

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 35 (1959-1960)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Viele Kinder und keine Hausangestellte : Antworten auf unsere Rundfrage  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1073377>

#### 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:** 08.01.2026

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

# Viele Kinder und keine Hausangestellte

## ANTWORTEN AUF UNSERE RUNDFRAGE

*Die zwei ersten Folgen der ausgewählten Antworten sind in der November- und Dezember-Nummer erschienen. Anschließend daran erhielten wir viele weitere aufschlußreiche Einsendungen sowie auch zahlreiche Reaktionen auf die erschienenen Antworten. Das zeigt, daß dieses Thema außerordentlich viele Leserinnen beschäftigt, darunter auch Frauen, die zwei oder drei Kinder haben und die zeitweise meinen, die mannigfachen Aufgaben ihres Haushaltens ohne Hilfe von außen kaum mehr bewältigen zu können. Was tun? Vor allem kommt es auf die geistige Einstellung zur Arbeit an.*

*«Obwohl wir in den letzten Jahren ständig mehr Kinder und Pflichten hatten, finde ich meinen Haushalt immer interessanter. Nie zuvor habe ich mich so frei gefühlt, trotz der vielen Arbeit, die einfach getan sein muß. Mein selbstgewählter Beruf befriedigt mich nicht nur, nein, er begeistert mich sogar.» (Abschnitt aus einem Beitrag.) H. G.*

### III

#### **Das schönste an unserem Beruf ist die Unabhängigkeit**

Fünf Kinder

Zwei Gründe bewogen uns vor anderthalb Jahren, keine Haushaltlehrtochter mehr zur Mithilfe zu nehmen: Unser ältestes Kind, ein da-

mals zwölfjähriges Mädchen, sollte im letzten unbeschwerlichen Primarschuljahr noch Gelegenheit haben, sich daheim ein wenig im Kochen und Haushalten zu üben. Ist eine Lehrtochter da, ziehen sich die eigenen Kinder bekanntlich «bescheiden» zurück. Außerdem wollten wir gerne wieder einmal als Familie unter uns sein und benötigten überdies das freigewordene Zimmer dringend.

Wir fühlen uns reich mit unsren fünf Kindern im Alter von dreieinhalb, fünf, achteinhalb, zehn und dreizehn Jahren. Die sechseinhalb Zimmer unseres Häuschens reichen gerade aus, um uns alle bequem unterzubringen. Ein Elternschlafzimmer, nur während acht Nachtstunden benutzt, ist natürlich Platzverschwendug in unserm Fall. Das größte Zimmer ist deshalb als Wohnschlafzimmer mit Doppelcouch eingerichtet und ein Refugium für uns und unsere Gäste. Mein Mann hat dafür ein geräumiges Studierzimmer, wo monatenglang nicht aufgeräumt zu werden braucht. Die übrigen viereinhalb Räumlichkeiten sind Schlaf-, Spiel- und Arbeitsstätten für unsere Kinder. Die Stube, in der wir essen, ist leider etwas klein, aber dafür ein sonniger und im Winter warmer Tummelplatz für die beiden Kleinen. Da auch die Kinderzimmer klein ausgefallen sind, denken wir daran, bald Kajüttenbetten anzuschaffen, um Raum zu gewinnen für Tische und Bücherregale.

Wenn man sich gewöhnt war, die Arbeit auf zwei Schultern zu verteilen und plötzlich allein dasteht mit wohl arbeitswilligen aber kindlichen Helfern, meint man zuerst, erdrückt zu werden von all den Anforderungen. Mein

\* Sie weiss, warum sie

Yala trägt

Dieses hochelegante YALA-Combinaison aus undurchsichtigem Nylon-Jersey, mit eingearbeiteten feinen Spitzen, wurde eigens für enge Kleider und Jupes geschaffen. Die seitliche Öffnung erlaubt genügende Bewegungsfreiheit.

Fabrikanten:  
Jakob Laib & Co., Amriswil/TG  
Gegr. 1885

YALA-Modell  
2939/26010 G  
Eines der vielen schönen Modelle aus der neuen YALA-Kollektion

**Yala**

Mann ist zeitlich so in Anspruch genommen, daß ich nicht auf ihn zählen darf. Doch hat er mit den Kindern zusammen seit unserer Umstellung einen viel wachern Blick bekommen für die kleinen Bedürfnisse des Alltags und der Kinder, wie Händewaschen mit ihnen vor dem Essen, Lätzli umbinden, Fleisch zerschneiden und ähnliches.

Gewiß kann auch eine Hausfrau gehetzter sein. Aber es ist ein großer Unterschied zwischen der Hetze im öffentlichen Berufsleben und derjenigen im eigenen Heim. Auch ich lasse mich nur allzu leicht vom vollen Wäschekorb, der überbordenden Flicktruhe, dem un gepflegten Garten, dem Staub in allen Ecken aufregen. Was tun? Das Wichtigste: der sogenannte gepflegte Haushalt, darf nicht unser höchstes Ziel sein. An seine Stelle tritt das lebensvolle Heim, das wohl aufgeräumt ist, aber nicht in tadellosem Glanze strahlt. Da einmal pro Woche oder alle vierzehn Tage mit der Spettfrau zusammen eine gründliche Reinigung erfolgt, wische ich den Staub nur noch ganz kurz zwischendurch.

Die Hetze im Haushalt ist großenteils gar keine richtige Hetze. Denn führen wir Hausfrauen nicht ein königlich unabhängiges Dasein? Können wir nicht Zeit, Geld und Arbeit nach unserm Gutdünken einteilen und uns ausruhen, wann es uns paßt? Ich muß mir diese Tatsachen selber immer wieder vor Augen führen, wenn ich manchmal meine, nur noch Putzfrau und Köchin zu sein. Daneben erleben wir sehr viel gegenseitige Hilfsbereitschaft bei unsren Nachbarinnen, die einmal einspringen, um einen Berg Flickwäsche abzutragen, im Garten Ordnung zu schaffen oder Kinder zu hüten. Seit wir keine Haushalthilfe mehr haben und um so mehr auf gute Nachbarn angewiesen sind, ist das gegenseitige Verhältnis noch viel schöner.

