Zeitschrift: Die Berner Woche

Band: 30 (1940)

Heft: 37

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: 30.11.2025

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

Die Seile der Frau Frau

Herbstliche Modegedanken

Was an der kommenden Modesaison überrascht, ist die Tatsache, daß sie nichts Ueberraschendes bringt. Ihr fehlen die Direktiven, die Paris und London jeweils zu Saisonbeginn auszugeben pflegten. So bleiben wir diesmal von modischen Erzentrizitäten, aber auch von originellen Neuschöpfungen verschont. Die Mode bewegt sich im nämlichen Geleise wie lettes Jahr, doch zeigt fie eine gewiffe Tendenz zur Burückhaltung, zur Sparfamkeit. Wahrscheinlich werden die schwingenden Glodenjupes auf ein bescheidenes Maß dezimiert, auch mit ftoff= verschwendenden Garnituren wird gespart. Pelze werden nicht mehr, wie vor Jahresfrift, allein zu koftspieligen Garnituren verwendet; damals faumte man Mantel und Jaden mit fcmeren Silber- und Blaufüchsen, sondern sie werden wieder eher ihrer urfprünglichen Bestimmung, der des Barmespendens, qu= geführt. Neuerdings werden vielfach billige Felle als Futter der Stoffmäntel verwandt, eine kluge und vernünftige Idee. Eine Modeüberraschung dieses Winters wird das Auftauchen der Straßenhose sein, die von dem jüngeren Teil der Damen= welt bereits in diesem Sommer afzeptiert wurde. Denn nirgends macht sich die Temperatur schlechtgeheizter Räume so unangenehm bemerkbar, wie an den dunnbestrumpften Beinen. Zwar wird dieser Winter eine teilweise Renaissance der Woll= ftrümpfe herbeiführen, doch jungere Damen scheinen sich bereits jest endgültig für die lange hofe in Braun, Blau und Grau entschieden zu haben. Seidenkleider, die früher auch im Winter, besonders für den Nachmittag "en vogue" waren, weichen durchwegs langarmeligen Wolltleidern in schönen Paftellfarben, wobei besonders der Gestaltung des Aermels und der Taschen viel Aufmerksamkeit gewidmet wird. Neuartig find die Farbenzusammenstellungen! Kornblumenblau, Schwarz und Braun, diese Farben werden oftmals kombiniert und ergeben überraschend hübsche Effette. Auch warmes sattes Braun, Maisgelb und Olive scheinen Modefarben zu werden.

Die losen Flauschmäntel, denen man schon einige Male in den vergangenen Jahreszeiten begegnete, sind auch jetzt wieder aktuell. Von den Hüten ist nicht viel Neues zu berichten, als daß manche von ihnen eine erstaunliche Aehnlichkeit mit sommerlichen Turbans ausweisen, nur daß sie nicht mehr aus Seide, sondern aus Filz hergestellt sind. Alles in allem läßt die herbstliche Mode dem individuellen Geschmack jeder Frau mehr Freibeit denn je. Die Mode hat ausgehört zu "diktieren", und jetzt wird es sich zeigen, wie weit die Frauen fähig sind, sich ohne äußere Direktiven hübsch und geschmackvoll zu kleiden. nl.

Warum so wenig Bein=Pflege?

Es ist erstaunlich, wie wenig Wert auf eine sachgemäße Pflege der Beine gesegt wird. Frauen, denen es selbstverständlich ist, Gesicht und Hände zu pflegen, denken gar nicht daran, daß die Beine auch ihre Sorgfalt haben wollen. Und dabei haben die Beine doch die schwerste Arbeit zu leisten.

Besonders die Hausfrauen klagen oft über Schmerzen im Bein, über angeschwollene Gelenke und Brennen der Fußsohle. Alles kommt daher, daß keiner seine Beine richtig behandelt. Dabei ist das so einkach. Uebermüdete Füße müssen gebadet werden, am besten in einem Kräuter- oder Fichtennadelbad. Durch das Kräuterbad — man kann die Kräuter sür wenig Geld überall beziehen — wird der Blutkreislauf angeregt, die Fußhaut wird richtig durchblutet, die unangenehmen kalten Füße verschwinden, Muskeln und Sehnen werden widerstandsfähiger. Barfußlausen ungefähr 10 Minuten am Morgen ist sehr gesund, man wird sich schon nicht gleich einen Schnupsen holen. Ein ganz billiges Fußbad bereitet man, indem man zwei Liter lauwarmen Wassers eine Messerspiße Alaun zusetzt und dann die Füße 20 Minuten hineinhält. Legt man dann noch die Beine 10 Minuten lang etwas hoch, so geht jede Ansschwellung der Knöchel zurück.

Die Selbstmassage der Beine ist nicht zeitraubend, man muß es nur richtig machen. Man nimmt etwas Fettcreme zwisschen die Fingerspitzen und massiert, von den Zehen ausgehend, fräftig nach dem Anie. Niemals umgekehrt streichen! Die Wade wird zwischen den Daumen geknetet. Nach der Massage wird der Fuß nach beiden Richtungen hin frästig gerollt. Hat man besonders starke Beine, so kann man sie über Nacht in seuchte Bandagen wickeln. Die Bandagen werden mit Salzwasser angeseuchtet, gut ausgewrungen und dann von unten nach oben gewickelt. Macht man dies eine Zeitsang, wird man merken, daß das Bein eine gute Form bekommt. Aber Geduld ist nötig! Nach Abnahme der Bandagen muß das Bein gut durchmassiert werden.

Störend sind die Schwielen und harten Hautstellen an den Füßen. Durch Erweichen im Fußbad und Schaben mit Bimsstein verschwinden sie sosort. Bei übermäßiger Schweißabsonderung ist Abreibung mit Franzbranntwein sehr heilend, auch eine Mischung aus 2—5 Teilen Formalin mit 100 Teilen Franzbranntwein hat gute Wirtungen.

Man ist ja in den letzten Jahren davon abgekommen, immer hohe Absäte zu tragen, und damit ist schon viel geholsen. Einen kleinen Absat braucht jeder Fuß, das Herumlausen in absätzlosen Pantosseln ist schödlich, und die Schmerzen im Bein werden nicht nachlassen, wenn man den ganzen Vormittag in "Latschen" geht. — Müdigkeitserscheinungen verschwinden, wenn man sich ein bischen um seine Beine kümmert!

Eine neue praktische Rezeptsammlung

ift soeben vom Verlag Elektrowirtschaft herausgegeben worden, ein kleines, sauber gedrucktes und gut ausgestattetes Heftchen, betitelt "Sparfam tochen". Es enthält ausgezeichnete Rezepte, die unserer heutigen Zeit Rechnung tragen. Ein= fachheit heißt ihre Devise. "Einfachheit soll das Losungswort von uns Frauen sein, wie dies auch unserem Schweizer Wesen und unserem demokratischen Sinn näher liegt, und dem wir als Hausfrau und Mutter treu bleiben wollen. — Gerade beim Effen heißt es je einfacher, je beffer. Genugreich und ein= ladend kann man auch eine einfache Schüffel richten. Mit Schönheitssinn geordnet und nett auf den Tisch gebracht, wedt sie bedeutend mehr Efluft als überhäufte Platten. Gerade diese Beiten muß man mit fröhlichem Sinn und einfacher Roft erhellen und eine innere Befriedigung schaffen, indem man fich mit den schmachaften Erzeugniffen einzurichten sucht, die unser Land hervorbringt und vorrätig hat." Diese gefunden Grundfate find die beste Empfehlung für das fleine treffliche Heftchen.