Zeitschrift: Zentralblatt des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins = Organe centrale de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Herausgeber: Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

Band: 48 (1960)

Heft: 1

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: 09.07.2025

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

R 5929

ZENTRALBLATT

des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins

Organe central de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Motto: Gib dem Dürftigen ein Almosen, du hilfst ihm halb —
Zeige ihm, wie er sich selbst helfen kann, und du hilfst ihm ganz

Bern, 20. Januar 1960 Nachdruck unter Quellenangabe gestattet 48. Jahrgang, Nr. 1

Redaktion: Frau M. Humbert, Gunten, Telefon (033) 7 34 09 (Manuskripte an diese Adresse)
Frau Dr. H. Krneta-Hagenbach, Thunstraße 91, Bern, Telefon (031) 4 96 12
Druck, Abonnemente und Inserate: Buchdruckerei Büchler & Co. AG, «Zentralblatt», Marienstraße 8, Bern 6
Telefon (031) 2 77 33, Postscheck III 286
Jahresabonnement: Mitglieder Fr. 3.50; Nichtmitglieder Fr. 4.50 Erscheint monatlich

Vom Ankerwerfen

Im zu Ende gegangenen Jahr, als im August der Sommer scheinbar seinen Zenit noch nicht überschritten hatte, und kürzlich, als sich den weihnächtlichen Festtagen noch ein Sonntag anschloß, fegte auch über unser Land ungewöhnliches Sturmwetter hinweg. Wenn in der sömmerlichen Entfesselung der Gewalten der Blitz nichts Ungewöhnliches war, so war es anders, als fast am Ende des Jahres noch ein letztes Gewitter aufzuzeichnen war. Urplötzlich war aus dem bewegten See ein aufgepeitschtes Durcheinander geworden. Es war, als spräche auf einmal noch eine andere Stimme mit, der niemand Schweigen gebieten konnte. Die entlaubten Bäume schwangen im aufgezwungenen Rhythmus mit, die Tiere suchten schützenden Unterschlupf, und in den Häusern stöhnte das Gebälk, wie eine leise, verzagte Antwort auf das alles übertönende Rauschen der Wellen. Was durch das Lesen der Berichte und durch die Bilder vielleicht nicht ganz an uns herangekommen war, das ganze graue Erleben der verwüsteten Stadt am Mittelmeer und ihrer lieblich gewesenen Umgebung, wurde plötzlich zu mehr als nur einer Ahnung. Es blieb, wie wenn unerwartet das Schicksal in unser Leben eingreift, der Eindruck, als könnte man plötzlich den Boden unter den Füßen verlieren, auf dem man sich doch so fest verankert fühlte. Ein solches Toben der Natur pflegt in der Regel nicht sehr lange zu dauern, und oft ist es von einer Stille gefolgt, die so vollständig ist, daß man sie zu hören glaubt. Und dann mögen bald wieder die üblichen Wetterverhältnisse einsetzen, denen wir keine besondere Beachtung mehr schenken. Und damit verblaßt meist auch rasch und spurlos das Bild der Auflehnung.

Es soll uns ein solches Geschehen ja auch nicht Zuversicht und unser Planen schmälern. Aber vielleicht stehen wir doch irgendwie fester im täglichen Leben drin, wenn wir die günstigen Voraussetzungen nicht als unabänderlich gegeben annehmen, unsern Anker nicht nur auswerfen, um auf dem Grund des Erworbenen und uns Geschenkten uns zu sichern, sondern wenn wir wissen, daß wir uns vielleicht blitzartig mit ganz andern Verhältnissen und Problemen abzufinden haben. Oft sehen wir erst dann, was wir auch in solchen Momenten nicht verlieren und was es uns bedeuten kann, uns führen zu lassen. M. H.

Aus dem Zentralvorstand

Der Zentralvorstand hielt am 15. Dezember in Olten eine letzte Sitzung im zu Ende gegangenen Jahr ab. Leider konnten ihr zwei Mitglieder wegen Erkrankung nicht beiwohnen.

Frau Prof. Wildberger-Kägi, Zürich, die uns durch Jahre hindurch ihre wertvolle Mitarbeit in der Adoptivkinderkommission zur Verfügung gestellt hatte, wünschte von dieser Aufgabe entlastet zu werden. Die gemeinnützigen Frauen sind ihr für ihre Mitwirkung bei dieser Aufgabe zu Dank verpflichtet. Der durch die Durchführung des Wochenendes für Adoptiveltern in Boldern entstandene ungedeckte Betrag von Fr. 400.75 wird zu Lasten des Spezialfonds für neue Aufgaben übernommen. Die Angelegenheiten der Gartenbauschule, durchwegs erfreulicher Natur, erforderten verschiedene Beschlüsse und Gutheißungen. Der Gartenbauschule sind durch die gemeinnützigen Frauenvereine des Kantons Thurgau sehr schöne Tischbestecke geschenkt worden – bisher brachte noch jede Schülerin ihr eigenes mit, was das Tischdecken nicht besonders erleichterte! Die Ehrung der langjährigen Mitarbeiterinnen und die Ankunft der vielbesprochenen neuen Betten fanden auch in der Sitzung ihren Niederschlag.

Aus unserm Fonds «Aktion Bergbevölkerung» konnte den bündnerischen Sektionen wieder ein Betrag von Fr. 1000 für Kurswesen zugesprochen werden. Dem «Zentralblatt» sind aus dem für die Frauenpresse reservierten Teil des Saffaergebnisses Fr. 1500 überwiesen worden, was mit Dank zur Kenntnis genommen wird. Unsere frühere Vizepräsidentin, Frau R. Seeger, wird den Schweiz. Gemeinnützigen Frauenverein in der Studienkommission Saffa 2 für staatsbürgerliche Aufgaben vertreten. Der Mitbericht unseres Vereins zu den Maßnahmen zur Verbesserung der Betriebsgrundlagen in der Landwirtschaft bildete ein weiteres Traktandum. Und schon beschäftigte uns wieder die Jahresversammlung des kommenden Jahres: Wegen Saalumbaus sind unvorhergesehene Schwierigkeiten aufgetaucht, die es noch zu meistern gilt.

Bericht über Tätigkeit in verschiedenen Kommissionen und Stellungnahme der gemeinnützigen Frauen zu den dort aufgeworfenen Problemen beanspruchten einen guten Teil des mit Arbeit reichlich ausgefüllten Tages. Dabei kam die dringende und auch im Interesse des Haushaltbudgets liegende Verwendung des Rapsöls (vergleiche Novembernummer des «Zentralblattes») noch einmal zur Sprache. M. H.

Voranzeige

Der Zentralvorstand freut sich, daß die Sektion Olten die diesjährige Jahresversammlung durchführen will. Sie ist auf 17./18. Mai 1960 angesetzt worden.

Mitteilungen der Sektionen

Sektion Bern. Donnerstag, den 4. Februar 1960, 20 Uhr im Berta-Trüssel-Haus, Fischerweg 3, möchten wir die längst in Aussicht genommene Diskussion über das Frauenstimmrecht durchführen. Wir bitten unsere Frauen, zahlreich zu erscheinen und sich recht lebhaft und ungezwungen an der Aussprache zu beteiligen. *Der Vorstand*

Zusammenarbeit zwischen der Fürsorgerin und der gemeinnützig Tätigen

Ein weiterer Beitrag

Zusmmenarbeit zwischen Jugendsekretariaten und Frauenvereinen im Kanton Zürich

Anita Kasper – Diplomarbeit an der Schule für soziale Arbeit, Zürich – März 1959

Das Thema befaßt sich mit der Frage der freiwilligen Helfer in der Sozialarbeit allgemein; sodann wird eine spezielle Art von freiwilliger Hilfstätigkeit herausgegriffen, nämlich die der Frauenvereine, und in Zusammenhang mit der beruflichen Fürsorge gebracht.

Die theoretische Auseinandersetzung mit diesem Thema wie auch die persönliche Befragung von Jugendsekretären, Fürsorgerinnen und Frauenvereinspräsidentinnen haben folgendes gezeigt:

1. Das Zusammenwirken der Jugendsekretariate und Frauenvereine (mit welchen eine mehr oder weniger große Anzahl von freiwilligen Helfern zu einer Organisation zusammengeschlossen sind) bietet für die Sozialarbeit im allgemeinen, für Jugendsekretariate und Frauenvereine und nicht zuletzt für den hilfsbedürftigen Menschen selbst wertvolle Vorteile, ja die Zusammenarbeit wird in vielen Fällen als notwendig und unerläßlich erachtet.

2. Damit zwischen der beruflichen Fürsorge und Frauenvereinen eine Zusammenarbeit so angebahnt, aufgebaut und ausgebaut werden kann, daß sie sich für beide Teile positiv auswirkt und ihrem wirklichen Zweck dient, müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein (zum Beispiel gegenseitige Anerkennung, gegenseitiges Interesse und Verständnis, Initiative usw.).

3. Verschiedene Beispiele aus der Praxis zeigen, wo in der Einzelfallhilfe (Betreuung von Einzelnen und Familien) wie auch in der generellen Hilfe (zum Beispiel Mütterberatung, Elternschule usw.) zusammengearbeitet wird, welche Aufgaben gemeinsam ausgeführt oder von den Jugendsekretariaten an Frauenvereine zur Durchführung übertragen werden. – Gleichzeitig geben diese Beispiele auch Aufschluß darüber, wie die Zusammenarbeit gestaltet werden kann (zum Beispiel Kontaktnahme der Jugendsekretariate mit Frauenvereinen, Einführung in die Arbeit, Abgrenzung der Verantwortung und Kompetenzen, Fragen zum Berufsgeheimnis usw.).

Die Untersuchung respektive die Befragung der Jugendsekretariate im Kanton Zürich ergab, daß zwischen diesen Fürsorgestellen und Frauenvereinen im allgemeinen wenig Zusammenarbeit besteht. Es gibt vereinzelte Jugendsekretariate, die Frauenvereine regelmäßig zur Mitarbeit heranziehen, sie bilden jedoch die Ausnahme.

Die Erfahrungen, die in der bestehenden Zusammenarbeit gemacht werden, sind durchwegs gut.

Die Tatsache, daß Jugendsekretariate und Frauenvereine, gesamthaft betrachtet, wenig und selten zusammenarbeiten, gab Anlaß, nach den Gründen zu forschen. In einem besondern Kapitel werden verschiedene Begründungen, Bedenken und Einwände gegen ein Zusammenwirken zusammengefaßt dargestellt und ausgewertet.