Da wir etwa zwanzig Minuten vom Dorfzentrum entfernt wohnen, spielt das Wie und Wann des Einkaufens eine Rolle. Es gibt verschiedene Möglichkeiten: Unsere Zweitklässlerin hat erst um neun oder zehn Uhr Schule und hütet die Kleinen, bis ich per Velo für die nächsten zwei, drei Tage eingekauft habe. Die wichtigsten Lebensmittel bringt man uns monatlich ins Haus. Was zeitraubender ist, aber dafür als kleiner Ausflug gerechnet wird, ist das Posten mit den zwei Trabanten. Sie werden auf den Gepäckträger des Velos verladen, zwei, drei Taschen an die Lenkstange gehängt

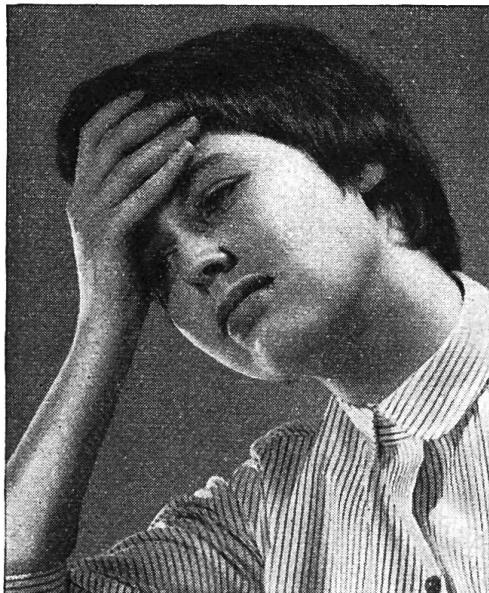
und so ziehen wir los, ich zu Fuß natürlich. Den langen Heimweg, bergauf, den die Kleinen neben dem vollbepackten Velo einhertrippeln müssen, verkürzt ihnen eine Banane oder ein anderer Leckerbissen, und erhält uns alle bei guter Laune.

Beim Kochen hilft mir ein Menuheft, worin ich die Mahlzeiten für eine Woche im voraus notiere. Es hat, abgesehen vom rationellen Einkaufen und Kochen, den Vorteil, daß meine 13jährige kleine Stellvertreterin genau weiß, was es gibt, wenn ich einmal verspätet heimkomme. Wir lieben möglichst viel Abwechslung. Mit Vorliebe sammle ich neue Rezepte, die ich in ein Ringbuch klebe. Kartoffeln aber sind das billigste und beste und deshalb der Hauptbestandteil unserer Menus.

Ein besonderes Problem sind die Mahlzeiten. Mein Mann kommt oft müde heim und möchte Ruhe haben am Tisch. Die Kinder sind voll von Eindrücken und Erlebnissen. Dazu sollten alle fünf einigermaßen anständig essen lernen, ohne daß die Stimmung durch das ewige Ermahnen verdorben wird. Wir beginnen das Essen stets mit Obst oder Salat. Im Winter folgt eine Suppe, im Sommer gibt es Joghurt dazu. Bis diese Gänge vorüber sind, müssen die Kinder ruhig sein. Im großen ganzen hat sich diese Ordnung bei uns bewährt. – Mein Mann, die beiden großen Kinder und ich sorgen nebenbei für die Kleinen. Das Schöne bei einer großen Kinderschar ist, daß die Größern lernen, für die Jüngern zu sorgen, selbst wenn das «Große» erst vier oder fünf Jahre alt ist. Sie bilden auch eine gute Spieltruppe und benötigen oft gar keine weitere Gesellschaft.

Die Bekleidungsfrage bietet uns keine Schwierigkeiten, da für die Kleinen genügend Auswahl vorhanden ist, von den größern Geschwistern her. Einzig unsere große Tochter und der zehnjährige Bub müssen immer wieder neu ausstaffiert werden. Aber das Mädchen hilft selber gerne mit beim Stricken und Nähen. Die Modewünsche überborden nicht, weil jedes Kind vor Augen hat, daß es nicht allein Ansprüche macht. Wir haben das Glück, daß eine Großmutter viele der benötigten Pullover strickt, und Socken und Strümpfe sogar die Urgroßmutter. Oft wünschen wir uns dringende Kleidungsstücke auch zu Weihnachten und zu den Geburtstagen.

Eine interessante Frage ist natürlich die des Budgets. Die meisten Hausfrauen werden da-



## Darf man Kopfschmerzen leicht nehmen?

**Nein!** Immer wieder auftretende starke Kopfschmerzen sollten sogar vom Arzt behandelt werden, weil sie auf eine tiefergehende Störung hindeuten.

Bei **Kopfschmerzen** und **Migräne**, wie sie gelegentlich bei Wetterwechsel (Föhn), auf Reisen oder bei **Erkältungskrankheiten** auftreten, darf man jedoch zu einem guten Arzneimittel greifen.

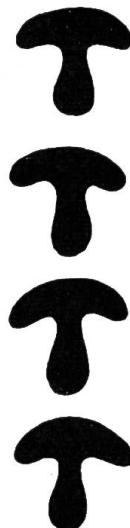
Ihr **Arzt** empfiehlt Ihnen in solchen Fällen **Melabon**, weil es die Kopfschmerzen rasch und zuverlässig beseitigt, gut verträglich und angenehm einzunehmen ist.

Auch zur wirksamen Bekämpfung hartnäckiger **Gicht-, Rheuma- und Nervenschmerzen** aller Art ist Melabon ärztlich empfohlen.

Verwenden Sie jedoch Melabon auch bei starken Schmerzen sparsam: in den meisten Fällen genügt eine einzige Kapsel!

**Verlangen Sie ausdrücklich**

**mélabon**



**Ein Lob  
Ihrer Küche!**

**Sie haben Phantasie,  
darum kochen Sie  
mit Stofer-Pilzen. Das  
bringt willkommene  
Abwechslung, macht  
wenig Arbeit, ist  
nicht teuer und - man  
lobt Ihre Kochkunst.**

**Das Essen  
wird zum Fest mit**

# **Stofer**

**Pilz-Konserven**

**Rezepte erhalten Sie gratis  
durch die  
Pilz-Konserven AG.,  
Pratteln**

mit zu kämpfen haben. Wir legen gleich zu Beginn des Monats soviel wie möglich auf die Bank, um jeder Versuchung zu entgehen, und auch deshalb, weil wir ziemlich teuer wohnen. Mit meinem Haushaltungsgeld bestreite ich alle laufenden Ausgaben und habe so die Möglichkeit, zum Beispiel durch Vereinfachen der Speisezettel kleinere Anschaffungen zu machen. Ich liebe es, buchzuführen, denn sonst weiß ich nie, wo das Geld hingekommen ist. Und so kann ich meinem Mann auch Rechenschaft geben, wenn ich einmal einen Zustupf benötige. Ich versuche nach bestem Wissen, meiner Familie eine gesunde, einfache Ernährung zu geben mit Vollkornbrot, Obst und Gemüsen, und, schon aus finanziellen Gründen, mit sehr wenig Fleisch. Ich sterilisiere viel und mache den Kindern auch den Sirup selber. Statt teuren Mineralwassern gebe ich ihnen Tee mit Zitronensaft.

Eine halbautomatische Waschmaschine leistet mir gute Dienste bei der wöchentlichen Wäsche. Ich kann dazu noch die Trommel herausnehmen und dann etwa zehn Gläser Eingemachtes sterilisieren. Das Glätten reduziere ich auf das Notwendigste. Alle Trikotwäsche wird glattgestrichen und zusammengelegt, ebenso Küchen-, Toiletten- und Leintücher, und höchstens mit dem Glätteisen darüberfahren. In die verbleibende Glättewäsche teile ich mich mit meiner Glätterin. Sie kommt alle vierzehn Tage.

