

Zeitschrift: Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst

Band: 13 (1923)

Heft: 51

Rubrik: Unterhaltendes und Belehrendes

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

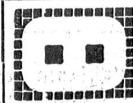
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 16.01.2026

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



Unterhaltendes und Belehrendes



Schweizerstädte in Laubsägearbeit.

Die Laubsägearbeit hat große Fortschritte gemacht. Wie manches reizende Fensterbildchen ist entstanden, wie mancher hübsche Lampenschirm, die sowohl



Schloss Worb

dem „Künstler“ als dem Beschenkten große Freude machen. Etwas ganz allersüßestes bereichert diese Laubsägevorlagen: Ansichten aus Schweizer Städten, die in Holz oder Metall ausgeführt werden können und das typische der Gebäude, Straßen, Plätze, Brunnen wiedergeben. Von Bern sind vorhanden: malerische Ansichten von der Speicherstrasse, der Waaghausplatz, das Goliathentor, Läufersplatz, Zeigtglockenturm, Münster usw. Aus Basel, Zürich und andern Städten sind ebenfalls typische Bilder zu haben. In Vorbereitung sind andere Städte wie Solothurn, Chur, Luzern, Schaffhausen usw. Die Entwürfe stammen von einem französischen Künstler, der von der Firma Otto Baugg beschäftigt wird. Bis jetzt sind vierzig Ansichten



Schloss Thun

vorhanden. Die Bilder ergeben auch sehr hübsche Laternen oder Lampen. Besonders wirkungsvoll werden sie in Aluminium.

Der notwendige Winterspaziergang. (Nachdruck verboten.)

In welcher Jahreszeit ist Spazieren gehen am notwendigsten? Selbstverständlich im Winter! Denn im Sommer genießt man bei stets offenen Fenstern überall frische Luft; im Zimmer und Bureau, im Vergnügungslokal und Geschäft. Dagegen in der kalten Jahreszeit

sorgen die geschlossenen Türen und Fenster, Heizung, Beleuchtung und menschliche Ausdünstungen dafür, daß die Lungen oft die zweifelhaftesten Luftsinschlüsse einatmen müssen. Dazu kommt noch, daß man im Winter meist schwerere und mehr Speisen genießt, zu deren Verarbeitung und Verbrennung im Körper erst recht viel Bewegung und Sauerstoff nötig sind. Und trotzdem verbringen die meisten ihre freie Zeit in Stubengefangenschaft. Die Städter meiden fast ängstlich jeden Marsch, benutzen, wo sie nur können, die Straßenbahn. Daher das allgemeine Stubenrecht, das große Heer der Winterleiden. Der eine klagt über Kopfschmerzen, der andere über schlechte Verdauung, der dritte über Schlaflosigkeit, und sehr viele über ständige Erkältung. Ihnen allen kann geholfen werden durch körperliche Bewegung in der frischen Winterluft. Denn diese ist reiner, erfrischender, kräftiger als die schwüle Sommerluft. Daher kommen alle vom Spazierengehen nach Hause mit roten Wangen und lebhaften Augen, mit fröhlichen Mienen und gestärkten Nerven. Namentlich nach einem Schneefall, der alle Unreinheiten mit zur Erde reißt, bildet die Luft ein unverfälschtes Lebenselixier, eine ganz besondere Saigon-Delikatesse für die Lungen. Die herbe, pitante Frostluft prickelt im Blute wie luftförmiger Seft. Die klare „Winterfrische“ verleiht bedeutend mehr Gesundungskraft als jede „Sommerfrische“; sie härtet den Körper ab gegen Erkältungen, regt die Nerven wohlthuernd an, erhöht Spannkraft und Heiterkeit des Geistes.