Alle Jugendsekretariate im Kanton Zürich sowie die befragten Frauenvereine sind indessen der Auffassung, daß einer Zusammenarbeit *vermehrte Beachtung* geschenkt werden sollte und es sich lohnen würde, diese Frage ernsthaft zu überprüfen und aufzugreifen. Die Initiative sollte von der beruflichen Fürsorge ausgehen; die Zusammenarbeit mit freiwilligen Helfern respektive Frauenvereinen muß aus ihrer praktischen Tätigkeit herauswachsen und den Bedürfnissen und Verhältnissen entsprechend gestaltet werden.

Wichtig ist, daß der eigentliche Sinn eines solchen Zusammenwirkens anerkannt wird: einerseits der sozialen Arbeit brachliegende Kräfte nutzbar zu machen und anderseits die fürsorgerische Hilfe durch gemeinsames Schaffen auszubauen.

Diplomarbeit an der Schule für soziale Arbeit, Zürich. Ausleihe durch die Bibliothek des Zentralsekretariats der Pro Juventute.

Gemeindestubenarbeit

Ein weiterer Beitrag

Die Gäste sind bei uns daheim

Aus der Gemeindestube in Langnau i. E.

Wir können uns zwar mit keinen Tanzabenden für Jugendliche brüsten – dazu müßte für unser Lokal erst ein neuer Tanz erfunden werden, bei dem die einen auf den Köpfen der andern walzern würden –, ebensowenig können wir von Altersnachmittagen erzählen, weil auch da zum Gemütlichsein zuwenig Platz vorhanden wäre. Aber *einen* Vorteil bietet doch die Enge und Kleinheit unseres Betriebes: es fühlt sich kein Gast verloren bei uns! Vielleicht bringt es auch gerade das nicht mehr ganz einwandfreie Aussehen unseres Restaurants mit sich, daß man spürt: hier wird gelebt und gewohnt! Es ist kein moderner, auf Hochglanz polierter Erfrischungsraum, in dem man schnell einen Trunk stürzt und dann wieder geht. Nein, es ist eine Wohnstube, in der tatsächlich seit einer Reihe von Jahren viele Menschen zu Hause sind.

Daß gerade in einem solchen Betrieb die persönliche Wesensart der Leiterin und der Mitarbeiterinnen ganz besonders wichtig ist, springt in die Augen, denn hier ist der Gast keine Nummer, sondern ein Mensch mit Sorgen und Nöten, der Teilnahme sucht.

Es kann zum Beispiel vorkommen, daß ein neu zugezogener Gast Mühe hat, in der andern Umgebung seines Arbeitsplatzes Fuß zu fassen, und auch beim Essen im allgemeinen Mittagshochbetrieb kann er nicht gleich Kontakt finden. Eine warmherzige Leiterin (welch ein Glück, daß wir sie besitzen!) spürt das schnell heraus, und mit Geschick weiß sie es zu fügen, daß es im Betrieb irgend etwas zu tun gibt, das diesem Gast entspricht, eine kleine Hilfeleistung, eine Schreibarbeit, die er mit Freuden ausführt, weil er dadurch aus seiner Anonymität heraustritt und sich angesprochen fühlt.

Dann wieder kommt es vor, daß ein alter Mann, der seine Lebensgefährtin verloren hat, bei uns ein neues Heim sucht. Auch da braucht es Verständnis und Einfühlungsvermögen. Dieser Gast wird ins «Stübli» placiert, wo der große Mittagsansturm nicht so fühlbar ist und wo eine langjährige Mitarbeiterin wie eine Mutter

für ihre «Tischete» sorgt. Bald spürt sie auch bei diesem heraus, wie er seine abendliche Rösti am liebsten ißt, und kann in der Küche einen entsprechenden Wink geben. Auch das ist wiederum das Schöne an einem kleineren Betrieb, daß man bis zu einem gewissen Grad auf solche kleine Wünsche eingehen kann. Und wie wenig braucht es oft, um einem Gast das Gefühl zu geben: hier ist's mir wohl!

Wenn wir auch schon seit Jahren von einem größeren und schöneren Betrieb träumen und ihn einmal zu verwirklichen hoffen, so wünschen wir uns doch, daß es uns gelingen möge, zu gegebener Zeit auch den guten und wärmenden Geist zu «zügeln», der unsern bescheidenen Betrieb heute auszeichnet. *D.Z.-J.*

«Tradition» – im schlimmen Sinn

«Als Bündnerin, die im Bergland aufgewachsen ist, muß ich aus eigener Erfahrung leider bestätigen, daß es in Sachen Säuglingspflege und Kinderernährung gerade in den abgelegenen Berggemeinden heute noch vielfach hapert. Nicht etwa, daß es am guten Willen der betreffenden Mütter fehlt, wohl aber am Wissen und Können um die Dinge, die notwendig sind. Von Generation auf Generation hat sich die alte „Tradition" überliefert: So haben es schon die Eltern und Großeltern gemacht – so wird es drum wohl richtig sein! Man hat nichts hinzugelernt, obwohl man in mancher Familie einsehen mußte, daß die Kinder nicht richtig gediehen und allen Krankheiten unterworfen waren. Selbst die gute Bergluft und die Höhensonne vermögen eben nicht in allen Fällen gutzumachen, was in der Ernährung gesündigt wird.»

Es gibt zu denken, wenn eine erfahrene Fürsorgerin so schreibt. Im Unterland ist es fast selbstverständlich, daß eine junge Mutter ihrem Kind alle Sorge angedeihen läßt, wohl schon vor der Geburt einen Säuglingspflegekurs besucht, sich regelmäßig in der Mütterberatungsstelle einstellt, um das Gedeihen ihres Kleinen kontrollieren zu lassen, vielleicht gar beinahe selbstvertändlich den Kinderarzt als Mitverantwortlichen hat, auch wenn dem Kind nichts fehlt.

Ganz anders im schweizerischen Bergland, zumal in den entlegenen Dörfern, Weilern oder Einzelhöfen, von denen es eine halbe oder auch ganze Tagreise bis zum nächsten Arzt ist. Wen seine berufliche Tätigkeit immer wieder in diese Abseitssiedlungen führt, der erschrickt manchmal über den Aberglauben, der gerade hinsichtlich der Betreuung der Allerkleinsten weit herum grassiert: Man hört auf den «erfahrenen Rat» irgendeiner wohlmeinenden, aber mit keinerlei wirklicher Sachkenntnis belasteten «Bäsigotte», versucht dies und jenes und wundert sich dann, wenn es immer schlimmer wird.

In dieser Hinsicht spricht der Tätigkeitsbericht einer Walliser Säuglingsfürsorgeschwester deutlich: «Leider fehlt vielen Müttern die Erkenntnis, daß heute wie ehedem für das Wohlergehen des Säuglings das Stillen von allergrößter Wichtigkeit ist. Die Muttermilch ist und bleibt seine naturgemäße und darum beste Nahrung und kann durch keine noch so teure Büchsenmilch vollkommen ersetzt werden. Schwere Ernährungsstörungen und Hautausschläge treten bei uns speziell durch die unzeitgemäße Verabreichung des sog. „gerösteten Kochs" auf, der heute immer noch sehr beliebt ist: Wird der Buttermehlschoppen – wie dieses geröstete Mehlgericht in der Ernährungslehre genannt wird – ständig verabreicht, so ist eine Überfütterung und die vermehrte Anfälligkeit für Rachitis die sichere Folge.»

Aber – was soll man denn tun, um die Verhältnisse in den Berggebieten zu bessern? Der Stiftung «Pro Juventute», Abteilung «Mutter und Kind», stehen hier noch bedeutende Aufgaben bevor; je und je aber hat die «Schweizer Berghilfe», welche in diesen Wochen wieder ihre alljährliche Sammlung durchführt, namhafte Mittel für die Finanzierung zahlreicher Säuglingspflegekurse in den Berggemeinden, aber nicht minder für die Anstellung erfahrener Säuglingsfürsorgerinnen für entlegene Bergbezirke und Alpentäler zur Verfügung gestellt. Die Mitverantwortung der «Schweizer Berghilfe» für die Kleinen und Allerkleinsten geht noch weiter: Neuerdings wurden nicht nur in zentral gelegenen Orten eigentliche Mütterberatungsstellen eingerichtet, sondern auch Möglichkeiten geschaffen, daß sowohl Hebammen wie Säuglingspflegerinnen und Fürsorgerinnen bei Notfällen rasch zur Stelle sind und den weitläufigen Amtsbezirken zum Trotz viel in ihren strengen Arbeitstag hineinbringen: Immer mehr muß die Motorisierung kommen – so hat die «Berghilfe» schon zahlreiche offene und Kabinenroller, doch auch Kleinautos anschaffen helfen in der Erkenntnis, daß schnelle Hilfe oft ein Leben retten kann.

So ist denn das Arbeitsgebiet der «Schweizer Berghilfe» heute außerordentlich weitgespannt: Es reicht von der Mitwirkung beim Bau von Wildbachsperren und Lawinenmauern, von Wasser- und Stromversorgungen, Alpsträßchen und Transportseilbahnen bis zu Selbstversorgerkursen für Jungbergler und Haushalt-, Näh- und Flick-, Kranken- und Säuglingspflegekursen für Töchter und junge Mütter. Und es ist auch der «Berghilfe» eine Genugtuung, wenn sie aus dem Bericht einer Fürsorge-

schwester lesen darf: «Das Interesse an der Mütterberatung steigt von Jahr zu Jahr. Viele junge Mütter sind durch diese von der Angst befreit, in welcher sie Unwissenheit und Unsicherheit gefangen hielt, und können sich jetzt an ihrem Kindlein ganz und von Herzen freuen.» Läßt sich für eine Mutter ein größerer Gewinn denken? *yz*

Schweizer Berghilfe-Sammlung 1960: Postscheck VIII 32 443, Zürich.

Jahresbericht des Thurgauischen Gemeinnützigen Frauenvereins

abgegeben an der Jahresversammlung vom 5. November 1959 im Rathaussaal in Bischofszell

Ein Problem hat vor allem unser Thurgauervolk im Verlaufe des Vereinsjahres beschäftigt: die *Erweiterung und Neugestaltung unserer kantonalen Spitäler*. Da diese Frage eng mit unserem täglichen Leben und unserer gemeinnützigen Arbeit zusammenhängt, haben auch wir uns eingehend mit der Problemstellung beschäftigt.

Wir folgten gerne der Einladung zur Besichtigung beider Spitäler und verschafften uns durch eigene Anschauung ein Urteil über das Bestehende, das Wünschbare und vor allem das dringend Notwendige. An einer großen Versammlung der interessierten Frauenverbände wurde uns durch den zuständigen Regierungsrat Schümperli das Bauprojekt erläutert.

