**Zeitschrift:** Die Berner Woche

**Band:** 30 (1940)

**Heft:** 26

**Rubrik:** Die Seite der Frau

# 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: 24.11.2025** 

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

# Die Seite der Frank

# Schönheitspflege in den Sommermonaten.

In den Sommermonaten ist es ganz besonders nötig, den Körper zu pslegen, denn es werden in den heißen Tagen an ihn ganz besondere Ansorderungen gestellt, die man nur bewältigen tann, wenn man die Körperhygiene beachtet. Der Schrecken aller Frauen sind die Sommersprossen und Leberslecke, die sich ia im Sonnenlicht besonders gut entwickeln. Sommersprossen und Leberslecke sind Farbstoffansammlungen (überpigmentierungen) unter der Haut, vom hellen Braun dis beinahe zum Schwarz. Sonnenstrahlen machen sich immer in der Pigmentierung der Haut demerkbar, und einen absolut sicheren Schutz gegen Sommersprossen gibt es nicht. Auch wenn man sich noch so gut mit dem Hut oder Sonnenschirm schützt, die schon vorbandenen Sommersprossen färben sich dunkel und verunstalten die Haut.

Sommersprossen und Leberslecke müssen deshalb gründlichst entsernt werden, wenn man sie endgültig loswerden will. Dies geschieht nur, wenn die Haut bis in jen. Schicht zerstört wird, in der die Farbstoffkörnchen eingelagert sind. Diese Zerstörung darf aber nur von fachkundiger Hand angewandt werden, damit keine Narben und Entstellungen zurückbleiben. Berdünnte Säuren, Kohlensäureschnee, Elektrolyse und Diathermie tun bier ihr Werk, denn der sich bildende und nach einer Weile abstallende Hautschorf nimmt den Farbstoff mit aus der Haut. Doch, wie gesagt, nur der Fachkundige kann diese Beseitigungen vornehmen, ohne daß Vertiesungen und Versärbungen in der neuen Haut auftreten.

Es gibt aber auch Leberflecke, die nicht eine besondere Tiefenwirkung haben, genau so wie die nur schwach entwickelten Sommersprossen. Hier gibt es eine Reihe guter, alter Hausmittel, die man anwenden kann, um diese schwachen Flecken zu
entsernen. Nur ist eins Bedingung: Gedusch! Bleichend wirkt
immer Zitronensaft und der Saft der grünen Gurke. Reibt man
sich jeden Abend das Gesicht mit Gurkenscheiben ein so werden
ganz allmählich die Sommersprossen gebleicht, und großporige
Haut zieht sich zusammen. Auch Zwiebelsaft wirkt bleichend,
wenn man ihn folgendermaßen zubereitet: Man schneidet eine
Zwiebel in seine Streischen, die man mit einem Lössel Rochsalz
vermischt. Der sich bildende Saft wird auf den Lebersleck aufgestrichen, nachdem man die umliegende Haut mit einer Schicht
Fettereme geschützt hat.

An heißen Sommertagen, an denen der Körper besonders schwitzt, ist eine besonders sorgfältige Körperpflege schon aus rein ästhetischen Gründen unbedingt ersorderlich. Das Wundwerden der Zehenhaut, das sehr schwerzhaft ist und störend wirft, wird durch guten Trockenpuder bekämpst. Sin Kamillenbad für Achselhöhle und Füße sollte mindestens alle zwei Tage vorgenommen werden. Ferner ist es notwendig, das Gesicht an warmen Sommertagen des österen mit einem alkoholhaltigen Gesichtswasser abzureiben. Man vermeidet so Bickel und Mitesser, die sich besonders im Sommer gern bilden.

Ist man an einem heißen Sommertag einmal besonders abgespannt, so wirft ein Kräuterkissen, das man auf das Geslicht legt, besonders erfrischend. In ein Leinensäcken tut man Kamille, Efeublätter, Salbei und Pfesserminztraut, seuchtet das Säcken mit lauwarmem Wasser gut an und legt es auf das Gesicht. Mehrmals muß angeseuchtet werden, aber nie mit heisbem, sondern immer nur mit lauwarmem Wasser. Nach dieser

Brozedur wird das Gesicht gut abgetrocknet und mit einer unparfümierten Fettcreme eingerieben, die gut einziehen muß. Dann reibt man das Gesicht mit einem Frottiertuch frästig ab, bis die Haut rissig schimmert, und legt eine Tagescreme auf, die man überpudert, nach diesem Kräutertissendad fühlt sich die Haut wie neugeboren an.

# Für das junge Mädchen: Kennst Du Dich?

In der Natur ähnelt fein Blatt dem anderen. überall zeigen sich kleine Unterschiede. So ist es auch im Menschenleben. Kein Gesicht ist genau dem anderen gleich. Kein Charafter läßt sich mit dem anderen identissieren. Genau so ist es für den Menschen schwer, klar seine Wünsche zu äußern, genau zu sagen, was er gern hat und was er ablehnt. Je nach dem Charafter fann es heute so sein und morgen anders. Das ist besonders bei den Frauen der Fall. Und deshalb muß sich ein junges Mädchen schon frühzeitig über sich selbst klar werden, um seinen wahren Charafter zu erkennen, wenigstens in einer rohen und allgemeineren übersicht. Wir können zu dieser Erkenntnis natürzlich sehr einsach beitragen, indem wir sür die beiden Hauptgruppen — romantischer oder realistischer Charafter — fragen und Richtlinien zusammenstellen.

### Romantischer Charafter:

Gehst du gern an schönen Sommerabenden oder bei hellem Mondschein spazieren? Hörst du gern dem Gesang der Bögel in einem stillen Wald zu?

Sigt du gern bei niedersinkender Nacht an einem Fenster und träumst?

Magft du gern, daß man dir Gedichte vorlieft? Schließt du die Augen, wenn du eine schwermütige Musik vernimmst?

Liest du gern Liebesromane, in denen der Bräutigam nach überwindung größter Schwierigkeiten doch den Weg zum Herzen der Angebeteten oder zum Glück findet?

Möchtest du selbst die Heldin eines solchen Abenteuers sein? Liebst du die Einsamkeit? Die Phantasie?

Wenn du auf diese Fragen mit "Ja" antworten mußt, dann bist du ohne jeden Zweifel eine romantische Natur.

### Der realistische Charatter:

Stehst du morgens gleich auf, wenn du erwachst, ohne noch lange im Bett herumzuliegen oder zu träumen und an alles oder an nichts zu benken?

Rannst du deine Tagesarbeit beginnen, ohne vorher die Romansortsetzung in der Zeitung gesesen zu haben? Bist du immer sehr beschäftigt und suchst du immer eine Tätigkeit, die sogar deine Sonntage aussüllt?

Rommt in deinem Leben der Beruf und das geschäftliche Interesse vor der Freundschaft? Betrachtest du das Geld als die wichtigste Angesegenheit des Lebens und werden deine Gefühle an die zweite Stelle gedrängt?

Wenn du eine Reise machst, entwirfst du vorher ein sorgfältiges Brogramm?

Rannst du schon 8 Tage im voraus den Film oder das Theaterstück bestimmen, das du gerne sehen möchtest?

Haßt du die Zufälle?

Wenn du auf diese Fragen "Ja" antworten kannst — sei gewiß, daß du mit beiden Füßen auf dem Boden der Tatssachen und in der Realität steckst.