

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 33 (1957-1958)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Wir und die 5 Tage Woche  
**Autor:** Fröhlich, Irma  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073531>

#### **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:** 07.01.2026

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

## Wir und die



Was geht uns Hausfrauen die Fünftagewoche an? Für uns gilt ja nach wie vor die Siebentagewoche! Wozu uns auseinandersetzen mit dieser Neuerung? Sollen doch die Betroffenen selber sehen, wie sie damit fertig werden!»

So und ähnlich äußern sich viele Hausfrauen, so oft die Rede ist von einer Sache, die – sicher problematisch und daher viel diskutiert – einstweilen noch vereinzelt in Erscheinung tritt, eines Tages aber bestimmt Tatsache für alle sein wird, so wie vor etlichen Jahrzehnten der freie Samstagnachmittag auch ein Ding der Unmöglichkeit schien, während wir ihn heute schon als Selbstverständlichkeit empfinden.

Wir Hausfrauen mögen für oder gegen die Fünftagewoche sein – die Entscheidung darüber, ob die Betriebe unserer Männer, unserer erwachsenen Kinder zum neuen System übergehen, liegt nicht bei uns, kann aber im einzelnen Fall von einem Tag auf den andern Wirklichkeit werden. Da ist es wichtig, daß wir nicht unvorbereitet in diese neue Situation hineinschlitteln, sondern uns beizeiten damit auseinandersetzen und uns positiv dazu einstellen – mit Jammern und Klagen ist niemand gedient, weder uns noch unserer Umgebung!

Um uns für die zukünftige Umstellung zu wappnen und uns gegenseitig das Rückgrat zu stärken, habe ich dieses Problem sowohl in der Elternschule Zürich (Seminarstraße, Zürich 6) als auch in zwei anderen aufgeschlossenen Frauengruppen zur Sprache gebracht und siehe da!, bei schärferer Beleuchtung des ganzen Fragenkomplexes haben sich die Schwierigkeiten zusehends aufgehellt, und es sind einige Stellen zutage getreten, die neue, reiche Möglichkeiten für uns Frauen und unser Familienleben in sich bergen.

## Schwierigkeiten, die sich meistern lassen

Selbstverständlich sind mit der Fünftagewoche allerlei Unannehmlichkeiten für die Hausfrau verbunden, die sich namentlich jetzt, in der Zeit des Übergangs, stark bemerkbar machen.

Die ältere Frau eines Chemikers muß von sechs bis acht Uhr abends ständig in Bereitschaft sein, um bald dem einen, bald dem andern der heimkehrenden, hungrigen Angehörigen warmes Essen vorzusetzen. Eine andere Frau, Mutter zweier Techniker und eines Büroangestellten, muß zu verschiedenen Zeiten ein währschafes Frühstück kochen für die «Mannschaft», die erst im Laufe des Abends wieder zurückkommt. Glücklicherweise verstehen es beide Frauen vortrefflich, sich den Gegebenheiten anzupassen. «Natürlich behagte mir der neue Fahrplan anfänglich gar nicht», erzählt mir die eine, «ich benahm mich wie die meisten Frauen recht schwerfällig. Aber jetzt sehe ich, daß man sich an alles anpassen kann und daß es auch so geht. Ja, im Gegenteil: ich fühle mich geradezu verjüngt, seit ich etwas aus dem gewohnten Geleise herausgetreten bin; ich kann jetzt auf der ganzen Linie besser fünf grad sein lassen, und eigentlich ist es allen wohler so. Wir Frauen merken oft gar nicht, wie festgefahren wir bisweilen sind.» Diese Frau hat richtig erfaßt und an sich selber verspürt, wie gut es uns allen tut, hin und wieder gewaltsam vor neue Aufgaben gestellt zu werden und diese zur allgemeinen Zufriedenheit zu meistern.

Was für den täglichen Fahrplan gilt, tritt natürlich auch beim Wochenplan in Erscheinung. «Meine Woche ist jetzt einfach zu kurz», jammert die Frau eines Betriebsleiters, deren Haushalt erst seit kurzem von der Fünftagewoche betroffen ist, «mein Mann wünscht, daß ich am Samstag ebenso wie an einem Sonntag nur das Allernötigste im Haushalt mache und mit ihm die Freizeit teile – wie soll ich aber bis zum Freitag fertig werden mit dem gewohnten Pensum?»

