Zeitschrift: Zentralblatt des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins = Organe centrale de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Herausgeber: Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

Band: 68 (1980)

Heft: 11

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. Siehe Rechtliche Hinweise.

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. Voir Informations légales.

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. See Legal notice.

Download PDF: 20.05.2025

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

6433

SGF Zentralblatt

des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins
Organe central de la Société d'utilité publique des femmes suisses

Nr. 11, November 1980
68. Jahrgang

Brot

MIKUTAN-
Salbe

gegen Ekzeme und entzündete Haut, für die Säuglings- und Kinderpflege. Preis der Packung Fr. 3.50

In Apotheken und Drogerien

Hersteller:
G. Streuli + Co AG
8730 Uznach

Ihre Hotels in Zürich

alkoholfrei, freundliche Atmosphäre

Nähe Hauptbahnhof

Seidenhof, Sihlstrasse 7/9
8021 Zürich, Telefon 01 211 65 44

Rütli, Zähringerstrasse 43
8001 Zürich, Telefon 01 251 54 26

Höhenlage

Zürichberg, Orellistrasse 21
8044 Zürich, Telefon 01 252 38 48

Rigiblick, Germaniastrasse 99
8044 Zürich, Telefon 01 361 42 14

Zürcher Frauenverein für alkoholfreie Wirtschaften

zfv

Ferienhaus Sonnenhalde

6314 Unterägeri ZG, Tel. 042 72 32 72

Pensionspreise pro Person
inkl. Taxen:

Einerzimmer Fr. 38.50/48.50
Doppelzimmer Fr. 34.50/44.50

Säuglinge und Kleinkinder Fr. 25.–
Schulkinder Fr. 29.–
(Reduktion für jedes weitere Kind der gleichen Familie Fr. 5.–).
In diesen Preisen sind inbegriffen: Verpflegung, Überwachung, Spielanleitung usw.

Kosten für Kinderwäsche pro Tag Fr.–.50

Die schweizerischen Krankenkassen gewähren Beiträge an ärztlich verordnete Erholungsaufenthalte, ebenso Pro-Juventute-Bezirkssekretariate für Kinder.

Rheuma

Abhilfe durch:
Setatherm-Naturseidendecken
Setatherm-Steppdecken aus reiner Naturseide
Setatherm-Überzüge aus reiner Naturseide
Setatherm-Leintücher aus reiner Naturseide
Setatherm-Naturseide per Meter

Prospekte verlangen bei: **L. Wullschleger, 6654 Cavigliano, Telefon 093 81 24 14**

Luftverschmutzung!

VITAR-Apparate **entziehen der Raumluft den lungengängigen** Schwebestaub (Russ, Industriestaub usw.).
Die beste Investition, die Sie machen können. Typ 1 Fr. 278.–. Typ 2 Fr. 348.–

M. Scherrer AG, Gallusstr. 41, **9500 Wil SG**
Maschinen + Apparate Tel. 073 22 34 76

Inhaltsverzeichnis

Das Brot	147
Vom Mehlfladen zum Brot	148
Wir backen selber Brot	151
Zentralvorstand	156
Offene Fragen aus der «Stunde der Sektionen»	156
Eidg. Abstimmung vom 29./30. November 1980	157
Ohne Putzen kein Nutzen	158
Zwiebeln – Gewürz und Gemüse	159

Fotos Margrit Baumann

Drei aktuelle Buchneuheiten!

Von Bruno Stark

Gibt es unheilbare Krankheiten?
Der Autor glaubt an das Recht eines jeden Menschen, in Gesundheit leben zu dürfen! Eine Schrift für jedermann, weil sie auch auf die sogenannten unheilbaren Krankheiten eingeht.

Heilige Heilung
In dieser Schrift erfahren Sie, was geistige Heilung wirklich ist, was dahinter steckt, wie sie funktioniert, wann sie zu empfehlen ist, was sie dem Patienten bringt und ob und wo man sie erlernen kann. Eine Schrift für jeden, der an Gesundheit interessiert ist.

Gesund durch klassische Homöopathie
Was ist Homöopathie? Wie funktioniert sie? Warum hat sie soviele Gegner? Kann man durch Homöopathie gesund werden? Ist sie anderen Arzneien überlegen und wenn, warum? Ist sie faule Zauberei oder ein Gesundbrunnen? All dies erfahren Sie in dieser Schrift!
Preis pro Schrift Fr. 12.–. Ab 2 Schriften Fr. 10.– pro Stück.
Der Versand erfolgt per Nachnahme oder Vorauszahlung.
Zu beziehen bei WSL, Postfach 9, CH-9427 Wolfhalden.

Weniger heizen - mehr stricken:
Handgestricktes aus Trio-Wolle hält warm, ist bequem und macht Freude.
So helfen Sie Energie sparen, ohne zu frieren.

TRIO WOLLE
LAINE TRIO

Erhältlich in Fachgeschäften,
Trio Wolle AG, 3400 Burgdorf, Tel. 034 22 33 11

Kurzgeschichte des Monats

Das Brot

Plötzlich wachte sie auf. Es war halb drei. Sie überlegte, warum sie aufgewacht war. Ach so! In der Küche hatte jemand gegen einen Stuhl gestossen. Sie horchte nach der Küche. Es war still. Es war zu still, und als sie mit der Hand über das Bett neben sich fuhr, fand sie es leer. Das war es, was es so besonders still gemacht hatte: sein Atem fehlte. Sie stand auf und tappte durch die dunkle Wohnung zur Küche. In der Küche trafen sie sich. Die Uhr war halb drei. Sie sah etwas Weisses am Küchenschrank stehen. Sie machte Licht. Sie standen sich im Hemd gegenüber. Nachts. Um halb drei. In der Küche. Auf dem Küchentisch stand der Brotteller. Sie sah, dass er sich Brot abgeschnitten hatte. Das Messer lag noch neben dem Teller. Und auf der Decke lagen Brotkrümel. Wenn sie abends zu Bett gingen, machte sie immer das Tischtuch sauber. Jeden Abend. Aber nun lagen Krümel auf dem Tuch. Und das Messer lag da. Sie fühlte, wie die Kälte der Fliesen langsam an ihr hochkroch. Und sie sah von dem Teller weg.

«Ich dachte, hier wär was», sagte er und sah in der Küche umher.

«Ich habe auch was gehört», antwortete sie und dabei fand sie, dass er nachts im Hemd doch schon recht alt aussah. So alt wie er war. Dreiundsechzig. Tagsüber sah er manchmal jünger aus. Sie sieht doch schon alt aus, dachte er, im Hemd sieht sie doch ziemlich alt aus. Aber das liegt vielleicht an den Haaren. Bei den Frauen liegt das nachts immer an den Haaren. Die machen dann auf einmal so alt.

«Du hättest Schuhe anziehen sollen. So barfuss auf den kalten Fliesen. Du erkältest dich noch.»

Sie sah ihn nicht an, weil sie nicht ertragen konnte, dass er log. Dass er log, nachdem sie neununddreissig Jahre verheiratet waren.

«Ich dachte, hier wäre was», sagte er noch einmal und sah wieder so sinnlos von einer Ecke in die andere, «ich hörte hier was. Da dachte ich, hier wäre was.»

«Ich hab auch was gehört. Aber es war wohl nichts.» Sie stellte den Teller vom Tisch und schnippte die Krümel von der Decke. «Nein, es war wohl nichts», echote er unsicher.

Sie kam ihm zu Hilfe: «Komm man. Das war wohl draussen. Komm man zu Bett. Du erkältest dich noch. Auf den kalten Fliesen.»

Er sah zum Fenster hin. «Ja, das muss wohl draussen gewesen sein. Ich dachte, es wäre hier.»

Sie hob die Hand zum Lichtschalter. Ich muss das Licht jetzt ausmachen, sonst muss ich nach dem Teller sehen, dachte sie. Ich darf doch nicht nach dem Teller sehen. «Komm man», sagte sie und machte das Licht aus, «das war wohl draussen. Die Dachrinne schlägt immer bei Wind gegen die Wand. Es war sicher die Dachrinne. Bei Wind klappert sie immer.»

Sie tappten sich beide über den dunklen Korridor zum Schlafzimmer. Ihre nackten Füsse platschten auf den Fussboden.

«Wind ist ja», meinte er. «Wind war schon die ganze Nacht.» Als sie im Bett lagen, sagte sie: «Ja, Wind war schon die ganze Nacht. Es war wohl die Dachrinne.»

«Ja, ich dachte, es wäre in der Küche. Es war wohl die Dachrinne.» Er sagte das, als ob er schon halb im Schlaf wäre.

Aber sie merkte, wie unecht seine Stimme klang, wenn er log.

«Es ist kalt», sagte sie und gähnte leise, «ich krieche unter die Decke. Gute Nacht.»

«Nacht», antwortete er und noch: «ja, kalt ist es schon ganz schön.»

Dann war es still. Nach vielen Minuten hörte sie, dass er leise und vorsichtig kaute. Sie atmete absichtlich tief und gleichmässig, damit er nicht merken sollte, dass sie noch wach war. Aber sein Kauen war so regelmässig, dass sie davon langsam einschlief.

Als er am nächsten Abend nach Hause kam, schob sie ihm vier Scheiben Brot hin. Sonst hatte er immer nur drei essen können.

«Du kannst ruhig vier essen», sagte sie und ging von der Lampe weg. «Ich kann dieses Brot nicht so recht vertragen. Iss du man eine mehr. Ich vertrag es nicht so gut.»

Sie sah, wie er sich tief über den Teller beugte. Er sah nicht auf. In diesem Augenblick tat er ihr leid.

«Du kannst doch nicht nur zwei Scheiben essen», sagte er auf seinen Teller.

«Doch. Abends vertrag ich das Brot nicht gut. Iss man. Iss man.»

Erst nach einer Weile setzte sie sich unter die Lampe an den Tisch.

