

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 87 (1961)
Heft: 37

Rubrik: Die Frau von heute

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

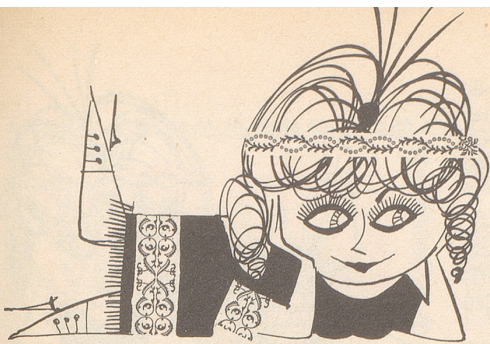
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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

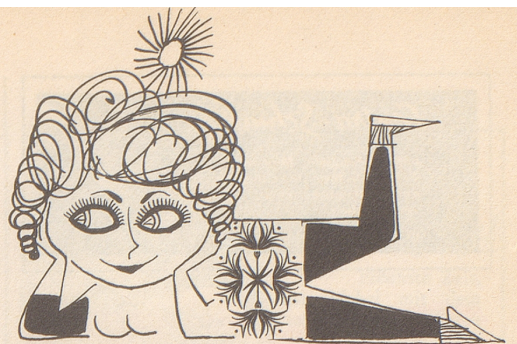
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 18.01.2026

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



DIE FRAU VON HEUTE



Neues über den Schlaf

«Laßt fette Männer um mich sein, die nachts gut schlafen» sagt Shakespeare in «Julius Caesar». Er war offenbar der – wahrscheinlich goldrichtigen – Auffassung, daß dicke Leute besser schlafen, als magere, und auf das gut Schlafen kam es ihm an. Weil es sich mit gutausgeschlafenen Leuten besser leben und auskommen läßt, als mit andern.

Die Wissenschaft, die ewig wache, hat noch vor kurzer Zeit behauptet, der Tag mit seinen Mühen und Lasten – manchmal muß man sogar denken – verursache eine Ansammlung von Giften im Gehirn, die durch den Schlaf wieder ausgeschieden würden.

Die Theorie hat mir durchaus eingeleuchtet (ich bin immer bereit, an wissenschaftliche Erkenntnisse zu glauben), aber jetzt hat sich herausgestellt, daß sie wenn nicht geradezu falsch, so doch übervereinfacht ist. Wir können nämlich auch dann einschlafen, wenn wir unser Gehirn mitnichten überbeansprucht und folglich mit Giftstoffen angereichert haben, also wenn wir gar nicht müde sind. Andererseits können wir müde und sogar erschöpft sein und doch keinen Schlaf finden. Da sind nun verschiedene, neue Theorien aufgetaucht. Einmal die Frage, ob am Ende Schlafen der natürliche Zustand des Menschen sei, und Wachsein folglich eine Art Abnormität. Als Beispiel werden Säuglinge und junge Tiere angeführt, die fast die 24 Stunden des Tages verschlafen. Erst das Leben mit seinen Ansprüchen zwingt uns dann zu immer größeren Perioden des Wachseins und der Aktivität, nach deren Ueberwindung wir uns nachts endlich wieder in den Normalzustand des Schlafens zurückziehen können. Auf mich hat diese Theorie einen leicht vertrottelnden Einfluß. Der Gedanke, daß ich 16 bis 17 Stunden am Tag in einem anormalen Zustand verbringe, gefällt mir nicht so recht. Aber das beweist natürlich nicht das geringste gegen ihre Richtigkeit.

Es ist typisch westlich-schlampig, diese tägliche Rückkehr in den Urbeginn, in den Schlaf, für sehr wesentlich zu halten; die sowjetischen Wissenschaftler teilen diese Auffassung ganz und gar nicht. Sie gehen davon aus, daß Schlaf sich überwinden läßt, genau wie man vieler Krankheiten Herr geworden ist.

