

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 26 (1950-1951)
Heft: 4

Artikel: Hausfrau in den USA : vom Kosten und Posten in den USA
Autor: Brunner-Gyr, Elisabeth
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1070471>

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>



Hausfrau IN DEN USA

VOM KOSTEN UND POSTEN IN DEN USA

Von Elisabeth Brunner-Gyr, Philadelphia

Der folgende Beitrag stammt von einer jungen Schweizerin, die sich vor kurzem, frisch verheiratet, in den USA niederließ. Er ist nicht nur für solche Leser interessant, die irgendwie selber mit den Vereinigten Staaten zu tun haben, sondern auch für viele andere, da er einen klaren Vergleich zwischen den Lebenskosten in den USA und in der Schweiz bringt. Außerdem zeigt die Verfasserin, wie schwierig es ist, die Lebenskosten in verschiedenen Ländern untereinander zu vergleichen.

Die Warnung: Der Dollar ist nicht mehr wert als der Franken

KURZ bevor wir im letzten Herbst zu unserer großen Reise starteten, warnte uns ein Bekannter vor den hohen Lebenskosten in den USA: Der Dollar ist nicht mehr wert als unser Franken! Da er selbst regelmäßig die Staaten bereist und eine seiner Töchter mit ihrem Manne mehrere Jahre in Kalifornien gelebt hatte, jagte uns seine Warnung einen gewissen Schrecken ein: Mit 500 Dollar pro Monat führt man in den USA ein bescheidenes, ja proletarisches Leben! Wir aber hatten keineswegs im Sinne, so viel auszugeben...

Wir fanden es darum nicht nur richtig, von allem Anfang an über unsere Ausgaben genau Buch zu führen, sondern auch vorsichtig uns vom Statistischen Amt der Stadt Zürich Unterlagen über die Lebenskosten in der Schweiz zu beschaffen. Jede Zürcher Hausfrau kennt ja die jeweils im Tagblatt erscheinende Liste «Häufigste Kleinhandelspreise in der Stadt Zürich». Außerdem rüsteten wir uns aber auch mit einem Separatabdruck der «Er-

hebung von Arbeiterhaushaltsrechnungen» und dem neuesten Jelmoli-Katalog aus.

Wir wollten es uns nicht allzu leicht machen, leichtsinniges Geldausgeben mit der Gleichung Dollar = Franken zu entschuldigen.

Ein Dollar sogar weniger als ein Franken?

Für die ersten Tage nach unserer Ankunft in New York hatte uns ein Bekannter ein Hotelzimmer reserviert. Wir wollten nicht sofort nach Philadelphia, unserm Bestimmungsort, weiterreisen, da wir dachten, New York nicht so bald wieder besuchen zu können. Es ist immerhin eine Reise so weit wie von Zürich nach Neuenburg, die man sich doch überlegen muß.

Und unser Bekannter fand selbstverständlich, einem jungen Pärchen im Honeymoon müsse man in New York etwas Rechtes bieten. Nicht gerade eine Suite im Waldorf Astoria, aber doch ein gutes Zimmer im Hotel Roosevelt. Und wir waren darüber zuerst erfreut. Das Zimmer war gut, wenn auch keineswegs luxuriös und selbstverständlich ohne Aussicht, trotzdem wir im 22. Stock waren!



Weisflog Bitter!

*mild und gut
seit Jahrzehnten bewährt*

Und die erste Entdeckung Amerikas war amüsanter Art. Ein Kärtchen sagte: "There is only one satisfactory way to test a shower and that is to be under it. It is obviously impractical for hotel employees to make this test..." Dieses Kärtchen verdeckte aber ein anderes unter der Glasplatte des Tisches: Room 2214: Double \$ 12.60 one night. Ganz anfängerisch rechneten wir in Franken um. Zu welchem Kurs wir aber umrechneten, spielte keine Rolle: fünfzig Franken für das Zimmer allein! Mit Wehmut dachten wir daran, daß wir eben erst für den gleichen Preis im Hotel Margna in Sils zwei volle Tage mit drei ausgezeichneten Mahlzeiten hatten leben können!

