

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

**Herausgeber:** Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

**Band:** 72 (1984)

**Heft:** 9

## Heft

### 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:** 18.08.2025

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

9 september 1984

72. Jahrgang

6433

SGF

# Zentralblatt

des Schweizerischen  
Gemeinnützigen  
Frauenvereins

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



- Anregungen aus den Jahresberichten 1983 unserer Sektionen
- Eidgenössische Volksabstimmung
- Tagung für Bündner Frauen



**Gratis**  
**900 Wollmuster**

Bewährte, modische  
Markenwolle und Garne  
zu Minipreisen ab 1.25!  
Fordern Sie das grosse  
Wollmusterbuch an, das  
Sie behalten können,  
direkt bei

**HANS JAKOB AG**  
**Bernetta-Wolle**  
**3436 ZOLLBRÜCK**

Telefon (035) 6 81 11

Bitte senden Sie mir gratis und unver-  
bindlich Ihr neues WOLLMUSTERBUCH

04

Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

## IPASIN

### Kreislauf-Tonikum + Kapseln

sind sehr nützlich bei

**Zirkulationsstörungen**  
**Wallungen + Schwindel**  
**nervösen Herzbeschwerden**  
**Herzklopfen** und  
**Schweissausbrüchen**

sowie bei

### kreislaufbedingter Müdigkeit

Packungen à 30 Kapseln  
(Monatskur) Fr. 27.90  
Flaschen zu Fr. 13.50/Kur Fr. 24.-  
In Apotheken + Drogerien

Ein Produkt der Pharma-Singer AG

## Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| Anregungen aus den Jahres-<br>berichten 1983 unserer<br>Sektionen  | 3  |
| Vernehmlassung zur<br>Ratifizierung des ersten<br>Zusatzprotokolls zur<br>Europäischen Menschen-<br>rechtskonvention | 12 |
| Veranstaltungskalender   | 13 |
| Eidg. Volksabstimmung<br>vom 22./23. September 1984  | 14 |
| Tagungen für die Bündner<br>Frauen   | 15 |

**Titelbild:** Mitglieder des Frauenver-  
eins Ostermundigen machen am  
Dorrfest Reklame für ihre Dienst-  
leistungen

**Fotonachweis:**  
Frauenverein Ostermundigen: Ti-  
telbild, Seiten 4, 8, 11  
Margrit Baumann: Seiten 3, 5, 6

## Liebe Mitarbeiterinnen im SGF

Mir im Jahresablauf Inselchen zu schaffen, hat mir eine meiner Vorgän-  
gerinnen im Amt als Zentralpräsidentin geraten. Was sie damit meinte?  
Ganz einfach: Ich solle mir in der hektischen Arbeit terminfreie Tage  
freihalten zum Atemholen, zum Distanzgewinnen, zum Überdenken  
und vor allem zum Schöpfen neuer Kraft. Ich versuche den Rat zu  
befolgen und freue mich bereits auf das nächste Inselchen.

Unsere Redaktorin, Frau Senn, lässt in dieser Nummer traditionsge-  
mäss das aus Ihrem Jahresbericht aufleuchten, was besonders zum  
Nachahmen reizen dürfte. Jeder einzelne Jahresbericht – Frau Senn  
kann leider aus Platzgründen nicht aus jedem Auszüge bringen – rollt  
für mich ein buntes Bild gemeinnütziger Arbeit in Stadt und Land auf.  
Vordergründig sind da lauter Aktivitäten aufgezählt, die scheinbar  
spielend über die Bühnen unserer Sektionen liefern. Aber Hand aufs  
Herz: Auch in Ihrem Wirkungskreis läuft nicht immer alles nach  
Wunsch. Da gibt es Schwierigkeiten mit Behörden, Meinungsverschie-  
denheiten im Kreise der Helferinnen; hier plagen Nachwuchssorgen,  
die Sie zum Beispiel mit einem breiten Kursangebot beheben möchten.  
Es klappt nicht, denn andere Organisationen decken diese Sparte  
bereits ab. Dort lassen Vorstandsmitglieder die junge Generation nicht  
zum Zuge kommen. Dabei hätte gerade sie gute Ideen, die – gepaart  
mit den reichen Erfahrungen der mittleren und älteren Generation –  
manch Neues realisieren liesse. Da gäbe es noch mehr Beispiele. Aber  
wir wollen nicht schwarzmalen. Nur: schaffen auch Sie sich die kleinen  
Inselchen! Sie werden erleben, dass sie Wunder wirken und Lösungen  
für Probleme aufzeigen, die zuvor unlösbar schienen.

Darüber hinaus haben wir ja allen Grund zur Freude: Zahlenmässig ist  
der SGF im Vormarsch. Die Sektionen legen zum Teil ganz massiv an  
Mitgliedern zu, und immer mehr Vereine treten unter unser Dach. 1912  
– der SGF zählte damals 8000 Frauen – meinte ein hoher Magistrat:  
«Der SGF ist im öffentlichen Leben keine Kleinigkeit mehr. C'est une  
force.»

Dass die Meinung unseres Verbandes in öffentlichen Belangen heute  
mehr und mehr gefragt ist, stärkt unser Selbstbewusstsein. Aber für  
mich persönlich zählt noch mehr die Tatsache, dass wir uns in den  
eigenen Reihen immer näherrücken. Es werden zwischen unseren  
Sektionen viele neue Kontakte geknüpft, bestehende vertieft, und ich  
stelle mit Freude fest, dass die Schwelle zwischen den Sektionen und  
dem Zentralvorstand niedriger wird. Gut so: Sie haben uns gewählt,  
dass wir wohl die Vereinsgeschäfte führen, dass wir aber auch Rat  
geben können, wo er gefragt ist, und dass wir uns über den weiteren  
Kurs des SGF Gedanken machen.

Aus Ihrer Arbeit in den Sektionen schöpfen wir die Kraft, den SGF «an  
der Front» zu vertreten. Deshalb ist es ja auch so wichtig, dass wir über  
Ihr Wirken informiert sind. Es zeigt uns auch auf, auf welchem Gebiet  
Weiterbildungsmöglichkeiten geschaffen werden sollten.

Sie sehen, wie wertvoll uns Ihr Jahresbericht ist, und ich kann mich nur  
immer wieder als Adressatin empfehlen und gleichzeitig darauf hinwei-  
sen, dass er für mich interessant ist, auch wenn Sie meinen, derjenige  
Ihrer Sektion sei alltäglich. Er ist es für uns nicht. Was Sie in Ihrem  
Wirkungskreis tun, das tun Sie ja auch im Namen des SGF. Dafür  
danken wir Ihnen von Herzen, aber daran möchten wir auch teilhaben.

Und – vergessen Sie die kleinen Inselchen nicht, die uns helfen, in  
schöpferischer Stille immer wieder neuen Mut für unseren Einsatz zu  
finden!

Herzlich Ihre

*Liselone Anker*

# Anregungen aus den Jahresberichten 1983 unserer Sektionen

## Ideen – Veranstaltungen

Die Mitglieder der Nähkurse präsentierten in einer kleinen *Modenschau an der Jahresversammlung* ihre selbstgefertigten Modelle.

Büron

Im September fand in der Aula ein *Morgenessen* mit einer kurzen Andacht von Herrn Pfarrer Lammerskitten statt. Daneben sorgte die Musikgesellschaft für Unterhaltung. Der Grossaufmarsch zeigte, dass ein solcher Anlass gefragt ist. Die Gäste waren mit unserer Bewirtung und Bedienung sehr zufrieden. Aber auch alle Helferinnen waren trotz der vielen Arbeit glücklich und zufrieden und fanden, dass dies ein herrlicher Sonntag war. Wir werden den Anlass nächstes Jahr wiederholen.

Heimberg

Die *Reise des Frauenvereins* im Juni führte uns ins Weberei- und Heimatmuseum Ruedertal, wo von Herrn Hofmann und Frau Steffen viel Interessantes zu erfahren war. Über Gontenschwil und das Wyental gelangten wir nach Hallwil, wo wir im schönen Wasserschloss viele alte Möbel und Werkzeuge besichtigten. Die Fahrt führte weiter über Höhenzüge am Hallwiler- und Baldeggersee, über Hochdorf und Sempach nach Eich zum Zvieri.

Brittnau

*Basteltag*: Zusammen mit der Frauenzeitschrift «Orella» organisierten wir einen offenen Basteltag, dem ein grosser Erfolg beschieden war. Es wimmelte von Besuchern, die ihr Talent in den verschiedensten Techniken versuchten, vom Patchwork über Glasritzen, Häkeln, Hinterglasmalerei, Naiv-Malen, Malkreidetechniken, Modellieren, Papierbatik, Porzellanmalen, Stoffmalerei, Stoffdruck, Bilder-Weben bis zum Basteln mit Klebstoff, und dies alles zum Nulltarif! Selbst die Musterarbeit durften die Teilnehmerinnen mit nach Hause nehmen. Einheimische Künstler waren eingeladen und führten Interessierte in die Kunst des Spinnens, Webens, Schnitzens, der Trachten- und Murinellastickerei ein. Für Spontanwünsche stand am Eingang ein Verkaufsstand der ortsansässigen Bastelgeschäfte zu Diensten. Frauen der Ludothek betreuten den Kinderhort. In unserer Kaffecke, die einen Erlös von über Fr. 1000.– erbrachte, hatten die Besucher Gelegenheit, Hunger und Durst zu stillen. Die hausgebackenen Kuchen und Brötchen waren wie immer besonders begehrt.

Samedan

Als interessant und informationsreich erwies sich die *Käseereibesichtigung* bei Familie Graf in Grub. Wir konnten die Herstellung von Appenzeller Käse bis in alle Einzel-

heiten verfolgen. Man lernte auch die mikroskopisch kleinen Helfer kennen, ohne die es keinen wohl-schmeckenden Käse gäbe. Zum Schluss durfte das Endprodukt, das zentnerweise im Keller lagert, probiert werden.

