

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 1 (1925-1926)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Wie teile ich meine Zeit ein : Entgegnung einer Bauernfrau

### **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:** 13.01.2026

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

III  
TRINKEN SIE



nur noch koffeinfreien Kaffee

„RIVAL“

Schweizer Erfindung • Schweizer Fabrikat



### Jedermann

kann sich durch Gewinnung neuer Abonnenten für den Schweizer-Spiegel einen schönen Nebenverdienst verschaffen. Studenten, Beamte, Hausfrauen, Kaufleute sind für uns tätig und verdienen monatlich auf diese Weise Fr. 100.— bis 200.— extra. Keine Erfahrung ist nötig, keine Hinterlage wird verlangt. Senden Sie uns eine Postkarte und wir geben Ihnen unverbindlich die nötige Anleitung.

GUGGENBÜHL & HUBER VERLAG,  
Storchengasse 16, Zürich 1

Darauf zu verzichten wird ja nicht immer ganz leicht, aber man braucht darum noch nicht unglücklich oder sauerböflich zu werden.

Und noch eins: Ich habe es mir zum Prinzip gemacht, nichts *auf Kredit* zu nehmen. Wer über beschränkte Mittel verfügt, darf keine Schulden machen, wenn er nicht immer tiefer hineingeraten will. — Wenn ich mir etwas anschaffen möchte und das Geld nicht habe, so warte ich lieber und

## Wie teile ich Entgegnung

*Sehr geehrte Frau Guggenbühl!*

**H**eute, wo so viel über Zeiteinteilung und modernen Haushalt geredet wird, möchte ich auch einmal mein Scherflein dazu beitragen. « Werfet nicht alles in denselben Tiegel! »

Frau Helen Guggenbühl schreibt: « Kein Mensch, auch nicht die Hausfrau, arbeitet ungestraft 15 Stunden hintereinander. Eine Frau, die restlos in der Haushaltung aufgeht, ist wohl eine gute Hausfrau, aber ganz sicher ist sie eine schlechte Frau. »

Aber wie nun, wenn es nicht in der Macht der Frau liegt, sich ihre Zeit einzuteilen? Nehmen wir z. B. eine Bauernfrau. Ihr werdet zwar sagen: Diese Frauen lesen doch diese Zeitschrift nicht, denn sie sind meistens ungebildet. Aber es gibt eben auch bei uns Frauen, die sich bilden möchten, die sich lebhaft um die Tagesfragen interessieren.

Ich möchte durch ein Beispiel die Frage der Zeiteinteilung von einer andern Seite beleuchten. Vielleicht wird da und dort eine mit ihrem Geschick zufriedener, wäscht lieber das Geschirr und fürchtet sich weniger vor Arbeit, die die Hände beschmutzt.

Von einer Frau möchte ich schreiben, wie wenn ich es selber wäre, es geht mir leichter, und sagen will ich, dass zu Hunderten und Tausenden solche Frauen unter uns leben, die solches und ähnliches Geschick zu tragen haben, und dieses Los ist wohl noch keins der härtesten; denn die Gatten

lege mir ab und zu ein paar Franken auf die Seite, bis die Summe beisammen ist, oder, wenn das nicht geht, so verzichte ich lieber.

Es wird ja vielleicht so manche Hausfrau finden, dies seien spießbürgerliche, unmoderne Ansichten; aber ich kann dieselbe versichern, dass das Bewusstsein, keinem etwas schuldig zu sein, ein sehr angenehmes Gefühl ist! *(Schluss folgt.)*

---

## meine Zeit ein einer Bauernfrau

---

leben in Frieden, haben einander lieb und schätzen sich.

Ich bin eine Bauernfrau. Meine Wiege stand ebenfalls in einem Bauernhaus. Mein Vater lebte, wie man so sagt, in guten Verhältnissen. Als ich heiratete, erhielt ich eine ordentliche Mitgift, und seither hat uns mein Vater noch mehr herausgegeben. Auch mein Mann hat sein Erbe, da seine Eltern gestorben sind. So haben wir ein kleineres Vermögen. Wie wir heirateten, bezogen wir ein Lehen. Nach sieben Jahren kauften wir uns nach längerem Suchen ein mittleres Heimwesen; aber weil die Heimet teuer sind, so mussten auch wir einen hohen Preis zahlen, so dass wir jetzt, nach dem bezahlten Kaufpreis, ungefähr Fr. 5000 Zins aufbringen müssen. Dazu kommen jährlich ungefähr Fr. 2000 für Arbeitslöhne, ferner Steuern, Versicherungen usw. Das Essen und die Kleider kommen auch nicht umsonst, und was wir für Dünger und Futtermittel auszugeben haben, kommt uns ebenfalls sehr hoch.

