

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 3 (1927-1928)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Färben oder nicht färben - das ist die Frage  
**Autor:** Seilaz, Léon  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1065532>

### **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**

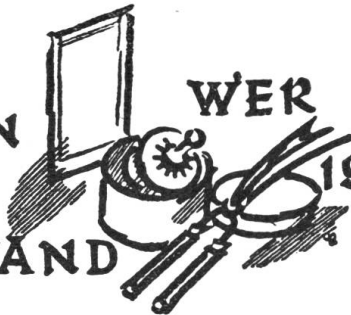
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées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



**SPIEGLEIN  
SPIEGLEIN  
AN DER WAND** **WER  
SIST DIE SCHÖNSTE  
IM GANZEN LAND**

---

## FÄRBEN ODER NICHT FÄRBEN — DAS IST DIE FRAGE

Von Léon Seilaz

*Präsident der internationalen Gesellschaft der Damen-Coiffeure*

---

**H**err Seilaz, was glauben Sie, wäre es für mich nicht das Richtige, mir die Haare färben zu lassen? » Wie manchmal wird mir diese Frage von Damen gestellt, deren Haare die ursprüngliche Farbe verloren haben.

Im allgemeinen rate ich davon ab, auf jeden Fall dann, wenn es sich um Damen handelt, die bereits schneeweiss sind. Es ist eine Sünde, wenn man schönes weisses Haar färben lässt, denn schönes weisses Haar schmeichelt dem Gesicht genau so, wie hellblondes Haar. Leider haben die Frauen die Eigenschaft, dass sie guten Rat sehr oft verlangen, aber selten befolgen. « Rate mir gut, aber rat' mir nicht ab », heisst es bei ihnen.

Vor vielen Jahren kam einmal eine ältere Dame zu mir, die hatte wunderschöne, weisse, naturgelockte Haare, 80 cm lang. Es war eine Pracht, sie anzusehen. Aber was wollte die Dame? Nichts anderes, als ihr schönes Haar um jeden Preis schwarz färben lassen. Ich wendete meine ganze Redekunst auf, um der Dame von dem törichten Vorhaben abzuraten, die Prozedur widerstrebte mir aus ästhetischen, und — was soll ich sagen — auch aus nationalökonomischen Gründen. Ich empfand es als Unrecht, dass ein so grosser Wert durch das Färben vollständig vernichtet werden sollte. Zahlt man doch für weisse, schöne, naturgelockte Haare Fr. 3.50 bis Fr. 4 das Gramm, während gefärbte Haare höchstens 30 Rappen kosten.

Schliesslich offerierte ich der Frau, ich wolle ihr gratis eine schöne schwarze, künstliche Frisur aufsetzen, wenn sie mir erlaube, dass ich nur die Hälfte von dem prachtvollen Haar abschneide (ich hätte dabei kein schlechtes Geschäft gemacht); aber meine

Bemühungen waren umsonst. Sie wollte einfach ihr weisses Haar tiefschwarz färben lassen und damit Punktum. Ja, sie wurde sogar misstrauisch, und als ich mich ihr mit der Schere näherte, um ihr, wie gewöhnlich, eine Farbprobe herauszuschneiden, beschuldigte sie mich, ich hätte ihre Haare abschneiden wollen. Ein solches Misstrauen konnte ich mir natürlich nicht bieten lassen, und ich musste dieser Dame gegenüber ausnahmsweise ungnädig sein und sie meinem Angestellten zur weiteren Behandlung überlassen.

Nach zwei Stunden verliess sie tiefschwarz unser Geschäft, in das sie schneeweiss eingetreten war. Aber vorteilhafter sah sie sicher nicht aus.