Heiden

*Auf unserer Vereinsreise* konnten wir durch die Vermittlung der Präsidentin von Rebstein die Sticke-reifabriken der Firma Rohner AG in Widnau und Rebstein besichtigen. Nach dem Mittagessen in Gais fuhren wir nach Rebstein, wo wir von der Rebsteiner Frauen herzlich empfangen wurden. Es freute uns, dass sie auch zu uns in den Bus stiegen und sich der Führung durch die Fabriken anschlossen. Wir kamen aus dem Staunen nicht heraus, als wir sahen, welche schöne Sticke-reien dort hergestellt werden. Begreiflich, dass nachher ein Sturm-lauf auf den fabrikeigenen Laden stattfand. Der Ausflug wurde dann noch perfekt, als die Rebsteiner Frauen uns zum Zvieri einluden. Wir hoffen auf baldigen Gegenbe-such!

Zofingen AG

Als die Kilchberg-Frauen, wie schon in früheren Jahren, uns den unverkauften Rest ihrer *Sportarti-kelbörse* zukommen liessen, wussten wir, dass der Winter eingezogen war. Mit einem Sonderverkauf erwirkten wir einen schönen Reinerlös von Fr. 1300.–, und der dar-

Nach über 2000 Arbeitsstunden wurde der Wandteppich, den die Thuner Frauen als künstlerischen Schmuck für die Halle des Heimes an der Martinstrasse stiften werden, fertiggestellt. Entwurf: Barbara Brönnimann.



auffolgende ordentliche Monatsverkauf brachte erneut Fr. 1200.– ein. Wir danken den Kilchberg-Frauen herzlich, dass sie ihre Artikel immer uns Sigriswilern schicken. Wir freuen uns auf ihren Besuch im Mai dieses Jahres, um uns ein wenig erkenntlich zeigen zu können. *Sigriswil*

**Aufgabenhilfe.** Die Leiterinnen organisierten einen Diskussionsabend mit Eltern von Ausländerkindern, Lehrerinnen der Unterstufe, dem Schulvorsteher und vier Dolmetscherinnen. Dieser Abend brachte den Ausländer-Eltern die Schweizer Schule und die Probleme ihrer Kinder in der Schule näher. *Lyss*

**Der Fondue-Abend** ist immer ein sehr schöner Abend. In gelöster Stimmung begegnen wir einander im Bewusstsein, dass bald Weihnachten ist, das Fest der Liebe. *Sursee*

---

**Es liegt aber das Glück nicht in den Dingen, sondern in der Art und Weise, wie sie zu unseren Augen, zu unseren Herzen stimmen.**

*Gotthelf*

---

Auf reges Interesse stiess auch die Besichtigung der grössten und modernsten *Sauerkrautfabrik* unseres Landes in Hinwil. Die Frauen verfolgten den Werdegang vom selbstgezüchteten Samenkorn bis zum fertig gekochten und abgepackten Sauerkraut. *Gutenswil ZH*

*Wir jäten* auch regelmässig den *Friedhof* und betreuen die Gräber von Verstorbenen, deren Angehörige auswärts wohnen. *Buchholterberg-Wachseldorn BE*

Den diesjährigen *Vereinsausflug* benutzten wir zur Besichtigung der Porzellanfabrik in Langenthal. Es war für uns alle sehr interessant und lehrreich und hat uns fasziniert, den Porzellanmalerinnen einmal bei der Arbeit zuschauen zu können. *Aarberg*

*Die Turngruppe der Sektion Ostermündigen hilft jederzeit auch gerne beim Festen mit!*

*Unser halbtägiger Ausflug* führte uns diesmal in die Obstverwertung nach Affoltern am Albis. Viele leckere Gerichte, nach neuesten Erkenntnissen zubereitet, durften wir degustieren. Der dazu gereichte Apfelsaft war ein echter Durstlöcher. Wir erhielten auch viele Rezepte zum Mitnehmen. *Emmen*

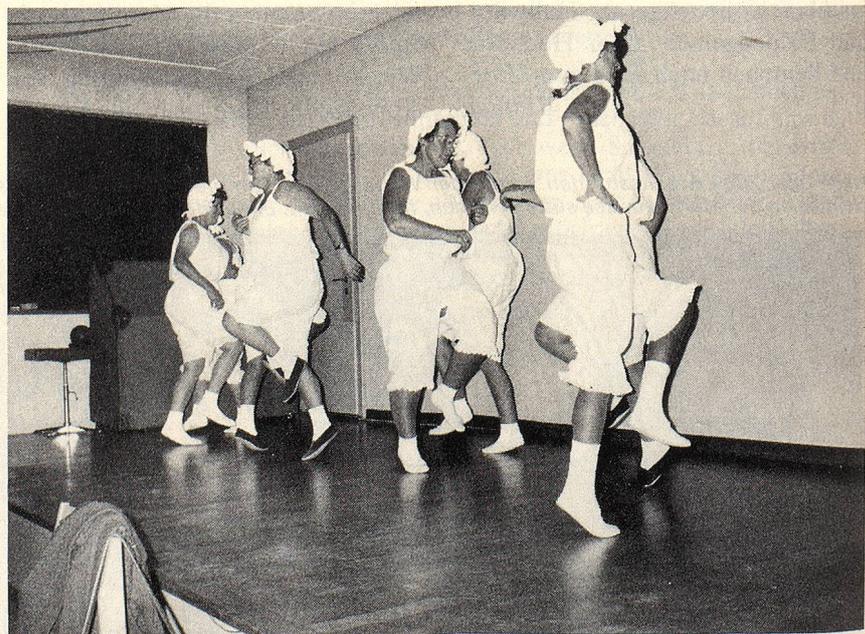
Unsere Brockenstube ist für den Verein so etwas wie *ein Zentrum* geworden. Im Brockenstubenfenster stellen wir aus, was wir zeigen möchten, zum Beispiel Werke aus unseren Kursen. Wir haben am Schaufenster auch unser Informationsbrett, und im Gang hängt ein Briefkasten. «Anregungen, Wünsche, Kritik», heisst es darauf – und wir freuen uns auf Post unserer Mitglieder. *Büren an der Aare*

**Säuglingsmobiliar.** Das Interesse am Säuglingsmobiliar, das wir vermieten, nimmt zu. Durch die Publikation im Lokalblatt wurden Amtstellen und einzelne Leute auf unsere Dienstleistung aufmerksam. Eine alleinstehende Mutter ist sehr froh über das schöne Kinderbettli samt Inhalt und Wäsche. Eine Neuananschaffung hätte sie finanziell sehr belastet. Die bescheidene Miete hingegen kann sie gut aufbringen. Auch Grossmütter, die vorübergehend Enkelkinder bei sich zu Besuch haben, sind über unsere Sachen froh. *Männedorf*

Wir haben ein *Flugblatt* zusammengestellt mit dem neuesten Stand der Vereinsangebote. Anlass dazu war

der *Neuzuzügertee*, zu dem wir alle Frauen eingeladen hatten, die in den letzten zwei Jahren in Erlenbach eingezogen sind, wobei mehr als zehn Prozent zum Orientierungsabend kamen. Vier Vorstandsmitglieder stellten die verschiedenen Dienstleistungen des Vereins vor. *Erlenbach ZH*

Im Zuge der grösseren Beweglichkeit unserer Bevölkerung und im Zeitalter der Kleinfamilie ist eine stärkere Vereinsamung des Menschen entstanden, besonders leidet darunter auch die nicht berufstätige Frau. Unser Beitrag zur Abhilfe dieses Problems war die Lancierung der *Kontaktgruppen*. Der Erfolg unseres Orientierungsabends liess nicht lange auf sich warten. Kurze Zeit darauf waren bereits 44 Frauen für zehn verschiedene Themen eingeschrieben. Die Wandergruppe hat bereits drei Ausflüge «marschiert», die Kunstgruppe drei Galerien besucht. Die Gruppe aktuelle Fragen/Politik besuchte zwei Vorträge an der Universität, und die Sprachgruppen kommen regelmässig jeden Monat zusammen. Die Gruppe Erziehungsfragen hat sich zum Müttertreff formiert, und zwölf junge Frauen mit ihren Kindern treffen sich alle zwei Wochen. Die Gruppen Musik und Theater sind klein, aber es gibt sie doch! Es ist schön zu sehen, dass mit unserem Angebot anscheinend ein echtes Bedürfnis befriedigt wurde. Hoffentlich bleibt es nicht nur bei der ersten Begeisterung. *Erlenbach ZH*



Im Zusammenhang mit der Generalversammlung haben wir in der Gemeinde eine Anzahl *Werbebriefe* versandt. Damit wollten wir heute noch abseits stehende Frauen zum Schnuppern an unsere Jahresversammlung einladen. Natürlich durfte in diesem Werbeschreiben auch nicht eine Aufzählung der vierzehn verschiedenen Bereiche fehlen, für die wir uns einsetzen. Unser Fächer ist weit, wir dürfen ruhig sagen, dass wir Frauen in allen Lebensbereichen anzusprechen vermögen. *Pfäffikon ZH*

Unsere *Vereinsreise* führte uns bei strahlend schönem Herbstwetter mit Car und Schiff nach Büren an der Aare. Dort erwarteten einige Frauen des Frauenvereins unsere stattliche Schar von 79 Personen. Sie zeigten uns ihr Städtchen, das Schloss, das Ortsmuseum und die Kirche. Wir hoffen, dass der Kontakt mit dieser Sektion nicht abbricht. Von Büren aus fliesst die Aare in mächtigen Windungen Altreu zu. Wir genossen vom Schiff aus eine gute Sicht in die unberührte Uferlandschaft. In der Storchensiedlung hatten wir Gelegenheit, diese bei uns selten gewordenen Vögel mit ihren Lebensgewohnheiten näher kennenzulernen. *Pfäffikon ZH*

Im vergangenen Vereinsjahr richteten wir unser Augenmerk besonders auf zwei Grossanlässe: Im Oktober war es der *Flohmarkt*, aus dessen Erlös wir der Alterssiedlung ca. Fr. 12 000.- überweisen konnten. Im März werden wir einen Bazar durchführen, dessen Reinerlös ebenfalls für die Alterssiedlung bestimmt ist. *Oberuzwil*

