

**Zeitschrift:** Mir Fraue  
**Band:** 65 (1983)  
**Heft:** 12

**Heft**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.06.2025

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



# mir Fraue Schweizer Frauenblatt

Nr. 12 Dez. 1983

65. Jahrgang

Fr. 3.-

5258





**ABORI, 3122 Kehrsatz**  
(031) 540757



# Ich war nicht in Bern



*lys wie du. Zinn*

## **Vorschau Januar 1984 Schwergewichtsthema «Konsument, König oder Trottel»**

Kassettengespräch mit Prof. Beat A. Roos, neuer Direktor des Bundesamtes für Gesundheitswesen, Bern

Interview mit Nationalrat A. Neukomm: Konsument auf Gesetzesebene  
Report über das Konsumentinnenforum

Kassensturz (eine Redaktorin berichtet)

Der Teufelkreis der Kleinkredite

Die Index-Familie (BIGA)

Budgetberatung heute (Reportage)

Monika Weber informiert über den Stand der Preisüberwacher-Initiative

*Für viele Frauen ist Frauenbewegung und Friedensbewegung deckungsgleich. Und ich glaube mit den Frauen, dass Frieden uns näher liegt als den Männern. Ich bin mit der Schriftstellerin Luise Rinser der Meinung, dass wir zu Anfang einer weltweiten Evolution stehen. Die Zeit des Patriarchats ist am Untergehen. Das Zeitalter der Männerherrschaft mit ihren typischen männlichen Eigenschaften wie Agression, Machtgier, Kriegen läuft aus. Ich glaube auch, dass Gedanken eine ungeheure Kraft sind. Schon rein physikalisch. Und der riesige Ringelreihen von rund 50 000 Menschen, die sich am 5. November an der grossen Friedensdemonstration in Bern zwischen Bundesplatz, Botschaft der Sowjetunion und Botschaft der USA in einem riesigen Ringelreihen die Hände gaben, haben mich beeindruckt.*

*Trotzdem bin ich nicht nach Bern gefahren. Nüchtern stellte ich mir zwei Fragen: Wem nützt die Demonstration? Die Antwort fiel eindeutig aus: Der Sowjetunion! Die andere Frage, was bewirken Friedensdemonstrationen?*

*Zu allen Zeiten wollten die Völker den Frieden. Zu allen Zeiten taten die Mächtigen, was ihnen beliebte.*

*Mich stört auch die Tendenz einiger Friedensbewegten, die lieber rot als tot sein wollen, dass bei ihnen Freiheit an zweiter Stelle hinter Frieden um jeden Preis rangiert. Frauen, die einmal vergewaltigt wurden, wissen, dass davon Schäden an Leib und Seele ein ganzes Leben lang zurückbleiben. Völker, die man durch eine Fremdherrschaft vergewaltigt, erholen sich viele Generationen lang nicht mehr davon.*

*Der Frieden muss hart, Stück um Stück, errungen werden. Das kann man aber nicht, wenn man die Amis von gestern, jene, die uns von einem tausendjährigen Reich bewahrt haben, in Kriegshetzende «ennemis» umfunktioniert. Würde ich die freie Wahl haben zwischen Amerika und der Sowjetunion, würde ich die Fahrkarte nach der USA wählen. Die ersten Cruise Missiles sind kurz vor Redaktionsabschluss in England eingetroffen. Die Stationierung wird beginnen.*

*Denn in der heutigen apokalyptischen Lage gibt es einstweilen nur eine einzige echte Friedenssicherung, nämlich das Wissen darum, dass bei einem Atomkrieg auch der Sieger ein Verlierer sein wird.*



# Inhaltsverzeichnis

66. Jahrgang

Erscheint jeweils Anfang Monat

Verlag Schweizer Frauenblatt  
Börsig AG, Postfach  
8703 Erlenbach ZH  
Tel. 019108016,  
PC 80-3323

Abonnementspreis:  
Schweiz Fr. 38.-, Ausland Fr. 49.-

Redaktion:  
Lys Wiedmer-Zingg  
Postfach 9, 1580 Avanches  
Tel. 037/75 15 91

Redaktionskommission:  
Annette Högger-Hotz, Schweizeri-  
scher Bund abstinenter Frauen; Made-  
leine Kist-Gschwind, Margaret  
Schmid, Schweizerischer Verband der  
Berufs- und Geschäftsfrauen; Irène  
Thomann-Baur, Bund Schweizerischer  
Frauenorganisationen

**Viel günstiger  
ist ein Inserat, wenn es  
mehrmals erscheint.  
Wieviel Sie mit  
Wiederholungsrabatten  
sparen können, weiss**

**Klär Otto  
Tel. 01/8402056**

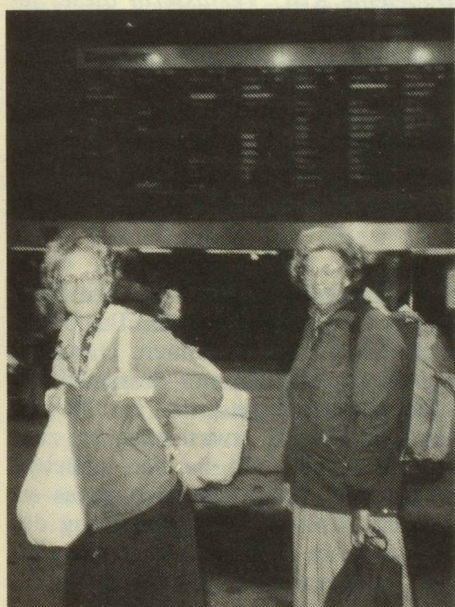
## Titelbild

Der Anregung einer Leserin folgend,  
werden wir in Zukunft an dieser Stelle  
immer auch die genaue Adresse der Ti-  
telblattkünstlerin veröffentlichen.  
Anna Maria Buchmann, die Bildhau-  
erin, die die wunderschön in sich ge-  
schlossene «Familie» schuf, wohnt «in  
Grüne», 6283 Baldegg, Tel. 041/  
88 14 73.

- 1 Editorial: Ich war nicht in Bern**
- 4 Das eiskalte Weihnachtsfest**
- 6 Die neue Dimension**  
Kassettengespräch mit Ursa Krattiger
- 10 Modetips**
- 12 Babylon Hindelbank**
- 17 Mein Vater – der Friedensapostel**
- 20 Tagebuch der politischen Nächstenliebe**
- 22 Der Mensch im Mittelpunkt**
- 24 Ausflugsziele für Sie ausgesucht**
- 27 Sich gesund ernähren**  
Tips und Ratschläge
- 30 Das Wohnheim Monbijou**  
(Schweiz. Bund abstinenter Frauen)
- 32 Gleicher Lohn für gleiche Arbeit**  
(Bund Schweizerischer Frauenorganisationen)
- 33 Berufe des Theaters**
- 34 Geben ist seliger denn nehmen**  
(Verband schweizerischer Hausfrauenvereine)
- 35 Mittel zum Zweck**  
(Schweiz. Verband für Frauenrechte)
- 36 Die Erwachsenenbildung**  
(Schweiz. Verband der Berufs- und Geschäftsfrauen)
- 38 Die Neuen**
- 40 Unser Geschenkratgeber**
- 52 Kosmetiktips und Ratschläge**
- 54 Briefe an die Redaktion**
- 55 Vorweihnachtliches Büchermosaik**
- 60 Frauenszene Schweiz**
- 63 Treffpunkt für Konsumenten**
- 64 Gefahr oder Schutz für den Konsumenten?**



**Die neue Dimension. Ursa Krattiger, die Journalistin und Publizistin, die feministische Theologin, ist unseren Leserinnen und Lesern keine Unbekannte mehr. Die Redaktion hat mit ihr ein intensives Gespräch geführt nach dem Erscheinen ihres neusten Buches «Die perlmutterne Mönchin». Viele Fragen werden darin beantwortet, viele Wege zum eigenständigen Fühlen und Denken aufgezeigt. Seite 6.**



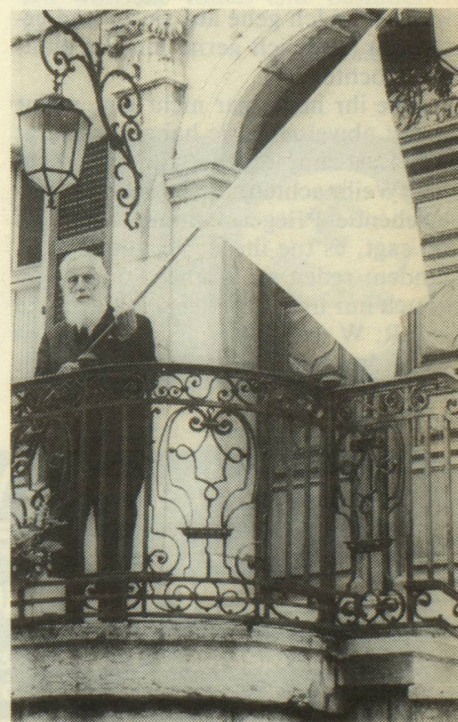
**Tagebuch der Nächstenliebe, nennt sich ein Beitrag über zwei mutige Frauen, die in Pakistan Entwicklungshilfe auf eigene Faust betreiben. Seite 20**

**Hindelbank, die einzige schweizerische Strafanstalt für Frauen, ist ein Babylon. Peter Eggen, der neue Direktor, eine geeignete Frau hat sich für den ausgeschriebenen Posten nicht gemeldet, weiss, dass er im Glashaus sitzt. Aber er und sein Team sind bemüht, mehr Öffentlichkeit herzustellen. Auf Seite 12.**

**Das eiskalte Weihnachtsfest. Weihnachten, das Fest der Liebe ist nicht selten auch das Fest des Egoismus. Die Familie feiert gemeinsam. Wer nicht dazu gehört, bleibt draussen. Für Viele ist Weihnachten darum, Jahr für Jahr, ein Alptraum. Auf Seite 4.**

**Der Friedensapostel Max Daetwyler mit der weissen Fahne, hat zeit seines Lebens den Mächtigen «wüst» gesagt. Er tauchte in Moskau ebenso auf wie vor dem Weissen Haus in Washington, in München, wie in London.**

**Seine Tochter lebt immer noch in Zumikon und gibt in einem schönen Gespräch Auskunft über Ihren Vater. Seite 17.**





# Das eiskalte Weihnachtsfest

*Das Problem «Angst vor Weihnachten» ist Ausgangspunkt der nachfolgenden Berichte. In relativ kurzer Zeit bin ich dadurch mit Menschen in Kontakt gekommen, die ich sonst nie getroffen hätte. Es sind Menschen, denen das Schicksal nicht sehr wohlgesinnt ist. Menschen, mit gleichviel Lebensberechtigung wie wir alle, und doch stehen sie sozusagen einsam und isoliert im Alltag, als wären sie irgendwo in der Wüste zu Hause.*

## Es wäre mir lieber, Weihnachten würde gar nicht existieren

Da ist Frau R. W., 1911 geboren, seit 6 Jahren verwitwet. Sie lebt seit 5½ Jahren im Altersheim. Durch ihre Gehbehinderung kommt sie relativ wenig aus dem Haus. Sie ist eine stille, in sich gekehrte Frau. Unter vielen Leuten fühlt sie sich nicht daheim. Im Altersheim lebt sie ganz gerne. «Wenn auch das Essen nicht so ist, wie wenn es selber gekocht wäre», meint sie fast entschuldigend. Die stark befahrene Strasse, direkt unter ihrem Fenster, stört sie immer mehr. Darum hat sie mit Freunden das Angebot angenommen, in ein ruhiger gelegenes Zimmer wechseln zu können. Die «Züglete», sie steht noch bevor, macht ihr zwar etwas Mühe, doch da alle Zimmer gleich gross sind, werden auch ihre Möbel den gewohnten Platz wiederfinden.

Ich habe Frau R. W. an einem Nachmittag besucht. Ich klopfe an ihre Zimmertür, dabei entdecke ich eine Frau am Fenster im Gang stehen. «Wollen Sie zu mir?» fragt sie, «ich bin R. W.» Ich gehe auf sie zu und erkläre ihr, dass ich gerne mit ihr plaudern möchte.

Es gehe ihr heute gar nicht gut, meint sie fast abweisend, sie habe überhaupt keine Lust zum Reden. Schon gar nicht über Weihnachten. Eine zufällig vorbeigehende Pflegerin muntert sie auf und sagt, es tue ihr sicher gut, mit jemandem reden zu können, und wenn es auch nur übers Wetter sei. Nachdem Frau R. W. erfahren hat, von wem ich ihre Adresse habe, schmilzt das Eis doch ein wenig, und sie bittet mich in ihr Zimmer.

Einen Moment lang habe ich fast den Eindruck, sie fühle sich doch etwas geehrt, dass gerade sie zu diesem Gespräch ausgewählt worden ist.

Über Wetterlage und Anteilnahme an ihrer etwas angeschlagenen Gesundheit finden wir plötzlich den Weg zu einem guten Gespräch. Das Erzählen aus meinem Alltag löst auch ihre Zunge, und sie beginnt von früheren Zeiten, als ihr Mann noch lebte, zu reden. Da die Ehe kinderlos geblieben ist, hat die Zweisamkeit alles für sie bedeutet. Der plötzliche Tod ihres Gatten machte ihr schwer zu schaffen, und noch heute belasten sie viele Fragen, welche leider unbeantwortet bleiben müssen.

Auf Umwegen versuche ich dann doch, das Gespräch auf das eigentliche Thema zu lenken. «Angst vor Weihnachten». Frau R. W. hat wirklich Angst vor dieser Zeit. Der Gedanke daran lastet wie Blei auf ihr, je näher die Zeit rückt. Sie möchte sich überhaupt nicht damit auseinandersetzen. Sie will gar nicht. Es wäre ihr lieber, Weihnachten würde gar nicht existieren.

Frau R. W. erzählt mir von einer Nichte, welche sie gut mag und sie ab und zu besuchen kommt. Ich lenke ein und frage sie, wie sie es sich doch vielleicht vorstellen könnte, Weihnachten zu feiern. Ohne lange zu überlegen, antwortet sie: «Ich würde gerne zu meiner Nichte zum Essen gehen. Aber ich habe immer das Gefühl, ich störe mit meiner Anwesenheit die Familie, auch wenn sie mich einlädt!» – «Vielleicht ist es auch nur eine Idee von mir», meint sie beiläufig, aber an ihrem traurigen Gesichtsausdruck sehe ich, wie sehr es sie beschäftigt. So bleibt Frau R. W. vermutlich auch dieses Jahr an



*Madeleine Kist, Verfasserin dieses leibensechten Beitrages, den sie in den letzten Wochen recherchiert hat, ist verheiratet und Mutter zweier Kinder. In der Geborgenheit der eigenen Familie machen sich die meisten von uns keine Vorstellung, wie eiskalt Weihnachten für andere sein kann.*

Weihnachten lieber im Altersheim. Bis jeweils 20 Uhr bleiben die Bewohner nach dem Essen zusammen. Dann gehen alles in ihr Zimmer. Vielleicht sei dann etwas Interessantes am Fernsehen. Sie schaut etwas verloren zum Fenster hinaus. Ob sie sich vielleicht durch unser Gespräch doch etwas ermuntert fühlt und die Einladung der Nichte dieses Jahr mit weniger negativen Gedanken sogar gerne annimmt?

## Ewig unerwünscht

Herr B. K., 1930 geboren, als zweit-letzt von sieben Kindern in die Welt gestellt. Unerwünscht, wie ihm die Geschwister heute noch vorhalten. An seinen Vater erinnert er sich nur vage, da er gestorben ist, als er neun Jahre alt war. Die Mutter war damals durch die entstandene Situation total überfordert. Herr B. K. hat nur negative Kindheitserinnerungen. Dass er daheim viel und sogar grundlos geschlagen wurde, macht ihm heute noch zu schaffen. Seine Geschwister benutzten ihn als ständigen Sündenbock, so dass

\*\*\*\* hotel   
kurhaus   
schwefelbad 

H. Meier-Weiss  
1711 Schwefelbergbad  
Telefon 031 801811  
Verlangen Sie Auskunft  
und Prospekte!

...das zeitgemässe Therapiezentrum – auch für die Erholung von geistiger und körperlicher Erschöpfung!



er mehr und mehr zum Einzelgänger wurde. Um doch nicht allzu sehr allein zu sein, beginnt er, als er älter wird, reichlich dem Alkohol zuzusprechen. Dies veranlasst seine Geschwister ihn bevormunden zu lassen.

Das Schicksal ist ihm wenigstens diesmal besser gesinnt. Er bekommt einen verständnisvollen Beistand als Lebensstütze. Jetzt wird er erstmals richtig verstanden und kann jederzeit um Rat fragen. Sogar das Trinken hat er vollständig aufgegeben. Es gehe ihm heute eigentlich ganz gut, meint er bei unserem Gespräch. Er suche sich seinen Weg selber, so gut es gehe. Die Frage, wie er es empfinde, wenn er an Weihnachten denke, beantwortet er ganz unbelastet. Weihnachten gebe ihm viel weniger zu schaffen als die abweisende Haltung seiner Geschwister. Diese Situation lastet sehr auf ihm, und das Wissen, dass er heute noch als das unerwünschte Kind abgestempelt wird, stimmt ihn doppelt traurig.

### Weihnachten, das kleinste Problem

Das Gespräch mit C. K. findet in einer ungewöhnlichen Umgebung statt. Einen kurzen Moment muss ich mich neu orientieren, als ich wieder draussen stehe. Soeben hat sich eine Tür hinter mir geschlossen, hinter welcher Menschen leben wie Sie und ich. Oder sind sie doch nicht wie Sie und ich? Was frei sein bedeutet, wird mir wieder einmal so richtig bewusst, währenddem ich durch das Menschengewühl um die Feierabendzeit nach Hause gehe. Das Gespräch mit einem Menschen hinter diesen hohen Mauern, hinter der verschlossenen, verriegelten Tür, hat mich sehr nachdenklich gestimmt.

Seit Monaten hier, hat C. K. gewiss genug Zeit gehabt, eine Standortbestimmung vorzunehmen. Das Ziel, in absehbarer Zeit wieder «draussen» sein zu können, so wie Sie und ich, lässt ihn Hoffnung schöpfen.

Dass unser Thema Angst vor Weihnachten für diesen Menschen einen eher lächerlichen Anstrich haben könnte, wird mir bald einmal bewusst, als wir uns gegenüber sitzen.

Menschen, isoliert von der Aussenwelt, von Angehörigen und Freunden, haben mit ganz anderen Ängsten zu tun.

Angst vor der Zukunft. Angst, wie es mit der Familie weitergeht. Angst um den Arbeitsplatz. Angst, wie die eigene Situation verkraftet werden kann. Angst vor dem Moment, wenn man wieder «frei» sein darf. Man bedenke, es wird ein anderes «Freisein» werden. Durch die Eintragung im Strafregister sind einem solchen Menschen auf Jahre hinaus viele Wege versperrt. Träume, vielleicht wieder im Ausland, z. B. als Entwicklungshelfer, arbeiten zu können, müssen vergessen werden. Der Stempel ist aufgesetzt, und auch bei einer neuen Arbeitssuche ist die Angst vor Entdeckung der vorangegangenen Zeit gross. Der Schatten des Verfolgtseins läuft hinten nach. Ob er je verlassen wird? Dies ist wohl eine Frage einer langen Zeitspanne.

Im Gespräch ist mir klar geworden, dass das Akzeptiertwerden von Mensch zu Mensch, das gegenseitige Verständnis zwischen Insassen und Aufsicht, ein wesentlicher Punkt ist, sich als vollwertige Person fühlen zu können.

Die Gesetze und das Handhaben der Verfahren, ebenso die lange Zeit, in der Ungewissheit leben zu müssen, fördern eher das Ausgliedern statt das Eingliedern in die bestehende Gesellschaft. Der Mangel an geeigneten Leuten, z. B. Sozialarbeiter, ist ein weiterer Punkt. Wie an vielen Orten wird eben auch hier die Finanzbremse stark angezogen. Ich würde meinen, da sei bestimmt am falschen Ort gespart. Wie können Berge von Problemen nur annähernd abgebaut werden, wenn nur gerade zwei Sozialarbeiter für rund 120 Menschen zur Verfügung stehen. Die lange Wartezeit bis zur nächsten Besprechung verhindert total den Aufbau eines Vertrauensverhältnisses. Und was Vertrauen haben zu jemandem bedeuten kann, weiss wohl jeder, besonders noch in einer Situation, in der sich solche Menschen befinden. Aus dieser Tatsache heraus wäre vielleicht vermehrter Besuch von aussen wünschenswert, wobei es zu unterscheiden gilt, ob es sich um ein Untersuchungsgefängnis oder eine Strafanstalt handelt. Bessere Freizeitbeschäftigung und Beschäftigungsmöglichkeiten überhaupt würden helfen, die Einsamkeit und das Gefühl des Isoliertseins besser zu verkraften.

Was immer auch ein Mensch Unrechtes (nach Gesetz) getan haben mag, er bleibt trotz allem unser Mitmensch.

## Anregenden Kaffee – unbeschwert geniessen

Das ist durchaus kein unerfüllbarer Wunsch mehr für viele magenempfindliche Geniesser. Denn es gibt einen Kaffee, bei dem es gelungen ist, viel Bekömmlichkeit mit ebensoviel Geschmack zu verbinden: «Café ONKO S». Gewisse Reizstoffe, die Beschwerden verursachen können, werden CAFE S durch ein Spezialverfahren nachweislich entzogen. Doch das anregende Cofein bleibt erhalten. CAFE S schmeckt besonders herzhaft und aromatisch. Bei CAFE S können viele empfindliche Geniesser Kaffeefreuden wieder entdecken. Er ist sowohl als filterfertig gemahlener Bohnenkaffee, vacuum verpackt, wie auch als gefriergetrockneter Schnellkaffee erhältlich.

### Junge Menschen kennen keine Weihnachtsangst

Sie werden sich nun fragen, wie es denn mit Kindern und Jugendlichen ist? Nach vielen Gesprächen mit Betreuern, Jugendgruppen- und Heimleitern, Fürsorgerinnen und Pfarrern hat sich eines klar herausgestellt:

Kinder sind von der Angst vor Weihnachten nicht direkt betroffen. Jugendliche haben meist keine Angst vor Weihnachten. Das Thema interessiert sie nicht. Sie möchten eher mit Gleichaltrigen und Gleichgesinnten zusammensein und anderes tun, als Weihnachten feiern.

Es ist auch klar geworden, dass Menschen, welche mit irgendwelchen Schwierigkeiten ihr Leben zu meistern suchen, eher Mühe mit der Weihnachtszeit haben, als jene, welche mit beiden Beinen im Alltag stehen.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Zeit.

Madeleine Kist

### Kosmetik-Fachschule



Seriöse Ausbildung zur Fachkosmetikerin resp. Bio-Kosmetikerin in medizinisch-wissenschaftlicher und apparativer Kosmetik.

#### Halbtags- und Abendschule

Halbtagschule je vormittags oder nachmittags.

Diplomabschluss nach 6 Monaten.

#### Institut SEMPER SANUS

8002 Zürich, Lavaterstrasse 44  
(Bahnhof Enge) Telefon 202 76 77

Rheuma  
Arthritis  
Neuralgie  
Migräne  
Erkältungen  
Bandscheiben  
Sportverletzungen



Schmerzfrei – ohne Tabletten – dank

### Tiger-Balsam

mit der belebenden Kraft der Natur!

Tiger-Balsam – besonders empfohlen allen Leserinnen von «mir Fraue»!

als Salbe oder Öl in Apotheken und Drogerien



# Die neue Dimension

## Kassettengespräch mit Ursa Krattiger

**Ursa Krattiger, sie hat sich im Schweizer Frauenblatt vom September 1982 im Beitrag «Das Schimpfen/Lachen/Stöhnen/Freuen einer Frauen-Radio-Frau» selbst vorgestellt, schrieb ein Buch. Für mich das auf- und anregendste Buch, das in den letzten Jahren in der Schweiz eine Frau geschrieben hat. «Die perlmutterne Mönchin», Reise in eine weibliche Spiritualität (Kreuz Verlag), ist ein philosophisches Buch. Doch anstatt trocken, und lehrhaft-theoretisch, schildert Ursa Krattiger in einer autobiographischen Zwischenbilanz ihren Weg aus kleinbürgerlich-kirchlichem Milieu zum Feminismus und zu einer eigenständigen geistigen Haltung. Im Klapptext steht: «Alles lief auf eine klassische «Gottesvergiftung» hinaus, doch dreimal stellten sich mir Frauen heilend in den Weg und wendeten das Blatt.»**

**Ursa Krattiger wohnt an der Birmanngasse in Basel, in einem jener alten Häuser, in welchen Komfort klein und Gemütlichkeit grossgeschrieben wird. Um die Badewanne mit Wasser zu füllen, braucht es gut und gern eine Dreiviertelstunde, so langsam tröpfelt es aus den Hähnen.**

**Alle meine Fragen habe ich bei der Wiedergabe dieses Gespräches weggelassen, um den Fluss der Überlegungen und Vorstellungen, die Ursa entwickelt, möglichst ungestört hier wiederzugeben.**

### «Gott hat nicht nur starke Söhne» (Catharine J. M. Halkes)

Alles hat angefangen während eines europäischen UNO-Seminars über die Veränderung der Rollen von Frau und Mann. Im Rahmen dieses Seminars gab es ein Begleitprogramm. Dort war u.a. auch der Vortrag einer katholischen Theologin von der Universität Nijmegen angekündigt. Sie arbeitete dort an einem Forschungsprojekt über Feminismus und Christentum.

Die Begegnung zwischen Catharine J. M. (Tine) Halkes und mir wurde gegenseitig zu einem beeindruckenden Erlebnis. Ihr Referat bedeutete für mich die grosse Erleuchtung, in welchem einerseits meine frauenrechtlichen Überlegungen und meine religiös-weltanschaulichen Ideen zusammenströmten. Es war eine ganz grosse Erleuchtung und Freude zugleich.

Ich kam von Groningen nach Hause und wusste, ich wollte an diesem Thema arbeiten. Und zwar nicht allein. Ich wollte alle Bücher lesen, die es zu diesem Thema bereits gab, und ich wollte mit anderen Frauen zusammenarbeiten.

### Arbeitsgruppe «Feministische Theologie»

Ich nahm Kontakt auf mit anderen Frauen. Und wir gründeten 1977 die Arbeitsgruppe «Feministische Theologie», die sich anfangs bescheiden Lesezirkel nannte.

Im Plenum und in Untergruppen lasen und diskutierten wir intensiv u. a. Mary Dalys Buch «Jenseits von Gott Vater & Co.» in der Originalfassung

«Beyond God the Father». Eine deutsche Übersetzung gab es damals noch nicht.

Wir knieten uns unheimlich in diese Arbeit hinein. Sie hat uns viel gegeben. Das Buch stellte unsere alte geistige Welt, unsere bisherigen religiösen Weltbilder in Frage. Das hat uns «ghudlet» und tief «geschüttelt».

### Wir brauchten einen herrschaftsfreien Raum

Es überkam uns das grosse Staunen: Wir waren bis jetzt in dieser Kirche nie ein Subjekt. Wir hatten nichts zu sagen. Es wurde immer nur über uns geredet und über uns verfügt über unsere Köpfe hinweg. Wir Frauen hatten das Bedürfnis, uns in einem geschützten Raum zusammenzusetzen, so dass wir uns nicht schon beim ersten Pieps gegen Männer, die sowieso alles besser wissen, zu verteidigen brauchten. Wir mussten das Gefühl erst entwickeln, uns selber etwas zuzutrauen, wir mussten uns austauschen lernen in einem herrschaftsfreien Raum. Wenn wir unsere eigene Arbeit machen, einfach drangehen, dann kann das auch nach aussen ausstrahlen, Männer anregen, sich ihre eigenen Gedanken zu machen. Aber die Arbeit, dass wir selber dran müssen, dass wir unseren eigenen geistigen Weg gehen müssen, die nimmt uns niemand ab.

### Der Weg zum Buch

1979 hatte ich das Bedürfnis aufzuschreiben, was sich in mir alles verändert hatte, denn die feministische

Theologie löste unheimlich viel in mir aus. Ich zeigte meine ersten Notizen zwei Frauen. Dabei wurde ich überwältigt vom Gefühl: «Das kannst du noch nicht veröffentlichen. Das sind ja erst die ersten Schritte. Da kommt noch viel mehr nach.» Meine Nähefreundin riet mir damals: «Gehorche doch in Gottes Namen diesem Gefühl.»

Zum erstenmal in meinem Leben ermunterte mich ein Mensch, nicht meinem Verstand, sondern meinem Gefühl zu gehorchen.

Nach etwa zwei Jahren ging ich über Palmsonntag zu den Ingebohlschwestern. Es war eine sehr stille Zeit. Und plötzlich stand das Konzept für das Buch, die Grobeinteilung, der Aufbau, der Gedankengang. Intellekt und Lebenserfahrung waren in der Zwischenzeit wie nachgewachsen. Das, was ich 1979 kommen spürte, war eingetreten. Nun war die Zeit reif, die «Perlmutterne Mönchin» zu schreiben. Im Sommer 1981 schrieb ich in einem elfwöchigen Urlaub die Rohschrift nieder. Diese habe ich noch zweimal überarbeitet, und 1983 kam das Buch dann heraus.

### Es gibt keine Erkenntnis ohne erkennendes Subjekt

An der Vernissage meines Buches erlebte ich so etwas wie eine Geburt und die entsprechenden Ängste: Jetzt kommt es heraus!

Eine Freundin rief mich nachher an: Stehst du jetzt nicht «blutt» in der Welt? Ich wusste, dass ich nicht nur interessierte und wohlwollende Leser/innen finden würde, sondern neben den Gleichgültigen auch Menschen, die vielleicht lieblos und boshaft mit dem



Buch und seinem Inhalt umgehen würden. Aber dieses Risiko, diese Gefahr muss ich auf mich nehmen, wenn ich etwas mit-teilen, etwas mit anderen teilen will. Wenn ich etwas von mir hergebe, um es mit denen zu teilen, die vielleicht etwas davon haben, dann setze ich das Buch aus – allem, allen möglichen Reaktionen. Das eine geht nicht ohne das andere. In diesem Sinne ist Kommunikation auch Kommunion.

Ich bin der Meinung, es gibt nur subjektive Aussagen: ich sehe es so; ich empfinde es so, für mich ist es so. Das Subjekt, das das sagt, ist immer Subjekt in einer gewissen Zeit, in einer gewissen sozio-ökonomischen Situation, in einer bestimmten Zeitspanne seiner eigenen Biographie.

Das ist in erkenntnistheoretischem Sinn ein ganz bewusster «Singular modestatis», also der Bescheidenheit, und nicht «maiestatis», «Ich bin so toll, ich habe recht, hört alle auf mich», sondern ein einfaches «Ich sehe es so; ich meine, dass ich etwas zu sagen habe, aber es ist nicht mehr als die Frucht meiner bisherigen Suche – meine Meinung und Überzeugung: nicht mehr und nicht weniger».

Denn es gibt keine Erkenntnis ohne ein erkennendes Subjekt. Man weiss gültig aus den neuesten Naturwissenschaften, man weiss es eigentlich seit Einsteins Relativitätstheorie, dass es keine gültige Aussage gibt, die auszudrücken vermag, wie die Wirklichkeit wirklich ist. Wir leben in Deutungen, in Weltbildern (das habe ich vom Psychologen und Wissenschaftstheoretiker Paul Watzlawick gelernt), und das gilt sogar für die Naturwissenschaften. In der modernen Physik löst sich uns die Materie buchstäblich unter den Händen auf – die Quantenmechanik lehrt uns, dass die subatomaren Teilchen gleichzeitig Welle und Partikel sind – was wir beobachten, hängt allein von der Art unserer Versuche, unserer Beobachtung ab – ist subjektiv an den/die Betrachter/in gebunden und nicht objektiv vorzufinden. Der Glaube an die objektive Wissenschaft ist eine Männerphantasie. Wir werden da in allen Wis-



senschaften umdenken müssen. Auch auf dem Gebiet der Religion.

Mir ist wichtig, mit meinem Buch Frauen zu ermutigen, an ihren eigenen Weg, an ihr eigenes Wachstum zu denken. Das mag vielleicht unbequem, ja gefährlich und schmerzlich sein. Aber es lohnt sich. Ich kann in meinem Buch kein Ziel anbieten, sondern nur meine eigenen Erfahrungen und meine eigenen Wege.

Aber auch mir selber hat das Schreiben des Buches viel gebracht. Das Schönste, was man zu diesem Prozess schreiben kann, hat Eugen Rosenstock-Hussy bereits zum Ausdruck gebracht:

«Ein Buch, das die Frucht gelebten Lebens ist, trennt den Menschen, der es schreibt, von der Lebensperiode, in der es wuchs.

Früchte machen stets Epoche, weil ihre Ernte den Kreis der Jahreszeiten beschliesst.

Die Herbstzeit macht das ganze vorhergehende Jahr unwiederbringlich.»

Reaktionen meiner Leser/innen beweisen, dass diese Botschaft verstanden wird.

### **Mystiker hatten eine Ich-Beziehung zu Gott**

Mystiker hatten in allen Religionen eine persönliche, eine direkte Beziehung zur Gottheit. Die mystische Tradition ist aber immer wieder verachtet und belächelt, auch missverstanden worden. Die Mystiker lebten eine Beziehung zur Gottheit ohne Mittler, ohne Hierarchie, ohne Lehr- und Institutionsgebäude; die Kirche mit ihren Dogmen, die auf alles und jedes eine Antwort wissen, waren ihnen nicht so wichtig.

Das ist eine sehr andere Grundhaltung Gott gegenüber, welche die Menschen

Gediegenes, kleines  
**PRIVAT-ALTERS- UND PFLEGEHEIM**

kann

**PENSIONÄR(IN)  
evtl. Ehepaar**

aufnehmen.

Sehr schöne Lage mit Sicht auf See.

Telefon (01) 9400445



**HOTEL  
SEGNES & POST**

**7018 FLIMS-  
WALDHAUS**

Ältestes und berühmtes Haus am Ort mit Tradition. Erstklassige Küche, gemütliche Atmosphäre.

Tel. 081 / 39 12 81

A. Klainguti



gott-unmittelbarer macht, als das sonst in der Kirche üblich und erwünscht ist, weil sie ja primär daran interessiert ist, ein Lehrgebäude aufzustellen, in welchem Gebote und Verbote gelehrt werden, und die auf jeden Fall auch ein Machtapparat ist.

## Reste von weiblichen Gottesbildern

In Amerika wird versucht, die Bibel «umzuschreiben». Man ersetzt den Begriff «Sohn» Gottes mit «Kind» Gottes. Man nimmt Bezug auf weibliche Gottheiten. Es heisst öfters «sie und er» anstatt nur «er».

Aber hier heisst es aufpassen. Man darf das historische Gesicht der Bibel nicht entstellen. Mit sprachlichen Retuschen ist es nicht getan.

Zwar ist es schon so, dass wir im Alten Testament Reste und Spuren weiblicher Gottesbilder auffinden können. Aber das Alte Testament ist über weite Strecken der Kampf eines patriarchalischen Gottes gegen die früheren kanaanitischen Göttinnen, die endgültig entmachtet werden sollten – das kommt sogar in der Sündenfallgeschichte zum Ausdruck, denn die Schlange, die Eva verführt und die nachher verflucht wird, ist ein uraltes Göttin-Symbol. Verräterisch sind auch die Klagen der Propheten über die Israeliten (oder waren es vor allem die Israelitinnen?), die rückfällig werden und die Himmelskönigin (den Mond als Göttin-Symbol) anbeten und ihr Kuchen in ihrer Gestalt (Möndlein, Gipfeli?) backen. Wir kommen nicht drum herum: in der Bibel ist eindeutig eine patriarchale Tradition fortgeschrieben. Man hat inzwischen zwar durch Forschung nachgewiesen, dass Jesus – die zentrale Gestalt des Neuen Testaments – die Tradition der Frau

Weisheit aus dem Alten Testament übernimmt – und z.T. mit den gleichen sprachlichen Metaphern dargestellt wird wie sie. Aber: Was immer Jesus gesagt, gedacht und getan haben mag, nachher lief es 2000 Jahre lang patriarchalisch weiter. Die Wirkungsgeschichte war eben eine andere – die neuen Ansätze, die Jesus gerade im Umgang mit Frauen gezeigt hat, wurden von seinen männlichen Jüngern nicht aufgenommen und weitergeführt. Wenn ursprünglich zwei Tendenzen da waren, eine patriarchalische und eine antipatriarchalische, so wurde doch lediglich die patriarchalische aufgenommen und verstärkt. Es ist die Tragik einer Entwicklung, die gar nicht so hätte laufen müssen.

## Arbeiten an einer neuen Weltanschauung

Als ich Tines Halkes begegnete, habe ich mich zum ersten Mal in meinem Leben getraut zu sagen: ich möchte etwas, weil ich Lust habe, es zu tun. Ich möchte feministische Theologie studieren, weil mich das interessiert. Es ist nicht nötig für mich, dieses Interesse und Engagement damit zu legitimieren, dass sich die Welt dadurch schnell und radikal verändert – auch wenn ich tief überzeugt bin, dass die Arbeit an einem neuen Weltbild – und zwar eben auch an seinen religiösen/spirituellen Implikationen – auf die Dauer kulturelle und politische Auswirkungen hat. Das Arbeiten an Weltanschauungen, an Gottesbildern, an feministischer Theologie, an einem anderen Wertsystem ist eine langfristige Entwicklungsgeschichte. Die feministische Theologie kann nicht sofort eine neue Weltsicht «hinblättern» und sie muss es auch nicht.

Aber Frauen, die innerhalb und ausserhalb der Kirche das innere Bedürfnis haben, in dieser Richtung zu arbeiten, müssen es tun, und zwar auch ohne Aussicht auf baldigen, grossen Erfolg. Das geistige Erdbeben strahlt aus.

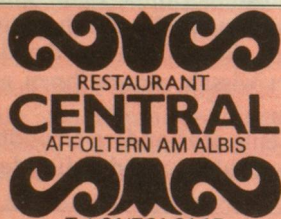
Wenn heute von einem Papst wieder Einschränkungen und Verengungen ausgehen, dann sagen Frauen: «nein, so sehen wir das nicht, so ist das nicht mehr.» Katholische Frauen schreiben offen von neuem Kirchen-(Un)recht. Amerikanische Nonnen protestieren lauthals. Es gibt eine umfassende Fachliteratur zur feministischen Theologie, zur Göttinnenbewegung, zur matriarchalischen Spiritualität. Das alles wäre vor zehn Jahren noch kaum denkbar gewesen.

**Inserate im  
SCHWEIZER FRAUENBLATT**  
**Klär Otto**  
**Tel. 01/8402056**

## Frauenfreundschaften machen stark

Frauenfreundschaften sind für mich unendlich wichtig seit etwa zehn Jahren, und sie werden es mein ganzes Leben über bleiben.

Ich lebe in einem internationalen Netz, das sich über ganz Europa erstreckt. Es wird für mich dadurch ein Seelenleben und ein praktisches Leben möglich, wie ich es mir als junges Mädchen überhaupt nicht habe vorstellen können. Das macht stark. Ich glaube, dass das letztlich auch die Beziehungen zu Männern verbessert. Wir Frauen sind weniger auf sie fixiert, erwarten nicht mehr so viel von ihnen (der Mann muss uns nicht mehr «alles» sein), sind geistig, sozial und emotional weniger von ihnen abhängig. Wir sind auch «genährt» von unseren Beziehungen zu Frauen. Wenn der Mann für die Frau tendenziell weniger wichtig wird (nicht unwichtig), dann haben wir es vielleicht leichter mit ihm (und er mit uns). Wir müssen heute in der Frauenbewegung aber auch lernen, mit den Unterschieden und Differenzen unter uns Frauen auszukommen. Nach dem Überschwang von «sisterhood» und Solidarität und dem überwältigenden Erlebnis gemeinsamer Betroffenheit wird es jetzt Zeit, unterschiedlichen Meinungen und Ansichten Raum zu geben, sich auch wieder auf die eigene individuelle Ausprägung zu besinnen. Ein neues Buch heisst «Schwesternstreit». Ich muss es wagen, in meiner feministischen Gruppe zu sagen, dass es mir nicht mehr primär um Reformen innerhalb der christlichen Theologie und Kirche geht, sondern um meine eigene Grundhaltung, um die Entwick-



Tel. 01/761 61 15

**SYLVESTER**

Diner:

Entrée mit grossem kaltem Buffet

\*\*\*

Consommée Crystal im Feuertopf

\*\*\*

Les Filets St. Sylvestre  
Les sauces «fin bec» Choix de légumes  
Pommes parisiennes

\*\*\*

Dessert-Buffet «Merveille»  
Friandises

\*\*\*

Mitternachts Champagner  
Musik und Glückssäuli

\*\*\*

Fr. 55.- / Kinder Fr. 27.-

jetzt und im Januar  
«Menu fédéral»



## Klassische Massage

Gestalten Sie Ihre Zukunft!

Aktivieren Sie freiberufliche Ziele!

Ein erster Schritt zur Verwirklichung  
ist eine Ausbildung in **Massage**.

Tages-, Abend- und Ferienkurse.



Diplomabschluss.  
Weiterbildung.  
Schulleitung:  
Frau V. Eggenberger.  
Tel. 01/715 37 45

Ich wünsche Gratis-Dokumentation:

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

Plz/Ort: \_\_\_\_\_

**danja Seminar Zürich-Enge**  
**Stockenstr. 121, 8802 Kilchberg**



lung einer Spiritualität, die Heide Göttner-Abendroth etwa als «matriarchal» bezeichnen würde. Für einige mag das beinahe anstössig sein, aber ich verlange von ihnen die Toleranz, die ich auch ihnen einräume. Ich darf mich auch von einer Gruppe oder Bewegung nicht dazu verführen lassen, auf mein eigenes Denken, meinen eigenen Weg zu verzichten.

## Vernetzung

Nachdem ich mein Buch fertig geschrieben hatte, fand ich in Marilyn Fergusons Buch «Die sanfte Verschwörung» ein Kapitel über Religion, das mich erstaunt und bestätigt hat. Sie beschreibt, wie sich auf verschiedenen Gebieten ein Wandel des Weltbildes vollzieht: in der Medizin und Psychologie, in der Pädagogik und in den zwischenmenschlichen Beziehungen, in Wissenschaft und Religion. Sie bezeichnet die neue Religiosität als eine Suche nach der Quelle. Menschen wollen heute wieder selber, unmittelbarer den Zugang zur Quelle suchen, sich an die Quelle anschliessen. Darum geht es ihnen eher um eine persönliche spirituelle Praxis – Frömmigkeit, Glaubensleben hat man das früher genannt – als um Theologie als Lehrgebäude.

Ferguson schildert eher theoretisch, was ich selber erlebt habe – mein Buch ist eine Fallstudie zu dem, was sie als Bewegung beschreibt.

Eine ähnliche Verwandtschaft spüre ich auch zu Fritjof Capras «Wendezeit». Mit dem Feminismus verbindet ihn die Suche, die Sehnsucht und das Bemühen um Ganzheit, ein «holistisches»/ganzheitliches Denken.

## Religion ist nicht nur Kopf und Geist

Ganzheit auf dem Gebiet der Religion bedeutet für mich Einbeziehen des Körpers, der Sinne, der Gefühle. Religion darf nicht nur Kopf, nicht bloss Denken sein. In der Bibel, noch mehr als in der Theologie, ist der Mann immer wieder mit dem Geist gleichgesetzt worden. Dadurch ist er auch näher bei Gott, ist selber «Abglanz Gottes».

Die Frau wird reduziert auf den Körper und die Sexualität, sie ist nicht viel mehr als für die Fortpflanzung da, sie ist wegen ihrer Sexualität die Verführerin, Eva, die Adam verführt und damit Schuld und Tod in die Welt gebracht hat. Sie ist bloss «Abglanz des Mannes». Erotik, Sexualität, Sinnlichkeit, Leiblichkeit mit der Frau sind ganz aus der Religion verdrängt und «ausgeblendet» worden – zum Schaden von Frauen und Männern und unserer ganzen Kultur, auch zum Jammer der Natur.

Es ist immer noch beinahe blasphemisch, Erotik und Sexualität als etwas



Numinoses (Göttliches) zu erleben und zu preisen, diese Ur-Lebenskräfte als Quelle des Seins zu loben. Es ist kein Zufall, dass Tines Halkes auf dem Gebiet «Sexualität – Sakralität – Sakramentalität» weiter forschen und arbeiten will. Hier muss etwas wieder ganz und heil werden, das in unserer Kultur auseinander gerissen wurde.

## Meine eigene spirituelle Frömmigkeit

Ich bin in christlicher Tradition gross geworden. Aber sie existiert für mich heute nur noch am Rand. Ich lebe meine Spiritualität in meiner Beziehung zur Natur, zum Kosmos, zu den schöpferischen Kräften. Ich habe das tiefe Gefühl von Verbundenheit mit einer Urkraft, die Mary Daly «Die Kraft des Seins» (the power of being) nennt.

Es ist eine Kraft des Seins, die nicht mehr aufgeht im Christentum. Das ist für mich etwas viel Umfassenderes, Tieferes, Tragenderes. Schoss des Seins. Urgrund aller Dinge. Ich erlebe mich als Geschöpf dieses Kosmos. Es ist eine Erleichterung, dass ich diese Kraft nicht mehr in der Sprache meiner Kindheitsreligion anzurufen brauche,

*Durch die Begegnung mit der feministischen Theologie fiel Ursa Krattiger heraus aus den Zusammenhängen, die Erziehung, Studium und Leben um sie her aufgebaut hatten.*

*«Die perlmutterne Mönchin» (Kreuz-Verlag), legt Zeugnis ab von einer tiefen, geistigen Unabhängigkeit.*

denn diese ist für mich zu abgegriffen, so matt und stumpf, zu negativ besetzt durch patriarchalische Tradition.