Und als wir — wir machten vorher den shower test — mit einer Freundin zum Essen ausgingen und der Kellner meinem Manne die Rechnung präsentierte, seufzte er: zwölf Dollar — wieder fünfzig Franken! Und nicht einmal bei Huguenin hätten wir dafür mehr als zwölf Franken bezahlt — geschweige denn fünfzig.

Unsere Freundin beruhigte uns aber. Das Leben hier in New York sei zwar teuer, aber Hotel- und Restaurantpreise gäben ein unrichtiges Bild. Wie falsch dieses Bild war, davon wußten wir aber damals noch nichts, und wir rechneten weiter mit Resignation Dollars in Franken um. Als aber ein Hotelangestellter mit einem Trinkgeld von 25 Cent (mehr als ein Franken) für einen ganz kleinen Dienst offensichtlich nicht zufrieden war, bekamen wir das Gefühl, wir müßten den Bundesrat doch mahnen, den Franken gehörig aufzuwerten, da der Dollar nicht einmal einen Franken wert sei.

Auf jeden Fall nahmen wir die Einladung unserer Bekannten, das Weekend bei ihnen zu verbringen, nicht nur darum gern an, weil wir der New Yorker Hitze entfliehen konnten, sondern auch wegen des teuren Hotels. Damit aber entrannen wir der Dollar-Umrechnung noch immer nicht. Unser Bekannter wollte uns auf dem Weg nach Scarsdale doch auch New York ein wenig zeigen und fuhr mit uns durch einen der Hudson-Tunnels und nachher über die Washington Bridge und den Hudson Parkway hinauf. Und beim Tunnel und der Brücke mußte er je einen halben Dollar Zoll zahlen und auf dem Hudson Parkway zweimal zehn Cent — im ganzen also mehr als fünf Franken!

Damals ahnten wir noch nicht, wie schnell uns New York als nur einen Katzensprung von Philadelphia entfernt vorkommen und wir selbst diesen Zoll ganz selbstverständlich zahlen und sogar finden würden, es sei eine vernünftige Finanzierungsart für diese Tunnels, Brücken und die herrlichen Parkways. Und warum sie nicht z. B. am Sustenpaß einführen?

Wo der Dollar 4 Franken wert ist

Aber ich will ja kein Tagebuch schreiben. Darum zu den ersten Erfahrungen nur so viel: Schweizer, die die USA nur bereisen, bekommen einen ganz falschen Eindruck von den Lebenskosten. Der Weniger-als-Franken-Dollar spielt nur im Hotel, Restaurant, Theater usw. eine Rolle. Und als wir wie die Amerikaner herumzureisen begannen, in Cabins übernachteten und außerhalb der Städte aßen, gaben wir pro Tag nicht mehr als Fr. 30.— aus, was immer noch teurer ist als in der Schweiz, sich aber wirklich aus den viel höheren Löhnen erklärt.

Zunächst aber ließen wir uns nun in Phila-

delphia häuslich nieder und entdeckten dabei sehr bald den Vier-Franken-Dollar.

Zwar hätten wir in der Schweiz für unsere unmoderne, aber möblierte Einzimmerwohnung mit Küchenecke und Bad monatlich kaum zweihundert Franken bezahlt. Aber alles andere, was man zum Leben braucht, erwies sich im Preise als durchaus vergleichbar: Lebensmittel, Geschirr, Wäsche und Kleider.

Ja manches ist sogar viel billiger als in der Schweiz. Und als wir einen Teil unserer Küchenausstattung in einem 5- und 10-Cent-Store erstanden, fand mein Mann, die Ware sei sicher schlecht. Aber die Pfannen und das Salatsieb, die nur wenige Franken kosteten, sind noch immer ganz. Und daß ich so viele Pyrex-Platten kaputt mache, hat mit ihrem Preis (Fr. 4.50 anstatt Fr. 10.90 bei Jelmoli) auch nichts zu tun. Man muß eben eine heiße Pyrex-Platte nicht unter kalte Wasser stellen!