*Vereinsausflug*. Im Herbst besuchten wir die Dahlienschau in Tamins. Herr Wieland sen. führte uns in die neuen Gewächshäuser, zeigte und erklärte alle neuen Errungenschaften des Betriebes. Die vielen schönen Dahlien und auch andere Blumen beeindruckten uns sehr. Sicher werden einige davon diesen Sommer in unseren Gärten zu sehen sein. *Filisur*



*Sportartikelbörse*. Ein Angebot der Thurgauischen Kantonalbank entlohnte uns der Sorge, ein Lokal für die Durchführung dieser sehr geschätzten Börse zu suchen. Die Tiefgarage der Bank erwies sich als ideal in jeder Beziehung. Kein Gedränge, guter Zugang, daher gute Übersicht. Das alles machte die Börse für uns und die Kunden zu einem Vergnügen. Ich hoffe sehr, dass dies der Anfang einer Dauerlösung war. *Romanshorn*

---

**Auch der Weg zum entferntesten Ziel muss mit einem einzigen Schritt begonnen werden.**

**Alter Spruch**

---

Mit einer heiteren *Vernissage* begann das Jahr 1983. Es wurden Bilder aus dem Zeichenwettbewerb ausgestellt, die von unseren Kindern in unseren Tagesheimen und Internaten angefertigt wurden. Verschiedene der kleinen Kunstwerke schmücken heute das Büro der Präsidentin und die Eingangshalle. *Basel*

Die Frauenberatung hat ein *Merkeblatt zur Scheidung* zusammengestellt, das die wichtigsten Punkte festhält, die die Frauen in diesem schwierigen Lebensabschnitt beachten müssen. Zudem sind nützliche Adressen von Beratungsstellen aufgeführt. *Basel*

Für die Gestaltung der *Adventsfeier* konnten wir die Puppenspielerin Verena Saurer aus Bern gewinnen. Mit ihrem sinn- und gehaltvollen Märchenspiel vermochte sie Herzen und Gemüter der gebannt mitgehenden Zuschauer anzusprechen. *Muri BE*

Im vergangenen Vereinsjahr haben wir die Arbeitshefte der Vorstandsmitglieder und der Leiterinnen der verschiedenen Dienste überarbeitet und neu gestaltet. *Muri BE*

Eine neue Idee, die *Geschenk-Boutique*, geführt von drei jungen, initiativen Mitgliedern, avancierte rasch zum beliebten Treffpunkt. Im System der Kleiderbörsen funktioniert der An- und Verkauf von Handarbeiten, Basteleien usw. Angegliedert ist auch ein Verkauf von

Arbeiten aus Behindertenheimen unseres Kantons. *Münchwilen TG*

*Blumen für unser Kafi Tannzapfe* blühen bald wieder in den Gärten unseres Dorfes. Wir sind sehr froh, wenn Sie sich jeweils melden, falls bei Ihnen ein Strauss abgeholt werden darf! *Münchwilen TG*

Dreimal haben wir für jung und alt vor dem Familiengottesdienst *ein Morgenessen* bereitgehalten, das vor allem in den Wintermonaten gerne genossen wird. Auch hier ist frohe Gemeinschaft und Einstimmung auf den Gottesdienst spürbar. Durchschnittlich nahmen ungefähr siebzig Personen an unseren Morgenessen teil. Im Gottesdienst selber bewundern wir jeden Sonntag die sorgsam und gekonnt geschmückte Kirche, welche unsere *Blumenfrauen* in aller Stille getreulich mit Blumen ausstatten. *Zizers*

Es zeigt sich, dass die ganz jungen Frauen Mühe haben mit dem Frauenverein, wohl vor allem deshalb, weil sie ihn und seine Aufgaben zu wenig kennen. Deshalb soll nun eine *orientierende schematische Darstellung* unserer Strukturen im Frauenverein mit seinen vielen Zweigen an junge Frauen im Dorf verteilt werden. Das persönliche Gespräch wird jedoch immer wieder nötig sein, um Verständnis zu fördern. *Zizers*

Etwas, das mich persönlich tief beeindruckte, war der Besuch bei der hiesigen Künstlerin Ruth Steiner.

Anlass war der Rücktritt der Burgdorfer Präsidentin, Frau Köhli, welche zum Abschied ihre Vorstandskolleginnen nach Münsingen einlud. Im Atelier von Ruth Steiner sahen wir die angefangenen Wandbilder von Aarwangen und Oberburg und die Altardecke von Wichtrach. Frauenvereine sticken unter Anleitung der Künstlerin an den vorgezeichneten Kunstwerken. Bei Apfelkuchen und Kaffee im Altersheim «Schlossgut» erläuterte uns Ruth Steiner verschiedene Aspekte aus ihrem künstlerischen Schaffen. *Münsingen*

*Am Tag der offenen Tür des Kinderhortes* hatten wir vor dem Blumenhaus *einen Verkaufsstand aufgestellt*, voll beladen mit gluschtigen Backwaren aller Art, die unsere Frauen hergestellt hatten. In kurzer Zeit war ausverkauft, und wir konnten den stattlichen Betrag von Fr. 863.- dem Komitee des Kinderhortes übergeben. Ein Teil davon wurde für Spiele verwendet. Auch wurde zur Einrichtung des Hortes verschiedenes aus unserer Brockenstube gratis geliefert. *Münsingen*

Ein Car voll Frauen besuchte die *Firma Baumann, Weberei und Färberei AG, Langenthal*. Mit grossem Interesse verfolgten wir das Entstehen der vielfältigen Dekorationsstoffe, die bis zu zwei Dritteln ins Ausland exportiert werden. Von der eigentlichen Kreation an, im Web- und Zeichenatelier, über das Zwirnen, Färben und Weben sowie

das nachfolgende minuziöse Kontrollieren konnte der ganze Fabrikationsvorgang mitverfolgt werden. Der Höhepunkt, im eigentlichen Sinn des Wortes, war die schwindelerregende Liftfahrt im 23 m hohen Hochregallager, einer imponierenden Stahlkonstruktion zur Lagerung der Fertigwaren. *Münsingen*

Der Aufruf im «Zentralblatt», nicht alle Kleider in Tex-Out-Säcke zu stopfen, hat eine *wahre Flut von Paketen zu uns nach Schiers* gebracht. Ich habe über 150 Pakete aus der ganzen Schweiz persönlich verdankt – und sicher sind einige vergessen worden! *Schiers*

Seit der Gründung unseres Vereins im Jahre 1897 hat sich *die Struktur* nicht wesentlich geändert. Die Aufteilung in verschiedene, ihren Pflichten besonders zugetane Subkommissionen hat sich bis heute bestens bewährt. Dem Vorstand gehört nebst Präsidentin, Vizepräsidentin, Kassierin und Aktuarin ein Mitglied jeder Fachkommission an. Wir sind überzeugt, so die Grundlage zu schaffen, um unseren Aufgaben in den mannigfachen Gebieten gerecht zu werden. *Rapperswil-Jona*

*Das vor drei Jahren eingeführte Verfahren*, an der Hauptversammlung jedem Anwesenden alle Berichte, das Protokoll der letzten Hauptversammlung, eine Liste der Kommissionsmitglieder und die Öffnungszeiten der Brockenstube schriftlich mitzugeben, ist auch diesmal sehr begrüsst worden. *Rapperswil-Jona*

*Als Dank für die gespendeten Gaben für die Bazare in Ilanz und Scharans* haben uns die Bündnerinnen zu sich eingeladen. Bei schönstem Wetter brachte der Car uns Rapperswiler und Joner Frauen nach Scharans. Das Dorf liegt eingebettet im Grünen, gegenüber Thusis. Nach einer herzlichen Begrüssung folgte eine Überraschung der andern: eine reizende Theateraufführung im Kindergarten, sehr interessante geschichtliche und

*Die Brockenstube ist für viele Sektionen der Goldesel – allerdings nur dank unermüdlichem Einsatz der Frauen*



## Ausflugsziele und Besichtigungsprogramme für Sektionsmitglieder und Senioren im Jahre 1983

Ausbildungszentrum Air-Hostessen, Zürich-Kloten  
Bern: Bundeshaus/Altstadt  
Riggisberg: Abegg-Stiftung  
Rothrist Rivella AG, Rundfahrt Schönenwerd-Sissach-Balsthal  
Heimatmuseum und Schautöpferei, Trubschachen  
Strohmuseum, Wohlen  
Biotta AG, Tägerwilten  
Schoggifabrik Buchs  
St. Gallen: Spitzen-Museum, Stiftsbibliothek  
Guttannen: Kristallmuseum  
Storchensiedlung, Altreu  
Technorama, Winterthur  
Franziskanerinnenkloster im Muotatal und Besichtigung von Schwyz  
Heimatwerkschule Mühlenen, Richterswil  
Vereinsreise in die Vogesen

geographische Erläuterungen der Gegend und ein vorzügliches, mit viel Liebe zubereitetes Mittagessen. Auch am Nachmittag in Ilanz lauter Freude auf beiden Seiten. Sehr hübsche Vorführungen im Kindergarten, ein Gang durch Ilanz und eine Besichtigung des neuen Regional-Alters- und -Pflegeheimes brachten uns viele neue Eindrücke. Allen Helferinnen in Scharans und Ilanz ganz herzlichen Dank für diesen prächtigen Tag. Ganz besonders gefreut hat uns das Sichkennenlernen. Wir hoffen, diesen Kontakt weiterhin pflegen zu dürfen. Wir Unterland-Gotten freuen uns, auch für die nächsten Bazare etwas beizusteuern.

*Rapperswil-Jona*

*Mütterberatung.* Neben den üblichen hat unsere Schwester weitere Aufgaben übernommen: So erteilt sie Unterricht an den Abschlussklassen. Ferner werden von ihr Pro-Juventute-Praktikanten in Familien vermittelt, angefangen mit der Auswahl der Familie, deren Anmeldung, Kontaktnahme mit dem Praktikanten, Besuch während des Einsatzes bis hin zum Schlussbericht. Im vergangenen Jahr wurden 12 Mädchen und 2 Burschen vermittelt.