Vielelleicht müssen wir Mütter mit einer größeren Kinderschar strenger und kategorischer sein, weil wir uns sonst gleichsam in Lawinengefahr begeben, das heißt wir werden überrannt von unsrern eigenen Sprößlingen, auch wenn es nicht lauter Buben sind. Ebenso braucht es in der Arbeitseinteilung ein festes Grundschema, das ich, sofern es Kinderarbeiten betrifft, an der Küchenwand anschlage. Nur so findet sich noch Zeit zum Vorlesen, Musizieren, Spazieren und Spielen.

Aber gleichzeitig darf nirgends so wenig wie in großen Familien stur verfahren werden, weil unendlich viel Unvorhergesehenes passiert und uns aus der Ordnung und oft auch aus der Fassung bringen will. So bin ich zum Schluß gekommen, daß das größte Hindernis im Familienbetriebe die Mutter sein kann, wenn sie entweder allzu sehr ihrem Programm nacheilt, oder in einer «laissez aller – laisse faire»-Stimmung» die Arbeit sich auf allen Seiten anhäufen läßt und dadurch unweigerlich nervös

wird. Erlebe ich manchmal einen gesegneten Tag, an dem mir die Arbeit spielend von den Händen läuft und ich zwischen hinein mit Freude und Geduld auf die Kinder eingehen kann, dann fühle ich mich dem Sinn des Lebens näher.

M. H.

**Neugewonnene Geborgenheit**

Vier Kinder

Diesen Frühling sah ich mich plötzlich wieder einmal vor der festen Tatsache, aufs «Einmannsystem» umstellen zu müssen. An diesem Tag zwackte ich von meinem Arbeitsprogramm einen währschaften Brocken ab, setzte mich in den bequemsten Stuhl im Wohnzimmer und rauchte die beste Zigarette, die ich aufzutreiben konnte. In diesem Ambiente nahm ich mir vor, auch weiterhin für meinen Mann und unsere vier Kinder, die in den letzten acht Jahren angerückt sind, Zeit zu haben und mich dennoch wach zu halten für alles, was außerhalb meiner vier Wände vor sich geht.

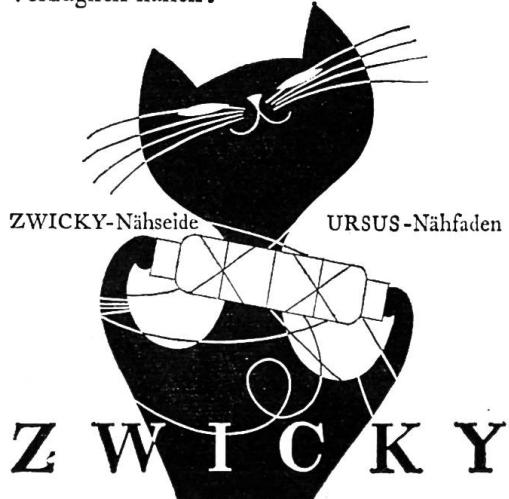
Die Lösung der Wohnfrage ist für uns geradezu ideal ausgefallen. Das ist mein großer Aktivposten. Wir wohnen seit drei Jahren in einem modernen Einfamilienhaus mit Garten, etwas abseits der Autostraße. Vollautomatische Waschmaschine, Ölheizung und eine moderne Küche erleichtern mir enorm viel. Gerne verzichten wir dafür auf anderes (zum Beispiel auf ein Auto). Linolböden, versiegeltes Parkett und Naturstein begnügen sich mit wischen, feuchtem Aufnehmen und gelegentlicher Behandlung mit flüssigen Reinigungsmitteln. Diese Putzarbeiten können gut am Morgen erledigt werden. Die Nachmittage reserviere ich dem Garten, dem Ausgang ins Dorf zum Einkaufen, dem Glätten und Flicken.

Der Küchenzettel ist entgegen meiner Erwartung dem Größerwerden der Familie und dem Fehlen einer Haushalthilfe abwechslungsreicher geworden. Warum dies? Stets auf der Suche nach Spezialitäten von Ost und West, Nord und Süd, diesseits und jenseits der Landesgrenzen, bin ich auf ausgezeichnete nahrhafte und auch dem Haushaltbudget zuträgliche Gerichte gestoßen. Besonders Ein-topfmenus sind küchentechnisch rationell, enthalten meist Eiweiß, Fett und Kohlehydrate in Mengenverhältnissen, als ob ein gewiegter Ernährungsphysiologe sie entworfen hätte.

**GLANZ AM KAISERHOF**

Bald und gern vergass man am Hofe des grossen Napoleon die Einfachheitsallüren der Jahrhundertwende. Herren und Damen überboten sich an prunkvollen Zeremonialtrachten. Das Volk konnte da nicht mitmachen; aber Spitzens und Stickereien, Krausen und Puffen, langwallende Schleppen blieben lange Zeit Elemente der Mode.

Heute ist man einfacher. Aber immer braucht, wer Kleider näht, Nähseide oder Baumwollfaden. Wohl dem, der zwicky-Nähseide oder den guten, mercerisierten Baumwollfaden ursus braucht. Mit beiden lässt sich vorzüglich nähen!

**Fortus zur Belebung des Temperaments**

Bei Mangel an Temperament und bei Funktionsstörungen eine Voll-KUR mit Fortus. So werden die Nerven bei Sexual- und Nerven-Schwäche, bei Gefühlskälte angeregt u. das Temperament wird belebt. Vollkur Fr. 25.—, Mittelkur Fr. 10.—, Proben Fr. 5. / 2.—. In Apoth. u. Drog., wo nicht vorrätig:

**Lindenholz-Apotheke, Zürich 1**

am Rennweg

**46**

Tel. (051) 27 50 77

Für «zwischenhinein»  
eine Tasse Kaffee ist der  
**Melitta Tassenfilter**  
besonders rationell.

Filtert direkt in  
die Tasse. Vor allem stellt sich das  
«Tassenfiltern» viel billiger!

Für Tischwäsche  
gibt es  
**nichts Besseres als**  
**Leinen- und Halbleinen-**  
**Gewebe**

### Wechseljahrbeschwerden?

Machen Sie eine Kur mit **DELTANIL**-Dragées, dem reinen Pflanzenpräparat. Wallungen, Schwindelgefühle, Nervosität und Schlaflosigkeit verschwinden. Sie fühlen sich wieder frisch und leistungsfähig.

**DELTANIL**-Dragées sind erhältlich in Apotheken und Drogerien zu Fr. 5.50, 10.50 und 21.70 für die Kurpackung.

Bio-Labor AG. Zürich



Nach einer tüchtigen Portion Minestrone, nach einem Irish Stew oder nach Bohnen, Kartoffeln und Speck steht niemand hungrig vom Tisch auf. Dies nur einige Beispiele. Italien ist ferner bei uns vertreten mit der Pizza napoletana. Spaghetti al sugo oder al pomodoro ergeben mit reichlich Käse und einer großen Schüssel Salat ein billiges Essen mit wenig Rüstarbeit. Abends sind wir oft im Norden zu Gast mit Porridge und Kompott.

