

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 2 (1926-1927)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Sparen als Sport  
**Autor:** T., Clara  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1064757>

#### 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:** 16.01.2026

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

## Die blonden Blut- orangen

HABEN Sie auch schon Blutorangen gekauft, die keine waren?

DER Händler auf dem Markte versicherte Sie, es handle sich um schöne prächtige Blutorangen, „chaibe söni Orangsche“.

ZU Hause zeigte es sich dann, dass es sich um „schöni chaibe Orangsche“ handelte, blond, mit dicker Haut, eingetrocknet.

ABER was will man machen? Es ist eine alte Geschichte, dass man beim Orangenkauf jedes dritte Mal hereinfällt. Wissen Sie weshalb? Weil Orangen — bis jetzt — kein Markenartikel sind.

WENN Sie eine der bekannten Schokolademarken kaufen, wenn Sie inserierte Konserven mitnehmen, so wissen Sie genau, was Sie kaufen. Alle diese Markenartikel sind standartisiert. Ihre Qualität ist immer gleich. Ihre Fabrikanten haben einen gewissen Standard für diese Produkte festgesetzt, dafür Reklame gemacht und sorgen nun in ihrem eigenen Interesse dafür, dass deren Qualität immer aufrecht erhalten wird, denn es ist keine anonyme Ware. Jede Verschlechterung der Qualität fällt sofort auf den Fabrikanten zurück, den man kennt.

KAUFEN Sie Artikel, die inseriert sind! Sie können diese Artikel blindlings kaufen, die Reklame garantiert die Qualität.

\* \* \*

KEIN KIND IST ZU KLEIN, UM  
KÄUFER INSERITER WAREN ZU  
SEIN!

## S P A R E N

Von

**S**paren ist langweilig. Deshalb fällt es den meisten Leuten schwer. Damit wir um diese Langeweile etwas herumkommen, haben wir daraus eine Art Sport gemacht.

Mein Mann ist Gymnasiallehrer, aber nicht in Zürich und nicht in Basel und nicht in Bern. Sein Einkommen ist deshalb nicht so gross wie das der Mittelschullehrer in diesen Städten. Wir haben fünf Kinder, denen wir allen eine gute Erziehung geben wollen. Die älteste Tochter und die zwei ältesten Söhne sind bereits auf der Universität, die zwei jüngern Kinder gehen noch in die Schule. Da wir ein grösseres Vermögen zu erwarten haben, nahmen wir nie Stipendien in Anspruch. Aber auch das grösste anwartschaftliche Vermögen bringt kein Einkommen, und wir sahen uns deshalb vor die Notwendigkeit gestellt, entweder auf die sorgfältige Ausbildung der Kinder zu verzichten oder aber unsere ganze Lebenshaltung entsprechend einzurichten. Wir haben das letztere gewählt. Ich glaube, ich darf ohne Uebertreibung sagen: Wir haben im Laufe der Zeit gelernt, aus einem Franken mehr herauszuschlagen als andere Leute aus zwei Franken.

In unserer Haushaltung wird sozusagen nichts weggeworfen, nicht, bis sich ergeben hat, dass gar nichts mehr damit anzufangen ist. Mein Mann und ich haben es auf diese Weise fertig gebracht, die Lebensdauer unserer Kleider zu verdoppeln. Die Stellung meines Mannes erfordert, dass er immer gut angezogen ist. Aber wie schnell glänzen die Röcke an den Ellbogen! Sobald deshalb mein Mann nach Hause kommt, zieht er sein älteres Hauskleid an. Ich selber trage während der Hausarbeit immer ein Waschkleid, baumwollene Strümpfe und farbige Sandalen. Auf diese Weise kann ich meine Ausgangs- und Gesellschaftskleider dreimal so lange als sonst tragen. Auch die Kinder müssen die Kleider wechseln, wenn sie heimkommen. Als sie klein waren, trugen sie zu Hause und zum Spielen im Garten stets Sandalen mit Holzsohlen, im Winter

---

## ALS S P O R T

Clara T...

---

Holzschuhe. Diese Schuhe sind sehr billig und beinahe unzerstörbar. Gummiabsätze halten viel länger als Lederabsätze, sie kosten nur Fr. 2.50, während Lederabsätze Fr. 4.— kosten. Mein Mann und ich tragen deshalb stets Gummiabsätze, neuerdings auch Schuhe mit Rohgummisohlen, die zwar teuer sind, aber sehr lange halten.

Sehon früh in meinem Sparsamkeitsfeldzug lernte ich, wie man das Leben von Herrenhemden künstlich verlängert. Vor unserer Verheiratung warf mein Mann die Hemden fort, sobald die Manschetten anfingen zu zerfransen. Ich habe ein besseres Verfahren gefunden. Ich schneide die Manschetten ab und kehre sie um, dann können die Hemden noch sechs Monate länger getragen werden.

