

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 10 (1934-1935)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Ein Reiseratschlag : "Der Schlafsack"  
**Autor:** R., Berta  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1066145>

#### 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:** 14.01.2026

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

# EIN REISERATSCHLAG: «DER SCHLAFSACK»

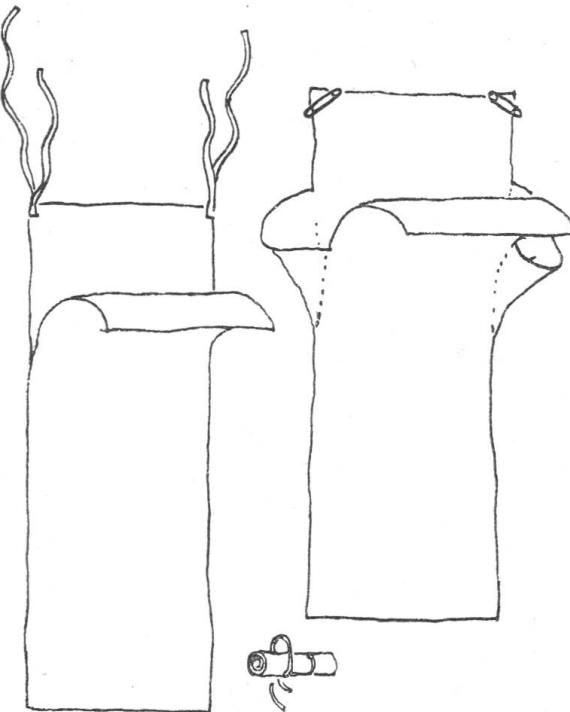
Von Berta R.

Angeregt durch die Wanderratschläge in der Julinummer und durch eine soeben vollendete vierwöchige Reise durch Holland mit dem Schlafsack möchte ich einmal das Lob dieses Schlafsackes, der mich heute auf allen meinen Reisen begleitet, singen.

Ursprünglich machte ich mir einen Schlafsack, weil er in den Jugendherbergen verlangt wurde. Dann aber entdeckte ich, dass er ebenso in den S. A. C.-Hütten angenehm ist, weil man dort gern in einer bekannten Hülle steckt, statt die beißenden Wolldecken unter dem Kinn zu verspüren. Auch beim Übernachten im Heu erwies sich der Schlafsack als ein herrliches Ding: Hineinkriechen, sich im Heu vergraben und ohne stechende Halme schlafen!

Ein Schlafsack ist aber nicht nur für Berg- und Wandertouren, sondern auch bei gewöhnlichen Reisen und bei Besuchen ein praktischer Reisebegleiter. Einmal musste ich für zwei Tage nach Bern, hatte aber nicht genug Geld, um in ein anständiges Hotel zu gehen, und in die Jugendherberge war es mir zu weit. Da kloppte ich kurz entschlossen bei einem «Möbliertes Zimmer» an und fragte, ob ich hier übernachten könne. Nein, meinte die Vermieterin, nur wegen einer Nacht lohne es sich nicht, Bettzeug zu richten. Da zog ich meinen Schlafsack aus der Tiefe meiner Ledermappe hervor, und nach einem Erstaunen zeigte sich die Frau mit meinem Vorschlag einverstanden. Als ich nach der Bezahlung fragte, zuckte sie mit den Achseln und sagte, sie habe noch nie an «Schlafsäcke» vermietet, ich möge ihr am Morgen eine Kleinigkeit auf dem Tische zurücklassen.

Auch in billigen Hotels habe ich mei-



Der leichte Schlafsack aus Rohseide lässt sich zu einer kleinen Rolle zusammenlegen

nen Schlafsack schon gebraucht. Was für sonderbare Gefühle gibt es da oft, wenn die Leintücher nicht ganz tadellos aussehen, aber doch nicht so schlimm, dass man es wagt, zu reklamieren! Hat man den Schlafsack mit, so steckt man ihn zwischen die Leintücher und liegt auf diese Weise in einer sauberen Haut.

Oder: Wir vom Lande möchten gern hie und da in die Stadt fahren und dort über Nacht bleiben. Nun ist es aber im Hotel zu teuer. Man hat wohl Bekannte und Verwandte, aber es ist einem oft unangenehm zumute, wenn sie für nur eine Nacht ein Bett frisch beziehen müs-

sen. Kommt man aber mit eigenem Schlafsack, so braucht man sich keine Gedanken mehr zu machen, mit dem kurzen Besuch zuviel Arbeit zu bringen. Ich muss zwar sagen, dass ich zuerst etwas Befremden erregte, als ich bei guten Bekannten mit dem Schlafsack anrückte, ja, sie fühlten sich zuerst über meine, wie sie sagten, übertriebene Ängstlichkeit punkto Arbeit machen fast etwas beleidigt. Wir haben dann aber die Sache besprochen, und heute ist es so, dass ich viel öfters als früher in die Stadt komme, da ich weniger Rücksichten zu nehmen brauche.

Wenn ich Geld hätte, würde ich eine AG. gründen zur Errichtung von Schlafsackhotels. Das wären Häuser, wo man billig, aber anständig übernachten könnte. Billig eben, weil man seine eigene Wäsche mitbringt und jeder sein Bett selber macht. Warum soll man denn den Schlafsack nicht mitbringen? Man mietet ja Pyjama und Zahnbürste auch nicht beim Hotelier! Ich weiss, dass es viele Reiselustige gibt, die auf einen gewissen Grad von Sauberkeit Anspruch machen, aber nicht die Mittel aufbringen, in ein gutes Hotel zu gehen. Und in den Jugendherbergen, die ja eigentlich solche Schlafsackhotels sind, kann man bei uns ja nur bis zum 25. Altersjahr Aufnahme finden.

Mein Schlafsack ist sehr leicht, und ich kann ihn zu einer 20 cm langen und 5 cm dicken Rolle zusammenlegen. Wie ich ihn machte? Ich kaufte 4 m billige Rohseide, legte sie doppelt, nähte sie seitlich zusammen, ausgenommen die obersten 60 cm als Einschlupf und Überzug. An den zwei obren Ecken kann man Bänder annähen, um diese an den Bettgestell festzubinden oder mit Sicherheitsnadeln an der Matratze anzustecken. Noch besser ist es, seitlich zwei «Spickel» einzusetzen. Es gibt auch Schlafsäcke aus Baumwolltuch, wie z. B. die, welche bei der Jugendherbergsstelle zu kaufen sind. Sie haben aber den Nachteil, bedeutend schwerer zu sein und mehr Platz einzunehmen als ein rohseidener.

*Überanstrengung*

Müdigkeit, Nervosität, Aspannung?  
Dann  
3 mal täglich

**ELCHINA**  
Produkt der Hausmann A.-G. St. Gallen  
Orig.-Fl. Fr. 3.75. Orig.-Doppelfl. Fr. 4.25. Kurtpackung Fr. 20.-

**Haben Sie Fußschmerzen**  
verwenden Sie „AHU“-Fußcreme. Preis Fr. 1.50 und 2.80. Abt. A. la Jeunesse, Dufourstr. 61, Zürich

*Neu!*

*ganz vorzüglich*

**Knorr**  
**Fleischbrühsuppe mit Gemüse-Einlagen**  
Döschen für 10 Teller = 40 Rp.

**Tomatenflasche „Bülach“**  
Grösse 1/4 Liter. Ladenpreis 50 Rp. per Stück bei den Verkaufsstellen der Einmachflaschen „Bülach“. Illustr. Broschüre über  
**Das Einmachen der Früchte u. Gemüse gratis** durch die **Glashütte in Bülach**