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

Band: 25 (1935)

Heft: 8

Rubrik: Die Seite für 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: 12.12.2025

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

Die Seite für Frau und Haus

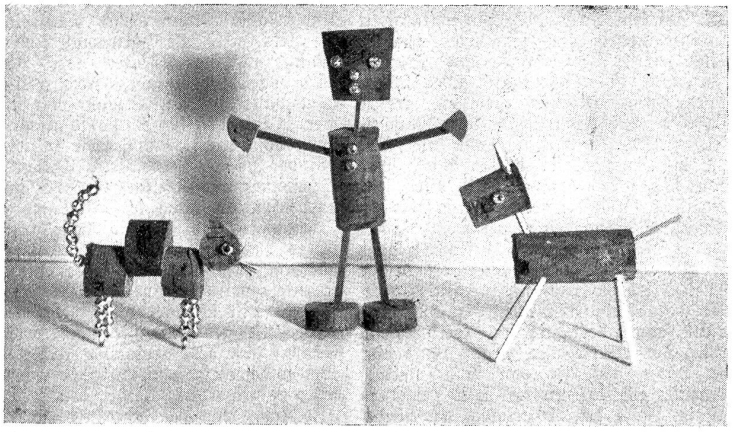
HANDARBEITEN, ERZIEHUNGSFRAGEN, PRAKTISCHE RATSCHLÄGE, KÜCHENREZEPTE

Spiel- und Beschäftigungsecke

Korke werden lebendig.

Eine ganze Menagerie mit lustigen Tieren können wir aus alten Flaschenkorken basteln. Dünnen Draht, etwa 15 Zentimeter lang, ziehen wir quer durch einen kleinen Kork, der den Kopf eines Katers bilden soll. Mit dem Ende des Drahtes verknüpfen wir einige kleine Drahtstücke, die den Schnurrbart darstellen. Als Augen werden an den glatten Schmalseiten zwei Perlen mit je einer Stecknadel angesteckt. Der Körper entsteht aus einem in drei Stücke geschnittenen langen Kork. Den Draht fädeln wir in der Art hindurch, daß der mittlere Kork höher steht als die beiden äußeren Korke, wodurch der Kater einen Buckel erhält. Damit der Draht sich leichter durchziehen läßt, stechen wir uns die Löcher vorher mit einer Stricknadel vor. Der übrige Draht wird, nachdem wir Perlen darauf gefädelt haben, als Schwanz in die Höhe gebogen. Als Füße verwenden wir vier Stecknadeln, deren Spitzen wir in entsprechender Entfernung in den Kork stecken, nachdem wir ebenfalls Perlen zur Verstärkung darauf gefädelt haben. Damit ist unser Kater fertig.

Er will aber als Gespielen einen Hund haben. Deshalb nehmen wir einen langen Kork, in den wir vier kleine Holzstäbchen als Beine und ein weiteres als Schwanz stecken. Auch den Hals bildet ein Holzstäbchen. Wir stecken dazu das eine Ende in den großen Kork und das andere an das Ende der Längsseite eines kleinen Korkes. Auf den kleinen Kork stecken wir noch zwei kleine Holzstäbchen als Ohren. Als Augen befestigen wir wiederum mit Stecknadeln zwei Perlen an den Kork.



Sein Herr ist ebenfalls aus einem kleinen und einem großen Kork gewachsen. Der kleinere Kork bildet den Kopf, der größere den Körper. Beide werden durch ein kleines Holzstäbchen, das den Hals darstellt, verbunden. Aus vier weiteren Holzstäbchen entstehen Arme und Beine. Als Hände kleben wir zwei kleine, dünn geschnittene Korkscheiben an den äußeren Rand der Arme. Damit der Mann besser stehen kann, stecken wir die Beine noch in zwei runde dicke Korkscheiben. Perlen dienen uns wieder dazu, Augen und Nase sowie einige Jackenknöpfe darzustellen. Wir können diese aber auch durch Bemalung mit schwarzem Tusche ersetzen.

Nun an die Arbeit! Beim Basteln werden euch noch viele Tiere einfallen, die ihr aus Kork herstellen könnt. H. Sch.

Häusliche Ratschläge

Wie ich mir den Hausfrieden erhalte!

1. Ich ärgere mich nicht über Kleinigkeiten, auch nicht dann, wenn mein Mann jeden freien Moment die Zeitung liest.

2. Ich nähe Knöpfe an und flicke zerrissene Mantelfutter, ohne große Dankesbezeugungen zu erwarten.

3. Ich freue mich über jedes kleine Geschenk, auch wenn es nicht gerade das ist, was ich mir wünschte.

4. Ich verspreche nirgends und niemandem etwas, das ich nicht halten kann.

5. Ich zeige mich nicht ungekämmt und im Morgenkleid außerhalb des Schlafzimmers.

6. Ich befleißige mich der Höflichkeit gegen die Meinen, unsere Freunde, unsere Hausbewohner und Nachbarn.

7. Ich kümmere mich nicht um anderer Leute Privatangelegenheiten.

8. Ich erzähle keinen Klatsch weiter, das ist sehr förderlich für den Seelenfrieden.

9. Ich singe, auch wenn manches schief geht.

10. Ich vergleiche mein Leben nicht immer mit andern, denen es besser geht. R. F.

Gefahren im Badezimmer.