Wolfgang Borchert

TAVOLAX

mit Stuhlweichmacher
hilft sicher bei

DARMTRÄGHEIT
VERSTOPFUNG

Keine Krampfzustände
Kein Durchfall, sondern milde Stuhlentleerung

In Apotheken + Drogerien.
30 Tavolax-Dragées Fr. 4.20

Pharma-Singer, 8867 Niederurnen

Die alkoholfreien Betriebe unserer Sektionen

empfehlen sich allen Mitgliedern für gute Verpflegung in jeder Preislage und gute Unterkunft

Arosa	Hotel Orelli, von Juni bis Oktober – Senioren-Ferien, Orellis Restaurant – für die ganze Familie, Telefon 081 31 12 09
Herzogenbuchsee	Alkoholfr. Hotel-Restaurant Kreuz, Kirchgasse 1, Telefon 063 61 10 18
Luzern	Alkoholfr. Hotel-Rest. Krone, Weinmarkt 12, Telefon 041 22 00 45 Alkoholfr. Hotel-Rest. Waldstätterhof, Zentralstr. 4, Telefon 041 22 91 66
Romanshorn	Alkoholfr. Hotel-Rest. Schloss, Telefon 071 63 10 27
Solothurn	Alkoholfr. Café-Rest. Hirschen, Hauptgasse 5, Telefon 065 22 28 64
Steffisburg	Alkohofr. Hotel zur Post, Höchhausweg 4, Telefon 033 37 56 16
Thun Sommerbetrieb	Alkoholfr. Restaurant Schloss Schadau, Telefon 033 22 25 00

Vom Mehlfladen zum Brot

Oder: Wie der Mensch zum Brot kam

Der Tag, an dem der Mensch das erste Brot gebacken hat, wird wohl immer im dunkeln der vorgeschichtlichen Vergangenheit verborgen bleiben. Doch eins können wir feststellen, der Tag, an dem das Brotbacken erfunden worden ist, dieser Tag ist der Beginn der menschlichen Kulturgeschichte. Der Mensch wandelte sich. Der Jäger und Sammler wurde zum Viehzüchter und Bauer. Wann das war? Wir nehmen heute an, dass dieser Zeitpunkt etwa im fünften Jahrtausend vor Christus liegt, also vor über 6000 Jahren. Und so alt ist auch unser heute noch immer junges Brot.

Natürlich war **das Brot der Steinzeitmenschen** noch nicht mit unseren Backwaren vergleichbar, aber der Grundvorgang des Backens eines Teiges ist bis heute der gleiche geblieben, wenn sich auch vieles herum verändert hat. Unsere Urmütter zerrieben noch die Körner wildwachsender Gräser, vermengten dieses Mehl mit Wasser und strichen den Teig auf heisse Steinplatten. So bekamen sie ihr Brot, ein Fladenbrot, das mit den Fladenbroten, die wir heute noch bei den wilden Völkern in Neuguinea, Afrika oder Südamerika finden, eng verwandt ist. Die Geburtsstunde dieses Brotes ist eng verknüpft mit der Entwicklung des Ackerbaues, und Völker wie die Ägypter oder die Perser konnten ihre Kultur nur erreichen, weil die urbane Entwicklung dem Menschen all seine Möglichkeiten zur intellektuellen Entfaltung erschloss.

Wie wichtig der Ackerbau für diese Völker war, darüber berichtet auch die Bibel, in der geschrieben steht, dass schon zu Abrahams Zeiten in Ägypten hochentwickelter Getreidebau betrieben wurde und dass schon zu jener Zeit eine starke Verknüpfung mit kultischen Handlungen bestand, die ja auch heute noch in vielen Gegenden erhalten geblieben ist. So schlagen fromme Bauern in den Alpenregionen vor dem Anschneiden immer noch ein Kreuz über dem Brot. Und auch der Brauch, einem frisch gebackenen Hausbesitzer Brot und Salz zu schenken, eine Gabe, die das Haus und seine Bewohner vor Unheil schützen soll, ist seit über tausend Jahren so jung wie ehedem.

Über die Art und Weise, wie schon in Ägypten der Acker bearbeitet, wie gesät, geerntet und das Getreide gedroschen wurde, wie das Korn zu Mehl vermahlen und aus dem Mehl Brot gebacken wurde, sind uns viele Darstellungen erhalten. Und wir können uns ein genaues

Bild der Entwicklung unseres Hauptnahrungsmittels machen. Vom primitiven Backen der Fladenbrote auf heissen Steinplatten war es dann, wie bei vielen Entwicklungen der Geschichte, die, ist erst einmal der erste Anstoss getan, rasend schnell gehen, ein kurzer Schritt zum ersten Backofen. Und schon in Ägypten waren die ersten indirekten Backöfen bekannt, bei denen das Feuer in Tonröhren brannte und die Fladen auf der Aussenhaut dieser Röhre gebacken wurden.

Bevor jedoch das Brot damals in die Öfen kam, musste es ja erst bereitet werden, und dies wurde auch bei den Ägyptern schon von Bäckern gemacht, so dass wir das Bäckerhandwerk wohl zu den ältesten zählen dürfen. Wie wichtig dieses Handwerk war, zeigen uns Berichte über den Brotverbrauch und über Auszeichnungen, die Bäckern verliehen wurden. So gehörten drei Brote zur täglichen Ration der ägyptischen Soldaten, und **für eine Reise bestellte der Pharao bei der Hofbäckerei 4000 Kuchen und 19 200 (!) Brote.** Wie in Ägypten, so entwickelte sich die Kunst des Brotbackens auch im biblischen Zweistromland zwischen Euphrat und Tigris zu höchster Blüte, und das Brot der Syrer war ein begehrter Handelsartikel.

Die grösste Entdeckung jedoch, die wir den Forschern Ägyptens verdanken, ist die Erforschung der Gärung des Teiges, die Entdeckung der Eigenschaften des Sauerteiges, der ja nichts anderes ist als ein gärender Mehlbrei. Vielleicht kam auch seiner Entdeckung, wie so oft bei grossen Entdeckungen, der Zufall zu Hilfe. Vielleicht blieb in einer Backstube ein Teigrest stehen, säuerte und trieb auf. Und so war der Schritt getan, der die Grundlage unserer heutigen Backkunst bildet. Der Sauerteig, das Treibmittel zur Lockerung des Teiges, war entdeckt.

Der nächste grosse Schritt kam mit dem Auszug der Juden aus Ägypten und dass sie die in ihrer Knechtschaft erlernten Kenntnisse der Backkunst mitnahmen und später in alle Welt brachten.

Als nächste Station in der Entwicklung des Brotes sollten wir **die Backstuben Griechenlands** betrachten. In Griechenland ist das Brot schon zum Symbol der Gottheit geworden, und die Göttin Demeter liess durch Tryptolemos die Frohe Botschaft des Brotes verkünden und lehrte durch ihn die Griechen die Kunst des Ackerbaues. Der Demeter-Kult, die Anbetung der «Kornmutter», wurde eine der grossen religiösen Strömungen Griechenlands. Das Handwerk der Bäcker gelangte zu höchster Blüte, und speziell Athen und Theben wurden Zentren der Bäckerei und Ausbildungsstätten für Bäcker aus dem ganzen griechischen Reich. Die griechischen Brotrezepte – zum Beispiel die des Weissbrotes – entsprachen im wesentlichen schon den Rezepten, nach denen wir heute unsere Weissbrote backen. Ein Bericht über die Herstellung des Brotes finden wir in der berühmten Lobrede eines Tischgenossen des Aristophanes aus dem Jahr 363 v. Chr. Dort heisst es: «Das Brot, das man auf die Tafel bringt, selbst das, das auf dem Markte zu kaufen ist, ist von blendender Weisse und von bewundernswertem Geschmack. Unsere Mittel, Mehl in gesunde und köstliche Brote zu verwandeln, sind zahlreich. Wir backen unsere Brote mit Sesam, Honig und Öl. Und sie sind die Zierde unserer Zeit.»

Griechisches Brot wurde – wie zuvor das Brot der Syrer – ein kostbarer, gesuchter Handelsartikel. Ein Artikel, dessen Wert in Gold aufgewogen wurde und dessen Vielfalt schon um 200 v. Chr. so immens war, dass die Bäcker Griechenlands 72 verschiedene Rezepte kannten.

Neben gesäuertem Brot, das als Delikatesse galt und an Feiertagen gegessen wurde, verstanden es die Griechen, Brot ohne Sauerteig herzustellen, das mit Soda oder vergärendem Traubensaft gebacken wurde. Teigtreibmittel sind also keineswegs eine Errungenschaft der Neuzeit.

Und auch die Brotformen, die wir heute kennen, können in alten Berichten entdeckt werden. So ist die Form der Schnecke schon den Ägyptern bekannt gewesen. Und unter den Formen, die die Griechen kannten, waren Rundbrote, Wecken, Kränze und Ringe genauso wie Brezel.

Dass ein Volk, das das Brot in so hohem Ansehen hielt wie die Griechen, auch seinen Göttern ganz besondere Backwaren als Opfer darbrachte, versteht sich eigentlich von selbst. Wie kunstvoll diese Gebäcke waren, erzählen uns Beschreibungen. So opferte man der Jagdgöttin Artemis Gebildbrote in Hirschform, die mit Rahm, Honig und Sesam gewürzt waren. Und zur Feier der Ernte wurden in Athen zu Ehren der Schutzgöttin Pallas Athene prachtvolle Dankfeste abgehalten, bei der in feierlichen Prozessionen geschmückte Kränze und Körbe mit vielgestaltigen Opferbroten von den edelsten Jungfrauen auf dem Kopf getragen und der Gottheit geopfert wurden.