In den Kreisen der stimmfähigen Männer wie auch in unsern sind die Meinungen über die Zweckmäßigkeit der Vorlage auseinandergegangen. Der erforderliche Kredit von 32 Millionen wurde bei der Abstimmung abgelehnt, und die Sanierung unserer Krankenanstalten ist damit erneut in die Ferne gerückt, was uns Frauen bedrückt.

Wir wissen vom Platzmangel in beiden Spitälern, von den überfüllten Krankensälen mit 10 und 12 Betten, von den mangelnden Untersuchungszimmern, fehlenden Aufenthaltsräumen für Patienten, Ärzte und Schwestern, von den primitiven Schlafzimmern des Pflegepersonals. Baufällig sind vor allem der Operationssaal in Münsterlingen und die Wäscherei in Frauenfeld.

Was uns dankbar stimmte, war das hohe Arbeitsethos in beiden Krankenanstalten. Ärzte, Schwestern und Hilfspersonal halten aus in diesen unerfreulichen, unzulänglichen Arbeitsverhältnissen trotz den verlockenden Bedingungen in andern Spitälern, dem Mangel an qualifiziertem Personal, welcher einen Wechsel leicht machen würde. Sie stellen den Dienst am Kranken voran, und eine vorbildliche Arbeitsgemeinschaft läßt sie manches in Kauf nehmen.

Auch das kantonale Kranken- und Greisenasyl genügt unserer heutigen Auffassung über die Unterbringung von Pflegebedürftigen und Betagten nicht. Es ist ein dringendes Gebot der Stunde, alte Pfleglinge von Debilen und Unreinen zu trennen.

In der Heil- und Pflegeanstalt fehlt eine Beobachtungsstation für Kinder und eine Abteilung mit Einer- und Zweierzimmern für Patienten, die vorübergehend einer psychotherapeutischen Behandlung bedürfen. Die Verwirklichung aller dieser notwendigen Verbesserungen muß uns gemeinnützigen Frauen ein drängendes Anliegen bleiben.

Die *große Obsternte 1958* und die alkoholfreie Verwertung derselben machte unserem Volkswirtschaftsdepartement Sorge. Die Eidgenössische Alkoholverwaltung, in Verbindung mit der Schweizerischen Propagandazentrale für landwirtschaftliche Produkte, suchte unsere Mitarbeit zur Aufklärung über Obstsäfte und Konzentrat. Wir gingen diesen Dienststellen bei der Organisation von regionalen Hausfrauentagungen an die Hand. In Arbon, Frauenfeld, Kreuzlingen und Romanshorn wurden sie bereits mit Erfolg durchgeführt. Amriswil, Steckborn und Weinfelden sollen folgen. Ergänzend führten verschiedene Sektionen Betriebsbesichtigungen von Mostereien durch. Es ist sicher richtig, daß unsere Frauen in Mostindien wissen, wie die Früchte unserer reichen Baumbestände zum vollwertigen Getränk verarbeitet werden. Bei dieser Gelegenheit gab sich vielleicht auch manche Betriebsleitung Rechenschaft darüber, welch wichtige Rolle der Hausfrau für einen vermehrten Absatz ihrer Produkte zukommt.

Eine Besichtigung anderer Art erlebten wir mit unserem Besuch im neugegründeten, altehrwürdigen *Erholungs- und Altersheim Stettfurt*. Wir durften in diesem weiten Hause mit dem wertvollen Hausrat früherer Zeiten im Frühling die Präsidentinnenzusammenkunft durchführen. Wir waren dabei Gäste der Bachmannschen Stiftung und wurden durch den Präsidenten der Thurgauischen Gemeinnützigen Gesellschaft durch das renovierte Haus geführt. Das Ganze war ein beglückendes Erlebnis, das wir dankbar unter den diesjährigen Erinnerungen festhalten.

Dieser Rückblick ins Althergebrachte, im letzten Jahrhundert Verwurzelte ergab den Auftakt zur herbstlichen Präsidentinnenzusammenkunft, die wir unter das Thema «Altersfürsorge» stellten. Eine erste Anzahl Präsidentinnen berichtete, was allgemein in ihren Gemeinden für die alternde Generation vorgekehrt wird, und wir konnten dabei viele Anregungen schöpfen. Wir werden uns nach dem Gehörten vermehrt bemühen, den Alten und Älteren unserer Umgebung nicht Wohltaten zu erweisen, sondern sie in unsern Lebenskreis einzubeziehen. Altersfürsorge muß behutsam und mit Ehrfurcht angegangen werden.

Als willkommene *Heimarbeit für unsere bedürftigen Frauen* erhielten wir dieses Jahr von der Kriegstechnischen Abteilung 300 Paar Militärsocken zum Stricken. Wir konnten die Arbeit unter 11 Sektionen mit 40 Frauen und einem invaliden Mann verteilen. Die durchschnittliche Lohnsumme pro Heimarbeiterin betrug Fr. 30.45. Die ältesten Strickerinnen zählen 82, 81 und 80 Jahre. So ist es begreiflich, daß bei der knappen Wollzuteilung unsere Fraueli nicht überall auf die vorgeschriebene Sockenzahl kamen. Wir konnten schlußendlich nur 290 Paar abliefern, aber alle so schön gestrickt, daß sie dem thurgauischen Handarbeitsunterricht der letzten 70 Jahre das beste Zeugnis ausstellen.

Wir erhielten von der *Schweizerischen Muttertagsvereinigung* auf Veranlassung unserer Zentralpräsidentin *Fr. 600.—* mit der Auflage, dieses Geld für Ferienbeiträge an überlastete, bedürftige Mütter zu verwenden. Unsere Sektionen haben somit das Recht, sich in geeigneten Fällen für einen Beitrag von maximal Fr. 100.— zu verwenden. Da dieses Jahr die Bundesfeierspende für notleidende Mütter beansprucht werden kann, ist dieses Spezialkässeli vorläufig noch nicht verbraucht worden. Dem kleinen Plakat zum Muttertag, aus dessen Ertrag uns die Spende zukam, werden wir künftig viel verständnisvoller begegnen.

Auf Veranlassung von Frau Dr. Labhart, Mitglied der Heimkommission *Sonnenhalde, Waldstatt,* bemühten wir uns, dem großen Mangel an Leintüchern und Windeln im Erholungsheim für Mutter und Kind abzuhelfen. Dank dem Zusammenstehen aller unserer Sektionen konnten wir den Wäscheschrank mit je zwei Dutzend doppelfädiger Leintücher auffüllen, die Oberleintücher mit schönen weißen Webborten und einem großen maschinengestickten Namen verschönt. Die jüngsten Gäste erhielten drei Dutzend Barchent- und fünf Dutzend Gazewindeln.

Der letzte Monat des Vereinsjahres brachte die *Pulloverspende* und *Wolldeckensammlung des SRK* für algerische Flüchtlinge in Marokko und Tunesien. In unsern Kreisen wurde dafür fleißig gearbeitet.

Die *Jahresversammlung des SGF* bedeutet immer zwei Freudentage. Sie schenken ein Ausrichten auf das Wesentliche, sowohl im persönlichen Leben wie in der Gemeinschaft, ein starkes Zusammengehörigkeitsgefühl Gleichgesinnter, verstärktes Verantwortungsbewußtsein für unsere Heimat. Dieses Jahr trafen wir uns mit den «Gemeinnützigen» anderer Kantone im gastlichen Luzern. Wir hörten den Rechenschaftsbericht unserer Zentralpräsidentin, Frau Humbert, und von den Werken unseres Gesamtvereins. Herr Dr. Studer, Thun, sprach «Über die Heiterkeit des Menschen», und als Abschluß folgte bei herrlichem Wetter eine Fahrt per Schiff und Seilbahn auf den Bürgenstock.

Für uns Thurgauerinnen hatte die JV allerdings einen wehmütigen Beiklang. Frau Dr. *Seeger*, Vizepräsidentin des Zentralvorstandes, trat aus Gesundheitsrücksichten zurück. Zehn Jahre setzte sie sich mit ihren reichen Gaben für das Wohl des Gesamtvereins ein. Mit ihrem heitern, verbindlichen Wesen war sie in den Kommissionen eine gerngesehene Vertreterin. Trotz der Beanspruchung im Zentralvorstand pflegte Frau Seeger einen engen Kontakt mit dem Frauenverein ihrer Gemeinde Weinfelden und unserer kantonalen Vereinigung. Dadurch fühlten wir uns stets mit der Arbeit des SGF besonders verbunden. – Frau Seeger war auch der jetzigen Kantonalpräsidentin eine stets bereite, kluge Ratgeberin.

Um unserer Frau Seeger die Rückkehr in den Thurgau zu erleichtern, übergaben wir ihr am Abend in Luzern einen Blumenstrauß mit einem Gedicht im währschaften Thurgauerdialekt. Vortragende war Frau Wittich, Gottlieben.

Wir hoffen zuversichtlich, daß die Heimgekehrte uns nicht nur ihre reiche Erfahrung weiterhin zur Verfügung stelle, sondern daß wir auch auf eine vermehrte Mitarbeit und Mitsprache in unsern kantonalen Angelegenheiten zählen dürfen.

An der *Jahresversammlung des Thurgauischen Gemeinnützigen Frauenvereins* hörten wir Herrn Oberst Huber, Frauenfeld, den Leiter der Abteilung «Heer und Haus», über «*Geistige Landesverteidigung*» sprechen. Wir Frauen verlieren nur allzu gerne ob unseren kleinen Sorgen und Aufgaben in der Gemeinde den Blick für die großen Zusammenhänge, und so tat es gut, in so klarer, eindeutiger Art über die ständige Bedrohung unserer Freiheit durch den Kommunismus unterrichtet zu werden. Nur wer die Gefahr sieht, kann ihr begegnen. Vorher machten wir die Teilnehmerinnen an unserer JV auf die segensreiche Neugründung einer heilpädagogischen Hilfsschule in Romanshorn aufmerksam. Einerseits, um dem Werk neue Freunde zuzuführen, anderseits, um auf die neugeschaffene Möglichkeit hinzuweisen, entwicklungsgehemmten Kindern, die dem Unterricht der Volksschule nicht folgen können, eine

angepaßte Ausbildung zu geben und gleichzeitig das Elternhaus zu entlasten. Die übliche Sammlung unserer JV galt den finanziellen Sorgen der Heilpädagogischen Hilfsschule Romanshorn und ergab Fr. 230.—.

