

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 25 (1949-1950)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Wie man es anders macht : Beobachtungen von jungen Schweizerinnen in ausländischen Familien : Antworten auf die Rundfrage  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1069133>

#### **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:** 18.01.2026

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



## *Wie man es anders macht*

---

Beobachtungen von jungen Schweizerinnen in ausländischen Familien

*Antworten auf die Rundfrage*

ES sind gegenwärtig vor allem zwei Nationen, die von einem leidenschaftlichen Bedürfnis beseelt sind, ihre Bildung durch Reisen zu erweitern: die Amerikaner und die Schweizer. Junge Amerikaner können sich Reisen leisten, da ihnen viel Geld zur Verfügung steht; junge Schweizer aber begeben sich ins Ausland, trotzdem sie wenig Geldmittel besitzen, trotzdem sie in der Fremde für ihren Broterwerb arbeiten und oft viele Opfer auf sich nehmen müssen. Das ist aber auch der Grund, weshalb sie besonders gut in die fremden Sitten und Gebräuche, in die Eigenart der Menschen und des Landes eindringen. Ein solcher Aufenthalt im Ausland ist eine Form der Erwachsenen-Bildung, die man nicht hoch genug einschätzen kann und die um so erfreulicher ist, als sie ohne Subvention des Staates erfolgt.

Die jungen Leute, die aus dem Ausland zurückkehren, sind für unsere Heimat von unschätzbarem Wert. Ihre geistige Aufgeschlossenheit verhindert die Stagnierung, die Erstarrung in der eigenen Form.

Besonders unternehmungslustig aber sind die jungen Mädchen. Während junge Männer sich oft scheuen, ins Ausland zu gehen, aus Furcht, sich im Neuen schwer zurechtzufinden, eine ungewohnte Arbeit ausüben zu müssen und ausgebeutet zu werden, reist das junge Mädchen meist furchtlos in die unbekannte Fremde und nimmt alle Schwierigkeiten tapfer auf sich.

Ein Jüngling, der sich einmal irgendwo einige Monate als Casserolier betätigt hat, brüstet sich später seines Heldenums — junge Mädchen aus bester Familie führen ähnliche Arbeiten aus, wenn sie sich im Ausland als Hausangestellte betätigen, ohne

sich dessen besonders zu rühmen. Weil sich diese schöne Haltung sowie Mut und Unternehmungslust in den aus allen möglichen Teilen der Welt eingegangenen Antworten so deutlich zeigen, war es mir eine besonders große Freude, die Beiträge zu lesen. Hier erscheint der erste Teil der ausgewählten Antworten, ein zweiter folgt später. Mögen diese Beispiele viele junge Leserinnen und Leser ermutigen, selber den Schritt in die Fremde zu wagen und damit eine der großartigsten schweizerischen Traditionen, die der Lehr- und Wanderjahre im Ausland, weiterzuführen.

H. G.

## I.

### *Auf dem norwegischen Pfarrhof*

ES ist für ein schweizerisches Stadtmädchen ein ungewöhnliches Erlebnis, auf einem norwegischen Pfarrhof in einer ausgedehnten Landgemeinde ein Jahr als Hausangestellte zu verbringen. Anfangs ist man überwältigt von all dem Neuen; aber mit der Zeit gewöhnt man sich doch so daran, daß es mir nun beinahe schwer fällt, einige Merkwürdigkeiten herauszugreifen.

Das große Wohnhaus aus Holz enthält elf zum Teil riesige Zimmer; aber das Putzen macht uns glücklicherweise keinen so großen Kummer, wie die Schweizer Frau es sogleich wittert. Die Tannenriemenböden sind alle mit Ölfarbe gestrichen und werden alle zwei Tage naß aufgezogen. Zu meinem Erstaunen mußte ich auch das Linoleum gleich behandeln. Stahlspäne und Wichse gibt es nicht in unserm Haushalt. Und wenn das Linoleum von dieser lieblosen Behandlung brüchig wird? Dann streicht man es eben auch mit der gleichen, schnell trocknenden Ölfarbe an, überzieht es mit einem Lack und hat einen Boden mit dauerhaftem Hochglanz.

Norwegen ist das herrliche Land, wo man noch Zeit hat. Laß die Dinge an dich herankommen, nimm es ruhig! ist die Parole, nach der man lebt. Die Landarbeiter haben den Achtstundentag, und es war für mich ein ungewohnter Anblick, daß sie mitten am Tage zwei Stunden lang auf dem Felde schliefen. Trotzdem werden sie wie früher mit den Arbeiten zur Zeit fertig, orientierte mich unser Pächter, mit dem wir abends vor dem Haus auf der Treppe saßen und der das große Landgut, das zum Pfarrhof gehört, verwaltet — wir Frauen

übrigens ohne die bei uns in der Schweiz obligatorische «Lismete» in der Hand, sondern gelassen, ohne Tätigkeit, einfach das Leben genießend. Es brauchte lange Zeit, bis ich mich an diese Ruhe gewöhnt hatte; denn uns liegt die Geschäftigkeit im Blut. Manchmal fand sich zum abendlichen Schwatz auch ein Nachbar ein, doch selten; denn jeder Hof liegt für sich, weit entfernt vom nächsten. Aber trotz der Distanzen hört man jeweils die verschiedenen Glocken läuten, die in einem kleinen Türmchen auf jeder Scheune angebracht sind und welche die Arbeiter zum Arbeitsbeginn oder Arbeitsschluß zusammenrufen.

Unser Pächter war vertraglich verpflichtet, dem Pfarrer täglich sieben Liter Milch zu liefern, ferner waren auch die übrigen Naturalabgaben geregelt. Aber was tut ein Pfarrer, wenn er an einem Wintertag plötzlich glücklicher Besitzer eines halben Schweines oder einer halben Kuh geworden ist? Wir gruben sie auf dem Hof in ein «Schneehaus» ein, das wir wieder zumauerten. Bei minus zehn Grad hält sich das Fleisch im «Gefrierhaus» ausgezeichnet. Nach 14 Tagen brachten wir die Stücke in die Schlächterei, die uns maschinell «Gehacktes» und «Brät» daraus machte. In großen Kübeln wurde es wieder auf den Hof transportiert, wo die inzwischen gemietete «Wurstfrau» sie in Empfang nahm, um innerhalb eines Tages unzählige Einmachgläser und Töpfe mit Würsten, Fleischchüechli, Brätschüegeli und andern Herrlichkeiten zu füllen, die das Jahr durch unsere einfache Kost bereicherten. — Ein anderes Mal war eine Woche lang eine «Backfrau» da, die im Waschhaus auf einem Spezialofen am laufenden Band mit viel Geschick «Flachbrot» fabri-

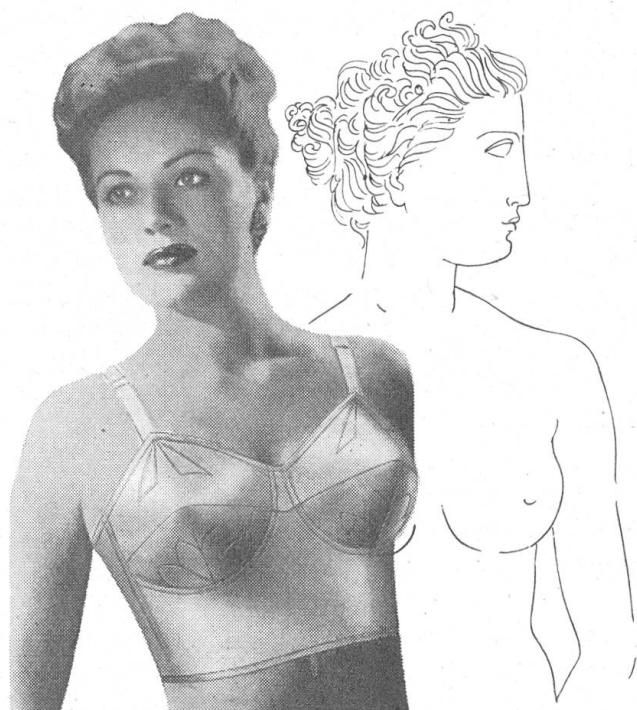
zierte (eine Art riesige, runde, ganz dünne Omeletten, die aber spröde sind und sich monatelang aufbewahren lassen).

