

**Zeitschrift:** Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst  
**Band:** 20 (1930)  
**Heft:** 2  
  
**Artikel:** Die Mode und die Hygiene  
**Autor:** H.S.M.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-634035>

### **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:** 23.02.2026

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

### Zwei von Tausenden.\*)

„Zwei Kinder sind wir aus dem schönen Ort  
Mit vielen Häusern in dem Tale dort.  
Die Sommer Sonne schien zu uns herein,  
Im Winter wärmt des Herdes Flammenschein. —  
Nun steht kein Haus mehr — denn die Feindeshand  
Der Türken hat das ganze Dorf verbrannt.  
— Der Vater lag im Blut — die Mutter rang  
Mit einem Türken, der sie niederzwang.  
Halbtotgeschlagen fiel sie ihm zum Raub,  
Er schleppte seine Beute durch den Staub.  
Dann steckt in Flammen unser Haus der Held,  
Uns schrie er an: „Schert euch ans End der Welt!“  
Wir liefen, liefen — herbstlich fiel das Laub —  
Blutrote Spuren ließen wir im Staub. —  
Ans End der Welt! Wie finden wir den Ort?  
Revork hat mich gefragt: „Ist Mutter dort?“  
Er friert und hungert — ach, er ist so klein!  
Schon sinkt die Dunkelheit auf uns herein.  
Ich muß mich setzen — halt ihn fest im Arm,  
Daß er an meinem Herzen neu erwarm'.  
Er schläft — ach Gott, wie ist es kalt und traurig!  
Der Wölfe Heulen tönet gar so schaurig.  
Auch ich mücht schlafen und im Schlaf vergessen,  
Daß eine schöne Heimat wir besessen...  
Revork ist kalt wie Schnee, die Wang erbleicht.  
Nun schlaf auch ich — Gott findet uns vielleicht  
Und trägt ans End' der Welt uns lieblich fort  
Und sagt uns auch, ob Mütterlein schon dort...“

\*) Aus dem Buche „Karen Zeppé“ von Ingeborg Maria Sied. — Karen Zeppé, die Tochter eines dänischen Lehrers und selber Lehrerin, gab vor Jahren ihre Stelle aus freien Stücken, von ihrem mitleidigen Herzen getrieben, auf und wanderte nach Armenien aus, wo sie die Schul- und Waisenarbeit organisieren half. Sie machte dann auch den Krieg und die Greuel der Armenienmassaker von 1917/18 durch und ist, nachdem sie sich in der Heimat von den Schrecken und Anstrengungen dieser Jahre erholt hatte, wieder im Dienste dieses ärmsten aller Völker tätig. Sie leitet jetzt die Heimischaffung der in die türkischen Harems verschleppten Armenierfrauen und Kinder mit dem Erfolg, daß schon etwa 1700 dieser Bedauernswerten aus der Gefangenschaft erlöst und in Rettungsheimen untergebracht werden konnten. Wir drucken das Gedicht aus den Dezember-„Mitteilungen über Armenien“ ab.

### Die Mode und die Hygiene.

Der Pelz eines Hundes repräsentiert im Winter 1,4 Prozent seines Gesamtgewichtes, währenddem die Kleidung eines Mannes in dieser Zeit 10 Prozent seines Gesamtgewichtes ausmacht.

Der Mann bedeckt sich bis zu dem Grade, daß die Luftsicht, die seinen Körper umgibt, die feuchte Temperatur der tropischen Atmosphäre erreicht, währenddem die Frau sich mit frischer, trockener Bergluft umgibt, dank ihrer Art, sich zu kleiden.

Die Frauen passen viel verständiger das Gewicht und die Dichtigkeit ihrer Kleidung den Temperaturveränderungen an. Der Mann, der am Morgen dicke und schwere Unterkleider anzieht, muß sie den ganzen Tag tragen, währenddem die Frau, hauptsächlich ein Umschlagtuch oder eine Wolljacke benützt, um sich zu wärmen, diese Kleidungsstücke nach Belieben anziehen oder ablegen kann. Es war nicht immer so. Vor etwa 20 Jahren wogen die Winterkleider eines Deutschen ungefähr sieben Kilo und die seiner Frau noch etwas mehr. Seine Bekleidung hat sich nicht geändert, diejenige der Frau aber wiegt ungefähr 10mal weniger als früher.