Die Anerkennung der Zusammenarbeit unter unsern kantonalen Spitzenorganisationen kommt immer wieder bei besonderen Anlässen zum Ausdruck. Wir sind dankbar über die erfreuliche Zusammenarbeit mit dem Bund thurgauischer Frauenvereine. Dann waren wir wiederum zur Bäuerinnentagung geladen und durften am Hausfest der Frauenkommission des landwirtschaftlichen Kantonalverbandes zum fünfundzwanzigjährigen Bestehen teilnehmen. Darüber hinaus war Ihre Präsidentin ein geehrter Gast an der JV des Gemeinnützigen Frauenvereines der Stadt Zürich.

Die Thurgauische Gemeinnützige Gesellschaft wählte in der Person der Berichterstatterin zum erstenmal eine Frau in den Stiftungsrat der Thurgauisch-Schaffhauserischen Heilstätte.

In unsern Sektionen verzeichnen wir einen Präsidentinnenwechsel im Frauenverein Güttingen. Frau Paula Wattinger ist an die Stelle von Frau Emilie Menzi getreten. In Berg wird der Frauenverein von Frau Schalch-Linder, Mauren, geleitet, bis eine neue Präsidentin gefunden ist.

Allen Mitarbeiterinnen im Vorstand und in den Sektionen möchte ich auch dieses Jahr Dank sagen für ihr Mitgehen und ihre ständige Bereitschaft. Ein starkes Zusammengehörigkeitsgefühl verbindet uns «Gemeinnützige» untereinander. Dieses macht uns offen und einsatzbereit für unsere Arbeit. Dankbar nehmen wir auch stets Anregungen und Wegleitung unseres Zentralvorstandes entgegen.

Das Zentralblatt ist uns ebenfalls ein wertvoller Helfer nicht nur in der Gemeinnützigkeit, sondern auch im persönlichen, täglichen Leben. *S. Sch.*

Zum Hinschied von Frau J. Regez-Ziegler

gew. Präsidentin des Gemeinnützigen Frauenvereins Spiez

Seit dem Heimgang ihres Gatten, des der ältern Generation wohlvertrauten hochgeschätzten Spiezer Arztes Dr. Regez, der am 19. Mai 1952 im Alter von etwas über achtzig Jahren von uns schied, ist es um die Witwe immer stiller geworden. Im häuslichen Kreise zwar strahlte sie bis zuletzt ihre Güte und einen sehr gepflegten Geist aus. Sie war Urgroßmutter geworden und durfte als Ahne Generationen überblicken und betreuen. Am letzten Dienstagabend ist sie nach kurzer Krankheit im Alter von 80 Jahren sanft in die Ewigkeit hinüber geschlummert.

Als geistig vornehme Arztfrau im Doktorhaus in der Bachlen lernten wir sie kennen und schätzen. Sie half ihrem Gatten, soweit es möglich war, in der Sprechstunde und beim Rüsten der Medikamente, still trug sie die Sorgen mit, hier tröstend, dort mit feinem Sinn Zuversicht und Mut spendend. Der Familie bot sie ein ruhiges, schönes Heim, in dem der abgehetzte Arzt sich erholen und neue Kräfte sammeln konnte. Es wurde bei Dr. Regez viel musiziert. Man kannte damals die Plattenmusik noch nicht und mußte selber musizieren. Frau Dr. Regez spielte sehr gut Klavier; sie galt als ausgezeichnete Mozart-Interpretin und Spielerin. Gelegentlich lud die Familie musikalische Freunde zu Gast und veranstaltete anregende, genußreiche Musikabende.

So hörten wir während des Ersten Weltkrieges berühmte Geiger im Arzthaus spielen, wie die Musikprofessoren Studer aus Budapest und Frohwein aus Amsterdam.

In ihrem elterlichen Pfarrhaus in Burgdorf bekam Frau Dr. Regez das Dienen in der Öffentlichkeit ins Blut. Durch 5 Generationen hindurch waren ihre Vorväter Pfarrherren und Seelsorger. So ist es nicht verwunderlich, wenn die Pfarrerstochter angehalten und erzogen wurde, andern zur Verfügung zu stehen. So leitete sie hier während dreier Jahrzehnte den Gemeinnützigen Frauenverein und bald nach der Gründung auch die Gemeindestube, war sie Präsidentin des Frauenkomitees der Heilstätte Heiligenschwendi, deren Gründung seinerzeit von ihrem Vater angeregt wurde. Während vieler Jahre war sie als erste Frau Mitglied des Kirchgemeinderates. Sie diente der Öffentlichkeit bis ins hohe Alter hinein. In jungen Jahren stellte sie sich auch unsern musikalischen Vereinen zur Verfügung, indem sie bei Frauenchorkonzerten Klavierbegleitungen übernahm; unvergeßlich bleibt uns auch ihre Mitwirkung bei der Aufführung von Schillers «Lied von der Glocke» in der Kirche (1920). Ein reiches Leben hat nun seinen Abschluß gefunden. Wir werden das Andenken an die bedeutende Frau mit Liebe pflegen. *wk*

(Mit freundlicher Erlaubnis nachgedruckt aus «Berner Oberländer Volkszeitung, Spiez» vom 20. November 1959)

Wenn man hundert Jahre alt wird

Von Dr. A. L. Vischer, Basel

Wenn ein Mensch seinen hundertsten Geburtstag feiert, so erweckt das immer bei seinen Zeitgenossen großes Interesse. Jeder Hundertjährige ist ein Beispiel menschlicher Höchstlebigkeit. Nur wenige erreichen ein so hohes Alter. Einsam stehen diese Hundertjährigen da. Ihre Altersgenossen sind alle dahingegangen; sie haben allein den gesundheitlichen Anfechtungen standgehalten und leben weiter, mit alten Wettertannen an der obersten Waldgrenze vergleichbar, die allen Unbilden der Witterung trotzen. Warum erregen diese Höchstlebigen unser besonderes Interesse und unsere Aufmerksamkeit? Uneingestanden möchte jeder Mensch lange leben, man möchte alt werden, ohne alt zu sein, das heißt, ohne die Bürde des Alters tragen zu müssen. Von den Menschen, die es auf hundert Jahre gebracht haben, möchte man wissen, was an ihrer Langlebigkeit schuld ist, ob sie eine bestimmte Lebensweise befolgten, ob sie sich auf besondere Art ernährten, welchen Beruf sie hatten, welchen Schicksalen sie während ihres langen Lebens unterworfen waren.

Um hundert Jahre herum liegt die Grenze der Lebensspanne, welche von der Natur dem Menschen zugemessen ist. Jedes Lebewesen hat eine solche ihm bestimmte Lebensspanne. Freilich erreichen nur wenige diese äußerste Grenze; auch heute, wo die Lebenserwartung gegenüber früheren Zeiten sehr stark zugenommen hat, gelten auch für die Langlebigen die Worte des Psalmisten: «Unser Leben währet siebzig Jahre, und wenn es hoch kommt, so sind es achtzig Jahre.» Als langlebig darf man bezeichnen, wer dem hundertsten Geburtstag möglichst nahe kommt. Wir haben hundert Jahre als die von der Natur dem Menschen zugemessene Lebensdauer bezeichnet.

Nun sind lange nicht alle Menschen begabt, das Alter von hundert Jahren zu erreichen. Dazu muß man schon «hochwohlgeboren» sein, das heißt: man muß aus einer gesunden, lebensstarken Familie stammen. Wer Höchstlebige nach ihrer Abstammung und Verwandtschaft befragt, erfährt fast immer, daß es schon unter den Eltern, Großeltern, Onkeln und Tanten solche gab, die hoch in die Jahre kamen. Höchstlebige besitzen eine sehr kräftige Konstitution, die es ihnen erlaubt, sich von Krankheiten zu erholen und über Gesundheitsschädigungen Herr zu werden. Sie sind aber auch vom Schicksal abhängig; denn sie müssen den Risiken vorzeitiger schwerer, unheilbarer Krankheiten und Unfällen entgehen.

Man hat ja gefunden, daß die Lebensdauer in einer gewissen Beziehung steht zum Wachstum. Der große französische Naturforscher Buffon (1707–1788) schrieb: «Die gesamte Lebensdauer kann irgendwie an der Dauer der Wachstumsperiode gemessen werden.» Da die Wachstumsperiode für jede Tiergattung eine bestimmte, ihr durch ihr Wesen gegebene Länge hat, so stellt auch die Lebensdauer eine stabile Größe dar. Wie jede Tiergattung ihre bestimmte Länge und ihre bestimmte eigene Gestalt erreicht, so kann sie auch die Grenzen einer gewissen Lebensdauer nicht überschreiten. Ein anderer französischer Forscher, der Zoologe Flourens (1794–1867), übernahm die Anschauungen Buffons und suchte nach einer genaueren Bestimmung der Wachstumszeit. Er fand, daß die Beendigung des Wachstums durch ein anatomisches Merkmal gekennzeichnet ist, nämlich durch die Vereinigung der Wachstumslinien der langen Röhrenknochen. Diese Vereinigung ist beim Menschen im 20. Lebensjahr vollendet. Nach Flourens beträgt die Lebensdauer ein Fünffaches der Wachstumsperiode. Der Mensch braucht 20 Jahre, bis er ausgewachsen ist; er lebt fünfmal 20, also 100 Jahre. Flourens fand dieses Verhältnis auch bei Tieren bestätigt. Das Pferd wächst 5 Jahre lang, lebt fünfmal 5, wird 25 Jahre alt. Das Kamel wächst 8 Jahre lang, lebt fünfmal 8, also 40 Jahre. Es ist zweifellos, daß in bezug auf die Lebensdauer gewisse Gesetzmäßigkeiten bestehen. Immerhin müssen wir mit Angaben über das Alter der Tiere sehr vorsichtig sein, da wir darüber bis jetzt sehr unvollständig orientiert sind. Das gilt übrigens auch für Angaben über hohes und höchstes Lebensalter. Ein englischer Arzt, Dr. Maurice Ernest, hat sich mit der Langlebigkeit des Menschen und der Tierwelt sehr eingehend befaßt. Er mußte feststellen: «Ich kann in Wahrheit sagen, daß es wohl wenig menschliche Angelegenheiten gibt, die derart durch Ignoranz, Lügenhaftigkeit und bewußten Betrug verdunkelt werden, wie das Problem der Höchstlebigkeit bei Menschen und Tieren.» Es ist auffallend, daß die Kunde über Höchstaltrige und über besonders zahlreiches Vorkommen Hundertjähriger zumeist aus fernen Ländern kommt, in denen es noch viele Analphabeten gibt und wo man es mit den zivilstandsamtlichen Eintragungen noch nicht so ernst nimmt. So tauchte um 1930 ein Zaro Agha auf, angeblich 1774 in Kurdistan geboren, der sich erinnerte, 1799 Napoleon bei der Belagerung von Akka in Syrien gesehen zu haben. 1934 wurde aus Paraná, Brasilien, der Tod des 129jährigen José Pacifico gemeldet; es hieß weiter, er sei aus Gram über den Hinschied seiner ebenfalls 129jährigen Gattin gestorben! 1935 beschloß in Malmesbury, Südafrika, der 118jährige Esac Marman sein Leben. 1938 berichtete die Londoner «Times» über ein Interview ihres Korrespondenten mit Ramonotwane, geboren 1815, als «dem ältesten Mann in Betschuanaland». Lange Zeit stand Bulgarien im Rufe, reich an Hundertjährigen zu

sein. Bei der Volkszählung von 1926 machten 1756 Leute die Angabe, sie seien über 100 Jahre alt. Der bulgarischen Regierung kam diese hohe Zahl doch etwas sonderbar vor, sie setzte eine Kommission ein, die dann Fall für Fall nachprüfte. Das Resultat war, daß nur bei 59 Personen – 38 Frauen und 21 Männer – die Angaben sich als stichhaltig erwiesen.