Aber trotzdem hatten wir natürlich das Gefühl, das Geld rinne uns zwischen den Fingern durch, und wir gäben fürchterlich viel aus. Es fehlte uns auch der Maßstab, da wir in der Schweiz keinen eigenen Haushalt geführt hatten. Und so kam denn mein Mann eines

*Jetzt wird er
nicht mehr husten!*



**ELTERN! BEFREIEN SIE IHR KIND
VON SEINEM QUÄLENDEN HUSTEN**

Bei trockenem oder schleimigem Husten, Luftröhrenkatarrh, Bronchitis und Atmungsbeschwerden, nehmen Sie Zuflucht zu «Zellers Hustensirup» für Erwachsene und Kinder. Dieses kräftige, vorwiegend pflanzliche Lösungs- und Linderungsmittel verflüssigt den zähen Schleim, stillt den Hustenreiz, erleichtert die Atmung und sichert ungestörte Nachtruhe. Er schmeckt ausgezeichnet und wird auch von Kleinkindern gut vertragen.

ZELLERS
Hustensirup
für Erwachsene und Kinder



**DIE FLASCHE
fr. 3.60**
inkl. Wust.
Erhältlich in
Apotheken u.
Drogerien.

Ein Qualitätsprodukt von :

MAX ZELLER SOHNE, ROMANSHORN

Fortunat Huber
Die Glocken der
Stadt X

und andere Geschichten

Mit 3 Zeichnungen von Hans Aeschbach
 In Ballonleinen geb. Fr. 11.80



Aus Urteilen der Presse:

Ein Triptychon von Erzählungen: inhaltlich sehr verschiedenartig und doch mit Recht vom gleichen Buchdeckel umschlossen, weil alle drei dem nämlichen Wissen um das Menschenherz entstammen. Komische und rührende Züge des Alltags sind in die Tragik eingeflochten, wie überhaupt das kunstreiche Ineinander von Welt- und Seelenwirklichkeit eine Hauptstärke des Verfassers ist. («*Der Bund.*»)

Fortunat Huber ist ein Virtuose der zarten Dämpfungen und des still in sich hineinlächelnden Humors, tolerant wie alle wahrhaft Klugen und mitfühlend bei jedem echten Schmerz. («*National-Zeitung.*»)

Wenn einer der Herausgeber des «Schweizer Spiegels» einen Novellenband erscheinen läßt, so weiß man zum voraus, was man zu erwarten hat. In der Tat sind die drei Novellen, die Fortunat Huber unter dem Titel «Die Glocken der Stadt X» seinen Lesern — und hoffentlich einem sehr weiten «fremden» Kreis — beschert, erfreuliche Musterstücke jenes die Gerechtigkeit suchenden, abwägenden und nie vorschnell urteilenden Geistes, der unsere beste Seite ausmacht. Ein schönes, kluges, reifes und diskret lehrreiches Buch voller Lebensweisheit! («*Luzerner Tagblatt.*»)

Ein Buch, das man mehr als einmal liest

SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG

Tages mit jener Zürcher Preisliste bewaffnet in den Market zum Posten mit. (Er kommt übrigens auch sonst meistens mit, nur nicht mit dieser Preisliste.) Wir hatten es uns bald angewöhnt, wie die Amerikaner jede Woche nur einmal im Super-Market alles Nötige einzukaufen und die drei oder vier riesigen Papiersäcke mit dem Auto heimzutransportieren, wobei eben die Ehemänner mithelfen.

Und diese Untersuchung der einzelnen Preise bestätigte unsern Eindruck: Im ganzen sind die Lebensmittelpreise durchaus nicht höher als in der Schweiz, und der Dollar ist vier Franken wert. Das gleiche fanden wir bestätigt, als wir zwischen Jelmolipreisen und jenen von Sears, Roebuck verglichen. (Schweizer Hausfrauen würden übrigens sicher über den Katalog von Sears, Roebuck staunen. Von diesem Versand-Warenhaus kann man sich wirklich alles nur Denkbare zusenden lassen. Und wer sich für den Katalog interessiert, kann ihn bei der Exportabteilung Sears, Roebuck & Co., Roosevelt Boulevard, Philadelphia, gratis bestellen.)