Diese Verbindung des Menschen mit seinen Göttern durch die Kraft des Brotes übernahmen dann die Römer und entwickelten sie zu einer der ausgeprägtesten Sitten ihrer Kultur. Und damit auch vervollkommneten sie die Technik des Backens zu bewundernswerter Perfektion. **So erstand das Bäckerhandwerk im römischen Reich zu einem straff organisierten, bedeutenden Wirtschaftszweig, dessen Mitglieder hohes Ansehen genossen.** Die Bäcker waren oft zugleich Müller, und der Lohn, den die Gesellen dieses Berufsstandes in jener Zeit bezogen, kann als wirklich königlich bezeichnet werden. So bezog ein Bäcker zu Zeiten des Kaisers Augustus im Jahr bis zu 100 000 Sesterzien – ein Betrag, der heute etwa 16 000 DM entspricht. Also nicht viel weniger, als ein Bäckergeselle heutzutage verdient – aber um so mehr, denkt man an die Preise, die damals für Dinge des täglichen Lebens bezahlt wurden. Ebenso wie der Reichtum der Bäcker wuchs ihr Ansehen im Staat. Ihre erste Zunft entstand um das Jahr 0, und ihr Zunftzeichen – ein mit 3 Ähren verzierter Backtrog – wurde eines der geehrtesten im römischen Imperium.

Welche Bedeutung das Brot in Rom hatte, zeigt das Wort «panem et circenses», das zugleich die Praktiken der Herrscher offenlegt, die versuchten, sich das Volk durch «Brot und Spiele» für ihre Politik geneigt zu machen. Die kostenlose Versorgung der Bürger mit Brot war ein Brauch, den um 50 n. Chr. über 300 000 Römer geniessen konnten. Mit der grossen Bedeutung, die die Backwarenherstellung und ihre Zulieferer hatten, **wuchs natürlich auch das Interesse an der wissenschaftlichen Erforschung der Backkunst und des Getreidebaus,** und es entstand eine regelrechte Getreidewissenschaft, deren erste Abhandlung der Gelehrte Cato um 200 v. Chr. niederlegte. In diesem Werk mit 162 Kapiteln finden wir alles, was die Römer an Erkenntnissen über Getreidebau und die Backwarenherstellung wussten. Mit zahlreichen Rezepten über Brotsorten und Kuchen, die von den Römern gegessen wurden, die zur Verpflegung der grossen Heere und Flotten dienten. So das römische Kommissbrot «panem militaris» und der erste bekannte Schiffszwieback, «panem nauticus». Unter dem Kaiser und Tyrannen Nero entwickelten die Bäcker eine Kunstfertigkeit, die wir heute nur bestaunen können, und auf die Tafeln kamen Backwaren, die eher Kunstwerken glichen als Broten. So wird von Broten in der Form von Ferkeln berichtet und von Dessertgebäcken in der Form von Muscheln.

So wie die römischen Wissenschaftler den Getreidebau und die Backtechnik erforschten, so erforschten sie auch die ernährungsphysiologischen Eigenschaften. Sie entdeckten auch die Heilwirkung des Brotes, entwickelten die ersten Diätbrote, und ihre Ärzte bauten ganze Kuren auf Brot auf.

Aber nicht nur backen konnten **die Römer,** sie **verstanden es auch, den Brotverbrauch in hervorragender Weise zu fördern.** So errichteten sie besonders in ihren Kolonien neben den grossen Wassermühlen Backöfen, die beim Mehlkauf kostenlos benutzt werden konnten. Was in der ersten Zeit zur Werbung für den Brotverbrauch gedacht war, entwickelte sich später zu von den Zünften betreuten Gemeinschaftsbacköfen. Dass es sich um richtige Zünfte handelte, zeigen uns Anweisungen des Kaisers Trajanus, der den «pistores» (heute finden wir dieses Wort noch in dem Familiennamen «Pfister», der besonders in Süddeutschland verbreitet ist) eine straff organisierte Zunftstruktur vorschrieb.

Das Ansehen der Bäcker war hoch. Ein kostbares Grabmal des Bäckermeisters Eurysaces können wir heute noch besichtigen. Es zeigt in kostbarer Ausführung den Ablauf der Arbeitsgänge in der Müllerei und Bäckerei. Vom Handel mit Getreide über die mit Eseln betriebenen Mühlen, die Siebvorgänge des Mehles bis zur Teigbereitung mit einer von Eseln angetriebenen Teigknetmaschine, dem Kneten und Formen der Brote und dem Backen im Kuppelofen. So geehrt wie die Bäcker waren auch die Erzeugnisse ihres Handwerks. So war das Brot dem Gott Jupiter geweiht. Mit Brot wurden Ehen geschlossen. Durch das Brotopfer, das die Liebenden in Gegenwart von Zeugen spendeten, erhielt die Ehe den Schutz und Segen des Gottes.

Mit dem Untergang des römischen Weltreiches verfiel auch der Stand der Bäcker. Ihre Nachfolger wurden in erster Linie die Germanen, die die Kunst des Brotbackens von den Römern erlernt hatten. Zwar betrieben die Germanen auch schon recht früh Ackerbau, aber noch in recht primitiver Form, und in erster Linie wurde Hafer für das Bier angebaut. Die Hauptspeise der Germanen war ein Haferbrei, der bis ins Mittelalter hinein die Tagesspeise des kleinen Mannes blieb.

Die Brotbereitung und Verwendung als Nahrungsmittel ist in Deutschland erst um die Mitte des ersten Jahrtausends bekannt. Die Bäcker werden im Alemannenrecht, dem «lex alemannorum» erwähnt. Erst Karl der Grosse verfügte, dass jeder Bezirk Handwerker zu halten habe. Darunter waren an vorderer Stelle Bäcker und Müller erwähnt, die Mehl und Brot für den Bedarf bereitzuhalten hatten. Die Verbreitung der Backkunst kommt in erster Linie den Klöstern zu, deren Bäckereien es hervorragend verstanden, Brote, Brezeln und Pasteten herzustellen.

Erst um das Jahr 1000 entstanden dann die ersten gewerblichen Backbetriebe und mit ihnen die ersten Zünfte in den damaligen Reichsstädten. Und das bis dahin gebackene Brot wurde durch das feine Herrenbrot abgelöst, das, geröstet und mit heissem Schmalz übergossen, eine gelobte Delikatesse war.

Ein ungeschriebenes Gesetz schrieb vor, dem Gast das erste Stück Brot zu reichen, und ehe man es brach, das Kreuz darüber zu schlagen. Sitten, die der christlichen Mythologie entstammen. Ist Christus für die christliche Symbolik das Brot des Lebens, so wurde das Brotwunder Vorbild aller Brotwunderlegenden. Und eine ganz seltene Brotkrankheit – die Blutende Hostie – eine Krankheit, die ihren Grund in einem sich bei bestimmten Wärme- und Feuchtigkeitsverhältnissen rotfärbenden Bakterium hat, wurde als Blutwunder verehrt.

Der Kreuzschnitt vieler unserer Brote ist ebenfalls auf christliche Einflüsse zurückzuführen. Das Kreuz sollte das Brot schützen – und es diente zugleich zum leichtern teilen.

Dass das Brot schon im Mittelalter Grundnahrungsmittel war, geht auch aus den Vorschriften für die

Zünfte hervor, in denen die Bäcker verpflichtet wurden, Brot an jedermann – an arm und reich – auch gegen Pfand liefern zu müssen. Mit der Bedeutung des Brotes als Nahrungsmittel wuchs natürlich auch das Ansehen der Zünfte und Meister. **Aus dem Ende des 15. Jahrhunderts wird von einer Hochzeit eines Bäckers berichtet, die eine Woche dauerte und zu der über 700 Gäste geladen waren.** Und die Mitgift der Braut war so gross, dass noch die Kinder und Enkel Nutzen davon hatten. Die Mitglieder der Bäckerzünfte, die eines der ältesten Handwerke repräsentierten, kamen zu Macht und Ansehen wie kaum ein anderer Stand. Im Auf und Ab der Geschichte mag ihre Macht gesunken sein, ihr Ansehen und ihre Bedeutung jedoch hat sich bis heute erhalten.

Und die Rezepte, die Backvorschriften, die schon im Mittelalter und noch davor gültig waren, werden heute in fast unveränderter Form eingehalten. Was sich grundlegend verändert hat, ist die Backtechnik. Hier ist mit der Einführung der ersten Bäckereimaschinen zum Ende des 18. Jahrhunderts ein Wandel eingetreten, der einer Revolution gleichkommen mag. Und schauen wir uns heute eine moderne Bäckerei oder Brotfabrik an, so finden wir eigentlich ausser dem frischen Brot, das aus dem Ofen kommt, nichts mehr, was uns an all das erinnert, was im Wort Bäckerhandwerk an Sinngehalt mitschwingt.
Wenn auch viel verlorengegangen sein mag, einiges ist aber geblieben. Und das ist das Wichtigste: Der Wert des Brotes für unsere Ernährung. Denn am Brot hängt und hing über Jahrtausende das Wohlergehen und die Gesundheit der Menschen. Und so ist es auch noch heute. Das, was uns das Brot in konzentrierter Form gibt, finden wir kaum in einem anderen Nahrungsmittel in so konzentrierter Form.
Und der Vielfalt von Geschmacksnuancen, Formen und Verwendungsmöglichkeiten kommt kein anderes Nahrungsmittel unserem Brot gleich. Deshalb mag uns ein Satz vielleicht aufs neue verständlich werden, der in jeder Religion der Weltgeschichte Bedeutung hatte und hat: Die Bitte um das tägliche Brot.

Aus: W. Fahrenkamp: «Knuspriges Brot aus dem eigenen Ofen»; mit freundlicher Genehmigung des Kochbuchverlages Heimeran.

