

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 36 (1960-1961)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Haushalt im Wandel  
**Autor:** Maag-Balmer, Verena  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1074216>

### **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:** 02.04.2026

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

# F R A U E N - S P I E G E L



## Haushalt im Wandel

von Verena Maag-Balmer

Vor acht Jahren ist meine liebe Großmutter gestorben; in den langen Jahren ihres Ehestandes – sie hat ein paar Jahre vor ihrem Tod Goldene Hochzeit feiern dürfen – hat sie ihren Haushalt so geführt, wie sie es von ihrer Mutter gelernt hatte. Den neuesten Errungenschaften im modernen Haushalt stand sie mit ungläubigem Staunen gegenüber. Ich erinnere mich, wie sie der Zeittabelle des geschenkten Dampfkochtopfs von Mal zu Mal einfach doch keinen Glauben schenkte, «weil es doch nicht möglich sei, zum Beispiel Sauerkraut in zwölf Minuten weichzukochen!» Wie würde sie staunen, wenn sie sähe, daß ich meine Wäsche trocken in den Automaten fülle und sie fix-fertig und sauber gewaschen nach Fünfviertelstunden wieder herausnehme; daß meine Vorhänge ungestärkt und ungebügelt wieder aufgehängt werden, daß mein Parkettboden sozusagen keine Pflege benötigt?

Eine wahre Revolution hat in den letzten Jahren unsere Hauswirtschaft erfaßt – und sie geht noch ständig weiter. Anstelle der kostspieligen und oft gar nicht aufzutreibenden Hilfskräfte sind Chemie und Technik getreten. Irgendwie muß sich jede Hausfrau heute mit diesen beiden auseinandersetzen, und es ist gewiß kein Mangel an Intelligenz, wenn man da hie und da das Gefühl hat, zu «schwimmen»!

Ich habe als junges Mädchen vor fünfzehn Jahren einen Haushaltungskurs in einem Internat absolviert, und doch kommt mir oft vor, als sei ich jetzt, was die Haushaltsführung anbetrifft (nicht das Kochen) ganz allein auf *mein* Urteil und auf *meine* Erfahrung angewiesen. Sehr oft genügt aber auch das nicht: für die richtige Wahl der Wasch- und Bodenpflegemittel, aber auch bei den Nahrungsmitteln sollte man heute geradezu Chemiker sein, um selbst urteilen zu können und den richtigen Weg durch die psychologisch raffinierte, moderne Reklame zu finden. Ich habe im Grunde genommen keine andere Möglichkeit, zum Beispiel um ein neues Waschmittel zu prüfen, als damit selbst gute oder schlechte Erfahrungen zu machen.

Natürlich könnte ich bei allem immer am «Alten» festhalten, käme so aber unter Umständen nie dazu, mir die Vorteile neu entdeckter, verbesserter Mittel zunutze zu machen. Und bei der Anschaffung einer Maschine oder eines Apparates können schlechte Erfahrungen zudem noch sehr kostspielig werden.

Auch auf dem Gebiet der Ernährung hat sich sehr vieles verändert. Unsere Großmütter schworen auf Schweineschmalz, das heute fast nicht mehr verkäuflich ist; Öle sollten plötzlich für jedermann kaltgepreßt sein und Fette



*Burgunder-Fondue  
ist gemütlich und stilvoll in*

## STÖCKLI-KUPFER

*wertbeständig, Tradition ver-  
körpernd*

Fondue Réchauds  
Burgunder-Pfannen  
Flambée-Pfannen  
Plattenwärmer  
Bowlen

Rezepte erhalten Sie bei Ihrem Detail-  
listen oder

**STÖCKLI**

Alfred Stöckli Söhne  
Metall- und Plastikwarenfabrik  
Netstal GL      Telephon 058/5 25 25

möglichst viel doppelt ungebundene Fettsäuren enthalten. «Moderne» Nahrungsmittel, «moderne Getränke» für den modernen Konsumenten, wer wollte da noch Bescheid wissen!

### *Ein Institut kommt zu Hilfe!*

Wie ein leuchtender Stern am Hausfrauenhimmel kommt mir heute das «Schweizerische Institut für Hauswirtschaft» vor, auf dessen Tätigkeit ich zufällig vor fast zehn Jahren stieß; es stand damals noch am Anfang seiner Tätigkeit und war bei den Hausfrauen so gut wie unbekannt; auch bei den Fabrikanten kam erst nach und nach die Einsicht über den Wert einer durch dieses Institut vollzogener Prüfung ihrer Artikel. Das Institut, das ganz neutral und unabhängig Produkte und Arbeitsmethoden prüft, ist eigentlich die wichtige große Hilfe in all diesen Fragen, umsomehr, als wir ja in der Schweiz keine wirklich starke Konsumentenorganisation haben, wie solche in anderen Ländern existieren. Das Institut veröffentlicht neben Merkblättern über alle möglichen Themen eine vierteljährliche Zeitschrift, die über Untersuchungen und geprüfte Artikel berichtet, hie und da zwar etwas «hoch» für einen Laien. Immerhin, mir gibt das Lesen dieser Publikation das Gefühl, Anteil zu haben an Erfindungen und Entwicklungen in meinem jetzigen Beruf. Ich habe mir auch angewöhnt, bei der Anschaffung von neuen Artikeln oder Geräten darauf zu achten, ob sie vom SIH geprüft worden sind.