Man darf aber draußen nicht frieren, man darf nicht spazieren — schleichen, sondern muß tapfer wandern. Das treibt das Blut mit Hochdruck durch die Adern und schwemmt die Abfallsstoffe weg; wohlige Wärme durchdringt alsbald den ganzen Körper. Schwächliche oder ältere Personen mögen die Überkleider vor dem Ausgehen etwas wärmen. Die Kleidung richte sich nach der Konstitution und Gewöhnung jedes Einzelnen. Ein Halstuch dürfen nur Kränliche tragen. Man muß den Hals abhärteln wie die Matrosen, dann werden um 99 Prozent abnehmende Heiserkeit, Hals- und Lungentatarrhe. Stets halte man den Mund geschlossen und atme durch die Nase, um die Einatmungsluft anzuwärmen. Bei Plaudern taugt nicht zum Winterspaziergang. Empfindliche Personen können bei windigem Wetter einen auf der Windseite durch Häuser oder Gebüsch geschützten Weg sich aussuchen und nötigenfalls den Regenschirm als Windschutz vorhalten. Wandert man aus der Stadt heraus, so gehe man nie dem Winde nach, sonst muß man die von der Stadt her wehende verschlechterte Luft auch draußen einatmen. Man gehe dem Winde entgegen oder nach einer der beiden Seiten hin. Die stillste, mildeste, gleichmäßige Atmosphäre befindet sich im Walde.

Nur nicht luftscheu werden im Winter, nur nicht den Körper der Außenluft entwöhnen und durch das trockenwarme

Zimmerklima verzärteln. Auch bei Schnupfen scheue man die frische Luft nicht; sie erleichtert sogar die Beschwerden, bessert die Nasenatmung, vertreibt den Kopfdruck, besiegt das Unlustgefühl.

Mindestens eine Stunde täglich stramm marschieren. Viele können dies mit ihrer Berufstätigkeit verbinden, indem sie zu ihren Berufsstätten auf Umwegen gehen. Wer am Tage keine Zeit oder Gelegenheit hat, wandere früh morgens oder abends durch die beleuchteten Straßen in ein entferntes Geschäft, um dort etwas für den Haushalt zu kaufen, oder gehe zum stets interessanten Bahnhof. Aber heute noch fange man mit dem regelmäßigen Spaziergange an, nicht erst morgen. Nur nicht aufschieben, sich durch gar nichts abhalten lassen! Sonst kommt Mutter Natur mit der Zuchtrute in Gestalt einer Krankheit.

Sonntags und Feiertags gehe es dann in mehrstündigem Marsche stets weiter hinaus mit Kind und Regel. Wie? Jetzt im Winter, wo alles kahl und tot und verschneit daliegt? Nur die Augen aufgetan! Dann sieht man auch jetzt viel Sehenswertes. Wunderbar sind doch Bäume und Sträucher im glitzernden Raureif oder mit ihren grotesken Schneehängen. Der Großstädter wandere auch in entfernte Stadtteile; da kann er das Werden und Wachsen seiner Heimat verfolgen; immer wieder wird er eigenartige Bauten, interessante Häuser, neue Kunstdenkämler und Kulturerwürdigkeiten entdecken. Der Kleinstädter gehe hinaus auf die Dörfer, sehe sich Land und Leute der Umgegend an, beschau die praktische Eigenart der Bauernhäuser, betrachte die ehrwürdigen Dorflinden, die altermümlichen Kirchen, die Friedhöfe mit ihren oft naiven Grabinschriften. Solche Wanderungen bieten einen föstlichen Schatz von Beobachtungen, bringen reichen Genuss und Gewinn für Körper und Geist. Der Blick wird geschärft, das Wissen erweitert, das Gemüt erfreut. Dies sind dann noch wertvolle Zugaben zur körperlichen Gesundungskraft, die der Winterspaziergang stets verleiht.

Sprüche.

Aus den Schmerzen quellen Freuden,
Aus der Freude quillt der Schmerz,
Wär' kein Wechsel von den beiden,
Folgten nicht auf Freuden Leiden,
Würd' nicht warm ein Menschenerz.

Nach den Tränen stellt im Leben
Sich auch oft das Lachen ein;
Tränen haben auch die Reben,
Aber trok der Tränen geben
Sie den lust'gen, goldnen Wein.

Kerner.

*
Lange hab ich mich gesträubt,
Endlich gab ich nach:
Wenn der alte Mensch zerstäubt,
Wird der neue wach;
Und solang du das nicht haft,
Dieses „Stirb und Werde“
Bist du noch ein trüber Gast
Auf der schönen Erde. Goethe.



Weihnachtsliteratur.

