dienen. Nun ist dem Verein

BWK — Verbunden mit einer Ausstellung «Lebendige Schule» feierte anfangs Juli in Winterthur die

Weibliche Abteilung der Berufsschule ihr 75jähriges Bestehen, während die als fortschrittlich eingestell und hervorragend geleitete bekannte

Elternschule auf ihr 20jähriges Wirken zurückzusehen kann.

Aus einer kleinen, in zwei Schulzimmer im Schulhaus Altstadt untergebrachten Schule aus dem Jahre 1888 hat sich die heute bestehende

Schule für Erwachsenenbildung mit verschiedenen Unterabteilungen entwickelt. So wohl die als Querschnitt durch die Arbeit dieser Schule im Schulhaus «Wiesental» vielseitig und aufschlussreich gestaltete Ausstellung wie die angesetzten Besuchstage mit der Möglichkeit des Einblicks in den theoretischen und praktischen Unterricht in den Abteilungen der gewerblichen Frauenberufe, der Schule für Verkäuferinnen, in der obligatorischen und freiwilligen Fortbildungsschule, in der hauswirtschaftlichen Jahreskursen, der Elternschule vermochten einen wertvollen Kontakt zwischen der Schule mit ihrer derzeitigen Leiterin, Fräulein M. Keller, den zahlreichen Lehrkräften, den Schullehrinnen und andererseits den Lehrmeistern und Lehrmeisterinnen und den Eltern zu schaffen.

Während 1888 abends während zwei Stunden bei Gasbeleuchtung in weiblichen Arbeiten, Rechnen, Buchführung, deutscher Sprache und Haushaltungskunde unterrichtet wurde, erweiterte sich der Unterricht schon zwei Jahre später auf die Fächer Näflichen, Maschinennähen, Kleidermachen, Weissnähen, Schnittmusterzeichnen, Anfertigung von Kinderkleidern, kaufmännisches Rechnen, doppelte Buchführung, Zeichen, Gesundheitslehre und Französisch. Rasch kamen als neue Fächer Klöppeln, Filetsticken, Rahmenarbeiten hinzu. Koch- und Glütikurse wurden durchgeführt. Um die Jahrhundertwende wurden Italienisch, Englisch, Stenographie und Turnen ins Unterrichtspensum aufgenommen. 1909 wird bereits in den Schulhäusern Altstadt, Geiselweid, St. Georgen, Freie Schule, Technikum und im Elektrizitätswerk sowie im «Liebegut» Un-

terricht erteilt. Neu hinzukommende Kurse: «Abformen» für Damenschneiderinnen, Weissnäherinnen, Arbeits- und Gewerbelehrerinnen, Weiterbildungskurse für Textilverkäuferinnen. 1930 wird das Gesetz über die berufliche Ausbildung erlassen, die Schule heisst fortan «Berufsschule, weibliche Abteilung». Der hauswirtschaftliche Unterricht für Mädchen wird obligatorisch erklärt. Kurse für Haushaltmeisterinnen werden erteilt, häusliche Kranken- und Verwandtenpflege kommt als neues Fach innerhalb der obligatorischen hauswirtschaftlichen Fortbildungsschule hinzu.

1943 wird die Elternschule gegründet und der weiblichen Abteilung der Berufsschule angegliedert. Väter und Mütter aus den verschiedensten Bevölkerungsschichten nehmen an den Kursen teil, die meistens ein halbes Jahr mit anderthalb Stunden pro Woche dauern und Ehe-, Familien- und Erziehungsfragen behandeln. In einem Kurs für Mütter ist es die seit vielen Jahren mit hohem Verständnis erfolgreich wirkende Frau E. Heller, die wir bei einem Schulbesuch kennenlernten, da Mütter (und Grossmütter) über die Beschäftigung und Betreuung der Kinder während den Ferien diskutieren.