Das Essen im Nachkriegs-Norwegen war äußerst einfach und eintönig. Die Mehlspeisen wiederholten sich fast täglich, frische Früchte und Gemüse gab es nur gerade in der Zeit, wo wir es aus dem Garten holen konnten. Im Juli allerdings vermochten wir uns kaum der vielen Johannisbeeren zu erwehren, die überall an den Straßenrändern wild wuchsen; auch Heidelbeeren und Preiselbeeren konnten wir im Überfluß ernten. Im Winter, der vitaminarmen Zeit, behalf man sich mit Lebertran. Unsere Schulkinder mußten immer einen Eßlöffel mit zur Schule bringen, um in der Pause vom Lehrer einen Eßlöffel Lebertran in Empfang zu nehmen, der an alle Kinder verteilt wurde. Im übrigen nahmen die Kinder einige Butterbrote und eine Flasche rohe Milch als Znuni zur Schule, die sie nur jeden zweiten Tag von  $\frac{1}{2}9$ —2 Uhr besuchen mußten.

Norwegen ist ein gastfreies Land, wo jeder einen Gast herzlich willkommen heißt, auch wenn er nur ein primitives Nachtlodis zur Verfügung stellen kann. Durch Vermittlung meiner Meisterin konnte ich einige Tage in Oslo verbringen, und ein 75jähriges Fräulein nahm mich in ihre Einzimmerwohnung auf. Mein Bett bestand aus der Obermatratze, die das Fraueli aus seinem eigenen Bett nahm und über drei ungleich hohe Stühle legte. Beim Erwachen lag ich zwar teilweise auf dem Boden, doch was tat's, ich hatte ein Dach über dem Kopf und eine freundliche, besorgte Wirtin.

Eine weitere Woche verbrachte ich bei Bekannten auf einer Alp hoch über der Baumgrenze, die allerdings dort schon bei 800 Meter über Meer liegt. So herzlich wie hier in der einfachen Umgebung war ich in der Schweiz noch nie empfangen worden. Da man der großen Entfernung bis zum nächsten Nachbarn wegen innerhalb der Hausgemeinschaft viel mehr aufeinander angewiesen ist, wird das Familienleben

*Unsichtbar als Halter — aber sichtbar in der Wirkung*



**GOTHIC**  
*Cordtex*

Das Prinzip der schönen Figur: GOTHIC führt fünf *Büstengrößen* — klein, junior, mittel, mitteltief, voll —, und jede in allen *Umfangsgrößen*. So paßt sich GOTHIC der Grundform jeder Büste an und stützt und formt sie zwangslös zur bewunderten GOTHIC-Silhouette. Wer einmal GOTHIC trägt, sagt wie die Amerikanerin:

**GOTHIC for ever —**  
**nur noch GOTHIC.**

Jedes Fachgeschäft besorgt Ihnen GOTHIC gerne. Die Liste der Depositäre und den aufklärenden Prospekt B 1 erhalten Sie durch die Lizenzherstellerin:

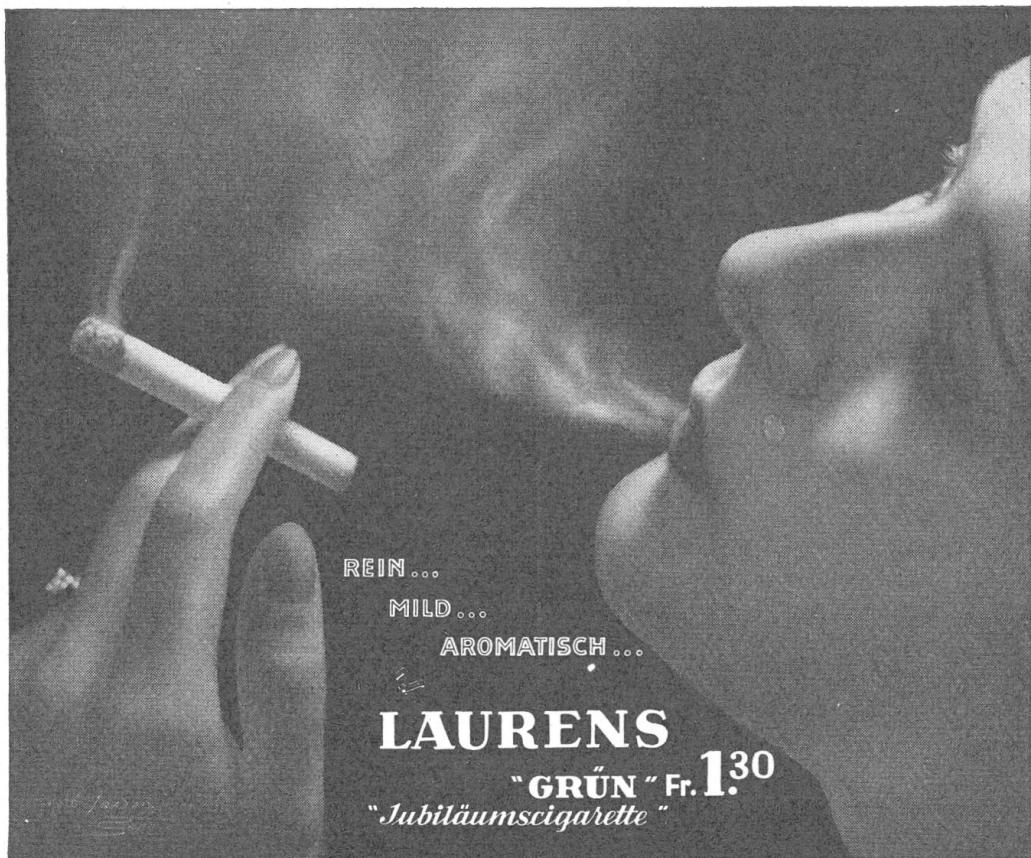
*Korsettfabrik AG., St. Gallen.*

intensiver gepflegt. Die Alp bestand aus fünf Hütten, die der Vater mit seinen vier Söhnen großenteils selbst gebaut hatte. Ja, sogar ein Häuschen für die Sauna fehlte nicht, wo die Burschen eine halbe Stunde lang im Dampf schwitzten, um anschließend ins eiskalte Gletscherwasser des Baches zu springen!

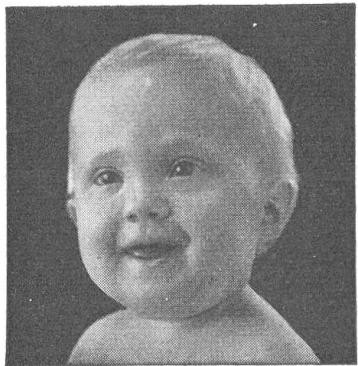
In einem kleinen, abgelegenen Dörfchen weilte ich bei einer Freundin in den Winterferien. Elektrisches Licht gab es dort noch nicht, man behaftete sich mit Petroleumlampen. Ich war da als Schweizerin eine wirklich einmalige Erscheinung und hatte vollauf zu tun mit Besuchemachen auf den verschiedenen Höfen, wo man « das Weltwunder aus der Schweiz » (wo liegt diese denn eigentlich? wurde ich oft gefragt) sehen wollte. Es gab sicher wenig Bewohner, die mich nicht zu sehen bekamen, und sei es bloß von den Fenstern aus, wo neugierige Gesichter erschienen, sobald ich mich auf der Straße zeigte. Zudem

war es gerade Nachweihnachtszeit, wo die Bauern wenig zu tun hatten und aufs Festfeiern eingestellt waren. Überall bekam ich das traditionelle Festessen vorgesetzt, das ich leider gar nicht schätzte; denn der obligatorische Trockenfisch — für jeden Norweger ein Hochgenuss — ist gar nicht nach meinem Geschmack. Die Norweger, sonst so genügsame Menschen, verfügen übrigens zu Weihnachten über einen sehr dehnbaren Magen, der ein unglaubliches Fassungsvermögen hat. Aber sie verstehen eben die Feste zu feiern, wie sie fallen, und gemütlich geht es dabei zu, so daß es auch dem Fremdling wohl ist dabei.