Rund um die Erde von Eduard Büchler ist soeben in einer zweiten erweiterten Auflage im Verlag der Buchdruckerei Büchler & Co. in Bern erschienen. Lässt und naturgetreu schildert der Autor seine Erlebnisse aus Amerika, Japan, Korea, China, Indien und Arabien. Eine lösliche Fahrt ist es, die sich da unter jugendfrischer Führerschaft vollzieht. Von keiner Boreingenommenheit und keiner Traditionssucht beschwert, nur von Lust und Freude am Schauen und Beobachten fremder Länder und fremder Menschen erfüllt, geht es immer vorwärts von Ost nach West, bis der Ring der Reise sich schließt. Freude bereiten die vielen schönen Bilder, die sich dem Text trefflich anpassen. Der schmucke Einband von über 300 Seiten bildet ein prächtiges Weihnachtsgeschenk für jung und alt.

Eise M o d e l . A l l e r l e i We i h n a c h t s l i c h t e r .
Druck und Verlag: Art. Institut Drell Fügli, Zürich. Buchschmuck von Gertrud Caspari.

Dieses für 10 bis 15 Jährige geschriebene Buch enthält vier Geschichten aus der Feder einer warm empfindenden Kinderfreundin; in alle spielt Weihnachten irgendwie hinein. Es werden aber nicht bloß landläufige Weihnachtserlebnisse geschildert, sondern ergreifende Geschehnisse. Voll Herzlichkeit und mit seinem Verstehen der Kinderseele erzählt uns die Verfasserin, wie das Christkind dem Bormnickel Peterli seine Leidenschaft überwinden hilft und ihn zu schöner Christfreude führt, wie der Heiligabend den aus Herzweh um sein verlorenes Weib in der Welt herumirrenden Geiger Frieder zu seinem Kinde heimtreibt, wie im Knittlinger Dorfhaus trotz aller eingetretener Hindernisse ein herrliches Weihnachtsfest zustande kommt und wie das tapfere, immer hilfsbereite Marieli seinem teuersten Besitz, sein Wachschristkindlein verlaust, um die kleinen Brüder auf Weihnachten zu beschützen, weil der verunglückte Vater es nicht tun kann und wie dann sein Opfer ihm und der Familie löslichen Lohn bringt.

Der Buchschmuck — fröhlmütige farbige Illustrationen — stammt von keiner Geringerer als Gertrud Caspari. Dieser glückliche Umstand trägt das Seine dazu bei, dem vom Verlag Drell Fügli sehr gediegen ausgestatteten Büchlein schönen Erfolg zu sichern. M. B.-F.

H e d w i g A n n e l e r , Kleines Lätschenbuch.
Umschlag gezeichnet von Karl Anneler. Selbstverlag der Verfasserin. Bern, Malerweg 9.

Die Verfasserin des großen Brachtwerkes "Lätschen" schenkt uns hier ein feines kleines Erzählbüchlein mit Geschichten und Stimmungs- und Charakterbildern aus dem Lätschental, ihrer zweiten Heimat. Wer mit dem originellen Büchlein dieses ehehd so weltabgeschiedenen, heute dem Verkehr offen daliegenden Tälchen je bekannt geworden ist, wird das neue Büchlein der geschätzten Lätschen-Forscherin mit Interess und Freude lesen. Es erzählt in kurzen, wohlgemordeten Sätzen vom äußeren und inneren Leben und Erleben der Lätschentaler. Die Verfasserin ist eine scharfe Beobachterin, aber auch eine gewandte Dargestellterin. Keine Einrichtung und kein Brauch der Lätschenthaler ist ihr fremd, aber auch keine Herzensfalte bleibt ihr verborgen; mit einem wärmefühlenden Herzen fasst sie die tiefsten und geheimsten Seelenregungen dieser Menschen. Sie erzählt anschaulich, meist führt sie Erzähltes an und zwar stellt sie so lebendig dar, daß man den Erzähler deutlich vor sich sieht in seiner Ausdrucksweise und seinem Gehaben. Hedwig Anneler's Büchlein hinterläßt stärkere und wahrere Eindrücke vom Lätschental als genüsse gespreizte Romane, die vorgeben, im Lätschental zu handeln

und doch nur billige Mache sind. Das Kleine Lätschenbuch sei allen Freunden des Lätschentales warm empfohlen. II. B.

Und rot ist die Ros. Thunersee-Zdyll von Johann Howald. Bern, Buchhandlung der Evang. Gesellschaft.

