

**Zeitschrift:** Die Berner Woche  
**Band:** 30 (1940)  
**Heft:** 30  
  
**Rubrik:** Haus und Heim

### **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:** 03.04.2026

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

# Haus und Heim

## Nach Hausarbeit ist „Kopfarbeit“!

Die Küche ist unbestritten das Reich der Frau, und doch — ganz keckerisch gedacht — manchmal wäre es nicht unangebracht, einen Mann in die Küche zu setzen: so, nun organisiere man!

Besser aber, wir organisieren selbst. Also, der Abfalleimer muß natürlich zwischen Herd und Anrichtetisch stehen. Es ist ja ein ewiger, überflüssiger Umweg mit den Abfällen vom Tisch über erst zum Abfalleimer und dann mit dem zugepuckten Gemüse oder Fleisch zum Herd zu laufen, statt beides auf einem Wege abzumachen. Warum hängen die Handtücher und Geschirrtücher nicht näher am Abwaschtisch? Man tropft mit nassen Händen nur den Boden voll, wenn man erst die Reife nach dem Tuch antreten muß. Warum steht der Anrichtetisch weiter vom Herd entfernt als der Küchenschrank? Umgekehrt ist es richtig!

Warum ist auf dem Anrichtetisch ein solches Durcheinander? Weil es in der Küche nur eine Abstellstelle gibt! Dabei sind zwei solcher Flächen unerlässlich. Die eine, der Tisch, also eine Abstellfläche in Sitzhöhe, wird gebraucht, um Geschirr abzustellen, um Pakete auszupacken, um Sachen zu ordnen, um Gemüse im Sitzen zu puzen. Die zweite Abstellfläche, möglichst eine Ausziehplatte des Küchenschrankes, soll höher sein. Hier bereitet die Hausfrau alles zu, was rasch gehen soll, und wozu sie sich nicht setzen kann. Aus diesem Grunde muß die Fläche immer höher sein als die des Tisches, soll die Hausfrau nicht unnötig angestrengt werden und vorzeitig ermüden.

Warum schlägt die Tür immer gegen die Wand? Der Lärm macht die eilige Hausfrau nur noch nervöser. Ein Gummistopfen eingeschraubt, und man ist dieser Sorge ledig. Warum hängen die Topfdeckel nicht in einem einfachen Gestell über dem Herd oder gleich daneben? Warum hat der Abfalleimer keinen Bodenhebel, sodaß sein Deckel sich auf Fußtritt öffnet und man mit beiden Händen Abfall hineinschütten kann? Warum sucht man immer nach den Streichhölzern, die die rauchtollen Männer stets zu entführen pflegen, und bedient sich nicht des sparsameren Herdanzünders? Warum ist der Beleuchtungskörper zwar mit einer reizenden Porzellantraufe umgeben, die aber leider einen großen Teil des Lichtes schluckt? Warum nicht einen flachen Mattglaschirm anbringen, der die Lichtstreuung nach allen Seiten fördert? Warum sind immer zu wenig Haken für Geschirrtücher da, wo es doch geringe Mühe kostet, neben die vorhandenen noch ein paar einfache Haken einzubohren? Es sieht viel netter aus, wenn die Tücher nicht unter dem Halter auf dem Boden liegen.

Und was ist das für eine Lappenwirtschaft? Ueberall treiben sich Lappen herum, teils grau, teils weiß, teils sauber, teils weniger. Die Hausfrau kennt sich vielleicht aus in der Bestimmung der einzelnen Tücher aber ein anderer — „nicht diesen Lappen, der ist nur für die Ausgüsse! Laß schon, es macht mich bloß nervös, wenn einer in der Küche herumwirtschaftet...!“ Ja, die Nervosität wäre ausgeschaltet, wenn jeder Lappen, wie jedes Tuch, seinen vorgeschriebenen Platz oder Haken hätte. Man kann so leicht mit Wäschekarte die Bestimmung des Lappens in eine Ecke schreiben. Außerdem finden sich Dinge, die an ihren vorbestimmten Plätzen liegen, immer leichter als andere... Und wie es mit den Arbeitsgeräten ist, so verhält es sich auch mit der Arbeit selbst. Ein bißchen System, eine kleine Unterteilung des großen Aufgabenkomplexes schafft Wunder. Wie jedes Tuch, so gehört auch jeder Arbeitsvorgang an den dafür bestimmten „Haken“ im Gedächtnis. Dann wird nichts vergessen, nichts übersehen, und von all den kleinen Pflichten wächst sich keine zu unberechtigter Bedeutung aus. Denn, nicht wahr, so weltbewegend wichtig ist das doch alles gar nicht,

daß man daraus Staatsaktionen machen müßte — wie leider manche Hausfrau!