Ein Kuriosum darf ich Ihnen nicht verschweigen, nämlich unsren Fünfplätzer. Nein, ich meine nicht unser Auto, das hatte nur vier Plätze, sondern unser WC! Es stand ungefähr 50 m vom Haus entfernt und hatte sogar elektrische Beleuchtung. Es war unterteilt in zwei Kabinen von je zwei und drei Plätzen und war natür-



## Bin ich nicht ein herziges Kind?

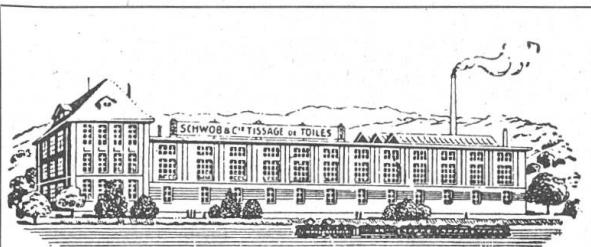


Ja, verehrte Mutter - ebenso frisch und munter kann Ihr Sprößling auch in die Welt hineinschauen, wenn Sie ihm regelmäßig das leicht verdauliche Paidolverabreichen. Auch die Kinder lieben Abwechslung. Wir geben Ihnen in unserem Rezeptbüchlein Anleitung, wie Sie Paidol so zubereiten können, daß es Ihrem kleinen Leckermäulchen schmeckt. Verlangen Sie das Rezeptheft Nr. 37 heute noch von Dütschler & Co., St. Gallen.

# Paidol

für kleine Feinschmecker!

Jetzt auch mit Vitamin B<sub>1</sub> und D erhältlich.  
Für die heranwachsende Jugend besonders wertvoll.



Wir haben nicht nur den Wunsch, schöne Wäsche anzufertigen, sondern die gelieferten Aussteuern sollen unsere Kunden durch ihre unvergleichliche Haltbarkeit während Jahrzehnten erfreuen.

Für Ihre Aussteuer-Wäsche verlangen Sie eine unverbindliche Offerte.



SCHWOB & CO. AG.  
Leinenweberei  
Hirschengraben 7  
BERN

lich eigentlich kein WC, sondern nur ein C, denn W (Wasserspülung) gab es nicht. Ein Gang im Winter bei 20° Kälte an diesen verschwiegenen Ort war kein Spaß, insbesondere wenn der schmale Weg vereist war, oder man ohne Russenstiefel gar nicht durch den hohen Schnee stapfen konnte!

Das Weben ist eine allgemein verbreitete Beschäftigung der Frauen an den langen, dunklen Wintertagen. Die alten Muster sind immer noch beliebt, und fast jeder Hof hat seinen eigenen Webstuhl. Nicht selten webt sich eine Braut ihre Aussteuer ganz oder teilweise selbst. Die von Hausfrauenvereinen veranstalteten Webkurse erfreuen sich regen Besuchs von jung und alt. Das Stricken von Norweger Mustern ist natürlich auch sehr verbreitet, und viele besitzen eine unglaubliche Fertigkeit darin, der ich vergeblich nacheiferte. An einem Wintertag wartete ich über eine Stunde auf einem belebten Bahnhof auf den Zug und sah nur drei Leute, die keine gemusterten Norweger Handschuhe trugen!

Übrigens ist das Auf-den-Zug-Warten eine Hauptbeschäftigung der Reisenden in Norwegen. Nur ein einzigesmal habe ich erlebt, daß der Zug nach Fahrplan abfuhr, sonst war er immer zu spät. Aber darüber ärgert sich der Norweger nicht; er nimmt es gelassen hin, denn er hat Zeit und verlangt gleichsam auch nicht von seiner Eisenbahn, daß sie zur Zeit abfahre. Das Bahnpersonal ist freundlich und hilfsbereit — es springen aber auch keine ungeduldigen Passagiere umher, die über die Ver-spätung klagen!

Also, wenn Sie eine Beruhigungskur nötig haben, reisen Sie nach Norwegen auf einen Bauernhof! Aber bleiben Sie lange genug, damit die Gemütsruhe der «Eingeborenen» auf Sie abfärbet kann und Sie als ein gelassener, genügsamer Mensch in unser Land zurückkehren! G. B.

### *In einem englischen Landstädtchen*

EIN leichter Abendwind weht vom Garten her zu mir herein und bringt Lupinen-duft und den Geruch feuchter Erde nach

einem Gewitterregen. Ja, ich bin unsagbar glücklich und froh in Old England!

Ich wohne in einem kleinen Städtchen am « Warren Drive » in der Nähe Londons. Auf beiden Seiten dieser Straße leuchten die roten Rhododendronbüsche, befinden sich hohe uralte Eichen und krumme Birken in den prachtvollsten Gärten, die ich je gesehen habe. Dazwischen stehen versteckt die verträumten englischen Landhäuser, und auf originellen Holztafeln an der Straße hat jedes seinen Namen geschrieben: "Bonnies", "Birds acre", "White bays". Man hört nichts als Vögel pfeifen und hie und da Hundegebell.

Ist aber die Schule aus, kommt plötzlich Leben in die stille Straße! Scharen von kleinen Boys und Girls mit feuerroten Mützen und Jacken, alle gleich gekleidet, fahren auf ihren Velos heimwärts oder werden von den Müttern per Auto abgeholt.

Dort steht das Milchauto. Jeden Tag verteilt der Milchmann einige hundert gefüllte Milchflaschen und nimmt die leeren wieder zurück. Hier kommt der Fensterputzer, der von Haus zu Haus geht, um den Frauen diese unangenehme Arbeit abzunehmen. Er bringt uns die letzten wichtigen Mitteilungen über den Golfmatch. Auch Schuhmacher, Gemüsehändler und Metzger kommen regelmäßig zu uns.

Letzthin fragte ich unsren Gärtner, warum man denn in keinem dieser Gärten ein Gemüsebeet sehe, worauf er mir lächelnd antwortete: « Wir haben unsere Gärten zum Spielen und nicht zum Arbeiten. »

Das Essen ist natürlich anders als bei uns.

Morgens um sieben Uhr bringt der Herr des Hauses uns allen den Tee ins Zimmer (ein reizender Vorschlag für alle Schweizer Ehemänner!). Dann bereite ich das "breakfast". Hauchdünne Toastschnitten (es braucht fünf Wochen, bis man das los hat), Speck, leicht angebraten, Tomaten, Spiegeleier, Butter, Marmelade und natürlich Tee. Dieses wichtige Mahl geht bis um neun Uhr, dazwischen schaut man sich in aller Ruhe die Morgenpost an oder



*heute fühle ich mich wieder wohl...*

aber der ewige Föhndruck und die viele Arbeit hatten mir schon stark zugesetzt. Oft war es mir wie Blei in den Gliedern. Passierte mir ein Fehler, so nahm ich den Tadel des Chefs gleich schwer, und manchmal konnte ich gar nicht mehr schlafen.

Da stellte er mir eine Flasche Elchina aufs Pult und sagte, das sollte ich nehmen, es habe seiner Frau auch gut getan. Elchina ist aber auch etwas Besonderes und dabei noch gut zum Nehmen.

*Elchina hilft und stärkt bei nervösen Erscheinungen, Übermüdung, allgemeiner Schwäche, Magen- und Darmstörungen, Schlaffheit und Müdigkeit nach Grippe, Operationen, Wochenbett.*



*Grosse Flasche 6.50, kleine 3.89  
Kurpackung à 4 grosse Fl. 20.80 inkl. Wust.*

**ELCHINA**  
*das erfolgreiche Hausmann-Produkt*



## Wolle Seide Samt

Unerhört reichhaltig ist unsere Auswahl an Stoffen, unter denen Sie sich die schönsten für Ihr neues Kleid, den Herbst-Tailleur, den Mantel, das Abendkleid auswählen können.