Zugegeben, unsere Wochenarbeit bleibt sich nach wie vor gleich, sollte aber von jetzt an auf bloße fünf Tage verteilt werden. Da kann man eben nicht im gewohnten Geleise verharren, sondern es heißt auch hier: die Weichen einmal anders stellen, die Arbeit anders ein teilen, anders organisieren und dabei spüren,

---

# marmora

Wie ab  
der Wurst  
geschnitten



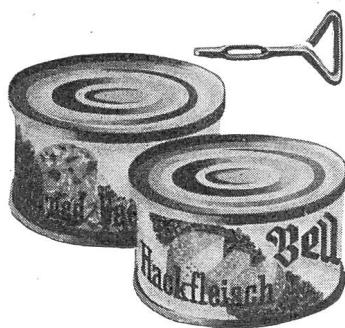
Fr. 2.40 incl. 5%

Frisch und appetitlich ist die neue **Marmora**, eine praktische Konserven für gepflegte Aufschnittplatten, für Picnic und Reise. Dank der neuen Dosenform lässt sich der Inhalt mühelos herausnehmen und mit Leichtigkeit in schöne, regelmässige Tranchen schneiden. Auf dem Arbeitsplatz eignen sich zum Znuni, z'Vieri oder als Hauptmahlzeit nach wie vor die bewährten **Hackfleisch** und **Corned Beef**.

---

**Bell**

---



daß verschiedene Schienen zum gleichen Ziel führen.

«Ich habe anfänglich auch gemeint, es gehe einfach nicht, wenn ich den Samstag nicht als vollen Arbeitstag mitzählen könne», gesteht eine Frau mit drei halbwüchsigen Kindern, «aber dann habe ich einmal alles gründlich durchdacht und mir innerlich zurechtgelegt. Da merkte ich, daß ich allerlei zu umständlich, vieles allzu bedächtig machte, daß ich manches vereinfachen (zum Beispiel das Glätten) und rationeller einteilen (zum Beispiel das Posten) könnte. Ich fing auch an, zu gewissen Zeiten viel intensiver zu arbeiten; statt heute diese, morgen jene Putzerei in Angriff zu nehmen, komme ich bei dieser konzentrierten Methode in einem einzigen halben Tag weiter als früher in zwei Tagen. Jetzt freue ich mich selber darüber, jeweils ein von Hausarbeit wenig beschwertes, langes Wochenende vor mir zu haben.»

### Kameradschaft im Haushalt

Die jungen Mütter, deren Arbeitslast besonders groß ist, können gottlob mehrheitlich auf die tatkräftige Unterstützung ihrer Männer zählen, deren natürliche Hilfsbereitschaft erfreulicherweise ständig im Zunehmen begriffen ist. Den einen Männern bedeutet es der Inbegriff von Behaglichkeit, über das freie Wochenende ein wenig teilzuhaben an den häuslichen Beschäftigungen; sie finden das Einkaufen eine ebenso vergnügliche Angelegenheit wie das Staubaugen, sie schlagen gerne hier einen Nagel ein, reparieren dort ein defektes Kabel, geben sich freudig mit den Kindern ab und führen sie spazieren. Andere nehmen weniger begeistert, aber ganz bewußt etwas Hausarbeit auf sich, weil sie darin einen heilsamen Ausgleich zu ihrem einseitig geistig ausgerichteten Beruf sehen. Wieder andere legen willig Hand an, weil sie im eigenen Interesse wünschen, daß alles möglichst schnell erledigt sei und die Frau nachher für sie und ihre Liebhabereien mehr Zeit habe.

Sicher trägt die Fünftagewoche dazu bei, den Mann vermehrt zu interessieren an den häuslichen Angelegenheiten und das ganze Familienleben intensiver zu gestalten. An uns Frauen liegt es, die günstige Gelegenheit wahrzunehmen und auszuwerten! So sollte jede Frau mit ihrem Mann und unter Umständen mit den großen Kindern die neue Sachlage



## Über 1000 Einzelgerichte

hat die Hausfrau und Mutter im Laufe eines Jahres zu ersinnen. Es ist ihr deshalb eine grosse Hilfe, wenn sie brauchbare Anregungen für eine vollwertige Ernährung ihrer Lieben bekommt. Rezepte von rasch und leicht herzustellenden Speisen aus Paidol sind gratis erhältlich bei der Paidolfabrik Dütschler & Co., St. Gallen, gegen Einsendung von zwei Paketdeckeln.



ermöglicht dank Ihrer Vielseitigkeit mehr Abwechslung im Speisenzettel. Es können mühelos 10 verschiedene Zusatzgeräte, wie Fleischhackmaschine, Fruchtsaft-Zentrifuge, Gemüseraffel, Kaffeemühle usw. fixiert werden.