Wieviel Hundertjährige gibt es in der Schweiz?

Dr. Franz Obrecht suchte 1949 alle in unserem Lande lebenden Hundertjährigen auf, er fand ihrer 12; 10 Frauen und 2 Männer. Hundertjährige hat es immer gegeben: Der französische Dichter La Fontaine (1621–1695) spricht sich in seinem Gedicht «La Mort et le mourant» über die Zahl der Hundertjährigen in Frankreich zu seiner Zeit wie folgt aus:

«Eh! n'as-tu pas cent ans?
Trouve-moi dans Paris
Deux mortels aussi vieux;
Trouve-m'en dix en France.»

(Übersetzung: Ah! du bist nicht hundert Jahre alt? Finde mir in Paris zwei so alte Sterbliche! Finde mir zehn solche in Frankreich!)

Der römische Schriftsteller Plinius der Ältere (23–79 n. Chr.) berichtet, daß Kaiser Vespasian einen Befehl erließ, alle Hundertjährigen zwischen den Apenninen und dem Po zu zählen; dabei seien 127 namhaft gemacht worden, 3 davon gaben sich sogar als 140jährig aus. Hundert Jahre später veröffentlicht der Syrier Lucianus eine Liste von Hundertjährigen, in welcher 27 Könige, 17 Philosophen, 3 Historiker und 4 Schriftsteller figurierten. Ähnliche Kataloge von Hundertjährigen wurden in neuerer Zeit von Francis Bacon (1561–1626) mit 50 Namen und von Albrecht von Haller, dem großen Berner Naturforscher (1708–1777), mit 80 Namen aufgestellt. Bei diesen beiden Aufstellungen handelt es sich meistens um Persönlichkeiten aus dem klassischen Altertum, ohne daß irgendwelche Belege für die Zuverlässigkeit dieser Altersangaben vorgebracht werden. Wir müssen bedenken, daß es genau und gewissenhaft geführte Zivilstandsregister erst seit verhältnismäßig kurzer Zeit gibt. Seither schrumpft die Zahl der Hundertjährigen immer mehr zusammen. Bei einer Volkszählung in Bayern im Jahre 1871 gaben 37 Personen ein Alter von 100 Jahren und darüber an; bei einer genauen Überprüfung zeigte sich, daß die Angaben nur in einem Falle wirklich stimmten; in Wahrheit waren die übrigen meistens nicht einmal 90 Jahre alt, einer erst 61 Jahre! Bei einer Volkszählung in Preußen von 1880 wurden 359 Hundertjährige gezählt, fünf Jahre später, unter einer strengen Kontrolle, waren es noch 91, und 1890 fiel die Zahl auf 72. Der älteste Mann, dessen Lebensalter sicher festgestellt werden konnte, ist der Kanadier Pierre Joubert; er war seines Zeichens Schuhmacher und starb mit 113 Jahren. Man ist bei der Feststellung des Lebensalters ausschließlich auf die urkundliche Bezeugung der Zivilstandsregister angewiesen. Wir kennen keine körperlichen Merkmale, an denen sich das Lebensalter abschätzen ließe, etwa wie die Jahresringe der Bäume. Jedermann weiß auch, daß die Menschen in sehr verschiedener Weise alt werden. Wenn wir eine große Zahl von Menschen miteinander vergleichen, die im gleichen Kalenderalter stehen, nehmen wir an, im

70. Lebensjahr, so treffen wir solche, denen wir ein Alter von 50 bis 60 Jahren geben würden, andere kommen einem vor wie Achtzigjährige. Die medizinische Wissenschaft kennt keinen Alterstest zur Bestimmung des Lebensalters. Vor einigen Monaten las man in den Zeitungen, in Kolumbien, Südamerika, lebe ein Mann, Xavier Pereira, der behauptet, 167 Jahre alt zu sein. Eine Gruppe amerikanischer Altersforscher ließ den Mann auf ihre Kosten im Flugzeug nach Neuyork kommen. Dort wurde er während 10 Tagen im «New York Hospital – Cornell Medical Center» einer genauen Untersuchung unterzogen. Über die angestellten Beobachtungen wird folgendes berichtet: Es handelt sich um einen kräftigen, lebhaften und umsichtigen Mann, der sich erstaunlich gut einer neuen Umgebung anpassen kann. Seine Sehschärfe ist vermindert, immerhin machte ihm das Fernsehen Spaß. Seine Haut ist die eines alten Menschen, aber sie sieht nicht viel anders aus als diejenige manches Siebzigers. An den Händen bestehen gichtige Veränderungen, sonst ist sein Bewegungsapparat in guter Verfassung. Ohne Kurzatmigkeit erklimmt er auf der Treppe zwei Stockwerke. Am Herzen konnten gewisse Schädigungen nachgewiesen werden, aber keine Erkrankungen der Kranzgefäße. Überhaupt ließen sich auffallend geringe Zeichen von Arteriosklerose feststellen. In seiner Heimat ist die Nahrung fleischarm, viel Reis, Knollenfrüchte und Rübenzucker. Pereira erwies sich im Spital als großer Kaffeeliebhaber, der auch dem Genuß von Rum durchaus nicht abgeneigt war. Die Ärzte kamen zum Schluß, daß Pereira zweifellos ein sehr alter Mann ist, daß er vielleicht das 100. Lebensjahr überschritten hat, daß es aber keinen wissenschaftlichen Anhaltspunkt gibt, um das Kalenderalter eines Betagten genau zu fixieren.

Sehr aufschlußreich sind die Beobachtungen, die Dr. J. H. Greeff, ein Stuttgarter Arzt, im Jahre 1930 an 124 Hundertjährigen in Deutschland gemacht hat; er hat alle persönlich besucht. So fand er, daß das weibliche Geschlecht mit 81 gegen 43 Männer stark überwiegt. Von den 81 Frauen waren 80 verheiratet gewesen, von den 43 Männern 41. Die Ehe als begünstigender Faktor der Höchstlebigkeit kann nach diesen Zahlen kaum bestritten werden. Dabei waren die Ehen dieser Hundertjährigen noch überdurchschnittlich fruchtbar. Es kommen auf die weiblichen verheiratet gewesenen Hundertjährigen 5,8 Kinder pro Kopf! Auffällig waren bei den meisten dieser Hundertjährigen Angaben über langlebige Geschwister.

Welche Wahrnehmungen hat nun Dr. Greeff gemacht über die Ernährung und die Lebensgewohnheiten dieser Höchstbetagten? Ganz allgemein gesagt: wenig Außergewöhnliches. Die Verköstigung entsprach meistens den allgemeinen Sitten und Gebräuchen ihrer Heimat. Eine Vorliebe für Fett, auch in Form von Speck, war nicht zu übersehen. Dagegen kein besonderes Verlangen nach süßen Speisen, Mehlspeisen, auch nicht nach Milch. Gemüse wurde gerne genommen, seltener Obst. Recht häufig wurde ein Bedürfnis nach gewürzten und gesalzenen Speisen registriert. Dieses dürfte sich so erklären, daß die Sekretionsverhältnisse der Magenschleimhaut im Alter nachlassen und der Anreizung bedürfen. Es fiel Dr. Greeff auf, daß der Alkoholgenuß bei vielen gar nicht unerheblich war, und er bemerkt dazu: «Erstaunlich, was so ein alter Magen nicht alles bewältigen kann!» Keine der hundertjährigen Frauen war Raucherin, dagegen fand sich unter den 43 hundertjährigen Männern kein einziger ausgesprochener Nichtraucher, vielmehr mehrere starke Raucher.

Besondere Erwähnung verdient das Selbstzeugnis eines Hundertjährigen

Es ist das Buch von Dr. Guéniot, der 1935 mit 103 Jahren in Paris starb. Der Titel des Buches lautet: «Pour vivre cent ans.» Dr. Guéniot verfaßte es in seinem 99. Lebensjahr; als er 102 Jahre alt war, hatte er die Genugtuung, daß er die 3. Auflage persönlich der Medizinischen Akademie in Paris vorlegen konnte. Das Alter des Verfassers macht dieses Buch zu einem Unikum der Weltliteratur; es ist auch ein Beweis für die Möglichkeit einer geistigen Leistung im Höchstalter. Echte, wohlwollende Menschlichkeit, geistige Frische, feine Beobachtung machen die Lektüre zu einem Genuß. Der liebenswürdige französische Arzt legt sich für die Erhaltung des Lebens nicht auf eine Regel oder ein Rezept fest. Ohne vererbte Lebenskraft gibt es für ihn kein langes Leben, was ihn aber nicht hindert, seinen Lesern eine Reihe von Lebensgewohnheiten mitzuteilen, die er für seine Gesundheit sehr nützlich erachtet. Als besonders vorteilhaft hat sich diesem Hundertjährigen die tägliche Atemgymnastik erwiesen. Er ermahnt dazu in origineller Versform:

«C'est que, pour rester fort et reculer sa fin,
Il faut un vrai souci de respirer sans gêne
Avec ampleur, un air bien nourri d'oxygène.»

(Übersetzung: Um rüstig zu bleiben und möglichst lange zu leben, muß man sehr besorgt sein, tief Atem zu schöpfen in sauerstoffreicher Luft.)