*Rapperswil-Jona*

An einem schönen Spätherbsttag fuhren wir nach Huttwil zur *Schafschurdemonstration* der Familie

Grädel. Von der Schur über das Waschen und Färben der Wolle konnten wir den ganzen Werdegang verfolgen bis zur Verarbeitung der gesponnenen Garne. Wer Lust hatte, konnte sich im Festzelt noch Schafspezialitäten zu Gemüte führen.

*Strättligen*

Für den *Wegglitag* im Juni hatten wir viel zuwenig Weggli bestellt! Trotz dem massiven Aufschlag auf Fr. 1.- wurden die Verkäuferinnen ihre Ware rasch los und konnten nicht alle Quartiere bedienen. Wir konnten dem Übergangsheim für Betagte den Betrag von Fr. 3000.- überweisen.

*Strättligen*

Unser Verein durfte ein grossartiges Geschenk entgegennehmen. Ein Notar schenkte uns bei Aufgabe seiner Privatpraxis seinen *Kopierapparat und dazu so viel Papier*, dass wir auf Jahre hinaus versorgt sind. Wir Frauen vom Vorstand sind darüber hoch erfreut und danken sehr, können wir doch so in Zukunft durch den Wegfall von Druck- und Papierspesen viel Geld einsparen.

*Reinach*

*Vortrag und Film* der Weleda, Arlesheim, «Die Heilkräfte der Natur». Gesundheit – Krankheit, Themen, die immer viele Personen ansprechen. Der Anlass wurde gemeinsam mit den beiden Drogerien Bichsel und Müller durchgeführt.

*Sumiswald*

*Diskussionsabend über Logopädie.* Die beiden in unserer Gemeinde tätigen Logopäden gaben einen Überblick über ihre vielseitige und viel Geduld erfordernde Arbeit mit sprach- und lerngestörten Kindern. Die anschliessende Diskussion war für die jungen Eltern eine wichtige Orientierungshilfe. *Sumiswald*

Einer Grossfamilie im Simmental *flicken* wir alle zwei Monate eine riesige Schachtel voll *Wäsche*.

*Spiez*

1983 leistete unser *Putzdienst* 588 Stunden an Putzarbeit. Unser Einsatz ist gefragt!

*Spiez*

Unsere Werbung war erfolgreich. Wir heissen *51 neue Mitglieder* in unserem Verein willkommen!

*Spiez*

*Die Wanderung der Aktivmitglieder* hat einen festen Platz in unserem Jahresprogramm. Der Ausflug dient vor allem der Pflege der Kameradschaft und findet meistens in der näheren Umgebung statt.

*Wengen*

Im November fuhren wir mit *198 Päckli voll selbstgemachter Guezli* an die Jahresversammlung der Gemeinnützigen Bündner Frauen. Der Erlös aus dem Guezliverkauf betrug Fr. 834.- und war für die Organisation «Mutter und Kind» bestimmt.

*Thusis*

*Das Angebot, unseren Verein in den bekannten Oltner Neujahrsblättern vorstellen zu dürfen*, kam nicht ungelegen. Es war eine Chance, einmal einer breiten Öffentlichkeit zeigen zu können, was verantwortungsbewusste Frauen freiwillig und unentgeltlich über Jahre hinweg für die Allgemeinheit geleistet haben und heute noch leisten. Verlockend war die Vorstellung noch aus einem anderen Grunde: Mit dem kürzlich erfolgten Ausbau unseres Dienstleistungsangebotes ist unser Verein ein kleines Unternehmen geworden, das nur richtig funktionieren kann, wenn sich Angebot und Nachfrage die Waage halten. Mehr denn je sind wir daher daran interessiert, dass unsere Dienstleistungen rege benutzt werden. Dass sie aber erst einmal bekannt sein müssen, versteht sich von selbst. Deshalb ist es für unse-



Am Dorffest «Ostermundigen einst und jetzt» hat der Frauenverein den 1. Preis für den originellsten Märktstand gewonnen

ren Verein, der früher eher im stillen wirkte, eine Notwendigkeit geworden, zu informieren und auf unsere Dienstleistungen aufmerksam zu machen. *Olten*

Am Bazar fanden unsere Hand- und Bastelarbeiten guten Absatz. Erstmals wurde ein Tortenwettbewerb ausgeschrieben. Den glücklichen Gewinnern winkten schöne Preise, während für unseren Backwarenstand auf elegante Weise zusätzlich Kuchen und Torten zur Verfügung standen. *Pieterlen*

An zwei Mitgliederversammlungen im Frühling und im Herbst wurden die Vereinsmitglieder eingehend über unsere Werke orientiert. Zudem berichteten die vom Vorstand bestimmten Vertreterinnen über die Anliegen und Veranstaltungen

des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins SGF, des Bundes Schweizerischer Frauenorganisationen BSF, der Zürcher Frauenzentrale FZ, der Kantonalen Arbeitsgemeinschaft für hauswirtschaftliche Bildungs- und Berufsfragen KAG. Weiter wurde berichtet über den Kooperativen Kindergarten Hottingen, die Clara-Fehr-Stiftung, die Adoptivkindervermittlung, die Tuberkulosekommission, die Schweizerische Winterhilfe, die Volkshochschule des Kantons Zürich und über andere Vereine. An der Herbstversammlung stand der Veranstaltungskalender für 1984 zur Diskussion und wurde in der vorgeschlagenen Form gutgeheissen. *Zürich*

Mit dem ansehnlichen Betrag, den Frau Zürcher aus dem Verkauf der

selbstgekochten Konfitüre erlöste, konnten wichtige Anschaffungen im Tagesheim und in den Übergangsheimen ermöglicht werden.

*Thun*

Bei all unseren Projekten hat uns das amtliche Mitteilungsblatt grosse Dienste geleistet. Die darin erlassenen Aufrufe hatten immer Erfolg. Wir fanden so Interessenten für Kurse, Mitarbeiterinnen für Patientenbesuche in der Psychiatrischen Klinik und Spenderinnen von Gutzli und Kuchen. Dazu kommt noch eine weitere Dienstleistung: Der Gemeinderat gestattet es uns, als gemeinnützige Institution, die Daten unserer Zusammenkünfte halbjährlich zu publizieren. *Liestal*

### Kurse und Vorträge

*Orientierung und Ratschläge über Diätkost.* Diese Einladung erging besonders an diejenigen, welche an eine Diät gebunden sind, sei es wegen Diabetes, Leber- oder Nierenschaden. Aber auch die «Kalorienbewussten» werden über Diätkuren informiert. Der Kurs wurde von einer spezialisierten Diätköchin durchgeführt. *Heiden*

*Wie schützen wir uns und unsere Kinder vor Sexualverbrechen?* Dieser Vortrag stiess auf ein aussergewöhnliches Echo. Die Zusammenarbeit mit den vorderländischen Frauenvereinen ist geglückt und hat alle Erwartungen übertroffen. Der Chef und die Poizeiasistentin der Kriminalpolizei St. Gallen waren für diese heiklen Themen kompetente Referenten. *Heiden*

*Kurs für Kleinkindererziehung.* In Zusammenarbeit mit der Säuglingsfürsorge und der Spielgruppe führten wir auch dieses Jahr einen Kurs für junge Mütter über Kleinkindererziehung durch. Er war ein grosser Erfolg und der bestbesuchte Kurs der Volkshochschule! Trotzdem entstand für uns ein Defizit, welches die Pro Juventute übernahm. Bereits ist der dritte Kurs gelaufen, welchen wir nun ohne die Volkshochschule, aber in Zusammenarbeit mit der Pro Juventute organisierten. Wieder war der Kurs ein voller Erfolg und warf diesmal sogar einen Gewinn ab!

*Zofingen*

### Erlauscht in einer Kinderkrippe des Frauenvereins Zürich

Über die Mittagszeit spielen die Kinder das Krippenspiel. Ein kleiner Junge sagt: «Ich bin der Josef», ein anderer strahlt: «Ich bin der liebe Gott.» Niggus streckt beide Arme aus und ruft: «Und ich bin die ganze Welt.»

Maria und Josef sitzen im Stall in Bethlehem. Sie sind müde von der langen Reise und wollen ein wenig schlafen. Maria erwacht plötzlich und ruft dem Josef zu: «Josef, tue verwache, ds Chind wott uf d'Wält cho!» Josef reagiert nicht. Auch auf das zweite Rufen der Maria bleibt er stumm. Maria sagt: «Gell, Josef, du hättisch lieber äs Auto gha!»

## Aus dem Kursangebot unserer Sektionen

|                                    |   |  |
|------------------------------------|---|--|
| Weben                              | Entschlackungskurs                          | Babysitting für Schüler                |
| Wolle färben                       | Schlankheitskurs                            | Säuglingskurs für Schüler              |
| Spinnen                            | Tiefkühlen, sterilisieren, heiss einfüllen  | Säuglingskurs für Grossmütter          |
| Flechten                           | Biologischer Gartenbau                      | Gesundheitspflege im Alter             |
| Pelztiere nähen                    | Kochkurs für Männer                         | Yoga                                   |
| Linolschnitt                       | Kochkurs für Kinder                         | Autogenes Training                     |
| Batik                              | Kaltes Buffet                               | Atmen, bewegen, entspannen             |
| Stoff drucken                      | Pilzkunde                                   | Mutter-und-Kind-Turnen                 |
| Geschenkpapier drucken             | Heilkräuter                                 | Mutter-und-Kind-Schwimmen              |
| Patchwork                          |   | Skilanglauf                            |
| Puppenkleider nähen                |   | Selbstverteidigungskurs                |
| Kinderkleider nähen                |   |  |
| Trachten nähen                     | Kerzenziehen                                | Singen und musizieren mit Kindern      |
| Teppiche nähen                     | Glasritzen                                  | Tonflöten                              |
| Nähen: Aus alt mach neu            | Blumenstecken mit Gartenblumen              | Basteln mit Kindern                    |
| Nähkniffe                          | Krippenfiguren                              | Kosmetikkurs                           |
| Nähen von Fixleintüchern           | Bauernmalerei                               | Fusspflege                             |
| Tricot nähen                       | Adventsarrangement mit Gewürzen             | Elternschulung                         |
|                                    | Tischdekorationen rustikal                  | Betreuung des Kleinkindes              |
| Kochen und Backen mit Vollkornmehl | Tischdekorationen modern                    | Vereinsführung                         |
| Brot backen                        | Bäbikurs                                    | Redeschulung                           |
| Lebkuchen und Weihnachtsstollen    | Eier bemalen                                | Sprachkurse                            |
| Weihnachtskonfekt und Pralinés     | Strohsterne basteln                         | Internationale Volkstänze              |
| Menus in letzter Minute            |   | Volkstanz für Senioren                 |
| Unkomplizierte Gastfreundschaft    | Hydrokultur                                 | Jazztanz                               |
| Neuzeitliche Ernährung             | Beeren und Sträucher schneiden              | Maschinenschreiben                     |
| Gesunde Ernährung am Familientisch | Geranien und Fuchsien überwintern           | Winterkurs am eigenen Wagen            |
| Flambieren                         | Möbelpflege                                 | Auto-Pannenkurs mit Instruktor des TCS |
| Fisch- und Wildgerichte            | Vogelkundliche Exkursionen am Sonntagmorgen | Veloreparaturen                        |
| Geschenke aus Küche und Garten     |   |  |
|                                    | Häusliche Krankenpflege                     |  |