Von allen Räumen einer Wohnung steht punkto Unfallhäufigkeit das Badezimmer an erster Stelle. Aber, eine Gefahr kennen, heißt, sie vermeiden! Tatsächlich könnten 90 Prozent aller Badzimmerunfälle vermieden werden, weil sie auf menschliche Unvorsichtigkeit oder auf Unkenntnis zurückzuführen sind. Es ist nun einmal Pflicht, sich der besonderen Gefahren das Badzimmers bewußt zu sein. Dann wird jedes Familienmitglied im eigenen Haushalt praktische Unfallverhütung treiben können.

Da schafft sich eine Familie einen größern und leistungsfähigern Gasbadeofen an und läßt ihn durch einen sogenannten „Auchmonteur" aufstellen. Dieser bedenkt nicht, daß die größere Verbrennungsmenge ebenfalls ein entsprechend dickeres Ableitungsrohr bedingt. Folge: die vorhandene Abgasleitung ist zu klein, um die überwiegend aus Kohlensäure bestehenden Verbrennungsgase fortzuführen. Der Baderaum erfährt eine unzulässige Kohlensäuresättigung. Die badende Person wird in der Wanne ohnmächtig und sinkt ganz unter Wasser. Der in der Nähe weilenden Mutter fällt die Stille auf. Sie ruft und sprengt die Türe. Dreistündige Wiederbelebungsversuche sind endlich von Erfolg gekrönt. Aber es hätte auch anders gehen können! Was nun, wenn die Person bei Abwesenheit aller andern Familienglieder gebadet hätte? Moral: niemals baden, wenn man allein in der Wohnung ist, niemals während des Badens die Badzimmertüre durch Schlüssel oder Riegel sperren! Einmal ereignete sich ein Todesfall deshalb, weil ein Vogelpaar sein Nest in die Austrittsöffnung des Abzugrohres eingebaut hatte.

Hygienisches

Normaler Puls?

Es ist wenig bekannt, daß der Puls der Frauen im Durchschnitt in der Minute sechs bis acht Schläge mehr tut als der der Männer. Diese Tatsache allein zeigt, daß man nicht, wie so viele Aengstliche, gar so sehr um sein Wohl besorgt zu sein braucht, wenn das Herz nicht genau „vorschriftsmäßig" zweiundsiebzigmal in der Minute klopft. Der Puls des Menschen ist verschiedener als zumeist angenommen wird. Im ersten Lebensjahr schlägt er oft weit mehr als hundertmal in der Minute, im dritten zirka hundertmal, im fünften geht er auf ungefähr 90 zurück. Bei Erwachsenen beträgt seine Zahl dann etwa 72, im Alter zählt man gewöhnlich 65 Pulsschläge, und bei Greisen ist meist wieder ein etwas schnelleres Tempo festzustellen. Sehr große Menschen haben fast immer einen etwas langsameren Puls als kleine. Ueber einen verminderten Puls soll man sich nicht so leicht beunruhigen. Es gibt viele Menschen, die im Ruhestand nicht mehr als 55 bis 60 Puls haben, dennoch ganz gesund sind und ein hohes Alter erreichen. Gefährlich ist nur eine plötzliche stärkere Verlangsamung, über deren Ursache man sich sofort beim Arzt Aufklärung verschaffen soll. — Häufiger ist die Beschleunigung des Pulses, die besonders bei Fieber auftritt und durch den bei erhöhter Temperatur gesteigerten Stoffwechsel bedingt ist. Aber auch starke Nervosität kann, ohne daß Herzfehler oder sonstige Erkrankungen vorliegen, das Herz schneller arbeiten lassen. — Man kann die Leistungsfähigkeit der Herzmuskeln auf eine sehr einfache Art prüfen: In vierzig Sekunden werden zehn Kniebeugen gemacht. Danach darf der Puls um höchstens 10 Schläge pro Minute vermehrt sein. Bei einem gesunden Herzen dauert die Beschleunigung nicht länger als zwei Minuten. — Wie gesagt, die vorschriftsmäßige Pulszahl ist nur eine Norm, die für den Durchschnitt der Menschen aufgestellt ist. Man darf dabei niemals vergessen, daß zum Beispiel nicht nur körperliche, sondern auch geistige Anstrengungen — ganz abgesehen selbstverständlich von jedem Erregungszustand — bereits eine raschere Herztätigkeit verursachen können. C. M.

Für die Küche

Linsengericht.

Linsen mit Zwiebelsauße. Die Linsen werden über Nacht in frischem Wasser eingeweicht und dann andern Tags im Einweichwasser gekocht. Dieses wird abgegossen. In einer andern Pfanne bräunt man eine gehackte Zwiebel und Speckwürfelchen in Butter, stäubt 1 Löffel Mehl darüber und verkocht mit Linsenwasser Salz und Pfeffer. Man fügt die vertropften Linsen bei und kocht alles auf kleinem Feuer noch 10 Minuten.