«In den sechziger Jahren dieses Jahrhunderts», sagte eine Leuchte der Sowjetakademie der Wissenschaften, «wird es uns gelingen, den «elektrischen Schlaf» zu vervollkommen, der innert zwei Stunden jede Spur von Muskel- oder Nervenermüdung beseitigen wird. Energische Menschen werden dadurch instandgesetzt, 22 Stunden der Aktivität per Tag zu genießen.» Das heißt doch sicher in jenen tüchtigen Gegenden, daß sie

22 Stunden im Tag werden arbeiten können. Ob das dann auch alle genießen werden, weiß ich natürlich nicht. Aber ich bin kein sehr energischer Mensch und folglich nicht kompetent.

Immerhin haben selbst westliche Wissenschaftler, bereits vor 30 Jahren, vorausgesagt: «Man wird vermutlich schon in der nahen Zukunft eine Behandlung oder eine Tablette finden, die einen ganz kurzen Tiefschlaf ermöglicht.» Aber dann sagen sie noch etwas Westlich-Schlampiges: «Am Tage, wo sie gefunden sind, zögern Sie keinen Moment, – lehnen Sie sie ab.»

Den Menschen um den Schlaf zu bringen, kam ihnen offenbar so absurd vor, wie uns die Bébés aus der Retorte, weil sie der Auffassung waren, der natürliche Schlaf erfülle eine wesentliche Aufgabe im psychischen Dasein.

Versuche haben zwar gezeigt, daß der «elektrische» Zweistundenschlaf sich als zureichend erweisen wird, wenigstens für die Beseitigung körperlicher Ermüdung. Aber es ist sicher besser, wenn er hinter dem Eisernen Vorhang bleibt.

Bethli

Zum Problem für Uneingeweihte

Betrifft: Ungültige Stimmen bei der Bundesratswahl

Liebe unwissende Mitbürgerinnen
Bethli und Margrit!

Also ich will es gleich gestehen: ich wußte es auch nicht! Deshalb habe ich die männlichen Mitglieder meiner Familie befragt. Sie waren entsetzt (und ich natürlich entspre-



Gönnen Sie Ihrem Körper eine Nikotinpause!

Wenn Sie auf Ihre Zigaretten nicht ganz verzichten möchten, so machen Sie wenigstens einmal eine wohlthuende Rauchpause. Ihrer Gesundheit zuliebe!

NICOSOLVENS

entwöhnt Sie mühelos von der Sklaverei des Rauchens.

Kurpackung Fr. 19.– in allen Apotheken. Aufklärende Schriften unverbindlich durch die Medicalia, Casima TI.

chend zerknirscht!) über soviel politische Naivität und Unkenntnis der Dinge. Besagte Männer erklärten mir also, die bewußten Nationalräte wüßten natürlich ganz genau, wie ein Stimmzettel ausgefüllt werden müsse. So dumm seien die nicht, das komme bei den Männern nicht vor. Aber eben – wir hätten halt auch «Pedealer» und andere Kommunisten in der Regierung. Die versuchten dann scheinbar, die Wahl des neuen Bundesrates zu sabotieren und schreiben auf die Stimmzettel etwa «Chruschtsi» oder «Stalin» oder «Fidel», und darum seien halt diese Stimmen ungültig. – Ich traute meinen Ohren nicht. Wäre es die Möglichkeit ...? Unter ernsthaften Eidgenossen? Man kann es als politischer Laie kaum glauben! «Und überhaupt», so sprachen meine Gewährsleute des weiteren, «da sehe man wieder einmal, was die Frauen von Politik verstünden. Und wenn sie das Stimmrecht hätten, bekämen die Kommunisten noch viel mehr Stimmen; nicht nur doppelt, sondern dreimal so viel ...» Und so weiter und so fort – das übliche.

Ich hoffe aber, daß inzwischen von kompetenter Stelle längst eine ernsthaftere und zutreffendere Aufklärung erfolgt ist. Zur Erhaltung eures und meines Seelenfriedens wäre es dringend zu wünschen.

In diesem Sinne grüße ich euch herzlich

Gritli

Schuhsorgen

Antwort an Frau Mariann

Mir geht es genau so wie Ihnen: Mit all dem spitzigen, stöckligen Zeug kann ich nichts anfangen. Aber ich weiß Ihnen einen guten Rat. Machen Sie es wie ich. Kaufen Sie sich Bubenschuhe. Kürzlich erstand ich mir ein solches Paar, leichte Ausführung, Größe 36. Ich sage Ihnen, sie nehmen sich geradezu hübsch aus an meinem kleinen Fuß und etwas Bequemes gibt es gar nicht und zudem noch so billig!