Mir selbst war es vergönnt, einen Mann und eine Frau, die es beide auf 102 Jahre brachten, in ihrem letzten Lebensabschnitt zu beobachten. Wenn wir das Gemeinschaftliche dieser beiden Persönlichkeiten hervorheben, so steht an erster Stelle die Tatsache, daß beide durchaus frei waren von irgendwelchen Zeichen eines senilen Schwachsinns. Beide waren geistig angeregte und keineswegs stumpfe Menschen und verfügten über einen reichen Erinnerungsschatz, von dem sie bis zuletzt zehrten. Der Mann war seinem Gemüt nach eher kühl, aber geistig interessiert, und er konnte sich bis zuletzt über gewisse Fragen weltanschaulicher Natur recht ordentlich aufregen. Die Frau dagegen war mit einem feinen, empfindsamen Gemüt ausgestattet; das Los ihrer 75jährigen geistesgestörten Tochter erfüllte sie mit tiefem Kummer. Sie besuchte die Tochter regelmäßig in der Heil- und Pflegeanstalt, aber jeder Besuch erfüllte sie mit Betrübnis. Als die Tochter starb, schwand ihr Lebensinhalt, mit ihrem Lebenswillen war es dahin, und der körperliche Zusammenbruch ließ nicht lange auf sich warten.

Der hundertjährige Wilhelm Meyer, geboren 1841, war immer bereit, aus dem Schatz seiner Erinnerungen auszukramen. Da er ein bewegtes Leben hinter sich hatte, konnte er auch manches Interessante erzählen. Nach seiner Kindheit und Jugend in Basel verbrachte er zehn Jahre meistens in der Fremde. Zuerst arbeitete er in Budapest – er war zu Fuß dorthin gelangt – bei Abraham Ganz, der, aus dem zürcherischen Embrach stammend, nach Ungarn ausgewandert war und dort eine Gießerei gegründet hatte, die sich später zu dem bekannten Großunternehmen Ganz & Co. entwickelte. Von Budapest kehrte er wieder zu Fuß vorübergehend in die Heimat zurück. Der politische Himmel war durch den Neuenburger Handel verdüstert. Preußen drohte, die Schweiz mit Krieg zu überziehen, die eidgenössische Armee war mobilisiert, und General Dufour hatte sein Hauptquartier in Basel aufgeschlagen. Wilhelm

Meyer war dabei, als der Oberbefehlshaber vom Balkon des Hotels Drei Könige eine feurige Rede hielt, die ein Basler mit den Worten erwidert habe: «Mon général, les Bâlois ne savent pas seulement battre le tambour, ils sauront battre l'ennemi.» (Übersetzung: Mein General, die Basler verstehen nicht nur die Trommel zu schlagen, sie werden es auch verstehen, den Feind zu schlagen.) W. Meyer zog darauf nach Italien; in Venedig schlug er sich als Fremdenführer durch, und dann arbeitete er in der Metallindustrie in Triest und Fiume. Sieben Jahre war er in Paris bei seinem Bruder tätig, der dort eine Werkstätte für Nähmaschinenreparaturen betrieb. Während der Belagerung der Stadt durch die Deutschen verlebte er aufregende Tage. Bald darauf Rückkehr in die Heimat und Gründung einer eigenen solchen Werkstätte, die sich einer großen Kundschaft erfreute und der er bis 1927 vorstand. Neben seinem Berufe nahm er aktiven Anteil am öffentlichen Leben; während mehrerer Legislaturperioden saß er im Großen Rat. Der Armee diente er als pflichtgetreuer Soldat, er war ein eifriger Schütze; zum letzten Male sah man ihn als 91jährigen im Schießstand.

Über seine Lebensweise erzählte er, daß er, ohne den Fleischgenuß zu verachten, Frischgemüse und Salat bevorzugt habe. Als Lieblingsspeise bezeichnete er den Rettich. Ein Onkel aus dem Elsaß, der als Militärarzt unter Napoleon I. gedient hatte, habe ihn auf den Wert der Frischgemüse aufmerksam gemacht. Sein Appetit war immer gut. Einem Glase Wein war er nie abhold, doch verabscheute er Schnäpse und Liköre. Er war ein regelmäßiger Raucher (Pfeife und Zigarren). Zeitlebens erfreute er sich eines guten Schlafes. Immer war er auf gesunde Körperpflege und Bewegung bedacht. Schon als Sechsjähriger hatte er das Schwimmen erlernt. Als Wanderer pflegte er an Sonn- und Feiertagen die Jurahöhen nach allen Richtungen zu durchstreifen. Sicher hundertmal hat er den beliebten Aussichtspunkt, den Gempenstollen (765 m), bestiegen, zum letztenmal mit 91 Jahren. Dies paßt auch zu den Beobachtungen des obenerwähnten Dr. Greeff, der schrieb, daß die Hochbetagten «in der Jugend, aber auch später und öfters im höchsten Lebensalter vorzügliche Fußgänger waren». Von durchgemachten Krankheiten wußte er wenig zu berichten. Mit 90 Jahren zog er sich eine Handgelenksfraktur zu, die sich aber gut konsolidierte und nur eine unbedeutende Versteifung zurückließ. Unserem Hundertjährigen war eine ausgeglichene Gemütslage eigen. Nicht nur sein Altgedächtnis, auch sein Frischgedächtnis waren erstaunlich gut. Da das Zukunftsbewußtsein fast völlig wegfiel, so füllte die Vergangenheit beinahe seine ganze Gedankenwelt aus, und da er mit hellem Geist vieles erlebt und einen Sinn für das Interessante hatte, so trat keine geistige Verarmung ein. In seiner Jugend mußten die Kinder in der Schule noch Gedichte memorieren. W. Meyer wußte noch eine Menge von Gedichten auswendig, die seine Gedankenwelt bereicherten und an denen er sich bis zuletzt erfreute; noch mit 102 Jahren konnte er lange Gedichte frei rezitieren! Für viele Betagte bedeutet es einen Verlust und eine geistige Verarmung, wenn ihnen dieser geistige Schatz abgeht. Die heutigen Pädagogen leisten den Kindern auf weite Sicht einen schlechten Dienst, wenn sie das Erlernen von Gedichten aus dem Lehrprogramm streichen. Der innere Besitz von Gedichten ist ein geistiger Schatz, der im Alter besonders wertvoll wird. Er gehört zu den Kapitalien, auf deren Zinsen man im Alter angewiesen ist und die man nicht missen möchte.

Schließlich können wir die Frage nicht übergehen: Freuen sich die Hundertjährigen über ihre Langlebigkeit? Ist Langlebigkeit ein Glück? Ein besonderes Glücksgefühl kann man bei ihnen kaum feststellen. Das Leben hat ihnen an Erfahrungen geboten, was es zu bieten vermag. Das Leben ist für sie sozusagen ausgeschöpft. Unser hundertjähriger Basler hat einmal bemerkt, schon seit dem 80. Lebensjahr habe er eigentlich nichts Neues mehr erlebt. Dies ist die Bestätigung der Definition des Alters: Es ist die Zeit, in der man immer weniger Dinge zum erstenmal und immer mehr Dinge zum letztenmal tut und erlebt.

(Mit freundlicher Genehmigung aus «Im Dienste der Gesundheit», Vierteljahresschrift der Basler Lebens-Versicherungs-Gesellschaft)

Eine Motte rettet einen Kontinent

Einwanderer, die nach Australien kommen, sind erstaunt, daß es ihnen verboten wurde, Pflanzen oder Samen aus ihrer Heimat mitzunehmen, und daß ihr Gepäck am Bestimmungsort ganz besonders nach diesen Dingen durchsucht wird. Dieses Verbot hat seinen guten Grund. Die klimatischen Verhältnisse in Australien sind von denen der übrigen Welt ganz verschieden, und durch die Jahrtausende dauernde Isolierung des Landes hat sich eine seltene und eigenartige Pflanzen- und Tierwelt entwickelt, deren Lebensrhythmus durch fremde Eindringlinge empfindlich gestört werden kann. Einer der schlimmsten Einwanderer, der sozusagen durch die Hintertüre ins Land hereingekommen ist, war der dekorative Feigenkaktus oder die Stachelbirne (opuntia inermis). Sie wurde anfangs des letzten Jahrhunderts in einem Topf als Zierpflanze nach Sydney mitgenommen und als Erinnerung an die alte Heimat gehegt und gepflegt. Im Jahre 1839 sandte der Besitzer aus lauter Freude an der schönen Pflanze einen Topf mit einem Kaktus nach Scone in Neusüdwales. Die Stachelbirne entwickelte sich prächtig, und Schößlinge der Pflanze wurden an verschiedene Farmer verteilt, weil sie sich ausgezeichnet zur Bildung von Hecken eignete. Außerdem waren die Früchte eine willkommene Zusatznahrung für Farmer und Hirten, die weit weg von ihrem Wohnort die Herden hüteten.

In den ersten paar Jahrzehnten nach ihrer Einwanderung wurde nichts Auffälliges in der Entwicklung der Stachelbirne beobachtet. Aber nach und nach wurde ihr Wuchs in dem subtropischen Klima immer üppiger, und sie begann sich plötzlich mit unheimlicher Schnelligkeit zu verbreiten. Die Hecken ließen sich nicht mehr zurückschneiden und wurden so breit und dicht, daß man sie schließlich als lästig empfand. Vögel und Nomaden verschleppten die Samen weit im Land herum, und von überall her kam die Meldung von der unkontrollierbaren Verbreitung der Stachelbirne. In den siebziger Jahren des letzten Jahrhunderts wurden die Farmer durch die beängstigende Verbreitung der Pflanze alarmiert, und in den achtziger Jahren sprach man bereits von einer Kalamität. Im Jahre 1883 wurde der Feigenkaktus als Unkraut deklariert, das heißt, man mußte ihn pflichtgemäß bekämpfen, wo immer er auftrat. Aber es war bereits zu spät. Hunderttausende von Franken sind für die Ausrottung der einstigen Zierpflanze ausgegeben worden – ohne daß man ihr beikommen konnte. Man hackte sie ab, man riß sie mit den Wurzeln aus und warf sie

weg mit dem Erfolg, daß sie schnell neue Wurzeln schlug und sich schließlich wie ein gieriger Polyp über das Land ausbreitete.

Viele Viehhüter weigerten sich zuerst, die Pflanze auszurotten, weil sie als Zusatzfutter für die Tiere und durch den großen Wassergehalt der fleischigen Blätter besonders in Zeiten der Dürre willkommen war. Aber sie wurden bald eines Besseren belehrt. Denn wo die Stachelbirne hinkam, blieb schließlich kein Raum mehr für Mensch und Tier. Nach Berechnungen aus dem Jahre 1920 wurden jährlich etwa eine Million Hektaren Land, meist fruchtbare Vieh- und Schafweiden und guter Ackerboden, von der dschungelartig sich ausbreitenden Pflanze buchstäblich verschlungen. Jahr für Jahr wurden mehr Farmer in die Katastrophe hineingerissen. Sie mußten ihre Höfe verlassen, und kaum waren sie weg, stieß der Kaktus durch die Wände, durch den Boden und durch das Dach – die Wohnstätten zerfielen und wurden unter der grünen Flut begraben.