In einem Vortrag über matriachale Religion sagte Heide Göttner-Abendroth («Die Göttin und ihr Heros», «Die tanzende Göttin»):

Die Göttin belohnt nicht und bestraft nicht. Sie vollzieht die ewigen Gesetze des Lebens.

Das hat mich tief beeindruckt. Die «Seinskraft» ist nicht belohnende/r und bestrafende/r Mama/Papa, sie ist das Leben, das sich vollzieht und das uns konfrontiert mit den Konsequenzen dessen, was wir tun und lassen. Wenn wir Menschen die Natur übernutzen, dann haben wir halt mit Umweltkatastrophen zu rechnen. Wenn wir Menschen uns hinter Atomraketen gegenseitig einigeln, dann bereiten wir uns vielleicht den eigenen Untergang vor oder zu. Wir sind – als Kollektiv und als einzelne – für alles was wir tun und lassen verantwortlich und haben die Konsequenzen zu tragen.

Wir können es uns weder als Kollektiv noch als einzelne leisten, gegen die Lebensgesetze zu leben – wir müssen lernen, im Einklang mit ihnen zu leben, zu wirken, zu arbeiten, zu produzieren.

Ich fühlte mich noch nie so verantwortlich für mich und meine Mitwirkung am Kollektiv. Ich fühlte mich noch nie der Schöpfung so nah verbunden, so sehr Teil von ihr, eingebunden – und noch nie so voll Liebe für die Natur, das Leben und seine namenlosen, unnennbaren Quelle.



# Mode-Tips

## Gute Brillen setzen Akzente



(Foto: von Hoff AG, 8049 Zürich)

Dass Skimode nicht immer teuer sein muss, möchten wir Ihnen mit diesem Bild beweisen. Topmodisch und als ein Riesenhit darf man diese Modelle wohl bezeichnen. Wir haben sie im Schild-Modehaus gefunden. Die Dame trägt einen äusserst sportlichen Skioverall, kombiniert mit einem Gilet aus Ballonseide, und zusammen kostet das nur Fr. 189.-. Der Herr trägt eine Skijacke mit austrennbaren Ärmeln und versenkbarer Kapuze für 119.-. Die TS\*\*\*-Skihose mit hohem Bund kostet Fr. 129.-.



## Ich bin mollig, ich gehe zu Lady L ...

... weil ich dort mit Sicherheit die Mode in meiner Grösse finde, in bewährter Passform, die meine Erscheinung vorteilhaft betont. Auch Morgenröcke bis Grösse 56.



Ihr Modegeschäft  
für Grössen 42-56  
Limmatquai 116, 8001 Zürich  
Tel. (01) 252 06 43  
Haus Konditorei Kleiner



Eine Geschenkidee besonderer Art zeigen wir Ihnen hier aus dem Schild-Modehaus mit diesen drei wunderschönen Pullovern. Nur schade, dass wir's nicht in Farbe zeigen können. Geometrische Farbkompositionen und weite, tiefeingesetzte Fledermausärmel stehen hoch im Kurs, natürlich in flauschiger Mohairwolle.

Mode SCHILD -

Mode zum Mitmachen

## Prêt à porter et Lingerie de luxe

Tailles 36 - 46



ἀφροδίτη

## APHRODITE

BALE  
9, Dufourstrasse  
Tél. 061 / 23 56 56

GENEVE  
16, Corratierie  
Tél. 022 / 28 35 35

ZURICH  
7, Bahnhofplatz  
Tél. 01 / 221 19 19

Prix raisonnables



# DAS IDEALE GESCHENK

## Ein Geschenkabonnement des «Schweizer Frauenblattes»

Frau sein in einer Welt von Männern bringt Probleme. Probleme, die von Frauen gelöst werden müssen. Probleme, die von Frauen gelöst werden können. Denn Frauen wollen sich ihren Lebensstil nicht von Männern vorschreiben lassen.

Frauen wollen die Männer auch nicht einfach kopieren. Frauen wollen Frau sein in einer Welt von Menschen, von Frauen und Männern.

Das Schweizer Frauenblatt ist eine Monatszeitschrift, die sich mit diesem Problemkreis befasst. Das Schweizer Frauenblatt ist die Zeitschrift für wache Frauen.

Coupon ausschneiden und einsenden an: Verlag «Schweizer Frauenblatt», Postfach, 8703 Erlenbach

### Coupon

Hiermit bestelle ich 1 Geschenkabonnement «Schweizer Frauenblatt» zum Preis von Fr. 44.–

Adresse des Beschenkten:

Name

Vorname

Strasse

Ort

Rechnung für das Geschenkabonnement an:

Name

Vorname

Strasse

Ort

Datum

Unterschrift



# Babylon Hindelbank

*Es ist nicht zynisch gemeint, wenn ich sage, im Schlösschen Hindelbank möchte ich wohnen. Denn Hieronimus von Erlach, Schultheiss von Bern, liess es 1720 als Sommerresidenz bauen. Kein Wunder, dass von dem sehr schön renovierten Schlösschen ein Hauch von Louis XIV ausgeht. Es wurde tatsächlich vom berühmten Architekten Joseph Abeille gestaltet.*

*Im Schlösschen selber sind heute Verwaltung, Küche und Sitzungszimmer der Strafanstalt untergebracht, und hie und da tagt hier oben am sanften Hügel auch die Kunsthistorische Gesellschaft.*

*Die Idylle wäre perfekt, wenn nicht, bloss durch eine offene Durchgangsstrasse getrennt, auf der leichten Anhöhe gegenüber in langgestreckten, niedrigen Bautrakten rund 87 Frauen hinter Schloss und Riegel sassen.*

*1860 hat Bern das Schlösschen Hindelbank der Familie von Erlach abgekauft. 1898 wurde daraus ein Heim für verwahrloste Frauen. Doch die alten alten Gefängnismauern, mit denen man das Schlösschen verunzierte, sind während der Renovation abgebaut worden. Hindelbank, die einzige Frauenstrafanstalt der Schweiz, ist eine offene Anstalt ohne Mauern ringsum, ohne Sicherheitspforte. Und es fehlt hier auch der Ruch, der Männergefängnisse so beängstigend macht, nämlich jener von Schuld und Sühne, von Demütigung und totaler Niederlage.*

*Das darf aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass nach Gesetzen, die von Menschen gemacht wurden, Menschen, die dagegen verstossen, von Menschen dafür mit Freiheitsentzug bestraft werden. Hindelbank ist keine Sonntagsschule, sondern eine Strafanstalt.*

## Spürbare Öffnung

Zu meinem Erstaunen sagt der neugewählte Direktor Peter Eggen (39) nach einer kurzen telefonischen Anfrage sofort zu, mich zu empfangen. Ein erster Pluspunkt, denn in den letzten Jahren war man diesbezüglich in Hindelbank eher zurückhaltend. Zweiter Pluspunkt, Peter Eggen versteht sich als Neuling. Er gibt offen zu, noch nicht über alles umfassend informiert zu sein. Trotzdem er als Direktor gegenüber der Polizeidirektion Bern alles zu verantworten hat, bittet er zum Gespräch drei seiner engsten Mitarbeiter: Max Bieri, seinen Adjunkten, der bereits seit 35 Jahren «im Betrieb» ist, Rolf Schöpflin, dem seit fünf Jahren der sogenannte geschlossene Strafvollzug untersteht, und die Psychologin Margrit Meyer, angestellt als wissenschaftliche Mitarbeiterin, verantwortlich für den halb offenen Vollzug (semi libéré). Seit vier Jahren in der Frauenstrafanstalt tätig.

## Warum werden Frauen straffällig?

Redaktion: Seit 1. Januar 1983 hatte Hindelbank 87 Eintritte und 86 Austritte zu verzeichnen. Warum liegt die Frauenkriminalität so wesentlich unter jener der Männer?

Margrit Meyer: Das Verhältnis dürfte ungefähr 1 : 10 liegen, das bedeutet, auf eine Frau im Strafvollzug kommen zehn Männer.

Ich glaube, der Unterschied liegt in der Erziehung, die den Mädchen eher Anpassung und Unterwürfigkeit beibringt und den Burschen vermehrt Aggressivität.

Wenn Frauen in Geldnot sind, weichen sie nicht selten auf Prostitution aus. Oder eine «schwache» Frau sucht sich einen «starken» Mann, der stellvertretend für sie Lebensprobleme löst.

Es ist zum Beispiel auffallend, dass schwache Männer, die nach dem Strafvollzug eine tragfähige Beziehung ein-

## Kurz zusammengefasst:

1977 starb in der Frauenstrafanstalt Hindelbank (BE) die Jordanierin Rasmieh Hussein.

Im März 1977 reichten 66 Insassinnen eine Petition zu Händen des Eidgenössischen Justiz- und Polizeidepartementes ein, in welcher Verbesserungen im Strafvollzug gefordert wurden.

Am 21. November 1978 legte die Eidgenössische Kommission für Frauenfragen einen Bericht samt Forderungskatalog über den Strafvollzug an Frauen vor.

1979 nahm die Polizeidirektion des Kantons Bern, der Hindelbank unterstellt ist, in scharfer Form Stellung zum Bericht der Eidgenössischen Kommission für Frauenfragen.

In den Massenmedien wurde darauf der Fall Hindelbank zum Politikum.

Im Bulletin 1/1980 ging die Eidgenössische Kommission für Frauenfragen auf die Vorwürfe der bernischen Polizeidirektion ein und beharrte auf gewissen Vorschlägen.

Der Direktor von Hindelbank, F. Meyer, ging vorzeitig in Pension.

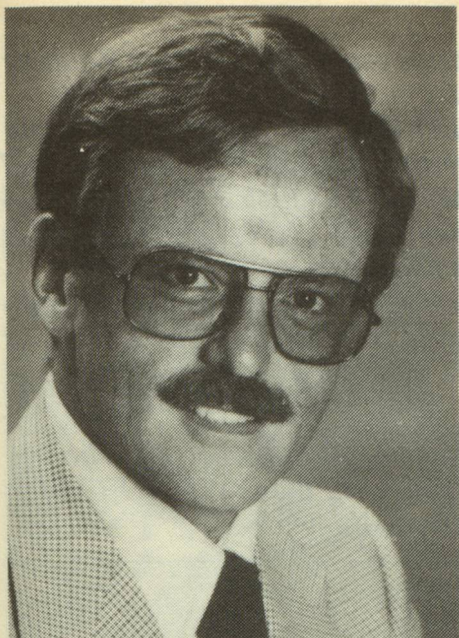
Seit 1. September 1983 heisst der neue Direktor Peter Eggen.

Er kommt von der klassischen Lehrerausbildung her. Nach dem Seminar unterrichtete er an verschiedenen Schulstufen, studierte anschliessend an der Universität Zürich Pädagogik und Psychologie, erwarb das Berufsberaterdiplom und absolvierte eine Heimleiterausbildung. Sechs Jahre lang war er Leiter des Sonderschulheimes «Blumenhaus» in Buchegg (SO).

gehen, nicht mehr rückfällig werden. Kriminalität hat in den meisten Fällen ja damit zu tun, dass jemand mit seinem Leben nicht fertig wird.

Max Bieri: Seit 1982 haben wir in Hindelbank eine Verdoppelung des Bestandes. Was die wahren Gründe sind, wissen wir nicht. Es ist möglich, dass früher Frauen in Bezirksgefängnissen zurückgehalten wurden, weil Hindelbank einen schlechten Ruf hatte.





*Direktor Peter Eggen trat seinen Posten in Hindelbank am 1. September 1983 an. Er ist interessiert an mehr Öffentlichkeit.*

Redaktion: In Hindelbank sitzen Frauen zwischen wenigen Monaten bis drei Jahren und mehr ab. Was hat sie hierher gebracht?

Rolf Schöpfli: Wenn man dem Milieu schuld geben will, muss man aufpassen. Die Frauen stammen zum Teil zwar aus gestörten Milieus. Viele kommen aber auch aus Familien, in welchen sie überbehütet waren. Sie konnten dann die Realität des Lebens nicht verkraften.

Entweder hatten sie zu wenig Liebe oder zuviel und falsche Liebe in ihrer Jugend. Solche Schädigungen können unter anderem zur Drogensucht als auch zur Hochstapelei führen.

Margrit Meyer: Neben dem hohen Prozentsatz an Frauen, die wegen Drogendelikten hier sind, haben wir auch viele Insassen, die Eigentumsdelikte begingen: Urkundenfälschung, Betrug, Auswahlbetrügereien. In einzelnen Fällen gibt es bereits Wirtschaftskriminalität von männlichem Zuschnitt.

Max Bieri: Die zwangsweise Versorgten, die früher den Löwenanteil stellten, sind praktisch verschwunden. Die psychiatrischen Kliniken haben eine sehr offene Praxis eingeführt, der Fürsorgedienst klappt besser. Ganz verschwunden sind auch die gewerbsmäßigen Abtreiberinnen, die «Engelmacherinnen» und die «Kupplerinnen». Rund 60% der Insassinnen sind wegen Drogendelikten hier.

Bei den Verbrechen gegen Leib und Leben fällt mir auf, dass Frauen früher mit Chemikalien getötet oder nach dem Leben getrachtet haben, heute tun

sie es auch mit Messern, mit Beilen, mit Schusswaffen.

Die unteren sozialen Schichten, aus denen sich früher die administrativ versorgten Insassinnen von Hindelbank mehrheitlich rekrutierten, gibt es nicht mehr. Ich staune immer wieder an den Besuchstagen über die flotten Eltern, Geschwister, Ehegatten, die hierherkommen. Man muss annehmen, dass es in jeder Familie eben ein schwarzes Schaf gibt.

## 60 Prozent Drogendelikte

Redaktion: Rund 60% der Frauen sind wegen Drogendelikten hier. Müssten die nicht in einer anderen Art von «Strafvollzug» wieder auf das Leben vorbereitet werden?

Margrit Meyer: Einige der Frauen, die hier sind, haben eine bedrückende Vorgeschichte. Wir sind nur das Ende einer langen Kette von Versagen: Drogensucht, Arbeitsunfähigkeit, Beschaffungsdelikt, Jungendanstalten, Psychiatrie, Aeby-Haus und dann – Endstation Hindelbank.

Peter Eggen: Wir kennen hier nur den sogenannten kalten Entzug. Es gibt kein Methadon-Programm. In der ersten, harten Zeit werden Entzugerscheinungen mit Medikamenten gemildert.

Margrit Meyer: Hilfemassnahmen für drogenabhängige Frauen, die weniger als 18 Monate hier sind, haben praktisch keinen Sinn, das haben die Erfahrungen in Drogenstationen gezeigt. Immerhin hat die Praxis gezeigt, dass die Chance für Frauen, von den Drogen herunterzukommen, grösser ist, als bei den Männern.

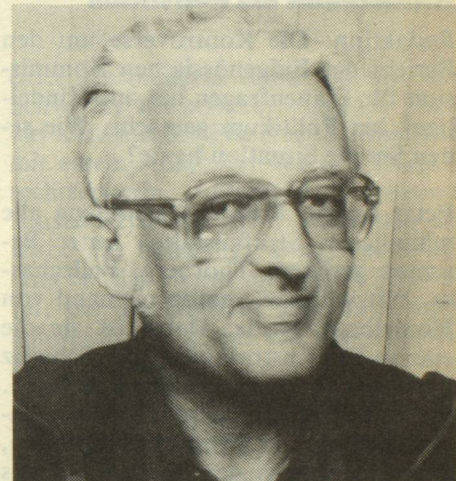
Wir führen Gruppengespräche in den Abteilungen. Nach Rücksprache mit

dem Psychiater in Bezug auf Arbeitsfähigkeit, suchen wir für sie Arbeitsplätze. Seit etwa einem halben Jahr bieten wir ihnen auch kreative Arbeitstherapie an.

Rolf Schöpfli: Wir nehmen uns Zeit für Frauen im Massnahmenvollzug und versuchen sie innerhalb eines Jahres wieder draussen zu plazieren. Wir versuchen ihre Eigenverantwortung zu verstärken. Wenn sie drei Urlaube drogenfrei hinter sich gebracht haben, werden sie mit einem zusätzlichen Urlaub von 12 Stunden belohnt. Das motiviert sie.

Man muss sich aber bewusst sein, wie ungeheuer aggressiv der Drogenhandel heute ist. Sensible sind dieser Aggressivität hilflos ausgesetzt.

Peter Eggen: Wir werden von Generation zu Generation lebensängstlicher und empfindlicher. Immer mehr Menschen fühlen sich überfordert, weil sich alles so rasch verändert. Angst vor dem Versagen ist heute weit verbreitet.



*Max Bieri, Adjunkt, seit 35 Jahren im «Betrieb».*

## Aufruf! Urlaubsbetreuerinnen gesucht

Eine Anzahl Frauen, die in Hindelbank ihre Strafe verbüssen, wissen nicht, wohin sie an ihren Urlaubstagen gehen sollen. Niemand erwartet sie. Es sind vor allem Ausländerinnen, die sich dann besonders heimatlos vorkommen.

Die Redaktion des Schweizer Frauenblattes richtet diesen Aufruf an einzelne Frauen oder an Gruppen von Frauen, die sich zutrauen, eine tragfähige Urlaubsbeziehung mit einer Frau im Strafvollzug aufzubauen. Denn die Aufgabe ist nicht leicht. Es würde sich dabei um einen Zeitraum von einem oder von zwei Jahren handeln. Innerhalb von zwei Jahren hat eine Frau im Strafvollzug Anrecht auf rund 12 lange Wochenenden, die von Freitag- bis Sonntagabend dauern.

Kein humanisierter Strafvollzug, keine bildschönes Resozialisierungsprogramm nützt soviel, wie eine starke, zwischenmenschliche Beziehung. Wir sind «die Gesellschaft», in welcher solche Frauen zum Straucheln gekommen sind. Wir könnten ihnen auf diese Weise mehr helfen als mit allen Demonstrationen.

Die Adressen, die bei der Redaktion des Schweizer Frauenblattes eingehen, sollten den Vermerk «Urlaubshilfe» tragen. Sie werden an Direktor Peter Eggen, Direktor der Strafanstalt Hindelbank, weitergeleitet. Von dort aus werden Interessentinnen auch aus über alles Notwendige informiert werden.



## 30 Prozent der Insassinnen sind Ausländerinnen

Redaktion: Rund 30% der Frauen in Hindelbank sind Ausländerinnen. Das ist ein ungeheurer Prozentsatz und macht die Führung einer Frauenstrafanstalt nicht eben leichter. Was sind das für Frauen?

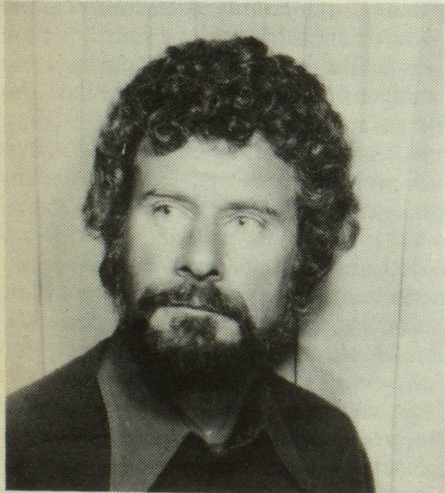
Peter Eggen: Viele von ihnen sind wegen Drogendelikten hier. Junge Frauen von 20 und 25 Jahren aus Brasilien, Bolivien, Chile. Dabei ist der Verkauf von Kokain in ihren Heimatländern überall frei, also auch nicht strafbar. Für solche Delikte verbüssen sie hier dagegen sehr hohe Strafen. Ihre Situation ist ungeheuer schwierig. Sie verstehen die Sprache nicht, kennen die Kultur nicht, nicht die Schweizer Mentalität. Mit Sprachkursen, indem wir fremdsprachenkundiges Personal anstellen und Insassinnen als Dolmetscherinnen heranziehen, suchen wir diesen Frauen die Situation etwas zu erleichtern.

### Hindelbank als Politikum

Redaktion: Die Kontroverse um den Bericht der Eidgenössischen Kommission für Frauenfragen hat aus Hindelbank ein Politikum gemacht. Wie sehen Sie die Situation heute?

Peter Eggen: Während jahrelang alle männlichen Strafanstalten unter Beschuss gerieten: Thorberg, Bellechasse, Witzwil usw., nahm niemand von Hindelbank Notiz. Dabei ist sie die einzige Frauenstrafanstalt der Schweiz und hat ungeheure Probleme zu lösen. Bei uns sitzen momentan 35 Ausländerinnen ein, 17 Westschweizerinnen, drei Frauen aus dem Tessin, 14 aus dem Kanton Bern und die restlichen aus der Deutschschweiz. Das bedeutet bereits ein sprachliches Babylon. Dazu kommt, dass wir als schweizerische Strafanstalt auf föderalistische For-

Rolf Schöpflin, Adjunkt, verantwortlich für den geschlossenen Strafvollzug. Seit 5 Jahren in Hindelbank.



Liebe Leserin, lieber Leser,

Wir laden Sie ein, Ihr Abonnement zu erneuern. Für Ihre Zahlung danken wir Ihnen schon im voraus.

Das Schweizer Frauenblatt orientiert über die Anliegen der Frau. Als Plattform der Diskussion vermitteln wir Anregungen und Denkanstösse. Die Information über die Rolle der Frau in der heutigen Gesellschaft wird immer wichtiger. Der «promotion de la femme» im guten Sinne des Wortes haben wir uns verschrieben.

Auch im neuen Jahr wird der Ausbau der redaktionellen Leistungen im Sinne und Geist unserer Leserinnen und Leser fortgesetzt.

Mit freundlichen Grüßen

Verlag und Redaktion

PS Leider mussten wir den Abonnementspreis um Fr. 2.- erhöhen, vor allem wegen der stark gestiegenen Porti, die uns die PTT auferlegt hat. Für Ihr Verständnis danken wir Ihnen.

derungen (die Praxis ist nicht in allen Kantonen gleich), Rücksicht zu nehmen haben. Weitere Erschwerung des Strafvollzuges: 14 Frauen haben Strafen bis zu 12 Monaten, 10 bis zu zwei Jahren, 13 bis drei Jahre, 15 über drei Jahre. Die restlichen Insassinnen sitzen hier auf unbestimmte Zeit oder warten auf eine Appelation, oder haben ihre Strafe vorzeitig angetreten. Kurse anzubieten oder gar eine Berufsausbildung, ist deswegen ausserordentlich kompliziert.

Rolf Schöpflin: Als der Bericht der Eidgenössischen Kommission für Frauenfragen 1978 herauskam, lagen die dabei verwendeten Untersuchungen von Frau Leuthard-Stöcklin, die von Juni bis August 1971 in Hindelbank gearbeitet hatte, bereits sechs Jahre zurück.

In der Zwischenzeit waren Verbesserungen vollzogen worden oder im Gang oder standen vor der Türe.

Hindelbank dürfte den komplexesten Strafvollzug der Schweiz haben. Wir können hier nur Schritt für Schritt vorgehen.

Von mir aus gesehen ist die Wirkung der Institution auf den Menschen das eigentliche Problem.

Trotzdem ist nicht von der Hand zu weisen, dass die öffentliche Diskussion um Hindelbank diese oder jene Verbesserung beschleunigend vorangetrieben hat.

Margrit Meyer: Seit die Kontroverse um Hindelbank begann, sind viele Postulate bereits erfüllt worden, viele Verbesserungen sind im Gang und andere in Vorbereitung, wie bereits gesagt. Es kommt noch Punkt vier dazu: Einige der gewünschten Verbesserungen liegen nicht auf der Ebene des Anstaltsentscheides.

### Warum keine Direktorin?

Redaktion: Beanstandet wurde ja vor allem auch, dass ein Mann eine Strafanstalt für Frauen leitet. Dass hier erneut Machthierarchie zementiert wird. Wie ist der Umgang der «leitenden» Männer hier in der Strafanstalt mit den Frauen. Sprechen wir gleichzeitig auch von eventueller sexueller Aggression.

Peter Eggen: Ich zitiere die Frauen nicht bloss zu mir aufs Büro. Ich gehe in die Abteilungen. Dass es gewisse Tabus zu beachten gibt ist klar. Aber ich weigere mich, immer das Schlimmste anzunehmen. Wir sind die Strafenden, diejenigen, die verantwortlich sind dafür, dass die Strafe vollzogen wird. Zu dieser Vollzugsperson, hat man normalerweise zum vornherein kein Zutrauen. Und genau darum geht es. Wenn wir das Zutrauen der Frauen nicht gewinnen, können wir sie nicht zur Resozialisierung motivieren.

Allerdings unsere Gärtner und Landwirte gehen nicht auf die Abteilungen. Frauen sind im Strafvollzug schwerer zu führen als Männer. Männer akzeptieren eine gewisse Gleichschaltung. Sie haben es im Militärdienst, im Sport, am Arbeitsplatz gelernt. Frauen lassen sich nicht ohne weiteres uniformieren.

Max Bieri: Zu sagen wäre vielleicht noch, dass gerade Gewalttäterinnen im Strafvollzug besonders wenig Probleme machen. Vermutlich hat sich ihre Aggressivität in einer einzigen Handlung erschöpft.

### Die Zukunft Hindelbanks

Redaktion: Wie sieht die Zukunft Hindelbanks aus?

Peter Eggen: Der Anforderungskatalog sieht folgendermassen aus:





Margrit Meyer, Psychologin, verantwortlich für den halboffenen Strafvollzug.

## Wahlzettel-Rang der Kandidatinnen nach Parteien 1983<sup>1</sup>

| Parteien        | Wahlzettel-Rangplatz von den Wählern für ... Prozent der Kandidatinnen |            |                | Kandidaten-Anteil der Frauen in Prozent |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------|------------|----------------|-----------------------------------------|
|                 | bestätigt                                                              | verbessert | verschlechtert |                                         |
| GP              | 60                                                                     | 29         | 11             | 33                                      |
| POCH            | 47                                                                     | 38         | 15             | 37                                      |
| SP              | 41                                                                     | 36         | 23             | 25                                      |
| EVP             | 27                                                                     | 25         | 48             | 22                                      |
| SVP             | 20                                                                     | 10         | 70             | 11                                      |
| CVP             | 28                                                                     | 31         | 41             | 16                                      |
| FDP             | 29                                                                     | 25         | 46             | 13                                      |
| LdU             | 26                                                                     | 37         | 37             | 21                                      |
| NA              | 28                                                                     | 10         | 62             | 27                                      |
| Übrige Parteien | 43                                                                     | 36         | 21             | 32                                      |
| Alle Parteien   | 36                                                                     | 30         | 34             | 23 <sup>2</sup>                         |

<sup>1</sup> Verglichen mit den erhaltenen Stimmen <sup>2</sup> 1979: 20 Prozent

Eine Auswertung der Zürcher Kantonsratswahlen 1983, publiziert vom Statistischen Amt des Kantons Zürich, vermittelt interessante Hinweise. So ist der Kandidatenanteil der Frauen von 20% (1979) auf 23 Prozent (1983) angestiegen. Auch in der Aufstellung nach Wahllisten wird deutlich, wie sich die Rangplätze der Kandidatinnen bestätigt, verbessert oder verschlechtert haben.

## Eidgenössische Volksabstimmung: Revision der Bürgerrechtsregelung

a) Eine Neukonzeption einführen und die Voraussetzungen dafür schaffen. Dabei geht es vor allem auch um Kompetenzdelegation.

b) Die Arbeit mit den Frauen qualifizierter angehen. Dazu gehört die Ausbildung und Weiterbildung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Das Angebot der Möglichkeiten, die die Frauen in Hindelbank haben, müssen klarer formuliert werden. Sie sind auf alle ihre Rechten und Pflichten aufmerksam zu machen. Eine entsprechende Hausordnung kommt eben, und das ist ein Novum, aus dem Druck.

Mit qualifizierten Gesprächen soll der Beginn eines behandlungsorientierten Vollzuges eingeleitet werden, der zu vermehrter Selbständigkeit und Selbstverantwortung führt.

c) Ausbau der Resozialisierung. Erweiterung der Arbeitsmöglichkeiten, neue Formen von Anlernprogrammen.

d) Die Belange der Anstalt und des Strafvollzugs an Frauen in die Gesellschaft hineinragen und Kontakte zur Öffentlichkeit herstellen.

Wir sind das Ende einer sozialen Kette. Und wenn wir auch den Strafvollzug als solchen noch so sehr verbessern, ist die Realität der Gesellschaft damit noch nicht verändert.

### Frauen könnten Frauen helfen!

Peter Eggen: Wir suchen Frauen oder Familien, die beispielsweise helfen möchten, mit einer Insassin eine Urlaubsbeziehung aufzubauen. Es gibt viele Frauen in Hindelbank, vor allem

Die Bürgerrechtsreform auf Verfassungsebene, über die am 4. Dezember 1983 abgestimmt wird, gliedert sich in zwei Teile: Einmal geht es um die Verwirklichung der Gleichberechtigung von Mann und Frau bei Erwerb und Weitergabe des Schweizer Bürgerrechts, zum anderen wird die Möglichkeit der erleichterten Einbürgerung für junge, in der Schweiz aufgewachsene Ausländer sowie von Flüchtlingen und Staatenlosen geschaffen.

Nach geltendem Recht erwirbt das Kind aus der Ehe eines Schweizer mit

auch Ausländerinnen, die nicht wissen, wohin sie während ihres Urlaubs gehen sollen. Die Frauen haben innerhalb von zwei Jahren rund 12 Urlaube von Freitag- bis Sonntagabend. Allerdings müsste sich aus solchen Begegnungen eine stabile Beziehung ergeben, nicht bloss ein Strohfeuer.

Da viele Ehemalige nach der Straftatlassung wieder zurück in ihr Milieu gehen, könnten solche Urlaubsbeziehungen ausserordentlich wertvolle Hilfen bedeuten.

Gesucht werden auch immer wieder Frauen, die Kurse geben könnten. Wir bieten im Moment unseren Frauen Kurse in autogenem Training an, in Maschinenschreiben, Sprachkurse, Schweizergesichte, Turnen. Eine Erwachsenenbildnerin arbeitet in Teilzeitarbeit. Auch hier kommt es auf ein langfristiges Engagement an, damit stabile Beziehungen, die die Frauen nach der Entlassung dringend brauchen, aufgebaut werden können. -er

einer Ausländerin ohne weiteres das Schweizer Bürgerrecht; dagegen muss das Kind aus der Ehe einer Schweizerin mit einem Ausländer für den Bürgerrechtserwerb zusätzliche Voraussetzungen erfüllen. Die Ausländerin erwirbt das Schweizer Bürgerrecht bereits bei der Heirat mit einem Schweizer, der ausländische Ehemann einer Schweizerin erst mit der ordentlichen Einbürgerung.

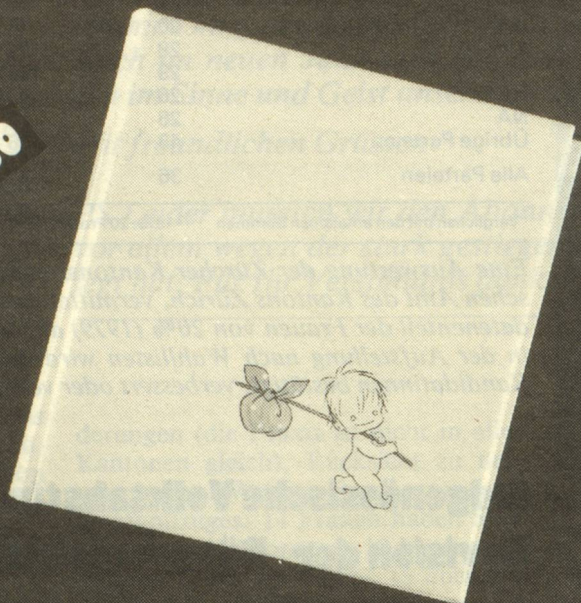
Die Gleichberechtigung von Mann und Frau verlangt jedoch, dass die mütterliche wie die väterliche Abstammung Kindern aus national gemischten Ehen das Schweizer Bürgerrecht in gleicher Weise vermittelt und dass ausländische Ehepartner von Schweizerinnen und Schweizern unter gleichen Bedingungen Schweizer werden können. Darum wird in einem neu gefassten Art. 44 der Bundesverfassung bestimmt, dass der Bund ein Gesetz erlassen muss, das den Erwerb und den Verlust der Bürgerrechte durch Heirat, Abstammung und Adoption im Sinne der Gleichberechtigung von Mann und Frau regelt.

Heute bestehen für alle Ausländer rechtlich die gleichen Einbürgerungsvorschriften. Junge, in der Schweiz aufgewachsene Ausländer weisen aber eine erhöhte Eingliederungsfähigkeit auf. Ebenso wird der Heimatlosigkeit von Flüchtlingen und Staatenlosen nur ungenügend Rechnung getragen. Der Bund kann daher nach dem neuen Art. 44 BV den Kantonen Erleichterungen für die Einbürgerung junger in der Schweiz aufgewachsener Ausländer sowie von Flüchtlingen und Staatenlosen vorschreiben. Ein altes Postulat wird damit verwirklicht.



# Ein ideales Geschenk:

**Vorzugspreis für  
unsere Leser Fr. 12.80**



## **Unser Kind Ein Fotoalbum von bleibendem Wert!**

**Ein Fotoalbum, das sich als Geschenk eignet, mit zahlreichen  
Abbildungen. Viel Platz und Vordrucke für Angaben, die ein  
Kind sein ganzes Leben begleiten. Fr. 19.80**

**Bestellung mit diesem Bon bei Börsig AG, Postfach, 8021 Zürich**

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_



# Mein Vater – der Friedensapostel

**Als Frau Klara Bosshard und ich uns kennenlernten, hatte ich keine Ahnung, wie ihr Mädchennamen lautete. Aber auch wenn ich gewusst hätte, dass sie Klara Daetwyler ist (bzw. war), hätte ich wahrscheinlich immer noch nicht «geschaltet» – wenn, ja wenn sie nicht wie ich in Zumikon leben würde. Wissen Sie jetzt, um wenn es sich handelt? Ihr Vater war Max Daetwyler – der Friedensapostel!**

Klara Bosshard: Sie fragten mich, welchen Beruf mein Vater hatte. Das hat mich schon während der Schulzeit in Verlegenheit gebracht. Er nannte sich Schriftsteller ...

*Eva-Maria Felix: Warum «nannte» sich? Er hat doch wirklich viel geschrieben?*

Klara Bosshard: Er kam aus dem Hotelfach. Er wuchs auch in einem Hotel auf – es gehörte seinen Eltern. Das stand in Arbon am Bodensee. Übrigens – gerade heute, da Sie mit mir über unsern Vater sprechen, wäre er 96 Jahre alt geworden. Als elftes von zwölf Kindern erlebte er, wie er uns Kindern immer wieder erzählte, eine sehr glückliche Jugend.

Vor allem in seinen letzten Lebensjahren sprach er besonders viel von seinem Vater. Er achtete ihn sehr wegen seiner grossen Ideale.

*Eva-Maria Felix: Wie kam er nach Zumikon?*

Klara Bosshard: Nach seiner KV-Lehre in Wattwil wechselte er ins Hotelfach. Er war unter anderem in Rom, Paris, London und kam dann 1909 zurück in die Schweiz. (1906 RS in St. Gallen – es heisst, er sei ein tadelloser Soldat gewesen dies zum besseren Verständnis seines späteren Lebensweges.)

*Eva-Maria Felix: Wann wurde Ihnen zum ersten Male bewusst, dass Ihr Vater anders war, als die Väter Ihrer Altersgenossen?*

Klara Bosshard: Das muss mit dem Schulanfang zusammenhängen. Da tauchten die ersten Überlegungen auf. Denn – zuhause hatten wir es sehr schön. Zwar führte mein Vater schon damals (ca. 1927) seine Friedensaktionen durch. Was für meinen jüngeren Bruder und mich durchaus normal war. Wir waren ja nichts anderes gewohnt.

*Eva-Maria Felix: Von was hat Ihre Familie denn gelebt? Er konnte ja nicht*

*wie andere Väter normal Geld verdienen, seine Familie versorgen und gleichzeitig seinen Idealen frönen?*

Klara Bosshard: Dazu muss ich erklären: seine Mission begann schon vier Jahre bevor er sich vermählte. Das war 1914. Da verweigerte er den Militärdienst.

Bei der Generalmobilmachung im Jahre 1914 rückte er mit seiner Einheit nach Frauenfeld in den Aktivdienst ein.

Aus Überzeugung aber, dass der soeben ausgebrochene Krieg ein Wahnsinn sei und aus Protest dagegen, verweigerte er am 5. August 1914 vor dem versammelten Regiment den Fahnen-eid.

Im Tagebuch des Infanterie-Regiments 31 ist heute noch zu lesen: Füs Daetwyler, Max, Bat 74, 4. Kompanie erklärt bei der Vereidigung: «Ich demonstriere gegen den Krieg, ich werde den Eid nicht leisten!»

Als Folge davon wurde er zwei Tage später zwecks Untersuchung seines Geisteszustandes in die Heilanstalt Münsterlingen überführt. Es war keine Geisteskrankheit festzustellen, was aber nicht verhinderte, dass er daraufhin doch als dienstuntauglich – da angeblich geisteskrank – wieder ins Zivilleben zurückkehren konnte.

Er hatte also schon vor seiner Ehe wie auch nach deren Vollziehung im Jahre 1918 immer und immer wieder Konflikte mit den Behörden.

*Eva-Maria Felix: Was ist das für eine Frau, die einen «Verrückten» heiratet?*

Klara Bosshard: Sie hatten sich in Bern kennengelernt. Meine Mutter war ein Mädchen aus einfachem Hause, aber gradlinig, mutig und stark. Mein Vater sagte ihr damals: Wir dürfen uns nicht mehr sehen, wir könnten uns sonst verlieben. Kurz darauf übersiedelte er nach Zürich.

Nun muss es folgendermassen weitergegangen sein: Meine Mama arbeitete in einer Zürcher Patrizierfamilie als Hausangestellte und muss irgendwie erfahren haben, dass Max im Gefängnis eingesperrt war.



*Eva Maria Felix, Autorin des Gespräches, heute freie Journalistin hat u. a. sieben Mundarthörspiele geschrieben und beendet in Moment ein Kinderbuch.*

*Eva-Maria Felix: Weshalb hat man ihn eingesperrt?*

Klara Bosshard: Weil er öffentlich für den Frieden demonstrierte.

*Eva-Maria Felix: Man kann doch niemanden einsperren, nur weil er mit einer weissen Fahne in der Weltgeschichte herumläuft?*

Klara Bosshard: Das muss mit der Munitionsfabrik-Geschichte zusammengehangen haben.

Er hatte sich damals sehr heftig gegen die Waffenproduktion in der Schweiz gewehrt. Und nachdem nach einer Versammlung im Volkshaus Zürich zwei Munitionsfabriken eine ganze Nacht lang stillgelegt wurden, ist er in einer Gruppe verhaftet worden.

Dies gab den Anstoss zu den nachfolgenden Auseinandersetzungen, die unter dem Namen Novemberunruhen in die Geschichte eingegangen sind.

*Eva-Maria Felix: Wie hat Ihr Leben und dasjenige Ihres Bruders ausgesehen? Inwiefern wurde es durch das ausserordentliche Leben, welches Ihr Vater geführt hat, beeinflusst?*



*Max Daetwyler 1975, ein Jahr vor seinem Tod, auf der Rathhaustreppe von Delémont. Auch der Friede im Jura war ihm ein Anliegen.*

Klara Bosshard: Wie ich Ihnen schon gesagt habe – wir hatten ein schönes Zuhause. Sehr einfach, sehr bescheiden, aber wir waren glücklich und sehr zufrieden.

Was allerdings nicht unbedingt unserm Vater zu verdanken war. Denn – er war ja nicht nur für uns da wie vielleicht ein normaler Familienvater.

Mutter war unsere Sicherheit. Bei ihr fühlten wir uns geborgen. Durch das Leben, das unser Vater führen musste und wollte, durch seinen eisernen Willen, sein ganzes Können und Wollen für den Weltfrieden einzusetzen, gab es gar manche Stürme in unserm Familienleben und unsern Seelen. Das soll jedoch keinesfalls so verstanden werden, dass Vater nichts zu unserem Geborgensein beigetragen hätte. Zu uns allen war er sanft, überaus liebevoll und sehr geduldig.

*Eva-Maria Felix: Redete er mit Euch darüber, was er tat – oder tun musste?*

Klara Bosshard: Zu uns Kindern, besonders als wir klein waren, direkt nicht. Aber aus den vielen Gesprächen, die er mit Mama führte, verstanden wir wahrscheinlich ebensoviel, wenn nicht mehr, als wenn er direkt mit uns geredet hätte.

*Eva-Maria Felix: Hatten Sie nie eine Wut auf Ihren Vater, wenn man Sie als Kinder des «Friedensapostels» bezeichnete?*

Klara Bosshard: Nein – eigentlich nicht. Wahrscheinlich haben wir das dem Umstand zu verdanken, dass sowohl mein Bruder als auch ich relativ gute Schüler waren.

Nur – wenn wir manchmal erleben mussten, wie Vater uns für Wochen verliess – und wie schwer es dadurch für Mama wurde ... und war – da geschah es dann, dass wir uns innerlich auflehnten, dass wir nicht verstanden, wie er das Schwere unserer Mutter überlassen konnte! Nur, um sich um wildfremde Menschen zu kümmern? Oder zum Beispiel, wenn Leute aus der Stadt zu ihm kamen, ihm ihr wirkliches oder auch nur vorgetäushtes Elend vor Augen führten und er, gutmütig wie er war, sein resp. auch unser letztes Geld weggab ...!

Es gab auch sogenannte Freunde, die ihn schamlos ausnützten. Das war wie ein roter (unangenehmer) Faden, der durch unser Leben ging.

Aber wir akzeptierten, was er tat und tun musste. Un je älter wir wurden, um so mehr begannen wir zu verstehen.

Eine weitere Erinnerung an meinen Vater: Ich muss ungefähr 11 Jahre alt

gewesen sein und fuhr in der Forchbahn nach Hause. Im selben Bähnchen sass auch eine Frau, die mich resp. unsere Familie gut kannte und mich folgendermassen ansprach: «Ihr tüend mer scho schuurig leid, wien Ihrs schwerer Händ mit emene söttige Vater.»

Ich war so wütend auf diese Nachbarin, dass ich überhaupt keine Antwort darauf geben konnte. Wir waren glücklich, vielleicht sogar glücklicher als sie und ihre Familie es sein konnten! Was ist Glück überhaupt? Ist es nicht die innere Zufriedenheit? Müssen mein Bruder und ich unsern Eltern nicht zutiefst dankbar sein, dass sie uns vorgelebt haben, dass die inneren Werte wichtiger sind als alles andere auf dieser Welt?

*Eva-Maria Felix: Sie sind gläubig?*

Klara Bosshard: Ja. Aber auf andere

Art als Papa es war. Den Grundstock zu meiner Gottesfurcht und -liebe haben bestimmt meine Eltern gelegt. Nur: Papa glaubte nicht an die Auferstehung – und sah in Jesus einen Menschensohn. Er glaubte zwar unbedingt an Gott, bemühte sich auch, nach dessen Geboten zu leben. Aber, da er nicht an die Auferstehung glaubte, war der Tod für ihn das Ende. Ich hingegen glaube, dass es ein Leben nach dem Tod gibt.

*Eva-Maria Felix: Wann wurde Ihnen wirklich bewusst, dass Ihr Vater ein aussergewöhnlicher Mensch war?*

Klara Bosshard: Als sich die Frage der Sonntagsschule stellte. Alle unsere Schulkameraden durften Sonntag für Sonntag in die Kirche. Unsere Eltern fanden, dass es uns nicht viel bringen würde.

Den Religionsunterricht in der Schul,





wie auch den Konfirmandenunterricht jedoch besuchten wir wie alle andern. Auch haben uns die Eltern später, was Religion anbetraf, alle Freiheit gelassen.

*Eva-Maria Felix: Ihr wart nicht auf Rosen gebettet, aber eine Ausbildung lag trotzdem drin. Was für einen Beruf hätten Sie gerne erlernt, und was sind Sie wirklich geworden?*

Klara Bosshard: Im Gegensatz zu meinem Vater lag mir das Mündliche überhaupt nicht. Ich konnte mich schriftlich viel besser und leichter ausdrücken. So dachten wir: Büro. Als es dann aber soweit war, schien es einfach keine geeignete KV-Stelle zu geben. Dies, obwohl Papa ja sehr viele Verbindungen hatte.

Schliesslich nahm sich Mama des Problems an und fand dann Pfister-Wirz am Rennweg. Das war ein Wäsche-geschäft. Sie dachte, das wäre etwas Solides und Anständiges.

So landete ich eigentlich gegen meinen Willen und gegen meine Neigungen gerade dort, wo ich nicht hin wollte. Ich musste mich ja als Verkäuferin mündlich und persönlich mit den andern Menschen auseinandersetzen. Wider Erwarten war ich dort sehr zufrieden und glücklich.

*Eva-Maria Felix: Wie lange?*

Klara Bosshard: Etwa zwei Jahre über die Lehre hinaus blieb ich dort. Und dann war ich 19!