Seit zwei Jahren besteht in unserem Dorf eine Tiefkühlwanlage. Wir haben ein Fach von 200 Liter Inhalt gemietet und zahlen dafür 70 Franken jährlich. Nie hätte ich mir vorgestellt, daß mir diese Art der Konservierung so viel Arbeit abnehmen würde. Vorbei sind die Zeiten, da meine damaligen Hauslehrerinnen und ich in der größten Sommerhitze in der Küche standen, sterilisierten und heiß einfüllten. Heute wasche ich die Beeren und fülle sie mit Zucker vermischt in Plastikdosen. Das Steinobst entsteine ich und gebe es in kleinen Stücken in Plastiksäcke. Gewaschen und kurz überbrüht kommt auch das Gemüse ins Kühlfach. So erscheinen im Januar und Februar gartenfrische Chefen, Zucchetti, Krautstile, Bohnen und Spinat auf dem Tisch. Wie froh bin ich im Winter über das Wegfallen der Rüstarbeit! Helle Begeisterung löst bei den Kindern ein aromatisches Himbeerbircherl aus, wenn sie hungrig vom Schlitteln heimkehren.

Mein Tiefkühlfach hält mir noch auf andere Weise mein Arbeitsbudget im Gleichgewicht: Backe ich einen Kuchen, so entsteht mit der gleichen Mühe und demselben Stromverbrauch ein Zwilling, wie die Kinder es nennen. Dieser muß im Kühlfach warten, bis die Familie gerne einmal Kuchen äße, die Mama aber nicht zum Backen kommt. Vielleicht betreut sie Patienten, oder ein Besuch ist hereingeschneit!

Ich fabriziere keine Konfitüre. Ich werte sie als ein durch die Tradition geheiligt Geschleck am Familientisch, dessen Vitamingehalt durch das Einkochen sehr klein geworden ist. Doch «la vie est dure sans confiture» – so kaufe ich eben nach Bedarf von Zeit zu Zeit einen kleinen Kessel und komme dabei nicht teurer zu stehen, als wenn ich sie selber einmachen würde. Ich genoß im vergangenen Sommer die herrlichen Sommertage mit unsren vier Kindern mehr als noch vor wenigen Jahren, als ich eine Hilfe hatte.

Wie pflegen wir die Geselligkeit ohne fremde

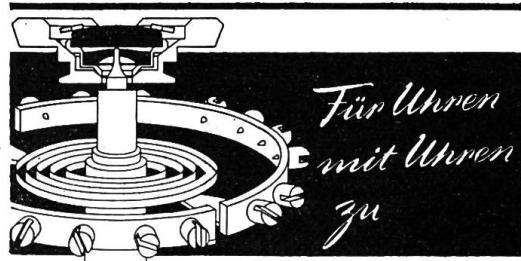
Hilfe? Die kulinarischen Vorbereitungen beanspruchen Zeit und Budget sehr wenig: Ein Cake ist rasch gebacken oder aus dem Kühlfach geholt. Eine Platte Crackers mit pikantem Aufstrich, nett garniert, erfordert auch keine Hexenkünste. So wird bei uns gern bis nach Mitternacht gemütlich geplaudert.

Nun aber komme ich zum wunden Punkt: Ich gehöre zu den Menschen, die acht Stunden Schlaf brauchen bei der intensiven täglichen Beanspruchung. Im Zustand des Schlafdefizits erschöpft sich mein Vorrat an Geduld, Phantasie und lebendiger Initiative im Umgang mit den Kindern sehr rasch. Es knirscht der Sand im Getriebe des Familienlebens. Die Kinder beginnen zu maulen, der Mann entdeckt plötzlich Runzeln an der Stirne und Säcklein unter den Augen seiner Gattin. Müdigkeit der Frau und Mutter ist einer der schlimmsten Feinde des Familienlebens, jene bleierne Müdigkeit, die man schon am Morgen beim Aufstehen spürt.

Doch die Pflege der freundschaftlichen Beziehungen liegt mir sehr am Herzen. Auch als stark beanspruchte Mutter möchte ich ein lebendiges Glied einer größeren Gemeinschaft bleiben und nicht einer «splendid isolation» verfallen. Können wir die Geselligkeit wirklich nur am Abend pflegen? Mit der zunehmenden Verkürzung der Arbeitszeit sind die Familienväter mehr zu Hause. Laden wir doch unsere Freunde an einem freien Samstag zu Würstchen vom Camping-Grill ein! Veranstalten wir ein Picknick im nahen Wald! Bestimmt wird mancher Familienvater gern Würstchen und Brot einkaufen gehen und den Grill betreuen. Wir überraschen die ganze Gesellschaft zudem mit einem guten Dessert. Im Winter und bei schlechtem Wetter laden wir unsere Bekannten zu einem Tee ein, am besten zu einem englischen High Tea, der als richtiger z' Abig gelten darf.

Ich bin dankbar für meine Erfahrungen in Richtung Vereinfachung, erlauben sie mir doch, mit hochgemutem Pessimismus in die Zukunft zu schauen. Denn wer weiß, wie lange geht es noch, bis sich wieder eine Hilfe findet!

«Mami, mir hälftet doch au.» Dieser Satz charakterisiert die Gesinnung, zu der die größeren Kinder im letzten halben Jahr herangebracht sind. Ich konstatiere seither bei ihnen ein vertieftes, verinnerlichtes Nestgefühl. Die Kinder wissen: «Mama bleibt zu Hause oder sie nimmt uns mit, wenn sie ausgeht.» Als ich noch



Für Uhren  
mit Uhren  
zu  
**TÜRLER**  
Das grösste Uhren-Spezialgeschäft der Schweiz  
ZÜRICH PARADEPLATZ - ZÜRICH-KLOTEN AIRPORT  
BERN - NEW YORK



...weiss Bescheid  
in allen  
Küchenfragen!