1949 wurde das neue Schulhaus «Wiesental» — in prächtiger Lage an der Töstalstrasse — eingeweiht. Heute wird aber auch noch in den Schulhäusern «Blumental», «Schöngrund», «Rosenau» sowie im städtischen Versicherungsgebäude an der Palmstrasse Unterricht erteilt.

Die erste Schulleiterin, von 1896 bis 1920, war Fräulein Kunz. Ihr folgte die hochverdienende Frau S. Bohl-Walcher (1920 bis 1956), die während 36 Jahren in nimmermüdem Einsatz der Schule und damit der beruflichen wie menschlichen Erleichterung der weiblichen Jugend von Winterthur ihre besten Kräfte schenkte, die sich auch heute noch, wann und wo dies nötig ist, in verdankenswerter Weise zur Verfügung stellt. Von 1956 bis 1958 amtierte Fräulein E. Morel als Vorsteherin. Seit 1959 hat die vorher am St. Galler Haushaltungslehrerinnen-Seminar «Sterneracker» wirkende M. Keller, die viel Verständnis und Einfühlungskraft, Organisations talent, fachliches Können und Kontaktbegabung verlangende Leitung der besten Ruf genießenden weiblichen Berufsschule inne, der wir für die nächsten 25 Jahre unsere besten Wünsche für gutes Gedeihen und Erfolg entbieten.

Internationaler Anerkennung fand Prof. Tramer als Verfasser grundlegender psychischer Werke, deren bedeutendstes und bekanntestes sein «Lehrbuch der allgemeinen Kinderpsychiatrie» ist, an dessen vierter Neuauflage er noch bis zu seinem Tode gearbeitet hat. Ebenfalls geachtet und geschätzt wird als Herausgeber der von ihm 1939/44 gegründeten Zeitschrift für Kinderpsychiatrie, die er unter grossen persönlichen Opfern durch alle Fährnisse der Zeiten steuerte.

Als stille, zurückhaltende, unendlich bescheidene Gelehrtenart trat Prof. Tramer zeit lebenslang hinter seinem Werk zurück. Nicht äusserer Ruhm war ihm, sondern die Anerkennung seiner Arbeit, die er in der Schweiz zur weitgehenden Anerkennung ihrer Bedeutung verhalf. Während seines Wirkens als Direktor der «Rosegg» rief er die kinderpsychiatrische Beobachtungsstation «Gottelthaus» im Biberist ins Leben. Bis zu seinem Tode war er zahlreichen Eltern, Lehrern, Kindergärtnerinnen ein stets hilfsbereiter, erfahrener Berater. Insbesondere schuldete ihm die Mütter, deren Nöte mit seelisch leidenschaftlicher und schwieriger Kindern er so gut verstand und denen er den Weg zum richtigen Verhalten gegenüber der gefährdeten Jugend wies, aufrichtigen Dank.

Prof. Moritz Tramer war zweifellos einer der bedeutendsten Pioniere der Kinderpsychiatrie, der er in der Schweiz zur weitgehenden Anerkennung ihrer Bedeutung verhalf. Während seines Wirkens als Direktor der «Rosegg» rief er die kinderpsychiatrische Beobachtungsstation «Gottelthaus» im Biberist ins Leben. Bis zu seinem Tode war er zahlreichen Eltern, Lehrern, Kindergärtnerinnen ein stets hilfsbereiter, erfahrener Berater. Insbesondere schuldete ihm die Mütter, deren Nöte mit seelisch leidenschaftlicher und schwieriger Kindern er so gut verstand und denen er den Weg zum richtigen Verhalten gegenüber der gefährdeten Jugend wies, aufrichtigen Dank.

## Ein Jubiläum

Internationaler Anerkennung fand Prof. Tramer als Verfasser grundlegender psychischer Werke, deren bedeutendstes und bekanntestes sein «Lehrbuch der allgemeinen Kinderpsychiatrie» ist, an dessen vierter Neuauflage er noch bis zu seinem Tode gearbeitet hat. Ebenfalls geachtet und geschätzt wird als Herausgeber der von ihm 1939/44 gegründeten Zeitschrift für Kinderpsychiatrie, die er unter grossen persönlichen Opfern durch alle Fährnisse der Zeiten steuerte.