*Eva-Maria Felix: Das tönt ausserordentlich bedeutungsvoll...*

Klara Bosshard: Ich lernte meinen Mann kennen, d.h., ich kannte ihn schon von früher. Wir waren nämlich damals in Zumikon ganze vier Konfirmanden. Zwei Mädchen und zwei Buben. Unser Pfarrer hat damals den Kirchenchor wieder in Schwung gebracht und bat uns, beizutreten. Wir zwei Mädchen sagten zu. Die Buben hatten kein Interesse. Aber man kannte sich. Er war Jungselle, ziemlich viel älter als ich. Und wie es in einem Dorf so ist, keiner hatte angenommen, dass er noch heiraten würde.

Er war selbständiger Bauer und hat mit Mutter und Geschwistern zusammengelebt. Es fehlte ihm also an nichts. Deshalb waren alle erstaunt, als er eines Tages zu meinem Vater kam und um meine Hand bat. Worauf Papa – was ich für die damalige Zeit als äusserst modern erachte – ihm zur Antwort gab: Das müssen sie meine Tochter und nicht mich fragen ...

*Max Daetwyler und seine Ehefrau Klara Daetwyler-Brechbühl im Jahre 1954. Mit dem Anbau und Verkauf von Gemüse und als Imker sorgten sie für den Lebensunterhalt ihrer Familie.*

*Eva-Maria Felix: Aber Sie verstanden doch nichts vom Bauern? Sie kamen aus einer «intellektuellen» Familie – Sie lernten Verkäuferin? Wie war die Umstellung?*

Klara Bosshard: Damals war es ja üblich, dass jede Familie auf dem Land ihren Gemüsegarten hatte. Und Papa hat seinerzeit im Sommer mit seinem Gemüse, das er in der Stadt verkaufte, unsern Haushalt bestritten. Nur – ich selbst habe mich nie besonders dafür interessiert. Ich habe mitgeholfen, tat, was mir gesagt wurde, aber mehr nicht. Ich dachte damals, mit gutem Willen ist alles erlernbar. Und dank einer guten Gesundheit, der Hilfe und dem Verständnis meines Mannes und seiner Schwestern habe ich mich ganz schön gemausert.

*Eva-Maria Felix: Wieviele Kinder haben Sie eigentlich?*

Klara Bosshard: Heute sage ich immer 4x2.

*Eva-Maria Felix: ????*

Klara Bosshard: Ich sage das, weil wir mit allen Angeheirateten ein wunderschönes Verhältnis haben.

Zwei Buben und zwei Mädchen. Eigentlich wären es fünf Kinder gewesen – aber der jüngste (er wäre heute 32 Jahre alt) starb mit 19 Jahren nach kurzer Krankheit. Sozusagen über Nacht. Es ist ihm gut gegangen. Denn im Nachhinein wurde festgestellt, dass die ansteckende Hirnhautentzündung ihn nie mehr als gesunden Menschen hätte leben lassen.

*Eva-Maria Felix: Wir waren zusammen im Häuschen Ihres Vaters. Es kommt mir vor wie ein Denkmal ...? Ist das Absicht?*

Klara Bosshard: Von uns aus Denkmal? Ich glaube nein. Es ist erstens eher eine gewisse Pietät und zweitens möchte mein Bruder das ganze äusserst umfangreiche Material bzw. die Dokumentation sichten und vielleicht einmal darüber schreiben.

*Eva-Maria Felix: Kam nie irgendeine Anfrage der Gemeinde, dass sie sich eventuell dafür interessiert? Ihr Vater war und ist schliesslich weltbekannt!*

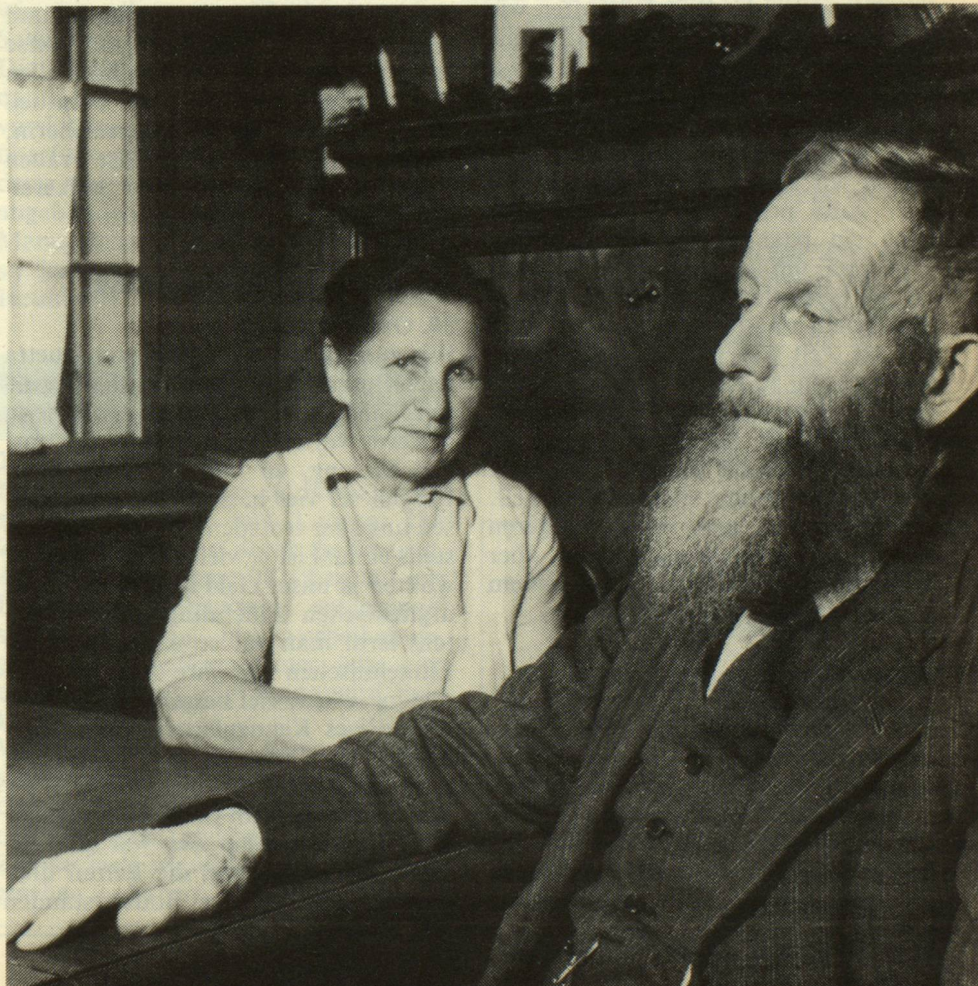
Klara Bosshard: Nein!

*Eva-Maria Felix: Komisch, dabei ist Max Daetwyler wahrscheinlich der berühmteste Schweizer, der je in Zumikon gewohnt hat.*

*Sind Sie stolz auf Ihren Vater, oder belastet Sie sein Image?*

Klara Bosshard: Stolz eigentlich nicht. Ich bin ihm dankbar und wünschte mir, ebensolchen Mut zu haben wie er, um zu meiner Überzeugung – sei es, was es wolle – so hundertprozentig zu stehen. Belastet? Was ihn selbst und sein Leben betrifft: Nein. Nur durch das, was damit zusammenhängt. Interviews, Journalisten, Fotografen ..., da halte ich mich gerne im Hintergrund. Und wenn ich nicht zu Ihnen unbedingtes Vertrauen hätte, wäre unser Gespräch nicht zustande gekommen.

Eva-Maria Felix





# Tagebuchnotizen der praktischen Nächstenliebe

**Verena Frauenfelder, Apothekerhelferin in Neuhausen, und ihre Freundin, Martha Greiner, Coiffeuse, sind Frauen in jenen Jahren, in denen Frauen üblicherweise daran denken, es sich im Leben etwas leichter und bequemer zu machen.**

**Sie selber wollen sich nicht ausruhen. Sie wollen helfen. Und ausgerechnet Pakistan haben sie sich als Schauplatz ihrer Tätigkeit während ihrer Ferien ausgesucht.**

**Ich traf die beiden im Fernsehstudio, als ein Beitrag über ihre Abenteuer für die Sendung «Treffpunkt» geprobt wurde. – Verena Frauenfelder und Martha Greiner sind seit Oktober wieder in Pakistan. Einige Tagebuchaufzeichnungen der Reise im Jahr 1982 möchte ich den Leserinnen nicht vorenthalten. Sie sprechen von handfester, pragmatischer Nächstenliebe ohne jede Zimperlichkeit.**  
**Die Redaktion**

## Matratzen für ein Spital

**20. Oktober 1982**

Durch Inter-Aid, eine kirchliche Hilfsorganisation, haben wir unter anderem die Adresse eines kleinen afghanischen Spitals in Quetta erfahren. An einem der ersten Tage hier in diesem Städtchen gingen wir in das Ansari-Hospital, und wir sahen, dass sehr vieles fehlte. Die Verwundeten lagen praktisch auf den blossen Metallfedern in ihren Betten. Nach Beratungen mit dem Verwalter des Spitals kauften wir mit einem Teil unseres Geldes Schaumgummimatratzen für 22 Betten, etwa 100 m Stoff für die Matratzenüberzüge (er darf nicht rot sein, rot bedeutet russisch) und Stoff für Leintücher. Dann nähten wir stunden-, ja tagelang auf einer ganz primitiven Nähmaschine. Nach ein paar Tagen kamen einige Afghanen, um uns zu helfen. Sie wollten die ersehnten Betten ja so schnell als möglich erhalten.

Mit der Zeit waren wir in «unserem» Spital richtig zu Hause. Wir waren bei einer Operation dabei. Das Bein eines kleinen Knaben, der auf eine Mine getreten war, musste amputiert werden. Der Kleine erholte sich sehr schnell. Wir wünschten uns, seinen weiteren Lebensweg verfolgen zu können, aber wahrscheinlich wird er in irgendeinem Flüchtlingslager untertauchen.

## Import von Handarbeiten in die Schweiz?

**24. Oktober 1982**

Heute fuhren wir mit einer Ambulanz hinaus in ein Flüchtlingslager, etwa 50 km ausserhalb der Stadt. Es befindet sich in einer kahlen, kargen, bergigen, grossartigen Landschaft, ohne Bäume,

ohne Gras. In diesem einen grossen Lager leben 300 000 Flüchtlinge. Eine Lehmmauer ist an die andere gereiht, ein Zelt ans andere. Eine unvorstellbare Zahl, besonders noch, wenn wir bedenken, dass die Afghanen stolze, unabhängige, freiheitsliebende Menschen sind, die eigentlich einen grossen Lebensraums benötigen.

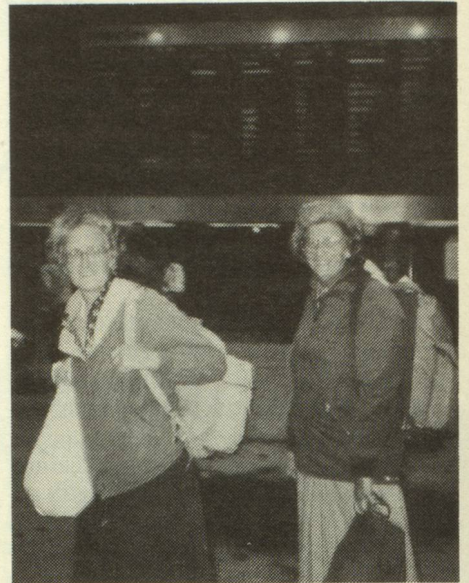
Wir besuchten in diesem Lager verschiedene Familien, hörten von ihren Problemen, sassen lange zusammen mit ein paar afghanischen Frauen in einem dieser dunklen Lehmhäuser und verhandelten über Qualität und Preise von verschiedenen traditionellen Handarbeiten. Wir möchten eventuell zusammen mit einer Österreicherin, die sich dort im Land für diese Frauen einsetzt, einen Import dieser Stickereien in die Schweiz organisieren.

## Abenteuerliche Zugreise

**30. Oktober 1982**

Wir fuhren mit dem Zug von Quetta nach Peshawar – 43 Stunden! Wir sind zwar vorher von verschiedenen Leuten gewarnt worden, das sei nichts für uns, viel zu lang, zu laut, zu unbequem. Fliegen sei viel besser. Wir entschlossen uns aber trotzdem für den Zug, erstens einmal ist er viel billiger, und wir wollten ja unser Geld ausgeben für die afghanischen Flüchtlinge, und zweitens lernt man auf so einer Fahrt die Einheimischen und ihre Art, zu leben und zu reisen, viel besser kennen. Wie weit dieses Kennenlernen dann allerdings ging, hatten wir uns doch nicht ganz vorstellen können.

Wir waren in einem Erstklassfrauenabteil, innert kürzester Zeit war alles besetzt, die Bänke und die Betten über unseren Köpfen. Am Boden standen



*Verena Frauenfelder und Martha Greiner*

Kisten, Ölskanister, Taschen, Käfige mit Hühnern, und überall, wo dazwischen noch Platz war, sassen oder lagen Kinder. Wir konnten kaum unsere Füsse auf den Boden stellen. Etwa nach 25 Stunden stieg eine Familie nach der andern aus, aber Ruhe hatten wir trotzdem nicht. Wir waren noch die einzigen Personen in diesem Wagen, als plötzlich fünf Polizisten, jeder mit einem Gefangenen an einer langen Kette, sich in unserem Abteil einrichteten. Fenster und Rolläden wurden geschlossen, die Türen mit langen Nägeln zugenagelt. Wir waren schon auf Überfälle auf unseren Zug gefasst, aber unsere Reise verlief dann doch noch friedlich.

## Erfahrungen mit Schulen

**5. November 1982**

Den heutigen Tag hatten wir uns für Schulen reserviert. Zuerst sahen wir eine Knabenschule, die gerade erst in ein neues Gebäude umgezogen war. Überall sassen die Knaben, alles afghanische Flüchtlinge, mit ihren Lehrern und lernten.

Nachher waren wir in einer kleinen Teppichschule. Es ist eine Art Internat, von Amerikaern organisiert. Die kleinen Knaben im Alter von ungefähr zehn Jahren lernen lesen und schreiben, und jeden Tag arbeiten sie an ihrem eigenen Teppich. Sie werden von pakistanischen und afghanischen Instruktoren ganz gründlich in die Kunst des Teppichknüpfens eingeführt.

Wenn so ein Junge einen Teppich selbstständig hergestellt hat, kann er ihn der



Schule verkaufen. Er erhält einen Teppichrahmen und Wolle für zwei Teppiche und kann damit ins Lager zu seiner Familie zurückkehren, wo er dann seinen Angehörigen sein Wissen weitergeben kann.

Als nächstes fuhren wir hinaus in einen vorort von Peshawar. In einem kleinen Haus fanden wir eine Mädchenschule. Das freute uns ganz besonders, denn von verschiedenen Leuten hatten wir schon gehört, Schulen für Mädchen existierten nicht, die Mädchen würden nicht oder nur schlecht unterrichtet.

Nach der Schule, die uns übrigens einen guten Eindruck gemacht hatte, unterhielten wir uns noch lange mit der Lehrerin, einer jungen Afghanin. Sie setzt sich sehr ein für ihre Schülerinnen und deren Familien, und viele neu zuziehende Flüchtlingsfrauen holen bei ihr Rat und Hilfe.

## Jagd nach dem Visa

### 8. November 1982

Früh am Morgen waren wir heute aufgestanden. Es tat uns nicht leid, unser Hotel zu verlassen. Drei Tage waren wir dort einquartiert in einem Zimmer mit Dusche, WC, Lavabo, alles, was nötig war, nur das Wasser dazu fehlte. Wohl aber reute uns, die Umgebung dieses Hotels nicht mehr zu sehen. Wir wohnten dort direkt an einem grossen Bushof, voller Betrieb, fast wie ein riesiger Chilibplatz, voll von phantastischen, farbig bemalten Lastwagen und Bussen, wie man sie nur in Pakistan und Afghanistan sieht. Einen solchen schönen Autobus bestiegen wir ganz früh am Morgen, aber wir hätten besser nach dem Tempo gefragt, anstatt nur auf die Schönheit zu achten.

Alle andern Vehikel überholten uns, erst nach vielen Stunden waren wir in Lahore, und dabei mussten wir dringend noch am gleichen Tag bis nach Indien, da unser pakistanisches Visum ablief. Von Lahore bis zur Grenze fuhren wir per Taxi, das auch noch defekt war. In der allerletzten Minute kamen wir beim Grenzposten an. Alle die Träger, die sich sonst darum streiten, den Reisenden das Gepäck von den pakistanischen Grenzgebäuden bis zur ziemlich weit entfernten Grenze zu tragen, hatten schon Feierabend. Sie lachten uns nur an, riefen «Hurry up» oder «You're too late».

Wir schafften es aber gerade noch, das grosse Grenztor wurde schon zugeschoben, als wir dort ankamen.

**Warum sich ein  
Inserat im  
SCHWEIZER FRAUENBLATT  
immer lohnt – sagt Ihnen**

**Klär Otto  
Tel. 01/8402056**

Gleich ausserhalb des indischen Grenzpostens steht ein schönes neues Hotel, hier übernachteten wir. Ich habe zwar schon Mäuse im Zimmer entdeckt, aber es hat wenigstens Wasser hier, wenn auch nur kaltes.

Morgen werden wir wieder über die Grenze zurückkehren und hoffentlich beim Eintritt nach Pakistan das Visum für einen zweiten Monat erhalten.

## Gefährliche Ferienreise

### 12. November 1982

Bis jetzt waren wir fimmer so beschäftigt, die ganze Zeit für irgend etwas oder irgend jemanden unterwegs, und dazu war es so heiss, dass wir fanden, wir hätten einen oder zwei Tage Unterbruch verdient. Dazu schien uns ein Abstecher nach Swat gerade recht.

Also fuhren wir mit dem Bus in zwei Etappen bis weit hinaus in die Berge nach Kalam. Unterwegs überlegten wir uns ernsthaft, ob wir den Weg zurück zum Teil zu Fuss machen sollten, so gefährlich schien uns die Strasse. Eng, steil, mit Löchern und abbröckelnden Rändern. Dazu fuhr der Fahrer so, als wenn langsam fahren oder bremsen gegen seine Ehre wäre. Ganz unbegründet waren unsere Bedenken auch nicht, wir sahen mehr als einen abgestürzten Lastwagen unten im Tal am Flussrand liegen.

Den Ausgleich zur Hitze in Peshawar fanden wir im Swattal. Sobald die Sonne untergegangen war, wurde es eisig kalt. Das Restaurant konnte mit einem Holzofen etwas geheizt werden, das Schlafzimmer aber war so kalt, dass wir mit all unsern Kleidern in den Schlafsack krochen.

Die Rückfahrt nach Kalam verlief dann verhältnismässig langsam und vorsichtig. Auf dem Dach unseres überfüllten Busses wurde ein Verwundeter auf einer Tragbahre mit Seilen angebunden. Der Fahrer durfte diesen Mann nicht zu sehr durchrütteln, und so kamen auch wir zu einer guten Heimfahrt.

## Überwältigende Gastfreundschaft

### 22. November 1982

Nun sind wir wieder in Punjab zwischen Rawalpindi und Lahore. Der Zug heult und saust durch die Gegend. Als wir vor ein paar Wochen auf der Fahrt nach Peshawar in entgegengesetzter Richtung hier vorbeikamen, ging gerade die Sonne unter, jetzt wird es langsam hell, die Sonne wird bald kommen.

Was haben wir nicht alles erlebt zwischen jenem Sonnenuntergang und dem heutigen hellen Morgen. Wir können fast nicht glauben, in so kurzer Zeit so viele Menschen, so viel Elend gesehen zu haben. Alle die Verwunde-

## Körper-Massage Fuss-Druckmassage Shiatsu

### Wochenkurse mit Diplom-Urkunden

Unsere Kurse sind seriös und preisgünstig.

Unterlagen durch:

Massageschule Pro Sanitate  
Postfach 327  
3930 Visp  
Tel. (028) 46 1207  
Privat (028) 46 26 32

ten in den Spitälern, die kleinen Kinder in den Schulen, die nicht mehr wissen, wohin sie gehören, die Händler am Strassenrand, die mit wenig mehr als nichts wieder neu anfangen wollen, für ihre Familien zu sorgen. Da haben wir zum Beispiel einen alten Mann ausserhalb eines Flüchtlingslagers gesehen. Er hatte ein kleines Feuerchen, kochte darauf Tee, um ihn den Vorübergehenden zu verkaufen. Wir sassen auf ein paar Balken am Strassenrand, tranken Tee und unterhielten uns mit ihm, so gut es möglich war. Als es dann ans Bezahlen ging, da weigerte er sich, Geld anzunehmen. Wir zwei Frauen seien von so weit hergekommen, um zu sehen, wie es ihnen gehe. Wir würden jetzt wieder zurückfahren in unser Land, um den Leuten dort von all den Problemen der Flüchtlinge zu erzählen. Das sei für ihn, für alle so wichtig, da könne er nicht noch von uns Geld annehmen, eher gebe er uns noch jenes Huhn dort drüben an der Mauer mit. Das war nur eine einzige unserer vielen kleinen Begegnungen. Alle diese Menschen werden wir nicht vergessen, auch wenn sie nur für Augenblicke unseren Weg gekreuzt haben.

Wir haben auf dieser Reise aber auch festere Kontakte geschlossen mit Afghanen, Pakistanern, Europäern, Menschen kennengelernt, die für uns wirkliche Freunde geworden sind, zu denen der Kontakt nicht abreissen wird und durch die wir auch in Verbindung mit Afghanistan bleiben werden.

**Beweismittelbeschaffung**  
für Wirtschaft und Private

**Überwachungen**  
von Personen

**Reise- und  
Ferienbegleitungen**  
im In- und Ausland

**Privatdetektivbüro AG**  
Grüngasse 31, 8004 Zürich  
Tel. (01) 241 14 14



gegründet 1962 (Tag und Nacht)



# Der Mensch im Mittelpunkt

## Eine Kunsthistorikerin schreibt:

Das Titelbild zeigt die Plastik «Familie», die von der in Weesen am Walensee geborenen Anna-Maria Buchmann-Kurfürst geschaffen wurde.

Bei aller formalen Strenge dieses Bildwerkes wird das geistige Engagement AMB deutlich: die Bedeutung zwischenmenschlicher Beziehungen bei Wahrung der Individualität, die Pflege des Dialogs in der menschlichen Gemeinschaft, sei es in der Familie oder im Freundeskreis. Die Neigung der Figuren zueinander entspringt somit nicht nur ästhetischen Bedürfnissen und Grundsätzen, sondern wird Aus-

druck des liebenden, dem andern zugehenden Menschen. Diese in ihrem künstlerischen Schaffen immer wiederkehrende Theamtik schliesst noch einen zweiten Schwerpunkt ein: die Evolution in der Natur, ihr ewiger Kreislauf mit Werden, Sein und Vergehen, der unbegreiflichen Gegensatzeinheit. AMB holt sich ihre kreativen Ansätze bei langen Spaziergängen und Wanderungen, die so gegensätzliche Landschaften wie diejenige des Baldeggersees oder der Baleareninsel Formentera berühren. In ihrer strengen Formsprache finden sich daher Abstraktio-

nen, die ihren Ursprung aus dem Vegetabilen – Bäume und Knospen – verraten.

Überblickt man AMB gesamtes plastisches Schaffen, so sind klare Entwicklungslinien sichtbar, die das Heranreifen zur engagierten Künstlerin aufweisen. AMB will neben ihrem ästhetischen Formwillen eine programmatische Aussage machen, die sich auch in der Wahl der Titel widerspiegelt: Los Padres, Dialog, Solidarität, Mutter Erde, Flucht ... wobei Wortinhalt und plastische Aussage einander entsprechen.

Gleichsam als «Ferien vom Ich» malt AMB Aquarelle, Gouachen und Ölbilder nach der Natur, die in ihrer Expressivität ein wenig an Nolde erinnern.

Dem originären Ausdruck ihres Anliegen entspricht auch die Wahl der Technik und des Materials. AMB hat hier ihren eigenen Weg gefunden. Sie kann und will ihre Liebe zum Ton nicht verleugnen. Man spürt, AMB ist als Keramikerin von der Lebendigkeit der Oberfläche dieses Materials, dessen reiche Ausdrucksskala selbst bei einem meisterhaft gelungenen Bronzeguss reduziert wird, fasziniert. Ihr Ausweg ist eine eigene Rezeptur, die sie als «Bronzene Erde» bezeichnet. Sie vermag mit diesem Material zwei gegensätzliche Oberflächentexturen zu vereinen: das warme metallische Oberflächenlicht der Bronze mit dem nuancierten Relief des sandigen Tones. Eine ungemein reizvolle Kombination, die jedoch handwerklich nicht ganz leicht zu bewältigen ist. Bei dieser Technik sind die Plastiken Unikate, eine Seltenheit in unserer kunstmarktorientierten Zeit.

AMB hat bereits zahlreiche erfolgreiche Ausstellungen in bekannten Galerien des Inlandes aufzuweisen. In den 17 Jahren ihrer künstlerischen Tätigkeit zeigte sie ihre Werke aber auch in verschiedenen ausländischen Galerien zwischen Paris und Formentera.

RM, Kunsthistorikerin



«Die Flucht», so nennt sich diese Plastik.



## Anna-Maria Buchmann über sich selber

Wenn ich mit meinen Werken an die Öffentlichkeit trete, werden von Besuchern, die mich nicht kennen, meistens die drei gleichen Fragen gestellt:

1. Was sind die Beweggründe Ihres Schaffens? Wo liegt der Schwerpunkt und was ist Ihr Anliegen?

2. Wie entsteht eine Skulptur? Wie gehen sie bei ihrer Arbeit vor, und was für ein Material verwenden Sie?

3. Wie lange dauert es, bis so eine Skulptur fertiggestellt ist?

1. Der Gedanke ist die Ursache für eine Handlung, sei es in Form von Sprechen, körperlicher Tätigkeit oder des schöpferischen Arbeitens. Aus diesen Gedanken entstehen Bilder. Ich persönlich habe einfach das Bedürfnis, diese Bilder mit meinen Händen zu formen und zu gestalten. Im Alltag wird man mit allen möglichen Begebenheiten konfrontiert, die man innerlich verarbeitet. Da der Mensch im Mittelpunkt meines Schaffens steht, sind die Situationen oder Ereignisse, die unmittelbar mit ihm im Zusammenhang stehen, für mich von besonderer Bedeutung: die Freude, das Leid, die Begegnung, der Dialog, die Familie, usw. Nehmen wir ein konkretes Beispiel: Ich lese, dass irgendwo in der Welt Menschen durch ein bestimmtes Ereignis in Bedrängnis und Not geraten sind. Aus diesen Gedanken, die ich nun weiterverfolge, entstehen Bilder, wie in diesem Fall z.B. Kinder, die umherirren und ihre Mutter suchen, jemand, der ratlos vor seinem zerstörten Haus steht, einzelne Menschen, die davonrennen, oder ganze Gruppen von Leuten, die wortlos sich zusammenfinden und in einer bestimmten Richtung gehen. Dieses letzte Bild prägte ich mir ein: flüchtende Menschen! Frauen, Männer, Kinder mit schleppendem Gang, hängenden Köpfen, schwach und entmutigt, bewegen sich mühsam mit kleinen Schritten vorwärts. Dann mache ich eine Skizze, z.B. wie sie eben im Begriffe sind, ihre Marschroute zu ändern. Dann gehe ich an die Arbeit, indem ich mich in ihr Schicksal hineindenke. Dementsprechend sieht dann auch ihr Gebaren und ihre Körperhaltung aus.

Man wird nun diese Gruppe als Ganzes sehen, das Leid dieses armseligen Häufleins elender Menschen wahrnehmen und spüren. Man weiss auf den ersten Blick, dass hier enttäuschte Menschen ziellos fortziehen. Der Titel dazu heisst dann schlicht: Flucht!

Ich möchte mit meinen Skulpturen geistige und emotionelle Aussagen machen und soziale Werte gültig ausdrücken. Die Aussagekraft soll durch die vereinfachte Formgebung voll erhalten bleiben. Ich freue mich jedesmal, wenn es mir gelingt, durch die

Auswahl der entsprechenden Themen diesen Anforderungen gerecht zu werden.

2. Das verwendete Material ist eine eigene Mischung von verschiedenen Tonerden, die vorerst einmal tüchtig geknetet werden. Ich verwende für meinen Aufbau keine Stützelemente, sondern arbeite frei. Dieses Material liegt mir besonders, denn ich erhalte dadurch lebendige und warme Strukturen, die ganz verschiedenartig sein können. Wenn eine solche Skulptur weiterverarbeitet wird, z.B. als Bronze, sei es als Bronzeguss oder als «bronzene Erde», spielt auch das Metall mit seiner Patina mit und ergänzt sich harmonisch mit der Oberfläche.

3. Das ist eine Frage, die ich nie beantworten kann. Selten kann in durchgehender Arbeit ein Werk vollendet werden. Ich lasse es wieder stehen, ändere wieder aber, baue wieder auf oder fange vielleicht wieder ganz von vorne an. Manchmal habe ich verschiedene Werke gleichzeitig in Bearbeitung. Zudem kommt hinzu, dass ich nicht jeden Tag gleich gut disponiert bin und deshalb eine günstige Phase abwarte, oder ich werde viel gestört, habe vielleicht auch andere Verpflichtungen. Es kann aber auch gut sein, dass ich die ganze Nacht hindurch arbeite und überhaupt nicht bemerke, dass es bald Morgen wird.

Den ganzen Vorgang, von der Idee bis zur Wirklichkeit, empfinde ich manch-

Frau Kaufmann ist bekannt erfolgreich und diskret. Sie hilft auch Ihnen mit ihrer

## medialen Begabung

Durch **Kartenlegen** bei Entscheidungen, privaten oder beruflichen **Problemen**. Durch **Astro-Psychologie** für **Zukunfts**-, Partnerschafts- und Personen-Analysen. Durch **Telepathie** bei **Prüfungen** usw.

Durch **Fernbehandlung** aller **geistig** beeinflussbaren Begebenheiten.

Auch **Langzeitbehandlung**.

Nähere Auskunft und Anmeldung  
morgens ab 07.00 Uhr  
Telefon 056/71 1345

mal wie eine Geburt, da ich mitlebe und mitfühle. Das ist auch der Grund dafür, dass ich mich nur ungern von meinen Werken trennen kann. Der Abschied fällt mir schwer. Der einzige Trost, der mir bleibt, ist, zu wissen, dass mein Werk bei lieben Menschen seinen geeigneten Platz findet und sich der Besitzer immer wieder daran erfreuen kann.

A. M. B.

NB. Das Titelbild «Familie» kann auch in der gleichen Grösse als Karte zum Preise von Fr. 3.80 bei mir direkt bezogen werden: Frau A. M. Buchmann, Im Grünen, 6283 Baldegg/Formentera.

Anna-Maria Buchmann vor dem Kunstkeller





# Ausflugsziele und Hotels

## Für Sie ausgesucht

### Nordschnee und Südsonne

San Bernardino – ein alter Ort aus Römerzeiten – schickt sich an, die Skifans aus dem Norden zu begeistern. 140 Einheimische tun alles, um ihre Gäste zu befriedigen.

San Bernardino, Teil der Gemeinde Mesocco und zu Graubünden gehörend, war früher wegen seiner Heilquellen bekannt. Die heute noch in Betrieb stehende «Fonte San Bernardino» zeugt davon.

Die Wintersaison gewann erst an Bedeutung, als 1967 der San-Bernardino-Autotunnel eröffnet wurde und das übrige Strassennetz durch Korrekturen eine bessere Zufahrt zu den Winterzeiten gewährleistete. Der Postautodienst ab Bellinzona oder Thusis verband den Ort mit bedeutenden Bahnstationen.

Die Schneehänge auf Confin im Westen des Dorfes oberhalb Fracch zwischen Piz Rotondo, Piz Mucia und Pan de Zucher fanden schnell neue Freunde. Eine Motor-Columbus-Studie zeigte den Weg, wie San Bernardino zum Skiort werden könnte.

Der preislich günstige Familienort, mit wenig bis keinen Wartezeiten an Gondelbahnen und Skiliften (zumindest während der Woche), bietet zudem schöne Tourengebiete am Mucia, dem Zapporthorn, am San-Bernardino-Pass und am Pizzo Uccello.

Den Langläufern wird ein neues Loipenhaus, verbesserte Umkleide- und Duschmöglichkeiten bringen.

San Bernardino unternimmt für den Gast sehr viel, versucht jedoch gleichzeitig, das Gesamtbild so wenig wie möglich zu stören, was sich nur positiv auswirken wird.



6682 Bad Vals in Graubünden  
Das Skigebiet Faltschona (2490 m)

### Hotel Therme Bad Vals

Der Kurort Vals im Kanton Graubünden liegt auf 1250 Meter Höhe, 20 Kilometer südlich von Ilanz, im St. Peter- oder Valsertal. Vals, eine typische Walser Siedlung, zählt heute rund 1000 Einwohner und ist damit die grösste und zugleich einzige deutschsprachige Gemeinde im Lugnez.

Vals ist das ganze Jahr hindurch, insbesondere auch im Herbst und Winter, nebelfrei. Durch den Bau des Hotels Therme in den späten 60er Jahren wurde die seit über 3000 Jahren nachgewiesene, heute weit herum bekannte, einzige Thermalquelle Graubündens neu erschlossen. Hier wird das bekannte Valser Kur- und Mineraltafelwasser, welches sich durch einen hohen Grad von Mineralien auszeichnet, gefasst und abgefüllt.

### Sich gesund schwimmen

Das Freiluft-Thermalschwimmbad in Baden präsentiert sich als ideale Möglichkeit, sich gesund zu schwimmen und fit zu bleiben.

Eine erfolgreiche Thermalkur soll nicht nur dem Körper, sondern auch dem Gemüt neue Spannkraft verleihen. Dies bedingt drei grundsätzliche Voraussetzungen: Erstklassige medizinische Einrichtungen – modernster Komfort, Behaglichkeit und aufmerksame Bedienung und Betreuung – Ruhe und Erholung in wohlthuender Umgebung. Genau diesen Anforderungen entsprechen die drei Verena-hof-Hotels. Sie liegen bei einem neuzeitlichen medizinischen Zentrum, zu dem sie direkten, geschützten Zugang haben. Der ganze Komplex befindet sich in oder am Rande einer prächtigen Grünanlage am Ufer der Limmat. Es ist eine Oase der Ruhe, abseits vom Verkehr und doch nicht allzu weit vom vitalen Stadtzentrum entfernt.

Zur Ergänzung der eigentlichen Badekur bietet das medizinische Zentrum vollassortierte Therapieeinrichtungen: Massagen (auch Bindegewebemassagen), Turnsaal und Thermalgebad für Heilgymnastik, Elektrotherapieapparate verschiedenster Art, Einrichtungen für Extensionen, Fangopackungen usw. ... kurz, alles zur wirksamen Behandlung jeglicher Art von degenerativen Rheumaerscheinungen und von Unfallfolgen – besonders an Gliedern, Gelenken und Wirbelsäule.

Führendes, traditionsreiches Hotel im Ort. Vollkommen renoviert 1977. Ruhige Lage, Bar, Dancing, Bankett- und Seminarräume. Kandahar-Grill. Garage und Autopark in Stechelberg. Grill-Spezialitäten

**HOTEL MÜRREN**

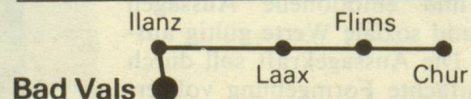
C. + M. Martin  
3825 Mürren/Schweiz  
Berner Oberland  
Tel. 036 55 24 24, Telex 923 225

/// Für anspruchsvolle Sportferien.  
Für gelungene Tagungen und Seminare. ///



**Hotel Therme Bad Vals**  
7132 Vals GR  
1257 m. ü. M.  
Telex 74294 Telefon 086 / 5 01 11

**Treffpunkt sympathischer Leute**  
...zum Skifahren und Schwimmen

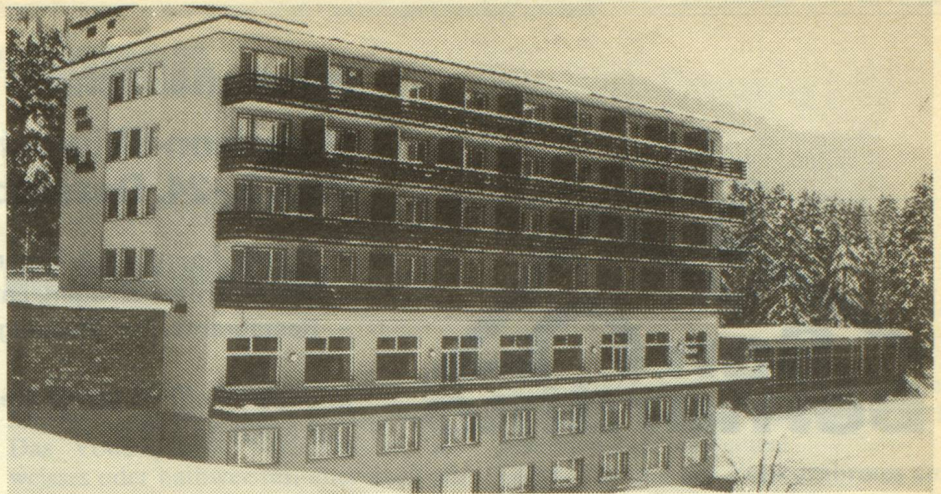




## Der Gast ist Freund

Dem 100-jährigen, gleichzeitig jungdynamischen Familiensportort Lenzerheide-Valbella ist es gelungen, den äusseren Rahmen für gelungene Ferien zu schaffen.

Durch eine geschickte Verteilung der Liftanlagen kann man von einer beliebigen Talstation aus auf die Höhe kommen mit sämtlichen Abfahrtsmöglichkeiten auf dem Hin- und Rückweg, und ohne das Auto zu benutzen. Es geht ein Angebot von 36 Anlagen zwi-



### Hotel Montana

Hallenbad, Sauna, Solarium, Parfumerie, Boutique, HP Fr. 54.- bis Fr. 88.-

Vom 26. 11. - 24. 12. 83, 7. 1. - 11. 2. 84

**Dezember-/Januar-Silberschneewochen ab Fr. 580.-**

(7 Tage HP, 6 Tage Skiabonnement, 5 Tage Skischule, Skibus, Hallenbad)

Vom 24. 12. 83 - 7. 1. 84, 11. 2. - 24. 3. 84

**Montana-Wochen ab Fr. 670.-**

(7 Tage HP, 6 Tage Skiabo, Hallenbad)

Hotel Montana  
CH-7563 Samnaun  
Tel. 084/9 51 93  
Telex 74 409

**Internat. Skiarena  
Samnaun im Engadin**

schen Churwalden und Lenz mit über 48 langen Skipisten zur Verfügung, jeweils auf Sonnenhängen: Vormittags sind die weiten Abfahrtsflächen vom Scalottas-, Danis- und Stätzerhorn-Gebiet in der Sonne, am Nachmittag das Schwarz-, Weiss- und Rothorn mit mehreren Schleppliften, einer Sesselbahn, einer Gondel- und einer Bergbahn.

Weitere Angebote: 50 km Langlaufloipen und eine 2 km lange Nachtloipe, 3 km lange Skibobpiste, 40 km gepfadete

Spazierwege, eine Schlittel- und Natureisbahn, tägliche Pferdeschlittenfahrten, Curling, Eisstockschiessen, ein Sportzentrum mit Sauna und Hallenbad. Bekannt sind die Chämihüttenabende im Berggasthaus Schamoin und Sonderfahrten der Rothornbahn. Es gibt ein Kino und sechs Diskotheken. Ausserdem werden Pauschalarrangements - alles inklusive - arrangiert.

Verkehrsbüro Lenzerheide,  
Tel. 081/34 15 89

## 7 gesunde Tage für Fr. 425.-

**Im Preis inbegriffen:**

- 8 Tage Hotelaufenthalt in Einzel- oder Doppelzimmern mit fliessend Kalt- und Warmwasser, Telefon
- Täglich 3 Mahlzeiten, mittags 3 Menüs zur Auswahl
- 7 Eintritte ins moderne Hallen- und Freiluft-Thermal-Schwimmbad (direkt mit dem Hotel verbunden) oder für Einzel-Thermalbäder im Hause
- Willkommensapero
- Solarium

**Auf Wunsch zusätzlich:**

- Ganz- oder Teilmassagen, Heublumenwickel, Unterwasserstrahlmassagen, Kohlensäurebäder, Inhalationen, FANGO

Dieses Angebot ist vom 15. 10. 83 bis 30. 6. 84 (über Weihnachten kleiner Zuschlag. Reservieren Sie unter Nummer (056) 22 52 51 oder bestellen Sie den Aufenthalt mit einer einfachen Postkarte bei



Badhotel Ochsen, 5400 Baden



**DIÄT &  
KNEIPP-  
SANATORIUM**

*Dr. L. Felbermayer*

**Kuranstalt für biologische Ganzheitsbehandlung  
A-6793 Gaschurn/Montafon/Austria**

Ärztliche Leitung: Dr. L. und R. Felbermayer  
Telefon: 00 43/55 58/617-0 Telex: 52 145

### RUHE - ERHOLUNG - GENESUNG

finden Sie in einem Haus mit gepflegter **österreichischer Gastlichkeit.**

Gesunde **Vollwerternährung** aus biologischem Anbau ist die Basis unserer **naturgemäßen Behandlung.**

Heilmassagen, Mayr-Kuren, Akupunktur, Neuraltherapie, Ozonbehandlung, Revitorgan-Zelltherapie. Heilmassagen und -gymnastik, Ozonhallenbad.

Diätvorträge, Schulung in gesunder Küchenpraxis, Konzert- und Liederabende, Volkstanzabende - auch für Senioren.

**Alpiner Schilaulauf** in der SILVRETTA - NOVA, **Schilanglauf** auf gepflegten Loipen.

Feiern Sie mit uns ein **besinnliches Weihnachtsfest** und verbringen Sie einen **heiteren Silvesterabend** in unserem Sanatorium.

Geöffnet vom 20. Dez. 1983 bis 5. Mai 1984 und vom 4. Juni bis 17. Nov. 1984.

Fordern Sie **Gratisprospekte** unter "mir Fraue" an.





## Nördlicher Schnee unter südlicher Sonne Vorsaison-Skiwochen vom 3.-24. Dezember 1983

- Hotels, Aparthotels, Ferienwohnungen
- Moderne Bahnanlagen, Langlaufloipe, Eisplatz
- Restaurants, Bar, Dancing, Schwimmbhalle

Informationen: Verkehrsverein San Bernardino,  
Tel. (092) 94 12 14

### Privatkliniken in der Schweiz

Die Broschüre «Privatkliniken in der Schweiz» ist in einer fünfssprachigen Ausgabe (deutsch/französisch/italienisch/englisch/spanisch) neu erschienen. Dieses von der Vereinigung der Privatkliniken der Schweiz und der Schweizerischen Verkehrszentrale (SVZ) gemeinsam herausgegebene Imprimat orientiert über die Leitung der Kliniken, deren Bettenanzahl, die Behandlungsarten und Behandlungsschwerpunkte. Die Broschüre wird kostenlos abgegeben. Bestellung mit einer Postkarte an folgende Adresse: SVZ, Postfach, 8027 Zürich.

### Ideales Kurprogramm

Im Hochschwarzwald, auf 1020 m Höhe, steht inmitten prächtiger Wald- und Wiesenvegetation das Haus Kapellenblick. Die Leiterin des Hauses, Ingeborg-U. Kürzel, hat sich zum Ziel gesetzt, den gestressten Menschen zu einer gesunden und natürlichen Lebensweise zurückzuführen. Die biologisch-dynamische Ernährung mit frischen Getreidekeimlingen angereichert, ist ein Jungbrunnen für den Körper. Die Mahlzeiten sind abwechslungsreich, es wird auch die «Trennko-

st» beachtet und sie werden so liebevoll angerichtet, dass man Fleisch nicht vermisst.

Die individuelle Schönheitspflege von Kopf bis Fuss lässt keine (Schönheits-) Wünsche mehr offen.

Das Kurprogramm umfasst auch täglich JOGA-Gymnastik, Atemtraining und gezielte Problemzonenbehandlung.

HAUS KAPELLENBLICK, Frau Ingeborg-U. Kürzel, BRD-7868 Todtnauberg/Hochschwarzwald.

### Parkhotel Tarasp 7550 Schuls, Engadin

Das ideale Skigebiet im Unterengadin für die ganze Familie (2 Seilbahnen, 12 Lifte ohne Wartezeiten) sowie herrliche Langlaufloipen, Eis- und Kunsteisbahn.

Halbpension ab SFr. 70.-  
Preisgünstige Skipauschale Hotel-Lift SFr. 639.-  
per Woche, Kinderermässigung 50%.

Telefon (084) 9 12 21

### CH-AROSA Kurhaus Prasura

immer aktueller mit biologischer Rohrnahrung für Ferien- und Kurgäste.  
Schönste sonnige Lage  
Alkohol- und nikotinfreies Haus.  
Ein Schritt zur Erhaltung Ihres Wohlbefindens und einer gesunden Umwelt.  
Heilfastenkuren mit verschiedenen Anwendungen unter ärztlicher Betreuung.  
Prospekte auf Anfrage.  
Telefon 081 / 31 14 13  
Inhaber E. und P. Fraefel

## Flüge nach überall



In einer Zeit, wo die Flugpreise ändern wie die Wolken am Himmel - da lohnt es sich, Günstigflug-Experten zu kennen.

Die Flugspezialisten von SSR finden garantiert eine Super-Sparvariante für dich, ganz gleich, welches dein Ziel ist.

Fragen kostet weniger, als zuviel bezahlen. Nämlich gar nichts.



## SSR-Reisen

Basel, Bern, Biel, Chur, Genf, Lausanne,  
Luzern, Neuenburg, St. Gallen, Zürich

Telefonverkauf 01/242 31 31

*anders als anders*  
Reisen  
für  
junge Leute.



