

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 27 (1951-1952)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Wir Frauen sollten einander mehr helfen  
**Autor:** Fröhlich, Irma  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1071059>

#### **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:** 04.02.2026

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

## Wir Frauen sollten einander mehr helfen

Von Irma Fröhlich

**S**ie haben mir Ihre Hilfe bei der Hochzeit meiner Tochter angeboten, ich habe es mir überlegt, ich nehme sie gerne an und zähle auf Sie! »

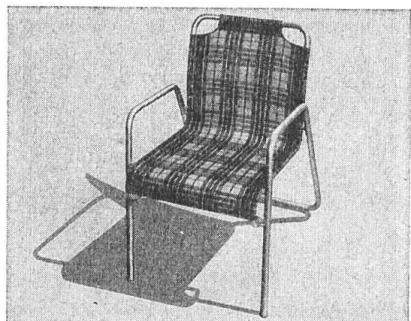
Seit langem hatte mich kein Telefongespräch so gefreut wie dieser Anruf meiner französischen Freundin, der wirklich ein «Anruf» im schönsten Sinne des Wortes war, indem er an meine Hilfsbereitschaft und an meinen Arbeitseinsatz appellierte. Sofort ging ich in die nahe gelegene Wohnung meiner Freundin, um alle Einzelheiten mit ihr zu besprechen und genaue Instruktionen entgegenzunehmen.

Die Situation am Hochzeitstag war folgende: Die Gäste, ungefähr 25 an der Zahl, erschienen am frühen Nachmittag in der kleinen Wohnung der Brauteltern. Als alle versammelt waren, fuhren sie weg zur Trauung, um hernach zu einem ausgedehnten Apéritif wieder zu kommen. In der Zwischenzeit galt es nun für mich, zusammen mit der Spettfrau meiner Freundin, den Tisch des Eßzimmers in eine Ecke zu stellen, auszuziehen und darauf die nötigen Gläser, Flaschen, Eiswürfel, Zapfenzieher usw. bereitzustellen. In der Küche strichen wir in aller Eile kleine Brötchen und

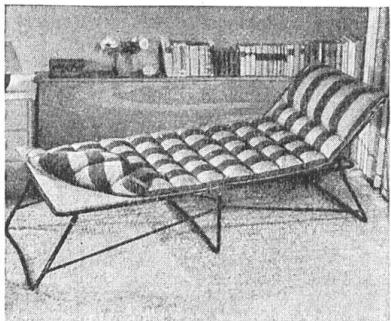
schichteten sie auf die Platten und Tablette, die ich samt einem Dutzend Gläser leihweise mitgebracht hatte. In beiden Wohnzimmern mußten Aschenbecher und kleine Schalen mit Salzmandeln und Käsestengelchen verteilt werden. Der Sirup für die Kinder durfte nicht vergessen werden. Die Gäste hatten Geschenke mitgebracht; wie nach einer Weihnachtsbescherung lagen Papiere und Goldschnüre herum, die schnell auf die Seite geschafft werden mußten. Bereits standen überall Blumen, und noch immer mußten neue Sträuße eingestellt werden. Dazwischen klingelte der Postbote und brachte Telegramme. Es gab alle Hände voll zu tun; aber als die Gäste von der Trauung zurückkamen, war alles bereit und geordnet.

Eine Weile gab es dann für mich nichts zu tun. Die jungen Herren der Gesellschaft schenkten jedem ein, was er haben wollte, und die eßbaren Zutaten lagen für alle in Reichweite. Etwas später aber konnte ich wieder in Funktion treten: Aschenbecher leeren und zur weiteren Benützung wieder hinstellen, die Schalen mit den Mandeln und dem Käsegebäck nachfüllen, die Resten von drei Brötchen-





Carlton-Gartenfauteuil (Eigenmodell Pat. ang.) aus Leichtmetall, Gewicht 3 kg. Mit geschmackvollen, farbigen Kunstharsbezügen. Absolut witterfest, stapelbar. Fr. 108.—



SSS Garten- oder Notbett, mit 2 Griffen zusammenklappbar. Liegefläche 194 x 70 cm. Stahlrohr mit Jute- oder Kunstharsläufer. Neuheit: Die Federung ist abgedeckt. Jute: Fr. 145.—, Kunsthars: Fr. 165.—. Große Auswahl Rollmatratzen. Stil-Gartentmöbel in Eisen-, Stahl- oder Malakkarohr, auch immer die neuesten Modelle aus dem Ausland.