Aber auch, wenn man nur graumelierte Haare hat, sollte man sich das Färben zweimal überlegen. Sogar graumeliertes Haar ist in den meisten Fällen hübscher als gefärbtes Haar. Man beherrscht zwar heute die Kunst des Färbens in einem hohen Grad, und es ist nicht mehr so wie früher, wo die gefärbten Damen es nicht wagen durften, sich in die Sonne zu stellen, weil sonst der Kopf in allen möglichen Farben schimmerte. Heute ist man so weit, dass man ganz natürliche Farben ins Haar bringen kann, die an sich von der ursprünglichen Farbe nicht zu unterscheiden sind. Aber irgendwie passt die neue Haarfarbe doch meistens nicht recht zu den Gesichtszügen, denn man darf nicht vergessen, dass Hautfarbe und Haarfarbe in einem bestimmten natürlichen Zusammenhang stehen. Dunkelgefärbtes Haar verschärft die Gesichtszüge und gibt ihnen einen harten — ich möchte sagen — einen ungütigen Ausdruck.

## Empfehlenswerte Pensionen, Pensionate und Kurse

### Ecole nouvelle ménagère Jongny sur Vevey

### Ecole Nouvelle „La Châtaigneraie“ COPPEY bei Genf

Landerziehungsheim für Knaben  
Gymnasium und Handelsschule  
Laboratorien — Handfertigkeit — Sport  
Vertieftes Studium der französischen Sprache  
Direktor: E. SCHWARTZ-BUYS

### SOLBAD SCHÜTZEN Rheinfelden

Vorzügliche Heilerfolge bei Frauen- und Kinderkrankheiten, Herz- und Nervenleiden, Arterienverkalkung, Gicht, Ischias u. Rheumatismus, Gelenkleiden, Schwächezuständen, Blutarmut und Rekonvaleszenz. Neue Bäder im Hause. Überaus sonnig, Liegehallen, Lift. Pensionspreise Fr. 11.- bis Fr. 14.50

F. KOTTMANN.

Prospekte

### Institut für Heilgymnastik

OSKAR MEIER, Turnlehrer  
Clausiusstrasse 2 ZÜRICH 6 Telephon H. 80.33

Allgemeine und orthopädische  
Gymnastik für Kinder und Erwachsene

### Erholungsheim Mogelsberg, Toggenburg

Bei mässigem Pensionspreis und liebevoller Aufnahme, finden hier erholungsbedürftige Personen eine ruhige und angenehme Erholungsstätte, Vollständig neu eingerichtet. Mit allen wünschbaren sanitären Einrichtungen versehen. Das ganze Jahr geöffnet. Tel. Neker 109 Prospekt

Jakob Elmer

### Warum nicht jetzt schon

Ferien nehmen? Wer Erholung und Gesundheit sucht, liebt die Ruhe der Vorsaison.

**Kuranstalt Sennrütli**  
**Degersheim**

F. Danzeisen-Grauer,  
Dr. med. v. Segesser.

## HEIRATS - GESUCHE

*Sie wissen, dass der «Schweizer-Spiegel» in der Aufnahme der Inserate äusserst vorsichtig ist. Wir haben uns trotzdem im Interesse unserer Leser und Leserinnen entschlossen, einer Rubrik für Heiratsgesuche Raum zu gewähren. Wir behalten uns jedoch vor, Inserate, die auf uns den Eindruck der Unseriosität machen, zurückzuweisen. Das Wort in dieser Rubrik kostet Fr. —.30*

### Heirat

Selbständiger Kaufmann mittleren Alters, der durch längere Abwesenheit im Ausland wenig familiäre Beziehungen hat, sucht auf diesem Wege die Bekanntschaft mit einer jungen Dame im Alter von 25—30 Jahren, um mit ihr bei gegenseitigem Gefallen eine Ehe im Sinne des Schweizer-Spiegels zu gründen. Vermögen ist nicht Bedingung, jedoch scheint ihm das Herkommen aus gesicherten Verhältnissen und aus guter Familie wichtig. Photo erbeten. Absolute Diskretion selbstverständlich. Offerten sind unter K. L. 25 an den Verlag des Schweizer-Spiegels zu richten.

