

Zeitschrift:	Schweizer Spiegel
Herausgeber:	Guggenbühl und Huber
Band:	23 (1947-1948)
Heft:	7
Rubrik:	Die Gestaltung des Sonntags : eine neue Rundfrage

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>



Die Gestaltung des Sonntags

Eine neue Rundfrage

Eine Leserin schreibt uns:

«Ein Problem, das mich schon lange beschäftigt, ohne daß ich eine befriedigende Lösung gefunden hätte, ist die sinnvolle Gestaltung der Sonntage. Da mein Mann — er ist Redaktor — im Jahr an etwa 30 Sonntagen Dienst zu leisten hat und auch an den übrigen ab zehn Uhr abends zu vier Stunden Nacharbeit antreten muß, liegt die Entscheidung über Tun oder Lassen bei mir, habe ich aber auch die meisten Sonntage allein mit den Kindern zu verbringen. Diese sind geneigt, den Tag, der doch der schönste sein sollte, als den langweiligsten Tag der Woche zu empfinden — ist das in Ordnung?»

Nun muß ich gestehen, daß ich nach der anstrengenden Wochenarbeit für mich persönlich nur den einen Wunsch hätte: zu ruhen, zu lesen, in Haus und Garten manch kleinere Arbeit zu erledigen, die im Trubel der Woche liegen bleibt. So fällt es mir an sich schwer, die Initiative aufzubringen.

Und was sollen wir unternehmen? Skilaufen im Winter, baden im Sommer kommt nicht in Frage, da unsere Sportplätze und Schwimmbäder in Stadt Nähe maßlos überfüllt sind; längere Ausflüge erträgt unser Budget nicht allzu oft; auch halten wir daran, daß unsere Älteste die Kinderlehre besucht (11—12 Uhr). Die konventionellen Nachmittags-spaziergänge lieben wir alle nicht sonderlich, Freunde mit Kindern zu Besuch und Gegenbesuch haben wir keine — so bleibt es meist beim Werweisen, bei einem Verlegenebummel durch die Stadt, und das Ende ist das ungute Gefühl, wieder einen Sonntag ungenutzt vertan zu haben. Und wie rasch gehen doch die Kinder ihre eigenen Wege! Sollte es nicht möglich sein, ihnen jetzt noch schöne Sonntage in der Familie zu bieten? »

Den Sonntag in der Familie sinnvoll zu feiern ist deshalb ein Problem, weil die Bedürfnisse der Familienglieder sehr verschieden sind. Der Vater ist müde und braucht Ruhe, die Mutter sucht Ablenkung, und die Kinder wollen sich unterhalten.

Unsere neue Rundfrage möchte Versuche zeigen, die in der Bemühung um eine richtige Gestaltung des Sonntags gemacht werden.

Schildern Sie uns möglichst anschaulich die Erfahrungen, die Sie in Ihrer eigenen Familiengemeinschaft gesammelt haben, die Enttäuschungen und die Erfolge. Sind Sie dafür, daß am Sonntag jede Arbeit ruhen soll? Und was tun Sie für die Entlastung der Frau?

Auch die junge Generation soll zu Wort kommen. Was haben Sie am Familiensonntag im Elternhaus auszusetzen? Was ist Ihnen in unangenehmer Erinnerung? Worin soll sich einmal der Sonntag in Ihrer eigenen Familie unterscheiden von den Sonntagen Ihrer Kindheit?

Mit Ihrem Beitrag zu unserer Rundfrage können Sie nicht nur der Verfasserin des obenstehenden Briefes, sondern vielen andern Leserinnen und Lesern des «Schweizer Spiegels» wertvolle Anregungen vermitteln, wie der Sonntag zu einem schönen Sonntag gemacht werden kann.

Der Beitrag soll bis am 10. April in unserem Besitz sein. Angenommene Beiträge werden honoriert.

Helen Guggenbühl
Redaktion des «Schweizer Spiegels»
Hirschengraben 20, Zürich 1.

PEPSODENT IST WIEDER DA!

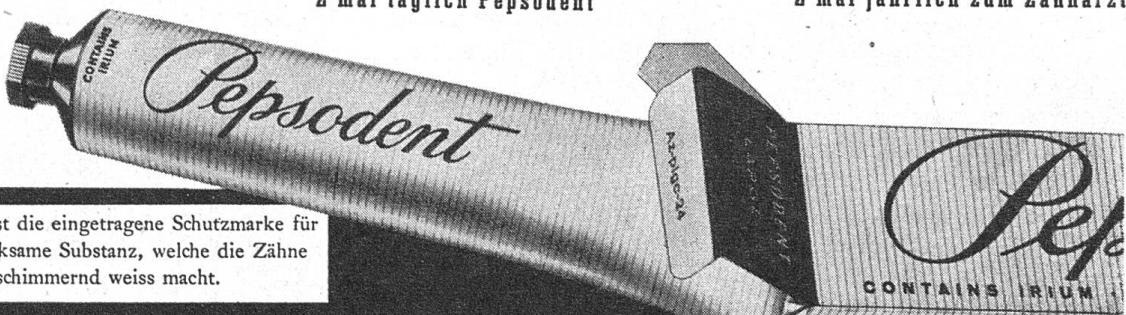


WIEDER SCHIMMERND WEISSE ZÄHNE DENN PEPSODENT ENTHÄLT Irium

Hurra! . . . endlich ein Mittel, um den hartnäckigen Belag zu entfernen, der trotz aller Pflege die Schönheit unserer Zähne trübte. Pepsodent, die einzige Zahnpasta mit Irium, kehrt nun auch in unser Land zurück. Irium, das ist ein ganz erstaunlicher Stoff - 6 mal wirksamer als die beste Seife! Behutsam, doch unwiderstehlich, reinigt er die Zähne, und wie durch ein Wunder enthüllt sich ihr natürlicher, schimmernder Glanz.

2 mal täglich Pepsodent

2 mal jährlich zum Zahnarzt



IRIUM ist die eingetragene Schutzmarke für
eine wirksame Substanz, welche die Zähne
schimmernd weiss macht.