#### Über Kaffee

Der französische König Ludwig XV. war ein grosser Kaffee-liebhaber. In Versailles wurden in Treibhäusern ein Dutzend Kaffeebäume gezogen, die bis 4 m hoch wuchsen und einen jährlichen Ertrag von 5-6 Pfund Bohnen lieferten. Am 6. Januar 1754 wurde dem Monarchen eine goldene Kaffeekanne für 4 Tassen mit silber-vergoldetem Dreifuss und einem Spiritusbrenner mit Docht, Griff und Löscher, alle Metalleile aus Gold, vorgelegt. Er pflegte in der Folge darin höchst eigenhändig den Kaffee zuzubereiten. In der Kanne ruhte am Boden das Pulver, das Wasser wurde zum Kochen gebracht. Jedesmal, wenn die Flüssigkeit gestiegen war, nahm der König die Kanne vom Feuer; er stellte sie wieder hin, wenn sich der Sud gesetzt hatte. Dies wiederholte er bis zu zwölftmal. Auf diese Weise wurde der Kaffee eigentlich gekocht. Dank MOCAFINO können Sie einen viel besseren Kaffee in kürzerer Zeit zubereiten. Sie nehmen 1 Teelöffel MOCAFINO pro Tasse, gießen heißes Wasser darüber und schon steht ein herrlich duftender Kaffee vor Ihnen, der wie frisch gerösteter und eben gemahlener Bohnenkaffee mundet. MOCAFINO ist HACO-Qualität und nur MOCAFINO gibt so schnell so guten Kaffee.

PS: MOCAFINO ist der erste, in der Schweiz hergestellte, 100 % reine «Blitzkaffee» in vollendetem Qualität. Verlangen Sie direkt ab Fabrik Gratismuster und dazu das nützliche MOCAFINO-Rezeptbüchlein!

Telephon  
031 / 42061 **HACO AG GÜMLIGEN**

Der gute Schweizer  
Klebstoff: wasserfest  
und zuverlässig!



Plüss - Staufer - Kitt  
bewährt seit  
75 Jahren!



**Wie alle auserwählten Gaumenfreuden, soll auch Narok Schnellkaffee besonders sorgfältig in der Dosierung auf Ihren persönlichen Geschmack abgestimmt werden. Sind Sie Liebhaber des Espresso, oder ziehen Sie die aromatisch duftende Tasse Milchkaffee vor. Mit dem exquisiten hochkonzentrierten Narok, können Sie Ihren Kaffee nach Mass bestimmen.**

NAROK AG TEL. 051.35 33 26 ZÜRICH

**Bibili können trennen**

Wie schnell können manchmal gemeinsame, glückliche Stunden vergessen sein. Oft erscheinen die Ursachen unbedeutend und nichtig. Vielleicht sind es nur ein paar Bibili, die unangenehm und störend empfunden werden. Darum befreien Sie sich schnell von allen Hautunreinheiten. Wissenschaftlern ist es jetzt gelungen, einen neuen hochwirksamen Hautbalsam zu entwickeln.

**Jade HAUTBALSAM**  
sorgt für gesunde, reine und feine Haut

Sofort nach dem Auftragen dringen hochaktive antiseptische Wirkstoffe tief in das Gewebe ein, desinfizieren und reinigen dadurch die Haut gründlich von innen und von außen. Aber nicht nur das! Zusätzlich sorgen kosmetische Wirkstoffe gleichzeitig für eine angenehme, wohltuende Haut- und Schönheitspflege.

Überzeugen Sie sich selbst von der vorzüglichen Wirkung

Erhältlich in Apotheken und Drogerien

Fr. 2.95

eine Hilfe hatte, ging ich ganz gerne hie und da allein ins Dorf, um die Einkäufe zu besorgen. Ich huschte ab, wenn die Kinder im Spielzimmer in ihr Tun vertieft waren. Trotzdem empfanden sie das sehr oft. Heute respektieren sie dafür viel eher eine Viertelstunde, die ich ganz für mich haben möchte. Vielleicht liegt in dieser absoluten kindlichen Geborgenheit ein Grund, weshalb manche Frauen früher eine große Schar aufziehen konnten, ohne frühzeitig zu altern und ewig zu jammern. *L. R.*

### Einst war ich Ärztin

Fünf Kinder

Bei meiner Heirat mit einem Schweizer Ingenieur war ich schon 31 Jahre alt. Daß ich als gebürtige Ausländerin in der Schweiz meinen Beruf als Ärztin nicht mehr ausüben konnte, wußte ich. Um so wichtiger war es mir, nun meinen neuen Beruf als Hausfrau und Mutter ganz zu erfüllen. Ich wünschte mir viele Kinder und habe jetzt deren fünf im Alter von 10 bis 18 Jahren. Wir leben in einem Dorf in der Nähe einer Stadt, wohin die Älteren zu ihrer Ausbildung fahren, so daß bis jetzt alle noch daheim wohnen.

Wir haben ein eigenes, praktisch eingerichtetes Haus mit sieben Zimmern und einen großen Garten mit einem Bienenhaus (Bienenzucht ist unser Hobby; wir ernten meist etwas über 40 Kilo Honig, was unserem Jahresbedarf entspricht).

Trotzdem mein Mann als Fabrikdirektor gut verdient, wollten wir nie eine ständige Hausangestellte, denn wir sind ausgesprochene Individualisten und gerne ganz ungestört. Mit Hilfe von Stundenfrauen, die zweimal (früher oft dreimal pro Woche) bei mir arbeiteten, besorge ich alles allein. Bevor wir eine vollautomatische Waschmaschine hatten, kam noch regelmäßig eine Waschfrau, jetzt nur noch eine Flickerin alle vier Wochen, nicht eine gelernte Näherin, sondern eine ältere Hausfrau, die froh ist um diese Nebenbeschäftigung.

Für die schwersten Arbeiten im Garten ziehen wir die Hilfe eines Mannes (auch er kein gelernter Gärtner) zu, das übrige besorgt hauptsächlich mein Gatte. Die Kinder werden alle zur Mitarbeit herangezogen; sie helfen willig, weil sie die Notwendigkeit einsehen und gar nichts anderes kennen. An den freien Nachmittagen und in den Ferien gebe ich sozusagen

einen Tagesbefehl aus; wenn jedes seine aufgetragenen Arbeiten erledigt hat, bleibt ihm der Rest des Tages zu freien Verfügung, ich störe es ohne ganz zwingenden Grund nicht mehr.

Ich habe die Fähigkeit, alle Arbeit im voraus gesamhaft zu überblicken und kann sie daher gut einteilen. Von meinem Beruf her bin ich es gewohnt, viel und rasch zu arbeiten und mich auch durch Unvorhergesehenes nicht aus der Fassung bringen zu lassen. Ich lege Wert auf ein gepflegtes Haus und verwende darauf viel Sorgfalt, aber ich führe eine ganz einfache Küche. Mein Mann und ich betrachten das Essen als eine Notwendigkeit und nicht als Hauptsache. Es kommen nahrhafte, aber wenige Gerichte aufs Mal auf den Tisch, mittags zum Beispiel keine Suppe, aber Kartoffelstock, Bohnen aus dem Garten und Wienerli, oder eine dicke Suppe, nachher Milchreis und Kompott. Abends halten wir uns jahraus, jahrein an den berühmten Schweizer café complet, den ich als eine sehr praktische Einrichtung schätzen gelernt habe. Mein Mann bringt gelegentlich vom Geschäft einen Gast zum Essen mit, aber dann wird an der Mahlzeit gar nichts geändert. Der Eßtisch ist immer nett gedeckt und wird durch fünf frohe Kindergesichter belebt, da nimmt auch der Guest das Essen sofort nicht mehr so wichtig.