Leichtmetall-Bockleiter (Eigenmodell Pat. ang.). Sicherheitsbügel, klappbar, gleitsicher, federleicht, 2, 3, 4, 5, 6 Tritte, von Fr. 68.— bis Fr. 144.—. Verlangen Sie bitte Prospekte.

**SUTER-STREHLER Succrs. AG, ZÜRICH**  
Detail: Münsterhof 4 Werkstätten: Seefeldstr. 305  
Tel. 23 13 02 Tel. 32 55 77

platten auf eine einzige umgruppieren, der Spettfrau leere Gläser zum Spülen bringen, wieder reine Gläser herbeibringen, weil auf einmal jemand einen Grapefruitsaft oder eine zweite Weinsorte wünschte — kurz, es handelte sich um lauter kleine, nette Handreichungen, wie sie daheim jede Hausfrau und jede Haustochter gerne für ihre Gäste leistet. Als nach etwa drei Stunden die Gesellschaft aufbrach, um sich zum festlichen Nachtessen ins Restaurant zu begeben, räumte ich mit der Spettfrau rasch alles auf, versorgte Geschirr und Gläser in den Kästen, in denen ich nun auf einmal gut Bescheid wußte, deckte den Tisch für das Frühstück und legte neben das Bett der Freundin einen kleinen Gruß, weil ich wußte, wie schwer ihr der Abschied von der einzigen Tochter fallen mußte. Dann verließ ich befriedigt das Haus und war glücklich, daß ich endlich einmal eine meiner Lieblingsideen hatte verwirklichen können.

Schon längst war ich der Ansicht gewesen, daß wir uns heute, im Zeichen der vereinfachten Haushaltführung und der Dienstbotennot, in gewissen Fällen gegenseitig mehr Hilfe leisten sollten. Ich meine nicht, daß wir die täglichen Verrichtungen oder die in regelmäßigen Zeitabschnitten wiederkehrenden Arbeiten (Wäsche, Frühjahrsreinigung usw.) gemeinsam vornehmen sollten; da wird keine Frau von der Hilfe ihrer oft weit entfernten Freundin abhängig sein wollen, sondern jede die ihr gemäße Methode herausfinden, die eine rationelle Erledigung dieser Pflichten gewährleistet.

Dagegen gibt es immer wieder besondere Ereignisse, die nach besonderer Hilfe rufen. Nur speziell geschultes und daher entsprechend teures Personal oder verständnisvolle Hilfe aus unsren eigenen Reihen kann da wirkliche Hilfe schaffen; von den wenigsten Putzfrauen, die wir sonst für Bodenreinigung oder Geschirrwaschen anstellen, können wir erwarten, daß sie auch noch perfekt kochen, sich um den Blumenschmuck einer festlichen Tafel kümmern und mit Sicherheit das richtige Besteck und Geschirr bereitlegen. An dem beschriebenen Hochzeitsempfang z. B. wollte die Spettfrau den Nußknacker zum Servieren der Eiswürfel hinlegen; angesichts der vielen Blumen war sie ratlos, weil alle Vasen bereits besetzt waren und sie sich nicht getraute, kurzerhand den Deckel einer Zinnkanne aufzuklappen und die roten Rosen da hineinzustellen oder den

blauen Milchkrug für den bunten Sommerstrauß zu benützen; ihrer Ansicht nach gehörten Gabeln und Messer zu den winzigen Brötchen, die von den zwanglos gruppierten und zum großen Teil stehenden Gästen natürlich von Hand zum Mund geführt wurden.