Die überaus einfache Handhabung verhilft zu beträchtlichen Arbeits- und Zeitersparnis. Sie steht fest auf dem Tisch, braucht also wieder gehalten noch überwacht zu werden. Die farbigen Bakelitteile bringen mehr Fröhlichkeit in die Küche.

Ein Zug am Knopf: und das Oberteil kann hochgekippt, die Schüssel entfernt, das Rührgerät ausgewechselt werden.

Zum Apparat gehören 3 Rührgeräte:



die K-Kelle röhrt



der Teighaken knetet,



der Besen schwingt.



Die Bedienung ist wirklich einfach — das Reinigen so leicht! Apparat mit Mixer+Rührwerk+3 Rührgeräten+Rezeptbuch Fr. 450.—

Generalvertretung: Intergros AG, Zürich Bahnhofstrasse 69  
Erhältlich in allen guten Fachgeschäften. Tel. 051 276150

Rund ist elegant, zeitlos, praktisch und solid.

Die ROAMER-Damenmodelle tragen Sie zur Arbeit, in Gesellschaft und auch beim Sport. Von hervorragender Qualität und 1000-fach bewährt sind die 100% wasserfesten ROAMER-Uhren.

Goldplaque, 17 Rubis Fr. 88.-

In der Schweiz in über 400 Fachgeschäften erhältlich.

ROAMER  
ROAMER WATCH CO. S.A.  
SOLOTHURN

Heile, heile Säge  
und Isoplast zum pflege

ISOPLAST A.G. BRUGG

gründlich besprechen und die Schwierigkeiten aufzeigen, die ihr dadurch erwachsen. Da geben oft gerade die Männer unvoreingenommene und kühne Ratschläge, die meist durchaus annehmbar sind. «Daß wir alle ausschlafen wollen, begreifst du sicher», sagte ein junger Kaufmann zu seiner Mutter, «daß du aber nicht den ganzen Vormittag das Frühstück herumstehen hast und zwischen elf und zwölf Uhr noch drei Schlafzimmer machen kannst, begreifen auch wir. Darum soll sich jedes am Abend etwas Eßbares neben sein Bett stellen: einen Joghurt, eine Banane oder ein belegtes Brot in einem Frischhaltebeutel. Das essen wir beim Aufwachen, können dann nach Belieben weiterdösen, lesen oder Kreuzworträtsel lösen. Wenn wir aufstehen, machen wir natürlich unsere Betten selber – aber auf unsere Manier, bitte! Schließlich heißt es: wie jeder sich bettet, so liegt er!»

Nach anfänglichem Widerstreben überzeugte sich die Mutter davon, daß auf diese Weise jedes die größtmögliche Freiheit und sie selber ein paar ungestörte Stunden hatte. Daß wir an den Wochenenden alles gelassen nehmen und daran denken, daß die Hausarbeit ja nur den Rahmen für unser Familienleben bildet und niemals Selbstzweck sein darf, ist sicher im Interesse einer frohen Atmosphäre wichtig. Besonders nett aber ist es, wenn die Hausmutter von sich aus ihre Freude über vermehrtes Zusammensein der Angehörigen unterstreicht, wie die Frau eines Vertreters, die zum Nachessen am Freitagabend stets das schöne Service aufdeckt und dies bis am Sonntagabend so hält.

#### Neue Möglichkeiten für die Frau

Die Frau eines juristischen Beraters ist mit Sorgfalt und Umsicht darauf bedacht, ihre Familie über das lange Wochenende mit geistiger Kost zu versehen. Sie kauft hin und wieder eine anregende Zeitschrift, spielt ihrem Mann Artikel über Jugendpsychologie in die Hände (weil er ihrer Ansicht nach zu wenig Verständnis für Pubertätsprobleme hat!) und holt in Bibliotheken und bei Freunden Bücher, die ihr lebenswert und ihrem Familienkreis angepaßt erscheinen. Ist es nicht großartig, wenn eine Frau nicht nur nicht klagt über unerwünschte Umstellung, unbequeme Zeiteinteilung, vermehrte Belastung usw., sondern sich im Gegenteil überdies noch neue Aufgaben stellt, neue Möglichkeiten sieht, um die vielgestal-