# Sich gesund ernähren

## Biologisches Gemüse und Bio-Vollkornbrot im Abonnement

Das wöchentliche Bio-Gemüsepaket der AVG Galmiz gilt als eine echte Leistung für Konsumenten und Produzenten. Es hat schon seit langem in Tausenden von Familien Aufnahme gefunden und findet immer neue Freunde. Soviel Treue liess 1975 den Gedanken keimen, der bewährten Idee noch eine neue Dienstleistung anzugliedern und den vielen treuen Familien auch ein echtes biologisches Vollkornbrot, das «Möschberg-Brot» im Abonnement zur Verfügung zu stellen. Trotz mancher Bedenken wurde im September 1975 nach monatelangen Versuchen mutig der grosse Schritt gewagt. Bio-Früchtebrot ein herrlich mundendes Früchtebrot, ebenfalls ausschliesslich mit Bio-Vollkornschrot, dazu mit Birnenschnitt, Feigen, Sultaninen, Haselnüssen, Mandeln und Äpfeln. Der Erfolg übertraf alle Erwartungen: schon nach zwei Monaten bezogen fast 1000 Familien regelmässig ihr Bio-Brotpaket und seither sind es rund 5000 Abonnenten geworden.

Was ist wohl das Geheimnis dieses Erfolges? In erster Linie zweifellos das Vertrauen der vielen Abonnenten in die AVG-Galmiz, dass auch für dieses Brot ausschliesslich garantiert biologisches Getreide verwendet wird. Dieses Vertrauen ist gerechtfertigt: durch lückenlose Kontrollen beim Anbau, eine erprobte Zusammenarbeit mit der Eidg. Getreideverwaltung, eine strenge Auswahl der Hilfsbetriebe und wirkungsvolle vertragliche Abmachungen wird in der Tat absolut sichergestellt, dass das Bio-Getreide vom Produzenten unvermischt zur Mühle gelangt und vom Müller separat gelagert, vermahlen und direkt in eine Backstube geliefert wird, wo ausschliesslich dieses biologische Brot gebacken wird und deshalb jede Garantie geboten ist. Ebenso wichtig ist, sicherlich, dass es sich um ein Vollkornbrot im wahren Sinne des Wortes handelt, in welchem alle die wertvollen Nähr-, Wirk- und Faserstoffe des ganzen Getreidekornes und des Keimlings enthalten sind. In der Tat wird der für dieses Brot bestimmte Weizen und Roggen vom Müller lediglich geputzt und sodann mit allen seinen Randschichten und Keimlingen vollständig zu feinstem Schrot vermahlen, welcher also den ganzen Reichtum des vollen Kornes in sich

schliesst. Beim backen werden nur Meersalz und etwas Hefe hinzugefügt. Das Vollkornbrot wertvoller ist als weisses oder halbweisses, aber auch als Ruchbrot, ist schon seit Jahrhunderten eine Binsenwahrheit, die erst in den letzten Jahren wieder ernst genommen wird. Schon die alten Ägypter waren Künstler des Brotes, die Griechen betrachteten es als eine göttliche Speise, die römischen Legionäre eroberten mit ihrem selbst gebackenen Getreidefladen als Hauptnahrung die ganze damals bekannte Welt. Erst unserer «Zivilisation» blieb es vorbehalten, das Brot seines vollen Wertes zu berauben und zum Genussmittel zu degradieren. Was wertvoll und gut ist, bekommen bei uns die «glücklichen» Schweine, und wir arme Menschen haben dafür mit Speck und Kalorien zu kämpfen.

Nach einem Bericht von Adolf Roos über «Das Kieferskelettmaterial vom ehemaligen Gottesacker des Augustinerklosters (in Basel), Rückschlüsse auf die Essensgewohnheiten der Mönche und ihrer Zeitgenossen» im SANDOZ-Bulletin 28/1973 besass der 69 Jahre alt gewordene grosse Gelehrte Erasmus von Rotterdam ein völlig kariesfreies Gebiss und hatte nur einen einzigen Zahn wegen eines Abszesses verloren. Bis 1529 fand man in diesem Kloster weniger als 10% Karies, im Basel der Neuzeit sollen nach demselben Bericht ca. 85% Karies anzutreffen sein. Wie ist das zu erklären? Der Bericht schreibt dazu: «Jedenfalls dürfte Vollkornbrot Hauptnahrungsmittel Nr. 1 im Klosterhaushalt gewesen sein, woraus sich die starken Abrasionerscheinungen an den Gebissen der Mönche erklären lassen.» Derselbe Bericht beweist zugleich, dass dieses Ergebnis nicht nur einer äusserlichen mechanischen Wirkung zu verdanken war, sondern dass die Wert- und Wirkstoffe des ganzen Getreidekornes offensichtlich auch auf die innere Gesundheit der Zähne und wohl auch des ganzen Organismus wirken. Als verblüffend klarer Beweis werden die Abbildungen von Schnitten durch zwei Ratten-Nagezähne nach 26wöchiger Ernährung mit Roggenfeinmehl im einen und mit Vollkornbrot im andern Falle gezeigt: bei Fütterung mit Feinmehl eine «schwere Störung des Aufbaues im Innern des Zahnkeimes», bei Ernährung

mit Vollkornbrot ein herrliches, einwandfreies Bild eines durch und durch gesunden Zahnaufbaues!

Diese Wirkung des Vollkornbrotes auf Zähne und Gebiss ist sicher nur ein kleiner Ausschnitt aus der Wirkung einer vollwertigen Ernährung auf den Gesamtorganismus. Es ist ja undenkbar, dass diese Wirkung ausgerechnet bei den Zähnen haltmacht, aber allein schon die Zähne würden ja ein Zurück zum Vollkornbrot hundertmal rechtfertigen.

Der Grund für diese Wirkungen ist kein Geheimnis: hierfür eine längst bekannte vergleichende Tabelle, die für sich selber spricht:

| Gehalt an Vitaminen und Mineralien bei verschiedenen Mehlsorten |                   |              |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------|--------------|
| mg/kg                                                           | 75%iges Weissmehl | Vollkornmehl |
| Aneurin oder Vitamin B <sub>1</sub>                             | 0,7               | 5,1          |
| Laktoflavin oder Vitamin B <sub>2</sub>                         | 0,4               | 1,3          |
| Nikotinsäure                                                    | 7,7               | 57           |
| Pyridoxin oder Vitamin B <sub>6</sub>                           | 2,2               | 4,4          |
| Pantothensäure                                                  | 23                | 50           |
| Tokopherol oder Vitamin E                                       | 0                 | 24           |
| Kalzium                                                         | 60                | 120          |
| Magnesium                                                       | 120               | 250          |
| Phosphorsäure                                                   | 920               | 4230         |
| Eisen                                                           | 7                 | 44           |
| Mangan                                                          | 20                | 70           |
| Kalium                                                          | 1150              | 4730         |
| Kupfer                                                          | 1,5               | 6            |

Die bis hierher treu gebliebenen Leser mögen ihre Schlüsse aus dieser Tabelle selbst ziehen und werden sicherlich verstehen, warum das biologische «Möschberg-Brot» und das «Bio-Früchtebrot» mit so grossem Enthusiasmus gestartet werden. C.A.

## Morga «Gomfi-Töpfli»

In praktisch allen Reformhäusern der Schweiz findet man die aussergewöhnlichen, qualitativ hochstehenden Konfitüren im Portionen-Gläsli der Morga AG, Ebnet-Kappel. Sie sind in 3er- und 6er-Cellophane-Schachteln adrett verpackt und eignen sich deshalb hervorragend als kleines, aber prächtig präsentierendes Geschenk (das ausserdem weniger als Fr. 10.- kostet!). Und wer hätte nicht Freude an einigen nicht alltäglichen Konfitürengattungen wie z.B. Quitten, Hagebutten, Holunder sowie diversen Wildfrüchten.

In ähnlicher Aufmachung gibt es übrigens auch eine Reihe von Morga-Honig mit verlockenden Düften wie Wald, Akazien, Wiesen, Rosmarin, Lavendel usw.



## Gemüse und Nährwert

Diese Tabelle zeigt, welches Gemüse welchen Nährwert hat. Viele weitere Tips und Adressen enthält die Broschüre: «Unser Schweizer Gemüse – Rezepte», die bei der Eidgenössischen Alkoholverwaltung, 3000 Bern 9, zum Preise von Fr. 2.–bezogen werden kann.

| Gemüse                     | In 100 g essbarem Anteil sind enthalten (Durchschnittswerte): |                      |                      |         |               |               |                 |              |              |      |                   |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|---------|---------------|---------------|-----------------|--------------|--------------|------|-------------------|
|                            | Vitamine                                                      |                      |                      |         | Mineralstoffe |               |                 |              | Ei-<br>weiss | Fett | Kohle-<br>hydrate |
|                            | β-Carotin*<br>mg                                              | B <sub>1</sub><br>mg | B <sub>2</sub><br>mg | C<br>mg | Eisen<br>mg   | Calcium<br>mg | Magnesium<br>mg | Kalium<br>mg | g            | g    | g                 |
| Artischocken               | 0,1                                                           | 0,14                 | 0,012                | 7,6     | 1,5           | 53,0          | 26,0            | 353          | 2,4          | 0,1  | 12,2              |
| Auberginen                 | 0,031                                                         | 0,04                 | 0,05                 | 5,0     | 0,42          | 13,1          | 10,8            | 266          | 1,24         | 0,18 | 4,63              |
| Blumenkohl                 | 0,033                                                         | 0,11                 | 0,1                  | 69,8    | 0,63          | 20,0          | 17,0            | 328          | 2,46         | 0,28 | 3,93              |
| Bohnen                     | 0,33                                                          | 0,073                | 0,14                 | 19,5    | 0,79          | 50,8          | 26,0            | 256          | 2,24         | 0,26 | 5,0               |
| Broccoli                   | 1,9                                                           | 0,095                | 0,21                 | 114,0   | 1,3           | 105,0         | —               | 464          | 3,3          | 0,2  | 4,4               |
| Champignons                | 0,01                                                          | 0,1                  | 0,44                 | 4,9     | 1,26          | 8,0           | 13,0            | 422          | 2,8          | 0,2  | 2,8               |
| Chicorée/<br>Treibzichorie | —                                                             | 0,05                 | 0,05                 | 9,0     | 0,7           | 23,0          | 25,0            | —            | 1,0          | —    | 2,0               |
| China-Kohl                 | 0,078                                                         | 0,03                 | 0,04                 | 36,0    | 0,6           | 40,0          | 11,0            | 202          | 1,19         | 0,3  | 1,96              |
| Cicorino                   | 1,29                                                          | 0,051                | 0,33                 | 10,2    | 0,74          | 25,6          | 12,9            | 192          | 1,3          | 0,18 | 2,27              |
| Endivien                   | 1,14                                                          | 0,052                | 0,12                 | 9,4     | 1,4           | 54,0          | —               | 346          | 1,75         | 0,2  | 2,05              |
| Erbsen/Kefen               | 0,38                                                          | 0,3                  | 0,16                 | 25,0    | 1,84          | 24,0          | 33,0            | 304          | 6,55         | 0,48 | 12,6              |
| Federkohl                  | —                                                             | 0,16                 | 0,26                 | 115,0   | 2,2           | 179,0         | 37,0            | 410          | 2,0          | 0,8  | 3,0               |
| Fenchel                    | 4,7                                                           | 0,23                 | 0,11                 | 93,0    | 2,7           | 109,0         | —               | 494          | 2,43         | 0,3  | 9,07              |
| Gurken                     | 0,17                                                          | 0,018                | 0,03                 | 7,5     | 0,5           | 15,0          | 8,0             | 141          | 0,6          | 0,2  | 1,3               |
| Karotten                   | 12,0                                                          | 0,06                 | 0,053                | 7,1     | 0,66          | 41,0          | 18,0            | 290          | 0,98         | 0,18 | 8,71              |
| Kartoffeln                 | 0,01                                                          | 0,11                 | 0,047                | 17,0    | 0,8           | 9,5           | 25,0            | 443          | 2,0          | 0,1  | 18,9              |
| Kohlrabi                   | 0,2                                                           | 0,053                | 0,049                | 53,0    | 0,9           | 75,0          | 48,0            | 392          | 1,94         | 0,1  | 4,45              |
| Kopfsalat                  | 0,79                                                          | 0,062                | 0,078                | 13,0    | 1,1           | 37,0          | 11,0            | 224          | 1,25         | 0,22 | 2,17              |
| Krautstiele                | —                                                             | 0,089                | 0,16                 | 39,0    | 2,7           | 103,0         | —               | 376          | 2,13         | 0,28 | 2,89              |
| Kresse                     | 2,19                                                          | 0,15                 | 0,19                 | 59,0    | 2,9           | 214,0         | —               | 550          | 4,2          | 1,4  | 4,1               |
| Lattich                    | 1,0                                                           | 0,07                 | 0,08                 | 15,0    | 0,9           | 23,0          | 8,0             | 240          | 1,0          | 0,4  | 1,2               |
| Lauch                      | —                                                             | 0,1                  | 0,6                  | 30,0    | 1,0           | 87,0          | 18,0            | 225          | 2,24         | 0,34 | 6,27              |
| Mangold                    | 3,53                                                          | 0,098                | 0,16                 | 39,0    | 2,7           | 103,0         | —               | 376          | 2,1          | 0,3  | 2,9               |
| Nüsslisalat                | —                                                             | 0,05                 | 0,05                 | 13,0    | —             | 22,0          | 13,0            | 421          | 1,8          | 0,4  | 2,6               |
| Paprika/Peperoni           | 0,6                                                           | 0,06                 | 0,05                 | 139,0   | 0,75          | 11,2          | 12,0            | 212          | 1,2          | 0,3  | 4,7               |
| Petersilie                 | 7,25                                                          | 0,14                 | 0,3                  | 166,0   | 8             | 245,0         | 41,1            | 1000         | 4,43         | 0,36 | 9,82              |
| Radiesli                   | 0,23                                                          | 0,033                | 0,03                 | 29,0    | 1,5           | 34,0          | 8,0             | 255          | 1            | 0,1  | 3,5               |
| Randen                     | 0,011                                                         | 0,022                | 0,042                | 10,0    | 0,93          | 29,0          | 1,4             | 336          | 1,53         | 0,1  | 7,58              |
| Rettich                    | 0,006                                                         | 0,03                 | 0,03                 | 29,0    | 0,8           | 33,0          | —               | 322          | 1            | 0,1  | 3,5               |
| Rosenkohl                  | 0,4                                                           | 0,11                 | 0,16                 | 104,0   | 1,1           | 29,0          | 20,0            | 411          | 4,45         | 0,56 | 7,14              |
| Rotkabis                   | 0,03                                                          | 0,055                | 0,05                 | 50,0    | 0,5           | 41,0          | 15,0            | 266          | 1,5          | 0,18 | 4,75              |
| Sauerkraut                 | 0,018                                                         | 0,027                | 0,05                 | 20,0    | 0,6           | 48,0          | —               | 288          | 1,52         | 0,31 | 3,98              |
| Schwarzwurzeln             | 0,02                                                          | 0,11                 | 0,053                | 4,0     | 3,3           | 53,0          | 23,0            | 320          | 1,39         | 0,43 | 16,3              |
| Sellerie, Knollen-         | 0,015                                                         | 0,036                | 0,07                 | 8,25    | 0,53          | 68,0          | 9,3             | 321          | 1,15         | 0,33 | 7,37              |
| Sellerie, Stangen-         | 0,017                                                         | 0,048                | 0,076                | 7,0     | 0,5           | 80,0          | 12,0            | 344          | 1,2          | 0,2  | 3,6               |
| Spargel                    | 0,03                                                          | 0,11                 | 0,12                 | 21,0    | 1             | 21,0          | 20,0            | 207          | 1,9          | 0,14 | 2,9               |
| Spinat                     | 4,2                                                           | 0,11                 | 0,23                 | 52,0    | 4,1           | 126,0         | 58,0            | 633          | 2,52         | 0,3  | 3,43              |
| Tomaten                    | 0,82                                                          | 0,057                | 0,035                | 24,2    | 0,5           | 14,0          | 20,0            | 297          | 0,95         | 0,21 | 3,28              |
| Weisskabis                 | 0,042                                                         | 0,055                | 0,05                 | 50,0    | 0,5           | 41,0          | 15,0            | 266          | 1,5          | 0,18 | 4,75              |
| Wirz                       | 0,039                                                         | 0,055                | 0,05                 | 50,0    | 0,5           | 41,0          | 15,0            | 266          | 1,5          | 0,18 | 4,75              |
| Zucchini                   | 0,6                                                           | 0,018                | 0,03                 | 7,5     | 0,5           | 15,0          | 8,0             | 141          | 0,6          | 0,2  | 1,3               |
| Zuckerhut                  | —                                                             | 0,07                 | 0,12                 | 10,0    | 0,69          | 18,0          | 13,0            | 182          | 1,7          | 0,1  | 3,7               |
| Zuckermais                 | —                                                             | 0,15                 | 0,12                 | 12,0    | 0,55          | 5,8           | 48,0            | 300          | 3,28         | 1,23 | 19,2              |
| Zwiebeln                   | 0,03                                                          | 0,033                | 0,028                | 8,5     | 0,5           | 31,0          | —               | 175          | 1,25         | 0,25 | 9,55              |

\* β-Carotin = Provitamin A

\*\* kcal = Kalorien/kJ = Joules (1 kcal = 4,2 kJ)

Quellennachweis: EFA Wädenswil, Zentrallabor MGB und andere

## Eine Mannequin-Schule

Als Mannequin zu arbeiten, das scheint noch immer der Traum vieler Frauen zu sein. Anders wäre der Zulauf zu den Mannequin-Schulen kaum zu erklären. Im Textil und Mode Center (TMC) hat kürzlich eine weitere private Mannequin-Schule aufgemacht.

Die beiden Eigentümer der beiden Expomod, Bruno Huber und René Bopp, wollen eine seriöse, auf die heutigen Bedürfnisse ausgerichtete Mannequin-Ausbildung vermitteln. Das beginne beispielsweise damit, dass die Schülerinnen «statt mit einem Stecken im Rücken und einem Buch auf dem Kopf» die Gehteknik auf einem Laufsteg üben können.

Die Mannequin-Schule bietet zwei Lehrgänge an: einen einwöchigen Tages-Intensivkurs und einen dreiwöchigen Abendkurs, der an drei Abenden in der Woche jeweils von 18.30 bis 21 Uhr stattfindet. Das Ausbildungsprogramm der beiden Kurse ist gleich und umfasst neben Lauftechnik und Präsentation durch ein professionelles Mannequin auch Unterricht in Warenkunde und Vermittlung von Trendinformationen. Für das Lernen der richtigen Schmincktechnik stehen eine Visagistin zur Verfügung, ein Coiffeur gibt Tips zu Haarproblemen und Frisuren, und eine Gymnastiklehrerin bringt den Schülerinnen Entspannungsübungen und ein paar choreographische Schritte bei.

Der Schulungsraum ist modern konzipiert und verfügt über eine Video- und eine Licht- und Tonanlage, Laufsteg, und Umkleidekabine.

Da sich die Schule im TMC befindet, können die Schülerinnen jeweils mit den neusten Kollektionen aus dem Haus üben.

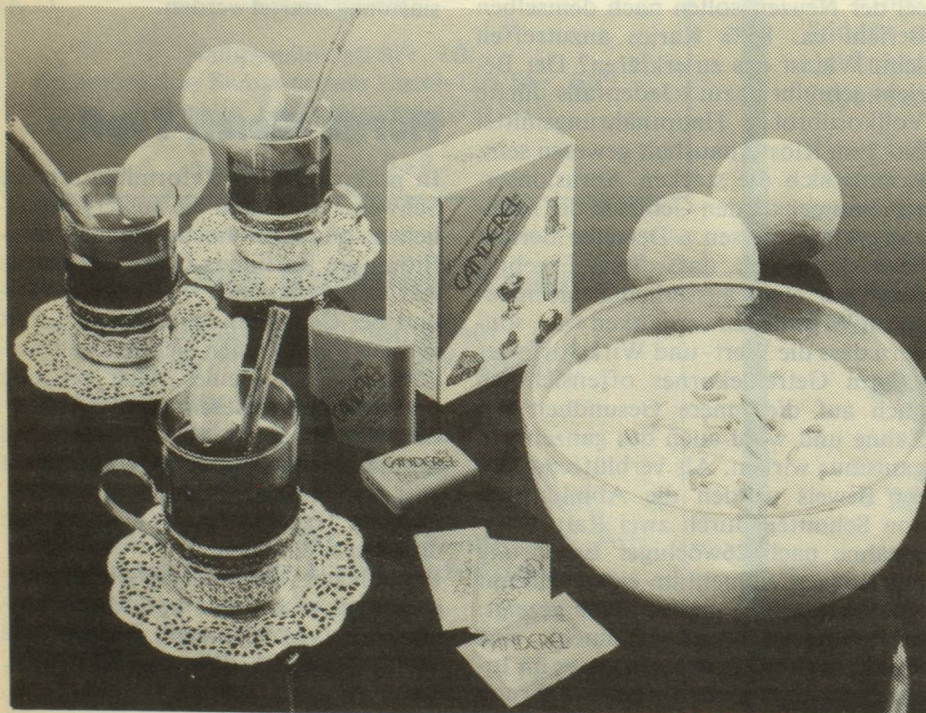
Die Kurse kosten inklusive Unfallversicherung 950 Franken, wobei ein Lehrgang nicht mehr als zehn Teilnehmerinnen umfasst.

Wer wirklich als Mannequin arbeiten wolle und den Kurs nicht einfach aus Neugierde oder zum Zweck eines selbstbewussteren Auftretens besuche, müsse mindestens 168 Zentimeter gross sein und über eine gutproportionierte Figur verfügen. Die Konfektionsgrösse spiele dabei keine so grosse Rolle, weil gerade Mannequins für grössere Kleidergrössen sehr gesucht seien.

### Neu auf dem Schweizer Markt

Canderel Konzentratpulver kann auch für die Herstellung von feinen Desserts oder Patisserie verwendet werden, welche sich dadurch in ihrer Kalorienanzahl ganz entscheidend reduzieren lassen, ohne jedoch den süssen Zuckergeschmack einzubüssen.

(Foto: Doetsch, Grether & Cie. AG, Basel)





# Gesünder leben – Tips und Ratschläge

## Erleichterung mit Tiger-Balsam

Wenn man weiss, dass es ebenso viele Ursachen wie rheumatische Krankheitsbilder gibt, so erklärt sich die Frage, warum bis heute kein einziges spezifisches Rheuma-Heilmittel auf dem Markt existiert. Nebst den hinlänglich bekannten Präparaten sind Ergänzungs-Therapien wie Bäder, Massagen, Fango, Diät usw. unerlässliche Hilfsmittel bei der Behandlung der Krankheiten des rheumatischen Formenkreises. Besonders zur lokalen Therapie eignen sich Massagen mit durchblutungsfördernden Salben, welche durch die entspannende Wirkung schmerzlindernd bei chronischen wie akuten Zuständen wirken.

Der Tiger-Balsam gehört zum Bedeutendsten dieser Art zur äusserlichen Applikation. Durch die wärmeinduzierende Wirkung befreit er meist schlagartig von hartnäckigen Schmerzzuständen und erlöst den Patienten oft von unerträglichen Situationen. Bei keinem anderen Krankheitsbild wie dem der Rheumatismen mit seinen vielen Formen scheint die Selbstmedikation so angezeigt und zur Anwendung geeignet. Zur Selbsthilfe bietet sich der Tiger-Balsam geradezu an, er ist nach unserer Meinung das Mittel der Wahl bei der äusserlichen Behandlung von Schmerzzuständen usw.

Der Tiger-Balsam ist das Gegenstück zur Schmerztablette, denn «schmerzfrei – ohne Tabletten – dank Tiger-Balsam». Ob es sich nun um Gelenk-, Muskel- oder Nervenschmerzen handelt oder um Kopfweg, Ischias, Bandscheibenbeschwerden oder Sportverletzungen, die Wirkung bleibt sich gleichermassen und fasziniertimmer wieder. Nur in Apotheken und Drogerien zu kaufen!

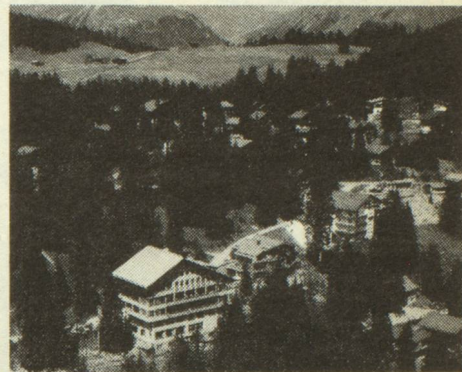
## Heilfasten in würziger Bergluft

Im Vordergrund steht im Haus Prasura, 7050 Arosa, das Heilfasten, das schon vor Jahrtausenden als «Wohltat für Körper und Geist» gepriesen wurde. Gerade heute, beim durch Überernährung, Bewegungsmangel und beruflicher Beanspruchung Überforderten, bewirkt diese wiederentdeckte Heilmethode tiefgreifende Erholung und Gesundung.

Die Kur dauert 4–6 Wochen und besteht aus einer «Abbau»- und einer «Aufbau»-Hälfte. Während der «Abbau»-Zeit wird während längerer Zeit auf jegliche Nahrung verzichtet. Leitungs- und Mineralwasser ist unbeschränkt erlaubt. Dadurch ist der Körper gezwungen und dazu nunmehr auch fähig, seine Vorräte und vor allem seine Schlacken abzubauen.

Während des «Aufbaus» führend wird dem Körper reine, biologische Roh-nahrung zu: Früchte, Gemüse und Nüsse aller Art, wohl abgestimmt bezüglich Nährwert.

Das Heilfasten kann rasch und schmerzlos zu Erholung und Genesung



führen. Es ist angezeigt insbesondere bei Herz- und Kreislaufstörungen, bei Leber- und Gallenwegserkrankungen, auch bei Bronchialasthma, Magen-Darm-Leiden, chronischer Verstopfung, Rheuma und Hauterkrankungen. Selbstverständlich auch bei Übergewicht.

Die Prasura-Heilfastenkur steht unter der ärztlichen Leitung von Dr. med. Ernst Bauer.

Das Kurhaus Prasura liegt mitten in duftenden Tannenbeständen an unvergleichlich schöner Südlage oberhalb Arosa, 1800 m ü. M. Es ist zu Fuss und mit dem Auto zu jeder Jahreszeit leicht erreichbar.

*Emmi Bosshard*  
dipl. Masseurin



*Klassische Vollmassage  
Fussdruck- und Teilmassage*

Ich massiere ohne Schmerzen zu verursachen.  
Von Montag bis Samstag, 09.00–21.00 Uhr, bin ich für Sie da.

Aemmerliweg 12, 8050 Zürich, Tel. 01/41 2027

## Schönheitsfarm

im Südschwarzwald (1020 m)

bietet einmaliges Kurprogramm.  
Nach einer Woche Intensivkur auf biologischer Basis innerlich und äusserlich wieder fit.  
Inklusiv-Preis.

Haus Kapellenblick  
D-7868 Todtnauberg, Telefon 0049 76 71/705

## Kräuter helfen heilen Krampfadern- ein lösbares Problem

180 Tage Kräuterkur  
zu Hause

Leiden Sie unter Krampfadern? Versuchen Sie schon lange, von diesem Übel befreit zu werden? Dann gibt es doch noch eine Lösung: Eine Zusammensetzung wertvoller Heilpflanzen nach überliefertem, uraltem Rezept bringt wirkliche Hilfe! Bitte schreiben Sie mir oder rufen Sie mich einfach an – auch abends. Ebenso: Kräuterkuren gegen Rheuma, Übergewicht, Leber- und Gallenbeschwerden usw.

Ihr Kräuterspezialist

Erwin Jaeger

**Kräuterhof Jaeger**

D-8210 Prien/Chiemsee · St. Salvator  
Postfach 33 · Tel. 0049/8052/2225



# Das Wohnheim Monbijou

## Schweizerischer Bund abstinenter Frauen

*Ein hohes Eckhaus an der Monbijoustrasse in Bern ist nicht zu übersehen: neben seiner vornehmen Architektur aus früherer Zeit ist es seine violette Farbe, die es aus der Reihe der Häuser hervorhebt. Dieses Haus bietet seit dem November 1978 29 arbeitsfähigen, meist alkoholgefährdeten Männern und Frauen vorübergehende Wohnmöglichkeit in einem geschützten Rahmen.*

### Vorgeschichte

Die Geschichte des Wohnheims ist jedoch nicht erst fünf Jahre alt. Nachdem der Dachverband der Abstinenzorganisationen der Stadt Bern ein geeignetes Haus gesucht hatte, konnte 1970 das Männerheim am Stockernweg eröffnet werden. Da dieses Haus eine Abbruchliegenschaft war, musste schon nach kurzer Zeit ein geeignetes neues Haus gesucht werden. Um dieses Haus, das heutige Wohnheim, kaufen zu können, wurde der Verein Wohnheim Monbijou gegründet, der die Trägerschaft bildet.

### Die Bewohner

Als das Haus an der Monbijoustrasse bezogen wurde, dachte man daran, auch Frauen aufzunehmen. Gerne hätte man für den Anfang zwei Frauen miteinander aufgenommen, aber diese Gelegenheit bot sich leider nicht. Erst nach vier Jahren war eine Frau bereit, sozusagen als Eisbrecherin zu wirken.

Ein halbes Jahr später wohnten bereits sechs Frauen im Heim! Ihre Anwesenheit wirkt sich günstig auf die Atmosphäre aus, und das anfängliche Misstrauen der Männer ist verschwunden. Viele der Bewohner treten nach einer Entziehungskur ein. Das Wohnheim ist für sie die Brücke, die vom geregelten und behüteten Leben in der Klinik zum selbständigen Leben im Alltag führt. Das Heimleiterteam sieht deshalb als wichtigste Aufgabe, die Selbstständigkeit der Bewohner zu fördern. Es schreibt im Jahresbericht 1982/83: «Die grössere **Selbstständigkeit und Eigenverantwortung**, die wir von den Heimbewohnern verlangen, machte notwendig, dass wir bisher gebotene Dienstleistungen abbauten: Die Betten und z. T. auch die Zimmer werden von den Bewohnern nun selbst gemacht und auch die regelmässige Mithilfe in der Hauswirtschaft ist schon (fast) zur Selbstverständlichkeit geworden. Wenn wir von den Hausbewohnern mehr verlangen, heisst das aber, dass wir in der Betreuungsarbeit mehr investieren müssen: z. T. müssen alltägliche Verrichtungen von Grund auf erlernt oder wieder geübt und aufgefrischt werden. Denn das Ziel heisst für jeden Bewohner in dieser Beziehung – wie auch in bezug auf seine Probleme – so viel Selbstständigkeit zu erlangen, dass es möglich ist, das Wohnheim zu verlassen und in einer freieren und selbstständigeren Wohnform zu leben.»

### Hausordnung

Eine Hausordnung regelt die äusseren Belange des Zusammenlebens und hält fest, was das Heim bietet und was von den Bewohnern erwartet wird. Alkohol und andere Drogen sind im Wohnheim streng verboten. Die Pensionäre sind verpflichtet, ausserhalb des Hauses einer geregelten Arbeit nachzugehen. Diese Vorschrift wird heute so ausgelegt, dass auch das Stempeln als regelmässige Beschäftigung gerechnet wird. Denn leider sind gerade Leute, wie das Wohnheim sie aufnimmt, vermehrt von der Arbeitslosigkeit betroffen.

Vierzehntäglich finden die obligatorischen Hausversammlungen statt. Sie werden von den Bewohnern selbst geleitet. Es werden Probleme der Hausgemeinschaft besprochen und Informationen ausgetauscht.

### Freizeit

In der Hausordnung steht: «Wir erwarten Ihre aktive Beteiligung am Leben in der Hausgemeinschaft. Freizeitmöglichkeiten werden durch Ihre Initiative angeregt und mitgestaltet.»

Das Leiterteam ist bereit, Ideen zu unterstützen. Der Wunsch nach gemeinsamen Veranstaltungen ist aber nicht gross. Das Wohnheim hat verschiedene Aufenthaltsräume sowie eine Werkstatt, die mehr oder weniger häufig benutzt werden. Auch vermittelt das Leiterteam die notwendigen Informationen über das Freizeitangebot der Stadt Bern.

### Leitung

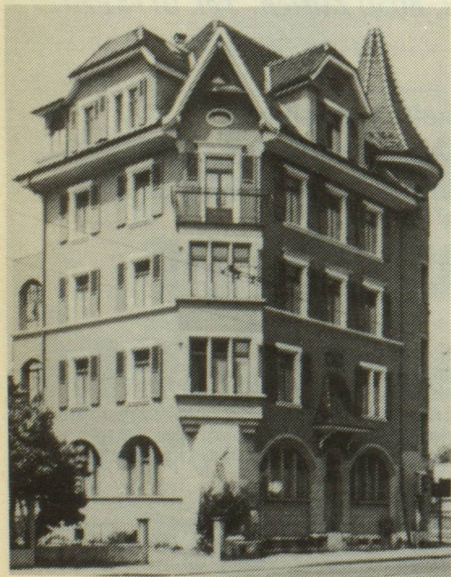
Das Wohnheim wird von einem Mitarbeiterteam geleitet. Es sind dies zwei Sozialarbeiter, eine Sozialarbeiterin, eine Heilpädagogin und eine Hauswirtschaftsleiterin. Rund um die Uhr ist je ein Mitarbeiter anwesend. Während der Öffnungszeit des Hauses von 7.30–24.00 Uhr steht er in der Regel den Bewohnern für Beratungsgespräche zur Verfügung und hilft bei Fragen, die zum Beispiel beim Ausfüllen von Formularen, bei der Arbeitssuche oder im Umgang mit Versicherungen entstehen können.

Die Arbeitszeit der sich ablösenden Mitarbeiter überschneidet sich jeweils um eine Stunde. So wird ein reibungsloser Übergang gewährleistet. Einmal wöchentlich sind alle Mitarbeiter anwesend, um gemeinsam die anfallenden Fragen zu besprechen.

Ein Psychiater leitet regelmässige Supervisionen. Das Thema wird vom Team gestellt und ergibt sich aus der täglichen Arbeit. Die Mitarbeiter schätzen diese Weiterbildungsmöglichkeit sehr, sie erlaubt ihnen einerseits Distanz zu gewissen Problemen zu gewinnen, andererseits die Mitarbeiter und ihre Arbeitsweise besser kennenzulernen.

Dieser Bericht kann nur einen kleinen Einblick in die Arbeit und das Leben im Wohnheim geben. Das Leiterteam ist gerne bereit, Interessenten nach Voranmeldung das Haus zu zeigen und Auskünfte zu geben.

A. Rüegg





## Schenken

Schenke gross oder klein, aber immer gediegen.

Wenn die Bedachten die Gaben wiegen, sei dein Gewissen rein.

Schenke herzlich und frei.

Schenke dabei, was in dir wohnt an Meinung, Geschmack und Humor, so dass die eigene Freude zuvor dich reichlich belohnt.

Schenke mit Geist ohne List.

Sei eingedenk, dass dein Geschenk du selber bist.

*Ringelnetz*

## Kalender 1984

Der neue Kalender enthält wie gewohnt sinnreiche Sprüche und Angaben über den Alkoholkonsum und seine möglichen Schäden. Er erwähnt Zahlen, die zu denken geben, weil sich dahinter viel menschliches Leid und grosse finanzielle Belastungen verbergen.

Preis: Fr. 5.- (+ Porto)

Bezug bei Frau K. Locher, Berntorgasse 16, Thun.

## Es muss nicht immer Alkohol sein

Die Weihnachts- und Neujahrstage stehen vor der Tür, festliche Tage, die man gerne im Familienkreis oder mit vertrauten Freunden verbringt. Man schmückt das Heim und die Tafel und stellt besonders festliche Mahlzeiten zusammen. Vielleicht werden an diesen Tagen auch kulinarische Bräuche gepflegt, ist ein bestimmtes Menü zum traditionellen Weihnachtsessen geworden wie etwa in England der Truthahn. Gehört es auch zur Tradition, dass vorwiegend alkoholische Getränke auf den Tisch kommen?

Diese Tradition müsste einmal überdacht werden. Namentlich wenn Kinder mitfeiern oder wenn motorisierte Gäste erwartet werden, sollten alkoholfreie Getränke greifbar sein. Man kann sie ja aus einer breiten Angebotspalette auswählen. Sogar wenn es besonders festlich zugehen und der Tropfen im Glas perlen soll, muss es nicht unbedingt Alkohol sein. Der aus Apfelsaft hergestellte Schaumapfelwein z. B. ist gänzlich ohne Alkohol. Fröhliche Stimmung ist keine Frage des Glasinhaltes, sondern der inneren Bereitschaft jedes Einzelnen.

*M. B.*

Redaktion: Annemarie Rüegg,  
Hohfurristrasse 23, 8408 Winterthur,  
Tel. 052/25 60 16.

Präsidentin: Nelli Wenger,  
Münsterstrasse 62, 3006 Bern.



*Der Stand der abstinenten Frauen in einem Berner Warenhaus*

## Die aktive Frau

Unter diesem Titel fand auf Vorschlag des BSF in einem grossen Berner Warenhaus eine Ausstellung statt. In den Schaufenstern wurde gezeigt, was durch ehrenamtliche Arbeit der Mitglieder der vielen Frauenorganisationen geleistet wird. Im Geschäft konnten sich Interessierte und zufällig Vorübergehende an 17 Ständen auf fünf Etagen informieren.

Unser Bund schenkte während zehn Tagen verschiedene Sorten Apfel- und Traubensäfte aus. Grossen Anklang fanden die per Stück verkauften schönen Äpfel als Zwischenverpflegung. Bei der Abgabe von Prospekten und Rezepten ergab sich manches informative Gespräch.

*N. Wenger*

## Ferienwoche der Ortsgruppe Winterthur

Die Winterthurer führten Ende September in Adelboden eine Ferienwoche durch. Nicht nur das Wetter zeigte sich von der besten Seite, auch die Stimmung der 28köpfigen Gesellschaft (davon vier Männer) war ausgezeichnet; dies nicht zuletzt dank der umsichtigen Leitung der Präsidentin und ihrer vorzüglichen Kochkünste. Es war ihr auch daran gelegen, an einem Abend darüber zu sprechen, welchen Sinn die abstinenten Lebensweise hat, denn auch einige Aussenstehende nahmen an der Ferienwoche teil. Dass sich ihrer paar entschlossen, als Gönnerin oder als Mitglied unserem Bund beizutreten, war eine freudige Überraschung.

## Werbefahrt der Ortsgruppe Wattwil/Ebnat-Kappel

Statt wie andere Jahre ein paar Hunderter für Inserate in der Vorweihnachtszeit auszugeben, verwendete die Ortsgruppe Wattwil/Ebnat-Kappel diesen Herbst das Geld für eine Werbefahrt. 49 Personen nahmen daran teil und alle waren persönlich eingeladen worden. Etliche Aussenstehende hatten die Einladung angenommen.

Die Fahrt ging über den Ricken und den Hirzel nach Affoltern am Albis, wo die Frauen in der Zentralstelle für Obstverwertung freundlich empfangen wurden. Diese Institution wird mit Geldern der Alkoholverwaltung unterstützt und propagiert eine gesunde und absolut alkoholfreie Verwendung von einheimischem Obst und Gemüse. Im Handumdrehen entstanden unter den flinken Händen der Kochdemonstrantin gluschtige Gerichte, Aufläufe, Salate und Desserts. Besonderen Wert wurde auf hübsches Anrichten und Garnieren gelegt. Anschliessend fand die grosse Kostprobe statt, wobei die Köchin manches Lob erntete.

Zur grossen Freude der Präsidentin meldeten sich bereits auf der Heimfahrt zwei Frauen als Gönnerinnen.

## Cherry-Drink

½ l Traubensaft

2 dl Mineralwasser

½ Dose Weichselkirschen

2 Esslöffel Zitronensaft

In jedes Glas 1 Esslöffel Kirschen und

½ Esslöffel Zitronensaft geben und

mit Traubensaft und Mineralwasser auffüllen.



# Gleicher Lohn für gleichwertige Arbeit

**BSF Bund Schweizerischer Frauenorganisationen**

*Diesen Grundsatz befürworteten in der Volksabstimmung vom 13./14. Juni 1981 797679 Schweizerinnen und Schweizer. Seither ist er in Artikel 4 der Bundesverfassung verankert und ermöglicht es den Frauen, sich gegen Lohndiskriminierungen gerichtlich zur Wehr zu setzen. In den letzten 2 Jahren hat sich allerdings noch nicht viel geändert. Ein Hauptgrund weshalb sich Frauen nicht wehren, liegt – abgesehen von der Kündigung – darin, dass in bezug auf die Auslegung des Verfassungsartikels noch grosse Unsicherheiten bestehen, nicht nur bei den Arbeitnehmerinnen, sondern auch bei Arbeitgebern und Gerichten.*

Es ist das Verdienst von Dr. iur. Isabell Mahrer in ihrer Broschüre «Gleicher Lohn für gleichwertige Arbeit», herausgegeben vom Kaufmännischen Verband, den Arbeitnehmern eine knappe Übersicht zu vermitteln und ihnen aufzuzeigen, unter welchen Voraussetzungen eine Klage möglich und wie vorzugehen sei. Auf der anderen Seite aber soll diese Schrift auch den Gerichten erster Instanz gewisse Anregungen zur Entscheidung bieten.

Die am häufigsten vorgebrachten Gründe für eine Minderzahlung der weiblichen Arbeitskräfte sind:

- geringe Körperkraft
- besondere gesetzliche Schutzbestimmungen
- häufigere Absenzen
- Ausbildungsstand und Qualifikation
- Neigung zu Arbeitsplatzwechsel.

## **Die Schutzbestimmungen (Artikel 33ff)**

des Arbeitsgesetzes richten sich einerseits an schwangere Frauen und stillende Mütter, andererseits befassen sie sich mit den weiblichen Arbeitskräften ganz allgemein; sie regeln die Dauer der Arbeit (Verbot der Nacharbeit, Grenzen der täglichen Arbeitszeit), die für Frauen verbotenen Arbeiten, und sie auferlegen schliesslich dem Arbeitgeber die Pflicht, für die Wahrung der Sittlichkeit zu sorgen.

Nach Ansicht von Isabell Mahrer haben diese Vorschriften primär mit dem Schutz der Frau wenig zu tun: «Die aus biologischen Gründen für werdende und junge Mütter aufgestellten Vorschriften haben zwar Schutzcharakter, sie dienen aber in erster Linie der kommenden Generation und damit der ganzen Gesellschaft. Die Mehrzahl der übrigen Sondervorschriften, aber auch die Argumente der erhöhten Fehlzeiten und des häufigeren Arbeitsplatzwechsels finden ihre Ursache in der traditionellen Aufgabenteilung von Mann und Frau. Um der Frau die Besorgung des

Haushaltes, die Betreuung der Kinder zu ermöglichen, wurden Schutzvorschriften aufgestellt; weil sie ihren hausfraulichen Verpflichtungen nachzukommen hat, weist sie – zumal in jüngeren Jahren – vermehrte Fehlzeiten auf. Dabei wird übersehen, dass die berufstätigen Ehefrauen mit der Übernahme einer Vielzahl von familiären Pflichten ihre Ehemänner entlasten und damit dem Unternehmer indirekt einen Vorteil bringen. Unter einem gesamtgesellschaftlichen Gesichtspunkt betrachtet wirkt es deshalb stossend, wenn eine Gruppe von Arbeitnehmern mit Schlechterentlöhnen bestraft wird, weil sie zum Vorteil der anderen erhebliche Mehrbelastungen auf sich nimmt und die daraus entstehenden Folgen (reduzierte Einsatzmöglichkeiten) dazu verwendet werden, eine Minderzahlung zu rechtfertigen. Es trifft zu, dass Frauen grundsätzlich über geringere Muskelkraft verfügen als Männer. Im Zeitalter einer entwickelten Technik verlangt der grösste Teil der zu leistenden Arbeit aber keine besonderen physischen Kräfte, sondern Fingerfertigkeit, Genauigkeit, Geduld, Resistenz gegen eintönige Arbeit. Und dies sind gerade Eigenschaften, die als spezielle Qualitäten den Frauen nachgesagt werden. Weshalb solche Eigenschaften nicht lohn erhöhend wirken sollen, ist nicht einzusehen.»

Die zur Lohn disparität angeführten Argumente sind um so stossender, als sie auf sämtliche weiblichen Arbeitskräfte ausgedehnt werden, obwohl für einen Teil der Frauen (ledige, ältere) die Schutzvorschriften gar nicht zur Anwendung gelangen oder die Einwände nicht zutreffen.

## **Mögliche Schritte**

Wie soll nun eine Frau vorgehen, die sich bei der Arbeit gegenüber männlichen Arbeitnehmern benachteiligt fühlt? Aus ihrer reichen Erfahrung als langjährige Aktuarin des Arbeitsge-

richtes empfiehlt Dr. Mahrer zuerst mit dem Arbeitgeber Rücksprache zu nehmen. Kommt eine aussergerichtliche gütliche Einigung nicht zustande, muss die Arbeitnehmerin dafür sorgen, die nötigen Unterlagen wie Arbeitsvertrag, Lohnabrechnungen, Bestätigungen von anderen Kollegen, allenfalls vom direkten Vorgesetzten beizubringen, aus denen die ungerechte Entlohnung hervorgeht. Ort der Klageeinreichung ist wahlweise der Gerichtsstand des Wohnsitzes des Beklagten oder am Ort des Betriebes oder Haushaltes, für den die Arbeitnehmerin Arbeit geleistet hat. Bis zu einem Streitwert von Fr. 5000.– haben die Kantone ein unentgeltliches (vorbehaltlich mutwilliger Prozessführung) einfaches und rasches Verfahren vorzusehen. Für alle Streitigkeiten, die die gesetzliche Streitwertgrenze von Fr. 5000.– überschreiten, kommt uneingeschränkt das kantonale Prozessrecht zur Anwendung.