Der Vortragsabend einer Ernährungsberaterin über «*Gesunde Ernährung am Familientisch*» wurde von etwa fünfzig Frauen besucht.

*Sigriswil*

Im Oktober freuten wir uns an einem sehr kurzweiligen, lehrreichen *Demonstrationsnachmittag in der Metzgereifachschule* Spiez. Herr Fuhrer mit seinem fleissigen Gehilfen zeigte uns an einigen Beispielen festliche Fleischgerichte. Für die nachfolgende Festzeit erhielten wir gute Hinweise.

*Wimmis*

**Verantwortlich ist man nicht nur für das, was man tut, sondern auch für das, was man nicht tut.**

**Laotse**

Im Zusammenhang mit dem Kurs «*Textilien im Haushalt und Pflege der Wäsche*» fand vorgängig eine Exkursion in die Seifenfabrik Schnyder in Biel statt. Der Kurs selber unter Leitung unserer Haushaltungslehrerin fand an zwei Abenden statt.

*Sigriswil*

*Webstube.* Unser Aufruf an der letzten GV für einen geeigneten Raum zur Einrichtung einer Webstube stiess auf offene Ohren. Die Heimleitung des Allmendhofes anbot sich, uns ihren nur teilweise genutzten Therapieraum für diesen Zweck zur Verfügung zu stellen. Dank finanzieller Hilfe der Brockenstube konnten die erforderlichen Geräte angeschafft werden. Dann gelang es uns, eine junge Handweberin für einen Anfängerkurs zu verpflichten. An acht Nach-

mittagen zu je drei Stunden konnten sechs Frauen die Grundtechnik an den verschiedenen Webgeräten erlernen. Bereits konnten wir einen zweiten Kurs durchführen. Weitere sind geplant. Die Webstühle (1 grosser Webstuhl, 1 Hochwebstuhl und 1 Tischwebrahmen) stehen allen Frauen auch ausserhalb der Kurse zur Verfügung. *Männedorf*

*Der Familienclub* hatte für junge Eltern und für ihre Kinder das ganze Jahr hindurch ein reichhaltiges Programm mit verschiedenen Angeboten. Während zwei Vortragsabende schwach besucht wurden, war der Besuch des Kinderbuchladens in Zürich mit einem Vortrag über das Bilderbuch ein Erfolg. Ebenfalls zahlreiche Interessenten lockte der Informationsabend der Kindergärtnerin zum Thema «Mein

Kind kommt in den Kindergarten» an. Zwei Ausflüge für Mütter und Kinder konnten bei guter Beteiligung durchgeführt werden. Ende Mai wurde der Tierpark Langenberg in Langnau a. A. besucht, Ende August war der Spielplatz auf dem Uetliberg das Ziel. Auch dieses Jahr wurde zum Basteln und zu einem Chlausnachmittag im Kindergarten eingeladen. Die jungen Mütter trafen sich neunmal zur Programmbesprechung und zur Pflege der Geselligkeit am «Stamm» im Erlengut, einmal privat bei einem Mitglied und anschliessend zum gemeinsamen Nachtessen in einem Restaurant. Das Mu-Ki-Turnen erfreut sich grosser Beliebtheit, und der Mu-Ki-Schwimmkurs konnte im Herbst durchgeführt werden.

Erlenbach ZH

Im Januar 1963 führte der Frauenverein Sumiswald zum erstenmal einen *Gymnastik- und Atemkurs* durch. Längst ist der Kurs eigenständig geworden und belastet den Vorstand des Frauenvereins nicht mehr, ist aber ein Dauerbrenner. Geturnt wird jeden Donnerstag

von 17 bis 18 Uhr in der Turnhalle Sumiswald. Kursgeld bei mindestens 20 Teilnehmerinnen Fr. 40.– für achtmal. Aus dem Programm: Lockern der Gelenke, Kräftigen der Rücken- und Bauchmuskulatur, Entspannen durch kontrolliertes Atmen, Anregen und Verbessern des Blutkreislaufes. Interessentinnen können unverbindlich einmal mitmachen! Sumiswald

Auf reges Interesse stiess der *Hauptpflegekurs* unter Leitung einer Kosmetikerin. Thun

Als Fortsetzung zum *Säuglingspflegekurs* für werdende Mütter und Väter haben wir zeitlich gestaffelte Ausspracheabende geschaffen. Diese Abende sollen den Eltern eine Hilfe zum Verstehen der Entwicklung ihrer Kinder sein. Sie werden von einer erfahrenen Kinderpsychologin geleitet. Pfäffikon ZH

Mit einem *Apfel-Kochkurs und dem Dörrbetrieb* (5.985 T) leistete unser Verein einen Beitrag zur reichlichen Obstverwertung. Münchwilen TG

## Arbeit mit älteren und behinderten Mitbürgern

Als kleine Weihnachtsgabe spendierten wir im Dezember den Dessert für den Mittagstisch der älteren Generation. Interlaken

Der Besuch der Delegiertenversammlung der Vereinigung der kantonalbernischen Hauspflegeorganisationen sowie die Tagung für Vermittlerinnen gaben Anregungen und neue Kraft für die nicht immer leichte Arbeit. Die Zusammenkunft mit den Helferinnen, der Gemeindefrankenschwester und dem Vorstand bot Gelegenheit zum Kennenlernen und Gedankenaustausch. Das Merkblatt für Inanspruchnahme der Hauspflege und der Gemeindefrankenfürsorge wurde im «Dorfboten» veröffentlicht. Heimberg

Wie jedes Jahr besuchten wir Kranke und Betagte im Spital und in den Altersheimen. In diesem Zusammenhang schrieb uns der Leiter des Altersheims Sennhof: «Jedes Geschenk ist für unsere Pensionäre eine grosse Überraschung. Leider aber werden sie nur an Weihnachten überrascht. Während des Jahres werden allzu viele vergessen. Es wäre doch schön, wenn die Pensionäre das Jahr hindurch auch ein wenig Weihnachten hätten.» Wir haben uns diesen Brief hinter die Ohren geschrieben! Brittnau

Diesen Sommer haben wir einen *Invalidenausflug* organisiert. Wir sprachen damit auch all jene an, welchen der Rollstuhl zum ständigen Begleiter geworden ist. Ihnen und allen andern Behinderten wollten wir eine Freude machen. «Am liebsten bin ich doch zu Hause», so lautete fast immer die erste Antwort. Unser Angebot, eine Thunerseefahrt, überwand dann aber bald alle Zweifel. Herr Boillat vom Lenkerhof stellte uns den Invalidentransporter zur Verfügung, Herr Oehrli baute seinen Car für unsere speziellen Ansprüche um. Bei sehr schönem Wetter konnten wir mit 13 Personen diesen ersten Versuch wagen, nicht ganz ohne Angst, ob wohl alles gutgehe, aber Betreuer und Betreuerinnen waren ihrer Aufgabe voll gewachsen. Ein gutes Zvieri in Faulensee, die Seefahrt bis Thun, das alles sind ein-

**„Mami löscht s' Liecht nid ab!“**

Auch unsere Kinder sind auf eine gesicherte Energieversorgung angewiesen. Die beiden Initiativen wollen aber nur den Energiebedarf für wichtige Grundbedürfnisse gewährleisten. Sind wir sicher, dass dieser «Grundbedarf» genügt, um unsern Kindern Studien- und Arbeitsplätze zu erhalten? Wir lehnen die beiden Initiativen ab, damit unsern Kindern nicht das Licht ausgeht.

am 23. September

**Atom- und Energie-Initiative 2x Nein**

FFE Frauen für Energie, Postfach 7218, 8023 Zürich  
PC 80-54344-4

drückliche Erinnerungen. Grosszügig und freundlich wurden wir überall empfangen, der Kapitän machte uns sogar einen Spezialpreis. Einige welsche Aspiranten halfen in Thun mit, bis wir alle Rollstühle in unserem Car verankert hatten.

Lenk

Nicht mehr ganz befriedigt hat uns in den letzten Jahren unsere *Bettags-Kuchenaktion* zugunsten der Psychiatrischen Kliniken Münsterlingen und St. Katharinental. Ein offenes Gespräch mit einer Ärztin und den Oberschwestern beider Orte führte zur Überzeugung, die schöne Tradition sollte nicht fallengelassen werden, jedoch wäre es besser, sie nicht mehr am Betttag durchzuführen, da gerade an diesem Tag viele Patienten besucht und beschenkt werden. An einem düsteren Novemberwerktag wurden unsere Kuchen mit grosser Freude in Empfang genommen und herzlich verdankt. Wir werden es dieses Jahr wieder so machen.