Als stille, zurückhaltende, unendlich bescheidene Gelehrtenart trat Prof. Tramer zeit lebenslang hinter seinem Werk zurück. Nicht äusserer Ruhm war ihm, sondern die Anerkennung seiner Arbeit, die er in der Schweiz zur weitgehenden Anerkennung ihrer Bedeutung verhalf. Während seines Wirkens als Direktor der «Rosegg» rief er die kinderpsychiatrische Beobachtungsstation «Gottelthaus» im Biberist ins Leben. Bis zu seinem Tode war er zahlreichen Eltern, Lehrern, Kindergärtnerinnen ein stets hilfsbereiter, erfahrener Berater. Insbesondere schuldete ihm die Mütter, deren Nöte mit seelisch leidenschaftlicher und schwieriger Kindern er so gut verstand und denen er den Weg zum richtigen Verhalten gegenüber der gefährdeten Jugend wies, aufrichtigen Dank.

Prof. Moritz Tramer war zweifellos einer der bedeutendsten Pioniere der Kinderpsychiatrie, der er in der Schweiz zur weitgehenden Anerkennung ihrer Bedeutung verhalf. Während seines Wirkens als Direktor der «Rosegg» rief er die kinderpsychiatrische Beobachtungsstation «Gottelthaus» im Biberist ins Leben. Bis zu seinem Tode war er zahlreichen Eltern, Lehrern, Kindergärtnerinnen ein stets hilfsbereiter, erfahrener Berater. Insbesondere schuldete ihm die Mütter, deren Nöte mit seelisch leidenschaftlicher und schwieriger Kindern er so gut verstand und denen er den Weg zum richtigen Verhalten gegenüber der gefährdeten Jugend wies, aufrichtigen Dank.

Internationaler Anerkennung fand Prof. Tramer als Verfasser grundlegender psychischer Werke, deren bedeutendstes und bekanntestes sein «Lehrbuch der allgemeinen Kinderpsychiatrie» ist, an dessen vierter Neuauflage er noch bis zu seinem Tode gearbeitet hat. Ebenfalls geachtet und geschätzt wird als Herausgeber der von ihm 1939/44 gegründeten Zeitschrift für Kinderpsychiatrie, die er unter grossen persönlichen Opfern durch alle Fährnisse der Zeiten steuerte.

Die Berufsfrankenschwester ist so in Anspruch genommen, dass nach Wegen gesucht werden musste, um ihr einen Teil der nicht spezifisch pflegerischen Arbeiten abzunehmen. Spitalheiferinnen und Hilfspflegerinnen in besonderen Fällen sind für solche Hilfsarbeiten auszubilden, das ist eine der Zweckbestimmungen des Ertrages aus dem Verkauf unseres diesjährigen Augustzeitschriften.

dem vielseitigen und profunden Denker, der in einer bedeutenden Veröffentlichung eine von ihm als «Creativismus» bezeichnete «Philosophie des Schöpfertums» entwickelte, wesentlich, sondern Fossion, Erkennen, Helfen. Sein Werk wird bleiben, und wer ihn kannte, wird ihn nicht vergessen. Seiner Gattin, der den Leserinnen des «Schweizer Frauenblattes» wohlbekannten Frau Prof. Franziska Baumgartner-Tramer, die ihm durch ein langes gemeinsames Leben gefährtigt und Mitarbeiterin war, gilt unsere aufrichtige Teilnahme. M. N.