Ich glaube, wenn die Schweizerinnen nur eine Woche lang bloß Bubenschuhe kaufen würden, verschwänden bald die unmöglichen Gebilde aus den Schaufenstern. Die Käuferinnen sollten eben die Mode bestimmen und nicht die Herren Modekreatoren.

Viel Glück bei Ihrem nächsten Schuhkauf.

Leni

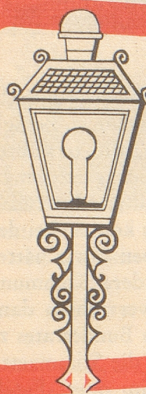
Einseitige Ratschläge ohne Ende

Ich war schon immer unsportlich, und das hat sich mit zunehmendem Alter und Gewicht nicht gebessert. Aber nun – nun bin ich urplötzlich auf die Palme geklettert, und da sitze ich nun. Lese ich da beim Nachmittagskaffee in einer Frauenzeitschrift (ich habe eben noch einmal nachgeschaut, es ist

Contra-Schmerz

hilft bei Kopfweg, Migräne, Zahnweh, Monatsschmerzen, ohne Magenbrennen zu verursachen.

12 Tabletten Fr. 1.80



Cherfritz BUCHS

St. Gallen

50 JAHRE GANTENBEIN

bekannt für vorzüglich



Blähungen

Völlegefühl
Verdauungsbeschwerden

Leiden Sie unter Blähungen, Völlegefühl, Magenbeschwerden und Appetitlosigkeit nach fetten Speisen? Versuchen Sie das altbewährte Melisana, (echter Klosterfrau-Melissegeist, unter Zusatz weiterer Heilkräuter). 1 Teelöffel Melisana in etwas Wasser nach den Mahlzeiten genügt... Sie werden sich wieder ganz wohl fühlen. Schmeckt gut und hilft rasch. Melisana ist in Apotheken und Drogerien erhältlich. Neu: vorteilhafte Sparpackungen.



Melisana hilft

Wackelt Ihr künstliches Gebiß?

Dentofix hält es fest.

DENTOFIX bildet ein weiches, schützendes Kissen, hält Zahnprothesen so viel fester, sicherer und bequemer, so daß man mit voller Zuversicht essen, lachen, niesen und sprechen kann, in vielen Fällen fast so bequem wie mit natürlichen Zähnen. DENTOFIX vermindert die ständige Furcht des Fallens, Wackelns und Rutschens der Prothese und verhütet das Wundreiben des Gaumens. - DENTOFIX verhindert auch üblen Gebißgeruch. In diskreten, neutralen Plastik-Streufaschen in Apotheken und Drog. Nur Fr. 2.40.

Generalvertretung: Studer-Apotheke, Bern



Für Ihre Gesundheit vor jedem Essen ein Gläschen Biotta aus frischem Gemüse biologisch laktofermentiert

Biotta-Säfte

Gemüsebau AG, Tägerwilten



wirklich nicht die «Gartenlaube», und da stoße ich auf einen Artikel, «wie wir Frauen den Herren der Schöpfung das Dasein erleichtern können». Ich klaube nur die allergrößten Rosinen heraus.

«- und klagt weder über Kopfschmerzen, noch über Müdigkeit im allgemeinen. Bittet ihn nicht sofort, wenn er die Haustüre öffnet, den Abfalleimer auf die Straße zu stellen oder»

Gut. Wenn also der Pächli eine 3 im Rechnen hatte und das Vreneli einen Schuh ausgezogen hat und in Nachbars (volles) Regenfäß versenkt und die Zwillinge Seife gegessen haben und Babys letzte Milchflasche eben entzwei ging und wir im übrigen den Föhn so spüren, daß es uns schier den Deckel ablüpft, dann warte man lächelnd, bis er den Regenmantel ausgezogen hat, bis er in die Pantoffeln geschlüpft ist und sich gemütlich hinsetzt - und erst dann bitte man ihn, den Abfalleimer auf die Straße zu stellen. Er wird sich freuen.