Brittnau

---

**Wenn wir einen Menschen glücklicher und heiterer machen können, so sollten wir es in jedem Falle tun.**

Hermann Hesse

---

Durch die *Finanzierung eines Ferienaufenthaltes* für ihr schwerstbehindertes Kind konnten wir eine Familie entlasten, welche ihr Kind sonst unter grossen Opfern zu Hause pflegt.

Gossau

Wir schenken dem Altersheim jedes Jahr auf Weihnachten eine bis zwei geschnitzte *Krippenfiguren*.

Brienz

*Absoluter Höhepunkt der Altersnachmittage* im Wintersemester war die erstmals durchgeführte Senioren-Hobby-Ausstellung. Der zu diesem Anlass gedrehte Film zeigt die Betagten bei ihrer Arbeit.

Männedorf

Unsere 36 Frauen, die auf freiwilliger Basis, aber regelmässig Kranke und Betagte in Heimen und zu Hause besuchen, haben wir zu *zwei Kontaktnachmittagen* eingeladen. Die Referate «Aktivierung im Alter» und «Trauern – Möglichkeiten



Im Festumzug am Dorffest Ostermundigen

der Hilfe» waren für die Anwesenden eine Hilfe in ihrer Arbeit und vermittelten neue Impulse.

Männedorf

*Die Spitalbibliothek* im Bezirksspital Aarberg ist nicht mehr wegzudenken. Zwei Frauen organisieren im Moment auch eine Hör-Bibliothek für sehbehinderte Patienten.

Lyss

*Klausfeier mit geistig behinderten Jugendlichen*. Im Dezember luden wir geistig behinderte Jugendliche unserer Gemeinde ein. Eine Mädchengruppe des CVJM stellte ihr Lokal zur Verfügung und sorgte für Unterhaltung. Höhepunkt war der Besuch des Samichlaus. Er überreichte jedem unserer Gäste ein prall gefülltes Chlaussäckli. Fleissige Frauen aus den Reihen des Frauenvereins hatten die Säckli genäht, mit einem persönlichen Geschenk, einem Grittibänz und den obligaten Chlaussachen gefüllt. Die Beschenkten freuten sich riesig. Bei Tee und selbstgebackenen Guezli sass man noch lange in fröhlicher Runde beisammen.

Männedorf

Zusammen mit Pro Senectute haben wir den Kurs «*Heiteres Gedächtnistraining*» durchgeführt. Im Kurs wurde unter anderem gezeigt, was für Möglichkeiten der Entfaltung sich dem älteren Menschen auf geistigem Gebiet zeigen, nun, da er Zeit hat, sich mit einem selbstgewählten Thema intensiv auseinanderzusetzen.

Altstätten

Wir versuchen, die Gemeinschaft und das Verständnis füreinander zu fördern. *Unser Adventsabend* mit den Erzählungen von sechs Frauen aus unserer Gemeinde, wie sie Weihnachten sehen, ging in diese Richtung.

Altstätten

*Die Haushilfe für Betagte* ist immer mehr gefragt, die *Kosten* dieses Dienstes für unsere Institutionen entsprechend hoch. Wir bitten Sie, bei Kranzablösungen und Legaten auch an unsere Haushilfe zu denken.

Brugg

Die *Altersstubeten* für unsere Betagten werden stets von gegen zweihundert Personen besucht. Erstmals wurde ein Nachmittagsprogramm aus den Reihen der Senioren selber bestritten und fand grossen Anklang.

Pfäffikon ZH

---

**Ihr gebt nur wenig, wenn ihr von eurem Besitze gebet. Erst so ihr von euch selber gebet, gebt ihr wahrhaftig.**

Kahlil Gibran

---

Im September führten wir *mit 285 Personen den Altersausflug* nach Murten durch. Dank der perfekten Organisation des Reisedienstes der SBB, der herrlichen Gegend und dem strahlenden Wetter waren alle Teilnehmer restlos begeistert. Wir führen jeden Herbst eine ganztägige Reise für unsere Senioren durch und werden dabei von der Stadt finanziell unterstützt.

Dübendorf

Eidgenössisches Departement  
für auswärtige Angelegenheiten  
Bundeshaus West  
3000 Bern

Lyss / Middel, 30. Juli 1984

Hochverehrter Herr Bundesrat,  
Wir danken Ihnen für die Möglichkeit, zur **Ratifizierung des ersten Zusatzprotokolls zur Europäischen Menschenrechtskonvention** Stellung nehmen zu können.

Wir erachten die Absicht des Bundesrates, den eidgenössischen Räten eine Botschaft über die Genehmigung des ersten Zusatzprotokolls zu der Europäischen Menschenrechtskonvention zu unterbreiten, als richtig.

Auch wenn sich die zur Diskussion stehende Menschenrechtskonvention in den letzten 8 Jahren sicher bewährt hat, fragen wir uns trotzdem, ob die Ratifizierung für die Schweiz überhaupt mehr als nur symbolischen Charakter hat, da alle von dieser Konvention berührten Grundrechte in unserer Bundesverfassung garantiert sind. Die Annahme des Protokolls ist der Schweiz sowieso nur unter Vorbehalt möglich.

Zu Artikel 2: Das Recht auf Bildung ist unbestritten. Ausgewiesene, zwingende Gründe sollten aber trotzdem eine Zulassungsbeschränkung an Hochschulen rechtfertigen.

Zu Artikel 3: Mit dem Erwähnen unserer schweizerischen Ausnahmen (kantonales Frauenstimmrecht, Landsgemeinden) seitens des Bundesrates sollte dieser Artikel annehmbar sein.

Genehmigen Sie, sehr geehrter Herr Bundesrat, den Ausdruck unserer vorzüglichen Hochachtung.

Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

Die Zentralpräsidentin:  
L. Anker-Weber, Lyss

Namens der Bearbeiterinnen:  
S. Blank, Middel

Im März erfreuten wir die Leute im *Männerheim* mit einem *Frühstück*, bestehend aus Butterzöpfen und der gewünschten Brombeerkonfitüre.  
Frauenfeld

Als neue Aufgabe haben wir *Bastelnachmittage im Altersheim* eingeführt. Drei Frauen haben es übernommen, im Wechsel jede zweite Woche mit den Pensionärinnen den Fähigkeiten entsprechende Geschenklein herzustellen. Gross war die Freude, als beim Weihnachtsfest die Tische mit den gebastelten Sternen geschmückt werden konnten. Alles Material stellt der Frauenverein zur Verfügung.  
Rapperswil-Jona

Seit einigen Jahren schon schreibt uns Herr M. unsere Versandadressen. Letztes Jahr waren es über 2500 Stück. Herr M. ist seit einer Kinderlähmung schwerstbehindert, aber diese Arbeit für uns macht er ausgezeichnet.  
Spiez

Im Rahmen einer schlichten Feier konnten wir der Leiterin des Altersheims Eigen den Schlüssel zum neuen *Combiwagen* übergeben. Das 12480fränkige Auto wird gute Dienste leisten. Daneben spendeten wir dem *Invalidentaxi* Bern Fr. 1500.-. Mit einer Einlage von Fr. 32000.- legte der Frauenverein den Grundstein für die in Spiez immer dringender werdenden *Altersbauten*. Er hat mit der Äufnung dieses Fonds die Initialzündung gegeben für eine der grössten Aufgaben, die in unserer Gemeinde in nächster Zeit der Lösung harren.  
Spiez

*Zwei Musikanten*, einer mit Handorgel, einer mit einer singenden Säge, meldeten sich bei uns und stellten sich gratis zur Verfügung, um einen unserer Altersnachmittage zu verschönern!  
Wengen

Als *Höhepunkt unserer Altersstuben* im Winter führten wir im Februar ein Spinnet durch. Dabei werden unsere betagten Frauen angespornt, aus ihren eigenen Repertoiren etwas beizutragen, was rege benutzt wird.  
Herzogenbuchsee

Unseren *Badeservice* für Betagte haben wir aus praktischen Gründen der Familien- und Betagtenhilfe angegliedert. Zur Mithilfe bei der

174

**firestar**  
**Brennpaste**  
NEU  
gibt absolute Sicherheit im Rechaud-Brenner und als Anzündmittel

Erhältlich im Haushalt-Fachgeschäft oder Warenhaus.  
Bezugsquellennachweis durch  
Firestar AG, 8360 Eschlikon, Telefon 073/43 12 12

Badeprozedur stellen sich wenn nötig freiwillige Helferinnen aus unseren Reihen kostenlos zur Verfügung.  
*Olten*

**Mahlzeitendienst.** Die Nachfrage nach unseren Fertigmahlzeiten hat 1983 sprunghaft zugenommen von 2402 Mahlzeiten im Vorjahr auf 3845 Mahlzeiten. Ein Grund mag darin liegen, dass die pasteurisierten *Mahlzeiten, die wir neu von der Catering AG in Regensdorf beziehen, qualitativ besser* sind als die Mahlzeiten, die wir früher anboten. Dazu ist bestimmt auch das reichhaltige Sortiment, das von Normalkost über Schonkost zu Spezialdiäten und vegetarischer Kost reicht, für die Zunahme mitverantwortlich. Jeden Montagmorgen werden von unseren Verträgerinnen die Mahlzeiten, die in Plastikbeutel verpackt sind, für eine Woche vertragen. Schnell hat sich unsere Kundschaft daran gewöhnt, dass Bestellungen 14 Tage im voraus erfolgen müssen. Der Preis für Normalkost betrug 1983 Fr. 5.60, für Spezialdiät und Schonkost Fr. 6.70 und für die wenig gefragte vegetarische Kost Fr. 4.50. *Olten*

**Haushilfe für Gebrechliche und Betagte.** Auch 1983 konnten unsere Helferinnen nicht über Arbeitslosigkeit klagen. Es war oftmals schwer genug für unsere Vermittlerin, alle an sie gerichteten, zumeist dringlichen Anfragen um Hilfe zufriedenstellend zu erledigen. Erneut stieg die Zahl der bei uns beschäftigten Frauen wie auch die Zahl der Schützlinge und der geleisteten Arbeitsstunden. So betreuten im Monat durchschnittlich 40 Helferinnen in total 12 300 Arbeitsstunden 91 Betagte. Dementsprechend kletterten auch die ausbezahlten Lohnsummen in die Höhe und betragen inklusive AHV-Beiträgen und Kollektivunfallversicherung erstmals mehr als Fr. 160 000.-. Dank unserer Mitgliedschaft beim Aargauischen Kantonalverband der Haus- und Krankenpflegeorganisationen AVHK gewährte uns das Bundesamt für Sozialversicherung in Bern den schönen Beitrag von Fr. 25 093.-, so dass wir unsere Jahresrechnung statt mit einem Defizit mit einem Vorschlag von Fr. 8032.30 abschliessen konnten. Zudem war es uns auch diesmal

## Veranstaltungskalender

### Sektion Hinwil

Kontaktadresse: Frau Leni Voegeli, Holzweidweg 7, 8340 Hinwil, Tel. 01 937 16 65

### Böllestand an der Chilbi Hinwil

Samstag, 22. September 1984, 13.00–22.00 Uhr

Sonntag, 23. September 1984, ab 13.00 Uhr

Die Zwiebeln wurden von einer Gruppe von Mitgliedern der Sektion Hinwil selber gepflanzt und werden für den Verkauf zu kunstvollen Zöpfen geflochten.

