

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 32 (1956-1957)
Heft: 6

Titelseiten

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: 15.02.2026

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

Schweizer
Spiegel

MÄRZ 1957

NR. 6

32. JAHRGANG





F 7

Hand aufs Herz! ... haben Sie heute gefrühstückt?

Eine einzige Viertelstunde, die Sie früher aufstehen, kann Ihr ganzes Tagwerk positiv beeinflussen. Es ist die Zeit, die Sie sich für Ihr Morgenessen nehmen sollten. Wer nicht gefrühstückt hat, wird schneller müde und schadet so seinem Wohlbefinden. Gönnen Sie sich deshalb diese Frühstücks-Viertelstunde!

Brot nährt und ist billig!

Besonders für junge Menschen ist das Morgenessen von entscheidender Bedeutung. Eine Tasse Milch, ein kräftiges Butterbrot sind schnell zubereitet — und gar viel hängt davon ab, ob dem jungen Körper die Energien zugeführt werden, die er bereits im Laufe des Vormittags benötigt. Und dazu gehört vor allem ein währschaftes Frühstück mit Brot



Schweizer Spiegel

GUGGENBÜHL & HUBERS SCHWEIZER SPIEGEL
eine Monatsschrift
erscheint am Ersten jedes Monats

Redaktion

Dr. FORTUNAT HUBER
Dr. ADOLF GUGGENBÜHL
Frau HELEN GUGGENBÜHL
Hirschengraben 20
Zürich 1
Telefon 32 34 31

Sprechstunden der Redaktion täglich nach vorheriger telefonischer Anmeldung. Die Einsendung von Manuskripten, deren Inhalt dem Charakter der Zeitschrift entspricht, ist erwünscht. Die Honorierung erfolgt bei Annahme, Rücksendung erfolgt nur, falls frankierter und adressierter Antwortumschlag beiliegt.



Inseratenannahme

durch den Verlag, Hirschengraben 20, Zürich 1,
Telefon 32 34 31.

Preis einer Seite Fr. 600.—, 1/2 Seite Fr. 300.—,
1/4 Seite Fr. 150.—, 1/8 Seite Fr. 75.—, 1/16 Seite
Fr. 37.50 + 3 % Papierteuerungszuschlag vom
Januar 1954, 4 % Druck- und Papierpreis-
zuschlag vom 1. Januar 1957. Bei Wiederholungen
Rabatt! Schluß der Inseratenannahme 18
Tage vor Erscheinen der Nummer.

Druck und Expedition

Buchdruckerei AG. Baden
Papier der Papierfabrik Biberist

Bestellungen

nehmen jederzeit entgegen der Verlag sowie auch
alle Buchhandlungen und Postämter.

Abonnementspreise:

Schweiz:	für 12 Monate	Fr. 23.75
	für 6 Monate	Fr. 12.60
	für 3 Monate	Fr. 6.75
Ausland:	für 12 Monate	Fr. 26.40
	Preis der Einzelnummer	Fr. 2.50

Postcheckkonto VIII 7061 Zürich
Schweizer Spiegel Verlag



G U G G E N B Ü H L & H U B E R
SCHWEIZER SPIEGEL VERLAG AG. ZÜRICH

CARELLA-
heute eine der meistbegehrten Haushalt-Waschmaschinen. Vom Schweiz. Institut für Hauswirtschaft (SIH) geprüft. Durch Fachgeschäfte. Prospekte und Bezugsquellen nachweis durch die Waschmaschinenfabrik
VERWO AG. Pfäffikon/Sz. Tel. (055) 2 72 08



der König der Dampfkochtopfe

Beziehen Sie Ihren FLEX-SIL-Dampfkochtopf in einem
der Großenbacher-Ladengeschäfte: **Basel**, Petersgasse 4;
Zürich, Löwenstraße 17; **St. Gallen**, Neuengasse 25; oder
per Postversand direkt ab
Großenbacher-Handels-AG, St. Gallen 8, Tel. (071) 24 23 23

Bücher von Adolf Guggenbühl

N E U (Herbst 1956)

Kein einfach Volk der Hirten

Betrachtungen zur schweizerischen Gegenwart
in Leinen Fr. 14.80

Im Gegensatz zu dem Buch «Es ist leichter, als Du denkst», das dem einzelnen Menschen zeigt, wie er sein eigenes Leben besser gestalten könnte, befaßt sich der Verfasser in diesem Werk mit dem Schweizer Volk als Ganzem. Kleines wie Großes, Politik und Freizeitgestaltung, Kultur und Wirtschaft, Feiertag und Werktag werden in einem klaren Spiegel aufgefangen.

Früher erschienen:

Es ist leichter, als Du denkst

Ratschläge zur Lebensgestaltung
3. Auflage. Fr. 13.35

Der schweizerische Knigge

Ein Brevier für zeitgemäße Umgangsformen
Umgearbeitete Neuausgabe. 46.-55. Tausend
Fr. 5.40

Zürcher Schatzkästlein

Ausstattung und Illustrationen H. Steiner
Die 36 vierfarbigen, zweifarbigen und einfärbigen Kunstkärtchen in einem entzückenden Kästlein zeigen Zürich in Gegenwart und Vergangenheit
3. Auflage. Fr. 8.60

Das Liebesgärtlein

Ausgewählte Sprüche und Verse
Mit farbigen Original-Lithographien
von Hans Aeschbach
3.-4. Tausend. Geschenkband Fr. 10.90

Schweizerdeutsche Sprichwörter

3. Auflage. Fr. 3.50

S Chindli bättet

Schweizerdeutsche Kindergebete
4.-7. Tausend. Fr. 3.50

Glücklichere Schweiz

Betrachtungen
über schweizerische Lebensgestaltung
4.-6. Tausend. Fr. 14.—

Schweizerisches Trostbüchlein

Vignetten von Walter Guggenbühl
6.-8. Tausend. Fr. 5.60

Uf guet Züritüütsch

Ein kleines Wörterbuch
für den täglichen Gebrauch
5.-7. Tausend. Kartoniert Fr. 3.50

Heile heile Säge

Alte Schweizer Kinderreime
8.-10. Tausend. Fr. 3.50

Schwyzer Meie

Die schönsten schweizerdeutschen Gedichte
In Zusammenarbeit mit Georg Thürer
4.-5. Tausend. Geschenkband Fr. 9.80

Vom Segen der Familie

Mit Vignetten von Hans Tomamichel
5. Auflage. Broschiert Fr. 1.05