Es ist ein altes Klagelied der Hausfrauen, dass oft noch sehr gut erhaltene Hemden auf der Brust fadenscheinig werden und Löcher bekommen. Der Grund liegt vor allem in den steifen Kragen. Mein Mann fing deshalb an, nur noch weiche und im Winter halbsteife Kragen zu tragen. Dadurch wurden nicht nur die Hemden geschont, sondern auch die Krawatten hielten doppelt so lange wie früher. Wir ersparten außerdem einen ziemlich grossen Betrag an der Wäscherechnung; denn die weichen Kragen kann ich selber waschen und glätten, während wir die steifen Kragen früher immer ausgeben mussten. Einen steifen Kragen waschen und glätten zu lassen, kostet 20 Rappen.

Aus Hemden, welche mein Mann nicht mehr tragen kann, mache ich sehr hübsche Sommerkleider und Spielhöschen für die Kinder. Waren die Hemden weiss, so färbe ich diese Kleidchen selbst und mache mit Kreuzstich einige nette Muster darauf. Wenn noch übrige Hemden sind, so fertige ich daraus Hausschürzen für mich selbst an.

Selbstverständlich kauften wir nie die Anzüge für die Kleinen in Konfektionsgeschäften, sondern die alten Kleider meines Mannes wurden chemisch gereinigt und gewen-

---

## Die amerikanische Hausfrau

schätzt mit Recht die Emailkochgeschirre. Sie sind gute Wärmeleiter, leicht sauber zu halten und doch billig. Auch die Europäerin weiss diese Eigenschaften zu schätzen: Wir haben im vergangenen Jahr über 264,000 Pfannen verkauft, alles Zuger-Emailpfannen Marke Krug.

**Zuger Email** 

---

*Heilkräftig  
gegen Schwäche und  
Nervosität wirkt*

**Elchjina**

*Orig.-Flasche 3.75, sehr vorteilhafte Orig.-Doppelflasche  
6.25 in den Apotheken*

---

**„ARNOLD BÖCKLIN“**

Ölfarben für Kunstmalerei  
beliebte Marke

**RUPF & SCHNEIDER, Farbenfabrik**  
Zürich I — Uraniastrasse 10 — Tel. Uto 10.47




# Wer das Wassertragen

noch kannte, der wünscht sie nicht wieder, die gute, alte Zeit. — Wie viel Mühe und Arbeit hat sie doch auch gebracht. Heute — — hat sozusagen jede Haushaltung ihren Wasserhahn! Und mit dem CUMULUS?! — — — Da hat es die Hausfrau noch leichter; selbst

## fliessendes warmes Wasser

hat sie zu jeder Zeit, für jeden Zweck, ohne Vorbereitung zur Hand. Dabei ist diese Warmwasser-Zubereitung mit dem

## CUMULUS *Boiler*

sehr vorteilhaft, da sie durch den billigen Nachtstrom geschieht. CUMULUS ist der verbreitetste Boiler, über 15,000 sind im In- und Ausland im Betriebe. Der CUMULUS-Boiler ist nach bewährten Grundsätzen und Erfahrungen konstruiert. Verlangen Sie unsern Prospekt. Er wird Ihnen gerne kostenlos zugesandt und gibt Ihnen wissenschaftliche Auskunft.

Auskunft erteilen die Elektrizitätswerke und HH. Installateure.



# F. Sauter A. G. Basel



det, und durch eine Knabenschneiderin in Kleider für die Söhne umgewandelt.

In einer der letzten Nummern des «Schweizer-Spiegel» wurde empfohlen, seinen Bedarf an Modeartikeln usw. möglichst in Ausverkäufen zu decken. Ich habe das immer getan, und dadurch, dass ich die Stoffe für den nächsten Sommer im Herbst und für den nächsten Winter im Frühling einkaufte, beträchtliche Ersparnisse gemacht.

Allerdings gehe ich nie in einen Laden, ohne vorher zu wissen, was ich kaufen will, so unterliege ich nicht der Versuchung, unnötige Sachen zu kaufen, nur weil sie billig sind.

Sie wundern sich vielleicht, wie es einer Mutter mit fünf Kindern ohne Dienstmädchen möglich war, noch Zeit zu finden, um in Ausverkäufe zu gehen und um günstigsten Restcoupons nachzujagen. Ich habe dieses Problem zusammen mit einer Nachbarin gelöst. Wenn sie einkaufen ging, kamen ihre Kleinen zu uns zum Spielen, wenn an mich die Reihe zum Einkaufen kam, brachte ich meine Kinder zu ihr.

Ein anderes Sparprinzip, das ich anwandte, war folgendes: Ich kaufte Gemüse und Obst immer nur dann ein, wenn gerade Saison war, aber dann in ziemlich grossen Quantitäten. Natürlich ist es verlockend, die ersten frischen Kartoffeln und den ersten Spinat vom Markte heimzubringen, ich habe immer erst dann die verschiedenen Gemüse aufgetischt, wenn sie wirklich billig waren. Im Sommer kaufen wir jeweilen eine grosse Zeine Kirschen, aber immer abgestielte Kirschen; es ist verwunderlich, wieviel dadurch erspart werden kann und zum Sterilisieren sind sie ja noch praktischer als die andern.