## Säuglingsfürsorge — ein Dienst am jungen Leben

Ja, ist denn heute, wo das dunkle Zeitalter der grossen Säuglingssterblichkeit längst überwunden ist, und für unsere Kleinsten so gut gesorgt wird, Säuglingsfürsorge überhaupt noch nötig, so könnte man fragen. Doch da stehen in langen Reihen die Kinderwagen an einem Beratungsnachmittag vor dem Kirchgemeinde- dem Schul- oder Gemeindehaus irgend eines Dorfes oder einer Stadt unseres Landes. Da werden Säuglinge jeden Alters von stolzen und besorgten Mütter gebracht, der Schwester gezeigt und Anliegen und Fragen vorgebracht. Oder wir sehen angehenden Mütter stehen wieder auf die Schulbank setzen, sich gewissenhaft und eifrig auf ihre neue Aufgabe vorbereiten, voller Freude, das im Kurs Gelernte bald in die Praxis umsetzen zu können. Doch wie ängstlich und unsicher sind sie dann doch noch, die jungen Mütter, wenn sie mit dem winzigen Kleinen aus der Klinik nach Hause kommen und wie gut, dass dann die Schwester bald den ersten Hausbesuch macht, um zu raten und zu beruhigen. Die vielbeschäftigten Bauernmütter, die den oft weiten Weg zur Mütterberatungsstelle nicht machen können, sind froh um den Besuch der Säuglingsfürsorgeschwester und haben sich schon alles zurechtgelegt, was sie mit ihr besprechen wollen. So sind im Laufe der Zeit in der Schweiz 68 Säuglingsfürsorgezentren gegründet worden, die von 98 Säuglingsfürsorgeschwestern betreut werden.

Diese Schwestern haben nach dreijähriger Lehrzeit das Diplom als Wochen-Säuglings- und Kinderschwester erworben und nach praktischer Tätigkeit im Beruf sich in einem von Schweizerischen Verband dipl. Schwestern für Wochen-Säuglings- und Kinderpflege, in Verbindung mit pro Prozentante durchgeführten Kurs, das nötige Rüstzeug für die Fürsorgearbeit erworben. Die Beratung der Mütter, zu der auch das Erteilen von Säuglingspflegekursen gehört, verlangt gutes Einfühlungsvermögen und Aufgeschlossenheit für die sozialen, medizinischen und pädagogischen Fragen unserer Zeit. Deshalb treffen sich die Säuglingsfürsorgeschwestern jedes Jahr im Mai zu einem dreitägigen Fortbildungskurs, der dieses Jahr in Herentstein abgehalten wurde.

Das Programm umfasste Vorträge über Erziehungs- und Entwicklungsschwierigkeiten beim Kleinkind, ferner einen solchen über das neue Strassenverkehrs-gesetz. Als aktuelles Thema im Zeichen der Motorisierung auch der Säuglingsfürsorgeschwestern kam noch ein Abend über Erste Hilfe bei Verkehrsunfällen dazu. Eine Autocarfahrt brachte die etwa 100 Kurs-teilnehmerinnen den schönen, im Frühlingsschmuck der Gärten prägnanten Ufer des Vierwaldstättersees entlang nach Schwyz zu einem Besuch des Bundesbriefarchivs. Der Rundgang, geführt vom Archivar, Herr Dr. Keller, liess so recht die grosse Vergangenheit unseres Landes lebendig werden. Man spürte, was es heisst, einer Freiheit teilhaftig zu sein, die so heiss erkrämpft wurde. R. Sch.

Für Picnic und Touren hat die Firma Zing eine neue praktische Packung assortierter Käsescheiben herausgebracht, die für Käseschnitten, belegte Bröden, Sandwichs warm oder kalt verwendet werden können.