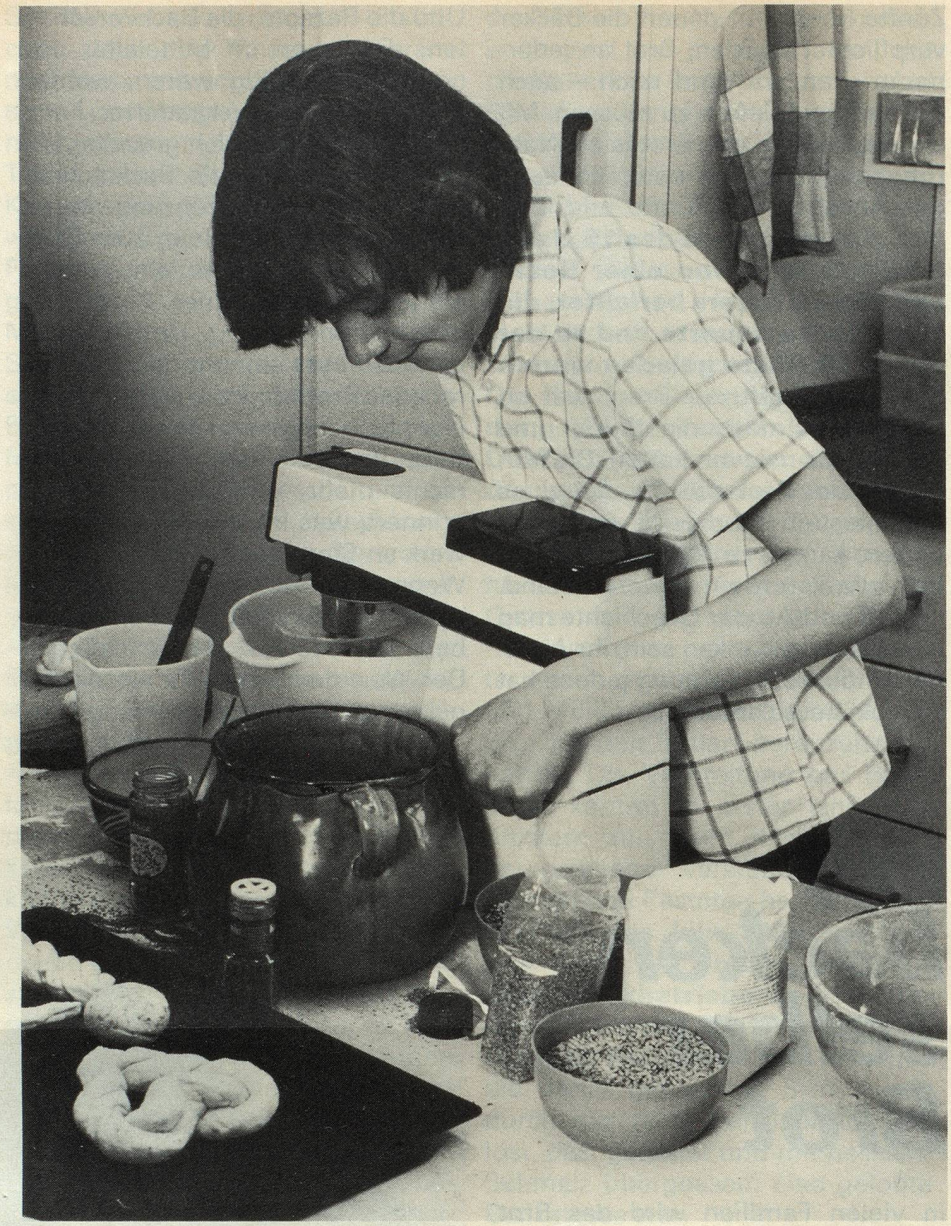
Wir backen selber Brot

In vielen Familien wird das Brot wieder selber gebacken. Erwachsene und Kinder sind mit Begeisterung dabei. Schiefgehen kann kaum etwas, wenn Sie einige Punkte beachten.

Mehl für den Hausgebrauch
Für die Hausbäckerei benötigen wir vor allem Weizen- und Roggenmehl, das in verschiedenen Qualitäten im Detailhandel erhältlich ist.
Wer regelmässig und für eine grössere Familie Brot bäckt, fährt günstiger, wenn er grössere Mengen einkauft. Manche Mühlen geben Quantitäten ab zehn Kilogramm pro Sorte ab. Mehl aus biologischem Anbau kann man sich zum Beispiel auch durch die Biofarm, 4936 Kleindietwil, Telefon 063 56 20 10, senden lassen.
Frisch gemahlenes Korn ist wertvoller. Bei uns haben sich deshalb einige Familien zusammengetan und eine Haushalt-Vollkornmühle angeschafft. Gemeinsam kaufen

wir Weizen und Roggen als Korn sackweise bei der Biofarm ein und mahlen es erst unmittelbar vor Gebrauch. Korn in kleineren Mengen ist auch im Reformhaus erhältlich. Einige Geschäfte halten für ihre Kunden eine Getreidemühle bereit, so dass sie dort ihr Korn kurz vor Gebrauch mahlen lassen können.
Mehl sollte innert zwei bis drei Monaten aufgebraucht werden. Ganzes Korn ist drei Jahre und länger haltbar, wenn es trocken und luftig aufbewahrt werden kann.

Aus Mehl wird Brot
Bei der Herstellung von Brotteig gehen Sie genau gleich vor wie bei jedem anderen Hefeteig. Speziell zu beachten sind folgende Punkte:
– Der Teig muss gut durchgeknetet werden (sieben bis zehn Minuten mit der Küchenmaschine), bis er sich schön glatt von der Schüssel löst.
– Die fertige Teigkugel wird gut mit Mehl bestäubt, damit sich an der Oberfläche keine Kruste bildet, und zugedeckt an einen warmen, zugfreien Ort (Zentralheizung) gestellt.
– Geben Sie Ihrem Teig genügend Zeit zum Gehen: Teige aus Weiss- oder Ruchmehl sollten sich verdoppeln, Vollkorn- und Roggenmehlteige mindestens um die Hälfte zunehmen, was je nach Teigart und Quantum dreissig Minuten bis zwei Stunden dauert.
– Der gut gegangene Teig wird nochmals von Hand oder mit der Maschine tüchtig durchgeknetet.
– Nachdem die Brote geformt sind, lässt man sie noch zehn bis fünfzehn Minuten gehen, bevor sie in den heissen Ofen geschoben werden.
– Damit das Brot auch im Ofen noch gut aufgehen kann, braucht es Wasserdampf. Wir stellen ein Gefäss mit heissem Wasser auf den Ofenboden oder giessen das Wasser nach dem Einschieben des Brotes direkt auf den Ofenboden. Rasch die Türe schliessen, damit der Dampf nicht entweichen kann! Achtung: Verbrennungsgefahr!
– Damit das Brot nicht zu rasch verkrustet, bestreichen wir es vor dem Einschieben mit Wasser oder Milchwasser. Wer gerne schön glänzendes Brot hat, bestreicht es sofort nach dem Backen nochmals.
– Brot ist durchgebacken, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt.



Alles aus Milchbrotteig

1 kg Weissmehl gesiebt
20 g Hefe
1 Essl. Salz
1 Prise Zucker
6 dl Milch

Den aufgegangenen Teig nochmals gründlich durchkneten und 2–3 runde «Wegglibrote» formen.
Aus dem gleichen Teig lässt sich herrliches Kleingebäck herstellen: Wir formen den Teig zu einer langen Rolle, schneiden davon ca. 50 g schwere Stücke ab und bearbeiten diese nach Lust und Laune:

Milchbrötli: Kugeln formen, gehen lassen, der Länge nach oder übers Kreuz mit der Schere einschneiden und mit Ei bestreichen.

Mohnzöpfli: Kugeln zu einer 20 cm langen Rolle arbeiten, hufeisenförmig hinlegen und die beiden Teile zu einem Zöpfli flechten. Gehen lassen, mit Ei bestreichen und mit Mohn bestreuen.

Sesamschnecken: Kugeln zu einer 20 cm langen Rolle arbeiten, in Sesamsamen drehen und zu einer Schnecke aufrollen. Gehen lassen und vor dem Backen mit lauwarmem Wasser bestreichen.

Kümmel- oder Anisgipfel: Gipfeli formen, gehen lassen, mit Ei bestreichen und mit Kümmel oder Anis bestreuen.

Backen: Wegglibrot ca. 30 Min. bei 220°
Kleingebäck 20–25 Min. bei 220°

Tip: Das Kleingebäck kann fertig geformt, halbgebacken oder fertig gebacken tiefgekühlt werden.

Pariser Brot

500 g Weissmehl
20 g Presshefe
3–3½ dl Wasser
2 Teel. Salz

Das Geheimnis des Pariser Brotes besteht darin, dass der Teig nicht 30 Minuten oder 1 Stunde, sondern 5–6 Stunden zum Gehen an die Wärme gestellt wird. Bestäuben Sie die Oberfläche gut mit Mehl, damit keine Kruste entsteht! Nach der langen Gehzeit kneten wir den Teig nochmals gut durch, formen eine oder mehrere lange Rollen und legen diese auf das Blech. Die Brote sollen nochmals 10–15 Min. gehen, werden dann mehrmals mit einem scharfen Messer schräg eingeschnitten, mit lauwarmem Wasser bestrichen und in den Ofen geschoben.
Backen: 10 Min. bei 250°
30 Min. bei 220°
Tip: Pariser Brot schmeckt am besten ganz frisch!

Sonntagsbrot

500 g Weissmehl
10 g Presshefe
2½–3 dl Wasser
1 Teel. Salz

Teig rühren und gehen lassen. Rundes Brot formen und nochmals 15 Min. an der Wärme gehen lassen, während der Backofen vorgeheizt wird. Mit Wasser bepinseln und vor dem Einschieben in den Ofen rasch mit einem Messer der Länge nach oder kreuzweise einschneiden. Das Brot wird schön glänzig, wenn wir es nach beendigter Backzeit nochmals mit Wasser bepinseln.
Backen: 10 Min. bei 220°
ca. 20 Min. bei 180°
Tip: Aus dem gleichen Teig lassen sich auch Mütschli formen.

Ruchbrot

500 g Ruchmehl
10 g Hefe
1½ Teel. Salz
3–3½ dl Wasser

Formen nach Belieben, nachher nochmals kurz gehen lassen.
Varianten für die Oberfläche:
– vor dem Backen mit Mehl besieben (Baslerbrot)
– vor dem Backen mit Ei bestreichen
– «nature» backen, heisses, fertiges Brot mit kaltem Wasser bepinseln und noch einige Minuten im leicht geöffneten Ofen belassen.
Backen: 30 Min. bei 220°
Tip: Eignet sich gut zum Tiefkühlen.

