

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

**Band:** 19 (1929)

**Heft:** 16

**Rubrik:** Frau und Haus

#### 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:** 20.02.2026

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

# Frau und Haus

PRAKТИСHE HANARBEITEN, ERZIEHUNGSFRAGEN, KÜCHEN-REZEPTE

## Erhalte Deine Kleider frisch und schön!

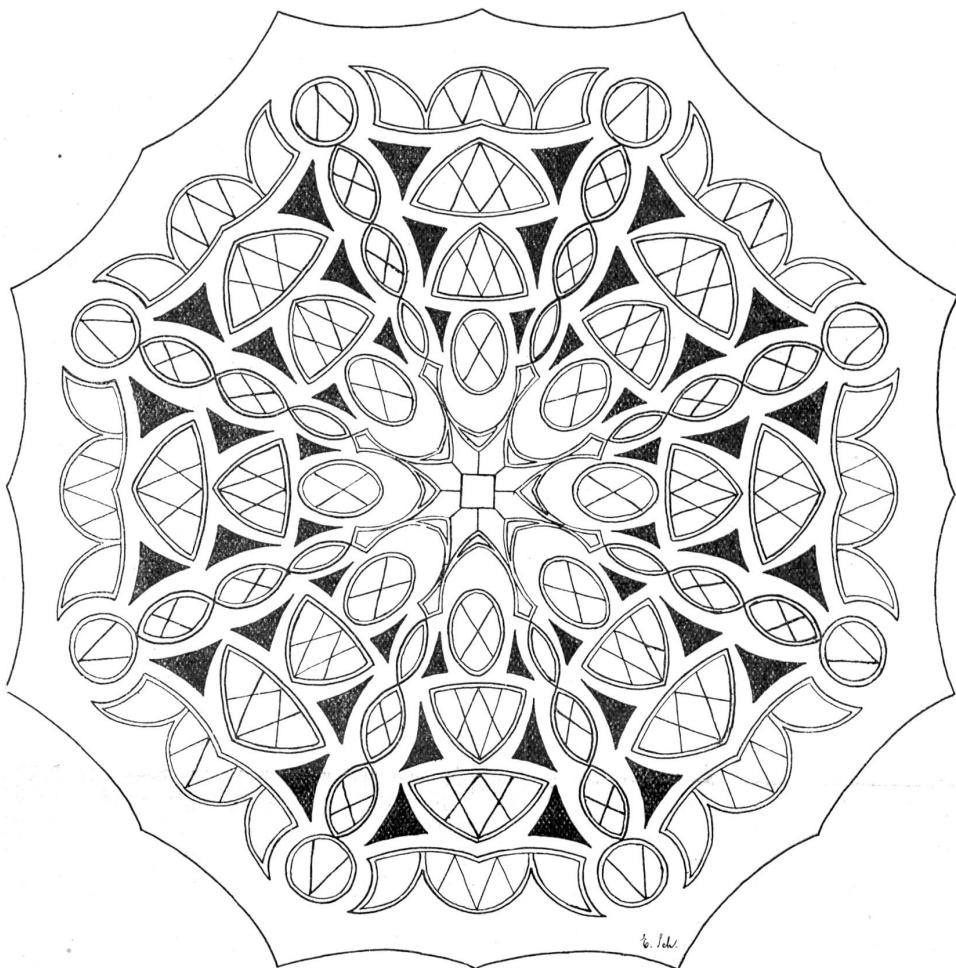
In einem neuen Kleide fühlen wir uns gar oft als ein ganz anderer Mensch, wir haben, sofern es uns in allen Teilen passt, ein erhöhtes Selbstbewußtsein, ein sichereres Auftreten, ein freudigeres, zufriedeneres Gefühl. Warum ist das nur beim neuen Kleide so? Können wir uns dieses gepflegte Neußere, das so wohltätig auf unsrern innern Menschen wirkt, nicht fortwährend verschaffen? Aber da wirft man oft den Mantel, kaum zu Hause angekommen, auf einen Stuhl, hängt den Hut an irgend einen Nagel, schmeißt die Schuhe in die Ecke und was dergleichen Liebenswürdigkeiten unsrern Kleidungsstückchen gegenüber mehr sind. Müssen wir uns denn da wundern, wenn sie sich für eine solche Behandlung rächen? Wenn der Mantel schief Falten zieht, der Hut verbeult und deformiert ist und die Schuhe bald aus Zug und Form kommen? Müssen wir uns wundern, wenn wir in solchen Kleidern gar nicht etwa "fair" aussehen und uns ein blühendes Schauspieler ist ein gar nicht schmeichelhaftes Spiegelbild von uns zurückwirkt? Unsere Kleider wollen mit Liebe gepflegt sein, dann sehen sie immer frisch und gut aus, sie können von der letzten Saison oder vom letzten oder vorletzten Jahre stammen. Wer den Wert der Kleidung und die Kosten für deren Erfüllung richtig einschätzt, der wird Mantel und Schuhe sorgfältig abstreifen, den Mantel sofort an einen Bügel hängen, die Schuhe gelegentlich über die Leisten spannen. Die Hüte aber stelle man immer auf ein Hufstück in den Schrank, damit die Ränder nicht verbogen werden.