Die Tücken des Super-Market

Eine einmalige Untersuchung von Super-Market-Preisen bedeutet aber nicht gerade viel. Zwar werden von den großen Kettengeschäften jeden Tag bargains (= Occasionen) angekündigt, denen die Amerikanerinnen nachlaufen. Aber es gibt keine festen Preise und keine Billigkeits-Apostel wie in der Schweiz. Die Preise werden immer und überall so hoch wie möglich angesetzt. Und neben die als besonders billig angepriesenen Waren werden andere gelegt, die am Vortag vielleicht 60 Rappen, an diesem Tag aber 80 Rappen kosten. Manche Hausfrau, die wegen einer Occasion in einen Laden gegangen ist, zahlt am Ende mehr, weil sie auch noch gleich die im Preise heraufgesetzte Ware gekauft hat.

Massenpsychologie und das Gesetz von Angebot und Nachfrage regieren rücksichtslos. Und weil sich die Amerikanerinnen vor einigen Monaten durch Gerüchte von einer Kaffee-knappheit ins Bockshorn jagen ließen, zahlen heute auch die Schweizerinnen so viel mehr für Kaffee. Ein derartiges Horten wird aber durch die Selbstbedienungsläden gefördert. Man kann ja keine Verkäuferin fragen, ob es wirklich stimme, daß bald nicht mehr genug

Kaffee vorhanden sei — man sieht nur, wie die andern ihr Wägelchen damit beladen.

Oder im Mai wurde ein Büchsen Orangensaft für 40 Rappen verkauft. Immer wieder war er jedoch ausverkauft. Nach vierzehn Tagen kostete er darum — und nicht etwa weil er besser oder die Orangen teurer geworden waren — 60 Rappen und weitere vierzehn Tage später 75 Rappen.

Feste Preise, d. h. Preise, die wie bei unsern Schokoladetafeln überall gleich wären, gibt es nur für relativ wenige Artikel mit sogenannten «Brandnames», nämlich für diejenigen Markenartikel, deren Hersteller mit ihren Waren keinen Preiskrieg zulassen wollen.

Das Einkaufen im Super-Market, so praktisch es ist, hat darum auch seine Tücken. Und oft wäre es besser, etwas im kleinen Corner Store (= Eckladen) zu besorgen, wo man den Inhaber fragen kann: Warum kostet der Anken heute plötzlich mehr?

Viele Amerikanerinnen tun das auch. Und während es mir oft nicht der Mühe wert scheint, etwas wegen eines Preisaufschlages von nur wenigen Cents (jeder Cent bedeutet mehr als 4 Rappen) nicht zu kaufen, kommt es doch vor, daß viele Hausfrauen etwas zum erhöhten Preise nicht mehr kaufen, worauf dann einzelne Preise plötzlich wieder herunter gehen. Das ist aber seit dem Krieg in Korea nie mehr passiert!

Von billigen Eiern, teurer Milch, Vitaminbrot und dem Philadelphia-Wasser

Wenn im ganzen die Lebensmittelpreise mit den schweizerischen vergleichbar sind, so gibt es doch auch Ausnahmen, nach unten und oben. Anken z. B. kostet pro 100 g nur 70 Rp. oder schöne große Eier 20 Rp. Nur ist der Anken hier leicht gesalzen, und süßen Anken hat man in jüdischen Geschäften zu besorgen. Und die Eier! Es ging nicht lange, bis auch wir, wie die Amerikaner, zum Zmorgen Eier aßen und am Ende natürlich nicht billiger fuhren ...

