

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 12 (1936-1937)
Heft: 5

Artikel: Vom Bügeln : praktische Winke von einer Haushaltungslehrerin
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1066201>

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>



Vom Bügeln

Praktische Winke von einer Haushaltungslehrerin

I.

« Richtig aufgehängt ist halb gebügelt », sage ich oft zu meinen Schülerinnen. Ich kann es fast nicht mit ansehen, wenn eine Hausfrau ihre schöne Wäsche unsachgemäss und ohne jedes Verständnis zum Trocknen an die Leine hängt, und ebenso wenig, wenn die getrocknete Wäsche beim Abnehmen einfach in den Wäschekorb gewurstelt wird. Warum sich das Bügeln so unnötig erschweren!

Für die Behandlung der Wäsche vor dem Bügeln sind es vor allem drei Grundregeln, die beachtet werden müssen:

1. Alle Wäsche und besonders die geraden Stücke, wie Lein-, Hand- oder Taschentücher, sollen nicht gestreckt, sondern recht lose aufgehängt werden. Feuchte Wäsche zieht sich beim Trocknen erfahrungsgemäss zusammen. Eine allzu straff gespannte Wäschekante aber verzieht sich und kann beim Bügeln nur mit Mühe wieder in die rechte Form gebracht werden.

2. Man hänge gleichartige Sachen zusammen, so dass sie auch beim Abnehmen aufeinander zu liegen kommen.

3. Die geraden Stücke werden nach dem Trocknen gleich beim Abnehmen gestreckt und gefaltet, grosse Stücke natürlich zu zweit.

Wichtig für den Erfolg des Bügelns ist

das Einfeuchten

Am besten geschieht es am Abend vor dem Bügeltag, mindestens aber drei Stunden vor dem Bügeln. Man schlägt den Waschkorb mit einem Tuch aus und bedeckt die eingefeuchtete Wäsche wiederum mit einem Tuch, damit die Feuchtigkeit beieinander bleibt. Manche Frauen glauben, die Wäsche werde am regelmässigsten eingefeuchtet, wenn sie zum Besprengen ein Bürstchen, andere, wenn sie einen Flaschenreiniger verwenden. Ich selber nehme die Hand dazu. Sie ist immer zur Stelle, ist auch schnell wieder abgetrocknet und braucht den geringsten Aufwand an Kraft.

Beim Einfeuchten merke man sich folgendes: Feine, dünne Stoffe (z. B. Battist) müssen sehr stark, dicke, wie Barchent, Baumwolle oder auch Trikot sehr schwach, alles andere mittelstark eingefeuchtet werden. Leinwand aber, also auch Tischtücher aus grober Leinwand, halte man sehr feucht. Bei gerader Wäsche (Hand- oder Taschentücher) lege man etwa acht Stück aufeinander und rolle sie so zusammen. Eine allgemeine Regel ist, Wäschestücke dem Längsfaden entlang zu rollen, da sich dieser weniger verzieht als der Quersfaden. Nach dem Benetzen wird die Wäsche, alle kleinen Teile möglichst nach innen, lose zusammengerollt; hartes Zusammenrollen verzieht sie. Es gibt Stoffe, die man nicht einfeuchten darf, da leicht Flecken entstehen könnten,



Manchmal
geht es lärmig zu,
doch Banago
schafft Nervenruhl

BANAGO

Gesundheit ist Optimismus

C 122 NAGO OLTEN



Trybol
ist wirklich
einzigartig
Die Zahnpasta...
weil sie den gelben
Zahnbelag so leicht
löst
das Mundwasser...
weil es so herrlich
erfrischt und Hals
wie Rachen stärkt.

Bei Grippe
und ihren Erscheinungen wie Kopfweh,
Fieber und Mattigkeit nimmt man

Contra-Schmerz

In allen Apotheken
12 Tabletten Fr. 1.80, 100 Tabletten Fr. 10.50

z. B. bei Kunstseide oder bei echter Rohseide.

Und nun

das Bügeln von Bett- und Tischwäsche

Die ersten Ratschläge, die ich meinen unerfahrenen Schülerinnen erteile, sind etwa folgende: Die glatten Sachen vorerst durch Strecken in die richtige Form bringen. Wer richtig aufgehängt und die Wäsche abgenommen hat, erspart sich diese Arbeit.