### Einen lieben Mann

sucht Abonnentin des Schweizer-Spiegels, berufstätig, jedoch mit grosser Neigung zu warmer Häuslichkeit. Ich bin 26 Jahre alt, würde grossen Wert auf gebildeten Mann legen mit weitem Horizont. Antworten mit Photographie unter M. F. 102 an den Verlag.

### Deutscher

seit 5 Jahren in grösserer Schweizerstadt ansässig, sucht Verbindung mit lebensfroher, tüchtiger Schweizerin zur Gründung eines eigenen Heims. Nur ernste ausführliche Anfragen unter „Glück zu Zweit“ an den Verlag.



*Schönes  
weisses  
Haar  
umschmeichelt  
jedes Gesicht*

Aber wenn man die Haare schon färben lassen will, dann soll man sie wenigstens fachgemäss färben lassen, und dazu braucht es mehr Zeit, Geduld und Können, als die meisten Frauen sich einbilden.

Jedes einzelne Haar ist verschieden getönt, es gibt hellere und dunklere Schattierungen im selben Haar. Durch das Ueberfärben, d. h. dadurch, dass alle Haare gleich gedeckt werden, gehen die Nuancen meistens verloren. Schlecht gefärbte Haare sehen alle ganz gleich aus, und der Grund liegt meistens im Ueberfärben. Die Gefahr, zu überfärben, ist deshalb so gross, weil die Damen meistens ungeduldig sind. Sie verlangen schon nach der ersten Verabreichung vollständig zufriedengestellt zu werden, schon nach der ersten Behandlung wollen sie sehen, dass die Haare wirklich die Farbe bekommen haben, die sie wünschen. Wenn nun ihr Friseur diesem Wunsch entspricht, ist das Unheil auch schon geschehen. Denn mit dem Färben ist der Prozess nicht zu Ende: In den nächsten 48 Stunden wirkt der Sauer-

stoff der Luft auf die Farbe ein: das Haar wird von selbst intensiver gefärbt. Dann kommt es vor, dass eine Frau statt blond braun wird. Sie kommt dann entrüstet zum Coiffeur zurück und schimpft: « Um Gotteswillen, was haben Sie gemacht, wie haben Sie mich verunstaltet, mein Mann schimpft, er will mich nicht mehr sehen. Er findet, ich habe ganz harte Gesichtszüge bekommen. Machen Sie nun den Schaden wieder gut! »

Was macht dann der Fachmann (der kein Fachmann ist)? Er treibt den Teufel mit



*Dieselbe  
Dame mit  
dunkel ge-  
färbtem Haar.  
Die Gesichtszüge  
wirken nach dem  
Färben hart*

dem Beelzebub aus, d. h. er greift zum Oxygène, einer chemischen Flüssigkeit, welche auf natürliche Haare bleichend wirkt, auf das gefärbte Haar aber gerade umgekehrt. In dem Moment, in dem auf das gefärbte Haar das Oxygène kommt, wird nicht etwa die künstliche Farbe entzogen, sondern das



nachgewachsenen Haare sofort im gleichen Tone färben wie das bereits gefärbte. Geschieht das, so werden die nachgefärbten Haare in den nächsten Tagen noch um einige Nuancen dunkler, während die vorgefärbten Haare bereits fixiert sind. Der Nachwuchs muss also in der ersten Zeit heller gefärbt werden als die vorgefärbten Haare.

\* \* \*

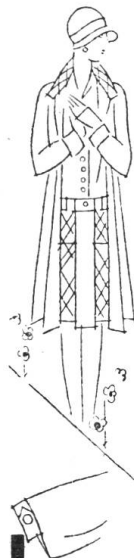
Viel einfacher als das Färben ist die Applikation einer Henne-Dusche. Henna ist eine orientalische Pflanze, welche, wenn sie ausgereift ist, einen rötlichen Ton erzeugt. Henna gibt der kalten Haarfarbe eine gewisse Wärme. Eine schwarze Dame kann z. B. damit braun, dunkelbraun oder rötlich getönt werden, also in den Farben, die jetzt Mode sind. Die Applikation einer Henne-Dusche ist sehr einfach, es handelt sich um kein Färben, sondern man lässt die Flüssigkeit nur zwei bis zehn Minuten auf dem Kopf und wäscht sie dann ab. Wenn man Henne zu lange auf dem Kopf lässt, wird das Haar rot.