Die Pflanze aber wurde immer widerstandsfähiger und zäher. Sie fraß sich langsam ins Land hinein und bildete über Hunderte von Quadratkilometern eine undurchdringliche Barriere gegen Tiere und Menschen. Sie lebte auf toten Bäumen, sie gedieh in der Luft. Man sah sie auf Wellblechdächern emporwachsen, und Samen keimten noch nach 20 Jahren. Die Stachelbirne, die einst der Stolz der Farmer war, als sie noch die Gärten schmückte, hatte sich in knapp einem Jahrhundert zu einer nationalen Katastrophe entwickelt und bedrohte den ganzen australischen Kontinent. Es war wie ein Fluch. Ein regelrechter Krieg mit Gift und Feuer und mit Maschinen wurde gegen die grüne Pest geführt. Ein Gebiet von mehr als 260 000 km² war völlig überwuchert, und der Verlust an Kapital, an Woll- und Fleischproduktion und Renten ging in die Millionen von Pfunden.

Die Regierung von Queensland, das am schlimmsten betroffen war, setzte Prämien bis zu 100 000 Fr. aus für den, der ein geeignetes Mittel gegen diese Pest entdeckte. In kürzester Zeit wurden allein dem Landwirtschaftsministerium über 600 Methoden zur «sicheren» Bekämpfung der Stachelbirne bekanntgegeben. Die richtige Lösung des Problems war nicht darunter; vor allem gab es ja kein Rezept, eine bestimmte Pflanze in solchem Maße zu vernichten, daß nicht andere Pflanzen und Lebewesen dadurch in Mitleidenschaft gezogen wurden.

Endlich rief man die Wissenschafter zu Hilfe. Die Landwirtschaftsexperten waren von allem Anfang an auf der richtigen Spur gewesen, nur hatte man ihren Ausführungen keine Beachtung geschenkt. Schon im Jahre 1914 hatten sie erklärt, wenn es eine Hilfe gegen die Kaktusplage gäbe, dann sei es ein Insekt, das als natürlicher Feind auftrete. Endlich, im Jahre 1920, ging eine Gruppe von Wissenschaftern nach Südamerika, dem Ursprungsland der Stachelbirne, um die Lebensbedingungen der Pflanze zu beobachten. Sie studierten etwa 150 verschiedene Insektenarten und entschieden nach jahrelangen Versuchen, daß die *Cactoblastis,* eine bestimmte *Mottenart,* sich wahrscheinlich als Kaktusvernichter am besten eigne. In einer Schachtel verpackt wurden 2750 Eier dieses Insektes nach Australien geschickt – und das Wunder geschah!

Die Raupen waren bei ihrer Ankunft in Australien bereits ausgeschlüpft. Sie wurden in Glaskästen gehalten, bis sie sich auf etwa 2,5 Millionen vermehrt hatten. Dann ließ man sie auf die riesigen kaktusverseuchten Gebiete los und erzielte damit

einen in der Geschichte einzigartigen Erfolg. Für Fachleute und Laien war es ein Fest, zuzusehen, wie ein Kaktus nach dem andern verschwand. Verlorenes Weideland wurde zurückgewonnen, und die Plage war nach vielen Jahrzehnten verzweifelter und erfolgloser Kämpfe endlich überwunden.

Die Cactoblastis-Motte hat die Eigenart, ihre Eierstäbchen auf den dickfleischigen Kaktusgliedern der Stachelbirne abzulegen. Die Larven bohren sich in das Fleisch und von innen durch den Stamm hindurch bis zur Wurzel. Nach einem solchen Angriff verfallen die Pflanzen rasch und vollständig und bilden keine Gefahr mehr.

Gründlich, einfach und billig bannte eine kleine Motte eine der schlimmsten Gefahren, die Australien je bedrohte. Ihr war es zu danken, daß sich die Australier wieder der Viehzucht und namentlich der Wollerzeugung widmen konnten. Zur Erinnerung an die Schreckenszeit und zum Dank für das kleine Tier wurde im westlichen Australien, im Tal des Darlingflusses, das seltsamste Denkmal der Erde errichtet, die *Cactoblastis-Gedächtnishalle.* *IWS*

Was Gäste lieben

1. Kastanien-Truffes

Wenn Sie den etwas herben Geschmack dem allzusüßen der Schokolade vorziehen, wenn Sie das typische Aroma der Kastanie lieben, müssen Sie diese originellen Truffes einmal herstellen. Am besten kaufen Sie eine kleine Büchse fertiges Kastanienpüree, denn die Zubereitung zu Hause erfordert viel Zeit und Arbeit. In einer tiefen, vorgewärmten Schüssel rühren Sie 50 g Butter schaumig, geben das Kastanienpüree dazu und verrühren es mit einer Gabel, bis die Masse ganz homogen geworden ist, fügen dann je 1 Eßlöffel geriebene Schokolade und «PIONIER-Extrakt» bei, süßen mit einem halben Päckli Vanillezucker und vermischen die feste Masse noch so lange, bis alle Zutaten vollständig vermengt sind. Dann formen Sie daraus kleinere Kugeln, die Sie in Schokoladengranulé wenden, in Papierkapseln stecken und an der Kälte 3 Wochen aufbewahren können.

2. Noisettes

Sie eignen sich vorzüglich als Mitbringsel bei einer Nachmittagsvisite. Statt im nächsten Laden Blumen einzukaufen, stellen Sie zu Hause rasch eine Portion dieser kleinen, schokoladeüberzogenen Haselnüsse her, füllen sie in durchsichtige Papiersäckchen und binden mit einer farbigen Masche zu. Daß Sie unter die Masse «PIONIER-Extrakt» mischen, gibt den Nüßchen das besondere Aroma und macht sie erst recht zu einem begehrten Artikel. 100 g Milchschokolade zerbröckeln und zusammen mit 3 gestrichenen Eßlöffeln «PIONIER-Extrakt» auf kleinem Feuer in 1 bis 2 Eßlöffeln Wasser glattrühren. Vom Feuer ziehen und 100 g Puderzucker darunterrühren, bis die Masse glatt und beinahe fest ist. Jetzt 150 g Haselnüsse zugeben und in die Masse rühren, bis die Glasur an den Nüssen klebt. Auf ein leicht geöltes Blech geben und trocknen lassen.

3. Ein Trank aus Großmutters Küche: «Zimtkaffee»

3 gehäufte Teelöffel «PIONIER-Extrakt» mit 3 Tassen kochendem Wasser übergießen und das Ganze über 2 Zimtstengeln sowie ein paar Gewürznelken in einem Topf anrichten. Zugedeckt mindestens ein paar Stunden stehen lassen, dann absieben und mit Zucker und Rahm vermischt trinken. Im Winter kann man den Zimtkaffee vor Gebrauch nochmals rasch aufwärmen, im Sommer gießt man ihn mit Vorteil in ein mit Eisstückchen halb gefülltes Glas.

Die Jahresbeiträge der Sektionen für das Jahr 1959

sind noch nicht alle eingegangen. – Wir ersuchen höflichst um möglichst baldige Einzahlung auf den Postcheck des Schweiz. Gemeinnützigen Frauenvereins, Va 174.

Buchbesprechung

Ernst Nägeli: Aufruhr um Evelin (Loepthien-Verlag, Meiringen und Stuttgart). Das dem Buch zugrunde liegende Problem ist alt und zu jeder Zeit neu dargestellt worden: das Verhältnis zwischen Schwiegermutter und Schwiegertochter. Da ist die engstirnige, traditionsgebundene Bergbäuerin, tüchtig, kräftig, Haus und Familie beherrschend. Sie hat ihre Pläne: Für den Sohn Heini hat sie eine jeder Arbeit gewachsene, vermögliche Nachbarstochter, für die Tochter Margret den in der Familie lebenden sympathischen Lehrer Fred Imbaumgarten zum Mann ausersehen. Beide Pläne bleiben Wunschträume. Die Frau schätzt zwar das Geld, das die Fremden für ihre Ferienwohnung im Bachgadenhaus heraufbringen. Aber eine Fremde als Sohnsfrau, eine Serviertochter, zudem noch mit rotem Haar, das kam nicht in Frage. Mochte das Mädchen noch so tüchtig sein, voll guten Willens und fügsam, mochten die beiden jungen Leute noch so innig aneinander hangen, das Herz der harten Frau wurde noch härter, auch als die Fremde als Sohnsfrau ins Haus kam. Das Werben der Jungen um die Liebe der Schwiegermutter wird frostig zurückgewiesen, Evelin erduldet jede Erniedrigung aus Liebe zu ihrem Mann, der nun zwischen Mutter und Gattin steht. Heini findet einen festen Halt an seinem Freund, dem Lehrer Imbaumgarten, der eigentlich die tragende Stütze in des Hauses Widerwärtigkeiten ist.

Nun verschuldet die alte Bäuerin durch ungeschicktes Hantieren am Kochherd den Tod des Enkelsöhnchens. Selber schwer verletzt, fürchtet sie im Spital den Besuch der von ihr fast zur Verzweiflung getriebenen Sohnsfrau. Doch deren verzeihendes Verhalten bringt endlich das Eis zum Schmelzen.

In überaus feiner Weise zeichnet der Verfasser auch die übrigen Gestalten seines Werkes und deren inneres Wachsen. Das Buch ist geeignet, vielen Lesern Freude zu bereiten. *G. F.*

Gärtnerin

ein echter Frauenberuf mit guten Verdienstmöglichkeiten

Schweizerische
Gartenbau-Schule für Töchter
Niederlenz
bei Lenzburg

Externat und Internat
Berufskurse mit
Eidg. Fähigkeitsausweis
Jahres- und Sommerkurse
Schulbeginn anfangs April

Prospekte und
Auskunft durch
die Schulleitung
Tel. 064 / 8 11 30

HAUSHALTUNGSSCHULE BERN Fischerweg 3

der Sektion Bern des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins

5monatiger Kurs

für interne Schülerinnen **Beginn: 2. Mai 1960 und 1. November 1960**
Dieser Kurs vermittelt jungen Töchtern gründliche Kenntnisse in allen hauswirtschaftlichen Gebieten und bereitet sie durch die gemeinschaftliche Arbeit in einem durchgehenden Betrieb auf den vielseitigen und verantwortungsvollen Beruf der Hausfrau vor.
Auch dient der Kurs als Vorbildung für eine Anzahl von Frauenberufen, wie Säuglings- und Krankenschwester, Heimleiterin, Fürsorgerin usw.
Der Besuch dieses Kurses befreit von der obligatorischen Fortbildungsschulpflicht.