Was wir in solchen Fällen brauchen, das ist eine vertraute Person, die unsern Lebensstil kennt und teilt, die selbständig zu denken und zu handeln gewohnt ist — es wäre der Hausfrau schlecht gedient, wenn sie wegen jeder Kleinigkeit ihre Unterhaltung mit den Gästen unterbrechen und mit der Hälfte ihrer Gedanken doch noch beim Haushaltgetriebe weilen müßte.

Anderseits aber muß es die Gastgeberin auch verstehen, die ihr gebotene Hilfe mit vollem Vertrauen anzunehmen, wie das meine französische Freundin in vorbildlicher Weise getan hat. Ich hätte mich schön geärgert, wenn sie selber in die Küche gelaufen wäre, um die leere Siphonflasche gegen eine neue einzutauschen oder wenn sie mich daran erinnert hätte, daß ich die nassen Gläsertücher durch frische zu ersetzen habe! Nein, Suzanne blieb froh und unbeschwert in der Mitte ihrer Gäste sitzen, pries sich laut glücklich, daß sie für einmal bei sich selber auf Besuch sein dürfe und machte mich zwischendurch mit einigen Freunden bekannt, die mich dem Hörensagen nach schon kannten und die auch ich gerne endlich persönlich kennen lernte.

So buchte ich dieses Erlebnis in mehr als einer Beziehung auf die positive Seite meines Lebens und nahm mir fest vor, in dieser Richtung hin weitere Anstrengungen zu unternehmen. Wie oft hatte ich mich jungen Frauen zum Kinderhüten angeboten, wie gerne hätte ich mich einmal an einen fremden Herd gestellt, wie willig hätte ich mit ein paar Gleichgesinnten jener Freundin am Tage nach dem großen Familienfest beim Abwaschen geholfen — nie wurde ich beim Wort genommen, trotzdem es mir immer ernst gewesen war mit der angebotenen Hilfe. Warum wohl?

Da gibt es viele Gründe, mit denen wir uns den Zugang zu andern Leuten gewaltsam verbauen, den natürlichen Kontakt von Mensch zu Mensch ängstlich unterbinden. Man hat z. B. Hemmungen, fremden Augen die Intimitäten unseres Haushaltes preiszugeben... ach, wie unnötig ist das! Auch bei meiner peinlich korrekten Suzanne war z. B. das Milchkesseli

B.A.G. BRONZEWARENFABRIK A.G. TURGI



Wir giessen viele Arten von Gegenständen. Besonders beliebt sind die BAG-Buchstaben. Wir haben Standard-Buchstaben und fabrizieren auch nach Zeichnungen. Unverbindlich steht Ihnen unser Fachmann zur Verfügung. Auch ein Besuch im Ausstellungslokal an der Stampfenbachstrasse 15, Tel. 24 26 88, Zürich, lohnt sich



## Einschlafen der Glieder

Man erreicht die bessere Blutzirkulation mit dem Kräuterextrakt Zirkulan. Blutstauungen, Zirkulationsstörungen (Beißen, Schmerzen, Juckreiz) bessern und verschwinden sogar, wenn man die in hartnäckigen und alten Fällen notwendige Ausdauer für die KUR besitzt. Die Folgen ungenügender Zirkulation werden in den Heilungsprozeß einbezogen, und die Zirkulan-KUR bringt, gesamthaft betrachtet, umfassende Hilfe. Ärztlich empfohlen.

## Zirkulan-KUR

gegen Arterienverkalkung, hohen Blutdruck, Schwindel, Herzklopfen, Kopfweh, Wallungen, Wechseljahrbeschwerden, Krampfadern, Knoten, Müdigkeit, Schwellungen, Stauungen, Hämorrhoiden, eingeschlafene Arme, Hände, Beine und Füße.

Zirkulan ist erhältlich in Apotheken und Drogerien. KUR Fr. 20.55, halbe KUR Fr. 11.20, Orig.-Fl. Fr. 4.95. Wo nicht erhältlich, Versand durch Lindenholz-Apotheke, Rennweg 46, Zürich 1.