Ich halte mich von jedem geselligen Leben im Dorf und der nahen Stadt fern und bin immer zu Hause, kenne dafür keine Hetze, aber auch keine Langeweile. Trotzdem ich in einer Großstadt aufgewachsen bin und jahrelang einen interessanten Beruf ausgeübt habe, fühle ich mich in meiner jetzigen Lebensphase sehr zufrieden, ausgefüllt und ausgeglichen. Was gibt es schließlich besseres, als für die eigene, liebe Familie zu arbeiten und da zu sein?

E.B.

### Vor lauter Kinder den Gatten nicht vergessen

Sechs Kinder

Die kinderreiche Mutter muß vor allem das Wichtige vom Nebensächlichen unterscheiden können. Zuerst kommt der Gatte, trotz allem. Für ihn muß sie Zeit haben, an seiner Arbeit Interesse zeigen und teilnehmen an seinen Freuden und Sorgen. Denn nur so verleidet es dem Vater nie, auch an unsern



Meine nützlichste  
Entdeckung:  
**das  
praktische  
RESART-  
Tuch  
zum  
Wegwerfen!**



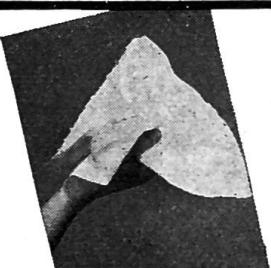
**T** Resart ist  
ein  
Schweizer  
Produkt aus  
Balsthal. Man  
merkt's an der  
guten Qualität

Zum Reinigen  
von Herdplatten,  
Pfannen und  
Töpfen, zum  
Gläsertrocknen,  
Fensterputzen,  
zum Abtrocknen  
der Hände... wo  
immer Sie rasch  
einen sauberen  
Lappen brauchen,  
ist Resart ideal.  
Resart —  
ein elastisches,  
saugfähiges  
Krepp-Papier —  
ist **nassreißfest**  
und fasert nicht.  
Es wird einmal  
gebraucht —  
und weg damit.  
Das ist nicht nur  
praktisch,  
sondern auch viel  
appetitlicher  
als feuchte Hand-  
tücher und alte,  
fettige Putzlappen.

# RESART



Neue Rolle  
à 150 Coupons,  
18 x 27 cm,  
Fr. 1.50.  
Ueberall  
erhältlich



**Empfehlenswerte Bildungsstätten****„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) 3 14 13

**DOLMETSCHERSCHULE  
ZURICH**

Sonneggstrasse 82

Tel. (051) 28 81 58

**TAGESSCHULE**

**ABENDSCHULE**

Ausbildung mit Diplomabschluß für alle Dolmetscher- und Uebersetzerberufe.

**Vorkurs** auf die Dolmetscherschule bei fehlendem Mittelschulabschluß

**Humanum:** Vertiefende Repetition der sprachlich-humanistischen Fächer; Latein

**Diplom-Sprachkurse**

Vorbereitung auf Cambridge Proficiency, Lower Cambridge, Handelskammerausweis usw.



*... herrlich das  
neue Maruba  
Lanolin  
Schaumbad!*



MARUBA hat für alle, die eine trockene und spröde Haut haben, eine Überraschung: das neue MARUBA-Schaumbad «Ardisia» mit Lanolin-Spezial. Sie werden begeistert sein, denn das Maruba-Lanolin-Schaumbad ist eine vollständige Schönheitsbehandlung, welche die Haut nährt, geschmeidig macht und köstlich parfümiert.

**Neu: Maruba Ardisia**

Für trockene Haut: MARUBA-Ardisia, Flc. zu Fr. -85 (für 2 Bäder); Fr. 4.05; Fr. 7.45; Fr. 16.50; Fr. 28.90 (ca. 120 Bäder)

«kleinen» Sorgen teilzunehmen und uns auf mancherlei Art und Weise zu helfen. Sie muß aber auch an sich selber denken. Eine halbe Stunde Ruhe nach dem Mittagessen, wenn die größeren Kinder zur Schule und die kleinen schlafen gegangen sind, macht sich bestimmt bezahlt.

Die größte Aufgabe aber ist die Pflege und Erziehung der Kinder. Die Zeit, die man den Kindern widmet, ist das bestangelelte Kapital. Wir müssen Zeit haben, die Kleinen auch einmal in den Armen zu haben, den Größern Geschichten zu erzählen. Wir müssen den ABC-Schützen bei den Schulaufgaben helfen und auch den Größern beistehen, ihren Interessen und Problemen unsere Aufmerksamkeit schenken.

Zu diesen geistigen Aufgaben kommt noch die gewaltige Aufgabe des großen Haushaltes. Als Mutter von sechs Kindern im Alter von elf Monaten bis fünfzehn Jahren habe ich schon viel Erfahrung hinter mir. Vor allem darf eine kinderreiche Mutter nicht meinen, ihre Wohnung müsse so blitzsauber sein wie die einer kleinen Familie. Aber aufgeräumt und gemütlich kann es in der kinderreichen Familie trotzdem sein.

Natürlich helfen die Kinder, ihrem Alter und ihren Neigungen entsprechend, mit. Unser Ältester hat Freude am Kochen; er kocht das Morgenessen samt dem Schoppen für den Kleinen; auch einfache Nachtessen überlasse ich ihm gerne. Der zweite Knabe hat Freude an der Landwirtschaft. Er geht seit Jahren für seinen Götti in die Käserei und bekommt dort auch das Morgen- und Abendessen. So hat jedes sein Ämtli, das es zu erfüllen hat.

Beim Kochen müssen wir auf Einfachheit achten; komplizierte Sachen verschieben wir auf später, wenn unsere Kinder ausgeflogen sein werden.

Fürs Einkaufen versäume ich fast keine Zeit. Das besorgen der Vater oder die ältern Kinder. Nur früh genug überlegen, was man braucht! Ich wüßte nicht, wie zurecht kommen mit der Arbeit, wenn ich jeden Vormittag einkaufen ginge, wie es so viele tun.

Da wir weder den Platz noch die Mittel hätten für eine ständige Hilfe und leider auch keine Großmutter mehr haben zum Aushelfen, probierte ich es mit größeren Schulmädchen und hatte dabei sehr guten Erfolg. Seit zehn Jahren genieße ich nun diese Hilfen. Ich habe sie alle sehr geschätzt und geliebt und jeweils nur mit

Bedauern ziehen lassen, wenn sie der Schule entlassen waren.

Diese Mädchen kommen am Samstagnachmittag und während der Schulferien alle Tage. 14- bis 15jährige können schon viel helfen und belasten auch die Kasse nicht allzu sehr. Sobald es geht, lasse ich sie selbständig kochen, was sie sehr gerne machen und sie auch anspornt zum vollen Einsatz. Natürlich werden diese Kinder ganz in unsere Familiengemeinschaft aufgenommen und sie dürfen auch bei kleinen Festen und Ausflügen mitmachen.