Ein allerliebstes Büchlein legt J. Howald uns dies Jahr auf den Weihnachtstisch. Schon die gebiegte Ausstattung lockt: Gutes Papier, klarer Druck, Münzer-Silhouetten, auf dem Titelblatt eine Zeichnung vom Sohn des Verfassers, Herrn Pfarrer Howald, und begegnen wie bei der Lektüre erst der blonde Suje, die so lieblich ist wie die Landschaft, in der sie lebt, so verlassen wir sie nicht eher, als bis wir sie, myrrengeschmückt, als Braut neben ihrem Auserwählten, dem wackern Batt sehen.

Die Dichtung spielt zur Zeit von Berns Uebergang. Mit dem Stift des Künstlers zeichnet Howald uns mit wenig Strichen ein Bild der politischen Lage jener Zeit; doch sind es nicht politische Größen, die er unserem Herzen nahebringen will, sondern Kinder der Landschaft, edle Söhne und Töchter der Berge, vorab die liebende Suje, des reichen Umanns holdes Töchterlein und deren einstigen Spielgefährten, den armen, aber tüchtigen und tapfern Sohn der frommen Käthe, den Wachtmeister Batt.

"Groß ist, wer große Liebe hat"; in dem Sinne sind auch Howalds Helden groß, denn in ihnen glüht treue Liebe zum Nachsten und zum Vaterland. „Und ginge die Welt und alles entzwei, seit steht wie Felsen die Bernertreue!“

Das Zdyll ist in Versen geschrieben, die dem Dichter noch so leicht aus der Feder fließen wie zur Zeit, da er uns seine Gedichtbändchen: "Sonnenschein ins Herz hinein" und "Sie gieb de", schenkte. M. B.-F.

3 u m H o c h z e i t s f e s t E r s t e und heitere Verse von Elisabeth Schlatter. Preis Fr. 1.50. Verlag Art. Institut Drell Fügli, Zürich.

Das Büchlein bietet eine geschickte Auswahl von schriftdeutschen und Dialektgedichten, die sich zum Vortrag am Hochzeitstisch schon insofern trefflich eignen, als die Verse meistens Begleitworte zu sinnigen, dem Festtag angepaßten Geschenken darstellen. So empfängt die Braut mit herzlichen Widmungen ihren Kranz, den Schleier und die Handschuhe. Dem einen jungen Paar werden von einem Gärtner und einer Gärtnerin allerlei Pflanzen, Sämereien und Werkzeug überreicht; einem andern Paar schenkt ein alter Kräuterarzt seine erprobten Heilkräuter. Auch die Übergabe eines Barometers gibt Anlaß zu gutgemeinten Wünschen und Ratschlägen. Gemütlöste Verse zur silbernen Hochzeit und ein paar gereimte Hochzeitstelegramme bilden den Schluss dieses Büchleins, zu dem man bei der Vorbereitung des festlichen Tages gewiß gerne greifen wird. Zu beziehen durch alle Buchhandlungen.

Bon der gleichen Verfasserin erschien im Selbstverlag in zweiter Auflage und mit einem neuen Anhang verschenkt: "Weihnachten bei Gross und Klein", eine Sammlung warmherziger, geschildert verfaßter Gedichtlein und Gespräche in Dialekt- und Schriftsprache.

Kalender.

O mein Heimatland, 12. Jahrgang, 1924, künstlerische und literarische Chronik fürs Schweizervolk. Herausgeber, Drucker und Verleger: Dr. Gustav Grunau, Bern. Umfang 350 Seiten, 200 Illustrationen und Kunstbeilagen, darunter 6 mehrfarbige. Preis 8 Fr.

