

**Zeitschrift:** Die Berner Woche  
**Band:** 31 (1941)  
**Heft:** 27  
  
**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:** 05.04.2026

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



## Die bernischen Kindergärten zu Stadt und Land

Wie es um diese Stätten der Kleinkinder-Erziehung im Bernerland steht, wie für die Verbreitung der Kindergartenidee gearbeitet wird, in welcher Weise sich die Kindergärtnerinnen weiterbilden, wie sie bestrebt sind, an aus der heutigen Zeit herauswachsenden Aufgaben mitzutragen, wie es um ihre finanzielle Sicherstellung während den Jahren ihrer Arbeit und in alten und frankten Tagen steht, über das alles gibt der un-  
 längst erschienene Bericht über die Vereinstätigkeit des Kindergartenvereins des Kantons Bern Aufschluß. Er berichtet über eine Zeitspanne von 10 Jahren, nämlich über die Zeit von 1930—1940.

Zweck des Kindergartenvereins des Kantons Bern ist die Verbreitung der Kindergartenidee und die Verbesserung der Lage der Kindergärtnerin. Er setzt sich zusammen aus Aktivistmitgliedern, d. h. Kindergärtnerinnen im Amt, sowie unterstützenden und Kollektivmitgliedern. Durch die beiden letzteren Mitgliederkategorien wird der Verein aus einem reinen Berufsverband zu einem Zusammenschluß aller derer, denen die Förderung des Kindergartenwesens in Stadt und Kanton Bern wichtig und notwendig erscheint.

Und diese Förderung aus privater Initiative ist heute noch dringend nötig; denn im Gegensatz zu andern Kantonen leistet der Kanton Bern keine Staatsbeiträge an die Kindergärten. Auch sind es auf das Ganze gesehen, verschwindend wenige Gemeinden, die einen Kindergarten ganz auf Gemeindefkosten erhalten, mit Ausnahme der Gemeinde Thun, die mehrere städtische Kindergärten besitzt. Meistens sind es Garantvereine, oder Sektionen des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins, die die verantwortlichen Träger des Kindergartens sind und von den Gemeinden größere oder kleinere jährliche Beiträge erhalten.

Daß dadurch die finanzielle Lage der Kindergärtnerin nichts weniger als rosig ist, liegt auf der Hand. Sie leistet ihre Arbeit, die ihren ganzen Einsatz erfordert, bei sehr kleinem Einkommen und meistens ohne gegen Krankheit und Altersbeschwerden versichert zu sein.

Wir leiden in Stadt und Kanton Bern an zu wenig und oft überfüllten Kindergärten. Mancherorts fehlt es an geeigneten Lokalitäten oder an zweckdienlichem, der Entwicklung des Kleinkindes förderlichem Material.

Und doch, der Kindergarten ist wichtig und notwendig für die Erziehung unserer Kleinkinder. Am 16. Dezember 1939 machte das kantonale Kriegsfürsorgeamt die Kriegsfürsorgekommissionen der Gemeinden aufmerksam auf die Gefahr der Verwilderung der Jugend, die aus der Notlage der heutigen Zeit erwächst. Als fürsorgliche Maßnahmen dagegen wurde auch die Gründung von Kindergärten erwähnt. In einem Referat über „Kindergarten und Jugendhilfe“ stellte Herr Dr. Leuenberger, Vorsteher des kantonalen Jugendamtes, die Behauptung auf: „Je kinderärmer ein Volk ist, desto wichtiger und notwendiger sind Kindergärten.“ Gewiß bildet der Kindergarten einen wichtigen Bestandteil des heute so viel besprochenen Familienschutzes. Möchten doch weite Kreise darauf aufmerksam werden, daß die Förderung des Kindergartenwesens nicht zu den Dingen gehört, die heute getrost in den Hin-

tergrund geschoben werden dürfen. Wer gerne ideell und materiell an seiner Förderung mithelfen will, melde sich doch als unterstützendes Mitglied des Kindergartenvereins an, bei der Präsidentin, Gutenbergstraße 33, Bern.

## Vorsicht mit Babys Sonnenbad!

Heiße Tage sind eine besonders kritische Zeit für das Kleinkind, und die sorgsame Mutter muß in diesen Tagen auf alles achten.