Kräftiges Steckenbrot

400 g Weissmehl
100 g Ruchmehl
3 Essl. Weizenkleie
20 g Hefe
3 dl Wasser
2 Teel. Salz

Langes Steckenbrot formen und nochmals 10–15 Minuten gehen lassen. Vor dem Einschieben in den heissen Ofen rasch mit scharfem Messer mehrmals schräg einschneiden, mit lauwarmem Wasser bestreichen.
Backen: 10 Min. bei 250°
15 Min. bei 220°
Tip: Schmeckt besonders gut ganz frisch als gefülltes Brot.

Finnisches Roggenbrot

900 g Roggenmehl, wenn möglich frisch gemahlen
50 g Hefe
2½ Teel. Salz
½ l Sauermilch oder ½ Milch, ½ Joghurt

Backen: 5 Min. bei 250°, dann Wasserdampf entweichen lassen
30–60 Min. (je nachdem, ob ein oder zwei Brotlaibe geformt wurden) bei 200°
Tip: Roggenbrot bleibt lange frisch, kann aber auch ohne weiteres tiefgekühlt werden.

Vollkornbrot

800 g Vollkornmehl, wenn möglich frisch gemahlen
200 g Haushaltmehl aus dem Reformhaus
20 g Hefe
1 Essl. Salz
6–7 dl Wasser
2 Essl. Öl

Teig gut gehen lassen, nochmals durchkneten und formen oder sofort in eine Cakeform geben und darin gehen lassen.
Backen: 60 Min. bei 220°
Tips: Vollkornbrot kann gut tiefgekühlt werden. Wir backen aus Vollkornbrotteig Weggli und geben dabei dem Teig je nach Lust und Laune Leinsamen, Sesamsamen oder Mohn bei. Die Kinder lieben diese Zwischenverpflegung sehr. Ein Vorrat davon kann gut im Tiefkühler aufbewahrt werden.

Roggenbrot «Puschlaverring»

750 g Roggenmehl
250 g Ruchmehl
20 g Hefe
20 g Salz
1 Essl. gemahlenen Anis
6 dl lauwarmes Wasser

Die Masse 2 Std. gehen lassen. Den Teig nochmals gut durchkneten und zu einem Kranz formen. Wieder ½ Std. ruhen lassen. Evtl. zwei Ringe formen.

Backen: 1 Std. bei 220°
Kranz aus der halben Teighälfte
¾ Std. bei 220°

Irma Gartmann-Roth, Thusis

Nuss-Brot

500 g Mehl
200 g Zucker
1 Prise Salz
1 Päckli Backpulver
125 g Baumnüsse
100 g Sultaninen
1 Löffel kandierte Früchte
⅓ l Milch
1 Ei

Die trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen. Milch und Ei dazugeben. Kein Kneten nötig, aber ½ Std. ruhen lassen. Cakeform (30 cm lang) gut ölen und mehlen. Die Masse einfüllen. Brot in der Form erkalten lassen.
Mindestens einen Tag alt werden lassen, bevor man es isst.
Backen: 60 Min. bei 200°
Tip: Das Brot kann tiefgekühlt werden. Es bleibt lange frisch.

Ruth Schmid-Wyss, Burgdorf

Oregano-Käse-Brot

500 g Weissmehl
35 g Hefe
100 g Butter oder Margarine
1 Teel. Salz
3 dl Milch
3 Essl. geriebener Parmesan
1 Essl. Oregano
Flüssige Butter zum Bepinseln

Hefeteig zubereiten, die Hälfte Käse und Oregano darunterkneten. Teig aufgehen lassen, dann in 20 gleich grosse Stücke teilen und Kugeln formen. Cakeform fetten, 14 Kugeln in 2 Reihen einschichten, mit Butter bepinseln und die restlichen 6 Kugeln in der Mitte obendrauf setzen. Mit Käse-Oregano-Mischung bestreuen und das Ganze 30 Minuten aufgehen lassen.
Backen: 40 Min. bei 200°
Brot in der Form auskühlen lassen. Brot brechen, nicht schneiden!
Tip: Das Brot schmeckt frisch am besten.

Spezialbrot Henri Wettstein

150 g Kruskaschrot (Reformhaus)
250 g Vollkornmehl
1 kg Haushaltmehl (Ruchmehl)
75 g Leinsamen (ganz oder geschrotet)
25 g Sesam (geschält)
1½ Essl. Salz
1 dl Sonnenblumenöl
40 g Hefe
1 l lauwarmes Wasser

Kruskaschrot in 1½ dl warmem Wasser quellen lassen. Mit allen Zutaten den Teig kneten und gehen lassen. Nochmals gut durcharbeiten und beliebige Brote formen. Um dieses sehr gut verdauliche Brot nicht langweilig werden zu lassen, mache ich Varianten: garnieren mit Kümmel, nach Puschlaver Art Aniskerne in den Teig, hin und wieder füge ich Haferflocken bei oder Sojamehl oder Kartoffeln. Diese Zutaten ersetzen Leinsamen oder Sesam oder sind Zusatz. Das Wasser kann auch zur Hälfte durch Milch ersetzt werden.

Henri Wettstein, Genf

Zwei Maschinen für Frauen, die gerne selber Brot backen

Zyliss Vollkorn- und Ölsaat-Mühle
Mit dieser Mühle können Getreidekörner gequetscht, geschrotet (grob gemahlen) oder gemahlen und ölhaltige Samen wie Leinsamen, Sesamsamen oder Mohn gemahlen werden.
Die Maschine arbeitet schonend, ohne das Getreide wesentlich zu erwärmen, benötigt wenig Platz und ist problemlos zu reinigen.
Prospekte und Bezugsquellen durch: Zyliss-Reist AG, Scheuermattweg 4, 3000 Bern, Tel. 031 45 08 74.

Kenwood Chef Electronic
Wenn Sie oft Brot backen und noch keine Küchenmaschine besitzen, kann ich Ihnen diese Maschine sehr empfehlen. Sie rührt nicht nur Weissmehl und Wasser zu einem glatten Teig, sondern bearbeitet auch schwere, klebrige Roggenmehlteige mühelos. Die Resultate sind erstklassig. Unter den vielen Zusatzgeräten findet sich auch eine Getreidemühle, mit der Sie Ihr Korn selber mahlen können.
Prospekte und Bezugsquellen durch: Kenwood Schmupf AG, 6340 Baar, Tel. 042 33 17 27.

Literaturhinweise

Zuverlässige Ratgeber mit vielen Rezepten aus den verschiedenen Mehlsorten:

W. Fahrenkamp: Knuspriges Brot aus dem eigenen Ofen, Kochbuchverlag Heimeran, Fr. 24.–
Eva und Ulrich Klever: Selber Brot backen, Gräfe und Unzer Verlag, Fr. 9.80
Susanne Lücke: Das europäische Brotbackbuch, Südwest Verlag, Fr. 16.80

Für Freunde von Vollkornprodukten
Dr. J. G. Schnitzer: Backen mit Vollkorn, Schnitzer KG Verlag (erhältlich in Reformhäusern)
Edward Espe Brown: Das Tassajare Brotbuch, Aurum Verlag, Fr. 18.50

Hübsches Geschenkbuch
Jutta Kürtz: Das Brot-Backbuch, Wolfgang Hölker Verlag

Der **Coop Konsumenten-** und **Privat-Rechtsschutz** kämpft für Ihr Recht. Jahresprämie für Coop-Mitglieder Fr. 40.– (Nichtmitglieder Fr. 50.–). Senden Sie mir bitte unverbindlich die Informationsbroschüre.

Name: _____

Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

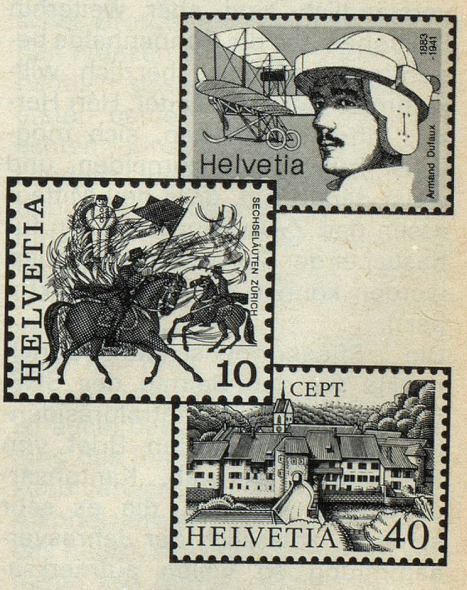
Senden an: Coop Rechtsschutz Postfach 504, 5001 **Aarau**

Schweizer Briefmarken

– unvergängliche Freude!

Möchten nicht auch Sie zusammen mit Ihren Kindern eine «Sammlung Schweiz» aufbauen? Die Jahr für Jahr neu erscheinenden Schweizer Briefmarken erfreuen die ganze Familie. Die Vielfalt ihrer Thematik, durch anerkannte Künstler meisterhaft gestaltet, vermittelt Interessantes und Wissenswertes über Land und Leute, Geschichte, Kultur und Politik: Ansatzpunkte für anregende Gespräche im Familienkreis!

Wir wünschen Ihnen viel Freude und unterhaltsame Stunden mit den Briefmarken unseres Landes.



Ich bestelle folgende Briefmarken als **Dauerauftrag**

Name und Vorname

Strasse

PLZ Ort

Zahlungsart
☐ Gegen Nachnahme
☐ Belastung auf Postcheck Nr. _____

Dienstvermerke, bitte nicht ausfüllen

Zentralblatt

MC	ZA	Kunden-Nr.	Land	Spr.

NP	EV	SW 1	SW 2	SW 3	SC

A) Portofrei auf jeden Ausgabetag. Eine Jahresserie kommt durchschnittlich auf 18 Schweizer Franken zu stehen. Von jeder Ausgabe sind jedoch **mindestens zwei Serien** nach Ihrer Wahl zu beziehen: ungestempelt, gestempelt oder auf Ersttagsbrief.