## Mutters Hausapotheke beim Wochenendausflug

Es gibt wohl keinen Wochenendausflug, bei dem nicht irgendeine kleine „Panne“ passiert. Entweder fällt Häschen hin und schlägt sich das Knie blutig, oder Lieschen ist etwas ins Auge geflogen. Vater hat ein giftiges Insekt gestochen — und was sonst noch geschehen mag. Da muß Mutter helfend eingreifen, und beim Rucksackpacken darf die kleine Hausapotheke nicht vergessen werden. Es ist gar nicht nötig, daß man zu viel Medikamente oder Verbandzeug mitschleppt, man muß nur wissen, wie alles angewandt wird, und darf nicht durch laienhaftes Herumprobieren die Sache schlimmer machen.

„Mir ist etwas ins Auge geflogen!“ Weinend und Augen reibend kommt das kleine Lieschen angelaufen, und Mutter soll nun helfen. Gerade bei Augenverletzungen muß man sehr vorsichtig sein, es ist schon viel Schaden entstanden durch falsches Behandeln. Das Reiben des Auges ist verkehrt, weil der hineingeflogene Fremdkörper auf der Augenhaut kratzt und außerdem das Auge trocken wird, weil die Tränenbildung versiegt. Die Tränen sind aber das beste Hilfsmittel, das die Natur eingerichtet hat, um den Fremdkörper aus dem Auge wegzuschwemmen.

Man ziehe also zuerst das untere Augenlid vor und stülpe es um, kommt der Fremdkörper dann nicht zum Vorschein, so mache man dasselbe mit dem oberen Augenlid. Man wische vorsichtig mit einem reinen Lappchen (nicht Watte, weil diese ausfunkt) von außen zur Nasenwand den Fremdkörper fort. Kühlen mit einem feuchten Taschentuch beseitigt dann auch noch das letzte Druckgefühl. Ist das Auge gerötet, dann müssen abends lauwarme Kamillenumschläge gemacht werden. Einträufeln von Aristo-Del lindert die Schmerzen, besonders wenn es sich bei der Augenverletzung um eine Nekrose handelt. Kleine Eisenpäne werden heute durch Magneten aus dem Auge entfernt, doch kann dieses natürlich nur der Arzt vornehmen. Es genügt, wenn die Mutter saubere Lappchen und ein Fläschchen kalten Kamillentee bei sich hat.

Wenn ein Kind hingefallen ist und sich das Knie blutig geschlagen hat, so ist das nicht gleich ein Unglück, das den ganzen Wochenendausflug gefährden kann. Es ist falsch, die Wunde sofort auszuwaschen und Watte aufzulegen. Es genügt, wenn man ein sauberes Tuch auslegt, das mit Nilotan getränkt ist. Und später, wenn man zu Hause ist, kann man einen richtigen Verband anlegen. Hat man sich beim Öffnen einer Büchse z. B. in den Finger geschnitten, so hilft ein bißchen Eisenchloridwatte, die zusammenziehend wirkt und den Blutausfluß abstoppt. In jede Wochenendaapotheke gehört Eisenchloridwatte und Heftpflaster. Bei schwereren Verletzungen, besonders dann, wenn eine Schlagader verletzt ist, und wenn aus der Wunde das Blut stoßweise hervorspritzt, muß man das Blut zwischen Wunde und Herz abbinden. Man drückt die Schlagader gegen den darunterliegenden Knochen, man findet die Stellen an der Schläfe, am Hals, seitlich vom Kehlkopf, an der Innenseite des Oberarmes und in der Leistengegend. Bei solchen Verletzungen muß natürlich umgehend zum Arzt geschickt werden.

Sehr unangenehm sind die Insektenstiche, die aber beinahe auf keinem Wochenendausflug zu vermeiden sind. Ein sehr gutes Mittel gegen Bienen- und Wespenstiche ist die Bestäubung mit vierprozentigem Mentholspiritus. Der Stachel muß mit einer Pinzette entfernt werden.