Verlangen Sie unsere Musterkollektionen, die wir Ihnen sofort kostenlos und unverbindlich zustellen.

### SEIDEN—GRIEDER

Paradeplatz ZÜRICH Telephon (051) 23 27 50

VOGUE- und JARDIN DES MODES-  
Schnittmuster — bekannt als die besten —  
treffen laufend neu bei uns ein.

liest die ersten Neuigkeiten im "Daily Telegraph". Bei den Engländern hat man nie das Gefühl, daß sie angestrengt arbeiten. Es liegt etwas Ruhiges, Ungehetztes in allem, was sie tun. Um 11 Uhr trinkt jedermann seinen Tee, die Gärtner, die Bahnarbeiter und in allen Büros.

Ich glaube, wir Schweizer Frauen nehmen unsern Haushalt viel zu ernst. Hier kann die Wäschezeine noch so voll sein, man plättet eine Stunde und dann fährt man, Arbeit hin oder her, in den Sonnenschein hinaus. Die englische Arbeitszeit hat unendlich viele Vorteile. Um ein Uhr essen wir einen kurzen Lunch, Kartoffeln, kaltes Fleisch, Salat, viel frische Früchte und natürlich wieder — Tee. Am Nachmittag sitzen wir in den Garten und spielen mit den Kindern, bis zum Five-o'clock-Tee mit Butterbrot, Konfi und Kuchen. Dann hat die Hausfrau ruhig Zeit, sich hübsch zu machen für die Heimkehr ihres Gatten und ist dann nicht todmüde und somit schlecht gelaunt!

Ich werde wie eine Tochter des Hauses behandelt; nur wenn ich jede Woche meine zwei Pfund erhalte, merke ich, daß ich "mother's help" bin. Zweimal in der Woche kann ich ins nächste größere Städtchen zur Schule.

Letzte Woche war ich in einem Wohnwagen zum Tee eingeladen. Wir kennen das nur vom Zirkus und von den Zigeunern her. Hier wohnen viele Leute in ihren "caravans", arme und reiche, und scheinen sehr gemütlich darin zu leben. — Gestern sah ich einen Mann — mindestens 50 Jahre alt — einen Papierdrachen ziehen und an einem Weiher zwei andere Familienväter mit einem selbst konstruierten Segelboot spielen. Das ist englisch. Die Männer gehen auch posten und mit dem Kinderwagen spazieren, und kein Mensch würde darüber lächeln.

Nächstes Weekend werden wir wieder eine "party" geben. Das bedeutet eine Menge herumstehender, lebhaft plaudernder Leute mit Gläsern in den Händen. Meine Hauptbeschäftigung: Tee einschenken. Meine Fortschritte im Englisch wer-

den bewundert, alles ist "lovely and marvellous", doch weiß man nie, wieweit es nur der Ausdruck englischer Höflichkeit ist!

E. R.

### Die Insel in Finnland

IN Finnland, dem Land der Seen und Wälder, auf einer einsamen, winzigen Insel (fast jeder Finne besitzt eine Insel und verbringt dort den Sommer) habe ich mir während eines halben Jahres mein Essen als Haushalthilfe verdient.

Da bin ich in der Fremde gewesen und habe mich doch ganz zu Hause gefühlt. Ich glaube, das geht jedem Fremden so, der Finnland erlebt — aber erleben kann man ein Land nur, wenn man dort arbeitet, wenn man mit einer Familie zusammen lebt, ihre Freuden und Sorgen mitfühlt. So lasse ich nun meine Finnlandtage wieder an mir vorüberziehen.

Sechs Uhr ist's, die Sonne steht schon hoch am Himmel. Ich rudere zum Festland hinüber, um Milch zu holen. Ein netter Arbeitsanfang, dieses Milchholen jeden Morgen! Daß mich, weil ich ja zuvor nie gerudert hatte, Schwielen und Blasen oft tüchtig schmerzten, das habe ich schon fast vergessen. — Die Bäuerin, die mir die Milch ausmißt, ist stolz, mit einer Schweizerin plaudern zu dürfen (Fremde sind ja hier so selten — und erst Schweizer!). Daß ich sogar etwas Finnisch spreche, versetzt sie in helle Begeisterung.

Finnische Worte fehlen mir auch, um meine Schützlinge, die fahlblonden Kinder meiner Familie, energisch zu tadeln. Da Schläge verpönt sind, muß ich es mit Wörtern machen. Die wirksamste Medizin ist's, wenn ich der wilden Schar in urchigem Züritüütsch «wüescht» sage. Hei, das hilft, da verstummen die Plappermäulchen und öffnen sich weit vor lauter Staunen über die merkwürdige Sprache.

An einem der ersten Abende in der Sauna (das ist der Ort, wo Fremde Freunde werden) machen sämtliche Hausbewohner Duzis mit mir. Als besondern Gunstbeweis wäscht mir meine «Meisterin» den Rücken.

Schönheits-  
Pflege auch  
für Sie!



Hier eine schnelle und leichte Methode zu neuer Schönheit — eine Methode, die schon lange von vielen Damen der englischen und amerikanischen Gesellschaft bevorzugt wird. Warum sollten nicht auch Sie bei Ihrer Hautpflege den gleichen, sicheren Weg beschreiten? Tragen Sie regelmäßig jeden Abend Pond's Cold Cream auf Gesicht und Hals, indem Sie sie in kleinen Kreisen sanft verreiben. Entfernen Sie dann die überschüssige Crème gründlich mit einem Wattebausch. Und schließlich reinigen Sie mit noch mehr Cold Cream nach, um Ihre Haut noch sanfter und reiner werden zu lassen.

Am Morgen Gesicht und Hals mit einem Wattebausch, getaucht in Pond's Skin Freshener, abtupfen, dann leicht Pond's Vanishing Cream auftragen. Sie fettet nicht und ergibt eine vollkommene Puderunterlage, auf der Ihr Puder während Stunden haften bleibt.

Und warten Sie nicht! Je früher Sie beginnen, desto sicherer ist der Erfolg. Sie werden entzückt sein, wie rasch Ihr Aussehen gewinnt

Preise (excl. Wust.):

Pond's Creams: Topf Fr. 4.50, 2.25  
Tube Fr. 1.75, -.90

Skin Freshener: Flasche 3:25, 1.65



Ausschneiden: Unser Generalvertreter für die Schweiz, Herr F. Coate, 57, rte de Frontenex, Genf, läßt Ihnen gerne zwei Versuchstuben zugehen, wenn Sie ihm in verschlossenem Couvert 30 Rp. in Marken einsenden für Porto und Verpackung.

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_ 0



**Eva, nie den Charme verlieren!**

Wer müde und schlapp sich durchs Leben schlepppt, kann nie jenen Charme besitzen, nie jene sprühende Lebenskraft zum Ausdruck bringen wie der gesunde, nervenstarke Mensch!

**Deshalb, wenn Kräfte schwinden, wenn Schlappheit und Müdigkeit Sie befallen, wenn jede Arbeit zur Qual wird und Gedrücktheit die Arbeitsfreude schmäler, dann für neue Kräfte sorgen, Geist und Körper stärken ... mit Forsanose.**

Wecken Sie Ihren Körper mit den lebenswichtigen Aufbaustoffen der Forsanose, damit auch Sie innerlich wieder aufblühen ... und Ihr Charme wieder voll und ganz Ihre Umgebung erfreut.

# Forsanose

**Viel Gehalt - mehr Genuss**

Original-Packungen zu 500 g und 250 g  
überall erhältlich

FOFAG, FORSANOSE-FABRIK, VOLKETSWIL / ZCH.

Das ist so Brauch hier. Aber macht es dann nicht wie ich, daß ihr Gleches mit Gleichen vergelten wollt! Diese Ehre gebührt nur dem Gast — und als Gast wird eine Schweizerin hier behandelt, wenn sie auch « nur » Hausangestellte ist.