Daz uns jeder neue Jahrgang Gediegenstes bringen wird, wissen wir jeweilen zum voraus, und doch müssen wir jedes Mal staunen ob der Fülle und harmonischen Abwechslung des Gebotenen. Auch dem neuesten, 12. Jahrgang müssen wir uneingeschränktes Lob zollen hinsichtlich Auswahl prächtiger Bilder, drucktechnisch maßgeblich wiedergegeben, als auch hinsichtlich literarisch hohem Wert. Wir finden unsere bewährten ersten führenden Künstler und Schriftsteller und daneben

immer wieder neue junge Talente, denen der Herausgeber mit feinstem Kunsterverständnis Bahnh bricht. Wir werden über unser schweizerisches Künstlergeschäft glänzend orientiert und das in einer Weise, die für uns höchsten, reinsten Genuss bedeutet. Welch Augenweide bieten uns die prachtvollen Bilder, eine ganze Anzahl davon in Mehrfarbendruck, und die schönen, mit ausgesuchtem Geschmack angeordneten Schriften, dazu der gediegene literarische Inhalt. Es ist uns wirklich eine Freude, das allen Bedürfnissen und Geschmacksrichtungen Rechnung tragende Grunau'sche Brachtwerk, das sich bei überaus bescheidenem Preis von 8 Franken zu Geschenzwecken ganz vorzüglich eignet, aus voller Überzeugung wärmstens zur Anschaffung empfehlen zu dürfen. H. B.

Schweizer Heim-Kalender. Vollständliches Jahrbuch für 1924. Herausgegeben unter Mitwirkung zahlreicher schweizerischer Schriftsteller von Ostar Frei, Meilen. 186 Seiten Text, mit Kunstbeilagen, einem Dreifarbdruck und zahlreichen Textillustrationen (Fr. 2.20). Zu beziehen in jeder guten Buch- und Papierhandlung, sowie beim Verleger Arnold Bopp & Cie, Zürich, Käferenstrasse 25 oder direkt von der Buchdruckerei Dörfelbach, Baar.

Zum 17. Mal stellt sich der Schweizer Heimkalender bei seinen zahlreichen Freunden im Schweizerland ein. Schon ein flüchtiges Durchblättern lädt den Reichum ahnen, mit dem er betrachtet ist. Da mutet uns ein farbenfrohes Bild "Die Maisängerinnen" des alten Berner Sittenmalers S. Freudenberg gleich so heimelig und fröhlmütig an! Ein Heimatlied von R. v. Tavel leitet den Textteil stimmungsvoll ein. Joh. Jegerlehner erzählt eine packende Geschichte "Der Hüttenswart und sein Sohn". Jakob Böckhart schürt seelisch tief in seiner Novelle "Die Entgoldung". Meinrad Bieri gibt drei Erlebnisse vom Goldauer Bergsturz. Josef Reinhart erzählt ein neues Erlebnis vom Schulmeister von Gummatal von einem herzlichen, befriedigenden Humor. Simon Gfeller erzählt die Blaufahrt eines Egleins und Hans Bulliger die Seelennot eines armen Bübleins, das in Vaters Auftrag einen Christbaum holen muß — im fremden Wald; Alfred Huggenberger in ergreifender Art die Not eines Trinkerkindes. Aus einem formschönen und gehaltvollen Aufsatz "Die Poesie in der Kinderstube" von Josef Reinhart spricht der um die seelischen Werte besorgte Volks-erzieher. Dem verdienten Heimatschuhdichter und Freund Otto von Greverz gilt ein warmes Dankenswort eines seiner Schüler, Hans Bulliger. E. B. Tobler öffnet uns die Augen für die Schönheiten des so oft übergangenen Bellinzona. G. Peterhans-Bianzano führt uns durch das "lüssende" Engadin zu den Semmen von San Glurin. — Im Ganzen rechtfertigt der neue Jahrgang den guten Ruf des Heimkalenders, war er doch der erste, der zeigte, was sich aus der alten "Brätig" machen läßt, wenn man Kosten und Mühe nicht scheut.

Praktischer Ratgeber

Hartes Leder aufzufrischen.

Man wäscht das Leder mit lauwarmem Wasser ab; sollte es dadurch nicht weich werden, so mengt man einen Teil gelben Oder mit ein Dreipigstel Mohnöl; dann übergiebt man einen Teil Peifenton und $\frac{1}{4}$ Teil Stärke mit kochendem Wasser, röhrt gut um und setzt die erste Mischung zu. Nach dem Erkalten trägt man die Masse dünn auf das Leder, läßt trocknen, bürstet dann den Überzug wieder ab, befeuchtet das Leder, trägt sehr fein Lederfarbwärze mittels eines Pinsels auf; schmiert das Leder mit Lederöl ein und reibt nach einigen Tagen die Oberfläche desselben mit einem wollenen Lappen ab.