Ich hatte vor zwanzig Jahren einmal ein Lehmädchen, welches mich bat, doch einmal selbständig eine Henne-Applikation machen zu dürfen. Schliesslich liess ich ihr einmal bei einer Kundin den Willen, nachdem ich genaue Instruktionen gegeben hatte. Es kam auch ganz gut heraus: Die Dame hatte durch die Henne-Dusche mehr Rasse bekommen, sie holte bald darauf bei einer Schönheitskonkurrenz in Deutschland den ersten Preis, kurz, sie war überglücklich. Nach ihrer Rückkunft liess sie sich beim nächsten Kopfwaschen die Henne-Applikation noch einmal machen, und zwar durch das gleiche Lehmädchen. Das junge Mädchen war durch andere Arbeiten ziemlich in Anspruch genommen und liess deshalb die Haarfarbe etwas länger liegen als das letztemal. Als die Dame fortging, sah sie genau gleich aus wie vorher. Zwei Tage später wurde ich ans Telephon gerufen. Die Dame schrie aufgeregt: « Herr Seilaz, ich bin ja ganz rot ». Ich hatte keine Ahnung, wer am Telephon sprach, und da ich nur das Wort « rot » verstand, sagte ich: « Guten Tag, Frau Roth. »

Das erregte die Kundin noch mehr, und mit einem Knall hing sie das Telephon ab. Eine halbe Stunde später hielt eine Kutsche vor dem Geschäft, die Kundin stürzte aufgeregt herein. — « Was fällt Ihnen ein, mich so zu verhöhnen, sehen Sie mich an, ich bin feuerrot, mein Mann lässt sich von mir scheiden! »



## Für das neue Kleid den Stoff von Seiden-Grieder



Reizende Neuheiten enthält  
unsere neue Kollektion in  
Seiden-, Woll- u. Washstoffen

### Bestellschein

Auf Postkarte kleben  
oder in Couvert stecken

## GRIEDER & CIE, ZÜRICH

Bitte um Franko-Zustellung  
Ihrer neuesten Muster von:

Adresse: .....

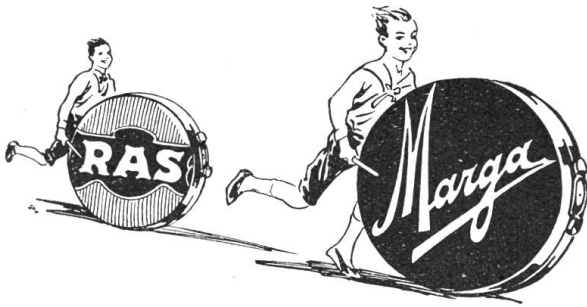
39 .....

Weil die Auswahl sehr reich ist, bitten wir um möglichst genaue Angabe, ob Seide, Wolle oder Baumwolle, einfarbig oder gemustert gewünscht wird, für Blusen, Kleider oder Garniturzwecke

Jede Dame kennt und  
schätzt die Vorzüge  
der  
**Doru**  
Strumpfe

Gratis  
Reparatur-  
Bon  
zu jedem Paar





Die Schuh-Cremen mit dem praktischen Dosenöffner!

**Wizard**  
der Gesundheits-Strumpf zur Verschönerung der Beine!

Der gummiöse Krampfader-Strumpf = bekämpft und verhindert Krampfaderern. Verhindert Müdigkeit und Anschwellungen. Zart fleischfarbig-rosa. Unter dem feinsten Seidenstrumpf unsichtbar!

Achten Sie genau auf die Qualitätsmarke

Bei Sport und Tanz sehr beliebt!

**Wizard** ist werdenden Müttern und Wöchnerinnen unentbehrlich!

In Qualität, Ausführung und Preis konkurrenzlos. Verlangen Sie kostenlos Prospekte und Maßzettel.