Sonnenbaden ist gesund? Für Baby auch? Mütter lassen sich leicht verleiten, ihr Kind nackt in der Sonne strampeln zu lassen, und das lustige Krähen des Kleinen scheint ja auch anzuzeigen, daß das Kind sich wohlfühlt. Und doch ist gerade beim Sonnenbad des Babys allergrößte Vorsicht am Platz. Es ist nicht gut, wenn die Sonnenstrahlen den ungeschützten Kinderkörper treffen, wenn sie auf das unbedeckte Köpfchen scheinen und in die noch so empfindlichen Kinderaugen blenden. Die kindliche Haut ist gerade den Strahlen gegenüber ganz besonders empfindlich, und wenn man das Kind ungeschützt einem prallen Sonnenlicht ausgesetzt hat, dann stellen sich Hautfrieseln und Rötungen ein, die schmerzhaft sind und das Kind stark belästigen.

Durchsonnte Luft ist viel gesünder als Sonnenstrahlen. Am besten macht es die Mutter, wenn sie das Kleine unter einem Sonnendach strampeln läßt, es genügt auch ein großer Sonnenschirm. Hier werden die Augen geschützt, das Kleine braucht nicht zu blinzeln, sondern kann sich nach Herzenslust erfreuen. Die durchsonnte Luft ist warm genug, das Kind braucht nicht bekleidet zu sein — aber länger als zehn Minuten soll man es nicht nackt strampeln lassen!

Immer wieder muß man den Müttern zurufen: Schützt die Augen der Kinder vor dem grellen Sonnenlicht! Das Herz kann einem weh tun, wenn man sieht, wie unbedachte Mütter ihre Kinder ohne Sonnenschutz im Wagen spazieren fahren. Die Mütter sollten nur selbst einmal so in den Himmel schauen, wie sie es ihren Kindern zumuten, nicht eine Minute könnten sie es aushalten, und die Augen würden tränen.

Wie soll das Kleinkind in den heißen Sommertagen ernährt werden? Diese Frage ist für alle Mütter von größter Wichtigkeit, denn Darmstörungen in den Sommermonaten bilden eine ernste Gefahr für den Säugling. Niemals darf die Mutter ihr Baby in heißen Sommermonaten abstillen — der Wechsel von der natürlichen zur künstlichen Ernährung wird nicht vertragen! Kinder, die schon an Flaschenmilch gewöhnt sind, vertragen diese Ernährung natürlich auch in den Sommermonaten, nur muß die Milch da besonders gut gepflegt sein, die darf nicht verderben. Brattisch sind die Gummiringe, die man um die Milchflaschen legt, sie haben einen Schlauch, der an die Wasserleitung angeschlossen wird. Der Ring berieselt dann die Flasche und hält sie kühl. Ein Hilfsmittel, wenn man keinen Eisschrank hat! Es ist aber kein so großes Unglück, wenn die Milch einmal sauer geworden ist, das Kleinkind verträgt auch einmal saure Milch, wenn man sie gut verquirlt — nur darf man nicht zuviel Zucker zusetzen, am besten ist Milchsüßholz, der auch von dem empfindlichsten Magen vertragen wird.

Das Baby hat Durst — genau wie der Erwachsene. Aber es darf nicht immerfort Milch trinken! Schon das Zweimonatskind verträgt gekühlten Fencheltee, der gut den Durst löst, er muß nur schwach gesüßt sein. Der Tee darf natürlich nicht eis-

kalt sein, sondern muß immer eine lauwarme Temperatur haben. Obstjäfte können vom vierten Monat an gegeben werden, verdünnen darf man sie nur mit sterilisiertem, d. h. abgekochtem Wasser — aber am besten ist unverdünnter Obstsaft.

## Von Vitaminen, Kohlehydraten und Mineralsalzen

Selbstverständlich spricht heute jede Hausfrau ernsthaft über die lebenswichtige Vitamine und über Kalorien. Und natürlich weiß sie Bescheid mit Kohlehydraten und Mineralsalz — aber weiß sie es genau? Kennt sie sich wirklich in dem Kapitel „Küchenchemie“ aus? Weiß sie wirklich, warum manche Speisen gekocht werden müssen, warum man die Kartoffeln nicht schälen soll und all der Dinge mehr?

Wir verlangen natürlich nicht, daß die moderne Hausfrau ein gelernter Chemiker sein muß, oder daß sie etwa ihre Haushaltsführung aus dem Laboratorium und aus der Retorte heraus erklärt. O nein. Aber es ist nicht nur ganz nett, sondern lebenswichtig, daß z. B. die Hausfrau auf die Frage des Ehemannes am Mittagstisch: „Warum gibt es eigentlich bei uns immer Pellkartoffeln?“ richtig antwortet. Der Grund ist ja so einleuchtend. Bei der Kartoffel sitzen nämlich die wichtigsten Nährstoffe, wie Vitamine, Mineralsalze und Eiweißstoffe, unmitttelbar unter der Schale. So würden sie natürlich verloren gehen, wenn man die Kartoffel vor dem Kochen schält.