Was würde jedoch die Schweizer Hausfrau dazu sagen, wenn sie für den Liter Milch 92 Rappen zu bezahlen hätte? Die Amerikaner finden nichts Besonderes daran und trinken viel mehr Milch als wir in der Schweiz, ja viele zahlen sogar noch einmal fünf Rappen extra für «homogenized milk», deren Milchpartikel auseinandergeschleudert worden sind, so daß



Nimm s'Knorrli mit!

Die schnellkochenden Knorr-Suppen in der Frischhaltepackung eignen sich in der Skihütte maximal!

NUDELSUPPE MIT HUHN

Kochzeit: 5 Minuten

EINLAUFSUPPE MIT EI

nur aufkochen lassen

OMELETTE-SUPPE

nur heiss angiessen

STEINPILZSUPPE

Kochzeit:
5 Minuten





Bei ungenügender Blut-Zirkulation

sind die Folgen vielseitig, und eine Kur mit Zirkulan wird notwendig. Weil flüssig, gelangt Zirkulan rasch in das Blut, wo es die Zirkulation regelt, Störungen bekämpft, tonisiert, neues Wohlbefinden und eine bessere Gesundheit schafft. Ärztlich empfohlen.

Die Zirkulan-KUR

hilft gegen: **Einschlafen** der Glieder, **kalte** oder mit **Frostbeulen** behaftete Hände, Arme, Füße und Beine, übermäßige

Kälteempfindlichkeit

am Körper. Zirkulan kann auch **Ihnen** helfen, wenn Sie während 1-2 Monaten täglich 2 Eßlöffel **wohl-schmeckendes Zirkulan** einnehmen.

Gegen Arterienverkalkung, hohen Blutdruck, Schwindel, Herzklopfen, Kopfweh, Wallungen, Wechseljahrsbeschwerden, Krampfaderen, Knoten, Müdigkeit, Schwellungen, Stauungen, Hämorrhoiden, eingeschlafene Arme, Hände, Beine und Füße.

Erhältlich in Apotheken. KUR Fr. 19.75, halbe KUR Fr. 10.75, Orig.-Fl. Fr. 4.75. Wo nicht erhältlich, Versand durch Lindenhof-Apotheke, Rennweg 46, Zürich 1.

«Dieses Buch bereicherte mein Leben»

schrrieb uns ein Leser der Neuerscheinung von **Adolf Guggenbühl, Glücklichere Schweiz. Betrachtungen über schweizerische Lebensgestaltung.** Das Buch kostet Fr. 13.50. Es eignet sich vorzüglich als **Geschenk.** Ihr Buchhändler schickt es Ihnen gerne. Schweizer-Spiegel-Verlag, Hirschengraben 20, Zürich 1.

Das bewährte Hausmittel gegen Halskatarrh u. Husten

Kratzen im Hals? - dann gurgeln mit

OLBAS Fr. 2.50



sich kein Nidel bildet, und noch einmal fünf Rappen mehr für Milch, die mit Vitamin D bereichert ist.

Den Preis für die Standardmilch würde man in der Schweiz verrückt finden. Aber man darf nicht vergessen: die amerikanische Milch ist pasteurisiert und unvergleichlich besser. Und der Amerikaner ist bereit, für besondere Qualität auch einen höheren Preis zu bezahlen: die Milch der Gordon-Walker-Farm in der Nähe von Philadelphia, deren 1200 Kühe auf einer Drehscheibe mechanisch gemolken und die jede Woche ärztlich untersucht werden, wird für Fr. 1.25 pro Liter verkauft!

Dagegen sind wir natürlich der Meinung, die Vitaminbereicherung von Milch, Brot, Mehl, Kakao, Margarine usw. sei eher ein Fimmel. Aber solche Mätzchen machen, daß ein Artikel gekauft wird. Dafür kann es dann schwer fallen, etwas «Normales» zu kaufen. So brauchte es lange, bis wir eine uns passende Art Brot fanden.