Sollte es der freien Wirtschaft nicht gelingen, dem modernen Arbeitsleben besser angepasste Anforderungsmerkmale für die Klassifizierung gleichwertiger Arbeiten zu finden, postuliert Dr. Mahrer auf dem Gesetzeswege die Durchsetzung von Artikel 4 Absatz 2 der Bundesverfassung zu erwirken, wie dies auch Artikel 3 der Konvention 100 der internationalen Arbeitskonferenz vom 29. Juni 1951 vorschlägt.

*lic. iur. Daniela Stuber-Bruni*

**\* Dr. iur. Isabell Mahrer; Gleicher Lohn für gleichwertige Arbeit. Herausgeber: Schweizerischer Kaufmännischer Verband.**

## **Der Besuch der alten Dame**

*Es war wohl ein mutiger Entschluss der Loeb AG, Bern, der über 80 Jahre alten Dame BSF in den Schaufenstern und den verschiedenen Stockwerken Gastrecht zu gewähren. Denn neben ihrer Lebensfreude und Initiative pflegte sie auch ihre Marotten. Mit dieser leicht ironischen Beschreibung ihrer Organisation bedankte sich BSF-Präsidentin Dr. Lisa Bener-Wittwer bei François Loeb und seinem Dekorateur Peter Rudolf Knuchel für die Ausstellung über «die aktive Frau», welche vom 22. September bis am 9. Oktober zu sehen war.*



itb. Während der BSF für die Schau-  
fenster nur die Schrifttafeln konzipier-  
te und – die Kreation entsprang Peter  
Knuchels Phantasie – Fotos organisier-  
te, gestalteten einige angeschlossene  
Verbände in den Verkaufsetagen ihre  
eigenen Stände. Hier spiegelte sich die  
Vielfalt der Dachorganisation deutlich  
wieder. Mit einer ganzen Batterie an  
Verschönerungsmitteln rückte der  
*Fachverband der Schweizer Kosmeti-  
kerinnen* an und lud auch gleich jeder-  
mann für eine Behandlung in den Spe-  
zialstuhl ein. Beste Werbung für ihr se-  
riöses Berufsbild! Gleich nebenan  
sorgte der *Schweiz. Berufsverband für  
Tanz und Gymnastik* für Bewegung.  
Auch die *Pfadfinderinnen* und der  
*FHD* markierten Präsenz. An den  
gluschtigen Guetsli des *SV-Service* ging  
wohl niemand vorbei. Natürlich liess  
es sich der *Schweiz. Bund abstinenter  
Frauen* nicht nehmen, die Kundinnen  
mit knackigen Äpfeln, Most und Trau-  
bensaft zu stärken. In der zweiten Wo-  
che installierten sich die *Landfrauen*  
am gleichen Platz. Sinnigerweise in der  
Kleinkinderabteilung fanden die He-  
bammen des *Schweiz. Verbandes* ihren  
Platz. Ebenfalls in der zweiten Hälfte  
der Ausstellungszeit stellten sich der  
*Schweiz. Modegewerbeverband*, der  
*Sekretärinnen-Club* und der *Schweiz.  
Frauenturnverband* vor. Mit Budget-  
beratung und Rechtsauskunft wusste  
die *Frauenzentrale Bern* das Publikum  
zu interessieren. Professionell anspre-  
chend wirkte der *Stand des Schweiz.  
Kaufmännischen Verbandes*. Es ist für  
eine Dachorganisation nicht einfach,  
sich attraktiv darzustellen, in die  
Schlagzeilen gerät sie schon gar nicht,  
da sie sich eben zu den *Prinzipien sie-  
ses Staatswesens* bekennt. Diese Erfah-  
rung machten auch die Betreuerinnen  
des BSF-Standes. Den Prospekt über  
die «Unfälle im Haushalt» nahmen die  
meist eiligen Frauen gerne an, ab und  
zu verweilte auch eine Interessentin für  
ein längeres Gespräch, dessen Inhalt  
sich meist um die Stellung der Frau in  
der heutigen Gesellschaft drehte. Die  
angebotenen Broschüren, und natür-  
lich das «Schweizer Frauenblatt» fan-  
den Beachtung. Mit einem aufmun-  
ternden Wort, so weiter zu machen,  
enteilten die Frauen dann, nachdem sie  
staunend erfahren hatten, was der BSF  
ist, und dass sie ja diesem Dachver-  
band indirekt, über irgendeine Fraue-  
norganisation, auch angehörten. Die  
Vorstandsmitglieder des BSF ihrerseits  
waren auch gelehrig, schon nach weni-  
gen Stunden wussten sie den Kundin-  
nen den Weg in die verschiedenen Ab-  
teilungen zu weisen!

Redaktion: Irène Thomann-Baur  
Am Schützenweiher 14  
8400 Winterthur  
Telefon (052) 2291 44

## Berufsbild des BSF

### Berufe des Theaters

*Theaterspielen gehört zu uns Men-  
schen seit den Anfängen der Kultur.  
Wie beglückend war es doch in der  
Kinderzeit, die Erwachsenen nachzu-  
ahmen, der Phantasie freien Lauf zu  
lassen und aus dem eigenen kleinen Ich  
in eine andere Welt einzubrechen. Wer  
kennt nicht aus Erzählungen oder eigen-  
em Erleben die Jahrmarkt- oder Chil-  
bibelustigungen, aber auch die Laien-  
theater und die Schauspiel-Ensembles.  
Theater ist aber ebenso Bildungsmittel  
und Möglichkeit zur politischen Beein-  
flussung.*

In neuerer Zeit wurden die Schauspie-  
ler auch mit den elektronischen Me-  
dien konfrontiert, die für den Schau-  
spieler neue Aufgaben brachten, aber  
ebenso breiter aufgefächerte Arbeits-  
möglichkeiten.

Das Hauptarbeitsgebiet des Schauspiel-  
ers/der Schauspielerin ist auch heute  
noch die **Bühne**. Hier stehen die  
Schauspieler meist unter Vertrag. Die  
Verpflichtung kann eine Spielzeit oder  
mehrere Jahre dauern. Freie Schau-  
spieler sind bereit, kurzfristige Verträ-  
ge abzuschliessen.

Beim **Fernsehen** werden die Schauspie-  
ler für einzelne Fernsehspiele oder Fil-  
me engagiert und meist nur sporadisch  
eingesetzt.

Beim **Radio** findet der Schauspieler  
Beschäftigung als Hörspieler und Spre-  
cher kultureller und aktueller Sendun-  
gen.

Eigentliche **Filmschauspieler** sind selte-  
ner geworden. Die Tätigkeit beim Wer-  
befilm oder als Synchron-Sprecher ist  
finanziell lohnend, künstlerisch jedoch  
weniger befriedigend.

**Tourneetruppen** beschäftigen ebenfalls  
Schauspieler. Freie Gruppen, die sich  
in letzter Zeit gebildet haben, suchen  
ein neues Publikum für ihre neuen  
Spielweisen.

### Welche Eigenschaften erfordert der Beruf?

Die Anforderungen sind so vielfältig  
wie die Arbeitsgebiete und Arbeitswei-  
sen. Es braucht eine Persönlichkeits-  
struktur, die gekennzeichnet ist durch

*«Ich weiss, dass es viele Widerstände  
und etliche Hindernisse zu überwinden  
gilt. Ich weiss zudem, dass die Frauen-  
bewegung eine gesellschaftliche Forde-  
rung darstellt; sie stellt vor allem eine  
Art des Denkens dar.»*

Getrude Girard-Montet

Phantasie, Einfühlungsvermögen und  
Verständnis für menschliche Verhal-  
tensweisen, durch differenziertes Er-  
kennen und Festhalten von seelischen  
und körperlichen Veränderungen,  
durch Spieltrieb, Ausdruckswillen und  
Verwandlungsgabe, durch geistige Be-  
weglichkeit und Spontaneität.

Eine eindruckliche Erscheinung, eine  
harmonische Ergänzung von innerem  
Wesen und äusserem Ausdruck sind  
gute Voraussetzungen. Ebenso wichtig  
sind eine robuste körperliche Konstitu-  
tion und psychische Verfassung, die  
Belastungen aushalten. Stimme,  
Sprechleistung oder körperlich-bewe-  
gungsmässige Fertigkeiten entscheiden  
oft über die spätere Entfaltung.

Eignung und Begabung entfalten sich  
nur dann, wenn der Schauspieler uner-  
müdlich, d.h. ein Leben lang, an sich  
arbeitet, wenn er den Willen aufbringt,  
auch unter widerlichen Umständen  
und bei schlechter Entlohnung pünkt-  
lich und kontinuierlich eine möglichst  
gute Leistung zu erbringen. Gute Dar-  
steller sind bemüht, sich einem Team,  
einem Ensemble einzuordnen, ohne  
dass sie ihre Persönlichkeit aufgeben.

### Ausbildungsmöglichkeiten

In der Schweiz gibt es in Zürich eine  
grosse öffentliche Ausbildungsstätte,  
die Schauspiel-Akademie Zürich (frü-  
her Bühnenstudio), und eine kleinere  
in Bern, die Schauspielabteilung am  
Konservatorium. Hier sind auch aus-  
führliche Aufnahmebedingungen und  
Ausbildungsgänge zu erfragen.

In der Bundesrepublik Deutschland  
sind mit der Schauspiel-Akademie Zü-  
rich vergleichbare staatliche Schau-  
spielschulen in Berlin, Hamburg,  
Stuttgart, Essen, Hannover, meist als  
kleinere Abteilungen des Musikhoch-  
schulen oder einem Theater ange-  
schlossen. In Österreich sind es die of-  
fiziellen Schulen in Wien, Graz und  
Salzburg. Daneben preist noch eine  
Unzahl weiterer Institute eine vollstän-  
dige Ausbildung an, ohne sie in der Re-  
gel auch zu gewähren.

Es empfiehlt sich, vor der Berufswahl  
die Berufschancen durch zuverlässige  
Fachleute prüfen zu lassen. Wichtige  
Aufschlüsse darüber erhalten auch sie  
erst im Laufe der Ausbildung. Aber  
auch im späteren Berufsleben geht die  
Auslese unerbittlich weiter.

*Wer sich für die Ausbildung Schau-  
spieler/in interessiert, erhält die ge-  
wünschten Auskünfte bei der Schau-  
spiel-Akademie Zürich, Winkelwiese  
4, 8001 Zürich, Tel. 251 86 28.*



# Geben ist seliger denn nehmen

## Verband Schweizerischer Hausfrauenvereine

Geben bedeutet auch Schenken. Und vom Schenken, genauer von Geschenken, soll nachfolgend die Rede sein. Mit Geschenken, welche dazu noch selber gebastelt sind, macht man überall Freude. Auch an Weihnachten ist es Tradition, jemandem, den man gut mag, etwas zu schenken, Freude zu bereiten.

Wer Kinder hat, erinnert sich nur zu gut, wieviel Mühe es kostet, bis die vorgesehenen Bastelarbeiten für die lieben Verwandten und Bekannten kurz vor Weihnachten endlich fertig sind.

Wenn die Tage kürzer, kühler und trüber werden – im Sommer kann ich mich nicht mit Weihnachten befassen –, wage ich bei unsern Töchtern die Frage: «Habt Ihr Euch etwa schon Gedanken gemacht, was Ihr dieses Jahr auf Weihnachten basteln möchtet?» Meine sachte Frage wird dann meistens spontan so beantwortet: «Ich weiss es nicht, habe überhaupt noch nicht darüber nachgedacht.» Etwas später tönt es dann: «Überhaupt wünsche ich mir dieses Jahr gar nichts», was etwa so interpretiert werden könnte: Wenn ich nichts bekomme, brauche ich auch nichts zu basteln...

Das wäre natürlich eine einfache Lösung. Sollen Eltern diese Variante aber einfach so akzeptieren? Wird vielleicht von den Kindern gar nichts «erwartet»? Lassen sich z.B. Grosseltern an Weihnachten «einfach so» überraschen? Ich habe meine Mutter gefragt, ob sie an Weihnachten von ihren Enkelkindern etwas erwartet. Eigentlich nicht – oder nicht unbedingt, war ihre Antwort. Dies entspricht wohl nicht ganz der inneren Stimme...

Sie meinte, als Kind habe man sich früher gegenseitig sehr selten etwas schenken können. Das nötige Geld habe gefehlt, und Bastelmaterial sei gar nicht vorhanden gewesen. Man habe es darum gar nicht empfunden, an Weihnachten nichts zu erhalten.

Ich erinnere mich, während meiner Kindheit gehörten Weihnachtsarbeiten einfach zur Vorweihnachtszeit. Obschon das Bastelmaterial damals erst etwa im November/Anfang Dezember erhältlich war, wurde ich angehalten, den Grosseltern, Gotte und Götti und eventuellen Bekannten etwas anzufer-tigen. Die Auswahl an Material war nicht sehr gross. Es gab etwa Ton zum Modellieren, «Chräleli» für Untersätzli oder Gegenstände aus Holz zum Bemalen.

Wenn sich die Zeiten auch stark verändert haben, so sind doch viele Eltern von der Tradition geprägt und meinen, ihre Kinder müssten es auch so machen.

Es ist ein zweischneidiges Schwert. Auf der einen Seite kommt eine Arbeit, welche aus Zwang gebastelt wird, nicht gut heraus. Auf der anderen Seite sollten die Kinder lernen, dass man nicht immer nur nehmen kann, sondern auch etwas geben sollte.

An was liegt es wohl, dass es Kindern Mühe bereitet, überhaupt mit Weihnachtsarbeiten zu beginnen? Liegt es vielleicht an der «Masse»? Wenn vielleicht nur zwei, drei Geschenklein gemacht werden könnten, wäre das für das Kind noch überschaubar. Wenn es aber schon im voraus weiss, dass es mindestens sechs Sachen machen muss, wenn möglich noch auf die gleiche Art, dann vergeht ihm verständlicherweise die Freude am Basteln. Das «Dürfen» wird dann zum «Müssen». Das Kind sieht, plötzlich keine Zeit mehr für sich zu haben, zum Spielen, Lesen usw. Es hat das Gefühl, es sei einfach zu viel, neben den Hausaufgaben noch so viele Weihnachtsarbeiten machen zu müssen.

Wenn ein Kind sowieso gerne bastelt, entsteht vielleicht während des ganzen Jahres irgendein Geschenklein. Bei Kindern mit weniger Lust an Kreativität liegt die Sache schon etwas anders. Mir hat die Idee einer Nachbarin gefallen. Sie bastelt mit den Kindern an Regentagen in den Sommerferien, versorgt die Arbeiten in einer Geschenktruhe und wählt dann vor Weihnachten mit den Kindern aus, wem sie was schenken möchten.

Nach den erwähnten Gedanken scheint mir aber nachfolgendes Zitat auch noch wichtig zu sein: «Nicht das Ergebnis, sondern das Werden, die Tätigkeit zählt für das Kind!» Mich dünkt, in diesem Satz liegt noch mehr verborgen. Die Aufforderung an uns Eltern nämlich, die Wahl der Bastelarbeit dem Kind zu überlassen. Den Mut zu haben, zu akzeptieren, dass es vielleicht nur einzelne Geschenklein machen möchte, dafür mit Freude und Begeisterung. Dem Kind eher beratend zur Seite zu stehen, als auf Perfektion zu drängen. Eine für uns unfertige Arbeit, für das Kind aber vollendet, sollten wir zu akzeptieren versuchen.

Beim Tun unserer Kinder kommt es nicht so sehr auf die Qualität oder

## Verband

Der Verband Schweizerischer Hausfrauenvereine – vor 50 Jahren gegründet – wird ab nächstem Jahr nicht mehr bestehen. Die Sektionen sind nicht mehr gewillt, den Verband aufrechtzuerhalten, weil sie selbst nicht mehr in der Lage sind, die statutarischen Ziele zu verfolgen. Verschiedene Versuche einer Neubelebung, Gewinnung neuer Mitglieder beispielsweise, schlugen fehl, so dass die Weiterführung sinnlos ist.

Die Gründe für das mangelnde Interesse, sich als Hausfrau zu organisieren, sehen wir einerseits darin, dass inzwischen der Hausfrau auf verschiedensten Ebenen Rechnung getragen und somit ein gewisses Ziel erreicht wird; andererseits, dass Organisationen mit spezifischen Zielsetzungen (Konsumentenschutz usw.) und andere Organisationen ihre Interessen wahrnehmen. Der grösste Teil der Hausfrauen aber sieht überhaupt keinen Sinn in einer Organisation. Weitere Anstrengungen zu machen erachten wir deshalb als wenig sinnvoll, und wir ziehen es vor, den Verband auf Ende 1983 aufzulösen.

*Ria Wigganhauser*

## Veranstaltungen

### Sektion Basel Adventsfeier

Samstag, 10. Dezember. Separate Einladung wird zugeschickt.

### Sektion Solothurn

Unsere Adventsfeier findet statt: Dienstag, 13. Dezember, 15 Uhr, Hotel Krone, Solothurn.

Anmeldung unbedingt schriftlich bis 10. Dezember an die Präsidentin.

### Sektion Winterthur Adventsfeier

Donnerstag, 15. Dezember, 16 Uhr, in der Krone, mit Zaabig und Präsent. Anmeldung erwünscht bis spätestens 13. Dezember an Frau Ziörjen, Tel. 23 16 25, und Frau Baltensberger, Tel. 22 28 93.

Quantität an oder ob es für unsere Begriffe «schön» gemacht ist oder nicht, sondern es kommt in jeder Altersstufe auf verständiges Begleiten an, zu jeder Jahreszeit, nicht nur vor Weihnachten.

*Madeleine Kist*



# Mittel zum Zweck

## SVF Schweizerischer Verband für Frauenrechte

*«Frieden ist ohne Respektierung der Menschenrechte nicht denkbar...»*

*Und zu den Menschenrechten gehört auch die Anerkennung der Gleichberechtigung von Mann und Frau. Leider ist diese nicht selbstverständlich, sondern muss erkämpft werden. Ein Widerspruch in sich?*

*Ein Widerspruch vor allem für jene Frauen, die die Rechte jedes einzelnen Menschen hochhalten und selbst ihres Geschlechtes wegen diskriminiert oder zumindest behindert werden. Letztlich geht es um die Frage, welche Mittel in diesem Kampf erlaubt und zugleich wirkungsvoll sind. Als Beispiele sei hier auf drei Ereignisse bzw. Aktionen im vergangenen Monat hingewiesen.*

### Parlamentarische Aktionen

● Gertrude Girard-Montet erhielt den mit 8000 Franken dotierten Ida-Somazzi-Preis in Anerkennung ihrer Leistungen und «als Dank für ihren ausserordentlichen Einsatz im Dienste der schweizerischen Demokratie». Die Laureatin hat während Jahrzehnten in Vorträgen und durch Mitarbeit in nationalen und internationalen Frauenorganisationen für eine Besserstellung der Frau gewirkt. Sie war von 1968–1977 Präsidentin des Schweizerischen Verbands für Frauenstimmrecht – wie unser Verband damals noch hiess. Und sie hat nicht nur geredet, sondern auch gehandelt. Als der Bundesrat die Menschenrechtskonvention mit dem gewichtigen Vorbehalt unterzeichnen wollte, nämlich dem fehlenden Frauenstimmrecht, half Girard-Montet den «Marsch nach Bern» vom 1. März 1969 organisieren. Sie setzte sich mit einigen mutigen Kolleginnen auf die Tribüne des Nationalrats und strickte. Demonstrativ wickelten sie den Wollfaden dann wieder auf – symbolisch ein Zeichen setzend. Nun, der Bundesrat hat die Konvention erst nach der Einführung des Frauenstimmrechts 1971 unterzeichnet. Ob die Demonstrationen der Frauen die Männer zum Nachdenken gezwungen haben?

Gertrud Girard wurde 1975, im Jahr der Frau, in den Nationalrat gewählt. Sie interessierte sich immer schon für internationale Zusammenhänge. So schien es natürlich, dass sie als Delegierte an den Europarat gesandt wurde. Auch dort ist sie ihrem Auftrag treu geblieben. Einer der letzten Vorstösse der jetzt ausscheidenden Parlamentarierin: sie deponierte eine Empfehlung, worin die Regierungen aufge-

fordert werden, dafür zu sorgen, dass auf den Wahllisten in die Parlamente jeweils zur Hälfte Frauen stehen. Ob das in Zukunft dazu beitragen kann, über die «10%-Hürde» zu springen, bleibt eine offene Frage. Girard-Montet könnte wahrscheinlich noch von vielen anderen Aktionen berichten, auf die sie in ihrem 70jährigen Leben zurückblicken darf. Wir haben ihr sicher manches zu verdanken. Uns ruft sie zu: «Die Frauenbewegung ist ein politischer Kampf, weil es darum geht, die öffentliche Meinung zu gewinnen. Dazu müssen alle möglichen Mittel eingesetzt werden, die Frauenverbände, die politischen Parteien, die einflussreichen Verbände, die Journalisten aus der Presse und aus den anderen Massenmedien.»

### Unterstützungsaktionen

● Der SVF hat immer wieder und mit den verschiedensten Mitteln versucht, aktive Frauen zu unterstützen und in der Bevölkerung die Frauenanliegen verständlich zu machen. Als bekannt wurde, dass Frau Dr. Lilian Uchtenhagen von ihrer Partei offiziell zur Bundesratskandidatin erkoren worden war, wurde am Medienseminar in Bern eine Aktion beschlossen. Ein Brief der Präsidentin des SVF forderte alle Sektionen und Mitglieder auf, ihrem Wunsch «Lilian Uchtenhagen in den Bundesrat!» öffentlich Nachdruck zu verleihen. Mit Briefen an Lokalzeitungen, an Parlamentarier, mit Postkarten an den SVF. Dieser würde die gesammelten Äusserungen im Bundeshaus deponieren.

«In einem Land, in dem so viel von regionalem Ausgleich und Schutz der Minderheiten die Rede ist, kann neben anderen Gruppierungen auch die offensichtliche Bevölkerungsmehrheit nicht ewig ausgeschlossen bleiben», meint SVF-Präsidentin Christiane Langenberger. Ob diese Aktion – über die Parteigrenzen hinweg – zur solidarisierenden Demonstration geführt hat, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Der Redaktorin und all jenen, die es an der Zeit finden, dass eine Frau auch in den Bundesrat einzieht, bleibt das hoffnungsvolle Warten. Die Parla-

mentarier, 90% davon männlichen Geschlechts, müssen diesmal deutlich Farbe bekennen. Allenfalls schillernde Persönlichkeiten müsste frau sich merken, denn der nächste Wahltag kommt bestimmt!

### Medien-Aktionen

● Dem in der letzten Nummer angekündigten Medienseminar war ein voller Erfolg beschieden. Über hundert Frauen versammelten sich in Bern, um den Erläuterungen und Vorschlägen prominenter Journalistinnen, darunter eine neugewählte Nationalrätin, zuzuhören. Das Seminar zielte jedoch ganz bewusst auf langfristige Aktionen. Nicht das Auflisten von Ungerechtigkeiten wie niedrigerer Lohn oder geringere Aufstiegschancen bei höherer Qualifikation usw. stand im Vordergrund, sondern das Suchen nach möglichen Abhilfen der bekannten Situation. Manchmal scheitern die Einsätze für Frauenanliegen nämlich an ganz banalen Dingen, z.B. weil man nicht weiss, an wen man sich wenden kann, oder wie ein Artikel aufgebaut und geschrieben sein muss, um in den Redaktionen zu bestehen und nicht gleich in den Papierkorb zu wandern. Es wurde deshalb beschlossen, in den Sektionen jeweils kleine Medien-Kommissionen aufzustellen. Diese sollen die Zeitungen ihrer Region wie auch Radio und Fernsehen auf frauenfeindliche Darstellungen und Äusserungen beobachten. Diese sollen aber vor allem auch darauf reagieren ... mit Leserbriefen, Gegendarstellungen, Protesten und anderem. Wesentlich ist ebenfalls die Anerkennung und Unterstützung von positiven Beispielen. Sicher werden dabei die Meinungen darüber, was «frauenfeindlich» ist, auseinandergehen. Wie weit soll man (pardon: frau) z.B. die Sprache einbeziehen, die politische Berichterstattung, Dritte Welt usw.? Patentrezepte gibt es nicht. «Aktionen» aber sind möglich! Das haben Generationen von Frauen vor uns doch immer wieder bewiesen.

Die Mittel wechseln, Vorstellung und Ziel bleiben dieselben. Es besteht die berechtigte Hoffnung, dass es mit der Anerkennung der «gleichen Rechte» weiterhin vorwärts geht.

In diesem Sinn verabschiede ich mich von Ihnen. Die Seite des SVF wird in der vorliegenden Form nicht mehr erscheinen.

Annelise B. Truninger



**Es ist ein Zeichen unserer Zeit mit den vielen Veränderungen auf allen Gebieten, dass es immer wieder neue Berufe gibt. Dazu gehört auch die Erwachsenenbildung. Über diesen Beruf liess sich kürzlich unser Winterthurer Club durch Hilde Bradovka, Thalwil, Mitglied des Zürcher Clubs, an seinem letzten monatlichen Clubabend orientieren.**

Die Erwachsenenbildung unterstützt, so erklärte Frau Bradovka, die Persönlichkeitsbildung des Einzelnen, damit er nicht nur gute Leistungen aufweisen kann, dieselben vielmehr mit Freude und in einer Atmosphäre von menschlichem Verstehen, von gegenseitigem Vertrauen erbringt. Da sich der Beruf erst in letzter Zeit entwickelt hat, ist er noch nicht vom Biga (Bundesamt für Industrie, Gewerbe und Arbeit) anerkannt. Es gibt keine speziellen Ausbildungsmöglichkeiten, und es kann kein Diplom erworben werden. Hilde Bradovka musste sich den Weg selber erarbeiten, was allerlei Umwege erforderte.

Nach einer Verwaltungslehre und einer Zeit als Hausfrau und Mutter war sie beim Fernsehen tätig, dann als Personalassistentin bei einer Grossbank. Sie kam mit Gruppen von Auszubildenden zusammen, hierauf mit der Fachstelle für Detailhandel, nachher mit den Bäcker- und Metzgermeistern, dem Baugewerbe und andern Berufskategorien. Sie wurde Mitglied der Schweizerischen Vereinigung für Erwachsenenbildung. Später führte sie ihr Weg auch zum Militär. – in einzelnen Vorträgen, vor allem in Seminarien, welche Hilde Bradovka teils selber veranstaltet, für welche sie teils von Firmen oder Berufsgruppen engagiert wird, spricht sie, vor allem auch in Diskussionen, über allgemeine Probleme oder bestimmte Themen. Meist findet sie guten Anklang, was sich darin zeigt, dass nach solchen Veranstaltungen neue Anfragen kommen. Erfolgreich ist die Arbeit besonders dann, wenn immer wieder die gleichen Leute an neuen Seminarien teilnehmen. Meist arbeitet Hilde Bradovka mit Leuten in Kaderpositionen, beim Militär mit jungen Offizieren.

Als Themen wurden unter anderem genannt: das Gespräch mit meinen Mitmenschen (Kunden, Mitarbeiter, Kollegen, Leute im Hause, zu Hause, im Geschäft, auf der Strasse), Sitzungen vorbereiten und Sitzungen leiten, das Kritikgespräch, Haltung der Ehefrau, wenn der Mann am Abend heimkommt, schöpferische Sprache, Meisterfrauen als Vorgesetzte.

Wichtig sind für Hilde Bradovka folgende Punkte: die zwischenmenschlichen Beziehungen im allgemeinen, die Höflichkeit. Die Hierarchie im Betrieb, d.h. das Verhalten nach unten und oben, die Pflege der Sprache, ins Gespräch kommen und im Gespräch bleiben, nicht zur reden, auch zuhören können, Hemmungen und Ängste abbauen, Leute, denen die nötige Vorbildung fehlt, erfolgreich trainieren.

Nach dem mit Beifall aufgenommenen Vortrag beantwortete Frau Bradovka sehr bereitwillig eine Reihe von Fragen, die das grosse Interesse der Anwesenden bewiesen.

Der Schlüssel zum Erfolg, den Hilde Bradovka mit ihren Vorträgen und Seminarien hat, liegt offenbar darin, dass sie, wie sie sich ausdrückt, alles positiv ansieht und auch Neues annimmt.

*Elisabeth Nägeli*

### Vor Weihnachten

Albert Sergel

Heimliche Zeit,  
wenn es draussen friert und schneit  
und der Christ ist nicht mehr weit!

Wie's tuschelt in den entferntesten Ecken,  
kichert und lacht!  
Überall Bepacktsein, Verstecken;  
Vorfriede: wie anderen Freude man macht!  
Hoffen und Wünschen webt feiernd durchs Zimmer;  
ein Heinzelmännchen wirken im Lampenschimmer.

Mich deucht, ich sah einen güldenen Schein:  
Guckt da nicht Sankt Niklas zum Fenster herein?  
Glocken erklingen in weiter Ferne.  
Bratpfeldduft aus dem Ofen quoll.

Am nachtklaren Himmel schimmern die Sterne  
verheißungsvoll  
und schauen das Treiben und freuen sich mit  
bei der eilenden Menschen froh klingendem Schritt.

Friedvolles Hasten weit und breit:  
Weihnacht ist nahe! O heimliche Zeit!

**Mit diesen Zeilen wünscht allen  
BGF ein frohes Weihnachtsfest  
und ein glückliches Neues Jahr  
Ihr Ausschuss**

## Veranstaltungen

### Aarau

3. Dezember: Adventsfeier

### Baden

14. Dezember: Geigenbauen, -reparieren, -pflegen, bei A. und H. Fischer, Wettingen

### Basel

8. Dezember: Weihnachtsfeier

### Bern

7. Dezember: Adventsabend

### Davos

3. Dezember: Adventsabend

### Frauenfeld

12. Dezember: Weihnachtsfeier

### Genève

3. Dezember: Fête di fin d'année

### Glarus

6. Dezember: Dr. med. H.G. Bodmer  
«Gedanken über die heile Welt»

### Lausanne

13. Dezember: Soirée de Noël

### Lenzburg

15. Dezember: Adventsabend

### Luzern

13. Dezember: Weihnachtsabend

### Olten

11. Dezember: Candle-Light-Dinner

### Rapperswil

12. Dezember: Weihnachtssessen

### Schaffhausen

7. Dezember: Adventsabend

### Sierre

15. Dezember: Soirée de l'Avent

### Solothurn

2. Dezember: Adventsabend

### St. Gallen

6. Dezember: Adventsabend

### Thun und Oberland

1. Dezember: Adventsabend  
in Interlaken.

### Winterthur

9. Dezember: Adventsabend

### Zürich

6. Dezember: St.-Niklaus-Gesellschaft  
der Stadt Zürich

14. Dezember: Meisenabend, Isabelle  
Anderfuhren singt festliche Lieder,  
Gretl Thomann liest vor.

27. Dezember: Jahresausklang

Die fröhliche Schatzalp-Woche findet vom 18.–25. Februar 1984 statt. Interessentinnen erhalten nähere Auskunft bei ihrer Präsidentin.



# hobby zyt

**Schweizerische  
Zeitschrift  
für Heimwerker + Bastler**

## Geschenkabonnement



12mal im Jahr Freude bereiten können Sie mit einem Geschenkabonnement der «Hobbyzyt».

Mit dieser beliebten Bastelzeitschrift bringen Sie Ihren Freunden wertvolle Anregungen und Anleitungen, zahlreiche Tips und Ratschläge, Lehrgänge und originelle Ideen in die Heimwerker- und Bastlerwerkstatt.

**Für 1984 Fr. 45.–**

und dazu schenken wir Ihnen die letzten 2 Ausgaben, die Sie dem Beschenkten mit dem Gutschein übergeben können.

### BESTELLCOUPON

Ich bestelle hiermit ein Geschenkabonnement «Hobbyzyt» zum Preis von Fr. 45.–

Adresse des Beschenkten:

Name

Vorname

Strasse

Ort

Rechnung für das Geschenkabonnement an:

Name

Vorname

Strasse

Ort

Datum

Unterschrift

Verlag Hobbyzyt  
Postfach  
8703 Erlenbach

Bitte einsenden an: Verlag «Hobbyzyt», Postfach, 8703 Erlenbach



## Zehn Kantone ohne Frauen

Zehn Kantone haben überhaupt keine Frau nach Bern geschickt, nämlich Uri, Unterwalden, Glarus, Zug, Solothurn, Appenzell, Graubünden, Thurgau, Tessin, Fribourg.

In Fribourg ist die beliebte FDP Politikerin und Ärztin Liselotte Spreng nicht durch eine Frau ersetzt worden. Auch für Solothurns kluge Cornelia Fleig, ebenfalls FDP, fand sich offensichtlich keine zugkräftige Nachfolgerin. Unendlich schade ist auch, dass nach Alma Bacciarinis Ausscheiden aus dem Eidgenössischen Parlament – sie stellte sich nach Querelen mit der eigenen Partei nicht wieder für die Wahl zur Verfügung – nun auch keine Vertreterin aus der Sonnenstube mehr im Rat sitzen wird.

## Barbara Gurtner, POCH, Bern

Barbara Gurtner wurde am 6. 9. 43 geboren, ist von Beruf Sekretärin, hat zwei Kinder, ist Mitglied der OFRA, der SGSG, des VPOD und der Bewohnerinitiative.

Sie lebt mit ihren zwei Töchtern (7/9jährig) in einer Frauenwohnge-meinschaft in Bern. Ihre besonderen Interessensgebiete: Solidaritätsbewegung mit der 3. Welt und soziale Gesundheitspolitik.

Als Berner Stadträtin ist sie insbesondere mit Vorstössen gegen die Gewalt an Frauen bekannt geworden.



*Die Frauen konnten im Eidgenössischen Parlament ihren Besitzstand von rund 10% halten. 22 Nationalrätinnen und drei Ständerätinnen werden in der neuen Legislaturperiode in Bern politisieren.*

*Frauenrechtlerinnen sind erbost über die Untervertretung der Frauen, jener Hälfte des Volkes, die offensichtlich durch Stimmabstinenz (von Politik verstehe ich sowieso nichts...) den Urnen fernbleiben.*

Graubünden, die nach Elisabeth Lardelli, (SVP) nie mehr eine Frau nach Bern delegierte, bleibt weiterhin nur durch Männer vertreten.

Am meisten Frauen hat Zürich gewählt. Zu vier bisherigen Nationalrätinnen, die zum Teil mit absoluten Spitzenresultaten gewählt wurden, stossen zwei neue, nämlich Vreni Spoerry, lic. iur. (FDP) und Verena Grendelmeier, Journalistin (Landesring).

Frauenfreundlicher ist auch Bern geworden. Neben der bisherigen einzigen Nationalrätin, Geneviève Aubry, hat Leni Robert mit einer eigenen, freien Liste, einen spektakulären Wahlsieg errungen. Neben ihr zieht als POCH Vertreterin die Sekretärin Barbara Gurtner ein.



## Valentine Friedli, (54), SP, Jura

Eidg. Kaufmännisches Diplom. Verheiratet. Mutter von sieben Kindern.

Als einzige Frau sass sie in der «Constituante» (das Organ, das die Verfassung des neuen Kantons Jura schuf).

In einer Familie aufgewachsen, die sich der Sozialdemokratie und den Gewerkschaften zugehörig fühlte, möchte sie in Bern für mehr soziale Gerechtigkeit kämpfen.

Eine interessante Frau kommt aus Luzern, nämlich die Jugendanwältin Dr. Judith Stamm (CVP). Aus dem Basel-land wird die Erwachsenenbildnerin Angelina Fankhauser etwas vergessen machen, dass die grosse, aufgeschlossene Stadt Basel Gertrud Spiess (CVP) nicht mehr zu ersetzen trachtete. Ruth Mascarin, (POCH) die Ärztin, wird als einzige Stadtbaslerin die Stadt im Dreiländereck vertreten.

Aus der Westschweiz kommt ebenfalls nicht Neues. Mit einer Ausnahme, der Kanton Jura schickt die Hausfrau Valentine Friedli (SP) nach Bern.

—er

## Vreni Spoerry, FDP, Zürich

Geboren 1938, ist von Beruf Juristin (lic. jur.), Finanzvorstand von Horgen, Kantonsrätin seit 1979.

Verheiratet, Mutter von drei fast erwachsenen Kindern.

Politische Schwerpunkte: Finanz- und Steuerpolitik

Mitverfasserin der Steuergesetzinitiative der FDP

Mitglied des geschäftsleitenden Ausschusses der FDP des Kantons Zürich.







### **Dr. Judith Stamm, CVP, Luzern**

Geboren 1934. Aufgewachsen und Schulbesuch in Zürich. Studium an der Universität Zürich, Abschluss mit dem Doktorat. Auditorenjahr am Bezirksgericht Uster. 1960–1980 Angehörige der Kantonspolizei Luzern, zunächst bei der Kriminalpolizei, dann in der Ausbildung der Polizeianwärter, im Personal- und Beschwerdewesen sowie in der Öffentlichkeitsarbeit des Polizeikorps tätig. 1976 Ernennung zum Polizeioberleutnant, 1979 Übernahme der Abteilung Kommandodienste. 1980 Wahl als Jugendanwältin. Seit 1971 Grossrat. Mitglied der eidg. Betäubungsmittelkommission (Subkommission Drogenfragen) und der kantonalen Drogenkommission. Ehemals Mitglied der eidg. Expertenkommission für die Revision des Strafgesetzbuches. Engagiert in der Arbeit mit Frauengruppen.

### **Leni Robert, ehemals FDP, heute Freie Liste Bern**

Redaktorin, verwitwet. Mutter zweier Söhne wurde überraschend mit 54229 Stimmen gewählt. Sie stellte sich in Ausgabe 9/Sept. 83 in einer Doppelseite «Eine Frau –(k)ein Problem» selber vor.



### **Angeline Fankhauser, SP, Baselland**

1936 geboren. Erzieherin, Abteilungsleiterin Pro Juventute in Zürich. In leitenden Gremien von VPOD, Pro Familia, Frauenkommission VPOD.

Die Familie, als Netz von menschlichen Beziehungen und Bindungen, braucht gegenüber dem Druck der wirtschaftlichen Entwicklung und den Anforderungen der Arbeitswelt besonderen Schutz.

Von der Familie wird viel erwartet, sie übernimmt in unserem Staat manche wichtige Aufgabe. Einerseits muss man ihr Freiräume gewähren, damit sie ihre Aufgabe erfüllen kann, andererseits soll ihr bei der Bewältigung von wirtschaftlichen Rückschlägen geholfen werden.

Einige Stichwörter dazu:

- Möglichkeiten der partnerschaftlichen Gestaltung des Familienlebens
- Mutterschutz
- familienfreundliches Wohnen
- getrennte Besteuerung der Ehegatten, Sozialabzüge am Steuerbetrag
- Bessere Berücksichtigung der Familiensituation beim Auffangen von



### **Verena Grendelmeier/Grendi, Landesring, Zürich**

geb. 1939 in Zürich  
Matura, Primarlehrerdiplom  
Schauspiel-/Regiestudium in Wien und Paris

Engagements in Deutschland, Schweiz (Bern), Paris (J.L. Barrault) seit 1967 als Moderatorin und Film-Journalistin am Schweizer Fernsehen. (Redaktionen: «Menschen Technik Wissenschaft», «Medizin», «CH-Magazin», Rundschau»)

Politik:

1973–1979 Mitglied des Zürcher Kantonsrates (LdU-Fraktion) seit 1980 Vize-Präsidentin LdU Schweiz (1983 Wahl in den Nationalrat)

Interessengebiete:  
Gesundheitspolitik  
Umweltsprobleme  
Friedenspolitik  
Frauenpolitik

wirtschaftlichen Krisen (Diskussion um Mobilität, Fragen der Betreuung von Kindern, usw.)

## **Gesucht**

## **Eine Geschenkidee**

Wieso nicht ein Geschenkabonnement der «hobbyzyt»? – Es bereitet mehrmals im Jahr Freude und Anregung.

Verlangen Sie eine Probenummer beim Verlag «hobbyzyt», Postfach, 8703 Erlenbach, oder wählen Sie ganz einfach Telefonnummer 01/9108016.

## **P.S.**

Die «hobbyzyt» erscheint monatlich und bietet eine Fülle von Anregungen und Ideen für jedermann und für jedes Alter. Sie kostet nur Fr. 43.-- im Jahr.

Überzeugen Sie sich selbst!

## **Spezialität**

### **Schweizer Alpenblütenbienenhonig**

einzigartig – hell in der Farbe und mit sehr gutem Aroma und guter Heilkraft.

Versand in 2-kg- oder 5-kg-Kesseln

R. + M. Gentinetta, 3930 Visp/Wallis  
Wander-Imker, Tel. (028) 462474



# Unser Geschenkkratgeber

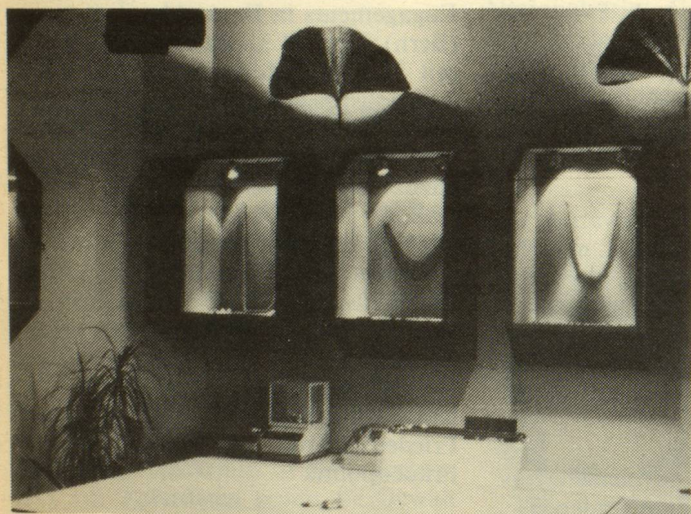
## Eine Schatzkammer voll Juwelen und echtem Schmuck

In diesen Tagen eröffnete Rolf Wohlwend, Juwelier, im Zunfthaus zum Rüden am Limmatquai 42 in Zürich sein gediegenes Geschäft für Juwelen und exklusiven Schmuck. In denselben Räumlichkeiten befand sich übrigens im Mittelalter eine der ersten Münzprägestätten Zürichs.

Rolf Wohlwend, in Insiderkreisen kein Unbekannter, entdeckte schon früh seine Liebe zu Edelsteinen. Durch den Handel mit Juwelen und seine eigene Edelsteinschleiferei genoss er bald einen hervorragenden Ruf als Fachmann für auserlesene Steine.

Da persönlich ausgewählte Edelsteine auch zu individuellen Schmuckstücken verarbeitet werden sollten, kreierte Rolf Wohlwend immer mehr Geschmeide mit Juwelen nach seinen eigenen Ideen. Nur so gelingt es ihm, die Persönlichkeit der Trägerin und den Schmuck in harmonischen Einklang zu bringen.

Liebhaber von edlen Steinen und Schmuck finden bei Rolf Wohlwend ein unvergleichliches Angebot.



die Marke für  
garantiert reine Natur-  
faserprodukte:



**Bestellcoupon**  
Senden Sie mir  
kostenlos den Naturel  
Versandkatalog

Name \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_  
Tel. \_\_\_\_\_

Wäsche,  
Bein-  
bekleidung,  
Oberbekleidung –  
der sprich wörtliche  
Tragkomfort für die ganze Familie  
Handstrickgarne, naturbelassen und  
in gefälligen, modischen Farben  
Stoffe zum  
selber nähen

**Naturel**  
VERSAND

Luzernstrasse 15 4950 Huttwil  
Tel. 063 72 29 72



**A + K KUHN AG**

**Apparate für Körperpflege,  
Massage- und Sportgeräte**  
Hochfluhstrasse 27  
Postfach, 6410 Goldau  
Telefonische Auskunft und  
Bestelldienst: (041) 82 12 04

## KUHN'S Heimtrainer

**Das Fitness-Gerät für die ganze Familie**

Der Heimtrainer für die Bewegungstherapie zur Erhaltung der Körperkräfte, gegen Stress und Übergewicht. Das wetterunabhängige Trimmrad, ausgestattet mit stufenlosem Tretwiderstand, Touren-km-Zähler und Zeituhr.

**Unser Angebot:  
erst mieten, dann kaufen**

Fr. 42.- Miete monatlich / Fr. 420.- Verkaufspreis. Barzahlungsrabatt 5%. Bei Kauf wird Miete 100% angerechnet.

Senden Sie mir ☐ Heimtrainer  
Nach 10 Tagen ☐ zahle ich bar abzüglich 5%  
☐ zahle ich erste Miete plus Fracht

Herr/Frau/Frl.

Strasse

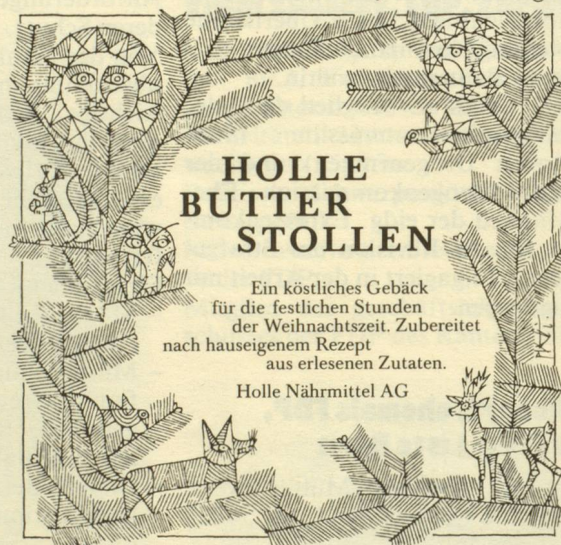
Ort/Tel.