	Anzahl * ungestempelt	Anzahl ⊙ gestempelt
☐ Einzelserien		
⊞ Viererblock-Serien		
✉ 1 Serie auf Ersttagsbrief		

B) Beim Bezug von nur **einer Serie** senden wir Ihnen alle im Laufe eines Jahres erschienenen Briefmarken als "Jahreszusammenstellung" unter Anrechnung des Portos gesamthaft auf Ende Jahr.

* ungestempelt	⊙ gestempelt

Datum Unterschrift

Unfrankiert einsenden an: Wertzeichenverkaufsstelle PTT, 3030 Bern

PTT

Ihre Schweizer PTT
Wertzeichenverkaufsstelle
3030 Bern, Parkterrasse 10

Zentralvorstand

Sitzung vom 9. September 1980

Die Jahresversammlung des SGF 1981 wird am 5./6. Mai 1981 in Olten stattfinden. Der Zentralvorstand ist den Damen der Sektion Olten sehr dankbar, dass sie uns empfangen werden. Während der Stunde der Sektionen werden die Sektionen Aarburg, Heiden und Rapperswil vorgestellt.

Viel zu reden gab der unerwartete Wirbel um die Gartenbauschule und deren Leiter während der Sommerferien. Ich verweise auf den Brief der Herren Widmer und Hergert sowie die Erklärung von Frau Steinmann in der letzten Nummer des «Zentralblattes».

Beim Druck des Jahresberichtes des SGF entstanden leider fehlerhafte Exemplare. Der Zentralvorstand und die Druckerei bitten um Entschuldigung und machen darauf aufmerksam, dass vollständige Exemplare des Jahresberichtes bei der Kassierin nachbezogen werden können. Adresse: Ruth von Moos-Genhart, Buolterlistrasse 19, 6052 Hergiswil.

Die SGG konnte sich noch nicht entschliessen, der Sonnenhalde finanziell unter die Arme zu greifen. Solange der Entscheid der SGG noch aussteht, kann auch der SGF den an der Jahresversammlung in Freiburg bewilligten Unterstützungsbeitrag von Fr. 20.– pro Kind und Nacht nicht bezahlen. Selbstverständlich sind aber weiterhin Sektionen, die die Sonnenhalde besichtigen möchten, herzlich willkommen. Der neue Leiter, Herr Herzig, bittet die Damen, sich möglichst frühzeitig anzumelden, und weist darauf hin, dass neu Mittagessen und Zwischenmahlzeiten für Besucher der Sonnenhalde offeriert werden können (siehe «ZB» Oktober!).

Die Pflegerinnenschule Zürich dankte für den Beitrag des SGF. Ebenso erhielt die Zentralpräsidentin einen begeisterten Brief von Frau Hanni Schwab, Kantonsarchäologin, Freiburg, die es sehr schätzte, anlässlich der Jahresversammlung so vielen aufmerksamen Frauen ihre Arbeit vorstellen zu dürfen.

Der Schweizerische Bund abstinenter Frauen erhielt ein neues Präsidentinnenteam. Die neue Adresse lautet: Frau Nelli Wenger, Mingerstrasse 62, 3006 Bern.

Solothurn, 3. Oktober 1980

Für den Zentralvorstand:
Suzanne Peter-Bonjour

Bitte vormerken:

Jahresversammlung 5./6. Mai 1981 in Olten

Offene Fragen aus der «Stunde der Sektionen»

Stellungnahme der Zentralpräsidentin, Frau B. Steinmann-Wichser, zuhanden der Präsidentin der Sektion Muttenz, Frau Susi Stöcklin-Fässler.

In Ihrem Beitrag zur «Stunde der Sektionen» an der JV 1980, sehr geehrte, liebe Frau Stöcklin, warfen Sie verschiedene Fragen auf, und es erstaunt mich ein wenig, dass sich bis heute keine Sektion zu einer Entgegnung – Beantwortung – entschliessen konnte. Erlauben Sie mir deshalb, vom Zentralvorstand her auf Ihre Fragen einzugehen.

Ich folge dabei Ihrem Bericht. Ganz am Anfang erwähnen Sie, dass Ihnen die Frauenzentrale Baselland (bei der Ihre Sektion Mitglied ist) näherliege als der SGF. Das mag zum Teil räumlich bedingt sein, wie Sie selber erwähnen, zum Teil aber sicher auch rein persönlich, weil Sie sich bis anhin mehr mit ihr befasst haben als mit uns, was schon daraus ersichtlich ist, dass Sie dieses Jahr zum ersten Mal an unserer Jahresversammlung teilgenommen haben. Es ging mir wie Ihnen: nach einigen Jahren der Präsidentschaft in einer Sektion erst fand ich den Weg zu einer JV. Damals allerdings habe ich gespürt, was Zusammengehörigkeit eigentlich heisst, wie Gemeinsames uns verbinden kann. Mit viel Ansporn bin ich daraufhin heimgefahren und habe anschliessend meine Arbeit anders in die Hand genommen.

Mag sein, dass unser «Zentralblatt» zu wenig verbindlich ist, etwas anonym. Wir wären ja dankbar, wenn mehr Beiträge aus den Sektionen aufgenommen werden könnten. Immer wieder haben wir gebeten, Erfahrungen, Fragen usw. im «Zentralblatt» zu veröffentlichen; wir wollten sozusagen eine «Ecke des Meinungsaustausches» eröffnen. Unsere Mitarbeiterinnen zu Stadt und Land blieben leider grösstenteils stumm.

Sie zählen in Ihrem Bericht zahlreiche Institutionen auf, die in Ihrer Gemeinde tätig sind, und fragen dann, welche Aufgaben ein gemeinnütziger Frauenverein bei diesem Angebot überhaupt noch übernehmen könne. Dazu ist zu sagen, dass ein bedeutender Teil der aufgeführten Werke Aufgaben eines gemeinnützigen Frauenvereins sein könnten, wenn er sie aufgenommen hätte, bevor es zu Gründungen auf anderen Ebenen gekommen war. Sehr viele unserer Sektionen leisten die erwähnten Dienste, allein oder mit einem befreundeten andern Verein des Ortes. Dass ein «Umschlagplatz von Geldmitteln» nicht befriedigen kann, leuchtet ein. Das ist ja auch nie der Sinn eines gemeinnützigen Vereins. (Leider gibt es ja heute Vereine gemeinnütziger – sozialer – Natur, die auf reines Verteilen von Geld abgesunken sind, aber das darf unsern Sektionen nicht passieren!)

Sie schreiben, Ihr Verein versuche, das früher einseitig soziale Engagement auf gemeinnützige und kulturelle Ebenen auszudehnen, zu verlagern. Das entspricht durchaus einer modernen Sektion. Gemeinnützigkeit darf nicht zu sehr eingeengt werden. Unter ihr ist nicht nur Hilfe an Bedürftige (Arme, Kranke usw.) zu verstehen, denn die Allgemeinheit besteht ja nicht nur aus ihnen einerseits und einem Frauenverein anderseits. Hilfe zur Selbsthilfe hiess schon früh die Parole, und daraus erwuchsen dann die ver-

schiedensten Kurse (vorerst über Haushaltführung, dann Gartenbau usw.; dann folgten Kinder- und Krankenpflege). Als die Frau hinauswuchs über die reinen Aufgaben einer Hausfrau, wurde es als selbstverständlich angesehen, die Kurse auszuweiten. Wenn Sie heute Jahresberichte aus Sektionen lesen, finden Sie Kurse vor von althergebrachter Art über Elternschulung bis zu Sprachkursen, Redeschulung usw. Was Sie als Ihren heutigen Aufgabenkreis vorstellen, ist sehr interessant und vielseitig. Ihre Sektion entspricht durchaus einem modernen gemeinnützigen Frauenverein.

Die Frage, die in Ihrer Sektion ab und zu aufleuchtet, nämlich, ob diese oder jene Aktivität nicht eher Sache der Gemeinde wäre, würde ich dahin beantworten, dass vieles Sache einer Gemeinde – oder des Staates – wäre, aber nicht – noch nicht – aufgenommen werden kann, sei es aus finanziellen oder andern Erwägungen. Somit sollte eben ein gemeinnütziger Verein die Sache an die Hand nehmen. Gar manches, was heute der Staat tut, geht auf eine Gründung von Frauenvereinen zurück (denken Sie zum Beispiel an Kindergärten, Horte, Handarbeitsunterricht in den Schulen, Berufsschulen). Und vergessen Sie nie, dass eine totale Verstaatlichung aller sozialen Aufgaben eine Verarmung der mitmenschlichen Beziehungen mit sich bringen müsste. Es ist unser Privileg, dass wir von Fall zu Fall handeln können, dass wir nicht an Paragraphen gebunden sind, etwas aufnehmen oder beenden können in dem Moment, wo es nötig ist, ohne dass wir einen langen Instanzenweg zu durchlaufen haben.

Bleibt schliesslich noch Ihre Frage nach politischer Tätigkeit. Meines Erachtens ist es durchaus möglich, sich auch für politische Fragen einzusetzen, ohne dass wir unsere Statuten (politisch neutral) verletzen. Im Gegenteil, ich finde es sogar von Vorteil, dass wir überparteilich politisieren können, denn ich vertrete den Standpunkt, in der Politik sollten wir Frauen uns nicht von den Männern absondern und ein eigenes Geleise befahren. Ich bin für ein Miteinander, und ich bin überzeugt, dass der Grossteil unserer Mitglieder der selben Meinung ist. Aufgabe in diesem Bereich sähe ich folglich in vermehrter Information (Vorträge, Kurse, Podien); in Weiterbildung auf verschiedensten Gebieten schliesslich, denn dadurch werden wir mobilisiert – sensibilisiert – für Tagesfragen und für auf uns zukommende Probleme politischer Art.

Althergebrachte Hilfe und moderne Weiterbildung haben durchaus Platz unter unserm «Hut».

Soweit meine Ausführungen. Sollte sich daraus eine Diskussion entwickeln können, würde ich mich freuen.