Kochen! Da gibt's wenig zu lernen: Kartoffeln sieden, Hafer-, Gersten- oder Roggenbrei kochen, Fische braten. Viel anderes essen wir nicht. Butterbrote gehören aber zur üppigsten Mahlzeit. Kaffee trinkt man dreimal im Tag; dazu sitzen wir auf dem Felsen am Ufer oder auf der Holztreppe vor dem Hause. Es kümmert uns nicht, wenn wir mit Geschirr und Brotkörben umherwandern müssen — viel wichtiger ist's, daß wir gemütlich unsren Kaffee genießen. Kaffee wird erst zum zweitenmal eingeschenkt, wenn alle ihre Tassen leergetrunken haben. In die Tasse kommt erst der Kaffee (oder Tee) dann der Zucker. Haben wir in aller Ruhe fertig gegessen, stehen wir auf und danken dem ältesten weiblichen Familienmitglied oder der Hausherrin fürs Essen.

Tagelang durchstreifen wir die endlosen Wälder auf den umliegenden Inseln, um Heidelbeeren zu suchen. Zu solch reizenden Beschäftigungen haben alle Zeit in Suomi!

Das Putzen der Zimmer wird auf sehr einfache, angenehme Art erledigt, allerdings nicht so, wie wir es in der Haushaltungsschule lernen. Einige Birkenzweige, zusammengebunden und im See eingeweicht, ersetzen uns Besen, Schrupper und Wischer. Mit diesem herrlich duftenden Ding werden die Böden von Zeit zu Zeit feucht aufgezogen — das ist alles.

Unvergeßlich sind die Sauna-Abende im Sommer. Heiße Badestube — kühles Naß! Ein ewiges Hin und Her! Zwischen drin sitzt man am Ufer und singt und plaudert, träumt und schmiedet Pläne. Es ist bald Mitternacht. Jetzt erst nähert sich die Sonne dem Horizont, verschwindet dann für kurze Zeit — doch schon um zwei Uhr morgens erscheint sie wieder; wir erheben uns, um wenigstens in den paar Morgenstunden noch zu schlafen. E. V.

## In England

Auszüge aus zwei Beiträgen

### Über die Erziehung

ALS ich am ersten Tag, den ich in der englischen Familie verbrachte, meine Siebensachen auspackte, dehnte sich das kommende Jahr wie eine trostlose, unabsehbare Ebene vor mir aus. Trotzdem die Familie so nett zu mir war, trotzdem die sechsjährige Elizabeth und der vierjährige James mich mit allem, mit dem großen, vornehmen Haus und dem herrlichen Garten, möglichst sofort bekanntzumachen suchten. — Denn an alles, was ich sah und hörte, legte ich meinen kritischen Schweizer Maßstab. Und dabei fand ich, daß im englischen Haushalt vieles schrecklich paradox sei — z. B. die auf Hochglanz polierten Möbel, Böden, Bestecke — und daneben das fröhlichste Durcheinander in Kästen, Schränken und Schubladen; die Berge hübscher, unpraktischer Kleider, zierlicher Wäsche — aber darunter kaum ein Stück ohne Riß oder offene Nähte; zwei Luxusautos — aber nur je vier Geschirrtücher und Waschhandschuhe; Television und Eisschrank und Blochmaschine — aber ein vorsintflutliches Möbel von Nähmaschine mit Handantrieb . . .

Mehr als alles das machte mir die Kindererziehung zu schaffen. "I want—I won't" — um diese Kinderworte schien sich das ganze englische Familienleben zu drehen. Wohl und Wehe und Wünsche der Kinder, das ist Mittelpunkt. « Ist das Erziehung? Nein, das ist Verziehung », dachte ich oft ganz verzweifelt, wenn die Kinder wieder einmal mit Schmeichelei oder Gestampf ihren Willen durchgesetzt hatten.

Aber dann lernte ich andere Familien und andere Kinder kennen. Und mit jeder neuen Bekanntschaft wurden mir meine Kinder lieber! Denn ich sah, daß es bei vielen gar nicht zu Geschrei kam, weil ihren Wünschen überhaupt kein Widerstand entgegengebracht wurde! . . .

## Jede Frau ist so schön, so frisch und so jung wie ihre Haut!

Warum vereinfachen immer mehr Frauen ihre Teintpflege? Weil sie herausgefunden haben, daß eine Hautpflege mit natürlichen Teintpflegemitteln wirksamer, angenehmer und erst noch vorteilhafter ist. Ihre Haut verlangt und will eine vegetable Nahrung! Wir versprechen Ihnen kein neues Gesicht in acht Minuten, auch werden Sie durch eine natürliche Teintpflege kein Filmstar-gesicht erhalten, das nur so lange schön bleibt, als die Make-up-Schicht hält.

**Befolgen Sie die drei Gebote der natürlichen Schönheitspflege, und Sie werden überrascht sein über Ihr frisches und gesünder aussehendes Gesicht:**

1. Die Gesichtshaut reinigen, ohne zu reinen (meiden Sie Seife).
  2. Die Hautfunktionen anregen, um eine bessere Durchblutung zu erzielen.
  3. Das Wachstum der Zellen anregen.
- Dies erreichen Sie durch eine regelmäßige Pflege mit den auf natürlicher Basis hergestellten Gurken-Teintpflegemitteln!



**Wichtig:** Gönnen Sie Ihrer Haut jeden Monat 2 bis 3 Tage Ruhepause und verwenden Sie in dieser Zeit viel kaltes Wasser zur Erfrischung. Ihre Haut wird hernach viel aktiver auf die weitere Pflege reagieren.

Die biologischen Biokosma-Gurken-Teintpflegemittel erhalten Sie in jedem guten Fachgeschäft.

**BIOKOSMA AG., EBNAT-KAPPEL**

# DER ARZT GIBT AUSKUNFT

## Beantwortung aller Fragen des Geschlechtslebens

von Dr. med. H. und A. Stone

Mit einem Vorwort von Dr. med. H. Kuhn,

Frauenärztin in Bern

Mit Abbildungen, geb. Fr. 17.40

### Die Leser urteilen:

«Dieses Buch bedeutet mir als Frauenarzt eine sehr große Hilfe. Ich gewinne viel Zeit, indem ich immer wieder auf diese Publikation verweisen kann, die allgemein verständlich und doch fachlich vollkommen einwandfrei ist.» \*

«Ich habe, als ich heiratete, mit meiner jungen Frau dieses Buch sorgfältig gelesen. Dadurch, daß die Verfasser sich nicht in Allgemeinplätzen ergehen, sondern immer sehr präzis sind, hat es uns unschätzbare Dienste geleistet.» \*

«Ich bin glücklich, daß ich die Kosten der Fr. 17.— nicht scheute, um mir Ihr Buch anzuschaffen. Die genauen Angaben, die es enthält, sind ein Vielfaches wert.» \*

«Endlich ein gebildetes Werk für gebildete Menschen, das einfache, klare Antworten auf Fragen gibt, die man nicht gerne an seine Umgebung richtet, ja, die man überhaupt nicht zu stellen wagt.» \*

Beziehen Sie das Buch  
durch Ihre Buchhandlung

SCHWEIZER-SPIEGEL-VERLAG  
Hirschengraben 20, Zürich 1

Heute fühle ich mich glücklich und daheim bei meiner englischen Familie. Weil ich meinen Schweizer Maßstab einfach weggelegt und versucht habe, mich auf englisches Denken und Fühlen einzustellen. Verlangen nicht auch wir Schweizer, daß man unsere Mentalität, unsere Eigenart achtet? Sollte der Engländer dieses Recht nicht auch haben? — Mir möglichst viel Positives zu merken und zu eigen zu machen — und dem Negativen nicht nachzugrübeln — das ist heute mein Ziel — und ich glaube, auf diese Weise am meisten von meinem Englandaufenthalt zu profitieren.