Gleiche Stücke nacheinander bügeln. Jede Arbeit, die in einem gewissen Rhythmus verläuft, geht leichter von der Hand. Die geraden Stücke dem Längsfaden nach bügeln und das bereits Gebügelte immer über die Tischkante gegen sich ziehen.

Um dem Längsfaden entlang bügeln zu können, lege man die Stücke so vor sich hin, dass die Webekanten zu beiden Seiten liegen. Das Eisen wird unten in der Mitte angesetzt und dann dem Längsfaden entlang weiter geführt; nie aber darf es in der Richtung der Diagonale geführt werden, da das Stück ganz verzogen würde.

Grosse Stücke falte man vor dem Bügeln in die Hälfte. Bei weissen Tischtüchern soll der Quersfaden gebrochen werden, damit die Falte in der Mitte des Tisches durchgeht.

Baumwollene Ware, wie Taschentücher, Servietten usw., werden, da sie ihrer Weichheit wegen rasch glatt sind, nur auf der rechten Seite, leinene hingegen zuerst leicht links und dann rechts gebügelt. Nur auf einer Seite gebügelte Leinenstoffe bleiben auf der andern Seite rauh. Servietten und Taschentücher mit breitem Saum werden, ob Leinen oder Baumwolle, zuerst links und dann rechts gebügelt, damit die Säume genügend glatt und trocken werden. Ein gestickter Name wird von der Rückseite her auf weicher Unterlage ausgepresst. Man drücke aber nie mit der Spitze, sondern gleichmässig mit dem ganzen Eisen dar-

auf. Alle Stickereien müssen besonders eingefeuchtet werden.

Manche Frauen bügeln Kissenüberzüge auf der rechten Seite. Ich finde es viel vorteilhafter, wenn man sie links bügelt. Sie sind dann fertig zum Überziehen und brauchen nicht noch gekehrt zu werden.

Die Behandlung von Kleiderstoffen und Samt

So verschieden die Stoffe sind, so verschieden müssen sie auch gebügelt werden. Hier ist die Erfahrung die beste Lehrmeisterin. Zum Beispiel bügelt man Seidentrikot von links und Wolle mit Seide von rechts, weil es auf der rechten Seite mehr Seidenfäden hat und auf der linken mehr Wolle. Tischtücher aus gro-

ber Leinwand bügelt man links, Damast auf der rechten Seite, damit man den Glanz erhält. Einen dicken Wolljupe würde ich auf der rechten Seite dämpfen, das heisst ein leinenes Tüchlein darüber legen und mit dem heissen Eisen darüber fahren. Dünnere Wollstoffe dagegen sind besser auf der linken Seite zu dämpfen.

Samt ist schwierig zu bügeln. Man hat hier verschiedene Methoden, doch auf alle Fälle soll das Bügeln bei Samt nie wie bei andern Stoffen auf einer gewöhnlichen glatten Unterlage geschehen. Ich persönlich ziehe folgende Methode, bei der allerdings zwei Personen nötig sind, vor: Die eine Person hält den noch feuchten Samt an den Kanten, die linke Seite nach oben, frei in die Luft, während die zweite mit einem mässig heissen Eisen sorgfältig über die linke Seite bügelt.



Diese Frau ist zu beneiden!

Jetzt ist sie den Alltagssorgen entflohen und vierzehn Tage lang wird sie ausspannen und die Freuden des Lebens geniessen. Ja — wird sie das auch wirklich? Oder werden da einige Tage, an denen man sich gewöhnlich nicht wohl fühlt, die herrliche Ferienzeit beeinträchtigen? O nein, denn diese Frau kennt auch in kritischen Zeiten keine Geiztheit oder Mißstimmung. „Camelia“, die neuzeitliche Damenbinde, gibt ihr auch in diesen Tagen das Gefühl der absoluten Gepflegtheit und Frische. Man ist immer sicher, selbstbewusst und frohgelaunt. „Camelia“, die ideale Reform-Damenbinde besteht aus vielen Lagen feinsten „Camelia“-Watte — sie ist somit seidenweich und ganz diskret vernichtbar. Geruchbindende Eigenschaften, daher kein besonderes Kosmetikum erforderlich. Durch den „Camelia“-Gürtel mit der praktischen Sicherheitsbefestigung ist das Tragen absolut beschwerdelos!