*Die Fissler Bratfein S ist zweifellos die Erfolgspfanne im Fissler Markenpfannenprogramm.*

*Aus neuer Leichtmetall-Legierung in extra schwerer Qualität. Dadurch extrem günstige Wärmeeigenschaften. Die Form garantiert optimale Nutzung der Pfanne. Leicht und handlich in Gebrauch, insbesondere durch den hand-sympathischen Griff in Holzstruktur mit der Daumenmulde. Das Material des Griffes ist hitzeisolierend, der Flammenschutz am Stiel verhindert Wärmeinwirkungen durch die Heizquelle.*

Foto: Fissler AG, 6314 Unterägeri

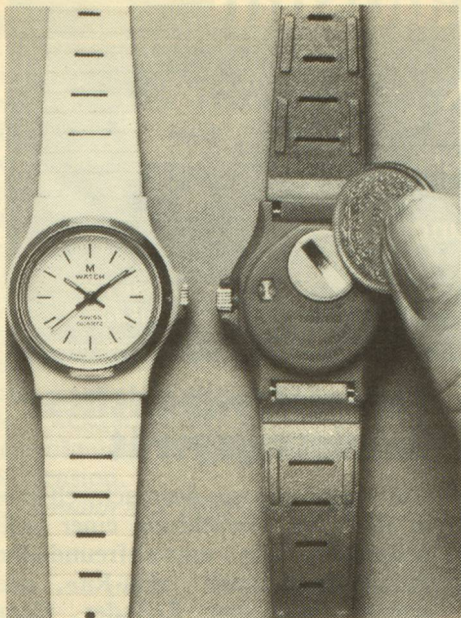


## HOLLE BUTTER STOLLEN

Ein köstliches Gebäck  
für die festlichen Stunden  
der Weihnachtszeit. Zubereitet  
nach hauseigenem Rezept  
aus erlesenen Zutaten.

Holle Nährmittel AG





## Bereits erprobt und bewährt: Nun auch «M-Watch» für Damen

Die im Februar von der Migros und Mondaine angekündigte Volksuhr, die seit Mitte Mai an den Verkaufsstellen zum Preise von Fr. 38.– angeboten wird, hat sämtliche Verkaufsprognosen übertroffen. Innert wenigen Monaten wurden in der Schweiz und im Ausland über 180 000 Uhren verkauft. Die wasserdichte «M-Watch» für Damen unterscheidet sich lediglich in ihrer äusseren, kleineren Form von der Ausführung für Herren, wobei einzig auf die Datumsanzeige zugunsten der Eleganz verzichtet wurde. Ansonsten sind alle Eigenschaften wie Batteriewechsel mit Münze, Leuchtpunkte, Robustheit und Preis die gleichen. Die «M-Watch» wird von Mondaine Watch Ltd (Zürich) hergestellt und exportiert. In der Schweiz wird sie exklusiv von Migros verkauft.

## Kräutertee gegen Krampfadern

Mit Kräutern helfen, mit Kräutern heilen, dies hat sich der bayerische Naturheilpendler und Kräuterspezialist Erwin Jäger aus St. Salvator D-8210 Priem am Chiemsee zur Lebensaufgabe gemacht. Ein besonderes «Geschenk aus der Natur», das er all jenen Frauen machen möchte, die unter dem Problem Krampfadern, Cellulitis und zu dicken Beinen leiden. Eine Zusammensetzung hochwertiger und biologisch einwandfreien Kräuter wirkt bei dieser 3-Monats-Kur zu Hause genau auf das worauf es ankommt. Durchblutung und Bindegewebe lassen sich so günstig beeinflussen, und Kräuter schaden nicht, sodass seine «Kräuter-Kurler» sehr zufrieden sind. Der Erfolg hat ihm recht gegeben wenn er behauptet: «koffeinhaltiger Kaffee, Nikotin und hochprozentiger Alkohol» schadet dem Bindegewebe und muss während der Kur gemieden werden. Dann sind die rund Fr. 130.– für diese Geschenkidee nicht umsonst gewesen.

## Zahnhygiene ohne Zahnbürste?

Die Zahnbürste hat man nicht immer bei sich. Trotzdem sollte man für die Zahn- und Mundhygiene auch tagsüber etwas tun, und zwar ganz besonders dann, wenn man zum Zähneputzen keine Gelegenheit hat. Für die Zahnhygiene «zwischendurch» wurde der zuckerfreie Plax-Kaugummi entwickelt. Dieser besondere Plax-Gum enthält ein wirksames basisches Mineralsalzkonzentrat, das beim Kauen die zahnzerstörenden Säuren neutralisiert, die sich durch Vergärung von Zucker und anderen Kohlehydraten im Zahnbelag (Plaque) bilden. Ausser dieser zahnschützenden Eigenschaft erfrischt der Plax-Kaugummi Mund und Atem. Plax-Gum, wird von der FRANZ KÜSCHER AG, Zürich angeboten und ist in Apotheken und Drogerien erhältlich.

## Mit Vergrösserungs- brillen besser lesen

Ältere Menschen leiden fast immer an der Altersweitsichtigkeit, die mit einer ganz einfachen Brille mit Vergrösserungsgläsern geeigneter Dioptrienstärke korrigierbar ist. Betagte Menschen sind oft weniger begütert und haben Probleme, für diesen Zweck die einfachste Brille beim Augenoptiker zu erstehen.

Es wird versucht, diese Lücke durch das Angebot der sogenannten Mini-Doppellupen zu schliessen. Sie erhalten diese Doppellupen in den Stärken +1.0 bis +4.0 bei der Firma AMESA AG, 8645 Jona, Schlüsselstr. 10, Tel. 055/277163. Diese Mini-Leselupe ist auch eine ideale Zweitbrille für Sport, Wandern und jede sonstige Gelegenheit. Es gibt sie in zwei verschiedenen Ausführungen – zu Fr. 29.50 und Fr. 39.–.



**Haben Sie auch Freude an echten Naturwollen?**



Wenn Sie gesunde Stricksachen aus echter Schaf- oder Alpakawolle anfertigen und tragen möchten, dann verlangen Sie unverbindlich und ohne Kosten für Sie, die neuen Muster unserer

**echten Schafwolle, Alpakawollen, Schafwolle mit echter Seide, pflanzengefärbte, reine, unverfälschte Schafwolle, usw.**

Bei uns stimmen nicht nur die Qualitäten, es stimmen auch die Preise. Verlangen Sie bitte mit nebenstehendem Coupon die neuen Muster. Vergleichen Sie vor Ihrem nächsten Einkauf, es lohnt sich bestimmt für Sie!

Senden Sie mir, ohne irgendwelche Kosten und ohne Verpflichtung für mich, Ihr neues

**Wollmuster in Naturwollen 94**

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Bitte ausschneiden und einsenden an:  
**Hans Jakob AG, 3436 Zollbrück**



**Hans Jakob AG, 3436 Zollbrück**

Tel. 035 - 6 81 11  
(im Emmental)



**Gutschein**



# Ihr Pelzgeschäft in Waldshut



*Wir nehmen Ihren getragenen  
Pelz in Zahlung, damit der  
Neukauf erschwinglicher wird*

## KURA PELZMODEN

- Qualität
- Auswahl
- Service
- Umarbeitungen
- Änderungen
- Aufbewahrung

Rheinstrasse 15, Telefon 0049/7751/3989



*Ihre Pelzadresse für  
günstigen Einkauf*

## DEY-GEWÜRZE

Ihr Spezialist für  
Gewürze, Gewürzmischungen  
Tee (über vierzig Sorten)  
Grill-Marinaden  
Bitte verlangen Sie unsere Preisliste

## DEY-GEWÜRZE

Flühgasse 21, 8032 Zürich  
Telefon 01 - 53 97 44

*Ein ideales Geschenk:*

## Unser Kind

Ein Fotoalbum von bleibendem Wert!  
Ein Fotoalbum, das sich als Geschenk  
eignet, mit zahlreichen Abbildungen.  
Viel Platz und Vordrucke für Anga-  
ben, die ein Kind sein ganzes Leben be-  
gleiten. Fr. 19.80. Vorzugspreis für un-  
sere Leser Fr. 12.80.

Bestellung bei Börsig AG, Postfach,  
8021 Zürich



## Pelz wärmt und schützt

Was ist schöner als Natur? Pelz ist Na-  
tur! Pelz wärmt nicht nur, sondern  
schmückt dabei noch jede Frau.

Die Firma «Kura»-Pelzmoden hat für  
Sie die schönsten Pelzmodelle in ihren  
Verkaufsräumen und freut sich auf Ih-  
ren Besuch.

Bedenken Sie auch den Vorteil des  
DM/sFr.-Kurses und achten Sie auf  
die Rückerstattung der Mehrwert-  
steuer.

Kura-Pelzmoden, Rheinstrasse 15,  
D-15 Waldshut, Tel. 0049/7751 3989

## Umweltfreundliches Reinigungsgerät

Auf reges Interesse der Fachwelt stiess  
in Bern die Vorführung einer völlig  
neuartigen wie umweltfreundlichen  
Reinigungsmethode. «Ha-Ra», nach  
seinem deutschen Erfinder Hanns  
Raab genannt, heisst die Produkte-  
linie, die ohne Phosphate, Nitrate,  
Glanzstoffe und Gifte auskommt und  
dadurch erwiesenermassen die Abwäs-  
ser praktisch nicht belastet. Die aufse-  
henerregende Erfindung – vor einem  
Jahr an der Basler Erfindermesse mit  
eine Goldmedaille ausgezeichnet – ba-  
siert auf einer speziell gewobenen  
Kunstfaser: Mikrofeine Veloursfäse-  
chen reissen beim Reinigungsvorgang  
selbst hartnäckige Schmutz- oder Fett-  
partikel auf, ohne dabei die Unterlage  
zu zerkratzen. Gerät und Haushalt-  
Handschuh in dieser Beschaffenheit  
reinigen nicht nur Glas, Möbel, Wän-  
de, Türen, Böden, Tischplatten und  
anderes mehr; sie leisten auch in Werk-  
stätten, Büros und Labors unentbehrliche  
Dienste.

Im Moment sind die – vorerst nur in  
kleinen Serien produzierten – «Ha-  
Ra»-Produkte (Reinigungsgerät,  
Handschuh, Vollpflegekonzentrat) le-  
diglich im Direktversand erhältlich:  
über die Schweizer Generalvertretung.»  
W. Kroh, Ideal-Chemie, Rollmatt-  
strasse 7a, 3123 Belp (BE).



ballett-shop  
Römergasse 5  
Limmattal

8001 Zürich  
Telefon 01/47 69 10

Grösstes  
Fachgeschäft in der  
Schweiz.

alles für den  
klassischen und  
modernen Tanz



## Praktisch und platzsparend

Die Tür-Kleiderschiene ist äusserst praktisch. Ganz einfach Tür öffnen, Kleiderschiene einhängen. Passt an jede normale Türe. Es sind keine Schrauben, keine Bohrlöcher nötig. Die Türe lässt sich problemlos öffnen und schliessen. Die Schiene ist aus Aluminium, 60 cm breit, 6 Haken, verschiebbar, leicht im Gepäck mitzuführen (ca. 200 g schwer). Sie kann überall platziert werden: Schlaf-, Kinder- und Badezimmer, Küche, Keller, Estrich, als Zweitgarderobe, Ferienhaus, Ferienwohnung, Büro, Altersheim, Hotel, Pension.

B. Ullmann AG, 3073 Gümligen

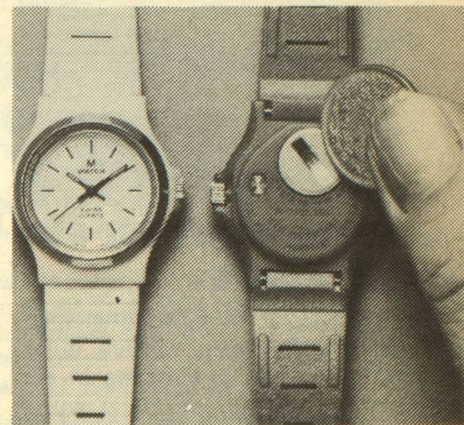
## Geschenke in die Oststaaten

Die Polatinus GmbH, 8023 Zürich, ist als Generalvertreterin für Geschenke in zahlreiche Oststaaten tätig. Für die DDR, die Tschechoslowakei, Rumänien, Polen, Ungarn liegen Kataloge und Preislisten vor. Die von der Polatinus GmbH offerierten Dienstleistungen bestehen schon seit 25 Jahren und werden in wachsendem Masse auch bei uns in der Schweiz geschätzt.

## Was man über die Schweizer Uhr «M-Watch» wissen sollte

Die von der Schweizer Uhrengruppe Mondaine Watch Ltd., Zürich, in ihrer Fabrik in Biberist (Solothurn) hergestellte «M-Watch» bietet sowohl für das Damen- wie für das Herrenmodell folgende Leistungen:

- erprobtes Quarzwerk von hohem Qualitätsstandard
- Stunden-, Minuten- und Sekundenzeiger, Herrenmodell mit Kalender
- Ganggenauigkeit innerhalb von +0,15 bis +0,4 Sekunden maximale Abweichung pro Tag
- Wasserdichtigkeit bis 30 Meter (3 atü) Tiefe getestet und den schweizerischen und internationalen Normen entsprechend
- praktisch geräuschlos (im Gegensatz zu manchen Billiguhren)
- mit Münze auswechselbare Batterie
- robustes Kunststoffgehäuse
- das Glas ist mittels Zierring und die Krone durch das Gehäuse geschützt
- auswechselbares, mit Lüftungskanälen ausgerüstetes Armband
- Zeit auch bei Dunkelheit gut lesbar (Leuchtpunkte und -zeiger)
- erhältlich in vielen modischen Farben
- Zifferblatt mit Indexen oder Zahlen bedruckt
- Schweizer Uhrmacherarbeit (ohne



Roboter, sondern von Menschen vollständig in der Schweiz hergestellt)

- Komponenten werden von 15 Schweizer Zulieferanten an Mondaine geliefert (u. a. ASUAG/Ebauches S.A.)
- Energie-Sparschaltung, schont Batterie bei vorübergehendem Nichtgebrauch
- 1 Jahr Garantie
- Verkaufspreis: Fr. 38.-
- reparierbar (Kosten max. Fr. 19.- inkl. Porto und Wust)
- Verkauf weltweit, in der Schweiz exklusiv bei Migros

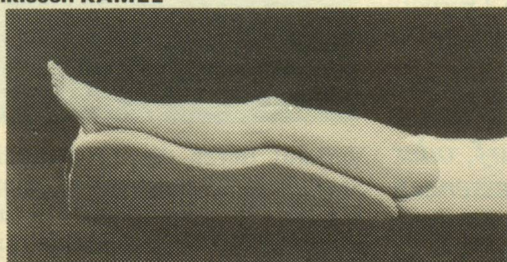


### Das Rezept für schmerzfreies Erwachen, für entspannten, tiefen Schlaf: Schweizer Witschi-Kissen

Anatomisch geformt, zur richtigen Abstützung und Streckung der Wirbelsäule in jeder Schlafposition. Gegen Verkrampfung der Schulter-, Nacken- und Rückenmuskulatur. Das Witschi-Kopfkissen entlastet die Bandscheiben, sorgt für beschwerdefreies Erwachen.

6 Grössen, entsprechend ihrer Kleidergrösse. Reine Baumwolljerseyüberzüge. Auflage 100% Lammuschurwolle. Seit 18 Jahren klinisch bewährt.

**Die ideale Entlastung für Ihre Beine: Venenkissen KAMEL**



Bezugsquellennachweis:

Hersteller: **Witschi-Kissen AG, 8302-Kloten-Lufingen**  
Ziegeleistrasse 15, Postfach B 1454, Tel. (01) 8134788

## Heiter, fröhlich



Kathrin Rüegg hat in Großmutter's Schatzkästlein gekramt und bietet ihrem großen Leserkreis eine Fülle von alten Rezepten, die heute wieder «in» sind. Ein Phänomen: Kathrin Rüeggs Bücher werden von einem breiten Publikum mit Begeisterung gelesen. 180 Seiten, 105 Farbfotos, Leinen 36.80

## Aufklärend, erklärend

Das «Familienbuch» zur vollkommenen Sexualität (körperlich, geistig und seelisch) spricht alle in jeder Altersstufe an. Freie Denkart, hohe moralische Verantwortung und gesunder Menschenverstand. Hervorragende Kombination von Arzt- und Aufklärungsbuch – ohne Tabus: das modernste auf dem Markt. Liebe – Partnerschaft – Ehe. 208 Seiten, 16 Fotos. 9 Zeichnungen, Leinen 49.-



Erhältlich in Ihrer Buchhandlung

**MÜLLER RÜSCHLIKON**





## Neue Kochtöpfe für die leichte Küche

Seit Übergewicht als Gesundheitsproblem ernst genommen werden muss, hat die leichte Küche Eingang in den Privathaushalt gefunden. Jetzt wurde präzisiert für sie eine neue Kochtopfserie entwickelt, aus jahrelangen Erfahrungen mit den Ceran-Kochflächen, die anstelle von Kochplatten den Elektroherd modernisierten. Das Material, das ein ultraleichtes, feuer-frostfestes Topfprogramm mit porenfreier Oberfläche ermöglicht, heisst Ceradur. Es bringt Leichtigkeit in vierfacher Hinsicht in die Küche: Ein aromatischeres, leicht verdauliches Kochen, ein geringeres Gewicht der Kochtöpfe, Geschirrsparen dank «vom Tiefkühler in den Backofen», «vom Herd oder Backofen direkt auf den Tisch», und einen müheloseren Abwasch, bei absoluter Beständigkeit des Dekors in der Spülmaschine.

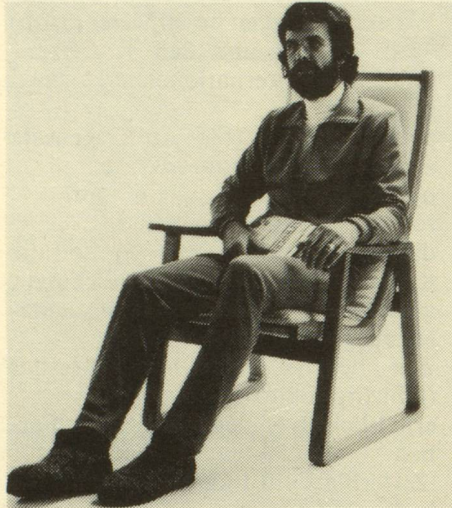
Die Töpfe, in sechs verschiedenen Grössen, eine Pfanne, eine Stilkasserolle und ein Milchtopf sind je in 2 Dekoren erhältlich. Breite Griffe sorgen für bequemes Hantieren. Der gut abdichtende Klarsichtdeckel ermöglicht das Kochen mit weniger Wasser oder Fett. Gemüse garen vermehrt im eigenen Saft. Die Vitamine und die natürlichen, kräftigen Aromen bleiben weitgehend erhalten. Das Ceradur-Topf-Programm von Schott-Zwiesel ist auf dem Tisch ein dekorativer Schmuck.

(Foto: Standardwerk AG, 8953 Dietikon)

## Holle-Butter Stollen

Jedes Jahr zur Advents- und Weihnachtszeit wird in der Holle-Bäckerei diese feine Hausspezialität mit auserlesenen Zutaten, reiner, frischer Butter und mit viel Liebe und Sorgfalt gebacken. Der Holle-Butter Stollen gehört zum Weihnachtsfest einfach dazu.

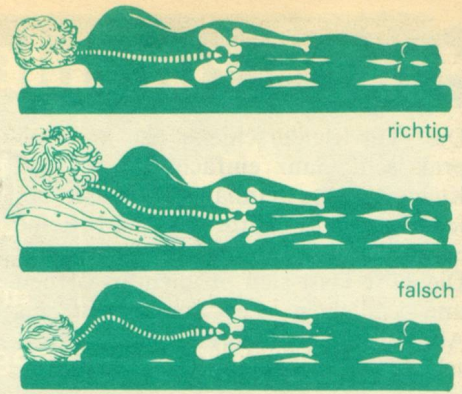
Der traditionelle Holle-Butter Stollen ist neu in einer gediegenen, festlichen Geschenkpackung erhältlich, die vom Basler Grafiker Celestino Piatti eigens für die Holle geschaffen wurde. Mit dieser Geschenkidee werden Sie auf persönliche Art viel Freude bereiten! Erhältlich im Reformhaus.



**Der Trainings-/Hausanzug aus feinem, weichem, herrlich leichtem Jersey aus reiner Wolle. Er lässt Sie Ihren Feierabend so richtig geniessen.**

**Entdecken Sie die reine Wolle wieder neu als das bestmögliche Material Ihrer Sportbekleidung, Ihres Trainers! Es ist nicht so, dass die Wolle Sie mehr zum Schwitzen bringt. Sie werden erfahren, dass sich Ihr Wolltrainer innert Kürze nach erbrachter sportlicher Leistung trocken anfühlt. Sie frösteln nicht, erholen und entspannen sich richtig, fühlen sich wohl!**

**Naturel Versand L. + R. Kuhn, 4950 Huttwil, Tel. 063/72 29 72**



«Witschi-Kissen»,  
ein Beitrag zur Volksgesundheit

## Wie man sich bettet ...

Vor über 18 Jahren und mit Schweizer Gründlichkeit hat die Witschi-Kissen AG anatomisch geformte Kopf- und Beinkissen entwickelt, wohl wissend um die wirkungsvolle Hilfe für den Patienten, sowohl prophylaktisch als auch therapeutisch.

Kopf-, Nacken- und Kreuzschmerzen sind ein Volksleiden. Eine schlimme Folge davon ist die Schlaflosigkeit. Doch dieses Übel kann man jetzt ausschalten. Schlaflosigkeit hat viele Ursachen. Eine der häufigsten ist am wenigsten bekannt: ein Knick in der Wirbelsäule.

Wie man sich bettet, so liegt man bekanntlich. Ist das Kissen zu flach oder zu hoch, dann knickt die Wirbelsäule an einer Stelle ab und «verbiegt» sich nach oben oder unten. Die Folgen können Verspannungen und Fehlreflexe der Nerven sein, was zu Kopf-, Nacken-, Schulter- und Rückenschmerzen führt.

Womit der Gesunde mehr oder weniger gut fertig wird, kann für den Vorgeschädigten zur unerträglichen Belastung werden. Wer an Beschwerden im Bereich des Hinterhauptes und des Nackens (Zervikalsyndrom) oder im Schulter-Arm-Bereich leidet, wobei Symptome wie das Umklammerungsgefühl des Spannungskopfschmerzes, Muskelverhärtung, Verkrampfung der Arme, Ziehen und Stechen im Rücken auftreten, dem verschafft solch eine Schlafhaltung unruhige Nächte.

Für «mir Fraue»-Leser  
GUTSCHEIN Fr. 5.-  
pro WITSCHI-KISSEN

Einlösbar über den Fachhandel  
oder direkt beim Hersteller.

Verkauf durch den Orthopädie- und Sanitätsfachhandel sowie Apotheken. Weitere Informationen, Bezugsquellenhinweis und Prospektmaterial vom Hersteller:

WITSCHI-KISSEN AG, Postfach B  
1454, 8302 Kloten-Lufingen

## Weltneuheit: VENTAX Luftwäscher

*Statt wie herkömmliche Luftbefeuchter die Luft nur zu befeuchten, resp. wie die bekannten Luftfilterierer die Luft nur zu filtrieren, wäscht der VENTAX Luftwäscher die Raumluft gründlich durch und gibt sie anschliessend genau richtig befeuchtet und absolut frei von Rauch, Staub, Abgase und Pollen wieder ab. Laut einer weiteren Untersuchung des med. Institutes für Umwelthygiene in Düsseldorf beseitigt der VENTAX Luftwäscher sogar Schwefeldioxyd.*

*Der VENTAX Luftwäscher arbeitet leise, geruchsfrei und ohne ersatzbedürftige, unhygienische Filtereinsätze, so dass auch in dieser Beziehung eine Bakterienbildung vermieden wird. Bei Bedarf, oder je nach Wunsch, können sowohl Heilkräuter- oder Duftessenzen beigegeben werden. Je nach Raumgrösse sind zwei verschiedene Modelle lieferbar. Die kleinen Abmessungen von nur 36 x 27 x 38 cm lassen ihn überall einsetzen.*

*Depharma AG, Kanalstrasse 27, 8152 Glattbrugg*



## Zollfreie Geschenke

an Ihre Verwandten und Bekannten in

## Polen-Tschechoslowakei Ungarn-Rumänien

zuverlässig und legal: Garantierte Auslieferung  
oder Geld zurück. Verlangen Sie die neuesten  
Prospekte bei der offiziellen, lizenzierten Schweizer  
Spezialfirma:

*Palatinus GmbH*

8023 Zürich

Lintheschergasse 15

01 211 63 11



## Mit Liebe kochen. Mit Langenthal auftragen.

Locanda  
9417 IB Valbella  
spülmaschinenfest



# Langenthal

Porzellanfabrik Langenthal AG, CH-4900 Langenthal

## Öl-Porträts

von Ihnen oder Ihrer Familie, auch Tiere, Landschaften, Kopien alter Meister usw. Von Künstlern handgemalt. Originalgetreu und sensationell preisgünstig. Farbfoto genügt.

### Ideale Geschenkidee.

Gratis-Prospekt anfordern bei:

Walimpex, Postfach 13, 3941 Noës  
Tel. (027) 55 97 53

## Ha-Ra®, der Super- fensterputzer schafft klare Sicht und hält, was er verspricht.

**Ha-Ra** – eine neuartige Faser, nur mit Wasser angefeuchtet und mit einigen Tropfen **Ha-Ra** Konzentrat eingeschaumt, bringt jeden Schmutz im Handumdrehen zum Verschwinden: ohne Kraftaufwand – ohne Wasserkessel – in einem Viertel der bisherigen Arbeitszeit. **Ha-Ra** – Ihr zukünftiger Hausgehilfe.

**Ha-Ra** brachte seinem Erfinder den Weltmeistertitel im Fensterputzen und die Goldmedaille an der Erfindermesse 1982 ein. Grundsätzlich, den **Ha-Ra** Superfensterputzer und **Ha-Ra** Handschuh kennenzulernen.

Der **Ha-Ra Superfensterputzer** wird eingesetzt zur Reinigung von Fenstern, Glas und allen glatten Flächen, wie Türen, Schränke, Plättli, Kunststoffflächen usw. In einem Arbeitsgang reinigen Sie 10 bis 15 m<sup>2</sup> ohne Wasserprobleme. Resultat: tropfenfreie saubere Arbeit, keine Putzstreifen, blitzblanke Fenster.

Der **Ha-Ra Handschuh** besteht aus derselben Spezialfaser und wird überall dort eingesetzt, wo das Gerät nicht hinkommt: zum Beispiel für Lavabos, Badewannen, Wasserhähne, Radiatoren, Chromstahldampfzug, Küchenschränke, Tablare, Lamellenstoren usw. – Der **Ha-Ra** Handschuh schützt Sie vor Verletzungen und dank der abgestimmten **Ha-Ra** Konzentrat bleiben Ihre Hände zart gepflegt.

**Ha-Ra** ist einfach in der Anwendung, hat eine lange Lebensdauer (ca. 10 000 m<sup>2</sup> = 5 Jahre). Die

**Ha-Ra** Faser wird immer wieder hygienisch sauber und wirkt bakterienabstossend.

**Ha-Ra** lässt Sie alle Putzmittel vergessen, denn der Superfensterputzer, der Handschuh und das phosphat- und nitratfreie **Ha-Ra** Konzentrat genügen für die umweltfreundliche, kostensparende Haushaltshygiene.

**Ha-Ra** bürgt für Qualität und garantiert Ihnen Umtausch oder Rückgabe innert 10 Tagen.

Telefon **031/81 51 41** steht Ihnen jederzeit für weitere Auskunft zur Verfügung.

Das **Ha-Ra** Programm gibt es auch für den Autofahrer.

Bitte senden Sie ☐ per Nachnahme  
☐ mit Rechnung 10 Tage (Versandanteil Fr. 3.50)  
☐ Vorauszahlung auf PC-Konto Burgdorf 34-21742 (portofreie Lieferung)

|          |                                                          |           |
|----------|----------------------------------------------------------|-----------|
| Stück    | <b>Ha-Ra</b> Superfensterputzer, 32 cm breit             | Fr. 49.50 |
| Set      | <b>Ha-Ra</b> Haushalhandschuh mit Vollpflegekonzentrat   | Fr. 34.60 |
| Stück    | <b>Ha-Ra</b> Superfensterputzer für Auto, 19 cm breit    | Fr. 39.50 |
| Set      | <b>Ha-Ra</b> Autowaschhandschuh mit Vollpflegekonzentrat | Fr. 38.60 |
| Flaschen | <b>Ha-Ra</b> Vollpflegekonzentrat à 400 ml               | Fr. 5.-   |

Absender: Name/Vorname \_\_\_\_\_  
Strasse \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort \_\_\_\_\_  
Einsenden an:  
**Ha-Ra-Umwelttechnik, W. Kroh, Rollmattstr. 7A**  
3123 Belp/BE, Telefon **031/81 51 41**



SIH-geprüft  
und empfohlen



## BWC-Kosmetik

Eine neue Art von Schönheitspflege



Beauty Without Cruelty Ltd

Immer mehr Kosmetik-Hersteller geraten wegen Tierversuchen unter Beschuss. BWC bringt nun als erste Firma auch Dekorativ-Kosmetika auf den Markt, die garantiert nicht an Tieren getestet wurden.

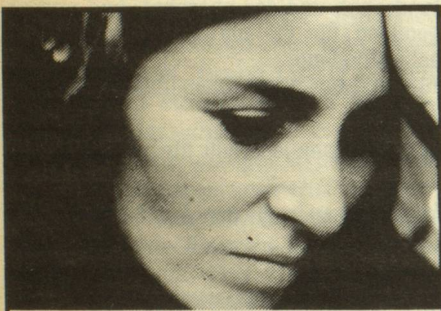
Mit über hundert Artikeln bietet diese Kosmetik-Linie ein reichhaltiges Sortiment, angefangen bei Haut-, Haar- und Körperpflege bis hin zur Dekorativ-Kosmetik.

BWC-Produkte können direkt beim Importeur bezogen werden:

Brigitte Eugster  
Hatzenbühlstrasse 54, 8309 Nürensdorf  
Telefon 01 836 64 97 (74019)

**Liebe Leserin,  
Inserate in «mir Fraue» haben  
vollen Erfolg – wenn Sie bei  
Ihrer Wahl die Inserenten be-  
rücksichtigen.**

**Vielen Dank**



## Warum kann Dir niemand helfen?

**Du bist nicht wirklich krank,  
und trotzdem leidest Du!**

Irgendwann fing es an, nicht stark, aber störend. Mit der Zeit wurde es stärker und beunruhigender. Die Ärzte fanden keine eindeutige Ursache und sprachen neben beruhigenden Worten von nervlich bedingten Störungen.

Leider half das nicht die qualvollen Momente zu lindern, welche das Leben immer mehr ruinierten.

**Haben Sie nicht auch manchmal im geheimen Angst vor einer Verschlechterung des heutigen Zustandes, ohne etwas dagegen unternehmen zu können?**

L. Ron Hubbard hat schon Tausenden geholfen, ihrem Leiden ein Ende zu setzen.

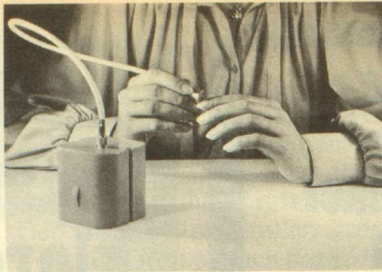
In seinem Buch «DIANETIK» beschreibt er zum ersten Mal und für jedermann verständlich die Ursache von Leiden ohne körperlichen Ursprung – dies sind 70% aller Krankheiten.

Er zeigt auch seine erfolgreiche Heilmethode, die jeder selbst anwenden kann.

Sie können dieses Buch bei Dianetik Beratung, Uraniastrasse 24/26, 8001 Zürich, bestellen.

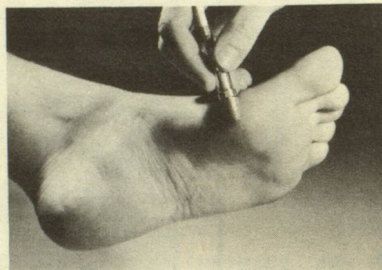
477 Seiten, gebunden Fr. 73.45  
Taschenbuch Fr. 24.70

der schnellste Weg ☎ 01 211 26 92/94



## Maniquick – praktisch für Hand- und Fusspflege

Es handelt sich hier um ein Hilfsmittel, das in der Anwendung einfacher und besser ist als Schere, Nagelzange oder Hobel. Es eignet sich für Finger- und Zehennägel, auch wenn sie besonders hart oder dick sind. Ebenso kann jede Art von trockener, harter Hornhaut gefahrlos weggeschliffen werden. Deshalb wird es auch für Diabetiker ärztlich empfohlen. Ausserdem können Sehbehinderte und Blinde damit arbeiten.



Dieses Schweizerprodukt hat sich seit über 10 Jahren bewährt.

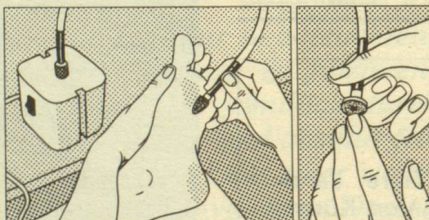
Es sind zwei Ausführungen erhältlich, die den verschiedenen Ansprüchen gerecht werden: Set mit Netzanschluss, Fr. 132.–, Set mit Batteriebetrieb, Fr. 72.–.

Auf beiden Produkten wird 1 Jahr Garantie gewährt.

Gubser & Partner AG, Schaffhaus-  
serstr. 352, 8050 Zürich

## maniquick®

für ein völlig gefahrloses Abschleifen  
von hartnäckiger Hornhaut und



für eine bequeme und präzise Nagel-  
pflege (auch besonders harte Nägel).  
Schere, Nagelzange und Hobel werden  
überflüssig.

Set mit 2 **unabnutzbaren** Schleifeinsätzen  
und 1 Polierkopf: Fr. 132.– (+ Porto)

SEV-geprüft – 1 Jahr Garantie  
Schweizer Produkt, seit 10 Jahren bewährt  
Von der Ärztekommision empfohlen.

Beratung und Verkauf: 01/312 17 07

Gubser & Partner AG  
Schaffhauserstr. 352 · 8050 Zürich

## NATÜRLICHE SCHÖNHEIT!

Die neue Körperpflege:



**\*H\***  
**WEIZENKEIMEMULSION**  
für Ihre Gesichts- und Körperpflege

Weizenkeimemulsion ist eine  
samtweiche Spezialpflege, die  
das Gewebe durchleuchtet und  
durch eine Komposition von  
Weizenkeimöl und weiteren  
ausgesuchten Ölen das Fettver-  
hältnis der Haut in idealer  
Weise ausgleicht.

**EMULSION**  
**AUX GERMES DE BLE**  
les soins du visage et du corps

émulsion aux germes de blé  
très douce; elle hydrate les  
tissus de la peau et permet  
ce à une composition d'huile  
germes de blé et d'autres  
de choix, d'équilibrer  
tamment le taux de graisse  
de la peau.

HAENSELER & CO. AG  
9100 Herisau

Für Sie, für Ihn, für Es

**SANFT  
NATÜRLICH  
NICHT FETTEND  
DISKRET PARFÜMIERT**

\* Gratismuster erhalten Sie in  
allen Apotheken, Reformhäusern  
und Drogerien.

HAENSELER AG  
9100 Herisau





# Endlich besser lesen mit Vergrösserungsbrillen



**Nur Fr. 29.50**

- Geschliffene Gläser/Metallrahmen
- Stärken 1.0-4.0
- inkl. Etui
- Preis inkl. Porto

**Garantie:** Optimale Anpassung der Doppellupen (nach Bild). Mit **Rückgaberecht** erhalten Sie Auswahl aus von mehreren verschiedenen Stärken. Kein Risiko!

**AMESA AG**

8645 Jona

Schlüsselstrasse 10, Telefon (055) 27 71 63



Mit seinen faszinierenden, ineinanderfliessenden braun/beige-Töne ist Sahara bei Freunden modernen Wohnens besonders beliebt. Die vielbewunderte Kunstglasur ist eine Langenthal Spezialität.

(Foto: Heinz Bigler, Hildisrieden)



**Séquin-Dormann AG**

- das Geschenkhaus für Anspruchsvolle

## Kochen, was der Winter bietet!

Kochen Sie jetzt mit den Frischprodukten und Spezialitäten des Winters.

Das reichbebilderte Kochbuch **Saison Spezialitäten**

hilft Ihnen dabei mit 40 erprobten Winterrezepten. Für die übrigen Jahreszeiten finden Sie darin weitere 120 Rezepte. Profitieren Sie jetzt vom Spezialpreis-Angebot Fr. 9.80 statt Fr. 14.80 (gültig bis 31.12.83).

Jetzt bestellen  
**Fr. 9.80**

**Bestellcoupon**

Ja, ich möchte saisongerecht kochen und bestelle

601 Expl. Saison Spezialitäten

**Fr. 9.80**

Vorname/ Name   
Strasse   
PLZ/ Ort

Senden Sie kein Geld und keine Briefmarken. Sie erhalten die Sendung mit Einzahlungsschein.

Bestellcoupon ausschneiden und einsenden an: Koch-Studio, Postfach, 8099 Zürich.

601/148





# Für 1984 ein Kalender,

der so lang  
ist wie  
das Jahr

Dieser Kalender zeigt Ihnen Tage, Wochen oder Monate so lange, wie sie sind. Im Superlong-Format (13 x 95cm) hat er viel Platz für Ihre Notizen. Und seine munteren Farben wechseln im monatlichen Rhythmus.

**Einzelpreis**  
ab 20 Ex.  
ab 100 Ex.  
ab 500 Ex.\*  
ab 1000 Ex.\*

\* inklusive individuellem Werbeeindruck

Fr. 13.-  
Fr. 11.-  
Fr. 9.-  
Fr. 8.-  
Fr. 7.-

Einsenden an:  
Börsig Druck  
Postfach  
8703 Erlenbach

☐ bestelle(n) \_\_\_\_\_ Ex.

☐ erwarte(n) Kontaktnahme mit Herrn./Frau \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

«Vorzugspreis für  
unsere Leser 9.-»



## Im Dienste der Gesundheit

Die neue Luftsprudelmassagematte «Universal» mit nahezu viertausend Feinstdüsen gilt als sensationelles Angebot des Herstellers mit der grössten Typenauswahl in Luftsprudelmassagebädern in Europa und Übersee. Die superneue Luftsprudelmassagematte «Universal» weist ebenso Sitzauflagen und Rückendistanzstücke wie ein Kopfpolster auf. Sie ist besonders wirksam zur Behandlung der Wirbelsäule und des Nackenbereichs, der Brust- und Schultergegend sowie zur Besprudelung in Seitenlage.

Auf der Unterseite befinden sich über 300 Polypensauger sowie 8 Grossauger; diese haften nicht nur am Wannenboden, sondern auch an der Stirnseite der Wanne.

Die Erzeugung von Feinstbläschen ist der wichtigste Faktor für eine balneologische Behandlung mit Luftsprudelmassagebädern.

Mit der neuartigen Luftsprudelmassagematte «Universal 3600», die im Sitzen individuell regulierbar ist, wird keine elektronische Stärkenregelung am Gebläse mehr benötigt. Die Länge von 1,45 m bietet Fortschritt im Dienste der Gesundheit.

Hydrocon AG, 8030 Zürich

## Mehr als nur Geschenke

Die Schweizer Sporthilfe dient einem guten Zweck. Nicht nur darum sind die kleinen Geschenke beliebt. Sie sind auch praktisch und preiswert. Das bestellen wird auch einfach gemacht. Es genügt ein gewöhnlicher grüner Einzahlungsschein mit dem entsprechenden Vermerk. Nicht einfacher als das.

### Origineller Jassteppich

Der Jassteppich mit dem Sporthilfe-Signet ist die beste Grundlage für einen bodenständigen Jass, denn Jassen ist nach wie vor der beliebteste Nationalsport der Schweiz.

### Jass-Set im Etui

Mit dem exklusiven Jass-Set haben Sie alles Nötige dabei, um jederzeit ein Kartenspiel zu machen. Das aparte Lederetui umfasst je ein deutsches und französisches Kartenspiel, Notizblock und Bleistift.

### Jass-Schokolade

In einer Jasspause sind die Schokoladentäfelchen der Sporthilfe ein willkommener Genuss. Gerne greift jeder zu den mit einem bunten Jasskarteneinband geschmückten Köstlichkeiten.

## Abschnitt — Coupon — Cedola

Giro aus Konto  
Virement du c. ch. N° .....  
Girata dal conto

Azienda delle PTT

### ... Bestellungen

einbezahlt von / versés par / versati da

auf der Rückseite  
des Giro-Zettels  
vermerken.

auf Konto  
au compte 80-500  
al conto

Schweizerische Kreditanstalt  
Zürich BC 4835

zugunsten von / en faveur de / a favore di

4 4 5 0 0 1 - 8 1

Sporthilfe-Geschäfts-  
stelle Zürich

Entreprise des PTT

PTT-Betriebe

Die Auslieferung  
erfolgt durch die  
Behinderten-Werk-  
stätte Wettingen



Verwöhnen Sie sich und Ihre Lieben mit unserer neuen «Glarner Bärg-Geischt-Turtä» und einem Gläschen «Glarner Bärg-Geischt» zum Kaffee. Apart im Aroma und einzigartig zum Geniessen.

Beides wird Ihnen prompt und frisch zugestellt, wenn Sie diesen Coupon benutzen.

Name \_\_\_\_\_ Torte für 2 Personen Fr. 8.-  
Strasse \_\_\_\_\_ Torte für 4 Personen Fr. 15.-  
Plz, Ort \_\_\_\_\_ Torte für 8 Personen Fr. 22.-  
Datum \_\_\_\_\_ Mini-Fläschchen Fr. 2.-  
«Glarner Bärg-Geischt»

Besuchen Sie unsere stilvolle Café-Konditorei an der Bahnhofstrasse 10 in 8750 Glarus (Telefon 058/61 20 77).

NEU

UNILIS

NEU

lässt mit unglaublicher Wirkung Falten und Fältchen innerhalb von 3 Minuten verschwinden.



Ein ganz kleines Tröpfchen UNILIS genügt um eine Falte zum Verschwinden zu bringen, ohne dabei die Geschmeidigkeit Ihrer Haut zu beeinträchtigen.

UNILIS ist kein Gesichtspflegemittel, es ist eine neue Technik im Dienste der Schönheit. UNILIS bewirkt ein echtes, vorübergehendes «Liften» und ist einfach und täglich ab der 1. Falte anwendbar.

UNILIS ist vollverträglich mit jeder Schminke und stellt bald eine unentbehrliche Ergänzung zu Ihrer Gesichtspflege dar.

◀ in 3 Minuten ▶



Entdecken Sie Ihr jüngeres Gesicht –  
bringen Sie Ihre Umgebung zum Staunen!

Allimpex AG, Postfach 25, CH-4013 Basel

- ☐ Bitte schicken Sie mir mehr Informationen über UNILIS
- ☐ Hiermit bestelle ich gegen Rechnung (10 Tage)  
\_\_\_\_\_ (Anzahl) 5ml Flacon(s) zum Preis von SFr. 38.50  
(+ Porto)

Vorname: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Coupon einsenden an:

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Allimpex AG, Postfach 25, CH-4013 Basel



# Mit der Schweizer Sporthilfe haben Sie immer einen Trumpf mehr

## in der Hand!

### Jass-Set im Etui

Mit dem exklusiven Jass-Set haben Sie alles Nötige dabei, um jederzeit ein Kartenspiel zu machen. Das aparte Lederetui umfasst je ein deutsches und französisches

Karten-  
spiel,  
Notiz-  
block  
und  
Bleistift.

### Jass-Schokolade

In einer Jasspause sind die Schokoladetafelchen der Sporthilfe ein willkommener Genuss. Gerne greift jeder zu den mit einem bunten Jasskarteneinband geschmückten Köstlichkeiten.

### Origineller Jassteppich

Der Jassteppich mit dem Sporthilfe-Signet ist die beste Grundlage für einen bodenständigen Jass, denn Jassen ist nach wie vor der beliebteste Nationalsport der Schweiz.



### Die Langspielplatte der Schweizer Sporthilfe bringt Stimmung in Ihre Party!

Auf der neuen Langspielplatte der Sporthilfe interpretieren bekannte Schweizer Musiker 14 beliebte Hits und Songs. Pepe Lienhard, Betty Legler, das Trio Eugster, aber auch Beny Rehmann, Polo Hofer u. a. bringen Stimmung auf Ihre Party. Gleichzeitig helfen Sie durch Ihren Betrag an die Sporthilfe, den Schweizer Sport zu fördern. LP oder Musikkassette (inkl. Fr. 5.- für die Sporthilfe) Fr. 24.-

Jassteppich mit Sporthilfe-Signet Fr. 32.-

Jass-Set im Etui,  
braun oder schwarz  
Fr. 19.50

36 Schokoladetafelchen  
mit Jasseinband Fr. 5.90

Die Auslieferung erfolgt durch die  
Behinderten-Werkstätte Wettingen







## NATURWOLLE AUS ISLAND

100% Schurwolle  
ungefärbt  
100 g Fr. 5.60

Unterlagen durch:  
«Marie-Louise»  
Poststrasse 1  
9050 Appenzell  
Telefon (071) 87 10 10

Früher war es nur Fürstenhäusern oder reichen Kaufmannsgeschlechtern vorbehalten, sich Porträts zu lassen, heute ist es auch für Sie erschwänglich,

## ein echtes Ölbild

von sich oder einem Ihrer Lieben anfertigen zu lassen. Wir benötigen von Ihnen nur ein gutes Foto. Auch Tier-Porträts werden mit Sorgfalt ausgeführt.