Ihre
Betty Steinmann-Wichser,
Zentralpräsidentin

Aktuell

Eidgenössische Abstimmung vom 29./30. Nov. 1980

Seit den Nationalratswahlen vom letzten Herbst wurde der Stimmbürger nicht mehr in eidgenössischen Belangen an die Urne gerufen. Das heisst aber nicht, dass keine neuen Initiativen ergriffen würden, dass das politische Leben stagniere. Im Gegenteil! Im ganzen Land werden eifrigstens Unterschriften für alle möglichen Anliegen gesammelt, so dass wir Gelegenheit haben, in den nächsten Jahren zu einem bunten Strauss von Vorlagen Stellung zu nehmen.

Am letzten November-Wochenende werden uns vier Vorlagen präsentiert. Gegen einen neuen Artikel im Bundesgesetz über den Strassenverkehr, der dem Bundesrat die Kompetenz gibt, das Benützen von **Sicherheitsgurten** vorzuschreiben, wurde mit über 90 000 Unterschriften das Referendum ergriffen. Es ist unbestritten, dass durch das obligatorische Tragen der Gurten jedes Jahr ungefähr 100 Tote und 2500 Verletzte weniger zu beklagen wären. Allein diese Tatsache sollte genügen, den Abstimmungskampf zu entscheiden. Da es keinen einzigen vernüftigen Grund gegen das Tragen der Sicherheitsgurten gibt, dürfte sich ein weiterer Kommentar erübrigen.

Die drei anderen Vorlagen sind bedeutend weniger emotionsgeladen. Sie gehören zum Paket der Sparmassnahmen 1980. Drei der neun beantragten Massnahmen betreffen Verfassungsänderungen und müssen darum Volk und Ständen zur Abstimmung vorgelegt werden. Es handelt sich um die **Aufhebung der Kantonsanteile an der Stempelabgabe,** den **Abbau des Kantonsanteils am Reinertrag der Alkoholverwaltung** (unter Beibehaltung des Alkoholzehntels) und den **Abbau der Brotverbilligung.** Welche Einsparungen sind möglich? Die Aufhebung des Kantonsanteils an den Stempelabgaben wird die Ausgaben des Bundes um etwa 135 Millionen Franken pro Jahr senken, die Neuverteilung des Reinertrages der Eidg. Alkoholverwaltung um ebenfalls rund 135 Millionen, währenddem der Abbau der Verbilligungsbeiträge an inländisches Brotgetreide etwa 100 Millionen Franken einbringt. Dabei muss deutlich gesagt werden, dass die ersten beiden Massnahmen keine echten Einsparungen darstellen, sondern lediglich eine Verschiebung der Einnahmen von den Kantonen zum Bund. Der Abbau der Verbilligungsbeiträge an inländisches Brotgetreide wird direkt auf den Konsumenten überwälzt, indem der Preis des Brotes um 22 Rappen je kg erhöht wird. Wichtig ist auch, dass durch die Neuverteilung des Reinertrages der Eidg. Alkoholverwaltung der sogenannte Alkoholzehntel nicht berührt wird, das heisst, dass den Kantonen weiterhin aus Bundesgeldern rund 15 Millionen Franken zur Bekämpfung des Alkoholismus zur Verfügung stehen. *se*

Ohne Putzen kein Nutzen

Ein neuer Test der Stiftung für Konsumentenschutz (SKS) über elektrische Mundhygienegeräte.
Falsche Ernährung und mangelhafte Mundhygiene sind die hauptsächlichen Ursachen für den schlechten Zähnezustand eines beachtlichen Teils der Bevölkerung. Viele Konsumenten wollen trotzdem auf ihre Essgewohnheiten und die Bequemlichkeit nicht verzichten, fürchten sich anderseits vor hohen Zahnarztkosten. Die Werbung regt immer mehr zum Kauf von elektrischen Mundhygienegeräten an. Die Anpreisungen von Elektrozahnbürsten und Mundduschen versprechen eine totale Mundhygiene, absolut perfekte Pflege, locken mit Hochfrequenz-Mikro-Wasserstrahlen, pulsierenden Wasserstössen, hohen Schwingungszahlen.
Die *Stiftung für Konsumentenschutz* (SKS) wollte sich von der Wirksamkeit und der allgemeinen Qualität der immer mehr gefragten Mundhygieneapparate überzeugen und den Konsumenten eine Einkaufshilfe bieten. Zusammen mit der deutschen Stiftung Warentest und dem österreichischen Verein für Konsumenteninformation liess sie elektrische Zahnbürsten und Mundduschen prüfen. Die Testergebnisse beziehen sich auf die im August 1979 anonym eingekauften Prüfmuster (je 5 Stück pro Marke/Modell).

Karies und Parodontose – zwei verbreitete «Zivilisations»-Krankheiten der Mundhöhle
Für Karies (Zahnzerfall, Zahnfäule) ist vor allem der hohe Zuckerkonsum verantwortlich, der in der Schweiz jährlich rund 40 kg pro Kopf beträgt. Zucker, und das nicht nur in Form von Kristallzucker oder Süssigkeiten, sondern auch versteckt in zahlreichen anderen Nahrungsmitteln, fördert das Wachstum verschiedener im Mund angesiedelter Bakterien. Es bildet sich ein Bakterien-Zahnbelag, «Plaque». Die Plaquebakterien produzieren Säuren, unter anderen Milchsäure, die den Zahnschmelz angreifen. Besonders plaquefördernd sind süsse und zugleich fette Speisen, die an und zwischen Zähnen kleben bleiben. Vorfabrizierte, weiche Nahrungsmittel, die den Zähnen und dem Zahnfleisch kaum noch Kauarbeit übriglassen, tragen auch zur Karies und zum Zahnfleischschwund (Parodontose) bei. Parodontose, eine Erkrankung des Zahnhalteapparates, äussert sich zuerst in Zahnfleischbluten, dann in Aufweichung und Auflockerung der Schleimhaut, die die Kieferknochen überzieht. Zwischen Schleimhaut und Zahn bilden sich «Taschen», die zu Vereiterung neigen. Eine nicht geheilte Parodontose führt zu Zahnausfall.
Um unsere Zähneputzgewohnheiten ist es auch nicht zum besten bestellt. Die Grundregel, nach jeder Mahlzeit, und besonders nach jedem Konsum von Süssigkeiten, die Zähne gründlich zu reinigen, wird viel zu wenig befolgt. Oft begnügt man sich mit einem flüchtigen Putzen der Frontzähne und vernachlässigt die hinteren, die Mahlzähne, die besonders viele Schlupfwinkel für Speisereste haben. Dazu bedient man sich nicht selten einer Zahnbürste, die schon längst ausgedient hat und ersetzt werden müsste. Von den elektrischen Mundhygienegeräten erwartet man, dass sie die Reinigung des Gebisses erleichtern.

Elektrische Zahnbürsten
Über die Nützlichkeit der Anschaffung einer elektrischen Zahnbürste lässt sich streiten. Es überwiegt jedoch auch in Fachkreisen die Meinung, dass kein Unterschied in der Wirksamkeit zwischen den elektrischen Zahnbürsten und den handgeführten besteht. Beide können gleich gut oder gleich schlecht sein. Eine richtig angewandte gewöhnliche Zahnbürste erfüllt ebensogut ihre Aufgabe wie eine elektrische.
In einzelnen Fällen kann die Anschaffung einer elektrischen Zahnbürste freilich vorteilhaft sein. Kinder werden vielleicht fleissiger zum elektrischen Apparat greifen als zur normalen Bürste. Für bewegungsbehinderte Menschen bedeutet eine elektrische Zahnbürste eine wesentliche Erleichterung. Beim Einsatz der elektrischen Zahnbürste ist auch die richtige, von Zahnärzten empfohlene Bewegung «von unten nach oben» gegeben. Bürstet man die Zähne mit Muskelkraftantrieb ist man eher geneigt, die bequemeren, aber falschen Hin-und-her statt Auf-und-ab-Putzbewegungen zu machen! Auf diese Weise könnten aber die Speisereste aus den Zahnzwischenräumen nicht beseitigt werden. Die meisten elektrischen Zahnbürsten machen eine vertikale Schwenkbewegung, die Zahnbürste im Water Pik Set bewegt sich elliptisch. Bei den kreisenden Auf-und-ab-Bewegungen wird auch der Zahnfleischrand massiert und gereinigt, ohne das Zahnfleisch zu verletzen.
Die Stiftung für Konsumentenschutz berichtet über sieben elektrische Zahnbürsten, davon eine als Bestandteil einer Mundhygiene-Kombination:

AEG Princess Mod. ZBS, Braun Akku ZB und Solis PC 265

Solis PC 261, Trisa dent-electric (baugleich mit Satrap-Dentalux-Super/Coop) Broxodent (baugleich mit Mio-Star/Migros)

Water Pik Mundhygiene Center BJ-75

Die festgestellten Preise der elektrischen Zahnbürsten schwanken von Fr. 45.– bis Fr. 89.–, die Preise der Ersatzbürsten von Fr. 3.50 bis Fr. 7.80 (für 4 Stück).