Jeden Sommer gehen wir in die Ferien. Wir haben im Emmental ein altes, unbewohntes Haus gefunden, das wir, mit Erlaubnis des Eigentümers, nach und nach mit alten Sachen möblierten. Dort, zwischen Wäldern und Hügeln, genießen wir jeweils köstliche und billige Ferientage und kehren neu gestärkt in den Alltag zurück.

Es gibt aber auch immer wieder Tage, wo wir besonders müde und niedergeschlagen sind, wo uns alles doppelt schwer vorkommt. Da nehmen wir die Bibel zur Hand und lassen Gott zu uns reden. Er schenkt uns Licht und Kraft, so daß wir nicht von der Arbeit erdrückt werden, sondern darüber stehen können.

M. B.-B.

### Eine tägliche Ruhepause ist unerlässlich

Vier Kinder

Zu Hause waren wir elf Kinder. Bis zum fünften Kind hatten wir eine Hilfe, später mußten wir aus finanziellen Gründen, und nicht zuletzt auch darum darauf verzichten, weil es praktisch unmöglich war, ein Mädchen zu finden, das überhaupt zu so vielen Kindern kommen wollte. Meine Mutter hatte viel Arbeit zu bewältigen, aber es ging – und es ging sogar gut auch ohne Hilfe, wenn man ein Auge zudrückte.

Jetzt habe ich selbst schon vier Kinder, das älteste ist sieben, das jüngste zwei Jahre alt. Ich habe festgestellt, daß die Mehrarbeit vom dritten zum vierten Kind nicht mehr derart gestiegen ist, wie vom ersten zum zweiten und vom zweiten zum dritten Kind. Mein Ältester kann mir bereits da und dort eine Handrechnung machen, posten gehen, den Tisch decken und nicht zuletzt schnell auf die Kleineren aufpassen. Trotzdem hatte ich noch vor zwei Jahren das Gefühl, die Arbeit übersteige meine

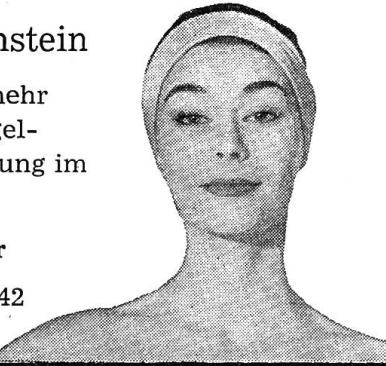
## Schönheit

Helena Rubinstein

schenkt Ihnen mehr Erfolg durch regelmäßige Behandlung im

**Salon de Beauté  
Maria Schweizer**

Zürich 1, Talstr. 42  
Ø 051 / 27 47 58

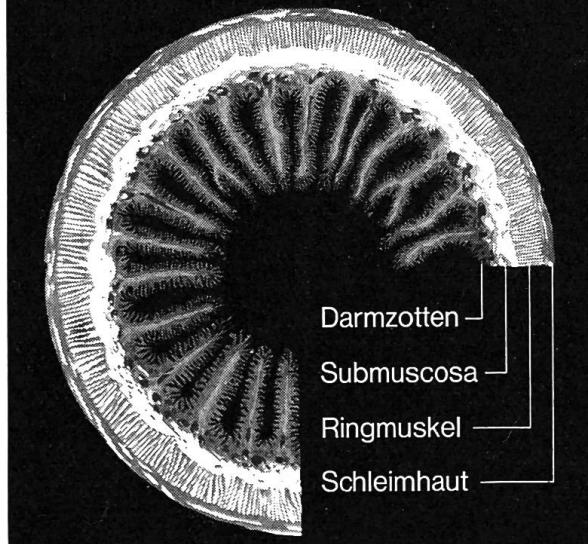


### Nur Qualitäts-Wolldecken

bewähren sich auf die Dauer und sind trotzdem nicht teurer bei der

**Wolldecken AG., Schauenberg**, Tel. (081) 8 16 40  
Öfters Decken mit kleinen Fehlern aussergewöhnlich günstig.

### Schnitt durch den Darm



### Normale Darmtätigkeit mit natürlichen Mitteln

Gesundheit und Wohlbefinden sind auf die Dauer nur bei normaler Darmtätigkeit möglich. Verstopfung darf deshalb nicht leicht genommen werden. Die natürliche Hilfe ist die beste:

#### täglich das echte KOLLATH-Frühstück

Versuchen Sie es während drei Wochen. Sie werden überrascht sein. Das KOLLATH-Frühstück reguliert auf natürliche Weise die Darmtätigkeit und das Körpergewicht. Es ist kein Heilmittel, dafür eine natürliche Vollwert-Nahrung.

KOLLATH-Frühstück, Beutel à 500 g Fr. 1.35  
Aus biolog. Weizen. — Mit Vollwertgarantie.  
Im Reformhaus und in Lebensmittelgeschäften  
Nahrungsmittelfabrik E. Zwicky AG. Müllheim-Wigoltingen



Natürliche Kräfte im  
**Birkenblut**  
aus reinem Alpenbirkensaft mit Arnika, pflegt und erhält die Schönheit und Fülle der Haare. Seit Jahrzehnten erfolgreich bei Haarausfall und spärlichem Wachstum.  
Shampoo, Brillantinen, Fixateur. — Alpenkräuterzentrale am St. Gotthard, Faido TI

*Das Spezialgeschäft  
für feinste Pralines*

**Hefli**  
CONFISEUR  
ZÜRICH  
Bellevueplatz      Bahnhofstraße 46  
Telefon 32 26 05      Telefon 27 13 90



**Kopfweh!**  
Kopf- und Zahnweh,  
Migräne,  
neuralgische und  
rheumatische Schmerzen,  
Erkältungen,  
Föhnbeschwerden,  
lindern Sie rasch mit  
**DOLO-STOP**  
den zuverlässigen  
Schmerztabletten  
**DOLOSTOP**  
stoppt  
den Schmerz!  
Schiebedose à 10 Tabletten Fr. 1.25  
In Apotheken und Drogerien  
Ein Präparat von  
Max Zeller Söhne AG, Romanshorn

Kräfte, und ich habe mich gefragt, warum es zu Hause mit den vielen Kindern so gut gegangen sei und meine Mutter nie nervös und abgekämpft war. Ich habe Vergleiche gezogen zwischen früher und heute und bin schlußendlich darauf gekommen, daß ein großer Teil der Mehrarbeit dem Umstand zuzuschreiben ist, daß unsere Lebensanforderungen ganz allgemein gestiegen sind.

Wir stellen heute höhere Anforderungen an die Sauberkeit, größere Ansprüche an die Kleider, unser Heim soll schön präsentieren. Auch wird von Schule und Lehrer verlangt, daß wir unsere Kleinen bei den Hausaufgaben überwachen. Erst als mir dies so recht zum Bewußtsein kam, konnte ich daran gehen, Arbeit einzusparen und zwar dort, wo meiner Ansicht nach niemandem etwas abging.