Wenn ich die Einnahmen den Ausgaben gegenüberstelle, so hätten wir knapp unser Auskommen; aber der Landwirt muss eben mit Missernten rechnen, er muss mit Unglück im Stalle rechnen, und das hatten wir in den letzten Jahren beides. Das Heimet war vernachlässigt und musste wieder heraufgeschafft werden, dazu kündete uns der Verkäufer schon das erste Jahr ein Kapital von Fr. 43,000, das wir zu hohen Zinsen aufnehmen mussten. Kinder haben wir bis jetzt fünf; aber diesen Herbst kommt das sechste. Ich nehme es aus Gottes Hand



## Missfarbige Zähne

**werden blendend weiss**

durch den täglichen

Gebrauch von

TRYBOL Zahnpasta

## LET US READ ENGLISH!

Apply for free prospect.

Macfadden Publications.

P. O. B. 6808

CHAUX-DE-FONDS



## Zahnwasser Dr. Pierre Stundenlange Wirkung

In einschlägigen Geschäften erhältlich.

Für Eierspeisen ist, Rosa,  
stets dieses Emailpfännchen da.  
Ein Emailpfännli sich verlohnt,  
weil es Geschmack u. Farbe schont!

**CITROVIN** ALS ESSIG  
AERZTLICH EMPFOHLEN  
DIE STETS FERTIGE  
SALATSAUCE u. MAYONNAISE  
CITROVINFABRIK ZOFINGEN **MATUSTA**

### AUS DEM INHALT DER LETZTEN NUMMER

**Die Dame liegt neben dem Herz-  
Ass.** Praktiken der Wahrsagerinnen  
von Zürich, Bern und Basel. Von Hed-  
wig Kraus.

**Gedanken über die Ehe.** Von Paul  
Häberlin, Professor an der Universität  
Basel. Mit einer Photographie.

**Sommernacht.** Gedicht v. Hans Rölly.  
**Ideale in Postkartenformat.** Von  
einem Maler.

**Die Bestie.** Eine Novelle von Gubert  
Amrein. Illustriert von Rod. Bolliger.

**Erdbeeren 14 Rp. das Kilo.** Von  
einem Grossimporteur.

**Die Kartothek.** Ein Vorschlag zur  
Rationalisierung des Haushaltes.  
Von E. B.

**Sterilisiere elektrisch.** Eine Gar-  
dinenpredigt. Von Hanns Günther.

und murre nicht, er wird mir wieder bei-  
stehen. Wir haben also unser reichlich Teil  
zugemessen, sind wir nun doch in Schul-  
den geraten und wissen oft kaum, wo das  
Geld hernehmen. Oft zweifle ich fast an  
Gottes Güte, wenn er uns so hangen und  
bängen lässt; aber immer wieder hat er uns  
Hilfe geschickt, die uns aus der grössten  
Verlegenheit rettete.

Was glaubt Ihr nun, wenn da eine Haus-  
frau oft von morgens 5 Uhr bis abends 10  
oder 11 Uhr arbeitet, ohne an ein Ausruhen  
zu denken, ist sie da eine schlechte Frau,  
wenn sie Seite an Seite mit ihrem Manne  
schafft? Wenn sie denkt, ich tu es für  
meine Lieben, die ich mithalf in die Welt  
setzen, ungeachtet, ob sie darob früh alt  
wird und ihre Schönheit vergeht, ob ihre  
Hände rauh und rissig werden? Schaut,  
wenn ihr da schreibt von schönen Hän-  
den, überhaupt von allem möglichen,  
womit Ihr Euch schön und gefällig machen  
wollt, tut es oft weh. Denn letzten Endes  
besteht die Menschheit nicht nur aus gut-  
gestellten Leuten: ich glaube die Mehrzahl  
sind die andern. Und wir können nicht mit-  
tun, wir müssen in alten, geflickten Klei-  
dern geh'n, selten, dass wir uns Neues gön-  
nen dürfen, und doch möchten wir auch  
gern fliegen. Wir müssen mit dem Essen  
uns einschränken: genug essen wir, aber  
meist sehr einfach, ob wir uns auch vieles

### PRAKTISCHE EINFÄLLE

Man kommt oft in die Lage, dass man  
grünes Gemüse im Vorrat hat. Im Sommer  
lässt sich dies aber nicht gut aufbewahren,  
selbst im kühlen Keller wird es bald welk.  
Ich schliesse nun seit langer Zeit immer  
alles Gemüse luftdicht ab, am besten hält  
es sich in einem Aluminium- oder Eisen-  
kochtopf. Man legt das Gemüse (oft allerlei  
beieinander) möglichst frisch und trocken  
in den Topf und schliesst mit ganz genau  
passendem Deckel ab, Salatköpfe auf diese  
Art aufbewahrt, sind z. B. nach 8 Tagen  
noch wie frisch aus dem Garten.

*Frau H. Schöni, Lützelflüh.*

Oft ist die Puddingform zu klein, oder  
man ist vielleicht in einer Ferienwohnung  
und besitzt dort gar keine. So kam ich