Camelia

Rekord	Schachtel (10 St.) Fr. 1.30
Populär	Schachtel (10 St.) „ 1.60
Regulär	Schachtel (12 St.) „ 2.50
Extra stark	Schachtel (12 St.) „ 2.75
Reisepackung	(5 Einzelp.) „ 1.40



Die ideale Reform-Damenbinde

Erhältlich in allen einschlägigen Geschäften, nötigenfalls Bezugsquellennachweis durch:
Camelia-Fabrikation St. Gallen, Feldlistrasse 31a Telefon 3731

Schweizer-Fabrikat



Das ist ein Barometer, ohne welches Sie sich leicht behelfen könnten.

Schneiden Sie niemals Ihre Hühneraugen und riskieren Sie keine Blutvergiftung, wo Sie doch die schmerzhaftesten sicher, schnell, leicht und schmerzlos los werden können. Tauchen Sie bloss Ihre Füße in Wasser, in welches Sie eine Handvoll Saltrates Rodell geschüttet haben. Diese Salze dringen bis zur unmittelbaren Wurzel Ihrer Hühneraugen. Der Schmerz hört auf. Der freige-wordene Sauerstoff in diesem milchigen und saltrathaltigen Bad, beruhigt schmerzhaft, müde und brennende Füße. Die Schwellungen der Knochen verschwinden. Enge Schuhe passen bequem. Das Spazieren wird zum Vergnügen. Verlangen Sie noch heute von Ihrem Apotheker und Droguist Saltrates Rodell.

GRATIS. — Auf Grund besonderer Vereinbarungen kann jetzt jeder Leser dieses Blattes eine ausreichende Menge Saltrates Rodell, zusammen mit einem Buch über die Anwendung, von Dr. Catrin, einem hervorragenden Spezialisten, gratis erhalten. Schreiben Sie heute noch an: Herren Uhlmann Eyraud A. G., Abt 33 A, Bld de la Cluse, 26, Genf. Senden Sie kein Geld.

INSTITUT JUVENTUS

Zürich, Handelshof, Uraniastrasse 31-33
Vorbereitung auf Maturität. Handelsdiplom.

Oder man hält den Samt in der Luft, legt auf die linke Seite ein feuchtes Tuch und fährt mit dem Bügeleisen darüber. Nachher muss der gebügelte Samt tüchtig gebürstet werden.

Die Widerstandsfähigkeit der Gewebe

Beim Bügeln darf man nicht vergessen, dass allzu starke Hitze die Gewebefaser zerstört. Durch etwas Übung findet man aber bald heraus, welche Wärme jedes Gewebe verträgt. Am widerstandsfähigsten ist die Baumwolle. Empfindlicher ist schon Kunstseide, und noch grössere Aufmerksamkeit verlangt das Leinengewebe. Am vorsichtigsten aber muss man mit Naturseide und Wolle sein. Natürlich hielten die kräftigen, dichten Gewebe der Vergangenheit viel mehr aus als die feinen Flore unserer Zeit. Deshalb eignet sich auch das massive Bügeleisen von früher, das man auf der Herdplatte oder in der Gasflamme erhitzte, oder mit einem glühenden Bolzen versah, nicht mehr für die feinen Stoffe, die wir jetzt haben.

Es kann nun trotz allem und nicht nur bei Anfängerinnen passieren, dass ein allzu heisses Eisen Wäsche gelb macht. Dieser Schaden ist bald behoben. Man legt die Wäsche sofort in heisses Wasser, wäscht sie wenn nötig mit Seife aus, spült gut und legt sie wenn möglich an die Sonne. Kleine versengte Stellen werden nur mit einem befeuchteten Lappen ausgerieben und von links sofort wieder gebügelt.

Das Versorgen der Wäsche

Das Zusammenlegen richtet sich nach dem im Wäscheschrank verfügbaren Raum, ebenso nach Grösse und Form des Wäschestückes. Grosse Taschentücher lege man in vier, mittlere in drei Teile, die kleinen je zur Hälfte zusammen. Tischservietten werden immer in drei, Teeservietten in zwei Teile gefaltet.