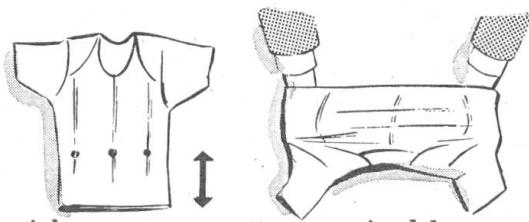
Vor allem fällt mir auf, wie intensiv das Familienleben hier gepflegt wird. Ob wohl das englische Schulsystem etwas ausmacht? Da sind die berühmten Public Schools und Colleges, bei denen die Kinder vermöglicher Eltern schon bei der Geburt angemeldet werden, damit nach acht Jahren ein Platz für sie frei ist. In diesen Schulen verbringen vor allem die Knaben ihre Jugendzeit, während sie zu Hause nur noch Ferienbesucher sind. Es sei schwer, sehr schwer, daran zu denken, gestand mir meine Mrs. E.; aber für die gute Erziehung der Kinder dürfe man kein Opfer scheuen. Ich dachte an unsere Eltern, die doch auch einen Weg finden, ihre Kinder ohne Internatserziehung selber zu tüchtigen Menschen heranzubilden. Wird denn den Eltern hier nicht die eigentliche Aufgabe vorenthalten, indem die Verantwortung für einen großen Teil der Erziehung nicht mehr bei ihnen, sondern bei der Schule liegt?

... Es kam der Tag, wo ich abends am Bett der Kinder saß und von der kleinen Elizabeth aufgefordert wurde, das «Vaterunser» auf deutsch zu beten. «... denn Dein ist das Reich, und die Kraft und die Herrlichkeit — in Ewigkeit. Amen.» Langsam und deutlich betete ich. Und als ich geendet hatte, fragte mich das kleine Mädchen: «Inewiggeit, what's that, Doris?» «That means—for ever and ever.» «I see.—Doris, I want you to stay here until—inewiggeit.» Das war eine englische Liebeserklärung, die mich glücklich machte. Und später, als ich von den Kindern zur

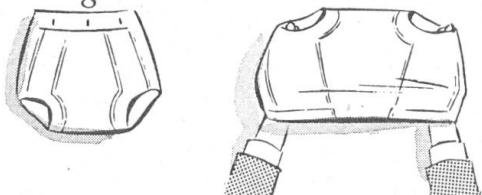
# Kiddy

die Unterwäsche die mit dem Kinde wächst

hilft sparen, denn ganz einfach lässt sie sich vergrössern, immer geht sie schützend mit, verrutscht nicht, engt nicht ein, besitzt ein so gesundes und starkes Gewebe, gibt wenig zu flicken, ist leicht zu waschen, glätten nicht nötig.



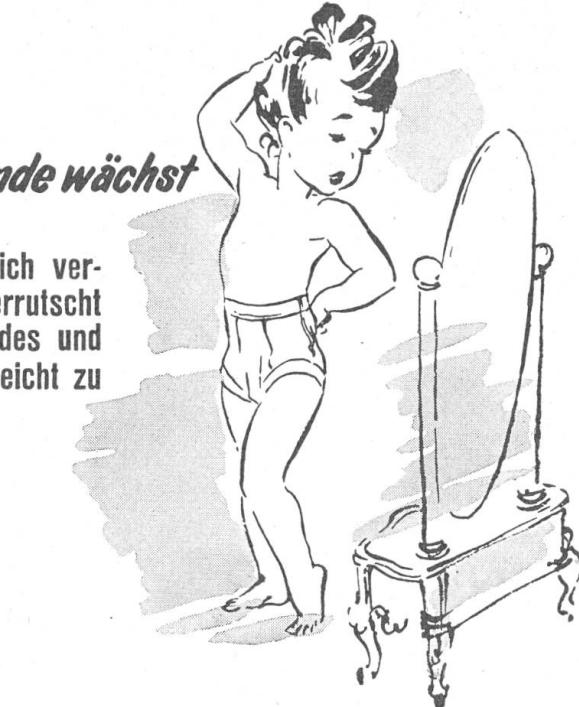
so viel vergrössern . . . so weit dehnen . . .



keine Knöpfe . . . keine Bändeli . . .



*Gesund:* Die poröse Kiddy-Wirkart lässt die Haut atmen und ausdünsten, macht nicht wund, Nähte sind extra flach.



lässt sich Kiddy, deshalb sparsam, bewegungsfrei, geht immer schützend mit, verrutscht nie, engt nie ein.

am neuen Halsabschluss und trotzdem geht's ohne zwängen, schliesst von selbst wieder glatt an, schützt vor Erkältung.

#### Wenig flicken:

Die gewirkten Doppel-S-Maschen machen das Kiddy-Gewebe doppelt haltbar. Die heiklen Stellen sind zudem extra verstärkt.

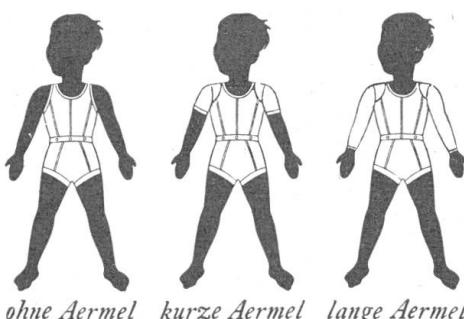
*Leicht zu waschen, glätten nicht nötig.*

# Kiddy

für den Sommer in leichter ägyptischer Baumwolle,  
1 : 1 gewirkt  
für den Winter in warmem Lancofil, 2 : 2 gewirkt

*In den guten Wäschegegenden erhältlich*

VOLLMOELLER, WIRKWARENFABRIK, USTER



ohne Aermel   kurze Aermel   lange Aermel



## Zirkulationsbelebende

Pflanzensaft. Gegen mangelnde Zirkulation wachsen unter den Heilkräutern eine ganze Anzahl Pflanzen, deren Säfte und Extrakte die Zirkulation nachhaltig beleben, anregen, Störungen bekämpfen, das Herz entspannen, die Nerven beruhigen und den Stoffwechsel aktivieren. Der Einfachheit halber hat man diese wirksamen Stoffe im bekannten Zirkulan vereinigt, um Ihnen Gelegenheit zu geben, nach dem Winter die schlechte Zirkulation zu verbessern. Während 1-2 Monaten sollen täglich 2 Eßlöffel Zirkulan auf Ihre Zirkulation heilend und vorbeugend einwirken. **Der Einfachheit halber heilkärtiges Zirkulan!**

# KUR Zirkulan

Fr. 19.75

Gegen Arterienverkalkung, hohen Blutdruck, Schwindel, Herzklopfen, Kopfweh, Wallungen, Wechseljahr-Beschwerden, Krampfadern, Knoten, Müdigkeit, Schwelungen, Stauungen, Hämorrhoiden, eingeschlafene Arme, Hände, Beine und Füße.

*Man lasse die  
heilende Kurkraft jetzt voll  
auf sich einwirken!*

1/2 KUR Fr. 10.75, Originalfl. Fr. 4.75

## Kräuter-Extrakt

In Apotheken und vielerorts in Drogerien erhältlich, wo nicht, Versand durch Depot:

**Lindenholz-Apotheke**  
Zürich 1 Rennweg 46 Tel. 27 50 77/27 36 69

"Swiss mummy" erkoren wurde, wußte ich, daß ich nun hier ganz daheim war. *D. O.*

## Eine Weihnachtstradition

ICH habe während meines Englandaufenthaltes viele englische Traditionen beobachtet und miterlebt. Besonders eindrücklich wird mir jedoch jener Abend, ungefähr zwei Wochen vor Weihnachten, bleiben, da uns unsere Hausmutter in der geräumigen Küche versammelte. Vor ihr auf dem Tische stand eine große Teigschüssel, in der die vielen, in den letzten Tagen sorgfältig zubereiteten Zutaten zum berühmten Christmas-Pudding lagen. Es war ganz still, als die Hausmutter den Löffel in die Masse steckte und langsam, ja fast andächtig eine Spirale gegen die Plattenmitte zog. Dann überließ sie ihren Platz der Tochter, die dann ebenso schweigend die nächste Spirale zog, und so ging's weiter durch die ganze Hausgemeinschaft. Man hatte mir unterdessen zugeflüstert, mir etwas zu wünschen während des Umrührens, was die ganze Handlung noch geheimnisvoller machte. Ob mein Wunsch wirklich in Erfüllung ging, weiß ich nicht mehr. Doch ich habe jene schöne Tradition als liebste Erinnerung der ganzen englischen Weihnachtszeit behalten.