Das ideale Geschenk mit Niveau. Lassen Sie sich bei uns beraten.

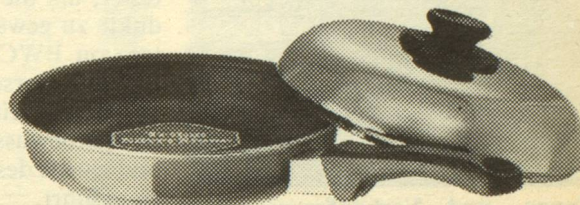
Willy Hohl  
Ruderbach 124, 9430 St. Margrethen  
Telefon 071/44 45 63



Wie Sie auch braten... Was Sie auch braten  
Fissler hat immer die richtige Pfanne

z. B. die BRATFEIN® S für alles, speziell was sonst gerne anklebt oder... die BRATFIX® und die BRATBEST® speziell für alles, was scharf angebraten wird.

Denn ein Steak ist kein Omelett!



## Das Fitnessgerät für die ganze Familie

Der Heimtrainer für die Bewegungstherapie, gegen Stress und Übergewicht, ausgestattet mit grossem Schwungrad, ruhiger gleichmässiger Lauf, stufenlos verstellbarer Bremseneinrichtung, Kilometerzähler, Tachometer und Zeituhr.

Im Therapieplan zur Erhaltung der Gesundheit in eigener Verantwortung sollte das tägliche Training mit einem Heimtrainer einen festen Platz einnehmen. Übungen solcher Bewegungstherapien helfen zur Wiedererlangung der Gesundheit. Ausserdem sind sie ein unentbehrlicher Faktor in vorbeugender Hinsicht. Der Mensch, der im Le-

ben leistungsfähig bleiben will, muss regelmässig etwas zur Erhaltung seiner Körperkraft und Fitness tun.

Ein Heimtrainer bietet diese Möglichkeit zu jeder Tageszeit und unabhängig von den Wetterbedingungen je nach eigenem Wunsch und Bedarf.

A. + K. Kuhn AG, Hochfluhstr. 27,  
6410 Goldau, Tel. 041/82 12 04

## Musterbuch 1984

Ein Musterbuch ist immer ideal. Man kann in Ruhe begutachten, vergleichen und auslesen. Das gilt vor allem für das neue Musterbuch 84 der Hans Jakob AG, 3436 Zollbrück.

Reine Schafwolle mit Herkunft Australien und Montevideo.

Reines Alpaka mit Herkunft Peru. Reine Schafwolle (pflanzengefärbt) aus der Färberei Stäger, Villmergen sind die Schwerpunkte des vielseitigen Angebots.

Die Kollektion enthält noch eine ganze Menge reiner Wollen, die mit dem Schafwoll-Zeichen versehen sind, z. B. auch Islandwolle.

## Im Französisch unsicher?

Durch regelmässige Lektüre der lehrreichen und unterhaltenden Monatszeitschrift

**Conversation + Traduction**

Französisch-deutsche Sprach- und Unterhaltungszeitschrift

können auch Sie Ihre Französischkenntnisse aufpolieren, erweitern und vertiefen.

Lernen macht jetzt richtig Spass!

Jahresabonnement Fr. 36.—  
Verlangen Sie Gratis-Probennummern!

Einsetzen an Emmentaler Druck AG  
Verlag «Conversation + Traduction»  
3550 Langnau

Senden Sie mir Gratis-Probennummern

Name: \_\_\_\_\_  
Strasse: \_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort: \_\_\_\_\_

## PERSANA-Luftsprudel-Massagebad –



mit der exklusiven-einzigsten-superleichten-dünnen-rutschfesten-körperlangen-Sprudelmatte-UNIVERSAL – mit 3600 Luftdüsen, im Bad regulierbar – Ein eigenes Kurbad für die ganze Familie – für jung und alt – Sprudelmatten auch einzeln erhältlich.

HYDROCON AG, 8030 Zürich, Telefon (01) 47 54 16

Unterlagen und Beratung durch:  
Margareth Miller, Sonnenbergstrasse 92, 8032 Zürich

Name: \_\_\_\_\_  
Strasse: \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort: \_\_\_\_\_



# Kosmetiktips und Ratschläge

## Kosmetik, die unter die Haut geht

Kosmetik macht manches wieder gut, sie kann korrigieren, ausgleichen. Doch sie alleine bringt nicht die Schönheit. Wer sich «in seiner Haut wohlfühlt», wenn Körper und Seele gleichermaßen gepflegt werden und im



**Empfangs- und Verkaufsraum der «all-cosmetic» + regeneration. Der erste Kontakt – ein unverbindliches Informationsgespräch ...**

Einklang sind, dann wird man zu einer positiven Erscheinung. Und nur aus einem vitalen, aktiven Geist kommt Schönheit und Zufriedenheit. Diese Lebendigkeit verschönert jedes Gesicht.

Diese Philosophie, die Josipa Bacoka, Inhaberin des all-cosmetic-Instituts zuversichtlich vertritt, zeigt sich nicht nur in ihrem ganzheitlichen kosmetischen Konzept, auch sie selber hat sich nach dieser Devise ständig aktiv weiterentwickelt und ihr Institut nach vorne gebracht. Stets auf der Suche nach neuesten Methoden, Altes leicht hinter sich lassend, verlor sie nie die biologische Gesamtheitskosmetik aus dem Auge. So gehört beispielsweise die Ernährung als ein wesentlicher Faktor zur Basis einer erfolgreichen Behandlung. Ein gesunder Körper stellt sich leichter den Schwierigkeiten, auch wenn diese psychologischer Natur sind.

Vieles brachte Josipa Bacoka aus ihrer Heimat Jugoslawien mit. In überliefertem Volkswissen über Gesundheit und Ernährung steckt viel, was heute noch oder wieder Gültigkeit hat. In zahlreichen Kursen über Kosmetik, Medizin und über Körperkultur in Deutschland, Frankreich und in ihrer Wahlheimat Schweiz holte sie sich das fundierte Fachwissen und diese Weiterbildung betreibt sie bis auf den heutigen Tag.

## Beauty without Cruelty

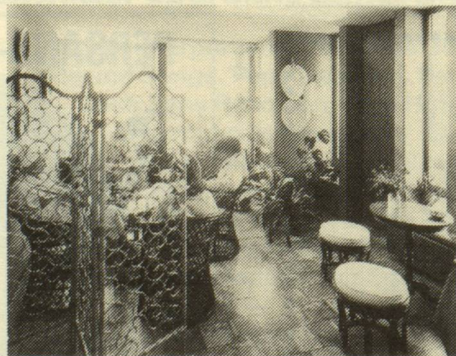
BWC steht für Beauty without Cruelty – Schönheit ohne Grausamkeit, denn BWC-Kosmetik kann gänzlich auf Tierversuche verzichten. Es werden nur Rohstoffe verwendet, welche seit langem bekannt und erprobt sind und die für den Verbraucher ungefährlich sind. Weiterhin werden für BWC-Produkte Honig, Bienenwachs und Lanolin verwendet, Stoffe, die gewonnen werden, ohne das Leben der Bienen und Schafe zu beeinträchtigen. Dadurch werden Tierversuche mit den fertigen Produkten unnötig. Die Rohstoffe werden nur an schmerzfreien Micro-Organismen und Menschen getestet, um die Verträglichkeit der Produkte zu gewährleisten. Alle Mitarbeiter von BWC setzen sich entschieden für den Tierschutz ein. BWC-Kosmetik wird bereits in vielen Ländern von umweltbewussten Menschen benutzt und wurde deshalb auch in der Schweiz eingeführt.

Brigitte Eugster, 8309 Nürensdorf

Nachdem Josipa Bacoka über Jahre hinweg Instruktorin eines grossen Kosmetikkonzerns war, verwirklichte sie ihr Ziel und eröffnete 1970 ihr eigenes Institut.

Seit 13 Jahren arbeitet sie nun mit ihrem gut eingespielten Team inmitten der idyllischen Altstadt von St. Gallen. Jahr für Jahr kommen ihren Kundinnen neu hinzukommende Methode zugute, ständig ist etwas in Bewegung. Heute kann dieses Institut von sich behaupten, eines der breitausgebautesten Programme in der Schweiz anbieten zu können.

all-cosmetic-Institut, 9000 St. Gallen



**Eine aussergewöhnliche Gelegenheit für ein «rendez-vous» mit der Freundin, einer Bekannten ... bei der «all-cosmetic» + regeneration mit Josipa Bacoka in, 9000 St. Gallen**

## \*H\*-Weizenkeimemulsion

Die Rückbesinnung auf die Natur und auf natürliche Produkte zeigt sich auch als aktueller Trend in der Kosmetik. Die neue Bodylotion Weizenkeimemulsion \*H\* basiert auf Weizenkeimöl als einem wertvollen Grundstoff der modernen Kosmetik. Die biologische und kosmetische Wirksamkeit von Weizenkeimöl beruht auf seiner Naturbelassenheit: Es wird durch vorsichtige und schonende Kaltpressung mühlen-



frischer Weizenkeime gewonnen und weder durch chemische noch physikalische Bearbeitungen in seinem komplizierten biologischen Wirkstoffgefüge verändert. Die Weizenkeimemulsion \*H\* ist eine samtweiche Spezialpflege, die das Gewebe durchfeuchtet und dank einer Komposition von Weizenkeimöl und weiteren ausgesuchten Ölen das Fettverhältnis der Haut in idealer Weise ausgleicht. Diese natürliche Lotion ist diskret parfümiert und nicht fettend. Neben der täglichen Schönheitspflege dient die Weizenkeimemulsion \*H\* auch zur Behandlung von spröder, rauher oder rissiger Haut und zur Vorbeugung gegen Runzelbildung.

Weizenkeimemulsion \*H\* erhalten Sie in Reformhäusern und Drogerien. Haengeler & Cie. AG, 9100 Herisau

**Inserate im SCHWEIZER FRAUENBLATT**

**Klär Otto**  
**Tel. 01/8402056**



## Kosmetik für jugendliche und unreine Haut

OR. Die jungen Damen haben natur- und «alters»-gemässe Probleme mit ihrer Haut: Der Teint ist durch übermässige Talgsekretion oft fettig. Die Poren sind erweitert. Auf fettiger Haut nimmt die Neigung zu Akne, Pickel und Mitessern zu. Die Problemlösung beginnt bei der Reinigung. Die neue Gurken-Serie von Biokosma ist ganz auf die jugendlich-fette und auf die unreine Haut ausgerichtet.

Ausgedehnte Tests haben eine frappante Besserung bei unreiner Haut gezeigt. Das ist vor allem auf den Gehalt an Kamillenextrakt und Gurkensaft

zurückzuführen. Zur gründlichen Hautreinigung wird täglich die Gurkenmilch und anschliessend die alkali-freie Gurkenseife verwendet. Einen wirksamen Schutzfilm bietet sodann die ebenfalls aus pflanzlichen Grundstoffen bestehende Gurken-Tagescrème. Die Nachtcrème führt der Haut eine spezifische Nahrung zu. Es ist sympathisch, dass die Preise der Biokosma-Gurkenlinie (Fr. 5.20 bis Fr. 8.80, je nach Produkt), dem jugendlichen Budget angepasst sind.

Biokosma AG, 9642 Ebnat-Kappel

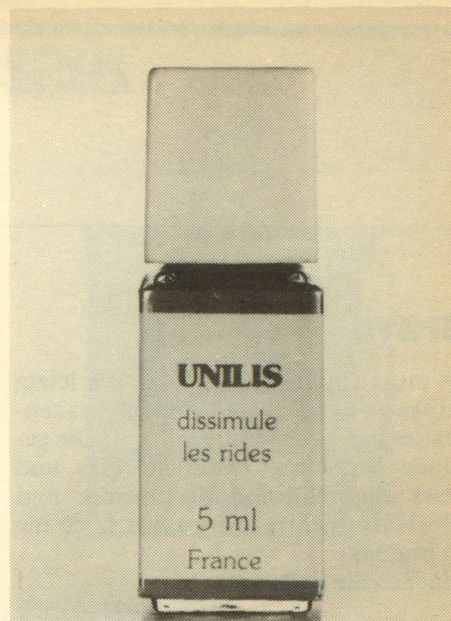


**STREP ist die einfachste und praktischste Langzeitmethode, unerwünschte Haare an Beinen, Ober- und Unterarmen, Bauch, Rücken und im Gesicht zu entfernen. Natürlich, schnell, sauber.**

**Wenige Minuten genügen für eine wunderbare samtglatte und feste Haut – und das für viele Wochen! So lange hält die Wirkung an. Mit STREP Enthaarungsstreifen werden die Haare bis zur Wurzel herausgezogen. Sie wachsen erst nach mehreren Wochen – und nur noch spärlich und flaumig! – wieder nach. Ohne Stoppeln!**

**STREP-Enthaarungsstreifen riechen nicht unangenehm, schonen die Haut und gewährleisten eine problemlose Anwendung: Deckblatt entfernen, Streifen in Haarwuchsrichtung gut anreiben, sofort mit einem Ruck (wichtig!) in Gegenrichtung und nahe am Körper abziehen.**

Partex AG, 8045 Zürich



### Verjüngung durch Unilis

Sonnenschein, Wärme- und Lebenspender, ist aber übermässig genossen, gleichzeitig der Hauptfeind für die menschliche Haut. Besonders im Sommer wird das ohnehin stark strapazierte Gesicht oft stundenlang ungeschützt den schädigenden UV-Strahlen ausgesetzt.

Die (Spät)-Folgen sportlicher Bräune stellen sich meist schon nach wenigen Jahren ein: verstärkte Fältchenbildung, zunehmende Pigmentveränderungen, hervortretende Äderchen und ein Nachlassen der natürlichen Hautelastizität. Aber auch Stress, mangelnder Schlaf, ungünstige Witterungsbedingungen sowie Nikotin- und Alkoholmissbrauch beschleunigen den Alterungsprozess der Haut.

Unilis, ein neuartiges, in den Vereinigten Staaten entwickeltes Schönheitspräparat, ist hautverträglich und für alle Hauttypen geeignet. Wird in ganz geringer Dosierung auf die betreffende Hautpartie aufgetragen und bewirkt eine vorübergehende Straffung. Die Fältchen werden nicht überdeckt, wie mit einem Make-up, sondern regelrecht auseinandergezogen. Bereits nach wenigen Minuten Einwirkzeit tritt ein wohltuender Straffungseffekt ein. Die Haut wird wieder geschmeidig und jugendlich frisch. Anschliessend kann das Gesicht wie gewohnt geschminkt werden. Das sehr ergiebige 5-ml-Flacon Unilis reicht für 40 bis 50 Behandlungen.

Allimpex AG, 4013 Basel

**Warum sich ein  
Insertat im  
SCHWEIZER FRAUENBLATT  
immer lohnt – sagt Ihnen**

**Klär Otto  
Tel. 01/840 20 56**



## Bravo

Es muss einmal gesagt sein. Die letzte Ausgabe des Schweizerischen Frauenblattes hat mich richtig gefreut. Die gesunde Mischung zwischen foets und news einerseits und Kommentar und «Insider»-Informationen war noch nie so geglückt.

Machen Sie weiter so

M. Z., 8021 Zürich

## Anrede «Frau» nicht erwünscht

Obschon ich weiss, dass die Ansichten über die Einführung der generellen Anrede «Frau» für jedes erwachsene weibliche Wesen auseinandergehen, bitte ich Sie doch, unter dem Titel 90% wünschen die Anrede Frau, ebenfalls in roter Schrift (obschon dies gar keine Angelegenheit der linksgerichteten Frauen ist!) einige Zeilen erscheinen zu lassen.

Von unseren 1500 Mitgliedern aus allen Teilen der deutschsprachigen Schweiz, städtische wie ländliche Verhältnisse und in allen Berufssparten beschäftigt, wünschen 148 Frauen die Anrede Fräulein.

In der Westschweiz fällt es keinem Menschen ein, eine Frau reiferen Alters anders als mit Madame anzusprechen, es sei denn, man kenne eine Frau persönlich und respektiere deren Wunsch, mit Mademoiselle angesprochen zu werden.

Für die Publikation unserer Gegendarstellung aus unserem Erfahrungsbereich danke ich Ihnen und grüsse Sie freundlich

Anny Hamburger

## Bitte nicht mehr falzen

Schade, dass Sie die Qualität des Frauenblattes mit dem Falzen in der Mitte so mutwillig zerstören. Wer die gelungenen Titelbilder unserer Künstlerinnen sammeln will, der muss stets aufs neue enttäuscht sein.

Als Beilage erhalten Sie das Muster – wie andere Zeitschriften es fertigbringen, dass jede Ausgabe unbeschädigt zum Leser gelangt. Ich hoffe, dass Sie diesen Brief nicht als Reklamation interpretieren, sondern als Anregung zur Verbesserungen der Präsentation unseres Frauenblattes, im Interesse der Sache.

M. N., 8700 Küsnacht

## AHV: Am schlechtesten gestellt: Alleinstehende ledige Frauen

Im Anschluss an obigen Beitrag bitten Sie um Zuschriften von Frauen, die Härtefälle im Rentenalter erleben bzw. zu gewärtigen haben.

Der Vorstand unseres Vereins hat Kenntnis von sehr vielen solcher Fälle. Frau Dr. D. Meili (Radio DRS Zürich) hat einmal gesprächsweise erwähnt, dass im Archiv von Frau Dr. K. Schütz eine beträchtliche Anzahl erschütternder Berichte von unverheirateten Rentnerinnen vorhanden sind. Somit dürfte feststehen, dass nicht nur «eine verschwindende Minderheit» betroffen ist.

Als AUF-Vorstandsmitglied, mit fundierten Kenntnissen der Frauenerwerbstätigkeit verschiedener Branchen, befasse ich mich seit längerer Zeit intensiv mit AHV-Problemen, wirke in Arbeitsgruppen mit und halte auch Referate darüber. In anschliessenden Diskussionen und Gesprächen erfahre ich zusätzliche Informationen.

Der AUF-Vorstand begrüsst die Durchführung der von Ihnen gestarteten Umfrage voll und ganz und hofft mit Ihnen auf ein gutes Echo mit vielen brauchbaren Antworten. Wir gestatten uns jedoch, aus Erfahrung ernsthafte Zweifel anzumelden:

1. Betroffene ledige Frauen zählen nur ausnahmsweise zu den Abonnenten bzw. regelmässigen Leserinnen von «mir Fraue» und erhalten folglich keine Kenntnis von dieser Umfrage.
2. Betroffene ledige Frauen sind selten in der Lage, ihre Situation so zu schildern, dass die Aussagekraft für Ihre Zeitschrift genügen würde.

Unseres Erachtens müsste man Leute finden, die stellvertretend für die betroffenen Frauen die Problematik darzustellen vermöchten, was jedoch etliche Zeit beansprucht.

Vor allem denke ich an die Scharen von Frauen, die im mittleren Alter von Gastgewerbe- unter anderen Dienstleistungsberufen in Dauerstellen wechselten und bereits zu alt oder gesundheitlich geschädigt waren, um als Vollmitglied in eine ordentliche Pensionskasse aufgenommen zu werden. Zudem sahen viele Firmenvorsorgen nur die Sicherung von Familienvätern vor.

Tatsache ist ferner, dass Angehörige der typischen Frauenberufe, die aufgrund ihrer Frauenlöhne seit 1948 ihre AHV-Rente erhalten, in der Regel im

untersten Viertel der Skala eingestuft sind.

Die Lohnbestandteile in Form von Einkaufsvergünstigungen und freier Station wirken sich negativ aus, besonders auf die Frauenlohntotale.

Die Weiterleitung der Zuschriften an die 10.-AHV-Revisions-Kommission wird in Aussicht gestellt. Soviel bekannt ist, gelangen die Kommissionsarbeiten im November 1983 zu einem vorläufigen Abschluss. Persönlich möchte ich Ihnen darum raten, sich beim BSV nach noch vorhandenen Möglichkeiten zu erkundigen, bevor Sie viel Arbeitszeit investieren.

*J. Eggenschwyler, Vorstandsmitglied der Arbeitsgemeinschaft unverheirateter Frauen, 4800 Zofingen.*

## Adressen der Künstlerinnen

Ich verfolge Ihre Beiträge über Kunst sehr genau und freue mich jedes Mal, wenn eine neue Künstlerin vorgestellt wird. Eine Anregung an Sie gestatte ich mir aber zu machen:

Irgendwo sollte die genaue Adresse vollständig notiert sein – wie sollten sonst Ihre Beiträge über das «heftfüllend Geschriebene» hinaus – und ich denke, das sei, ohne Reklame machen zu wollen – Ihre helfende Absicht (die Künstlerinnen haben es Moment sehr schwer!) – die Frau, die das Interesse geweckt hat, «aufzuspüren», mit Ihr in Kontakt zu kommen, und so dann evtl. eine Ausstellungs- oder Verkaufsmöglichkeit zu schaffen.

Im Übrigen finde ich das Heft gut – etwas provozierender dürfte es aber manchmal doch wieder werden (als aktiven Diskussionsbeitrag)!

Ursula Weber-Fehr

## Wussten Sie schon,

dass das Papier, auf dem unsere Zeitschrift gedruckt wird, zu einem Viertel aus Alt-Papier besteht, das nach dem Recycling-Verfahren so wieder verwendet wird?



# Vorweihnachtliches Büchermosaik

## Neue Agenda der Schweizer Frau

Ein heisses Eisen wird in der neuen Agenda der Schweizer Frau aufgegriffen, nämlich der Frauenkörper in der Geschichte. Es wird erzählt von Lilith und Eva, Von Sappho und Phryne, vom Streik der griechischen Ehefrauen, vom Menstrualblut und seinen Tabus, von der «Krankheit» Frau und dem gefürchteten Uterus, von Entbindung und Menopause, vom Auf und Ab der Busenmode ... kurz vom Körper der Frau, der seit jeher wohl bewundert und begehrt, doch auch entstellt und missbraucht wurde.

Zu bestellen bei: Agenda, Postfach 9, 1223 Cologny/Genf, Tel. (022) 3364341. Preis Fr. 13.50.

## Als er noch da war

(Edition Erpf)

Katharina von Arx hat seinerzeit mit ihrem «Luftschloss auf Erden» einen Bestseller gelandet. Ihr Kampf um das Überleben der Priorei von Romainmôtier ist als ein Stück Zeitgeschichte zu verstehen. Dieses ihr Schloss, das sie



buchstäblich mit eigenen Händen aus Trümmern und Asche herausgegraben hat, hat auch Opfer gefordert.

Wie viele, das beschreibt sie nun in ihrem Buch «als er noch da war». Denn als ihr «Luftschloss» aus dem grössten heraus war, starb ihr Mann, ein empfindsamer, wenig belastbarer Schriftsteller. Über diesen Verlust schreibt sie in ihrem Buch ohne Wehleidigkeit, aber mit tiefer Melancholie. Alles zu haben, ist wohl keinem einzigen Menschen auf Erden vergönnt.

## Bücher aus dem Kreuz-Verlag

Im Kreuzverlag erscheinen auffallend viele feministische Bücher, Bücher, die sich mit der Evolution der Zeit befassen, mit den Veränderungen, die von der Frauenszene ausgehen. In Stichworten nur ein paar der Neuerscheinungen:

### Schneewittchen von Theodor Seifert

Schneewittchen gehört in eine Reihe von Anlaysen alter Märchen. Seit langem schon kam die wissenschaftliche Beschäftigung mit den Märchen zur Erkenntnis, dass diese besonderen Geschichten einen direkten Bezug zum Erleben und zur Seele des Menschen haben. Natürlich sind sie in ihrer Darstellung von der jeweiligen Kultur mitgeprägt. Trotzdem lassen sie sich um grosse Themengruppen und Motive von allgemein menschlichem Interesse anordnen, zum Beispiel: die schwer zu erlangende Kostbarkeit, die Dreizahl der Söhne und Töchter, die Erneuerung eines erstarrten, vom Tode bedrohten Lebens, dargestellt im alten und kranken König, oder das besonders wichtige Thema des Tieres, das dem Helden bei seinen entscheidenden Proben und Kämpfen zu Hilfe kommt.

### Macht und Ohnmacht der Frauen in der Kirche

Carola Wolf, die Verfasserin, erkundet, wie es anderen Frauen in der Kirche mit Macht und Ohnmacht ergeht. Fünfzehn private Erfahrungen zeichnet Carola Wolf auf, die seit 1962 Mitglied der Leitung des Deutschen Evangelischen Kirchentages ist.

### Die Wirklichkeit Gottes

Christa Mulack setzt sich in diesem Buch mit matriarchalen Voraussetzungen des Gottesbildes auseinander. Ihr Credo: So wie nur Mann und Frau gemeinsam den Menschen abgeben, kann auch das Göttliche nur aus einer polaren Einheit von Männlichem und Weiblichen bestehen.

Ein solches Gottesbild hat allerdings die Theologie bis heute noch nicht entwickelt, ein Versäumnis, das ihr, nach Christas Mulack, jede Legitimation nimmt, auch für die Frau zu sprechen.

### Befreiung aus der Angst

Elisabeth Kübler-Ross braucht man denn Leser/innen kaum vorzustellen. Der grosse Bildband will verstanden werden als Bericht aus den verschiedenen Workshops «Leben und Tod und Übergang».



## Lauter schöne Jahreszeiten

Tessiner Tagebuch von Kathrin Rüegg  
180 Seiten, 105 Farbfotos. Fr. 36.-.  
Albert Müller Verlag AG, 8803 Rüschlikon

Mit Spannung werden die vielen Leser von Kathrin Rüeggs Büchern zu diesem neuen Band greifen. Er ist, wie jedes der «Tessiner Tagebücher», unabhängig von der Vorgeschichte zu lesen. Der Gang durchs Jahr ist beschaulich, und doch geschieht unendlich viel: Lustiges, Rührendes, Nachdenklichmachendes. Und die herzerwärmende Erzählung ist so nahe der alltäglichen Wirklichkeit, dass sie eine Menge praktischer Anregungen enthält: zum Pflanzen, zum Fasten, zum Färben, zur Körperpflege, zum Kochen – dazu gibt es sogar einen eigenen Rezeptteil. Welch zufriedenes Leben, an dem uns Kathrin teilhaben lässt! «Susi hat Nachmittagsdienst im Lädli, Beatrice sät mit Markus Bohnen, Onkel Arthur sitzt am Kamin und hütet das Feuer, Alice backt Kuchen, Gabis Weberschiffchen schnurrt hin und her, Mirja sitzt neben Gabi, webt auch. Auf einem mit Schnur umwickelten Kartondeckel zieht sie sorgsam ihre Fäden ein. Tigi sitzt auf dem Schlagbaum des Webstuhls und kontrolliert die Lage. Mir scheint, man müsse die friedliche Stimmung nicht nur fühlen, sondern auch sehen und hören können.» Kathrin Rüegg schildert wieder ihr wahrhaft beglückendes Leben, das man am liebsten nachvollziehen möchte.

Von Sterbenden zu lernen, was es heisst, ein von Angst und Schuldgefühlen befreites Leben zu führen, das ist das Ziel, das Elisabeth Kübler-Ross mit ihren in vielen Ländern der Welt stattfindenden fünftägigen Workshops, zu erreichen versucht.



## Bessere Leistungen mit «Dianetik»

Millionenbeträge werden heute für die körperliche Fitness und sportliche Leistungsfähigkeit ausgegeben. Für einen hervorragenden körperlichen Zustand und Spitzenleistungen reicht aber nicht nur das Materielle. Die geistige Grundeinstellung ist entscheidend!

Spitzensportler nutzen heute deshalb die neuesten Erkenntnisse über den menschlichen Verstand: Verborgene Erschöpfungsquellen werden mit «Dianetik» in kurzer Zeit vernichtend geschlagen. Dianetik (von griech. DIA «durch» und NOUS «Seele, Geist», demnach: Was die Seele am Körper verursacht) ist der Name einer vom amerikanischen Schriftsteller L. Ron Hubbard entwickelten Methode, die sehr leicht zu erlernen ist und faszinierende Kräfte freisetzt.

Dazu der Schweizer Meister 1982 über 100 Meter Sprint, Stefan Burkart: «Durch dieses Verfahren habe ich insbesondere eine starke persönliche Stabilität gewonnen.»

Hubbards bahnbrechende Erkenntnisse haben sich auch im medizinischen Bereich niedergeschlagen. «Dianetik ist eine Technologie, die es zum erstenmal in der Geschichte der Menschheit ermöglicht, psychosomatische Krankheiten in Ordnung zu bringen», meinte ein seit 20 Jahren praktizierender All-

gemeinarzt, nachdem er die Methode intensiv getestet hatte. Ein anderer bekannter Arzt, Dr. A. Atkinson, betonte sogar, mit Dianetik sei es möglich, auf rund 70 Prozent der gegenwärtig durchgeführten Operationen zu verzichten.

Jetzt sind Hubbards Entdeckungen auch auf deutsch erhältlich: «Dianetik, Handbuch der dianetischen Verfahren». «Ich kann das Buch jedermann nur empfehlen», meint dazu Stefan Burkart.

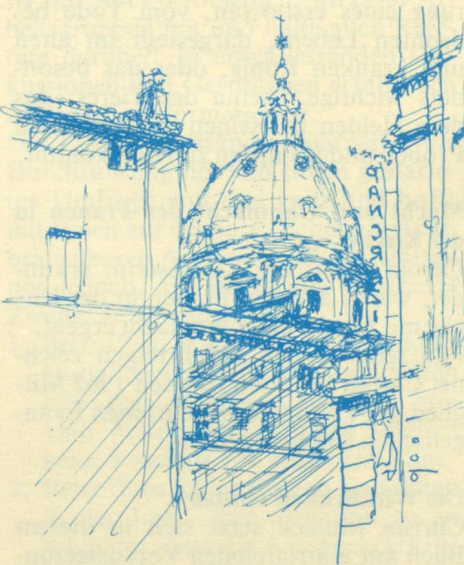
W. Greber, 8001 Zürich

## Die Bundesrätin

Ulrich Weber schrieb 1980 den satirischen Roman «Die Bundesrätin» «Hecht Verlag».

Der Roman beleuchtet mit Witz und Ironie die praktizierte Politik auf Gemeindeebene, auf kantonaler Ebene und auf höchster Bundesstufe.

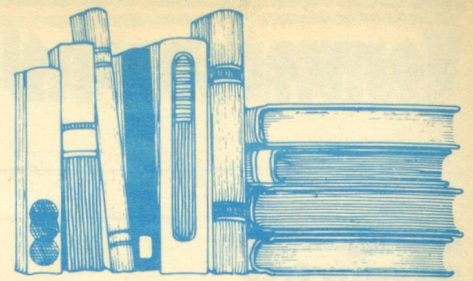
Ein Roman, der heute wieder unheimlich aktuell ist.



Über Rom ist viel geschrieben worden. Und wird viel geschrieben. Eine eigene Art von Betrachtungen über diese Stadt bietet -minu in seinen «Römer Briefen», die jeweils im September auf der letzten Seite der Basler Zeitung erscheinen. Er zeichnet Alltäglichkeiten auf, Stimmungen aus der römischen Welt - er verzichtet bewusst auf den Schullehrer-Mahnfinger.

Seinem dritten Band hat eine der berühmtesten Schweizer Künstlerinnen den würdigen Rahmen verliehen; die Basler Malerin Irène Zurkinden hat wunderschöne Skizzen aufs Papier gebracht - die sich nun mit den funkeln den Geschichten zu einem grossartigen Ganzen zusammenfügen.

Buchverlag Basler Zeitung, 4002 Basel



## Besser leben in der Stadt - gesund und umweltbewusst

Ein Ullstein-Sachbuch von Claudia Fischer

Das Leben in der Stadt, einst das Traumziel des Wohlstandsbürgers, wird für viele heutzutage eher zum Alptraum. Schlechte Luft, Lärm, Reizüberflutung und eine ungesunde Ernährung machen all denen zu schaffen, die eigentlich gesünder leben, essen, wohnen und arbeiten wollen. Es sind weder Freaks noch Ausgeflippte, die solche Sehnsüchte haben, sondern gesundheitsbewusste Normalverbraucher. Wohl dem, der sich das Öko-Haus oder den Bauernhof auf dem Lande leisten kann. Die meisten können es nicht und resignieren ob der Tatsache, dass sie an eine umweltbelastete und stressproduzierende Stadt gebunden sind.

Dieses Buch gibt praktische Anleitungen, wie man auch in der Stadt gesünder und natürlicher leben kann. Die Tips und Vorschläge kann jeder leicht realisieren: Wie sich Städter gesund ernähren und sogar einen Teil ihrer Nahrungsmittel selbst erzeugen können; wie sie sich gesund und klimagerecht kleiden können; was sie für ihre Gesundheitsvorsorge tun sollten; wie sie Altbauten mit geeigneten Materialien sanieren und in Neubauten für ein gesundes Wohnklima sorgen können; wie sie richtig mit Energie umgehen und vieles mehr.

## Die Schafhirtin

Erzählung aus den Bergen von Erika Wiedmer

88 Seiten, kartoniert, Fr. 10.80, Sonnenheimat-Verlag, Bern

Auf einem verlassenen Berggrat wird bei Sonnenuntergang ein Mädchen gesehen. Ist etwas passiert? Die Älplerfamilie findet den Schlüssel zum Geheimnis. Corinne hat sich aus Enttäuschung und innerer Not aus der Stadt in die Einsamkeit geflüchtet. Einfache Leute auf der Alp finden mit ihrem gesunden Menschenverstand den Zugang zu dem Mädchen und damit den Weg zu einer Lösung der Probleme.

## Die Natur als biologischer Wegweiser

(Verlag A. Vogel, Teufen)

Der Schweizer Naturarzt Dr. h.c. A. Vogel ist der international anerkannt beste Pflanzenheilkundiger. In seinem neuesten, über 700 Seiten umfassenden Buch, spricht er vielen Umwelt- und Naturschützern aus dem Herzen. Er geht den Folgen von Umweltbelastung durch den Menschen nach, geht auf die wichtigsten Aspekte für unsere Gesundheit ein, erzählt von Heilpflanzen, Wildfrüchten, Wildgemüsen, Würzpflanzen, beschreibt, was er unter natürlicher Nahrung versteht und gibt handfeste Ratschläge für den biologischen Gartenbau.

Alfred Vogel ist heute über achtzig Jahre alt. Aber in Sachen hellwacher Vitalität nimmt er es ohne weiteres mit weit Jüngeren auf.

Er wird, nach Meinung nahestehender Ärzte, einmal in die Geschichte der Alternativmedizin eingehen wie ein Pfarrer Künzli oder Pfarrer Keipp.

Man kann auch durch Lesen lernen, gesund zu bleiben oder gesünder zu leben.

«Die Natur als biologischer Wegweiser» ist ein Weihnachtsgeschenk für die ganze Familie.



## Nonna Adele

Von Ettore Cella, 13x20,5 cm, 116 Seiten, Fr. 19.80, Benteli-Verlag, 3011 Bern

Ettore Cella, der bekannte Schauspieler, Regisseur und Dramatiker italienischer Abstammung, erinnert sich in fünf Erzählungen an Geschichten und Erlebnisse seiner Grossmutter.

Nonna Adele war anfangs unseres Jahrhunderts zu ihren Söhnen nach Zürich gezogen. Dort erlebte sie mit ihnen die beiden Weltkriege, das Aufkommen des Faschismus, von dessen Propaganda auch die Schweiz nicht verschont blieb, sie erfuhr und teilte den Existenzkampf vieler italienischer Emigranten und war Ettore und seinen zahlreichen Cousins und Cousinen eine liebevolle Betreuerin und unermüdlische Geschichtenerzählerin.

## Basler Kochschule

(Birkhäuser)

Wer kennt es nicht, das Magenheimweh nach den Gerichten jener Stadt oder Region, in welcher man aufgewachsen ist. Im Basler Kochbuch ist auf weit über vierhundert Seiten nachzulesen, wie man die Herrlichkeiten von einst selber zubereitet.

Die Basler Rezepte sind von drei Seiten deutlich beeinflusst, von der schweizerischen natürlich, von der badischen und von der elsässischen.

Dr. Andreas, Kunsthistoriker, Kenner der Kulturgeschichte des Essens und Trinkens, aber auch Koch aus Leidenschaft und bekannt von Kochkursen in Basel und Kochsendungen im Schweizer Fernsehen, hat die Rezepte in jahrelanger Arbeit geprüft, präzisiert und neu redigiert.

600 Rezepte der lokalen, nationalen und internationalen Küche liegen in dieser prachtvollen 14. Auflage neu vor.

Ein Geschenk für Heimwehbasler und Kochfanatiker/innen.



## Glauben Frauen anders?

Erfahrungen, herausgegeben von Marianne Dirks. Verlag Herder, D-7800 Freiburg

Marianne Dirks hat langjährige Erfahrungen in der Arbeit der Frauenbildung und Frauenseelsorge, in der Gemeinde und auf den anderen Ebenen. Sie hat es stets als ihre Aufgabe betrachtet, für die partnerschaftliche Mitarbeit der Frauen in Kirche und Gesellschaft einzutreten.

Die Rolle der Frau in der Gesellschaft ist – auch heute noch – einem tiefgreifenden Wandel unterworfen. Hat sich mit der Emanzipation auch die Glaubens- und Lebenspraxis der Frauen verändert? Gibt es eine spezifische weibliche Art, wie beide Bereiche einander durchdringen? In diesem Buch werden Antworten auf solche Fragen gesucht: Antworten, die ganz konkret und lebensnah sind. Die Autorinnen berichten über Erfahrungen aus ihrem eigenen Leben. Ihre Glaubwürdigkeit erwächst aus ehrlicher Offenheit. Wir erfahren Zeugnisse gelebten Christentums von: Ingeborg Drewitz, Marita Estor, Silvia Göres, Catharina J.M. Halkes, Camilla Härlin, Geno Hartlaub, Hildegard Lüning, Gabriele Miller, Marion Miller, Marietta Peitz, Ruth Pfau, Angelika Schmidt-Biesalski, Waltraud Schmitz-Bunse, Tisa von der Schulenburg, Dorothee Sölle, Vilma Sturm, Waltraud Wagner-König und Hildegard Zumach.

## Tagebuch der Maria Bashkirtseff

Ein Ullstein-Taschenbuch. Ullstein Verlag GmbH, D-Berlin 61

Maria Konstantinowa Bashkirtseff, die junge russische Adlige, die eine glanzvolle Rolle in der Pariser Gesellschaft vor der Jahrhundertwende spielte, die die geistige Elite faszinierte und zur Kultfigur wurde, begann mit zwölf Jahren, Tagebuch zu schreiben. Bis zu ihrem Tode als Vierundzwanzigjährige (1884) hat sie es Tag für Tag fortgeführt, denn «... das Leben eines Menschen, ein ganzes Leben ohne Verstellung und Lüge, ist immer etwas Grosses». Sie kannte nur einen Wunsch, nämlich den, berühmt zu sein. Sie versuchte sich im Gesang, in der Malerei, sie umgab sich mit klangvollen Namen und liess sich von den Grössen ihrer Zeit feiern. Dass sie schliesslich, drei Jahre nach ihrem Tode, durch ihr «Journal» berühmt werden sollte, hat sie nicht geahnt.



## Véros neue Langspielplatte

*Véronique Müller, Liedermacherin aus Murten, die sich in den letzten Jahren langsam aber stetig ihr Publikum mit eigenen, berndeutschen Liedern erobert hat, hat eine neue Langspielplatte herausgebracht. Sie singt Schweizer Volkslieder und Volksweisen aus aller Welt.*

*In den Volksliedern ist, nach Véronique Müller, viel Weisheit verborgen. Mag sich die Welt noch so rasend rasch verändern, undurchsichtiger und unheimlicher werden, die Sehnsüchte und die Bedürfnisse der Menschen bleiben sich gleich. Sie sehnen sich nach Liebe, sie wissen um die Vergänglichkeit, sie kennen den Abschiedsschmerz und die Liebesfreude.*

*Ein sehr schönes Werk der jungen Murtnerin. Sie singt Volkslieder. Man bekommt Lust, plötzlich selber wieder zu singen.*

## Eisblumen

Begegnungen aus Spitzbergen von Blette Petri-Sutermeister, 303 Seiten, Fr. 29.–, Rex-Verlag, 6000 Luzern

Als Leiterin des nördlichsten Museums der Welt schildert die Autorin ihre Arbeit bei Mitternachtssonne und Nordlicht mit Streifzügen in Polarforschung, arktische Geschichte, Ökologie usw. Sie erzählt vergnügliche und tragische Episoden aus dem Dasein von Pelzjägern und Expeditionen und schildert ihre Begegnungen mit der überwältigenden Natur, Tieren, Blumen und Menschen. Sie informiert über die Infrastruktur einer modernen Mustersiedlung am Ende der Welt, wo man in Musse, Frieden und Zufriedenheit lebt.

Dies heisst oft aber auch in unvorstellbarer Entsagung, Härte und Abgeschiedenheit, ohne den Segen und Fluch unserer gestressten Überflusszivilisation, dafür aber in einer lebensbejahenden Gemeinschaft, wo man keine Eile kennt und wo Genügsamkeit, Hilfsbereitschaft und Gastfreundschaft in Ehren gehalten werden.



# Bücher zum Schenken

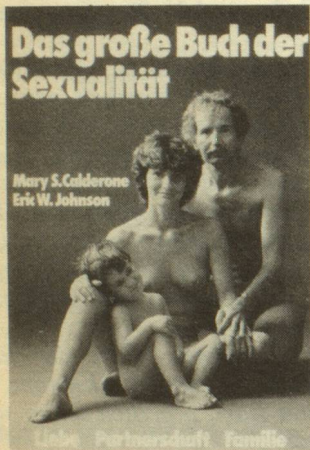
## Das grosse Buch der Sexualität

Von Mary S. Calderone und Eric W. Johnson

Liebe – Partnerschaft – Familie

Übersetzt aus dem Amerikanischen von Margarethe Dallmus. 208 Seiten, 9 Zeichnungen, 16 Fotos auf Kunstdruck. Fr. 49.–. Albert Müller Verlag AG, 8803 Rüschlikon

Wer sich auf dem Gebiet der Aufklärungsliteratur umsieht, wird feststellen, dass familienbezogene Sexualliteratur dünn gesät ist. Diese Lücke schliesst das vorliegende Buch.



Die Autoren nehmen den Menschen immer als Ganzes; Sexualität gehört zu uns wie Essen und Trinken, sie ist nichts Geheimnisvolles. Darum soll dieses Buch auch nicht weggeschlossen werden, sondern der ganzen Familie zugänglich sein. Die Eltern finden darin wertvolle Hinweise, die ihnen das Gespräch mit den Kindern erleichtern; andererseits werden die Jugendlichen zum Fragenstellen angeregt.

Ziel der Verfasser ist es, den Leser zur Selbstbestimmung anzuleiten. Zu diesem Zweck legen sie eine grosse Fülle an Informationen vor, die es jedem ermöglichen sollen, selbst Entscheidungen zu treffen. Zu den einzelnen Themen finden sich befürwortende und ablehnende Argumente (so zum Beispiel zum ausserehelichen Geschlechtsverkehr, zur Pornografie, Prostitution, Schwangerschaftsabbruch und so weiter). Dem Leser wird überlassen, sich der einen oder anderen Meinung anzuschliessen. Dies gilt auch für die Kapitel über sexuell abweichendes Verhalten und über Minderheiten – wobei hier die Toleranz als zwischenmenschliches Anliegen gefördert wird. Das grosse Buch über Liebe, Partnerschaft, Familie ist getragen von der Überzeugung,

dass Sexualität eine positive Lebenskraft darstellt und für alle Menschen jeden Alters etwas vom Schönsten in der Welt sein sollte.

«Das grosse Buch der Sexualität» ist Sachbuch und Nachschlagewerk in einem. Besonders nützlich ist auch das ABC der Sexualität im Anhang, ein kleines Lexikon, das alle wichtigen Begriffe der Sexualliteratur erläutert. Den zwei hervorragenden Sexologen Mary S. Calderone und Eric W. Johnson ist es gelungen, in leicht verständlicher Sprache umfassend Auskunft zu geben.

## Versuche und Versuchungen

Von Robert Roth, 13,8x20,7 cm, 144 Seiten, gebunden Fr. 19.80, Benteli-Verlag, 3011 Bern

Die vorliegenden Erzählungen, ein wahres Feuerwerk spritziger Einfälle und schillernder Farben, knüpfen autobiographisch an Robert Roths Erstling «D'Langete chunnt» an, indem sie auf sehr unterhaltsame und humorvolle Weise von Lentulus' mannigfaltigen Versuchen, Karriere zu machen, berichten.

Robert Roth erweist sich in diesen Geschichten einmal mehr als Erzählertalent. Bestechend durch das Einfühlungsvermögen und die Erlebnisfähigkeit ihres Verfassers, strahlen sie viel menschliche Wärme aus, und auf ihren Blättern liegt der Schimmer gelöster Heiterkeit.