## Ein köstlicher Durstlöcher

Wissen Sie schon, wie fein ein köhler PIONIER-Extrakt-Drink mundet? Und wie rasch er zubereitet ist? Am besten verwenden Sie den praktischen Schüttelbecher. Grundrezept: 2/3 füllen mit Pastmilch und zwei Kaffeelöffel voll PIONIER-Extrakt und etwas Zucker. Thüchtig schütteln, in wenigen Sekunden genussbereit. Varianten:

1. schwarz (Wasser und PIONIER-Extrakt und Zucker); 2. crème (Wasser und PIONIER-Extrakt und Zucker und Kaffeebaum oder Rahm); 3. mit Mandelmilch (Wasser und 2-3 Kaffeelöffel voll Nuxo-Mandelpflanz und PIONIER-Extrakt und Zucker).

Wer gerne prüfend, wird bald viele weitere Möglichkeiten herausfinden. Immer aber gilt: PIONIER-Extrakt-Drinks kosten wenig, können nicht aufregen und dürfen bedenkenlos auch Kindern serviert werden. Sogar Gourmets kommen oft nicht darauf, dass sich in solchen Mix-Drinks überhaupt kein Bohnenkaffee befindet. — Ebenso gut ersetzt PIONIER-Extrakt den Kaffee-Extrakt in Desserts aller Art inkl. Eis. Versuchen Sie's selbst einmal: die Resultate werden Sie überraschen!

## Veranstaltungen

**Freundschaftstreffen**  
der Frauenstimmrechtsvereine Schaffhausen, Winterthur, Zürich-Oberland, Zürich  
Samstag, den 24. August 1963

mit Weidlingsfahrt von Neuhausen bei Egglisau, anschliessend im Gasthaus zur Krone, Egglisau, Kurzreferate und Diskussion über unser

**Aktualitätenprogramm**  
Abfahrt in Zürich HB 12.07, Abfahrt mit Weidling bei der Anlegestelle Schösschen Wörth ca. 13.45 (Dauer ca. 2 1/2 Stunden), Egglisau ab 19.24, Zürich HB an 19.52. Fahrkosten mit Kollektivbillett total Fr. 9.10. Anmeldungen nimmt bis zum 20. August die Sekretärin, Fr. G. Busslinger, Sternenstr. 24, Zürich 2, entgegen.

**Redaktion:**  
Frau Ruth Steinegger, Luzernerstrasse 88, Kriens, Tel. (041) 41 34 10

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

**Dank -Merkur-Rabattmarken**  
**33 1/3% billiger reisen**  
denn für 4 gefüllte Sparkarten = Fr. 4.— erhalten Sie 6 Reisermarken im Werte von Fr. 6.—

**„MERKUR“**  
KAFFEE-SPEZIALGESCHAFT



### Wie Sie frisch und fit bleiben ?

Die moderne Wissenschaft hat klar erkannt: Durch ein natürliches Leben und eine ungekünstelte Ernährung, bei der Butter eine wichtige Rolle spielt, Butter ist so natürlich und reich an physiologisch hochwertigen Stoffen. Übrigens: Fast alle Schlankheitsdiäten erlauben Butter!

Neuzeitliche Ernährung beginnt bei Butter

## Butter ist rein natürlich!

### Ihrer Aufgabe besser gewachsen

sind Sie, wenn Sie täglich 3 gehäufte Esslöffel PIONIER-Reiskeime (in Birchermüesli, Joghurt, Milch, Kompotten oder Suppen) geniessen. PIONIER-Reiskeime gehören zum Kostbarsten, was es gibt. Sie vermögen viele Mängel der Zivilisationskost auszugleichen, da sie eine Reihe von lebenswichtigen Wirkstoffen enthalten, u. a. die Vitamine B<sub>1</sub> und E, organische Mineralstoffe (8,26%/a) sowie hochungesättigte Fettsäuren (aus Keimölgelbheit von 24,70%/a). Wählen Sie als Kraftnahrung PIONIER-Reiskeime: Sie werden bald spüren, wie gut sie Ihnen tut!