Woraus besteht nun eigentlich die menschliche Nahrung? Was verlangt man von den Nahrungsmitteln? Wir essen Gemüse, weil im Gemüse hauptsächlich Eiweiß und Kohlehydrate vorhanden sind, außerdem Mineralsalze und die lebenswichtigen Vitamine. Alle diese Stoffe sind bei pflanzlicher Nahrung in Zellen eingeschlossen. Die Eiweißstoffe der Nahrungsmittel müssen zum Gerinnen gebracht werden, erst dann können sie richtig verdaut werden, auch die Stärke, die sich in unlöslicher Form in kleinsten Körnchen in den Nahrungsmitteln vorfindet (besonders bei Mehlspreparaten und Hülsenfrüchten), muß umgewandelt werden in lösliche Form mit Hilfe des Kochens. Der Kochtopf ist die Retorte der Hausfrau. In ihm wandelt sie auch fetthaltige Zellen in einen verdaulichen Zustand um. Geschäbe das nicht, dann würden diese fetthaltigen Zellen unbenutzt mit der Zellulose angeführt werden und der Körper hätte keinen Vorteil davon.

Bei Milch und Eiern, auch beim Fleisch sind diese Stoffe nicht in Zellen eingeschlossen, hier liegen sie frei, sind leicht zu verdauen. Natürlich darf die Hausfrau die Lebensmittel nicht stundenlang kochen, sie töten damit den Nährwert der Vitamine — gut gedämpft ist besser als lange gekocht.

Doch der Mensch selber sorgt schon dafür, daß Magen und Darm die Verdauungstätigkeit erleichtert wird. In diesem Zusammenhang muß man einmal von der Spucke reden, obwohl man das ja sonst nicht tut. Die Kohlehydrate der menschlichen Nahrung werden mit Hilfe des Speichels in verdauliche Form übergeführt, je länger man eine Speise kaut, umso besser wird sie durchseht mit Speichel und auf diese Weise gut vorbereitet für die Magenarbeit. Je besser ein Mensch kaut, umso mehr wird die Speicheldrüsentätigkeit angeregt, umso aufnahmefähiger ist der Magen. Der Magen aber kümmert sich in der Hauptsache um die schwer löslichen Eiweißstoffe, die er mit Hilfe des Magensaftes, der aus Pepsin-Salzsäure besteht, in lösliche Formen umwandelt. Der Darm steuert aus der Pankreasdrüse ebenfalls einen Saft zu, der die Lösung der chemischen Stoffe der menschlichen Nahrung unterstützt.

Solche chemischen Vorgänge muß die Hausfrau kennen, um ihren Küchensettel wirkungsvoll — in jeder Hinsicht — zu gestalten. Also — eine Stunde „Küchenchemie“ macht sich bezahlt.

## Das Kind wächst? — Nein, es hat Rheumatismus.

Die wahren Ursachen lästiger Schmerzen. — Nicht immer schreit das Kind ohne Grund.

In den letzten 50 Jahren hat die medizinische Forschung besonders in bezug auf alle Erkrankungen rheumatischer Art große Fortschritte erzielen können. Diese Fortschritte beschränken sich leider zum großen Teil auf die Erkenntnis der Krankheit, während das „restlose Heilmittel“ noch nicht gefunden ist. Für die Mutter ist es wichtig zu wissen, daß auch ein Kind Rheumatismus in frühester Jugend haben kann! Jede Äußerung des Schmerzes beim Kind muß beachtet werden, wenn sich diese Schmerzen auf die Beine, und vor allem auf die Gelenke erstrecken.

Es darf nicht mehr vorkommen, daß die Mütter und die alten Tanten, wie dies häufig in unserer Jugend der Fall war, behaupten, daß Schmerzen, die ein Junge oder ein Mädchen nachts in den Beinen hatten, einfach sogen. „Wachs-Schmerzen“ seien. In Wirklichkeit sind die Ursachen dieser Schmerzen, die oft die Kinder dazu bringen im Schlaf laut zu schreien, rheumatischer Art.