Unsere kostenlosen Spezialprodukte über Wizard Fuss-Stützen, Wizard-Bandagen und Wizard-Fusspflege-Spezialitäten zeigen Ihnen den Weg zur Erhaltung gesunder und schmerzfreier Füße

In allen guten Fachgeschäften erhältlich

**FREI & KASSER \* ZÜRICH 1**  
Bahnhofstrasse 83 und 100

**THYMODONT**

Verwenden Sie zur Zahn- und Mundpflege die erstklassigen, langjährig erprobten, auf wissenschaftlichen Grundlagen beruhenden Schweizer-Präparate

**Thymodont**  
Zahnpasta - Mundwasser nach Dr. E. Faesch

Verlangen Sie aber ausdrücklich **Thymodont**

Wenn nicht erhältlich, zu beziehen durch Laboratorium Thymodont, Basel

In solchen Momenten darf man die Ruhe nicht verlieren, solche Damen müssen weise behandelt werden. Es hatte sich eben wieder gezeigt, was bei jeder Art von Haarfarben der Fall ist: Der Sauerstoff in der Luft hatte nachträglich die Haare viel intensiver gefärbt, was die junge Angestellte nicht berücksichtigt hatte. Ich wollte dann mein Abzugsverfahren praktizieren. Dieses nimmt natürlich immer eine gewisse Zeit in Anspruch. Da das der Dame zu lange dauerte, fertigte ich ihr inzwischen ein Postiche an, welche die Haare vollständig zudeckte. Die elegante Frisur der Perücke gefiel nun der Frau so ausgezeichnet, dass sie, als sie sich in Tränen im Spiegel sah, plötzlich zu lächeln anfang, und von diesem Tag an trug sie überhaupt nur noch Postiche.

Blondinen bevorzugt! Das gilt heute nicht mehr. Blonde Haare sind gegenwärtig nicht Mode, und deshalb lassen sich auch viel weniger Damen die Haare bleichen als noch vor zehn Jahren. Damals sah man überall diese strohblonden matten Damenköpfe. Die meisten waren gebleicht. Das Bleichen wird mit Wasserstoff (Oxigène) vorgenommen, einem Stoff, der in das Haar eindringt und die Haarzellen zerstört. Oxigène ist ein Mittel, mit dem sehr vorsichtig umgegangen werden muss, da sonst die Haare leicht brechen. Ausserdem hat es die Eigenschaft, dass es immer noch weiter wirkt, besonders bei wiederholtem Waschen des Haares.

Auch hier ist es wie mit dem Färben. Das erste Bleichen ist sehr einfach, aber das Bleichen des Nachwuchses ist sehr schwierig, und wenn es die Frauen selber besorgen, sind die Folgen meistens katastrophal, denn auch hier werden an den Uebergangsstellen die schon gebleichten Haare meistens aufs neue befeuchtet, und es entsteht dann ein weissblonder Ring.

Oxigène soll immer auf fette, ungewaschene Haare appliziert werden. Fette Haare werden nämlich weniger angegriffen.

Es gibt gewisse scheinbar harmlose Kopfwasser, wie z. B. Kamillenextrakt, welchen die Wirkung zugeschrieben wird, das Haar blond zu erhalten und welche die Damen unbedenklich anwenden. Nicht selten erhalten auch diese scheinbar ganz harmlosen Präparate Wasserstoffsperoxyd und sind deshalb mit Vorsicht zu benützen, sonst kann es einer Frau passieren, dass sie ohne ihren Willen immer blonder wird.

Heute wird wenig gebleicht, aber früher waren manche Frauen auf diese strohblonden Haare ganz versessen.