Wenn die Eier um Ostern herum billig sind, kaufe ich eine grosse Quantität ein und mache sie ein in Wassergläs. Dadurch ist es mir möglich, den Kindern auch dann Eierspeisen zu verabreichen, wenn mir das durch die hohen Eierpreise sonst unmöglich gemacht würde.

Ausgetragene Tischtücher werden von mir immer in Servietten umgewandelt. Wenn sie dann ihren Dienst als Servietten auch nicht mehr länger versehen können, mache ich daraus die schönsten Waschtücher. Ich nähe gewöhnlich zwei ausgetragene Servietten übereinander.

Sowohl mein Mann wie ich sind leiden-

schaftliche Leser. Das Steckenpferd meines Mannes ist Botanik, insbesondere interessiert er sich für die schweizerische Flora. Sein Einkommen macht es ihm natürlich unmöglich, auch nur den kleinsten Teil der Neuerscheinungen zu kaufen. Wir entdeckten zufällig, dass die Schweizerische Landesbibliothek in Bern sozusagen sämtliche Bücher, welche in der Schweiz erscheinen oder auf die Schweiz Bezug haben, besitzt, und dass sie dieselben in jede Stadt und in jedes Dorf per Post ausleiht; nicht einmal die Portokosten muss man zahlen, da diese Bibliothek Portofreiheit geniesst.

Sowohl mein Mann wie ich waren vom Elternhaus aus gewöhnt, jeden Morgen ein Bad zu nehmen. Wir haben aber bald das teure tägliche Bad durch eine kurze warme Dusche ersetzt. Unsere sämtlichen Familienmitglieder nehmen jeden Morgen eine warme Dusche, und das kommt immer noch billiger als ein einziges Vollbad.

Wir sind im Sparen noch weiter gegangen. Trotz allen Sparmassnahmen kam es oft vor, dass in der letzten Woche des Monats der budgetmässige Betrag (wir leben nach einem Wochenbudget) bereits überschritten war. Wir fanden folgende Lösung: Die 4. Woche eines jeden Monats ist sogenannte « Sparwoche ». Während dieser Zeit leben wir alle freiwillig wie richtige Asketen. Die ganze Woche kommt kein Fleisch auf den Tisch, wir gehen während dieser Zeit nie aus. Mein Mann verzichtet auf das Rauchen. Den Abschluss der Sparwoche bildet dann ein kleine Orgie, wenn ich so sagen darf, ein aussergewöhnlich reichhaltiges Mittagessen mit Braten, Schlagsahne usw. Die Kinder freuen sich jeweilen den ganzen Monat auf diesen Tag. Ich halte dies für keine Verschwendug; denn immer ununterbrochen zu sparen hält kein Mensch aus.

Ueberhaupt war uns dieses sparsame Leben nur möglich, weil wir sozusagen einen Sport daraus gemacht haben, eine Art Spiel, bei dem auch die Kinder mit allen Kräften mithelfen. Es ist wahr, wir haben aus der Not eine Tugend gemacht, und bittere Notwendigkeit liegt diesem Sport zugrunde. Aber deswegen sind wir doch so weit gekommen, dass er uns eine gewisse Freude macht.



## Das neue Kleid

Elegant und gediegen soll es sein, gut im Tragen, leicht im Waschen, und doch nicht zu teuer.

Auf den Stoff kommt es an.

Schreiben Sie mir, damit ich Ihnen kostenlos meine Muster schicken kann. Meine Kollektion in Seiden und Sammet ist mustergültig und meine Preise sind äusserst günstig. Besonders reizende Neuheiten für farbenfrohe Sommerkleidchen.

Senden Sie bitte heute noch diesen Coupon ein. Sie werden dann selbst urteilen können.

*Seiden-*  
**Kradolfer**  
*Winterthur*

An  
SEIDEN-KRADOLFER, WINTERTHUR 15  
Senden Sie mir kostenfrei und unverbindlich  
Ihre Kollektion über:

Stoffart ..... Farbe .....  
genaue Adresse:  
.....

### Bei GALLENSTEINEN

„CHOLESANOL“ (keine Ölkur) und ohne schädli. Nebenerscheinungen. Ärztlich empfohlen. Dr. med. W. in M.: Bei 20jähr. Leiden mit ausgezeichn. Erfolg angewendet. Hofrat Sch. in D.: Wirkte wie eine Erlösung. Oberpostinsp. D. in N.: In letzter Stunde vor der Operation behütet. Broschüre.

**MECO** G. m. b. H., **München 15**, Enhuberstr. 4