3monatiger Koch- und Hauswirtschaftskurs

für externe Schülerinnen **Beginn: 4. April 1960 und 5. September 1960**
Jeden Tag, Samstag ausgenommen, von 9—17.30 Uhr.
Gepflegtes, gutbürgerliches Kochen, Hauswirtschaft, Waschen, Bügeln, Flicken, Handarbeiten, Säuglings- und Krankenpflege, Krankenküche usw.
Der Besuch dieses Kurses befreit von der obligatorischen Fortbildungsschulpflicht.

Tageskochkurse

für die feine Küche Dauer 6 Wochen, je vormittags 8.30 Uhr
Beginn: 7. März, 25. April, 7. Juni 1960

Abendkochkurse

für die gepflegte Küche
Dauer 10 Wochen, einmal pro Woche, je Dienstag, resp. Donnerstag
Beginn: 3. Mai und 5. Mai 1960, je 18.30 Uhr

Hauspflegerinnenkurs

Beginn: 3. Oktober 1960
Dauer ein Jahr, wovon 4 Monate im Internat und 8 Monate extern in Praktika in Kinder-, Alters-, Krankenheimen und in der Hauspflege. Mindestalter 23 Jahre.

Auskunft und Prospekte durch die Schulleitung. Telefon (031) 22440

Hotel Hirschen Sursee

empfiehlt sich den verehrten Frauenvereinen bestens. Große und kleine Lokalitäten.
Prima Küche. Große Dessert-Auswahl.
Tel. 045 5 70 48 **L. Wüest**

Altersheim für den Amtsbezirk Thun

Infolge des altershalber erfolgten Rücktrittes der bisherigen Inhaberin ist die Stelle der

Vorsteherin

(Hausmutter) unseres Altersheims in Hilterfingen neu zu besetzen. Das Heim beherbergt 35–40 Insassen. Bewerberinnen, die Verständnis für die Pflege und Wartung älterer Personen haben und wenn möglich über Erfahrung im anstaltlichen Haushaltungsbetrieb verfügen, belieben sich unter Beifügung von Zeugnissen oder Ausweisen über ihre bisherige Tätigkeit und unter Angabe ihrer Ansprüche bis zum 15. Februar 1960 beim Präsidenten des Stiftungsrates Herrn H. Iseli, Blümlisalpstraße 18, Thun, anzumelden.
Antritt anfangs April oder nach Übereinkunft.

Thun, den 11. Januar 1960. Der Stiftungsrat

Für Handarbeiten gibt es nichts Besseres als Leinen

Tessiner Traubensaft

bedeutet Qualität

Quellennachweis:
Virano AG., Magadino Tel. (093) 8 32 14

Erholungsheim Sonnenhalde Waldstatt

Appenzell A.-Rh.

bietet Müttern mit oder ohne Kinder sowie Töchtern Erholung zu bescheidenen Preisen. Separates Kinderhaus. Zentralheizung, fließendes Wasser. Von den schweiz. Krankenkassen anerkannt.

Geöffnet von Mitte März bis November

Nähere Auskunft erteilt gerne die Heimleitung Telephon (071) 5 20 53

Lassen Sie Ihre alten gestrickten

Wollsachen in Lagen kardieren

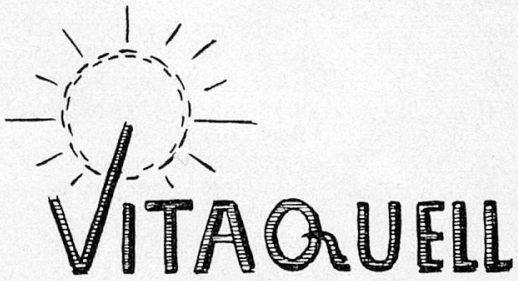
zu Füllmaterial für Steppdecken, Matratzen, Kissen usw.

Auskunft und Preis durch die Fabrik

Alexander Kohler, Vevey

Telephon (021) 5 17 10

Jung sein bis ins hohe Alter mit



Mit Vitaquell wurde ein Verfahren für die allgemeine Regeneration der Hautfunktionen entwikkelt. Auf natürlichem Wege werden verlorene und abgebaute Kräfte wieder aufgebaut und die Hautdrüsen zu neuer Tätigkeit angeregt. Vitaquell wird in Verbindung mit Wasser angewendet; es enthält erlesene mineralische und organische Wirkstoffe, die in unzähligen Fällen ihre Wirkung erwiesen haben. Die äußere Erscheinung wie die innere Einstellung erfahren dadurch eine kaum glaubliche Wandlung, und man wird ein glücklicher und zufriedener Mensch. Man fühlt sich wohl, wie nie im Leben. *Vitaquell* eignet sich auch vorzüglich für Fuß-, Arm- und Sitzbäder. Eine Spur davon ins tägliche Gesichtswasser macht dieses wunderbar weich, und die Haut wird straff und rosig. So urteilen unsere Kunden: «Nachdem die Vitaquell-Bäder die Erwartungen vollauf erreichten, bitte ich um eine weitere Vitaquell-Packung.» Eine andere Kundin schreibt: «Wir sind mit dem Vitaquell sehr zufrieden.» Frau B. Sch. in Wädenswil schrieb: «Vitaquell finde ich herrlich.» Ein bekannter Redaktor bestätigt folgendes nach den ersten Vitaquell-Bädern:

1. Eine außerordentlich intensive Durchblutung der Haut nach dem Bade.
2. Ein sehr angenehmes Wohlgefühl nach demselben.

Der Direktor eines internationalen Institutes schrieb uns: «Meine Gattin ist daran, das Vitaquell gründlich auszuprobieren, und die bisherigen Resultate können als hervorragend bezeichnet werden.»

Schwester E. K. in Luzern schrieb: «Bin froh, daß mir Vitaquell durch meinen Bruder empfohlen wurde. Nach der ersten Badekur fühle ich mich viel wohler und möchte deshalb die zweite Kur beginnen.» Frau M., Inhaberin eines Reformhauses, hat uns persönlich bestätigt, daß sie noch nie einen so guten Badezusatz probiert habe. Wenn sie müde sei, dann nehme sie einfach ein Vitaquell-Bad und dann sei sie wieder fit. Man nimmt entweder zwei bis drei Bäder pro Woche und schaltet nach zehn Bädern eine Pause von vier Wochen ein oder nur regelmäßig ein Bad in der Woche. Vitaquell greift die Badewanne nicht an. Genaue Gebrauchsanweisung liegt jeder Packung bei.

Kurpackung für 12 bis 15 Bäder nur Fr. 17.— durch Biokraft-Versand, Thunstraße 21, Bern Telephon 2 25 41.

100% reiner Kaffee-Extrakt mit dem vollen natürlichen Aroma 48-g-Dose nur 2.90

in jedem **USEGO** Geschäft

Gewicht minimal — Qualität maximal!

Wenn Sie KORNI zum erstenmal sehen, werden Sie staunen: die **ca. 95 Scheiben** gleichen einem Buch mit vielen Blättern. Legen Sie die hauchdünnen Scheiben flach, können Sie sie **gut bestreichen.**

Auf jeden Belag kommt wieder eine Scheibe, **3 x nacheinander.** Dann beißen Sie drein und freuen sich — wie **herrlich-knusprig** und doch nicht hart. KORNI ist echtes Vollkornbrot **in zuträglicher Form.**

Holen Sie sich heute noch ein **350-g-**Paket im Reformhaus oder in der Reformabteilung! Sie werden KORNI bald nicht mehr missen können. —

Vertrieb A. Müller, L.-Ragaz-Weg 6, Zürich 55.

Schulungskurse für Hauswirtschaft in Großbetrieben des Schweizer Verband Volksdienst-Soldatenwohl, Zürich

In der eigenen SV-Schule führen wir laufend Kurse zur Einführung und Weiterbildung bis zur Leiterin unserer Großbetriebe durch.

Anlernkurs: Einführung in die Arbeiten des Großhaushaltes mit anschließendem Pflichtjahr in einem unserer Betriebe.

Kursbeginn: April und Oktober 1960

Kursdauer: 3 Monate (gilt als hauswirtschaftliches Obligatorium. Ausweis)

Kurse verschiedener Stufen: Weiterbildung für Vertrauensposten. Ausbildung zur SV-Leiterin

Spezialkurse: Kochen, Backen etc.

In unsern fast 200 Betrieben in der ganzen Schweiz haben wir die Möglichkeit, unsern Schülerinnen die praktischen Kenntnisse während der Ausbildungszeit zu vermitteln. Ebenso können wir ihnen ein ausbaufähiges Arbeitsfeld zu interessanten Bedingungen übergeben.

Auskunft und Anmeldung:

Schweizer Verband Volksdienst-Soldatenwohl

Neumünsterallee 1 **Zürich 8/32**

AZ
BERN 6

Bäuerinnenschule UTTEWIL

Freundliche, dem ländlichen Haushalt angepaßte
reformierte Heimschule
Station **Schmitten** (Freiburg) oder **Laupen** (Bern)
Beginn der Kurse: Je Mitte April und Mitte Oktober
Auskunft und ausführliche Prospekte durch die **Schulleitung**

Mit
MERKUR - Rabattmarken
Reisemarken 33⅓ % billiger,
denn für 4 gefüllte Sparkarten
erhalten Sie 6 Reisemarken

„MERKUR"

Kaffee-Spezialgeschäft

Wer sparen will

findet
Bettücher, Schürzen
Tischtücher, Küchentücher
und Wolldecken
sehr vorteilhaft im großen
Spezialgeschäft
mit den bekannt tiefen Preisen
Verlangen Sie Muster!

Zemp
Luzern
Bahnhofstraße 7

Bei hartnäckigen Schmerzen

neuralgischer, rheumatischer oder arthritischer Art, Nerven-, Glieder- und Gelenkschmerzen hilft Melabon. Es fördert die Ausscheidung, löst Gefäßkrämpfe, beruhigt die Nerven und beseitigt Entzündungen. Auf dieser vielseitigen Wirkung beruht der rasche und gründliche Erfolg. Melabon ist ärztlich empfohlen, gut verträglich, angenehm einzunehmen und auch für empfindliche Organismen geeignet. Erhältlich in Apotheken. Machen Sie einen Versuch! Verlangen Sie jedoch ausdrücklich

Mélabon