Dieser Kinderrheumatismus muß rechtzeitig bekämpft werden. Denn nur zu oft entwickelt sich aus solchem Kinder-Rheumatismus später ein Herzleiden, das das ganze Leben hindurch dem Opfer Schwierigkeiten bereitet.

Aber nicht allein die Schmerzen in den Beinen verraten Rheumatismus. Wenn ein Kind häufig sehr heiser ist, Halschmerzen und Mandelentzündung hat, dann besteht gleichfalls der Verdacht der rheumatischen Erkrankung. Denn häufig bahnt sich das Gift, das später den Rheumatismus auslöst, über die Mandeln einen Weg in den Blutstrom. Der Blutstrom trägt die Erreger dann in den ganzen Körper. Das Herz, die Gelenke, der Rücken und die Glieder werden befallen.

Selbst gewisse Arten der Fallsucht und der sogen. Beitztanzen sind nichts anderes als sehr gefährliche Formen rheumatischer Erkrankungen, die auf das Gehirn geschlagen sind. Die Behandlung rheumatischer Erkrankungen ist eine Angelegenheit des Arztes. Die Mutter kann — solange es sich noch um die Vorbeugung handelt, — natürlich viel tun, um ihr Kind vor dem Rheumatismus zu bewahren. In der Regel beginnt der Kinderrheumatismus mit dem 2. Lebensjahr. Die Kinder sind auffallend blaß, fühlen sich immer kühl und kalt, klagen über einen steifen Nacken, über Schmerzen in den Gliedern und im Rücken. Diese Kinder müssen ständig eine gute wollene Unterkleidung tragen, wobei keineswegs notwendig ist, die Kinder zu vermöhen. Aber man sollte unbedingt als Mutter darauf sehen, daß die Kinder auch im Spiel niemals ihre Strümpfe und Schuhe ausziehen, um mit nackten Füßen herumzulaufen. Ein für den Rheumatismus empfindliches Kind kann sich derartige Entkleidungsumstände nicht leisten. Auch muß man darauf sehen, daß solche Kinder sich niemals lange in feuchten Häusern aufhalten.

Achtet man darauf, daß die Kinder stets trockenes Schuhwerk an den Füßen haben, sieht man ferner auch darauf, daß die Kinder abends mit einer relativ guten Körperwärme ins Bett kommen, dann braucht die Mutter wegen des Kinderrheumatismus für ihren Sprößling keine Sorgen zu haben.

Das Kind warm in das Bett zu bringen ist ein sehr wichtiger Faktor. Denn ein für den Rheumatismus disponiertes Kind kann häufig wegen kalter Füße nicht einschlafen. Bekommt das Kind aber vorher ein warmes Bad, oder wird es am Ofen entsprechend gewärmt oder bringt man wenigstens für einige Minuten eine Wärmeflasche in das Bett, dann ist alles getan, was an Vorbeugung von der Mutter getan werden kann. Stellt sich trotzdem eine Erkrankung ein — dann darf man nicht zögern, den Arzt zu rufen.

## 750 Jahre Bern

(Schluß von Seite 659)

Den Hauptanziehungspunkt wird für uns Niklaus Manuel, der Künstler, Dichter, Staatsmann und Reformator bilden, dessen berühmte auf uns gekommene Werke in ihrer Gesamtheit zur Ausstellung gelangen. Daneben werden auch Bilder des Berner Meisters mit der Nefke und von Jakob Boden gezeigt, der neben verschiedenen Altarwerken 1533 in Auftrage des Berner Rates den Christoffel im obern Tor gemalt hat.

Das XVII. und XVIII. Jahrhundert wird repräsentiert durch die bekannten Werke von Jesof Werner, Johann Dünz, Rudolf Huber, Handmann, Aberli, Freudenberger, Vory usw. und das XIX. Jahrhundert durch die Dietler, Walzhard, Simon, Karl Stauffer, Albert Anker usw.

Eine letzte Abteilung ist Hodler und einigen noch schaffenden Künstlern gewidmet.

Damit habe ich Ihnen eine kurze Übersicht über das reiche und hervorragende historische und künstlerische Gut gegeben, das in den verschiedenen Ausstellungen dem Besucher geboten wird und das nicht nur das Interesse der Berner, sondern des ganzen Landes beanspruchen darf.