Wir freuen uns auf viele Käufer aus der näheren und weiteren Umgebung!

**Der Reinerlös des Zwiebelverkaufes kommt dem Jahresthema des SGF: «Unterstützung der Jugendherbergen» zugute.**

*Leni Voegeli*

möglich, unseren Helferinnen eine kleine, aber bei den noch immer bescheidenen Löhnen wohlverdiente Gratifikation auszurichten.

*Baden*

Die Besuche bei Senioren im Altersheim, im Spital und daheim sind uns zu einem wichtigen Anliegen geworden. Im Wechsel mit gemeinnützigen Frauen anderer Oberengadiner Gemeinden stellt sich jeweils am Donnerstagnachmittag eine Gruppe im Altersheim ein, um mit den Betagten *Lotto* zu spielen, was schon fast zur Passion geworden ist. In der Pause plaudern wir bei Kaffee und Kuchen, der von Vereinsfrauen gebacken wurde. Auch der Gang zu unseren Patienten in der Pflegeabteilung des Spitals ist uns ein Auftrag, den wir nicht missen möchten. Es braucht so wenig, um ein bisschen Freude und Helle in ihr einsames Dasein zu bringen, nur einen kleinen Teil unserer ach so kostbaren Zeit und ein wenig Herzenswärme. Selbstverständlich besuchen wir auch unsere Alleinstehenden und Betagten, die noch daheim wohnen, oder laden sie einmal ein.

*Samedan*

Die Altersbetreuung beanspruchte wieder den grössten Platz in unserer Vereinstätigkeit. *Weihnachtsgaben:* Am Nikolaustag erfreuten wir fast hundert Alleinstehende mit einem feinen Grittibänz. Die Lebensmittelgutscheine und die Bar-

eträge fanden dankbare Empfänger, auch die verschiedenen Esspäckli und andern Gaben in den Altersheimen waren willkommen. An der *Altteuteweihnacht* im Kirchengemeindehaus waren unsere Frauen wieder im Einsatz mit Tischedecken, Servieren, Abwaschen, was von der Kirchengemeinde immer sehr verdankt wird. Für die *Altersnachmittage* brachten wir ein recht vielseitiges Programm zusammen: Film, Tanz zu Handorgelmusik, Lottomatch mit begehrten Preisen, Vorführung von Volkstänzen der Landfrauen von Büren in der Tracht, Vorlesenachmittag, Begegnung mit einem Appenzeller in Tracht und mit Hackbrett. Es waren jeweils zwischen fünfzig und siebzig Personen anwesend. So gab es beim Zvieri eine angeregte Plauderei. Selbstverständlich gehören auch Geburtstagsbesuche bei Betagten in unser Programm, und eine Gruppe Frauen besucht regelmässig ehemalige Bürer in den auswärtigen Altersheimen.

*Büren an der Aare*

**Weitere Anregungen  
aus den  
Jahresberichten 1983  
unserer Sektionen  
finden Sie  
in der nächsten  
«Zentralblatt»-Nummer**

# Eidgenössische Volksabstimmung vom 22./23. September 1984

Zwei Verfassungsinitiativen stehen zur Diskussion: «Für eine Zukunft ohne weitere Atomkraftwerke» und «für eine sichere, sparsame und umweltgerechte Energieversorgung.» Gemeinsames Ziel dieser von rund 50 Umweltschutz- und Kernkraftwerkgegner-Organisationen, der SPS und der extremen Linken eingereichten Volksbegehren ist eine Schweiz ohne Kernenergie.

Gemäss der **Atomverbotsinitiative** dürfen in der Schweiz keine weiteren Atomkraftwerke mehr neu in Betrieb genommen und die bestehenden dürfen nicht mehr ersetzt werden. Leibstadt wäre nach dem Willen der Initianten noch das letzte Kernkraftwerk der Schweiz. Um unsere Arbeitsplätze zu erhalten, sind wir auf elektrische Energie angewiesen. Brauchbare Alternativen zur Kernenergie sind aber bis auf weiteres nicht vorhanden.

Die Ziele der **Energieinitiative** klingen hingegen vielversprechend: Förderung der Lebensqualität bei

möglichst geringem Energieeinsatz, Sicherheit von Mensch und Umwelt, Erhaltung der natürlichen Lebensgrundlagen für die kommenden Generationen usw. Dazu soll der Bund Vorschriften erlassen über die Wärmedämmung bei Neu- und Umbauten, über die wärmetechnische Beurteilung von Mietobjekten, über die Förderung von Verkehrsmitteln mit günstiger Energiebilanz, über die Beschränkung der Abgabe von Elektrizität für die Wärmeerzeugung und für Klimaanlage usw. usw. Mit einer Flut von bürokratischen Vorschriften und einem grossen staatlichen Kontroll- und Steuererhebungsapparat sollen die Ziele der Energieinitiative durchgesetzt werden. Und bevor nicht die Ausführungsgesetzgebung von Bund und Kantonen in Kraft tritt, dürfen keine Bewilligungen für den Bau grösserer Wasser- und thermischer Kraftwerke erteilt werden. Praktisch heisst das, dass in den 80er Jahren keinerlei Kraftwerke bewilligt wer-

den dürfen! Eine vernünftige Energiepolitik wird damit verunmöglicht.

Auch an die Finanzierung all dieser Massnahmen und Kontrollorgane sowie der Forschung haben die Initianten gedacht. Sie schlagen eine Energiesteuer vor auf den nicht erneuerbaren fossilen Brennstoffen, auf der Nuklear- und der Hydroelektrizität. Damit wird dem Bund eine zweckgebundene Finanzquelle in unbeschränkter Höhe erschlossen, gehen doch die Schätzungen über den anzuwendenden Tarif weit auseinander.

Beide Initiativen gehen aus von einem Schweizer, der sich in Selbstbeschränkung übt, sich auf dem Energiesektor alles und jedes vorschreiben lässt und erst noch bereit ist, dafür kräftig zu zahlen. Die Wirtschaft hingegen glaubt, dass die Energieversorgung unseres Landes gefährdet wäre und existentielle Interessen der Bevölkerung und der Wirtschaft beeinträchtigt würden. Se

## Sonnseitig leben

### Ganzheitliche Fitness?

Ganz einfach: lernen Sie die Schweizer Zeitung «Sonnseitig leben» kennen! Ganz direkt führt Sie «Sonnseitig leben» zu Lebensfreude und zu Ihrer persönlichen «sturmfesten» Gesundheit.

Ganz volksnah formuliert erfahren Sie die neuesten Forschungsergebnisse zu den Themen Vollwerternährung (im Sinn der Forscher-Ärzte Bircher-Benner und Werner Kollath), Nächstenliebe, Tierliebe, Umweltverständnis.

Ganz praktisch lernen Sie die kreative Zubereitung von wohlschmeckenden Gerichten kennen – nicht nur für Ihre momentane Fitness, sondern auch für Ihr Langzeit-Wohl, für Ihre späteren Jahre und für Ihre folgenden Generationen.

Was Hunderttausende in 25 Ländern für ihre ganzheitliche Fitness praktizieren, ist wert, jetzt selber aufzugreifen! Besorgen Sie sich Ihr Abonnement mit dem Ziel, ganz gesund zu werden und zu bleiben – wie die Abonnenten von «Sonnseitig leben» in 25 Ländern.

Ihr Jahresabonnement 1984 oder ein Abonnement als «vernünftiges Geschenk» (6× pro Jahr: Schweiz Fr. 15.–, übriges Europa Fr. 20.–, Übersee Fr. 25.–) bestellen Sie beim Verlag «Sonnseitig leben», Holbeinstrasse 30, 8008 Zürich, Tel. 01 69 22 96.

Ich bestelle ein SL-Jahresabonnement  
 für mich persönlich und/oder  als Geschenk.

ZB 84

Name \_\_\_\_\_  
Vorname \_\_\_\_\_  
Strasse \_\_\_\_\_  
PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Beschenkte(r):

Name \_\_\_\_\_  
Vorname \_\_\_\_\_  
Strasse \_\_\_\_\_  
PLZ / Ort \_\_\_\_\_

## Tagungen für die Bündner Frauen

Mit besonderer Freude dürfen wir Ihnen den Besuch einer der nachstehenden Tagungen empfehlen. In Zusammenarbeit mit allen Bündner Frauenorganisationen hat die kantonale Frauenzentrale das Programm zusammengestellt und die Veranstaltungen an den verschiedenen Orten organisiert. Je ein Verband hat an einem der fünf Tagungsorte die Verantwortung übernommen. Wir sind überzeugt, dass diese Tagungen nicht zuletzt zum besseren Verständnis zwischen Frauen, welche sich vor allem im Verein einsetzen, und den Frauen, die sich für die Arbeit in einer Behörde oder einer Kommission zur Verfügung stellen, beitragen.