## Mein kleines Dorf

Erinnerungen einer Lehrerin. Von Julia Jakob, 96 Seiten, gebunden, Fr. 13.80, Blaukreuz-Verlag, Bern

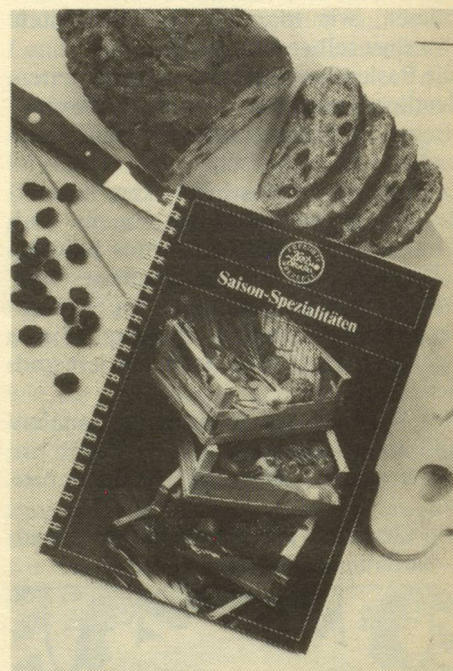
Ein Leben lang hat die Verfasserin als Lehrerin die Sorgen, Nöte und Freuden einer Dorfgemeinschaft miterlebt. Bereitwillig hat sie die daraus erwachsenden Aufgaben und Verantwortungen auf sich genommen.

Das Büchlein berichtet von Verhältnissen und Erlebnissen in früheren Tagen, die von unserer Zeit weit entfernt zu sein scheinen. Die schlicht erzählten Erfahrungen mit Kindern, Eltern und Behörden zeigen, wie sehr sich das menschlich Entscheidende in dem kleinen Bereich der Familie und des Dorfes abspielt.

## Aus der Küche für die Küche

Bei all jenen, die gern kochen und Rezepte ausprobieren, ist eine Geschenk-kombination von einem schönen Kochbuch und einem gelungenen Versucherli sicher willkommen.

Wenn Sie jetzt das Kochbuch «Saison-Spezialitäten» aus dem Koch-Studio Verlag bestellen, reicht die Zeit vor Weihnachten noch aus, nach einem Rezept aus dem Winterkapitel ein fruchtiges Hutzelnbrot zu backen oder einen kräftigen Orangensirup anzusetzen. Hübsch verpackt mit dem Buch erfreut das Geschenk die junge und die erfahrene Hausfrau oder den Hobbykoch.



Im sorgfältig gestalteten Buch mit den vielen Farbfotos finden Sie und die Geschenkeempfänger noch weitere 160 Rezepte, eingeteilt in vier Jahreszeiten-Kapitel. Vom Löwenzahnsalat im Frühling bis zum schwedischen Schinken im Winter enthält das Buch erprobte Rezepte und viele Einkaufs- sowie Kochtips und hilft so beim saisongerechten und individuellen Kochen. Mit dem Bestellcoupon in diesem Heft können Sie als Abonnentin des Schweizer Frauenblattes das Buch «Saison Spezialitäten» zum Sonderpreis von Fr. 9.80 statt Fr. 14.80 erhalten. Koch-Studio, Kulinarischer Beratungsdienst, Postfach, 8027 Zürich, bestellen.



# Für Sie gelesen

## Das Jahr für Frauen 1984

Herausgegeben von Elisabeth Veya und Christoph Reichenau, 240 Seiten, mit zahlreichen Abbildungen und Tabellen, broschiert, Fr. 19.80  
Verlag Huber & Co. AG, 8500 Frauenfeld

Ein unentbehrliches Lese- und Nachschlagewerk für alle, die mit Frauenfragen im Bereich der Politik, der Sozialarbeit und der Kultur zu tun haben. Stellung und Selbstverständnis der Frau haben sich in den letzten Jahrzehnten stark geändert und verändern sich immer noch.

Das in jährlichen Folgen erscheinende Buch enthält zu dieser Thematik Textbeiträge und Informationen, welche das Anliegen der Frau generell und besonders im Berichtsjahr aufzeigen. Der Textteil wird ergänzt durch ein Kalendarium mit Angabe der stattfindenden Konferenzen und Tagungen sowie mit einem jährlich bereinigten Adressenverzeichnis aus dem Bereich der Politik, der Sozialarbeit und der Kultur, die für die Frauenbewegung von Bedeutung sind. Die Gliederung ist wie folgt:

- Lesebuch mit Berichten, Diskussionsbeiträgen, Erfahrungen in anderen Ländern  
Autorinnen 1984: Gabrielle Nanchen, Lili Nabholz, Than-Huyen Ballmer-Cao, Ursa Krattiger, Elisabeth Pulver
- Chronik des vergangenen Jahres mit Hinweis auf die wichtigsten Entscheidungen, Veranstaltungen und Publikationen
- Adressenverzeichnis der Frauenorganisationen und ihrer Sektionen, der Frauenkommissionen von Parteien und Verbänden, Frauenzentren, Frauenbuchläden, Frauenberatungsstellen usw.

*Als Geschenkabonnement ideal*

## Glückwunschkarten einmal anders

Selbstgestaltete Glückwunschkarten bereiten mehr und persönlicher Freude. Die neueste «hobbyzyt» enthält unzählige Ideen zum Selbermachen. Wer sich angeregt fühlt, kann mit der eigenen Kreation gleich an einem Wettbewerb teilnehmen (Einsendeschluss 31. Dezember).



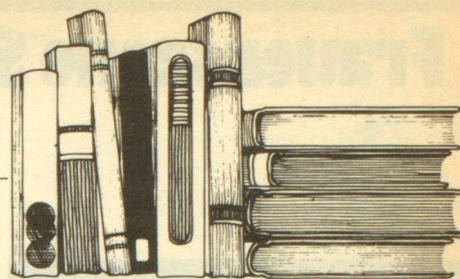
### Biblische Stätten einst und heute

Der schmale Landstreifen an der Ostküste des Mittelmeeres – das historische Palästina – ist eines der wichtigsten Gebiete der Erde. Es ist das Heilige Land, die Geburtsstätte des jüdischen und christlichen Glaubens, und auch den Anhängern des Islams heilig. Nun ist es dem Verlag Das Beste, Postfach, 8021 Zürich, erneut gelungen, mit einem hochinteressanten Bildatlas eine Lücke im reichen Angebot zum «Buch der Bücher» zu schliessen: «Biblische Stätten einst und heute» erläutert in brillanter, anschaulicher Weise das nicht immer auf Anhieb verständliche Geschehen der Bibel mit Hilfe von Bildern, Karten und Texten, es zeigt Ihnen das Heilige Land wie es damals war, wie es sich entwickelte, wie es heute aussieht.

Das Bildwerk hat 304 Seiten, 65 farbige Karten, rund 200 Farbfotos, über 50 farbige Illustrationen, darunter 6 doppelseitige Rekonstruktionen und ist zum Preis von Fr. 68.80 im Buchhandel oder direkt beim Verlag erhältlich.

«Drucken wie die alten Meister» heisst das Motto beim ausführlichen Beitrag, der dem Holzschnitt gewidmet ist. Holzschnitt ist das älteste Druckverfahren überhaupt.

Probenummer gratis beim Verlag «hobbyzyt», Postfach, 8703 Erlenbach, Tel. 01/9108016.



## Mikrowellen, das neue Kochvergnügen

FLP. Mit Mikrowellen kochen, ohne Pfannen- oder Backofen-Verschmutzung, gelingt nicht nur schneller, energiesparsamer, schmackhafter und gesünder; wer es einmal ausprobiert hat, findet Spass daran. Wie einfach die Bedienung und das Kochen feiner Gerichte ist, zeigt das neu erschienene Kochbuch «Mikrowellen, das neue Kochvergnügen». (Herausgeber: Spitzer-Mileger, 4001 Basel)

In der Kreativ- und Presseküche Arthur Weidmann AG, 6052 Hergiswil, wurden 206 Gerichte rezeptiert, im Mikrowellenherd probegekocht, zahlreiche Zubereitungen farbig fotografiert sowie ausführliche Geräte- und Systembeschreibungen und Kochtips ausgearbeitet. Über das Auftauen von Tiefkühlgut im Mikrowellenofen informiert eine ausführliche Auftautabelle. Wie vielfältig der Einsatz eines Mikrowellengerätes ist, zeigt das Rezept-Inhaltsverzeichnis: Suppen, Vorspeisen, Eier- und Käsespeisen, Fleisch-, Fisch-, Geflügel- und Wildgerichte, Gemüse, Kartoffeln und andere Beilagen, Eintöpfe, Aufläufe, Saucen, Desserts, heisse Getränke, Konfitüre. Das Buch kann im Buchhandel für Fr. 26.50 bezogen werden.



### Mikrowellen das neue Kochvergnügen





# Frauenszene Schweiz

## Gratulationen

### Vreny Fritsch neue VEDH-Präsidentin

Wir gratulieren Vreny Fritsch, Zürich, herzlich zu ihrer Ernennung als Präsidentin des Verbandes Eidgenössischer Diplomierter Haushaltlehrerinnen. Sie wurde an der achten Delegiertenversammlung in Zürich gewählt und ersetzt die zurücktretende Ruth Beusch aus Flawil. Neue Vizepräsidentin wurde Hanni Grob, Muri.

### Neue Ehren für Lise Girardin

Die Genferin Lise Girardin war die erste Ständerätin der Schweiz. Als sie nicht mehr in ihrem Amt bestätigt wurde, zog sich Lise Girardin mehr oder weniger von der Politik zurück. Sie feiert nun ihr Comeback als Präsidentin der Eidgenössischen Kommission für Ausländerprobleme. Sie tritt damit die Nachfolge des bisherigen Präsidenten, Bundesrichter Rolf Raschein, an.

### Kunstpreis für Clara Wirz

Der mit Fr. 7000 dotierte Kunstpreis der Stadt Luzern wurde der Luzerner Sängerin Clara Wirz verliehen.

### Verena Bräm erste Oberrichterin

Einstimmig entschied sich die Zürcher EVP-Kantonsratsfraktion, die Kantonsrätin und Bezirksrichterin lic. iur. Verena Bräm, Winterthur, als Kandidatin für die frei werdende Stelle als Oberrichterin aufzustellen. Sofern der Kantonsrat diesem Wahlvorschlag folgt, würde erstmals eine Frau als Oberrichterin amten.



### Ida-Somazzi-Preis 1983 an Gertrude Girardet-Montet

Der Ida-Somazzi-Preis 1983 wurde in Bern am 5. November der Nationalrätin Gertrude Girardet-Montet verliehen. Gertrude Girardet-Montets Verdienste um die Einführung des schweizerischen Frauen-Stimm- und Wahlrechts wurden solchermassen gewürdigt, wie ihre Arbeit im Europarat in Strassburg. Die Laudatio hielt der ehemalige Botschafter Alfred Hacker. Er zeigte, wie Gertrude Girardet-Montet als Präsidentin im damaligen Waadt- und Schweizerischen Verband für Frauenstimmrecht in den für die Bewegung entscheidenden Jahren eine Schlüsselstellung eingenommen hat. Gewürdigt wurde sodann der Einsatz als Nationalrätin sowie als Mitglied und derzeitige Vorsitzende der Schweizer Parlamentarierdelegation in Strassburg. Den Feminismus, wie er von der Preisträgerin gelebt und verfochten wird, erklärte der Redner für «wohleingebettet» im Menschlichen und Menschenrechtlichen.

### Françoise Steiner Präsidentin des Bieler Stadtrates

Françoise Steiner, und das ist ein Novum in der Geschichte der Zukunftstadt Biel, ist die erste Frau, die den Bieler Stadtrat präsidiert. Wie frauenfreundlich Biel geworden ist, zeigt sich auch in der Wahl von Erica Burkhalter-Wallis als Vorsteherin des Amtes für Sozialwesen.

### Zum Siebzigsten von Meret Oppenheim

Meret Oppenheim, international anerkannte Schweizer Künstlerin (wir stellen sie in der März-Ausgabe im Jahre 1982 vor), wurde siebzig. Berühmt bereits mit zwanzig Jahren (ihre surrealistische Pelztasse brachte den Durchbruch), zog sie sich dann lange Zeit aus dem Kunstbetrieb zurück. Jetzt schliesst sich der Kreis wieder. Meret Oppenheim ist weltbekannt. Eigenwillig lässt sie sich keiner Stilrichtung verpflichten. Sie ist kreativ wie die Natur selber.

Ihre Grossmutter, Lisa Wenger, die Schriftstellerin, eine erstaunlich emanzipierte Frau, mag sie mit diesem unbändigen Willen zur Eigenständigkeit «geimpft» haben. Lisa Wenger war übrigens Abonnentin des Schweizer Frauenblattes.

### Medizin Nobelpreis an Barbara McClintock

Die amerikanische Wissenschaftlerin Barbara McClintock wurde mit dem Nobelpreis für Medizin ausgezeichnet. Sie ist erst die dritte Frau, die mit dem seit 1901 verliehenen Nobelpreis geehrt wurde, der heuer mit Fr. 400000 dotiert war.

## Bundesgerichtsurteil

### Unbestrafbarer Amor

*Wer im Amt für auswärtige Angelegenheiten arbeitet, der muss vorsichtig sein im Umgang mit «Fremden».*

*Tatsächlich war das EDA im Recht, als es einer Botschaftsangestellten kündigte. Die Beamtin, die seit 1976 beim EDA gearbeitet hatte, wurde im Frühjahr 1977 in die Schweizer Botschaft nach London versetzt und verliebte sich dort in einen Beamten des britischen Handelsministeriums. So weit, so gut. Ungut wurde es erst, als 1981 geheiratet wurde. Das EDA qualifizierte das Verhalten seiner Sekretärin als «heiratsbedingtes Sicherheitsrisiko» (lies Spionagegefahr) und entliess die junge Frau.*

*Das Finanzdepartement zog nach. Sie bewertete die Heirat auch als Verschulden im Sinne der Pensionskassenbestimmungen des Bundes und verweigerte ihr die Abfindungssumme.*

*Die Beamtin klagte. Beim Bundesgericht bekam sie auf der ganzen Linie recht. Die Eidgenossenschaft muss der jungen Frau die ihr zustehenden über Fr. 26000.- aus der Pensionskasse als Abfindung auszahlen.*



## Kulis Sündenfall

Einer verlor entschieden im «Einer wird gewinnen», dem Fernseh-Quiz vom 24. September, mit Hans Joachim Kulenkampff: Kuli selber. Seine Witzchen waren noch selten so geschmacklos. Vollends in Rage brachte er die Zuschauerinnen mit folgendem Vorschlag zum hauseigenen «Stützli-Sex»: «Sie haben doch sicher auch ein solches Schmuckstück zu Hause. Legen Sie doch einfach Ihre Frau auf den Küchentisch und laufen Sie drum herum. Dann können Sie ihr jede Minute eine Mark geben – die Arme bekommt sowieso nie etwas!»

## Frauen in Männerberufen

Im Juni 1983 wurde im Auftrag des Amtes für Berufsbildung, Zürich, erstmals eine Zusammenkunft für Frauen in sogenannten Männerberufen durchgeführt. Es gibt darüber nur einen Bericht. Er kann beim Amt für Berufsbildung, 8090 Zürich, bezogen werden.

## Ultimo ratio: eine Volksinitiative

Das Frauenzentrum Baden ist nicht bloss besonders aktiv, sondern auch innovativ. Im November 1981 wurde, getragen von einem privaten Verein, in Baden ein politisch und konfessionell neutrales Frauenzentrum eröffnet, das allen interessierten Frauen offen steht. Über alle Zweifel erhaben war die Anerkennung, die der Frauenzentrale entgegengebracht wurde. Miete und Betrieb wurden mit kargen, privaten Mitteln, Spenden und Mitgliederbeiträgen, finanziert.

1982 starteten die streitbaren Frauen eine Volksinitiative, mit welcher verlangt wird, dass die Einwohnergemeinde Badens entweder jährlich die Miete der Räumlichkeiten des Frauenzentrums übernimmt oder andere, geeignete Räumlichkeiten kostenlos zur Verfügung stellt. Die Initiative wurde im März 1983 mit der notwendigen Stimmzahl eingereicht.

## Nottелефон

Das Nottелефон und Beratung für vergewaltigte Frauen bittet uns, wieder einmal ihre Adresse und ihre Telefonnummer zu publizieren. Das sei hiermit getan: Nottелефон und Beratung für vergewaltigte Frauen, Postfach 3344, 8031 Zürich, Tel. (01) 424646.

## Faux pas des Monats

2500 Jahre alt wäre Martin Luther geworden. Er ging nicht zimperlich um mit seinen Nächsten. Am Unzimperlichsten mit den Frauen. Ihm sei der Faux pas des Monats mit folgendem seiner Zitate gewidmet: «Kleinkinderscheyss ist der beste Kitt für Wybertreu.»

## Recht bei Gewalt

Bei der Eidgenössischen Kommission für Frauenfragen, Bundesamt für Kulturpflege, Thunstrasse 20, 3000 Bern, ist eine Broschüre erhältlich, die Auskünfte bietet in Fragen des Rechts bei Gewalt, Adressen von Frauenhäusern usw.

## 424 Notzuchtfälle

424 Notzuchtfälle haben sich 1982 nach einer gesamtschweizerischen Statistik zugetragen. Spitzenreiter ist Zürich mit der höchsten Vergewaltigungsquote von 106 Fällen.

## Frauenfunk

Marie-Louise Kaschnitz (1901–1974)

Eines Tages sprech ich im Rundfunk  
Gegen Morgen wenn niemand  
mehr zuhört  
Meine gewissen Rezepte

Giesst Milch ins Telefon  
Lasst Katzen hecken  
In der Geschirrspülmaschine  
Zerstampft die Uhren im Waschtrog  
Tretet aus Euren Schuhen

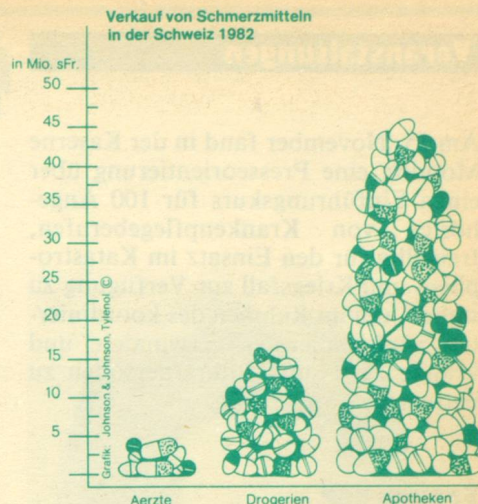
Würzt den Pfirsich mit Paprika  
Und das Beinfleisch mit Honig

Lehrt eure Kinder das  
Füchsinneneinmaleins  
Dreht die Blätter im Garten  
auf ihre Silberseite  
Beredet euch mit dem Kauz

Wenn es Sommer wird  
zieht euren Pelz an  
Treffst die aus den Bergen kommen  
Die Dudelsackpfeifer  
Tretet aus Euren Schuhen

Seid nicht so sicher  
Dass es Abend wird  
Nicht so sicher  
Dass Gott euch liebt.

Aus: Deutsche Dichterinnen vom 16. Jahrhundert bis zur Gegenwart. Gedichte und Lebensläufe. Hrsg. von Gisela Brinker-Gabler. Fischer-Taschenbuch 1978



## In Kürze

Mehr Transparenz bei der Vielzahl der hauswirtschaftlichen Berufe forderten Hausbeamtinnen an einem Symposium in Luzern. Weiter wird auch verlangt, dass der Beruf vom BIGA (Bundesamt für Industrie, Gewerbe und Arbeit) anerkannt wird.

67 Prozent der Knaben, und nur 45 Prozent der Mädchen (im Alter von 16–19 Jahren) besuchen Berufsschulen. Diese Zahlen gab das Eidgenössische Bundesamt für Statistik heraus. Wie weiter aus der neuesten Nummer der vom Eidgenössischen Volkswirtschaftsdepartement herausgegebenen Monatszeitschrift «Die Volkswirtschaft» entnommen werden kann, verteilen sich 70 Prozent der Mädchen auf drei traditionelle Frauenberufe: Kaufmännische oder Büroangestellte 38 Prozent, Krankenschwester oder -pflegerin 17 Prozent und Verkäuferin 15 Prozent. Weitere 13 Prozent entschieden sich für folgende Berufe: hauswirtschaftliche Angestellte, Köchin oder Coiffeuse.

Die Delegierten des Staatsbürgerlichen Verbandes katholischer Schweizerinnen – Staka – trafen sich in Basel. Vom konkreten Alltag der Gegenwart und der nächsten Zukunft sprach Eberhard Ulrich, Dozent an der ETG Zürich. Er sagte u.a.: «In zehn Jahren werden wir über unsere Diskussion ob 44-Stunden-Woche oder 43-Stunden-Woche lachen, dann nämlich wird es um eine Reduzierung auf 25 Stunden gehen.»

## Ariane gestartet

Mögen sämtliche seit 1. November in Betrieb genommenen Lokalradios wiederum in Männerhand sein, wenigstens die europäische Trägerrakete, die in Zukunft für eine erstklassige Fernsehübertragung aus aller Welt verantwortlich sein wird, trägt einen Frauennamen: Ariane ...



# Frauenszene Schweiz

Am 15. November fand in der Kaserne Moudon eine Presseorientierung über einen Einführungskurs für 100 Angehörige von Krankenpflegeberufen, freiwillig für den Einsatz im Katastrophen- und Kriegsfall zur Verfügung zu stehen, um im Rahmen des koordinierten Sanitätsdienstes verwundete und kranke Zivil- und Militärpersonen zu betreuen.

## Frau in der Gesamtverteidigung

Am 12. November führte die SVP im Kursaal Bern ein Seminar zum Thema «Mitwirkung der Frau in der Gesamtverteidigung» durch. Teilnehmer waren die SVP-Kommission für Militärfragen, der SVP-Ausschuss Frauenkonferenz, die SVP-Kommission für Frauenfragen, die SVP-Kommission für Bildung und Kultur.

Dem Slogan «Wir Frauen passen unter keinen Helm», wurden gewichtige Gegenargumente gegenübergestellt. Eine der Hauptreferentinnen war Dr. Ruth Meyer, die über die Möglichkeiten eines freiwilligen und/oder obligatorischen Dienstes der Frauen im Rahmen der Gesamtverteidigung informierte.

## Podium der Verständigung

Am 17. November organisierte die Aargauische Frauenzentrale in Lenzburg ein wichtiges Podiumsgespräch: «Podium der Verständigung».

Im Aargau leben viele Frauen aus fremden Ländern, erkannten die Frauen der Frauenzentrale. Mit diesem Podiumsgespräch wollten sich «Frauen mit Frauen» über alle Grenzen hinweg verständigen und besser kennen lernen.

Ein guter Gedanke, ein schöner Anlass.

## Frauen im Sport

«Die Frau im Leistungssport» war das Thema einer Zusammenkunft der schweizerischen Verbandstrainer an der eidgenössischen Turn- und Sport- schule Magglingen. Lilo Kennel, Präsidentin der Frauenkommission im Schweizerischen Landesverband für Sport, war die Initiantin dieser Zusammenkunft.

Auch im Sport zeichnet sich, wohin man sieht, «Emanzipation» ab. Clichés über das schwache Weib werden dabei ebenso gründlich abgebaut wie jene über das Mannweib.

## Historikerinnen tagten

Am 21./22. Oktober kamen die Historikerinnen zu einer Tagung zusammen und zwar im Historischen Institut in Bern.

Die Historikerinnen Maya Borkowsky, Bern, Elisabeth Berrisch, Zürich, Benina Orendi, Bern, sprachen zum Thema Hausarbeit.

Anita Ulrich, Zürich, Danielle Javet, Lausanne, Annemarie Ryter, Basel, referierten über die verschiedenen Aspekte von «Frauenarbeit am Rande der Gesellschaft». Esther Modena, Zürich, Elsbeth Wandeler/Eva Brändli, Meikirch, arbeiteten Geschichtliches auf im Kapitel Sozialarbeit. Dorothee Rippmann, Basel, Liliane Motta-Weber, Genf, Elisabeth Joris/Heide Witzig, Zürich, Regina Wecker, Basel, nahmen sich des Problems «Lohnarbeit» aus historischer Sicht an.

Die Arbeit, die die Historikerinnen auf dem Gebiet der Frauenemanzipation leisten, ist ausserordentlich wichtig. Nur dank ihrer Arbeit lassen sich die Zusammenhänge klarer erkennen und neue Schritte vorbereiten.

Wenn sich auch die Themenwahl in der Frauengeschichtsforschung von aktuellen Diskussionsinhalten beeinflussen liess, so liess sich an der Tagung doch ein starkes Erkenntnisinteresse an der Wende des 19. Jahrhunderts zum 20. Jahrhundert ausmachen. Ein Zeitabschnitt, der mit den Anfängen der Frauenbewegung zusammenfällt.

*Die Behörden von Genf schaffen spezielle Dienststellen bei der Polizei für vergewaltigte Frauen. Die Sittenbrigade der Genfer Polizei soll durch eine Dienststelle ergänzt werden, die sich ausschliesslich vergewaltigter Frauen annimmt.*

*Damit sollen einerseits den Opfern demütigende Wege durch die Instanzen erspart werden, und andererseits soll diese neue Einrichtung die Frauen ermutigen, gegen Täter vorzugehen.*

## Europäische Frauen-Union

Am 11. November rief die Europäische Frauen-Union in Bern zu einer Presseorientierung über den Kongress der Europäischen Frauen-Union Ende August in München auf. Die Damen der Europäischen Frauen-Union verfolgten damit den Zweck, die Anliegen der Union einem breiteren Publikum vorzustellen und die Beziehungen zu den Massenmedien zu verbessern.

## Verband der Akademikerinnen

Am 5. November kam der Schweizerische Verband der Akademikerinnen zur 60. ordentlichen Delegiertenversammlung in Lausanne zusammen. Es ging neben der Bereinigung der ordentlichen Traktanden dabei in erster Linie um die Zukunft der SVA. Hauptreferentin war die Ständerätin Josi Meier, Luzern, mit ihrem Vortrag «Akademikerin und Politik».



Diese zwei Präparate nach Dr. Fritjoff HIRSCH entheben Sie in kurzer Zeit Ihrer Sorgen bei HAARAUFSFALL, SCHUPPEN und FETTIGEM HAAR!

**S2 KURSHAMPOO**, ein wissenschaftlich-biologisches Produkt, welches die Kopfhaut nicht auslaugt, sondern nährt und geschmeidig macht. Sie wird dadurch weniger empfindlich und widerstandsfähiger gegen Witterungseinflüsse und Alkalien. 250 ml Fr. 9.20.

**AKTIVOL**, bio-aktives Haartonikum, fördert den Haarneuwuchs, verhindert Juckreiz, sowie die Schuppenbildung, die Überfettung und den Haarausfall. 120 ml Fr. 13.80.

Damit Sie sich aus eigener Erfahrung von der unübertroffenen Wirkung dieser beiden Präparate überzeugen können, erhalten Sie je eine Originalpackung zum **Probiertpreis von Fr. 15.-** (statt Fr. 23.-), wenn Sie dieses Inserat einsenden.

**REBAG Rebonato & Co., 8967 Widen-Mutschellen**  
Tel. (057) 332688

MF



# Treffpunkt für Konsumenten



**Neuer Guide Fromage Suisse 1984**  
Soeben ist der zweite «Guide Fromage Suisse 1984» erschienen. Er enthält über tausend Adressen von Hotels und Restaurants, die eine gepflegte Käseplatte oder ein hausgemachtes Fondue (oder beides) auf der Karte führen. Der «Guide» wird seit 1982 von der Schweizerischen Käseunion AG, 3001 Bern, herausgegeben und gratis verteilt. Er ist mit einer zwölfseitigen Landeskarte ausgestattet, auf welcher die Suche nach käsekulinarischen Adressen durch Planquadrate erleichtert wird. Dank dem Taschenformat passt der «Guide» in jedes Handschuhfach.



Wer Zeit sparen will beim Kochen, braucht nicht zwangsläufig auf Dosen oder andere Fertiggerichte zurückzugreifen. So einfach geht es, wenn man das Kochen auch noch ein bisschen als Organisationsfrage nimmt: Man kocht ganz einfach anstatt für 2, gleich für 4 oder 6 Personen. Ein Teil der Kochmenge wird dann nicht unmittelbar nach dem Kochen gegessen, sondern tiefgekühlt. Melitta bietet dafür ein reichhaltiges Angebot von Tiefkühlbeuteln, Gefrier-Kochbeuteln, Folienschläuchen und Folienschweissgeräten mit oder ohne Vakuumpumpe.

Branchenbericht der Bankgesellschaft

## Lebensmittelhandel mit fast 19 Milliarden Umsatz

Der Lebensmittelhandel in der Schweiz hat im vergangenen Jahr mit 18,7 Milliarden Franken den Umsatz gegenüber 1970 nahezu verdoppelt. Das geht aus dem Branchenbericht hervor, den die Schweizerische Bankgesellschaft (SBG) veröffentlicht hat. Im gleichen Zeitraum erhöhte sich die Verkaufsfläche von 1,3 Millionen auf 1,9 Millionen Quadratmeter; die Zahl der Geschäfte ging indessen von 16000 auf 9000 zurück. Waren 1970 noch rund ein Drittel der damals insgesamt 16000 Verkaufsstellen reine Bedienungsläden, so sind es heute weniger als ein Sechstel.

## Die Nähmaschine

Kaum einem anderen Heinzelmännchen bleibt die Hausfrau so lange treu wie ihrer Nähmaschine. Zwanzig, dreissig, ja fünfzig Jahre rattert die elektrisch oder mechanisch betriebene Nadel – wie eine SIH-Umfrage ergab – durch den Stoff. Auf welche Umstände diese oft lebenslängliche Treue zurückgeführt werden kann, ging aus unserer Umfrage nicht hervor. Aber eines ist sicher: Nähmaschinen gehören zu den solidesten Haushaltgeräten. Reparaturen sind selten, die Wartung ist einfach, und der Service kann auf wenige «Behandlungen» beschränkt werden. Eine Übersicht über die vom SIH geprüften Maschinen, ihre Möglichkeiten und Preise ergänzen den Artikel.

Neues aus Altem wird gross geschrieben. Wer hätte gedacht, dass die den Schrank hütenden alten Pfulmenanzüge mit ganz wenigen Eingriffen zu attraktiven Kleidern und Schürzen verwandelt werden können? Unsere Vorschläge sollen all jenen Frauen die Schwellenangst nehmen, die sich an der Nähmaschine nicht oder nur wenig zutrauen.

AUF NUMMER SICHER ist für 4.50 am Kiosk erhältlich. Ist sie dort vergriffen, so kann sie beim Schweizerischen Institut für Hauswirtschaft, Postfach, 8045 Zürich, bezogen werden.



Bei Kinderbrillen muss auf den Faktor Sicherheit grosses Gewicht gelegt werden, denn Kinder sind oft nicht gerade vorsichtig. Die Firma Carl Zeiss (West Germany) hat ein Brillengestell für Kinder entwickelt, das zum Beispiel die scharfen Kanten der Brillengelenke mit hochelastischem Silikon ummantelt. Weitere Merkmale sind: auf die Kopfform von Kindern abgestimmte Sattelstege, elastische, um die Ohren reichende Brillenbügel sowie bruchssichere, hochwertige Brillengläser aus Kunststoff.

(Bild: Carl Zeiss Zürich AG, Zürich)

**hobby**  
**zyt**  
Schweizerische  
Zeitschrift  
für Heimwerker-Bastler

Senden Sie mir eine Probenummer.  
Telefon (01) 910 80 16  
Verlag Börsig AG, 8703 Erlenbach

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_



# Gefahr oder Schutz für den Konsumenten?

**Aufgrund des vor Jahresfrist durch Volk und Stände gefällten Entscheides ist der Bund zur ständigen Überwachung der Preise ermächtigt. Soll diese Befugnis dem Volkswillen gerecht werden, müssen zwei Bedingungen erfüllt sein: Der Gesetzgeber muss den Verfassungsauftrag restriktiv im Sinne einer Ausnahmebestimmung auslegen, und ein Preisüberwacher muss mit Feingefühl und Sachkenntnis zu Werke gehen. Diesen Standpunkt vertritt der Tessiner Nationalrat Dr. Gianfranco Cotti im «bulletin» der Schweizerischen Kreditanstalt.**

Bei der eidgenössischen Abstimmung über die Volksinitiative «Zur Verhinderung von Missbräuchen in der Preisbildung durch marktmächtige Unternehmen» vor Jahresfrist beriefen sich die Initianten auf die Erfolge des früheren populären Preisüberwachers, obwohl sie mit ihrem Begehren eine völlig andere Lösung vortrugen.

## Gefährliche Institutionalisierung

Während der frühere Preisüberwacher nur gelegentlich während Perioden bedeutender Teuerung im Sinne flankierender Massnahmen in die wirtschaftliche und monetäre Entwicklung eingriff, sieht der neue Verfassungsartikel nun die Errichtung eines ständigen Preisüberwachungsbüros vor. Dieses

permanente Eingreifen könnte sich als überflüssig oder gar gefährlich erweisen; es stellt eine ständige Bevormundung der Marktwirtschaft dar. Der Autor erinnert daran, dass Bundesrat und Parlament im Vorfeld zur Volksabstimmung auf diese Tatsachen hingewiesen haben.

## Restriktive Auslegung

Für den Verfasser steht ausser Frage, dass der Volkswille durchgesetzt werden muss. Daher muss der Gesetzgeber die Verfassungsnormen im Rahmen der freien Marktwirtschaft als Ausnahme verstehen und dafür besorgt sein, dass sie so restriktiv wie möglich ausgelegt werden. Aus Respekt vor dem Volkswillen ist es nötig, die Voraussetzungen für das Eingreifen durch den

Preisüberwacher genau zu umschreiben. Die Ausnahme darf nicht zur Regel, das Spiel von Angebot und Nachfrage nicht gestört werden.

## Konsumentenfeindlicher Mechanismus?

Insbesondere gilt zu verhindern, dass Höchst- und somit auch Tiefstpreise zur Regel werden. Der von einer freien Konkurrenz ausgehende Preisregulierungseffekt wird andernfalls untergraben. Das müsste den Unternehmer entmutigen, nach kostengünstigeren Wegen zu suchen.

## Subtiles Vorgehen

Die Preisüberwachung muss den Konsumenten schützen. Dies ist nur möglich, wenn Schäden am Wirtschaftssystem vermieden werden. Aus diesem Grunde wird ein Preisüberwacher nach Ansicht des Parlamentariers höchst feinfühlig vorgehen und die ihm zur Verfügung stehenden Instrumente flexibel einsetzen müssen. Das Verständnis des Preisüberwachers für Wirtschaftsfragen sowie dessen Bereitschaft, die verschiedenen Möglichkeiten der Einflussnahme auf Wirtschaft und Geldwesen zu koordinieren, dürften letztlich über Erfolg oder Misserfolg des neuen Gesetzes entscheiden. Die Debatte im Parlament wird zeigen, wer sich in welchem Ausmass mit der freien Marktwirtschaft identifiziert.

H. R. Meier

| Sorten                    | Mai | Juni | Juli | August | September | Oktober | November | Dezember | Januar | Februar | März | April |
|---------------------------|-----|------|------|--------|-----------|---------|----------|----------|--------|---------|------|-------|
| <i>Frühe Sorten</i>       |     |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |
| Colmo                     | •   |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |
| Sirtema                   | •   |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |
| Christa                   | •   |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |
| Ostara                    | •   |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |
| <i>Mittelfrühe Sorten</i> |     |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |
| Palma                     |     |      |      |        | •         |         |          |          |        |         |      |       |
| Urgenta                   |     |      |      |        | •         |         |          |          |        |         |      |       |
| Bintje                    |     |      |      |        | •         |         |          |          |        |         |      |       |
| Désirée                   |     |      |      |        | •         |         |          |          |        |         |      |       |
| Stella                    |     |      |      | •      |           |         |          |          |        |         |      |       |
| Nicola                    |     |      |      |        | •         |         |          |          |        |         |      |       |
| <i>Fertigprodukte</i>     |     |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |
|                           |     |      |      |        |           |         |          |          |        |         |      |       |

• Erntebeginn

■ Saison

## Saisonangebot für Kartoffeln

Welche Kartoffeln wann auf den Markt kommen, geht aus dieser Tabelle hervor. Sie stammt aus der Broschüre «Unsere Kartoffeln – Rezepte», die von der Eidgenössischen Alkoholverwaltung, 3000 Bern 9, zum Preis von Fr. 2.– angeboten wird.

**hobby**  
**zyt**  
Schweizerische  
Zeitschrift  
für Heimwerker+ Bastler

Senden Sie mir eine Probenummer.  
Telefon (01) 910 80 16  
Verlag Börsig AG, 8703 Erlenbach

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_



# Treffpunkt für Konsumenten

Eine neue SIH-Publikation

## Elektroherde, Backöfen, Kochmulden

Kochherde werden immer vielseitiger, und immer mehr Haushaltungen sind gewillt, beim Ersetzen ihres ausgedienten Herdes für ein Modell höherer Komfortstufe auch eine höheren Preis zu bezahlen. Damit aber der «Traumherd» wirklich den Wünschen und vor allem den Anforderungen entspricht, muss man das Angebot kennen und über die technischen Raffinessen Bescheid wissen.

Das Schweizerische Institut für Hauswirtschaft SIH hat darum seine Publikation, die sich mit diesen Fragen befasst, überarbeitet und auf den neuesten Stand gebracht. Die Publikation informiert unter anderem über die Backofenarten bzw. deren Beheizung, die unterschiedlichen Ausstattungen des Backraums und die Selbstreinigungssysteme. Zu finden sind auch wichtige Gebrauchseigenschaften wie Aufheizzeit, Schaltgenauigkeit, Schaltdifferenz und Wärmeverlust. Diese Kriterien, die der Konsument gar nicht erkennen kann, beeinflussen den Gebrauchswert eines Backofens wesentlich. Separate Abschnitte sind den Themen «Heissluftöfen», «Mikrowellenherd» und «Glaskeramikplatten» gewidmet. In unserem Beratungsdienst hat sich gezeigt, dass gerade bei diesen

technischen Einrichtungen ein grosses Informationsbedürfnis herrscht.

Die angefügten Tabellen vermitteln übersichtlich die Modellvariationen und technischen Daten (und Ausführungen) aller SIH-geprüften und -empfohlenen Kochherde, bzw. Backöfen und bieten gute Vergleichsmöglichkeiten.

Die Publikation umfasst 28 Seiten, kostet Fr. 7.- und kann beim SIH, 8045 Zürich bestellt werden.

## Auf Nummer Sicher

Fischstäbli sind besser als ihr Ruf. Dies ergab ein Test, den das Schweizerische Institut für Hauswirtschaft im Amt für Veterinärwesen, Bern, durchführen liess. Bei allen geprüften Produkten stimmte der Inhalt mit dem auf der Packung angegebenen Fisch überein. Feinschmecker, die sich nicht mit viereckigem Fisch zufriedengeben, sondern ihn in seiner ursprünglichen Form geniessen möchten, finden im Artikel «Fisch für Fortgeschrittene» wertvolle Hinweise zum saisongerechten Einkauf und zu geeigneten Zubereitungsmöglichkeiten für die einzelnen Sorten.

Es ist kein Vorurteil. Melonen schmeckten früher tatsächlich besser. Genauer gesagt, die Chance, eine gute Melone zu ergattern, war viel grösser als heute, wo man ganze Berge durchwühlen muss, um – vielleicht – eine saftige, süss duftende, gerade «richtige» Frucht zu finden. Seit kurzer Zeit sind in Cavaillon zwei Melonenmaschinen versuchsweise in Betrieb, die die geernteten Früchte auf ihren Zuckergehalt, ihr Gewicht, ihr Äusseres untersuchen. Im Handel erhofft man sich von dieser Erfindung eine ebenso rationelle wie zuverlässige Sortierung. Ein entsprechender Kleber soll die guten Früchte bezeichnen und dem Konsumenten erstklassige Qualität garantieren.

Kurzfassungen neu erstellter Prüfatteste und die Liste der Publikationen bilden einen wesentlichen Teil.

Schweizerisches Institut für Hauswirtschaft, Postfach, 8045 Zürich.



Information für Mamis: Den neuen Hirz-Joghurt-Flan zum Stürzen mit der Dessertsauce gibt es in drei Variationen.

(Foto: Katharina Krauss-Vonow)

Irema AG, 4410 Liestal

## Bewährte Selbstbauküchen

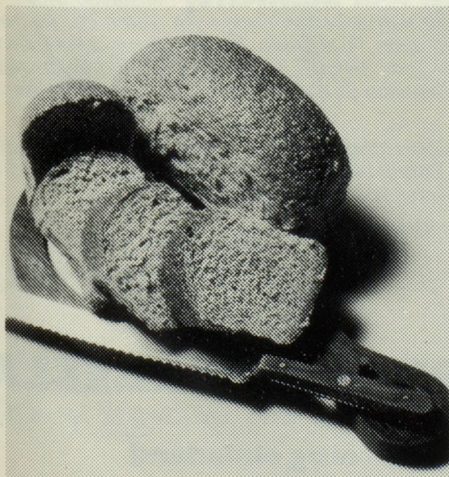
M. Die Irema AG präsentiert die bewährten Selbstbauküchen Schreiber: Neben den bisherigen Typen werden zwei Küchen aus dem neuen Programm mit erweiterter Elementauswahl gezeigt. Der Möglichkeit, auch bei der Kücheneinrichtung Eigenleistungen zu erbringen, kommt immer noch grosse Bedeutung zu.

Die Schreiber Küchen eignen sich ideal für Renovationen. Mit den Schreiber-Elementen können fast alle Küchenwünsche erfüllt werden: von der einfachen Spültischkombination bis zur kompletten Einrichtung mit sämtlichen Einbaugeräten, Frühstückbars usw. Das Angebot der Irema AG schliesst selbstverständlich auch eine eingehende Beratung und individuelle Planung ein.

Nach wie vor besteht eine grosse Nachfrage nach den qualitativ hochwertigen Geschirrwashautomaten, Kühl-Gefrierkombinationen (Food Centers) und Abfallpressen der Weltmarke Hotpoint.

Die Gesundheit beginnt beim Brot: Das neue «plusminus»-Brot hilft dank reichhaltigen Ballaststoffen gegen Verstopfung und reguliert auf natürliche Weise die Darmtätigkeit.

(Foto: Rolf P. Künzi / pr-kfs)





# S'gsundi Bio-Brot per Poscht! s'Möschberg-Brot



Echte Bereicherung für jede Mahlzeit. Aus Bio-Getreide und mit den wertvollen Substanzen, Mineralstoffen, Spurenelementen und Rohfasern des ganzen Kornes. Ohne irgendwelche Zusätze.

## s'Früchte-Brot



Aus biologischem Vollkornmehl, reich an wertvollen Nährstoffen, mit verschiedenen Früchten und Haselnüssen. Die ideale Ergänzung zum Zmorge, zum Znacht oder als Zwischenverpflegung.

hier abtrennen, auf Postkarte kleben und an **BIO-Gemüse AVG, Abt. Brotversand, 3285 Galmiz**, einsenden (Tel. 037/71 42 42)

Ich bestelle  
(Gewünschtes ankreuzen)

### ☐ 1 BIO-Brotpaket

mit zwei 420-g-Möschberg-  
brotten aus Bio-Vollkorn  
zum Paketpreis von Fr. 3.90  
inkl. Porto\*

2x wöchentlich ☐  
1x wöchentlich ☐  
1x alle 14 Tage ☐

Ich bestelle  
(Gewünschtes ankreuzen)

### ☐ 1 BIO-Früchtebrot

von ca. 850 g zum Paketpreis  
von Fr. 5.90 inkl. Porto\*

1x wöchentlich ☐  
1x alle 14 Tage ☐  
1x pro Monat ☐

\* zuzüglich 60 Rp. Kostenanteil an monatliche Faktura

Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

schon  
AVG-Abonnent ja ☐ nein ☐ wenn ja, Kunden-Nr. \_\_\_\_\_

Das Abonnement kann jederzeit geändert oder abbestellt werden!

★★★★★

POSTHOTEL  
VALBELLA



# Ski fahren statt Ski tragen



**Lenzerheide-Valbella**  
Mehr Ferien in den Ferien!

**Weil** Skischuhe nun wirklich keine Wanderschuhe sind, steht im 5-Stern-Familienhotel direkt an der Piste. Sie fahren per Ski zur Skilift-Talstation und per Ski vom Berg wieder ins Hotel. Dort geht's in die Rendez-vous- oder in die Old Dutch Bar; zum Swimmingpool und in die Sauna. Oder ins «Taverna», wo es rund um die Uhr noch etwas Warmes gibt. Und abends, nach Ihrem Sonnentag im stiebenden Schnee...

**Abends, im Kerzenlicht,** bei sanfter Musik, beginnt die Zeit der kulinarischen Ereignisse. Auch die Küche im «Valbella» zeigt es täglich: Fünf Sterne hat der Himmel auf Erden. Im «Bündnerstübli» zum Beispiel, unserem Gourmet-Restaurant, verwöhnen wir verwöhnteste Geniesser, hier servieren wir Speisen aus dem Paradies.

Aber auch die andern Höhepunkte, vom Frühstück über Ski, Langlauf oder Curling und Eislauf bis zum Après-Ski in Bars und Dancing verprechen einen Winter, wie es sich gebührt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihre Miriam und Walter Trösch

**POSTHOTEL VALBELLA**

CH-7077 Valbella-Lenzerheide, Telefon 081/341212, Telex CH-74103

K

**vielseitig einladend**