Der Unterschied bezieht sich nicht allein auf das Gewicht. Die Kleider der Frau lassen viel mehr Luft und Licht — inbegriffen die kostbaren ultra-violetten Sonnenstrahlen — durch; denn bei ihr sind nicht allein die Partien des Körpers, die von jeglicher Bekleidung frei sind, größer als beim Manne, sondern auch die bedeckten Partien bleiben in irgend einer Weise für die Sonnenstrahlen zugänglich,

die der Männer aber fangen sie vollständig auf. Man hat das mit zahlreichen Experimenten mittelst unter den Kleidern befestigtem Photographenpapier bewiesen. Die Seidenstrümpfe ließen viel Licht durch, währenddem die Strümpfe des Mannes die Strahlen auffingen, ganz besonders, wenn sie doppelt waren. Das Papier, das unter allen Kleidern einer Frau befestigt war, ist nach 30 Minuten schwarz geworden, währenddem es unter der Kleidung des Mannes seine Farbe nicht verändert hat. Die Kleider ließen also nicht den geringsten Strahl durch.

Selbst bei den Kindern beobachtet man einen sehr ungerechten Unterschied in der Art der Bekleidung, und die Knaben, wie die Männer, haben das Recht, gegen diese Gewohnheit zu protestieren, die sie eines der wichtigsten Faktoren ihrer Gesundheit beraubt.

Man muß indessen nicht meinen, daß die Frauen niemals einen Irrtum begehen und das Monopol der Weisheit mit Rücksicht auf die Bekleidung haben. Die Seidenstrümpfe besitzen, wie wir eben gesehen haben, den großen Vorzug, die Sonnenstrahlen durchzulassen. Aber wenn die Mode gebietet, daß die Frau sie trägt, auch wenn die Temperatur mehrere Grade unter Null fällt, kann man sich auf großes Mißbehagen gefaßt machen. Vor einigen Jahren machte ein dänischer Arzt in einer medizinischen Gesellschaft Mitteilungen über eine neue Krankheit, von der er einige Fälle beobachtet hatte. Die Kranken waren junge Frauen, deren Beine vom Fußknöchel bis zum Knie geschwollen und gerötet waren. Die Patientinnen klagten über allgemeine Müdigkeit und ein Frostgefühl. Ihre Beine waren erschlafft und schmerzten. Die Symptome vermehrten sich, wenn die Temperatur fiel, und bei einigen zeigten sich andere Zeichen einer schlechten Zirkulation, nämlich violette Färbung der Hände und der Arme. Diese neue Krankheit datierte seit die Frauen die Gewohnheit angenommen hatten, Röcke nur bis zum Knie und Seidenstrümpfe zu tragen. Der Gedanke liegt uns fern, die Rückkehr zum langen Rock zu verlangen, aber es scheint, daß der an und für sich vernünftigen heutigen Mode nicht blindlings gefolgt werden sollte, ohne Rücksicht auf das Klima und die Temperatur. Man kann die klügsten Ideen und Neuerungen übertreiben, und es wäre sehr schade, wenn die weibliche Gesundheit unter törichtem Uebertreibungen leiden müßte. H. S. M.

### Ds närvöse Eveli.

Von Marie Bühlmann.

3 dr Pension.

D'Frou Meier isch mit dem Eveli gäge Neueburg zuegfahre. Dert het si's ine Pension bracht. Uf ds Zahle chöm's ere nid ab, aber rächt fürnahm müeß es sy, het si ihrer Cousine, wo dert mit eme Stationsvorstand isch verheiratet gsy, gschriebe. Si het äxtra e neue Mantel u ne Rock la mache u isch ga ne Huet house, für mit em Eveli i ds Wäلتsche z'fahre. Natürlich isch o ds Töchterli fein usgstaffiert worde.

Grad wie vor nün Jahre bim Nschriebe isch d'Frou Meier jitz o dert i dr Pension dr Vorstehere ds Eveli rächt ga empfähle u re dr Spruch ga säge wäge de schwache Närke. U merkwürdig: die Dame, e schöni Frou mit Silberfäde im brune Haar, het ere fasch die gluchi Antwort gäh, wie denn d'Fräulein Gradus. Mit eme schwäre Härz fahrt si hei.

Im Alchzimmer het d'Vorstehere die Töchterli enandere vorgstellt, füzähni si nes gsy, fasch us allne Herre Länder; die zwo länge, blonde us Aengland, die dreie mit de brand-schwarze Haare us Floränz, eini us Mannheim, eini us Amsterdam, eini us Stodholm, eini mit Duge wie grochi, schwarzi Chirsi vo Spanie u de no es halb Doke Schwnzere. Uf en erschte Blic het ds Eveli gseh, daß sie alle us vür-nähme Familie chöme. Es isch nid e gwöhnlechi Pension gsy, wo me hli französisch parliert u Klavier spielt. Nei,