## PIONIER Reiskeime



Einmachen leicht gemacht mit Bülacher Einmachglas. Gegen Einsendung von Fr.—50 in Briefmarken erhalten Sie unser praktisches Rezeptbüchlein. Glashütte Bülach AG, Bülach

### ALKOHOLFREIE GASTSTÄTTEN

### Wer nach BERN kommt, geht in die «PERGOLA»

Zum Uebernachten  
Zum Essen, zum Tee,  
Für Sitzungen und  
Zusammenkünfte



Alkoholfreies Hotel-Restaurant  
Belpstrasse 41/43,  
Tel. (031) 45 91 46/47

Mit Tram Nr. 3 nur 5 Min. vom  
Bahnhof, Tramhaltestelle und Park-  
platz vor dem Hause.



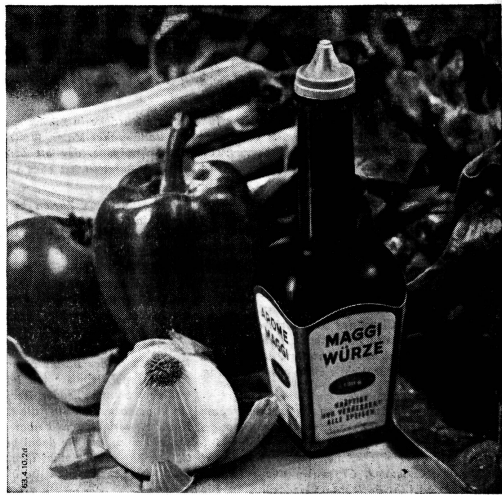
ZÜRICH, Fraumünsterstr. 8, Tel. 25 37 90

Berücksichtigen Sie die Inseraten  
des «Schweizer Frauenblattes»



### Gegen Verstopfung

Midro  
TEE TABLETTEN  
weder kochen  
noch aufbrühen  
Aus bewährten  
Küchert  
seit Jahren bekannt



### Wie macht man einen wirklich guten Salat?

wählen Sie Ihren Lieblingssalat, Ihre Lieblingssauce und... warum ist Maggi Würze so beliebt?

weil sie neuzeitlich und rein pflanzlich würzt. Schon ein paar Tropfen verfeinern Ihre Salate, Suppen, Saucen, Fleischgerichte und alle Speisen!

besser kochen - besser leben mit

## MAGGI

### COMPOSTO LONZA

Dieses bewährte Mittel verwandelt Gartenabfälle, Laub und Torf rasch in ein ausgezeichnetes Humusmaterial. Composto Lonza dient den Rottebakterien, welche die Abfälle zersetzen, als Nahrung; es neutralisiert die entehenden Säuren und fördert die Bildung von gutem Dauerhumus mit krümelnden Eigenschaften.

Abfälle- und Laubkompost. Jede Schicht von etwa 10 cm sofort nach dem Ausbreiten mit ca. 200 g Composto Lonza (ca. 1/2 Konservendbüchse) pro Quadratmeter überpudern. Trockene Abfälle werden vorher angefeuchtet. Kleine Zugaben von Torf erhöhen Gehalt und Wert des Kompostes.

Torfkompost. Einen Ballen Torf zerklüffern, gut wässern und 5 kg Composto Lonza nebst 1/2 Karrette alten Kompostes oder Gärsterde zur Impfung mit Kleinfäulern beimischen. Torfkompost, ein vorzüglicher und zudem preiswerter Humuspender, ist nach 1—2 Monaten gebrauchsfertig.