Ferner heißt es:

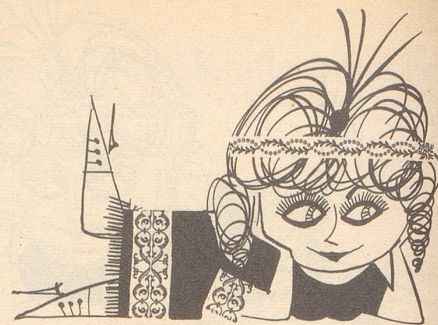
«Ueberredet ihn, sich nach dem Essen niederzulegen. (Daß ihr ihn nicht bittet, Euch beim Abwaschen zu helfen, ist so selbstverständlich, daß ich es nicht erwähnen möchte.) Deshalb ist er noch lange kein Pascha.»

Wenn man mich fragt -: moll. Er ist einer! Denn einer, der aus der Horizontallage zuschaut, wie seine Frau den Tisch abräumt, Lätzli und Hösi aufknüpft, die Kleinen ins Bett bringt und die Großen zum Zähneputzen mahnt und dann zur Schule spedierte, und wie sie dann das Geschirr einer x-köpfigen Familie wäscht und spült und abtrocknet und versorgt - der ist ein Oberdoppelpascha!

Und dann:

«Zeigt, daß ihr zufrieden seid. Zeigt, daß ihr keine (gar keine!) hochfliegenden Pläne hegt.»

Wir haben also zufrieden zu sein. Henu. Und hochfliegende Pläne sollen wir schon



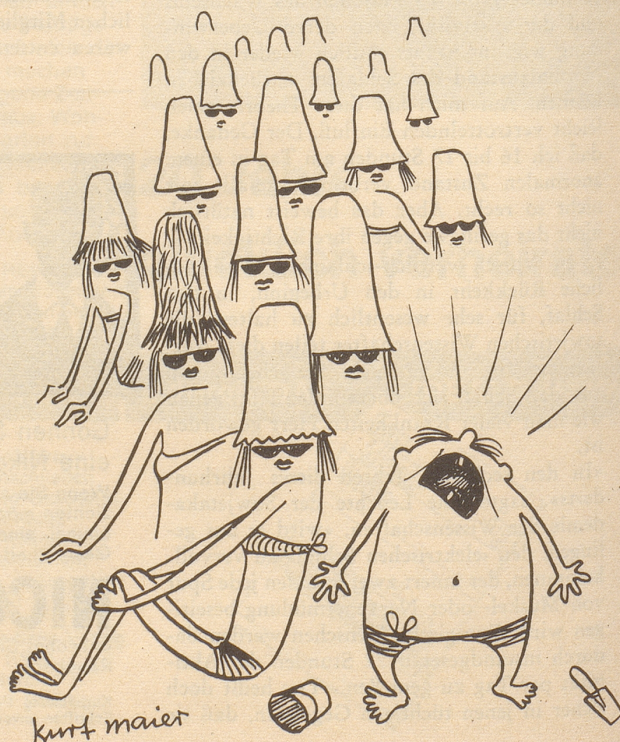
gar nicht haben. Aber ich habe sie halt! Man wird sich denk auch etwas wünschen dürfen, oder? Denn manchmal, wenn ich nach der großen Wäsche oder nach der Samstags-Putzete so in den Spiegel schaue, dann wünsche ich mir ganz einfach ein neues Gesicht und tizianrote Haare anstelle meiner Putzfäden, und Sabrina möchte ich überdies heißen. Und ein Haus aus Plastic möchte ich und ein zitronengelbes Telefon - - Aber dann hätte ich ja wohl auch nicht die vielen Kinder, und sicher einen Mann, der mir jeden Wunsch von den Augen ablasse, statt umgekehrt, wie die Fräulein in den Heftlein es verlangen.

Annelies

Der Sammlertyp

Am Anfang merkte ich es gar nicht. Erst als meine neue Nichte - man bekommt ja viele Verwandte, wenn man heiratet - also erst als die Kleine mir anvertraute, sie sammle Orangenpapiere, da kam mir der erste Verdacht. 32 verschiedene Sorten habe sie schon.