Beim Überwachen der Hausaufgaben läßt sich nicht markten, wir legen ja unsren ganzen Mutterstolz darein, daß aus unsren Kindern etwas Rechtes wird. Es ist uns auch recht, wenn andere sehen können, daß es bei uns trotz Quantität auch Qualität gibt, was uns Ein-kind-Eltern vielleicht gerne absprechen wollen.

Auch in Sachen Sauberkeit kann ich keine Arbeitseinsparungen machen. Das Händewaschen vor dem Essen, das Zähneputzen und Baden oder gründliche Waschen der Kinder abends vor dem Insbettgehen möchte ich nicht missen. Auch die Wäsche und Kleider habe ich gerne sauber.

Wo ich mir aber Arbeit ersparen kann, ist einmal beim Glätten. So kaufte ich für meine kleine Tochter für den Sommer Nylonblüsli und Röckli, für die Buben farbige Tessiner Leibchen, Nachthemden aus Kräuselcrêpe für groß und klein, und für den Winter nach Möglichkeit Wolltrikotsachen, alles Kleider, die ich nicht mehr glätten muß. Leintücher und Frottésachen glätte ich längst nicht mehr.

Auch beim Putzen mache ich Einschränkungen. Den Boden ziehe ich feucht auf, die Tepiche behandle ich mit dem Staubsauger – und der Hygiene ist normalerweise Genüge getan. Auch die Useputzete mache ich nicht mehr im großen: Viel lieber richte ich mich nach Zeit und Laune. Ich putze das eine Mal die Scheiben, das nächste Mal wasche ich die Vorhänge, dann kommen die Polstermöbel dran und so weiter. Über einige Monate verteilt ist sicher wieder alles an die Reihe gekommen, und ich selbst habe nicht das Gefühl, ich sei abgehetzt. Wenn auch zwischendurch mein Boden nicht

so glänzt, die Fransen am Teppich nicht in Achtungstellung stehen, unsere Scheiben nicht spiegelklar sind, so ficht mich dies wenig an. Ich habe einfach andere Arbeit als viele meiner Nachbarn, ich hüte und erziehe unsere Kleinen. Das Resultat dieser «Arbeit» ist vielleicht im Augenblick nicht sichtbar, aber ich bin überzeugt, es ist die schönste und dankbarste Beschäftigung.

Die Hauptschuld, daß viele Mütter das Gefühl haben, die Arbeit mit vielen Kindern erdrücke sie fast, schreibe ich aber nicht der Arbeit selbst zu, sondern viel eher dem Umstand, daß viele sich nicht mehr die nötige Ruhe gönnen. Einmal untertags sollte es doch möglich sein, eine Ruhestunde einzuschalten. Ich selbst erübrige mir jeden Nachmittag eine Pause, wenn unser Siebenjähriger in der Schule, der Sechsjährige im Kindergarten sind und unsere beiden Kleinen den Mittagsschlaf machen. Ich bin mir bewußt, daß unterdessen Verschiedenes liegen bleibt, aber ich fühle mich nachher wieder frisch und aufnahmefähig für Kinder und Haushalt, so daß ich das Versäumte bald nachgeholt habe.

Zudem ist es von großem Vorteil, wenn wir uns hie und da vielleicht abends einen Babysitter leisten, damit wir zusammen mit unserm Gemahl ruhig ausgehen können. Das Gefühl, ans Haus gebunden zu sein, verschwindet, und wir sind glücklich, doch noch über eine gewisse Freiheit zu verfügen, was uns tagsüber die Arbeit wieder leichter bewältigen läßt.

E. K.

### Die Vorteile des Frühaufstehens

Vier Knaben

Die Wohnungsfrage macht uns keine Schwierigkeiten; wir sind Besitzer eines Einfamilienhauses mit einem großen Garten, in dem wir vor allem Gemüse pflanzen. So ein Garten ist ideal für die Erziehung der Kinder. Jedes ist Eigentümer eines Beetes, das es nach eigenem Gutdünken bearbeiten und bepflanzen kann. Natürlich gibt ein solcher Garten viel Arbeit, aber wir arbeiten immer mit Freude darin.

Ich bin Frühaufsteherin. Was kann man

nicht alles erledigen in den zwei bis drei Stunden bevor die Kinder aufstehen und alles noch ruhig ist im Hause! Wer das nicht aus eigener Erfahrung kennt, wird es kaum glauben. Die tägliche Kleinkinderwäsche besorge ich immer während dieser Zeit, und oft reicht es noch zum Gemüserüsten. Dieser Vorsprung wirkt sich den ganzen Tag günstig aus.

Eine große Erleichterung für die Mutter bedeutet die richtige Beschäftigung der Kinder. Was steht einem da nicht alles zur Verfügung: Holzbaukästen locken zu kühnen Bauten. Warenhaus- und Blumenkataloge lassen sich mit geeigneter Schere bearbeiten. Die Schiefertafel mit Griffel und Schwamm übt auch heute noch ihre Anziehungskraft aus. Zeichnungs- und Malbücher sowie allerlei Flechtarbeiten sind beliebte Sachen für Buben und Mädchen. Nur fertige Spielsachen begeistern die Kinder selten lange Zeit; sie wollen selber schaffen. Das ist eine Tatsache, die heute gilt wie früher.

Wenn das Kind beschäftigt ist, bleibt der Mutter doppelt Zeit zum Stricken und Flicken.

Die Kinder werden außerdem schon früh an gehalten, kleine Arbeiten selbst zu verrichten. Mit Freude und Begeisterung waschen sie das Morgengeschirr, decken den Tisch und putzen die Schuhe. Mit dem Einkaufen verliere ich keine kostbaren Stunden. Früher besorgte das unser Ältester, und dann der Reihe nach seine Brüder.

Auch im Rüsten von Gemüse und Obst sind Kinderhände eine nicht zu unterschätzende Hilfe. Mit der Mutter zusammen arbeiten, wer würde da nicht mitmachen wollen? Wir Mütter haben es in der Hand, den Kindern die Arbeit lieb zu machen. Wenn wir zur geeigneten Zeit etwa noch ein Geschichtlein oder Verslein zum besten geben, haben wir bestimmt immer kleine Helfer um uns, die mit den Jahren die so notwendige Stütze der Hausfrau werden können.

Solange die Kinder und auch das Einkommen noch klein sind, kommen Ferien nicht in Frage. Eine Wanderung zu sechst, ein Waldspaziergang oder ein Besuch des Zoologischen Gartens dienen dazu, den Kindern die Natur näher zu bringen.

E. F.

**Heile heile  
Säge**

Alte Schweizer Kinderreime, herausgegeben von  
*ADOLF GUGGENBÜHL*

Entzückend  
broschiert Fr. 3.35  
11.-14. Tausend