## Wie und wann gebraucht man das Messer?

Diese und hundert andere Fragen beantwortet der «Schweizerische Knigge». Fr. 4.70 in jeder Buchhandlung erhältlich.

zerbeult, und es herrschte wenigstens in *einer* Küchenschublade jenes wohlbekannte Durcheinander, das mich vor Selbstzerknirschung bewahrte.

Oder man möchte mit der Annahme fremder Hilfe nicht unbescheiden wirken... natürlich bietet man sich zu einer Gegenleistung an. Solange diese in einem ähnlichen Rahmen liegt, gut — aber nur ja nicht sich ängstlich überlegen, mit welcher Art Geschenk man sich revanchieren könne... nichts dergleichen darf in Frage kommen, da wir ja das Festbudget gerade nicht unnötig belasten wollen und dafür mit der eigenen Hilfeleistung einen Ausgleich schaffen möchten.

Und was vielleicht das schwerwiegendste Bedenken ist: man weiß nicht recht, ob man als freundschaftliche Hilfskraft nun auch unter die Geladenen gerechnet wird... natürlich nicht, da müssen wir von allem Anfang an eine klare Situation schaffen. Es ist uns doch gerade darum zu tun, daß sowohl Hausfrau als Gäste ihre festliche Stimmung nicht unterbrechen müssen, sondern sich unbeschwert der Freude hingeben können. Aus diesem Grunde scheint es mir auch die bessere Lösung zu sein, auf eine ganz neutrale Hilfskraft (oder deren mehrere), die außerhalb der Reihe der Gäste steht, zu zählen, als von den Gästen selbst Mithilfe zu erwarten, wobei dann keiner recht weiß, was er zu tun hat oder nur ein paar wenige wirklich helfen (dafür aber am allgemeinen Vergnügen zu kurz kommen) und

alle schließlich doch das vage Gefühl haben, sie hätten die Hausfrau noch mehr entlasten sollen.

Mit normalem Selbstbewußtsein und einer gewissen Großzügigkeit werden wir unsere Aufgabe gewiß keineswegs als Aschenbrödel, sondern, im Bewußtsein, eine wertvolle, wichtige Hilfe der Gastgeberin zu sein, mit Schwung und Grazie erfüllen. «Aber natürlich ziehst auch du ein schönes Kleid an», hatte mir Suzanne damals empfohlen, und da ich diesen guten Rat befolgte, war meine anfängliche leise Befangenheit über meine Stellung in der festlichen Gesellschaft sehr schnell überwunden.

NACH allen meinen Erfahrungen bin ich der Ansicht, daß die Initiative zu gegenseitiger Hilfeleistung unbedingt von denen, die Hilfe brauchen, ausgehen soll und daß diese sich auch nicht scheuen sollten, jemand darum anzugehen, der sich nicht speziell dafür angeboten hat. Die Hilfsbereitschaft ist jeder Frau sozusagen angeboren, es gilt nur, sie zu wecken und im richtigen Augenblick anzufordern. Ich glaube, es gibt wenige Frauen, die sich nicht freuen würden, ihre Kräfte und Fähigkeiten für eine Freundin oder gute Bekannte einzusetzen.

Ich male mir im Geiste schon verschiedene Möglichkeiten aus, da mir die freundschaftliche Hilfe willkommen sein wird und ich sie mit irgendeiner Gegenleistung quittieren kann. Unter Berücksichtigung der verschiedenen

## Empfehlenswerte Bildungsstätten

### Privat-Kinderheim Luginsland, Arosa

Kleines, gepflegtes Heim für Kinder von 3-16 Jahren. Ferien und Erholung, Jahresbetrieb. Sorgfältige und individuelle Pflege und Erziehung. Unterricht durch diplomierte Lehrkraft. — Sport

Prospekte und Referenzen: Frau E. Jordi-Bodmer

Telefon (081) 314 92

### „PRASURA“ AROSA

Erholung und Ferien  
für Kinder und Jugendliche

Anerkannt vom Bundesamt für Sozialversicherung  
Arzt Dr. med. H. Herwig

Ausführliche Prospekte durch die Leiterin,  
Frau Dr. R. Lichtenhahn, Tel. (081) 314 13



### Schweizerische Hotelfachschule Luzern

staatlich subventioniert

#### Vorbereitung und Ausbildung

für das Hotelfach. Separate Kurse für die verschiedenen Fachgebiete.