Auch bei uns staute sich mancherlei. Bekanntlich soll man das Eisen schmieden solange es heiß ist, d. h. den Mann erziehen, solange er frischgebacken. So sagte mir meine Schwägerin, sie ist ledig und wird es wohl wissen. Ich versuchte also meinem Manne beizubringen, er solle möglichst nur Sachen aufbewahren, die ihm später irgendwie nützlich sein könnten. «Tue ich auch», war seine Ant-



«Weles isch mis Mammi?!»

Kurt Maier

DIE FRAU VON HEUTE

wort, die ich auch erwartet hatte. Wozu er denn eigentlich alte Rasierklingen sammle? Die Erklärung, die er mir darauf gab, zeugte von wahrer Vorsorge: «Wenn wir je in einen Neubau ziehen müssen, so wird er sowieso noch nicht fertig sein, und dann haben wir eben alte Rasierklingen, um die weißen «Farbe-Fragezeichen» von den Fensterscheiben zu kratzen!»

Der Sammlertyp ist dem modernen Leben gewachsen, dachte ich, und gab mich geschlagen.

Sara

Du wirst Dich wundern, wie das die Scheiben hernimmt! Bethli

Liebes Bethli!

Mein Mann gehört zu jenen modernen, aufmerksamen Ehegatten, die bei der Geburt ihrer Kinder dabei sind. Mein ebenso netter, aufmerksamer Arzt versucht ihm diese schweren Stunden nach Möglichkeit zu erleichtern, indem er ihm Witze oder Müsterli aus seiner Praxis erzählt. Da sei letzthin eine sehr schweisssame Patientin niedergekommen. Sie überstand alle Schmerzen mit zusammengebissenen Zähnen, während ihr ebenso mitteilungsfreudiger Gatte ihr den Schweiß von der Stirne wischte. Erst als sie sah, daß man das Neugeborene auf die Waage legte, kam Leben in sie, und sie rief aufgeregt: «Schwester, wieviel wiegt's?»

Darauf der junge Vater gemächlich: «Werum, wotsches verchaufe?»

MAY

Samt gesucht

Eine miserable Hausfrau wagt es zwecks Hebung ihres Selbstbewußtseins, nach schlafloser Nacht, Ihnen dies weltbewegende Problem vorzulegen.

Die Taufpatin meines kleinen Peter, eine tüchtige Hausfrau, hat die Fähigkeiten, Haushaltelrtöchter mit Glanz durch die Prüfung zu bringen. Bei den jeweiligen Zusammenkünften dieser gestrengen Lehrmeisterinnen werden lebhaft Diskussionen gepflegt. Das Traktandum der letzten Sitzung hieß «Staubwischen».

Die konservativen Kreise vertreten nun die Ansicht, man wische den Staub von oben nach unten, fortschrittliche Zürcher Kreise distanzieren sich jedoch von dieser Methode und befürworteten ein Staubwischen, beginnend unten bei den tiefsten Tadelaren, Schäften und Leisten und fortschreitend nach oben. Die Folge davon war eine lebhafteste Diskussion mit Für und Wider, und am Ende entschlossen sich die tapferen Streiterinnen, die ursprüngliche Methode beizubehalten.

Aber dies alles dürfte noch nicht meine Komplexe erklären, denn bis anhin habe ich als schlechte Hausfrau nur dort Staub gewischt, wo solcher lag.

Anna, die letzte Kandidatin, bekam beim Schuheputzen nur eine 5, obzwar sie alles korrekt zu machen glaubte. Der Fehler lag jedoch am Glanzlappen, der aus Wolle bestand und nicht, wie bei einer guten Hausfrau selbstverständlich, aus einem Stück Samt von alten Herrenhosen. Bethli, ich flehe Sie an, mir mit gutem Rate beizustehen und mir mitzuteilen, 1. wie verschafft man sich einen Lappen aus alten Herren-Samthosen?; 2. wie bringt man einen Gatten dazu, Samthosen zu tragen, damit sie alt werden, denn neue dürfte man als gute Hausfrau doch kaum zum Schuheglänzen verwenden dürfen; 3. dürften es eventuell auch Knabensamthosen sein?

