

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 1 (1925-1926)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Der vereinfachte Haushalt  
**Autor:** Guggenbühl, Helen  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1065338>

### **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**

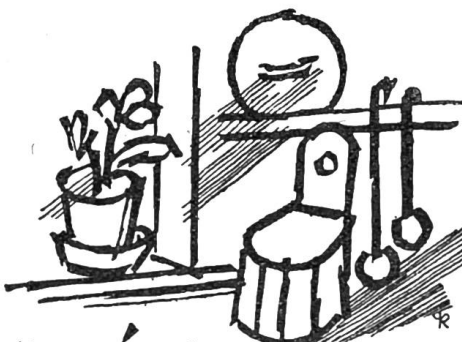
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 02.04.2026

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



# DER VEREINFACHTE HAUSHALT

Redaktorin:

Frau Helen Guggenbühl

Immer, wenn ich von einer Frau rühmend sagen höre: «Sie geht ganz im Haushalt auf,» so kommt mir die Mutter einer Jugendfreundin in den Sinn. Sie galt allgemein als eine gute Hausfrau. Obschon sie drei Kinder hatte und vermöglich war, hielt sie kein Dienstmädchen. —

«Was soll ich mich mit einem Dienstmädchen abplagen. Mit dem Putzen nimmt's keine so genau, und nachher hab' ich nur den Aerger und die doppelte Arbeit, bis alles ist, wie ich's gerne habe.» So pflegte sie zu sagen. —

Sie war eine jener Frauen, die man sich ohne Staubtuch in der Hand gar nicht vorstellen kann. Auf ihren spiegelhellen Fussböden hätte man essen können.

«Für meine herzigen Kinder habe ich leider so wenig Zeit,» klagte sie meiner Mutter. «Aber was wollen Sie, ich darf doch die Haushaltung nicht vernachlässigen.»

Vor drei Jahren hat diese Frau ihren Gatten verloren. Die Kinder stehen schon auf eigenen Füßen und sind der Mutter vollkommen entfremdet, selten suchen sie sie auf. Die Mutter aber verbringt allein und traurig ihre Tage in ihren vor Sauberkeit glänzenden Stuben. Sie hat keinen Menschen, der ihrem Herzen nahe stände, und kein Interesse, das ihr die langen Stunden verkürzen hülfe. Sie hatte ja nie Zeit für die ändern.

Es gibt zweifellos überall Frauen, die um keinen Preis ihre Hausführung ändern wollten. Sie gehen ganz in der Haushaltung auf. Sie wünschen sich nichts anderes.

An diese Frauen wenden wir uns nicht.

Aber es gibt auch viele Frauen, zum Glücke immer mehr, die gerne einen Teil ihrer Kraft von der Haushaltung befreien möchten, sei es, um sich einer sorgfältigeren Erziehung der Kinder zu widmen, sei es, um eine Tätigkeit ausserhalb des Haushaltes zu pflegen.

Wenn wir aber die Last unserer Haushaltungssorgen verkleinern wollen, so gibt es nur einen Weg, wir müssen unsere Haushaltung vereinfachen.

Die Gestaltung unserer Hausführung ist für die Frau so wichtig, wie die Gestaltung des Berufes für den Mann. Nur mit richtiger Ueberlegung und geistiger Anstrengung, nicht mit unserer Hände Arbeit, können wir die Frage der Vereinfachung unseres Haushaltes lösen.

Das ist der Punkt, wo wir einsetzen wollen.

Wir wollen der fortschrittlichen Hausfrau an Hand von praktischen Beispielen zeigen, wie sich der Haushalt vereinfachen lässt.

Wir wollen alle die stummen Mitarbeiter der Hausfrau, die uns die moderne Wissenschaft und Technik zur Verfügung stellen, auf ihre praktische Verwendbarkeit prüfen und das Ergebnis unsern Lesern mitteilen.

Wir wollen zeigen, dass nicht die Frau, die unter der Last der Haushaltungssorgen verkümmert, die beste Hausfrau ist, sondern dass diejenige ihre Frauenpflicht am besten erfüllt, die neben ihrer Haushaltung Zeit hat für alles, was sie je nach ihren Neigungen und Fähigkeiten zu leisten berufen ist.