Die Präsidenten  
der Bündner Sektionen des SGF  
*Maria Camenzind-Züst*

### Mitarbeit in der Öffentlichkeit

Im Verein, in Behörden, in Kommissionen – in Gemeinde, Region, Kanton und Bund. Frauen stellen ihr Amt vor und berichten aus ihrer Arbeit in der Öffentlichkeit.

Es wirken mit: Mitglieder der eidgenössischen Behörden, Grossrätinnen, Gemeindepräsidentinnen, Gemeinderätinnen, Schulratspräsidentinnen, Kreisrichterinnen, Bezirksrichterinnen, Stellvertreterinnen, Aktuarinnen.

Programm: 10.00 Uhr Beginn der Tagung

Referat, Orientierung und Diskussion in Gruppen: Gemeinde/Schule – Kreis/Bezirk – Kanton/Grosser Rat.

Gemeinsames Mittagessen

Schluss der Tagung etwa 16.30 Uhr  
Kosten inkl. Mittagessen Fr. 20.–

Alle Tagungen sind öffentlich

### Tagungsorte und -tage

Chur: Donnerstag, 13.9.84, Hotel Stern, Reichsgasse 11

Samedan: Dienstag, 18.9.84, Gemeindesaal

Davos Platz: Mittwoch, 19.9.84, Evangelisches Kirchgemeindehaus, Obere Strasse 12

Thusis: Dienstag, 23.10.84, Hotel Weisses Kreuz

Ilanz: Mittwoch, 24.10.84

## 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 – Seniorenferien, Orellis Restaurant – für die ganze Familie, Telefon 081 31 12 09

**Herzogenbuchsee** Alkoholf. Hotel-Restaurant Kreuz, Kirchgasse 1, Telefon 063 61 10 18

**Luzern** Alkoholf. Hotel-Rest. Waldstätterhof, Zentralstr. 4, Telefon 041 23 54 93

**Romanshorn** Alkoholf. Hotel-Rest. Schloss, Telefon 071 63 10 27

**Steffisburg** Alkoholf. Hotel zur Post, Höchhausweg 4, Telefon 033 37 56 16

## 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



# Mettler

## Mein Lieblingsfaden



## Ich bestelle 1 Jahresabonnement des «Zentralblattes»

Preis Fr. 12.–

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

(Bitte in Blockschrift ausfüllen)

Senden an: **Büchler+ Co AG, 3084 Wabern**

# Zentralblatt SGF

des Schweizerischen  
Gemeinnützigen Frauenvereins  
Eine **BÜCHLER**-Zeitschrift  
Nr. 9 - 6. September 1984  
72. Jahrgang  
Erscheint monatlich  
(Doppelnummer im Juni/Juli)  
Erscheinungsort: 3084 Wabern  
Auflage: 9900 Ex.

**Adressen**  
Redaktion: Zentralblatt SGF  
Ralliweg 10, 3012 Bern, Tel. 031 23 54 75  
Verlag: Anzeigenverkauf, Vertrieb:  
Büchler+Co AG, druckt und verlegt,  
Sefigenstrasse 310, 3084 Wabern,  
Tel. 031 54 81 11, Telex Bueco ch 32697

**Redaktion**  
Redaktoren: Jolanda Senn-Gartmann  
Layout: Heinz Staub

**Verlag**  
Verlagsleitung: Helgard Reichle  
Objektleiter: Bernhard Köhli  
Anzeigenleiter: Wolfgang Grob  
Sachbearbeiterin Anzeigen: Brigitte Bhend  
Vertriebsleiter: Peter Wyss  
Abonentendienst: Ida Trachsel

**Bezugspreis**  
Fr. 12.- im Jahr  
PC-Konto 30-286, Bern  
Kein Kioskverkauf

**Herstellung**  
Büchler+Co AG, 3084 Wabern

Nachdruck des Inhalts unter Quellen-  
angabe gestattet

**Herausgeber:**  
Schweizerischer  
Gemeinnütziger Frauenverein  
**Zentralpräsidentin:**  
Liselotte Anker-Weber, Rosenmattstr. 12,  
3250 Lyss, Tel. 032 84 22 20  
**Postschecknummern:**  
Zentralkasse des SGF, 30-1188 Bern  
Adophvkindervermittlung, 80-24270 Zürich  
Gartenbauschule Niederlenz,  
50-1778 Aarau  
SGF Jahresthema: 30-18965-6 Bern

Die nächste Ausgabe von Zentralblatt SGF  
erscheint am 4. Oktober 1984

1810-332929

SCHWEIZ LANDESBIBLIOTHEK

HALLWYLSTR 15  
3003 BERN

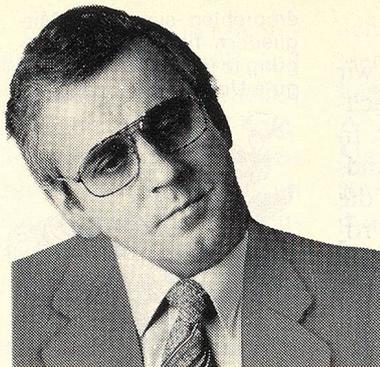
Adressberichtigungen nach A 1, Nr. 179 melden

**SGF Zentralblatt**

AZ/PP  
CH-3084 Wabern

Abonnement poste

Imprimé à taxe réduite



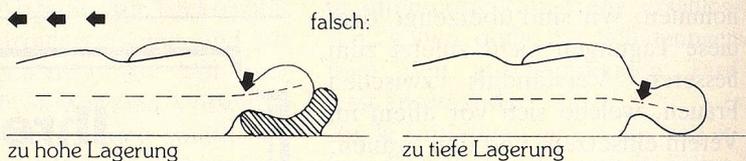
# Der Knick im Genick

## Kopfweh, Migräne, Nackenbeschwerden...

Wenn Ihr Kopf nachts falsch liegt, wird die Halswirbelsäule unnatürlich gebogen. Dieser «Knick im Genick» kann Ursache mancher Beschwerden sein:

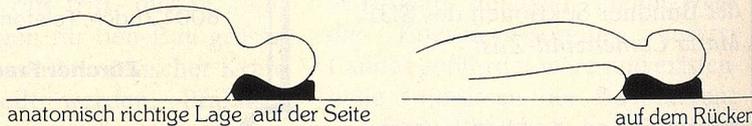
Bandscheibenleiden  
Muskelverspannungen  
Nackenschmerzen

Kopfweh, Migräne und Schwindel (her-  
vorgerufen durch die Kompression der  
Adern, was eine Minderdurchblutung  
des Gehirns zur Folge haben kann).



Die internationale Lattoflex-Schlaffor-  
schung entwickelte in Zusammenarbeit  
mit Ärzten LAKO-VITAL, das Spezial-  
kopfkissen, welches die anatomisch kor-  
rekte Ruhelage ermöglicht.  
Halswirbelsäule, Nacken und Kopf wer-  
den mit LAKO-VITAL ihrer natürlichen  
Form entsprechend gestützt und kom-  
fortabel eingebettet.

## Richtig und wichtig!



## das einzige Kopfkissen, das allen Anforderungen entspricht

**LAKO-VITAL**  
Jeder Mensch hat seine individuelle  
Kopf- und Nackenform, unterschied-  
liche Schulterbreiten und auch persön-  
liche Schlafgewohnheiten. Nur ein ver-

wandlungsfähiges Kissen kann deshalb  
allen Anforderungen entsprechen! Dies-  
es Problem wurde mit LAKO-VITAL  
auf wegweisende Art gelöst. Sie können  
dieses Spezialkissen genau Ihrer Ana-  
tomie anpassen, und es wird sich in der

fixierten Form nicht verändern.  
Ob Sie in der Rücken- oder Seitenlage  
schlafen, auf LAKO-VITAL sind Sie im-  
mer richtig gebettet. Das Resultat: bes-  
serer Schlaf, weniger Beschwerden,  
mehr Lebensfreude!

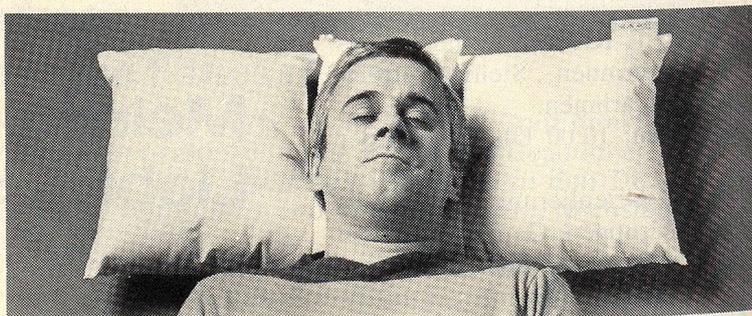
## LAKO-VITAL -Spezialkopfkissen

80x40cm, 5fach form- und fixierbar auf-  
grund Ihres persönlichen Wohlbefin-  
dens; beste, dauerbeständige Spezial-  
faserfüllung, staubfrei und antiallergisch

Fr. 155.-

Überzug aus reiner Baumwolle in  
diversen Farben: Fr. 20.-

Herstellung + Vertrieb:  
P. Straubhaar, Burgstrasse 35  
3600 Thun 5 Tel. 033/22 21 44



## Ein Gratis-Versuch kann nur nützen!

Senden Sie mir \_\_\_\_\_ Stk. Kissen absolut unverbindlich für 14 Tage zum  
Probeschlafen.

Hr./Fr./Frl. \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Gewünschte Farbe und Anzahl der Kissenbezüge:

|                |              |              |
|----------------|--------------|--------------|
| _____ hellgrün | _____ rosé   | _____ olive  |
| _____ hellblau | _____ beige  | _____ weiss  |
| _____ braun    | _____ orange | _____ citron |

## Die Geschenkidee

SGF 9/84

## LAKO-VITAL

- von Ärzten empfohlen

«Das LAKO-VITAL-Kopfkissen be-  
währt sich zur Vorbeugung und  
Heilung von Beschwerden, die auf  
eine Fehllage der Halswirbelsäule  
während des Schlafens zurückzu-  
führen sind (z.B. Kopfweh, Schwindel,  
Migräne, Kehrhals, Schmerzen im  
Schultergürtel, Einschlafen der Arme  
usw.)»