Vor vielen Jahren musste ich einmal von Aarau extra nach Basel fahren, um einem Mädchen, das rotblondes Haar hatte, das Haar zu bleichen. Sie erwartete nämlich ihren Bräutigam in spe, den sie vorher noch nie gesehen hatte und fürchtete, er könnte ein Vorurteil gegen rothaarige Frauen besitzen, denn wie es in dem französischen Chanson: « Qui prend trop vite femme peste après dans son âme » heisst:

*« N'en prenez point de rousse,  
Car trop elle trémousse. »*

Zur Beruhigung meiner Leserinnen mit roten Haaren, möchte ich übrigens beifügen, dass das gleiche Lied fortfährt:

*N'en prenez point de blonde;  
Elle aime tout le monde.  
N'en prenez point de brune,  
Car elle est trop commune.*

Das rote Haar des Mädchens war so entzückend, dass es mich grosse Ueberwindung kostete, dem Wunsche nachzugeben. Aber der gute Zweck heiligt die dazu notwendigen Mittel. Tags darauf kam der Bräutigam aus dem Elsass auf Brautschau. Das Mädchen gefiel ihm, und die Hochzeit kam schon nach zwei Monaten zustande. Nachher musste ich nicht mehr bleichen.

Dazumal, als das Bleichen modern war, ist es ja oft vorgekommen, dass ein Mann eine blonde Frau geheiratet hat und nach zwei Jahren, nachdem der jungen Gattin das Nachbleichen zu mühsam geworden ist, hat er auf einmal eine dunkelbraune Frau gehabt. Und es gibt ja auch heute noch Männer, die nicht wissen, dass ihre Frauen von Natur kein blondes, sondern dunkles Haar haben.

Blonde Haare können ebenso rasch grau werden wie schwarze, nur achtet man die weissen Haare bei Blondinen weniger. Eine blonde Dame kann sich noch lange mit graumeliertem Haar sehen lassen, sie wird immer noch für blond gehalten.

Graue Haare werden im allgemeinen, vielfach zu Unrecht, als Alterserscheinung angesehen, und es ist deshalb verständlich, dass so viele Frauen künstlich auf ihre Haarfarbe einzuwirken suchen. Nach meinen Erfahrungen haben gut 20 % aller Frauen die Haare gefärbt, wobei ich Henne-Applikationen und Bleichen nicht als Färben rechne. Diese Damen stammen aus allen Kreisen. Nicht selten sind es Frauen, welche in Stel-

*Bergmann's*  
**Silienmilch-**  
*Seife*

MARKE:  
2 BERGMANNNER

ist unübertrefflich für die Hautpflege  
**Bergmann & Co.**  
Zürich



## VORHÄNGE

zermürben zu schnell, wenn sie nicht periodisch gewaschen werden.

Deren Frühjahrsreinigung besorgt Ihnen die

**WASCHANSTALT  
ZÜRICH A.-G.**

ZÜRICH 2 — WOLLISHOFEN

Telephon Uto 42 00



## EINMAL . . . IM LEBEN JEDER FRAU!



vielleicht vorm Spiegel - bei klarer Morgendämmerung - werden Sie zum ersten Male jene kleinen müden u. nervösen Linien um Ihre Augen, Nase und Mund, als Beginn einer bleichen Gesichtsfarbe, feststellen. Zum ersten Mal werden Sie bemerken, dass die Ihnen aus dem Spiegel reflektierten Augen nicht mehr jung sind. . . Es ist der Zeitpunkt, an dem Sie das Schwinden Ihrer Jugend bemerken. Jener Augenblick, der keinem Frauenleben erspart bleibt. Das Bedauerlichste dabei ist, dass dieser Moment bei Tausenden von Frauen zu

früh eintritt, obwohl dafür keine Notwendigkeit besteht. Wenn Sie auch nicht mehr jung an Jahren sind und Ihr Teint seit längerer Zeit kein vorteilhafter war, so ermöglicht die neue Methode eine Änderung Ihrer Erscheinung, lässt Sie um Jahre jünger werden und verleiht Ihnen ein um das Vielfache schöneres Aussehen. Deshalb bitten wir Sie, Royal Moorbad (Royal Beauty Clay),

welches bestimmt alle Fältchen, Mitesser und sonstige Hautunreinheiten entfernt und Ihrer Haut die Frische eines Kindergesichtes verleiht, zu versuchen.