Damit ist aber die Sorge für die Kleidung noch lange nicht erschöpft. Wir glauben oft, uns einschränken zu müssen, z. B. für den Haushalt alte Sonntagskleider etc. auszutragen zu können, für Reisen etc. nichts besonderes angeschafft zu müssen. Da sparen wir an ganz falschen Orte. Denn wie bald ist ein wollenes Kleid im Haushalt verfleckt, sieht unordentlich aus, währenddem es vielleicht durch geschicktes Umländer noch zu einem Ausgeh- oder Nachmittagskleid hätte verwendet werden können. Nun müssen wir's bald waschen und dann ist es endgültig zur Kücke verdammt, oder es sieht recht unsauber und ungepflegt aus. Wie gut ist dagegen ein Waschkleidchen, das regelmäßig gewaschen und gepflegt werden kann! Wie sauber sieht die Hausfrau immer darin aus! Im Winter sind es die angenehmen Berufsschürzen, die unsere wollenen Kleider, die wir notwendig tragen müssen, schützen. Im Sommer kann sich jede Frau 2 bis 3 solcher billiger Waschkleidchen selber anfertigen. Damit schont sie alle ihre übrigen Kleider, hat für den Nachmittag immer etwas anderes zum Anziehen und wird auch nicht in Verlegenheit sein, wenn der Mann einmal unverhofft einen Ausflug arrangiert.

Auch Fußtouren, kleinere Ausflüge per Bahn und zu Fuß verlangen ihre besondere Ausstattung. Leichte Halbschuhe, das weiß man, eignen sich wenig für größere Touren und es gibt keine kältere Douche für die Reisefreude einer Familie, als wenn die Mutter wegen Hühneraugen, wegen Blattern, oder wegen zu engen Schuhen nicht mehr weiter kann. Da muß eben dann das ganze Programm abgeändert werden und wenn man später von dem Ausflug spricht,

## Kissenplatte in Richelieutechnik mit Plattstich-Füllmotiven.

Originalentwurf von E. Schmid.



E. Schmid

## Gesichts- und Körperpflege

so wird heimlich oder offen das Mißgeschick mit Mutters Schuhen wie ein schwarzer Schatten hineinspielen. Einmal ein Paar Marschschuhe gelaufen, hält fast fürs ganze Leben. Dann sind diese immer bereit. Auch eine Windjacke oder ein derbes Jackenkleid kann sich fast jede Frau leisten, damit sie sich dieser Ausüstung für besondere Gelegenheiten bedienen kann. Dies alles schont die übrige Kleidung, die regelmäßig nachgeprüft und sachgemäß unterhalten werden soll. Kleine Flecken putze man sofort aus, sie fressen sich sonst in den Stoff hinein. Ungeputzte Schuhe lange stehen zu lassen, schädigt das Leder und die Form gewaltig. Das Leder will durch Einreiben von fetthaltiger Wicke erhalten sein. Auch auf die Unterleider hat sich diese Sorge auszudehnen, auf Strümpfe, Unterhölze und alles, was dazu gehört. Man sollte bei jedem Anzug immer daran denken, ob man sich im Falle eines plötzlichen Unfalls nicht schämen müßte. Dann wird man jedem Stück seiner Kleidung die Sorgfalt angedeihen lassen, die es notwendig erheischt.

Man sieht so oft Damen mit häßlich geslickten Strümpfen. Auch die Sorgfalt des Glücks gehört zur Pflege des Neubären, viele wollen darin einen Schlüssel auf den Charakter der betreffenden Frau oder Tochter überhaupt ziehen. Es ist daher auch nach dieser Seite hin wichtig, sich da keine Mühe sparen zu lassen.

Anita.

Haarerhaltungs- und Haarerzeugungsmittel. (Nach Kneipp.) 200 Gramm feingeschnittene Brennesselwurzeln werden in 1 Liter Wasser und in  $\frac{1}{2}$  Liter Essig eine halbe Stunde lang gesotten und dann abgegossen. Mit dieser Flüssigkeit wird der Kopf vor dem Schlafengehen gut gewaschen. Um das Sprödwerden der noch vorhandenen Haare zu verhüten, wird der Kopf wöchentlich einmal mit seinem Salatöl eingerieben.

Gegen Fußschweiß. Man präpariert die Strümpfe nach dem Waschen und nach halberfolgtem Trocknen durch Eintauchen in eine 3prozentige Borsäurelösung. D. h. man löst 30 Gramm kristallisierte Borsäure in 1 Liter Wasser. Die Strümpfe werden dann trocknen gelassen.

Frostbeulen an den Füßen. Man läßt eine große, geschälte Selleriekappe  $\frac{1}{2}$  Stund in 3-4 Liter Wasser kochen und badet dann in dem abgegossenen Wasser die Füße so heiß wie möglich.

Bertreiben von Warzen. Die Warzen werden öfters mit einer starken Sodalösung eingerieben, die man vollständig entroden läßt.

Rf.