Mit freundlichen Grüßen bin ich Ihre
Renée

Liebe Renée, bin ich vielleicht das Orakel zu Delphi? Mir ist das alles ebenso neu wie Dir und es verwirrt mich zutiefst. Es bleibt mir also nur übrig, die Probleme meinen Leserinnen vorzulegen. Mein Mann hat auf die Zumutung, Samthosen anzuschaffen, damit ich Lappen draus machen kann, ungewöhnlich abweisend reagiert. Ich gehe seither als unverstandene Frau herum.

Herzlichst Dein Bethli

Kleinigkeiten

In den USA haben sie wieder einmal zwei tolle Umfragen veranstaltet, beide unter Frauen jeden Alters: Die erste Frage, die nach dem verführerischsten aller Männer, ergab einen eindeutigen Sieg der ergrauten oder ergrauenden Schläfen: Sieger: Vittorio de Sica, dann Rossellini, dann Fellini. Der Präsident Kennedy kommt erst an fünfter Stelle, vielleicht ist er zu jung.

Die zweite Frage: Was halten Sie vom Bikini-Badeanzug? ergab das unerwartete Resultat, daß die große Mehrheit der jungen Mädchen diesen als «ordinär, abstoßend und unästhetisch» ablehnten.

In Atlantic-City treibt gegenwärtig ein Einbrecher sein Unwesen, der immerhin einen gewissen Humor an den Tag legt. Er hinterläßt am Tatort eine Photo – nicht die seine, natürlich –, sondern die eines bekannten Kinostars mit authentischer Unterschrift und einen Zettel mit den Worten: «Entschuldigen Sie! Aber ich brauchte dringend Geld.»

Bei einer Verlosung in einer französischen Kleinstadt bestand einer der Gewinne in einer erheblichen Reduktion der Bestattungskosten des Gewinners. Das erinnert an die alte Geschichte vom Bestattungsgeschäft, in dessen Schaufenster ein Plakätlein hing: «Unverbindliche Auskunft im Laden.»

Zuschriften für die Frauenseite sind an folgende Adresse zu senden: Bethli, Redaktion der Frauenseite, Nebelspalter, Rorschach. Nichtverwendbare Manuskripte werden nur zurückgesandt, wenn ihnen ein frankiertes Retourconvant beigelegt ist.

Fritz! Fritz!
du bekommst ja eine Glatze!



Höchste Zeit, dem Uebel mit dem tausendfach bewährten **BIRKENBLUT** wirksam zu begegnen. Es hilft selbst da, wo alles andere versagte. Birkenblut-Produkte: Lotionen, Crèmes, Fixator, Brillantine, Shampoo, Schuppenwasser usw. sind Qualitäts-Produkte. Alpenkräuterzentrale am St. Gotthard Faido

Leiden Sie an

Fusspilz?

Sie erkennen die Fusspilz-Flechte an starkem Juckreiz, Bläschen und schmerzhaften Rissen an und zwischen den Zehen oder an der Fußsohle. Beim ersten Anzeichen dieser oft qualvollen Symptome sollten Sie die befallenen Stellen sofort mit einem mit Puroderm getränkten Wattebausch 2–3mal täglich betupfen. Die Puroderm-Wirkstoffe dringen tief in die Haut ein, desinfizieren und wirken sofort lindernd und heilend. Ein Versuch mit Puroderm wird Sie von der guten Wirkung rasch überzeugen. Ausserdem binden die Puroderm-Wirkstoffe noch den unangenehmen Geruch einer übermässigen Schweißbildung. Originalflaschen zu Fr. 2.80 und Fr. 5.—, in Puderform Fr. 3.50, in den Apotheken und Drogerien erhältlich.



Puroderm

CAFÉ
RESTAURANT
MERKATORIUM
W. BEGLINGER

ST. GALLEN, St. Leonhardstr. 32

Accum Heizwand

wärmt



sofort

Accum AG Gossau ZH

im guten Elektrofachgeschäft