

<b>Zeitschrift:</b>	Schweizer Spiegel
<b>Herausgeber:</b>	Guggenbühl und Huber
<b>Band:</b>	1 (1925-1926)
<b>Heft:</b>	11
<b>Rubrik:</b>	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>**

# 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 sauertöpfig 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 Scherlein 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, wünscht 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 die selbe 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!



**AUS DEM INHALT DER  
LETZTEN NUMMER**

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

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

**Sommernacht.** Gedicht v. Hans Rölli.

**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 Gardinenpredigt. Von Hanns Günther.

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

Was glaubt Ihr nun, wenn da eine Hausfrau 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 Händen, 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 Kleidern geh'n, selten, dass wir uns Neues gönnen 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 Eisenkochtopf. 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