*M. P.*

## Im Land der unbegrenzten Möglichkeiten

OBWOHL ich nicht als ausgesprochene Haushalthilfe in die Fremde zog, kam ich ganz unerwartet doch dazu, am Leben der amerikanischen Hausfrau und Mutter aufs gründlichste teilzunehmen. Mein Mann und ich verbrachten zwei Jahre im gelobten Lande der unbegrenzten Möglichkeiten (1946—1948).

Als wir am Bestimmungsort, einer mittelgroßen Industriestadt des Staates Michigan, ankamen, machten wir uns gleich auf die Wohnungssuche. Aber wir hatten

Pech! Alles, was man uns anbot, waren Einzelzimmer mit Küchenbenützung, bestenfalls mit Bad, aber fast überall stellte man uns spontan das ganze Haus samt Inhalt zwecks Mitbenützung zur Verfügung. Als junges Ehepaar hätten wir wohl ein eigenes Zuhause zu schätzen gewußt, besonders deshalb, weil ich in absehbarer Zeit ein Kindlein erwartete. Zuletzt beschlossen wir aber doch, unser Glück in einer solchen Familie zu versuchen, und wir haben es nie bereut. Niemals hätte ich in einer eigenen Wohnung so gute Gelegenheit gehabt, so viel Einsicht in das Leben der durchschnittlichen Amerikanerin zu gewinnen. Ich lernte unendlich viel — nicht nur, wie man es machen soll, sondern auch, wie man es nicht machen soll!

Die ersten paar Tage verbrachte ich hauptsächlich mit Kopfschütteln über die für uns Schweizer Frauen mehr als ungewohnten Methoden! Aber mit der Zeit fand ich den richtigen, nämlich den goldenen Mittelweg zwischen amerikanischer Extremität und schweizerischer Kleinlichkeit. Und ich fand es wunderbar, so zu haushalten!

Das Ehepaar, bei dem wir Unterkunft fanden, war unglaublich tolerant. Wir zogen von einer Stunde zur andern dort ein, als ihnen völlig unbekannte Menschen einer ganz andern Nation; aber wir wurden wie gute, alte Bekannte empfangen und dementsprechend behandelt. Wir teilten das ganze Haus mit ihnen; in der Küchenbenützung nahmen sie weitgehend Rücksicht auf uns. Da das Ehepaar von morgens 6 Uhr bis nachmittags 4 Uhr abwesend war (sie arbeiteten in einer großen Fabrik), besorgte ich gleich das ganze Haus, um mir die nötige Bewegung zu verschaffen. Vorschriften wurden mir keine gemacht, und mit den wunderbaren Haushaltmaschinen war es ein leichtes, das ganze Haus sauber zu halten.

Ich hatte sogar die Gelegenheit, in jenem Hause drei Generationen von Hausfrauen zu beobachten, da sowohl die Mutter wie auch die Tochter der Leute, letztere mit Kindern, sehr oft bei uns wohn-

## Das Geheimnis von Frau Hübscher

Immer sieht sie so gut aus mit ihrer frischen, gesunden Haut. Woher nimmt sie nur die Zeit, sich so zu pflegen? Der Haushalt, die beiden muntern Springinsfelde, das Nesthäkchen im Stubbenwagen, der Garten — wenn das nicht Arbeit macht! So denken die Nachbarinnen und möchten gerne um das Geheimnis von Frau Hübscher wissen.

Was sie für ihre Haut tut, ist kein Geheimnis. Sie braucht nur eines — die bekannte Voro-Crème, aufgebaut auf einem ganz natürlichen Stoff: dem Wolffett (adeps lanae).

Wolffett ist der Haut außerordentlich verwandt, wird gerne von ihr aufgenommen, nährt deshalb die Haut und schützt sie. Auf keinem Toilettetisch sollte daher Voro-Crème fehlen... die Hausfrau braucht sie für die Gesichts- und Handpflege, für die zarte Haut ihres Babys, der Herr nach dem Rasieren, der Sportler, um sich gegen Wind und Sonne zu schützen.

Voro-Crème, fett oder halbfett: kleine Dose Fr. —.70, große Dose Fr. 1.40, Tube Fr. 1.60. Besonders vorteilhaft in der großen Familienpackung zu Fr. 3.50.



### Minderwertigkeitsgefühle

Die vielen Menschen, die unter den seelischen Problemen leiden, welche durch Minderwertigkeitsgefühle entstehen, finden in dem kleinen Buch, *Paul Häberlin «Minderwertigkeitsgefühle»*, das Fr. 4.20 kostet und im Schweizer-Spiegel-Verlag, Zürich 1, erschienen ist, einen wertvollen Helfer. Es ist allen zu empfehlen, die in dieser Richtung für sich oder andere Rat und Hilfe suchen. Auch für Eltern und Pädagogen ist es ein wertvolles Hilfsmittel.



# Maruba SCHAUMBÄDER

Ein Jungbrunnen der Schönheit! Mit seinen feinsten ätherischen Ölen belebt und kräftigt das Maruba-Schaumbad den ganzen Organismus. Vor allem löst es den sich täglich neu bildenden Körpertaalg, einen gefährlichen Feind Ihrer Schönheit, der die Haut grau, welk und faltig erscheinen läßt.

Flaschen zu Fr. —.65, 3.15, 5.85 und 22.65 in Apotheken, Drogerien, Parfumerien und bei Coiffeuren.

ten. Und jede Generation hatte ihre eigenen Methoden: die älteste eher an unsere Gewohnheiten anlehnende, die mittlere eher großzügigere und die jüngste oft himmelschreiende! So fand es die Großmutter noch am Platze, zum Frühstück einen wärschaften Porridge zu kochen, die Enkelin hingegen fand das Zeitverschwendungen und begnügte sich mit einer Schnitte Toast, zubereitet in einem automatischen Toaster. Dazu ein Glas Orangensaft aus einer Büchse — und schon war es höchste Zeit, die Kinder ins Auto zu verladen und sie in die Schule zu bringen, allerdings erst, nachdem sie ein reichliches Frühstück zu sich genommen hatten. Man speist die Kleinen so ab, daß sie es ohne weiteres bis in den späten Nachmittag hinein mit nur einer kleinen Zwischenmahlzeit (Sandwich und Obst) aushalten. Meistens können die Kinder mittags nicht heimkommen, da der Schulweg zu weit ist. Auch kommt der Vater nie heim, da er sich in der halbstündigen Mittagspause in der Fabrikantin verpflegt oder ebenfalls seinen Lunch mitnimmt. Diese Einteilung erlaubt der Hausfrau, frei über fast den ganzen Tag zu verfügen und ihren Hobbies (Liebhabereien) nachzugehen.

Um vier Uhr abends versammelt sich die ganze Familie zur Hauptmahlzeit um den Familiertisch, und es war mir immer eine Freude, den offensichtlich hungrigen Leutchen eine wärschafte Mahlzeit vorzusetzen. Die erste Frage war stets: «Gibt's wohl etwas Schweizerisches?» Sie schätzten viele unserer Gerichte, weil sie eben doch mit viel mehr Liebe zubereitet werden, als sie sich gewohnt waren! Gemüse kam, wenn immer möglich, roh auf den Tisch, ebenso das Obst. Über den Salat wurde eine süße Mayonnaise gegossen, fertig gekauft natürlich! Kartoffeln existieren nur in drei Formen, nämlich Pommes frites, Kartoffelstock und Schalenkartoffeln. Meine Tortenrezepte wurden meistens geschätzt, die amerikanischen Torten bestehen alle aus ein- und derselben Backpulvermasse (ebenfalls fertig gekauft), mit einer farbenfrohen Glasur überzogen. Ein

ehler schwach zubereiteter Kaffee ist nicht wegzudenken bei einer amerikanischen Mahlzeit. Die Kinder trinken viel Milch, die pasteurisiert jeden zweiten Tag vom Milchmann ins Haus gebracht wird. Brot wird viel gegessen zu jeder Mahlzeit; aber es muß immer ganz frisch sein. Mir persönlich sagte das Brot nicht zu: es kommt einem vor, man esse Watte. Rinde darf es keine haben. Man kauft es bereits geschnitten, hygienisch verpackt. In unserer Familie wurde meistens Margarine gegessen, die dann schön gelb gefärbt wurde und aussah wie Butter, nur daß sie bedeutend billiger war.