Mundduschen
sind keine Erfindung der letzten Jahre. Die Wirksamkeit des Mundspülens ist seit langem bekannt. Bereits um die Jahrhundertwende hat man Apparate mit Gummiballon und Spritze angewendet. In den sechziger Jahren wurden die heute gebräuchlichen Mundduschen entwickelt.
Im Unterschied zu den elektrischen Zahnbürsten ist der Einsatz der elektrischen Mundduschen unbestritten. Sie ergänzen und unterstützen die Zahnbürste, können jedoch das Putzen der Zähne mit Bürste und Zahnpasta nicht ersetzen, denn nur durch Spülen lässt sich der Zahnbelag nicht beseitigen. Der Wasserstrahl der Mundduschen entfernt aber die Speisereste aus Zahnzwischenräumen, säubert andere schwer zugängliche Stellen, kann auch die Zahnfleischtaschen spülen, die sich bei Parodontose zwischen Zahnfleisch und Zahnhals bilden. Der Wasserstrahl hat zudem eine massierende Wirkung, die das Zahnfleisch belebt. Wer Mundwasser benützt, kann dies dem Wasserstrahl beigeben.
Bei richtiger Zahnpflege verringert

sich die Neigung zu Zahnfleischbluten und Zahnfleischentzündung, Zahnstein bildet sich weniger rasch.
Die SKS erfasste sechs Mundduschen, davon eine als Bestandteil einer Mundhygiene-Kombination: Broxo Jet, Mio-Star, Solis PC 270, Water Pik Slimline, Water Pik Standard 49 EX und Water Pik Mundhygiene Center BJ-75.
Die festgestellten Preise der Mundduschen bewegen sich von Fr. 68.– bis Fr. 165.–, die Preise der Ersatzdüsen von Fr. 5.50 bis Fr. 12.– (für 4 Stück).
Der *ausführliche Untersuchungsbericht* ist bei der Stiftung für Konsumentenschutz (SKS), Schlossstrasse 137, 3008 Bern, Tel. 031 25 75 42, zum Preis von Fr. 4.– plus Porto erhältlich (zahlbar nach Erhalt mit Einzahlungsschein). Postkarte genügt. *Stiftung für Konsumentenschutz (SKS)*

Zwiebeln – Gewürz und Gemüse

Dass Zwiebeln gesund sind und hervorragend schmecken können, ist wohl seit Jahrhunderten bekannt. Die Erkenntnis aber, dass man in der Zwiebel nicht nur ein Gewürz, sondern auch ein Gemüse sehen kann, scheint hierzulande wesentlich jüngeren Datums zu sein. Auf alle Fälle ist der Zwiebelkonsum jetzt im Wachsen begriffen.
Zwiebeln sind also gleichzeitig Gemüse und Gewürz. Sie können gross oder klein, weiss, gelb oder rot sein. Besonders die gelbe Sorte ist sehr haltbar, doch ist darauf zu achten, dass Zwiebeln trocken eingekauft und zu Hause in luftdurchlässigen Säcken oder Gefässen nicht zu warm gelagert werden. Und noch ein Tip für die Hausfrau: Werfen Sie leicht ausgetriebene Zwiebeln nicht weg: Grüne Schosse, wie Schnittlauch gehackt, ergeben ein ausgezeichnetes Gewürz.
Welche Zwiebelsorten für welche Zwecke? Wer bei den Zwiebeln richtig auf den Geschmack kommen will, verwendet in der Küche nicht nur eine, sondern mehrere Sorten. Auf unseren Märkten findet man:
Speisezwiebeln oder Gewürzzwiebeln, das sind die mehr oder weniger grossen, runden, gelben, die je nach Sorte und Jahreszeit auch unterschiedlich scharf sein können. Sie stellen das Hauptkontingent der bei uns verwendeten Zwiebeln, lassen sich gut lagern und können für die meisten Zwiebelgerichte verwendet werden (wo sie zum Rohessen und für Salate zu scharf erscheinen: ganz kurz mit kochendem Wasser überbrühen).

Gemüsezwiebeln haben mindestens Apfelgrösse, sind hellgelb und mild, gut zum Füllen und zum Rohessen geeignet. Für Gerichte, die viele Zwiebeln verlangen (Zwiebelkuchen, Gulasch), erspart man sich beim Schälen und Schneiden Mühe und Tränen, wenn man grosse Gemüsezwiebeln verwendet.

Rote Zwiebeln sind mild und würzig, besonders zum Rohessen, aber auch für dunkle Saucen und Suppen zu empfehlen. Für helle Saucen sind sie nicht geeignet, da sie – ähnlich wie Rotkohl – färben. Die roten Zwiebeln sind weichschalig und nicht zu lange haltbar, sie sollten deshalb nur in kleinen Mengen gekauft werden.

Frühlingszwiebeln sind weiss, plattrund und haben noch grünes Laub, das mitverwendet werden kann (ähnlich wie Schnittlauch). Sie brauchen nicht geschält zu werden und sind sofort zu verbrauchen, allenfalls zwei bis drei Tage im Kühlschrank aufzubewahren, nachdem alles verwelkte und beschädigte Laub entfernt worden ist. Gut für Geflügel- und China-Gerichte!
Schalotten, klein, länglich, dreikantig, findet man oft zu zweien oder dreien unter einem trockenen Hüllblatt. Es gibt grünliche und rosa überhauchte Schalotten; die ersteren sind schärfer. Schalotten gelten als die feinsten Zwiebeln zum Würzen, sie werden besonders schnell gar und würzen Salate, ohne einen penetranten Zwiebelgeschmack zu entwickeln. Gut zum Einlegen in Essig (Gurken, Mixed Pickles), nicht so haltbar wie Gemüsezwiebeln, eher selten und teuer.

Perlzwiebeln, auch Silberzwiebeln genannt, haben die Grösse von Murmeln und werden kaum jemals frisch, sondern nur in Essig eingelegt angeboten. Sie sind eine Sonderform des Lauchs und sehr schwierig anzubauen. Zum Schälen: Zwiebelchen mit grobem Salz bestreuen, einige Minuten liegen lassen, dann zusammen in einem groben Tuch reiben, bis sich die Schalen lösen, gut abspülen und nachputzen.
Zwiebeln können nicht nur abwechslungsreich, als Salat, als gedämpftes Gericht oder als Gewürz, verwendet werden, sie sind auch rund um den Kalender erhältlich.

E. B.

Für Sie notiert

Wärmesparen im Haus
So heisst der Titel einer neuen Broschüre, die vom Bundesamt für Energiewirtschaft (BEW) herausgegeben wird.
Das übersichtlich gestaltete Nachschlagewerk richtet sich an alle Hausbewohner, -besitzer und -verwalter und zeigt in leicht verständlicher Weise auf, wie ein Haus am sparsamsten betrieben wird, welche Reparaturen und Verbesserungen man selber machen kann und wann ein Fachmann beigezogen werden sollte. Als praktischer Ratgeber soll es dem energiebewussten Bürger helfen, ein Haus mit einfachen Massnahmen vor Wärmeverlusten zu schützen und die Heizanlage am wirtschaftlichsten zu betreiben.
Die Broschüre bringt aber nicht nur Tips und Hinweise, wie man die Wärme im Haus zurückhält, sondern beschreibt auch, warum überhaupt Wärmeverluste auftreten, wo die Wärme verloren geht und wie man sie ersetzt. Weiter bringt sie verschiedene Zukunftsmöglichkeiten näher, zeigt dem Mieter, wo die grössten Energieeinsparungen liegen und hilft dem zukünftigen Bauherrn, auf ein klimagerechtes und energieoptimales Haus zu achten.
Die Broschüre «Wärmesparen im Haus» kann als Einzelexemplar gegen Einsendung einer adressierten Klebeetikette bei folgender Stelle *gratis* bezogen werden:
Bundesamt für Energiewirtschaft, Postfach, 3001 Bern.

Vögel im Garten
Das neueste Sonderheft der Zeitschrift «Schweizer Naturschutz» ist der Natur in unserer nächsten Umgebung gewidmet. Es ist reich illustriert und gibt einen willkommenen Überblick über die Vogelwelt in Garten und Park.
Zu beziehen gegen Einsendung von Fr. 2.– in Briefmarken bei: Sekretariat SBN, Postfach 73, 4020 Basel.

Zentralblatt des SGF

Zentralpräsidentin:
B. Steinmann-Wichser
«Al Sambuco»
Via al Segnale 20, 6612 Ascona
Telefon 093 35 27 89

Redaktion:
Frau Jolanda Senn-Gartmann
Ralligweg 10, 3012 Bern
Telefon 031 23 54 75
(Manuskripte an diese Adresse)

Druck und Verlag:
Büchler+Co AG, 3084 Wabern
Telefon 031 54 11 11

Inserate:
Büchler-Inseratregie
3084 Wabern
Tel. 031 54 11 11, Telex 32697
Sachbearbeiterin: Ruth Schmutz
Druckauflage: 9900 Ex.

Abonnemente:
Mitglieder Fr. 9.–
Nichtmitglieder Fr. 10.–
Bestellungen an:
Büchler+Co AG, 3084 Wabern
Telefon 031 54 11 11
PC-Konto 30-286
Sachbearbeiterin: Ida Trachsel

Die Zeitschrift erscheint monatlich. Nachdruck des Inhalts unter Quellenangabe gestattet.

Postscheknummern:
Zentralkasse des SGF:
30-1188 Bern
Adoptivkindervermittlung:
80-24270 Zürich
Gartenbauschule Niederlenz:
50-1778 Aarau
Stiftung Schweiz. Ferienheime «Für Mutter und Kind»
80-13747 Zürich

18.1-212051
SCHWEIZ LANDESBIBLIOTHEK
HALLWYLSTR 15
3003 BERN

SGF Zentralblatt

Adressberichtigungen nach A 1, Nr. 179 melden

Imprimé à taxe réduite

AZ/PP
CH-3084 Wabern

Abonnement poste

Patria

Ihre Sicherheit

Als Kunde der Patria finden Sie Sicherheit durch umfassenden Versicherungsschutz.

Als Mitarbeiter der Patria geniessen Sie die Sicherheit eines grossen Unternehmens.

Wenden Sie sich an uns, wir geben Ihnen unverbindlich Auskunft über die beruflichen Möglichkeiten in der Versicherungsbranche, sei es im Aussen- oder Innendienst. Wir freuen uns auf eine Kontaktnahme.

102 Jahre Patria

Schweizerische Lebensversicherungs-Gesellschaft auf Gegenseitigkeit

Generaldirektion
St. Alban-Anlage 26, 4002 Basel, Tel.: 061 22 55 11

Generalagenturen in
Aarau, Basel, Bern, Biel, Chur, Delémont, Frauenfeld, Fribourg, Genf, Langenthal, Lausanne, Liestal, Lugano, Luzern, Morges, Neuchâtel, Rapperswil, Rorschach, St. Gallen, Schaffhausen, Sion, Solothurn, Sursee, Thun, Vevey, Winterthur, Zug, Zürich.