Lonza AG, Basel

## LONZA

90% aller Einkäufe besorgt die Frau. Mit Inseraten im «Frauenblatt», das in der ganzen Schweiz von Frauen jeden Standes gelesen wird, erreicht der Inserent höchsten Nutzeffekt seiner Reklame

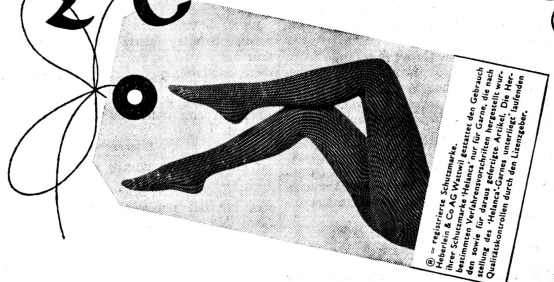
### Hier erhält man etwas

So teilt der Wanderbursche seinen Kollegen an der Hauswand mit, wo er wohlthätige Menschen findet. Auch viele Artikel tragen ein besonderes Zeichen, das Label-Signet. In Label-Firmen geniessen die Betriebsangehörigen die Wohltat gefreuer Arbeitsverhältnisse, also: gute Entlohnung und ein sozial aufgeschlossenes Klima. Es liegt daher auf der Hand — stets Label-Waren!



SCHWEIZERISCHE LABEL-ORGANISATION, BASEL, GERBERGASSE 20

# Helanca



Machen Sie den Fortschritt mit... tragen Sie Strumpfhosen aus 'Helanca'-Garn

Wer auf  
Gesundheit und  
Wohlbefinden  
achtet, trinkt



die feinen, alkoholfreien  
Fruchtsaftgetränke  
mit Schenkenberger-Mineral-  
wasser. Verlangen Sie  
Agis auch in den Gaststätten.

Ein schweizerischer Familienroman, der sich im Glarnerland, in Graubünden und Zürich abspielt — also ein ausgesprochen schweizerisches Werk, in dessen Gestaltung dichterrisch verarbeitet, manche Probleme der Schweizer Frauen verwoben sind.

Betty Knobel:  
«Zwischen den Welten»

229 S. in zweifarbigem, broschiertem  
Umschlag.

Preis Fr. 7.50

Zu bestellen in allen Buchhandlungen und  
beim Verlag «Schweizer Frauenblatt»,  
Technikumstrasse 83, Winterthur.  
Tel. (052) 2 22 52.

Durch  
Inserieren  
zu  
Erfolg!



KARL HUBER ZÜRICH  
Fahrender Teppich- und Matratzen-  
Klopferservice. Telefon (051) 52 55 28

«klopf» vor Ihrem Hause rasch schonend und wirklich  
sauber. Hoteldienste in der ganzen Schweiz.  
Eigene Teppichwäscherei. Motorschutz mit drei-  
jähriger Garantie. Teppichreparaturen.  
Spezialität: Spannteppichreinigung an Ort und Stelle.

### Verdauliches und Unverdauliches für den Boden

In den letzten Jahren wurden in steigendem Masse «Bodenverbesserer» angeboten, deren dauernde Verwendung auf die Fruchtbarkeit des Bodens nicht ohne nachteiligen Einfluss sein kann. Es sind bereits Fälle bekannt, wo wegen solcher Materialien Mangelerscheinungen bei den Pflanzen aufgetreten sind. Keinem vermünftigen Pflanzler oder Gärtner wird es z. B. einfallen, all die vielen Plastik-Becher aus den verschiedenartigsten Kunststoffen, Glas, Papier und dergleichen auf seinen Kompost zu bringen. Dagegen sammelt er

sorgfältig alle Gartenabfälle, Laub, junges Gras des Rasens usw. für seinen Kompost. Unkraut, das voll mit Samen ist, lässt man besser beiseite, noch besser, man entfernt es, bevor Samen gebildet wurden. Richtig wird kompostiert, bei ausreichender Feuchtigkeit (nicht Nässe), genügend Luft (im Kompostrahmen oder silo) und einem bewährten Kompostierungszusatz, wie Composto Lonza, der die Bildung dauerhafter, krümelnder Humusformen fördert, wobei man ein für den Boden bestes Humusmaterial erzielt. Hat man relativ wenig Abfälle, wird immer noch etwas Torf mitkompostiert. In einem mit solchem Kompost angereicherten Boden gedeihen die Pflanzen prächtig.