Die meisten essen hier ein dem Modelbrot ähnliches, ganz weiches Weißbrot ohne Kruste, das uns bald verleidete. Andere essen das kalorienarme sogenannte Hollywood-Brot. Wir fanden schließlich ein dem Bircherbrot ähnliches Brot mit folgenden Ingredienzen: Weizenmehl, Butter, Milch, Melasse, Honig, Rohrzucker-Sirup, Hefe, Tafelsalz und Wasser ... und zahlen für das Pfund Fr. 1.25! Und auch dieses Brot ist so weich, daß man darüber froh ist, daß es — wie fast alles Brot — bereits zerschnitten und verpackt verkauft wird. Und es ist nicht halb so gut wie ganz gewöhnliches Schweizer Volksbrot.

Vielleicht zeigen diese Einzelheiten deutlicher als allgemeine Betrachtungen, daß die Amerikaner andere Standards haben. Und daß wir uns diesen amerikanischen Standards angepaßt haben, zeigte sich deutlich, als wir nach einem Jahr alle unsere Ausgaben zusammenstellten und mit jenen der Zürcher Arbeiterhaushaltungen verglichen. Wir brauchten weniger: 37 % für Brot, Gebäck, Teigwaren, Kartoffeln und Zucker, 66 % für Tee und Schokolade, 70 % für Alkohol. Dagegen brauchten wir mehr: 15 % für Milchprodukte, Eier, Fleisch und Fett, 220 % für Gemüse und 270 % für Obst. Und für alkoholfreie Getränke gaben wir pro Monat ganze Fr. 40.— aus, anstatt nur Fr. 2.—.

Während wir Alkohol nur für Fondue und zum Kochen brauchen, trinken wir Oran-

gensaft als Wasserersatz. Wir müssen das sozusagen. Das Philadelphia-Wasser ist so stark chloriert, daß man es nicht einmal zum Kochen verwenden kann, geschweige denn zum Trinken. Und Quellwasser muß man entweder für 12 Rappen pro Liter kaufen oder mit dem Auto und großen Flaschen an Brunnen in den Parks selbst holen und dabei zu gewissen Zeiten Schlange stehen. Und das in Amerika!

Warum wir teurer leben

Wenn es auf die Preise allein ankäme, d. h. auf den Wert des Dollars in Franken, wäre es durchaus möglich, hier ebenso billig zu leben wie eine durchschnittliche schweizerische Arbeiterfamilie. Aber das würde ganz einfach nicht dem Lebensstandard einer amerikanischen Arbeiterfamilie entsprechen. Und in vielen Fällen, wie bei Milch und Brot, entsprechen auch die höheren Preise andern Ansprüchen.

Das ist aber erklärlich, wenn man bedenkt, daß der durchschnittliche Arbeiter pro 40-Stunden-Woche \$ 53 oder pro Jahr rund Fr. 12 000.— verdient, wobei in vielen Haushaltungen mehr als ein Familienglied verdient. Es scheint für mehr als nur das Nötigste zu reichen, würde sich jeder Schweizer sagen.

Aber der Amerikaner kann einem beweisen, daß er einen Televisionsapparat nötig hat — und daß er keineswegs ein Luxus ist. Wenn jedes Mitglied einer dreiköpfigen Familie pro Woche einmal ins Kino will, so kostet das zehn Franken. Wenn man dagegen ein Televisionset besitzt, kann man jeden Tag «ins Kino» und zahlt doch nur zehn Franken ab. Daß der Fernsehapparat neu ungefähr 800 Franken kostet, spielt bei diesen Berechnungen keine Rolle. Von den 900 000 Haushaltungen in der Philadelphia-Area haben bereits 500 000 einen Fernsehapparat! Und wir zählen zu den Ausnahmen...

Aber auch für eigentliche Haushaltsausgaben wirkt sich dieser Unterschied in den Löhnen aus. Entweder hat man die neuste Waschmaschine anzuschaffen oder gibt die Wäsche aus. Kein Mensch wäscht von Hand! Aber da jedermann die Wäsche ausgibt, sind die Wäschereipreise viel tiefer als in der Schweiz. Und auf jeden Fall ist es billiger, als eine Wäscherin anzustellen.