Allg. Abteilung: Fachkurs, Sprachkurs (Englisch Hauptfach), Sekretärkurs; je 3 Mts.

Kochkurse (auch privat), je 8 Wochen

Servierkurse je 8 Wochen

Div. Spezialkurse für fachl. Spezialfortbildung

Hotelstellenvermittlung nach Kursbesuch. Illustrierter Prospekt und Auskunft sofort auf Verl. Tel. (041) 2 55 51

Liebhabereien und Talente werde ich eines Tages zur Erika sagen: «Niemand versteht sich so wie du auf die Zubereitung eines knusprigen Kalbsbratens, während ich selber jahraus, jahrein nie einen solchen auf den Tisch bringe; würdest du am Geburtstage meines Sohnes diese Arbeit für uns und unsere Gäste übernehmen? Dafür helfe ich an der Konfirmation deines Jüngsten deinem Mädchen beim Abwaschen.»

Die um viele Jahre jüngere Sylvia bitte ich um ein großes Glas ihrer berühmten Traubengelee, damit sie sich endlich getraut, mich für ein paar Abende zum Kinderhüten aufzubieten; ich weiß, daß sie dieses und jenes Konzert gerne mit ihrem Mann gemeinsam besucht. — Jenes junge Mädchen, das seine Pflichten als Haustochter mit so reizender Selbstverständlichkeit zu erfüllen versteht, werde ich in Abwesenheit meiner eigenen Tochter bei der nächsten größeren Einladung bitten, meinen Gästen die Türe zu öffnen, ihnen beim Ablegen der Mäntel zu helfen, sie ins Wohnzimmer zu führen, aus dem ich ungern immer wieder beim Klingeln der Haussglocke davonstürze, die Blumen einzustellen, die gelegentlich mitgebracht werden — dafür anerbiete ich mich, dem Mädchen beim Zuschniden und Nähen der neuen Sommerbluse zu helfen.

Der waschbeflissenene Margreth, die in ihrer Küche eine vorzügliche Waschmaschine stehen hat, biete ich das große Tafeltuch zur Behandlung an, das ich ungern der Waschanstalt anvertraue; dafür bin ich sicher, daß sie mich nach der nächsten großen Party zum Aufräumen aufbietet; sie ist eine jener Frauen, die wissen, daß nur im steten Wechsel von Geben und Nehmen die menschlichen Beziehungen sich ständig erneuern und lebendig bleiben.

#### Lösung der Denksportaufgabe von Seite 23

*Lösung der 1. Frage:* Hofer ließ sich eine jener Bierflaschen mit eingewölbtem Boden geben, stellte sie auf den Kopf, goß aus seinem Glase Bier in die Wölbung und trank so Bier aus der geschlossenen Flasche.  
*Lösung der 2. Frage:* Stadler war vorsichtig genug, den Hut genau in der Ecke des Zimmers auf den Boden zu legen.



## Wechseljahre?

Sollte es schon so weit sein?  
 Ich schlafe schlecht, spüre das Herz,  
 fühle mich matt wie noch nie.  
 Auch meine Haut ist fahl und grau.

Auf alle Fälle will ich eine Elchina-Kur beginnen. Sie verscheucht die quälenden Gedanken, verbessert mein Aussehen und gibt mir mein Selbstvertrauen zurück.

*Elchina (mit Eisen) stählt und stärkt bei Wechseljahrbeschwerden, verbessert das Blut, hilft bei allgemeiner Schwäche, Überarbeitung, Magen- und Darmstörungen, chronischer Übermüdung. Elchina schenkt auch ruhigen Schlaf.*

In Apotheken und Drogerien.



Grosse Flasche 6.95, kleine 4.25  
 Kurpackung à 4 gr. Flaschen 20.80

**ELCHINA**  
 das erfolgreiche Hausmann-Produkt

Im **Usego**  
GESCHÄFT

gut beraten  
gut bedient