Die Hausgeschäfte waren stets in kurzer Zeit erledigt. Die in allen Zimmern liegenden Spannteppiche wurden jeden Morgen abgesaugt, die Betten nur selten auseinandergenommen, schon weil man die Matratzen der üblichen Doppelbetten unmöglich allein kehren kann, und unter den Fenstern wären die Leintücher nur schwarz geworden!

Das Einkaufen besorgte ich immer furchtbar gerne. Einmal wöchentlich fuhr ich mit dem Auto in einen großen Selbstbedienungsladen und kaufte den ganzen Wochenbedarf an sämtlichen Lebensmitteln, das Fleisch inbegriffen, ein. Die großen Eisschränke erlauben dies ohne weiteres. In diesen Läden, wo man mit kleinen Wägelchen herumfährt und so in aller Ruhe seine Wahl treffen kann, ist alles erhältlich, was man in einem Haushalt benötigt. So verlor ich nie Zeit mit Kommissionenmachen, was hier jeden Tag so viele Schritte erfordert.

Den Familiensinn der Amerikaner habe ich oft bewundert. Wir waren häufig bei Freunden zum Abendessen eingeladen, und da wurde erst das Zeichen zum Beten gegeben, wenn alle am Tische versammelt waren. Als ich ein wenig erstaunt dreinschaute beim Anblick des Kinderwagens am Tisch mit dem zwei Monate alten Jüngsten drin, wurde mir erklärt, daß doch auch er zur Familie gehöre. Die Amerikaner sind überhaupt große Kinderfreunde. So machte es den Leuten absolut nichts



## Ich hatte immer Magenbeschwerden

**Jetzt kann ich wieder essen.  
Der Zellerbalsam hat geholfen.**

Bei Magen- und Darmbeschwerden, wie schlechter Verdauung, Magenschmerzen und -krämpfen, Aufstoßen, Blähungen, Appetitlosigkeit, Erbrechen, Durchfall oder Darmträgheit, Unwohlsein, Übelkeit, Reisebeschwerden, hilft der

## Zellerbalsam

das seit 85 Jahren bewährte Naturprodukt mit den vielseitigen Heileigenschaften.

Die im Zellerbalsam enthaltenen zahlreichen balsamischen, bittern und aromatischen Wirkstoffe regen den Appetit an, beheben Übelkeit, Verdauungsstörungen, stillen den Schmerz, bessern das Allgemeinbefinden.



**Der Zellerbalsam hilft  
auch Ihnen! Drum:  
Chnopf is Nastuech  
und Zellerbalsam nid  
vergässe!**

Flaschen à Fr. —.95,  
1.90, 3.65, 5.70 und  
10.40. Inkl. Wust.

Erhältlich in Apothe-  
ken und Drogerien.

Ein Qualitätsprodukt  
von

**Max Zeller Söhne, Romanshorn**  
Fabrik pharm. Präparate, gegründet 1864

aus, als ich mit meinem sieben Tage alten Kleinen aus dem Spital « heimkam » und er das Haus mit seinem Geschrei erfüllte.

Der Sonntagmorgen amüsierte mich immer besonders. Wenn ich aus dem Schlafzimmer kam, war die ganze Familie bereits in die dicke Sonntagszeitung vertieft, und zwar ausschließlich in die «Funnies», um die sich Erwachsene und Kinder stritten. Jeder amerikanischen Sonntagszeitung liegt nämlich ein Witzblatt bei, bestehend aus bunten Bildern mit Versen. Sie sind alles eher als geistreich; aber man konnte sich halbtot lachen über die Begeisterung von groß und klein! Oft lag der Großpapa mit den Enkeln platt auf dem Boden, und alle lachten hemmungslos. Die Großmama hantierte im schwarzen, knöchellangen Samtkleid und in Goldsandaletten in der Küche, und die Urgroßmama las in einer

Ecke, aber nicht weit vom allgemeinen Gelächter entfernt, in der Bibel. So schuf diese Zeitung eine fröhliche Sonntagsstimmung, die nur durch den obligatorischen Kirchengang für zwei Stunden unterbrochen wurde. Dann wurde etwas ausgeruht, und um 3 Uhr wurde der Tisch festlich gedeckt. Meistens kamen Gäste, unangemeldete, die mir immer am liebsten waren. Alle, ob männlich oder weiblich, halfen in der Küche mit, und nachher wurde gespielt und diskutiert, bis es Zeit war ins Kino. Im Sommer fuhr man schnell an einen See zum Baden. Die Hausfrau war mit den andern frei und konnte sich bis am andern Morgen ihrer Familie widmen. Jeder, der Hunger verspürte, bereitete sich selber ein Sandwich zu, und sogar die Kinder wußten sich selber zu helfen, so daß die Mutter wirklich Sonntag hatte.

A.-M. C.

*Und hät mers Zält am Ufer baut  
wird frööli dänn Banago braut!*

Für Sport und Touren ist Banago einfach ideal:

- ① Banago mundet herrlich
- ② Banago ist rasch zubereitet
- ③ Banago hat bei kleinem Volumen grossen Nährwert

Köstliche Bananen, aromatischer Kakao, energiespendender Traubenzucker, lebenswichtige Kalk- und Phosphorsalze, Vitamine B<sub>1</sub> + D.  
Das ist Banago!

STARK UND FROH DURCH BANAGO

HERMES

Generalvertretung: HERMAG HERMES - SCHREIBMASCHINEN AG. Zürich, Bahnhofquai 7, Telefon 25 66 98

# Abwaschen mit VEL in halber Zeit

Einfach etwas VEL ins Waschbecken . . .

Wasser darüber laufen lassen, und schon ist der Vollschaum da. Die verblüffende Reinigungskraft von VEL hält aber auch nach dem Verschwinden des Schaumes an. VEL entfernt selbst im härtesten und lauwarmen Wasser Fett und Schmutz schneller als Seife. Ihre Teller und Gläser, Ihr Porzellan, Ihre Bestecke erstrahlen ohne Wasserringe, auch wenn nicht Zeit zum sofortigen Abtrocknen, in herrlichem Glanz. Keine Berührung mit dem Lappen, keine lästigen Stoffäserchen mehr !



*Geschirr, Porzellan und Pfannen glänzen  
herrlich **ohne Abtrocknen***

Zarte Wäsche, Strümpfe, Vorhänge, Spitzen, bedruckte Stoffe, Teppiche sollten nur mit VEL gewaschen werden, denn auch hier kommt es sehr darauf an, daß nicht mechanische Arbeit, sondern die VEL-Waschkraft das 100%ige Reinigen besorgt.



COLGATE-PALMOLIVE AG.  
ZÜRICH

**VEL für zarte Wäsche**  
vor allem Strümpfe

Pakete zu  
Fr. 1.-, 2.50, 5.-  
inkl. Wust.  
Überall erhältlich



Wenn Ihnen eine Aluminium-Pfanne auf den Küchenboden fällt, brauchen Sie nicht zu erschrecken. So einen Stoss hält eine gute ALA-Aluminium-Pfanne aus, ohne dass sie bricht oder splittert. Aluminium-Geschirr ist nicht nur äusserst solid, sondern auch leichter und handlicher und schadet Ihrem Plättliboden nicht, wenn Ihnen versehentlich eine Pfanne aus der Hand fällt.

Aluminiumgeschirr hält was es verspricht: Es ist praktisch, solid, unverwüstlich und sozusagen unbegrenzt haltbar.



Das Garantiezeichen für das gute schweizerische Aluminiumgeschirr. Achten Sie beim Einkauf darauf.