Das sehe ich, seitdem ich alle vierzehn Tage eine Negerin fürs Putzen habe, die neben-



Der Coiffeur für natürliche Frisuren
und individuelle Beratung

Elmer

Talacker 11 Zürich 1 Tel. 27 29 55 / 56

Minderwertigkeitsgefühle

Die vielen Menschen, die unter den seelischen Problemen leiden, welche durch Minderwertigkeitsgefühle entstehen, finden in dem kleinen Buch, Paul Hüberlin «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.

Hilfe für Nerven-

schwache, die ihre überarbeiteten Nerven stärken und beruhigen möchten; mit dem gut empfohlenen **NEO-Fortis** (Fr. 5.—). Bald nehmen Nervenkraft und Nervenruhe beachtlich zu, weil das hier empfohlene Präparat Stoffe enthält (Lecithin, Calcium, Magnesium usw.), die für die Gesunderhaltung der Nerven notwendig sind. In Apotheken erhältlich, wo nicht, diskreter Postversand durch die **Lindenhof-Apotheke, Rennweg 46, Zürich 1.**

Wir bitten alle Einsender, die Manuskripte nur einseitig zu beschreiben und unter allen Umständen Rückporto beizulegen.
Die Redaktion.



„Mami, was ist das - Mami darf ich das haben - Mami ich will auch - Mami, und dann ...“ so ging es den ganzen Tag. Unfolgsamkeit, Streit, kleine Unfälle, schliesslich noch die Masern - es ging über meine Kraft.

Da empfahl mir der Arzt meiner Kleinen eine Kur mit Elchina. Der Goût erinnert mich an Malaga und es tat mir wirklich gut. Schon bald sah ich wieder besser aus und fühlte mich gestärkt. Der Arzt sagte, dass er jungen Müttern oft eine Kur mit Elchina empfiehlt.

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



bei auch noch wäscht und glättet. Sie arbeitet fleißig und sauber; aber der Taglohn für höchstens acht Stunden Arbeit beträgt eben doch Fr. 25.50! So sind schließlich auch die Kosten des Windeln-Service nicht zu hoch, wenn er auch für 90 Windeln wöchentlich acht Franken kostet.

Und da ich gerade von Babykosten spreche, wird es vielleicht auch interessieren, daß die Standardkosten für eine Geburt Fr. 650.— betragen, wozu die Spitalkosten zu rechnen sind: Fr. 50.— pro Tag in einem Zweierzimmer.

Wenn man aber bedenkt, daß die Schwestern pro Woche nur 44 Stunden arbeiten und doch einen Barlohn von Fr. 600.— pro Monat beziehen, kann man die hohen Spitalkosten verstehen — dagegen wird es uns als Schweizerinnen merkwürdig zumute, wenn der auch hier herrschende Schwesternmangel ebenso wie bei uns auf schlechte Bezahlung zurückgeführt wird.

Alles in allem sieht man also: das Leben in den USA ist schön und interessant, aber keineswegs paradiesisch. Denn gerade die hohen Ansprüche im äußerlichen Lebensstandard, zu denen ein Auto, ein Fernsehapparat, ein Eisschrank und so viele andere «Notwendigkeiten» gehören, führen dazu, daß der Durchschnitt mit Geldverdienen nie nachkommt und im Grunde genommen arm bleibt!

Dies ist der zweite Beitrag der neuen Serie: Hausfrau im Ausland. Weitere Beiträge aus andern Ländern sind erwünscht.

H. G.

An unsere Leser!

Als Abonnent des «Schweizer Spiegels» haben Sie gelegentlich die Möglichkeit, uns einen neuen Abonnenten für unsere Zeitschrift zu gewinnen. Sie erweisen damit Ihren Bekannten und uns einen Dienst. Wir entschädigen Sie für Ihre Mühewaltung mit einem wertvollen Buch.

SCHWEIZER - SPIEGEL - VERLAG
Hirschengraben 20 Zürich

Wir bitten alle Einsender, die Manuskripte nur einseitig zu beschreiben und unter allen Umständen Rückporto beizulegen.

Die Redaktion.