Der Preis einer Tube Royal Moorbad, für 8-9 Behandlungen ausreichend, beträgt nur Fr. 4.- und ist in allen Apotheken, Drogerien, Parfümerien etc. erhältlich.

Wenn man Schwierigkeiten hat, Royal Moorbad zu erhalten, dann wende man sich an das Generaldepot in Basel, Steintorstrasse 23, welches Bezugsquellen nachweist.

Wichtige Notiz! Um das echte Royal Moorbad zu erhalten, achte man beim Einkauf auf das blaue Garantieband, welches jede Schachtel umschliesst.



**RUHIG**   
SCHLÄGT JHR HERZ DURCH  
**ZELLER'S HERZ u. NERVENTROPFEN**

**Zeller's 'giftfreie Herz-  
und Nerventropfen**

wirken äusserst belebend und kräftigend  
auf die Herzmuskulatur ein. Bei Herz-  
schwäche, Herzklopfen, Zittern, Nervosi-  
tät und Nervenschwäche, besonders auch  
nach überstandenen Krankheiten (Grippe,  
Influenza, usw.) glänzend bewährt

In Flaschen zu Fr. 2.— und Fr. 5.—,  
in Pillen zu Fr. 3.—  
in allen Apotheken erhältlich

Alleinfabrikanten:  
Apotheke  
**Max Zeller Söhne**  
Romanshorn

**Liebhaber**

eines guten Tropfens

**Ostschweizer Weines**

beziehen diesen am besten beim

**Verband ostschweizer. landwirtschaftl.  
Genossenschaften (V.O.L.G.) Winterthur**

lungen sind, in denen sie mit dem Publikum verkehren müssen, z. B. Kassierinnen, Ladentöchter usw. Diese Frauen benützen das Haarfärben nicht so sehr als Instrument der weiblichen Eitelkeit, sondern als Mittel zum Existenzkampf, genau so, wie ja in England und Amerika und auch bei uns ältere Stellensuchende, um nicht verbraucht auszu- sehen, sich oft die Haare färben, oder wenn sie Glatzen haben, Ersatzstücke tragen. In allen diesen Fällen ist das Haarfärben sicher begreiflich. Aber eine Frau sollte es sich zehnmal überlegen, ob sie aus blosser Koketterie, nur um jünger zu scheinen, die mühsame Prozedur des Haarfärbens unternehmen soll. Das ewige Nachwachsen der Haare zwingt die Frauen, sich immer und immer wieder behandeln zu lassen. Sie müssen schliesslich, besonders, wenn die grauen Haare stärker auftreten, alle vierzehn Tage zum Farbstoff greifen und werden eigentlich Sklavinnen ihrer Haare.

Aber wenn man sich das Haar schon färben lässt, so soll man es wenigstens richtig machen lassen, sonst lieber « Hände weg! »

### *An die Leserinnen*

*Aus vielen Briefen, die ich erhalten, weiss ich, dass Sie unserm praktischen Teil ein lebendiges Interesse entgegenbringen.*

*Nicht weniger wertvoll als Ihr Interesse ist mir aber Ihre Mitarbeit. Wir Hausfrauen haben es dringend nötig, uns über unsere Arbeit vernünftig auseinanderzusetzen. Es nützt uns nichts, unsere Nöte zu verschweigen, es ist kleinlich, unsern Erfolg einfach für uns zu behalten. Wir könnten uns gegenseitig unendlich viel durch regen Austausch unserer Erfahrungen helfen. Gern lasse ich im praktischen Teile möglichst viele Hausfrauen selber zu Worte kommen. Wir wollen eine Arbeitsgemeinschaft unter Hausfrauen bilden, denn nichts fördert uns so sehr in unserm Beruf.*