Nie darf feuchte Wäsche im Schrank versorgt werden, denn feucht aufbewahrt, wird die Wäsche grau. Man lasse sie vor

dem Versorgen entweder an der Sonne oder in der Nähe der Heizung etwas liegen. Selbstverständlich kommen im Wäscheschrank gleichartige Stücke zusammen, und zwar immer die Bruchkante nach vorne, damit man weiss, ob man eines oder zwei Stücke in den Händen hat. Wer nach alter Sitte über einen grossen Wäschevorrat verfügt, achte darauf, auch die untern Stücke regelmässig zu brauchen, damit sie nicht gelb werden.

Seitdem man sich für rationelle Arbeitsmethoden einsetzt, streitet man sich über die Frage, ob man besser stehend oder sitzend bügelt. Ich persönlich finde, dass man bei grossen, geraden Stücken gut sitzen kann, weil man das Eisen nur zu führen braucht. Bei kleinen komplizierten Sachen hingegen ermüden die Arme beim sitzenden Arbeiten viel eher. Meiner Meinung nach sollte man deshalb nur sitzen, wenn das Stehen aus irgendeinem Grund Beschwerden macht.

Und warum bügeln wir eigentlich die Wäsche? Die erfahrene Hausfrau weiss, dass durch das Bügeln der Wäsche die Feuchtigkeit entzogen wird, dass sie angenehmer im Tragen ist und, zum Beispiel bei Tischwäsche, besser aussieht. Das Bügeln bewirkt ferner Streckung und Faserglättung, es entsteht ein gewisser Glanz. Bügelwäsche ist weniger schmutzempfindlich als gemangte Wäsche, sie wird auch glatter und saugfähiger, was bei Kinderwäsche eine gewisse Rolle spielt. Da bei der Bügelhitze Wasser verdunstet, tritt ein weiterer Effekt hinzu, der namentlich bei Wäschestücken, die vorher nicht gekocht wurden, wichtig ist: die Keimtötung oder Desinfektion. Diese Wirkung fällt beim Mangen dahin.

Zum Bügeln notwendiges Handwerkzeug

Im Haushalt benutzt man zum Bügeln gewöhnlich den Küchentisch oder einen Tisch im Bügelzimmer. Ausserdem braucht man ein Rockbrett mit oder ohne aufklappbaren Beinen und einen Ärmelbock. Man lege auf den Tisch eine alte Wolldecke, darüber einen Baumwollmolleton, der die Wolldecke schont, und zuletzt kommt ein glattes Tuch darüber, das aber ja keine Naht haben darf.

Ein beim Bügeln unentbehrliches Stück ist der Probierlappen, an dem man die Wärme des Eisens praktisch ausprobieren kann. Es kostet mich immer viel Mühe, meine Schülerinnen daran zu gewöhnen, die Hitze des Eisens an diesem Lappen statt am Überzug des Bügeltuches auszuprobieren. Um das Eisen auf seine Wärme zu prüfen, betupft man die glatte Fläche mit dem befeuchteten Zeigefinger. Ich erinnere mich, wie früher beim Bügeln das Eisen gegen die Wange gehalten wurde. Diese Methode ist heute veraltet und recht gefährlich und ausserdem beim elektrischen Eisen irreführend, da dieses, auch wenn es sehr heiss ist, kaum soviel Wärme ausströmt, wie ein mässig warmes Ofeneisen.

Auch gibt es immer wieder Frauen, die glauben, sie könnten ein zu heisses Eisen in der bereitstehenden Wasserschüssel abkühlen. Dabei kann man sich aber arg verbrennen und ausserdem schadet es auch dem Eisen. Ausser dem Probierlappen ist eine Schüssel mit Wasser und ein Lappen zum Netzen notwendig.

(In der nächsten Nummer folgt ein zweiter Teil über das Bügeleisen.)



rein vegetabil

NUSSELLA - Kochfett
gleichfalls.
NUXO-Mandelpüree
für Mayonnaisen und für
Fruchtmilch.

Nuxo-Werk J. Kläsi,
Rapperswil

Nuss-Speisefett

Cachets von D. Faivre

unübertroffen bei:

**Kopfw
Zahnweh
Rheumatismen
Neuralgien**
und anderen Schmerzen



12 Cachets Fr. 2.-
1 Cachet 0.20
in allen Apotheken