Wenn wir die Gegenwart mit früheren Zeiten vergleichen, werden wir erkennen, wie vieles wir denen zu verdanken haben, die vor uns waren — wie vieles von dem, was uns heute so selbstverständlich erscheint, von ihnen ersehnt, erstritten und mit dem Einsatz ihres Lebens errungen wurde. Aus Chroniken, aus Urkunden und Dokumenten, aus alten Bildnissen treten sie uns mit der Frage entgegen, die Rudolf von Lanel für sie aussprach: „Bist du deinem, unserem Volk, dem Lande, für das wir unser Leben einsetzten, was du ihm sein sollst? Würdigst du die Opfer, die wir für die gemeinsame Sache brachten?“

Die vielgestaltigen Zeugen und Denkmäler aus Berns stolzer Vergangenheit wollen den Willen unseres Volkes zur geistigen Landesverteidigung stärken und unsere Liebe und Treue zu Heimat und Vaterland beleben und vertiefen. Wird das erreicht, dann, meine Damen und Herren, haben die Ausstellungen 750 Jahre Bern ihren vornehmsten Zweck erfüllt.

In diesem Sinne erkläre ich die Ausstellungen als eröffnet und übergebe sie dem Präsidenten des Organisationskomitees, Herrn Stadtpräsident Dr. Bärtschi, mit dem Wunsche, es möge über dem Ausstellungsjahr ein glückliches Geschick walten.

## Der eingerahmte Franken

In einer großen Schweizer Stadt sitzt in einer stillen Seitenstraße auf einer halbversteckten Bank ein armer Dichter und verzehrt sein Weggli. Dieser und jener der Vorübergehenden blickt verstohlen hin und macht sich, da es Mittagszeit ist, seine Gedanken — „wieder einer, der sich kein Mittagessen leisten kann“. Der Dichter schaut nicht auf, aber er liest trotzdem in diesen Blicken und Mienen.

Plötzlich langt ein Arm über seine Schulter und eine fremde Hand legt ein Frankenstück auf das Papier, worin das Weggli eingewickelt war.

Als der einsame Mann sich umschaut, sieht er den Geber schon in einiger Entfernung eilig fortgehen; er trägt ein blaues Arbeiterkleid. Der Dichter nimmt den Franken, steht auf und will dem Davongehenden nachsehen. Dann aber zögert er. Nein, er darf diesem Manne keine Enttäuschung bereiten ...

Zu Hause hat der Dichter noch ein altes, kleines Bilderhälmchen. Da kommt der Franken nun hinein und ein Glas-

plättchen darüber. Seinen Platz erhält er über dem Tisch, an dem der Dichter zu schreiben pflegt. —

Und fragt einer der wenigen Freunde, die hin und wieder zu Besuch kommen, nach der Bedeutung dieses Frankenstücks unter Glas und Rahmen, dann sagt der Dichter mir:

„Es ist eine Mahnung und ein Trost: es gibt noch Menschen und gute Herzen.“

Doch niemals gibt er die kleine Geschichte preis. Er hat sie wie ein Geheimnis in seiner Brust verschlossen. Carl Hedinger.



## An den sonnigen Halden des Lötschbergs

An sonnigen Halden, da klettern gepaart  
Die Dörflein zur Höhe, zur Tiefe  
Als ob sie der silberne Gletscher und Firn,  
Die Weite des Tales riefe.

Vom Himmel geliebt, gesegnet mit Licht  
Im webenden Sonnenglanze —  
Wie lachen sie braun vom Bergeshang  
Aus schwellendem Blütenkranze.

Weißglänzende Kirchlein vom Mattengrün  
Mit schlanken Türmen sich heben;  
Ihr schirmender Friedenskreis umschließt  
Ein schlichtes Hirtenleben.

Ein Blick in trauliche Stuben hinein,  
In Herzenseinfalt, Genügen;  
Ein kinderleicht Wandern im Sonnenschein,  
Als ob die Lüfte uns trügen.

Der Herdenglocken perlender Schall  
Bald nahend, bald ferne verklingend,  
Verborgener Bächlein melodischer Fall  
Tief in der Erde singend.

Von krieg'rischen Sagen ein blitzender Hort,  
Von sinnig frommen Legenden,  
Ein lieblich Umschweben, ein flüsternd Geleit,  
Wohin auch die Schritte sich wenden.

Dazwischen ein Blick ins Rhonetal —  
Ein unermeßliches Gleiten  
Von Dorf zu Dorf, von Alm zu Alm,  
Bis ferne die Höhen sich weiten,

Und blitzende Zacken herübersehn  
Und einsam feierlich ragen;  
Wie heilige Wächter, die hochgestellt  
Die Bläue des Himmels tragen.

Frieda Stäuble (Bern).