*Wenn Sie ein Problem in Ihrer Haushaltung besonders beschäftigt, oder wenn Sie eine Arbeitserleichterung herausgefunden haben, so schreiben Sie das auf. Es kommt dann nicht nur Ihnen, sondern vielen tausend andern Hausfrauen zugute. Die Form, in der Sie das aufschreiben, spielt keine Rolle, wichtig ist nur der persönliche Inhalt. Welche Artikel gefallen Ihnen besonders gut*

Und nun noch einen persönlichen Rat: Wenn Sie sich schon die Haare färben lassen wollen, so tun Sie dies, ohne es an die grosse Glocke zu hängen. Es ist auch nicht immer gut, wenn man den Mann in alle Toilettengeheimnisse einführt. Eine Frau, die das macht, begeht meiner Ansicht nach einen taktischen Fehler. Soweit soll man die Liebe nicht treiben. Die Frau soll alles ihrem Manne sagen; aber ihre Toilettengeheimnisse soll sie für sich behalten. Sie braucht bei diesem Verschweigen keine moralischen Bedenken zu haben, denn das Verschweigen liegt auch im Interesse des Mannes. Ich habe schon oft beobachtet, dass der Mann, wenn er in die Toilettengeheimnisse der Frau eingeweiht wird, in seiner Naivität sofort Opposition erhebt und sagt: «Nein, ich will nicht, dass du diese künstlichen Hilfsmittel anwendest, du gefällst mir auch so.»

Wenn die Frau dann den Rat befolgt und infolgedessen unvorteilhafter aussieht, dann ist es der gleiche Mann, der wieder nicht zufrieden ist und anfängt, langsam andere Frauen anzuschauen.

### des „Schweizer-Spiegel“

im praktischen Teil? Nicht die, welche besonders geschickt geschrieben sind, sondern die, welche aufrichtig ein selbsterlebtes Problem behandeln.

Sie sehen, dass im «kulinarischen Völkerbund» Rezepte aus allen Ländern Europas erscheinen. Vielleicht haben Sie eine Schwester in China, die chinesische Rezepte kennt, oder Sie brachten selber einmal von einer Auslandsreise ein Spezialitätenrezept nach Hause. Wollen Sie diese Rezepte bei uns auf Ihre Verwendbarkeit für den «Schweizer-Spiegel» prüfen lassen?

So manches Mal heisst es in einem Brief, den eine Leserin an den «Schweizer-Spiegel» schickt: «Ich hätte allerlei auf dem Herzen, über das ich einmal schreiben möchte». Leider bleibt es sehr oft beim guten Vorsatz.

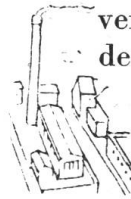
Denken Sie daran, dass jede persönliche Anregung, für einen bestimmten Artikel, oder für eine Rundfrage, nicht nur Ihnen, sondern auch allen andern Leserinnen zugute kommt.

Arbeiten Sie am «Schweizer-Spiegel» aktiv mit, dann haben Sie doppelte Freude und doppelten Gewinn! — Helen Guggenbühl.

# Chemisch gereinigt

und alles wieder wie neu!

Wahrhaftig, alles wieder wie neu! Wir gaben Terlinden die schmutzigen Damen- und Herrenkleider und er hat sie wunderbar sauber gemacht. Welche Geld-Ersparnis! Die Kleider können wieder lange Zeit getragen werden. Terlinden vermindert wirklich die Kosten der Lebenshaltung. Darum zu



## Terlinden

Färberei u. Chem. Waschanstalt Küssnacht b. Zürich



# Was?

## graue Haare? werde ich alt?

Verzagen Sie nicht, denn wenn Sie unser seit 30 Jahren bestbewährtes **EXLEPANG** verwenden, so bekommen Sie wieder die Jugendfarbe Ihrer Haare. Voller Erfolg **absolut unschädlich** (garantiert) b. Coiffeur. in den Apotheken u. in Drogerien erhältlich.

Verlangen Sie unseren interessanten Prospect H

**Exlepäng-Depôt · Basel 4 · C. Boehringer & Cie.**