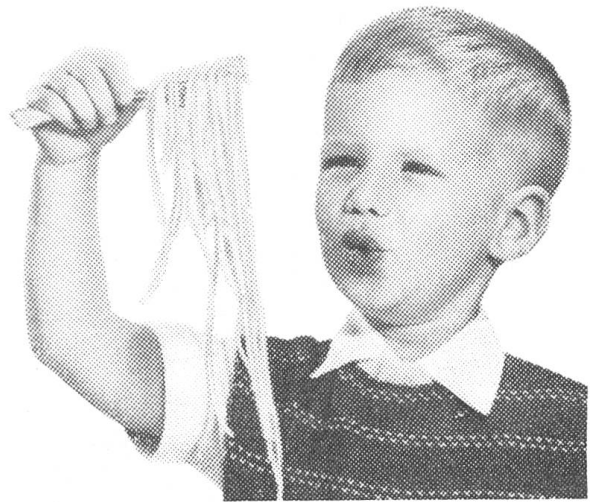
Mehr als einmal habe ich mich auch schon in einer persönlichen Unsicherheit oder einem besonderen Anliegen an das Institut gewandt. Am dankbarsten war ich wohl damals, als wir in eine neue Wohnung zogen und uns der bisherige Mieter die von ihm installierte Waschmaschine für die Wochenwäsche im Badezimmer verkaufen wollte. Unterdessen war aber für alle Mieter des Hauses in der Waschküche ein Vollautomat aufgestellt worden. In meiner Ratlosigkeit wandte ich mich an das Institut, wo man zuerst wissen wollte, wie lange und für wieviele Personen die Maschine im Gebrauch gestanden habe, welcher Preis dafür verlangt werde, wie sich unsere eigene Familie zusammensetze. Die Auskunft lautete dann so: «*Der Preis scheint zu hoch zu sein, wir würden dafür höchstens den Betrag von X Franken auslegen, und vor allem mit einem Beleg, daß die*

*Maschine noch vor Übergabe durch einen Fachmann revidiert wird. Wir glauben aber, daß Ihnen in Ihrem persönlichen Fall (tägliche Windelwäsche) für die gleiche Auslage besser gedient wäre, wenn Sie die Windeln auf einfache Weise (genaue Angabe) waschen, und dafür eine kleine Schwinge anschaffen würden; es existieren da folgende Marken...». Wir verzichteten dann auf den Kauf der kleinen Waschmaschine und zogen in die neue Wohnung ein. Der Rat kam mir später wie Wahrsagerei vor, so genau hatte die fachkundige Beraterin unsere Lage eingeschätzt. Wer sonst hätte uns so raten können?*

*Hausfrauenpflichten – neu überprüft*

In meinem Haushaltungskursus vor fünfzehn Jahren lernte ich Wasch- und Zimmeröfen heizen, Roßhaarmatratzen täglich wenden, wöchentlich Holztaburette und Küchentisch fegen und Aluminiumpfannen mit Stahlwatte schrubben. In den Schlafzimmern wurden die Leintücher militärisch genau ausgerichtet über die Stühle gelegt, und der Waschtisch mußte abgeräumt und frisch gedeckt werden. Dementsprechend wurden auch alle Arbeiten, zum Beispiel im theoretischen «Wochenplan im Herbst für eine Hausfrau, Mutter von zwei Kindern», wie er etwa als Klausur aufgegeben wurde, eingesetzt. Die ganz Beflissenen unter uns setzten sogar noch für jeden Abend eine Arbeit ein...

Heute sieht alles anders aus; ich heize keine Öfen, wasche mit einem Automaten, besitze keine Roßhaarmatratzen, dafür aber in der Küche Stahlrohrhocker und Textolitebelag. Ich reinige nicht mit selbst hergestellten Mixturen zehn Jahre alte Handtaschen, stricke meinem Mann keine Socken mehr und setze höchst selten kunstvolle runde oder eckige Flicker ein. Wo aber bleibt der Zeitgewinn? Wir sind eben, trotzdem an vielen Orten nicht einmal Spettfrauen aufzutreiben sind, anspruchsvoller geworden; in der Bekleidung, im Essen, in der gesamten Lebensführung. Früher konnten meist nur Frauen der gehobeneren Schichten, mit Dienstmädchen, am öffentlichen Leben teilnehmen, bei wohltätigen oder anderen Vereinigungen mitmachen. Heute versuchen selbst Mütter von kleinen Kindern Lösungen zu finden, um eine Modeschau, einen Bastelkurs oder eine Ausstellung zu besu-



**Ernst**

**Jubiläums-Spaghetti**

Ueberraschen Sie heute Ihre Familie mit den feinen ERNST-Napoli-Spaghetti.

Mit Salat serviert, innert wenigen Minuten ein fertiges Mittagessen!

**Fr. 1.-**

Mit JUWO-Punkten!

**Seit 100 Jahren ERNST-Teigwaren**

PZM/b11

**Butter  
wird auf  
natürlichste  
Weise  
aus  
reinem  
Vollrahm  
hergestellt**



A32



*Grippe gehabt?*

Bald lachen Sie wieder, wenn Sie die lästigen Grippefolgen (Schlaffheit, Depressionen, Müdigkeit) mit einer Elchina-Kur bekämpfen. Sie ersetzt verbrauchte Reserven, schenkt frisches Aussehen und neue Vitalität. Elchina enthält Phosphor + Eisen + China-Extrakte. Originalflasche Fr. 6.95, Kurpackung (4 große Flaschen) Fr. 20.50.\*

\* Jetzt auch mit Spurenelementen in neuer Packung zum gleichen Preis.

**ELCHINA**  
eine Kur mit Eisen

chen. Warum denn nicht, es geht eigentlich nur darum, die von außen gebotenen Mittel zum Rationalisieren anzuwenden (seien es tiefgekühlte Mahlzeiten, fertig gestrickte Strumpfhosen, Windelservice oder ähnliche Hilfen), und, unbelastet von einem antiquierten Hausfrauen-Ehrenkodex, zu prüfen. Jeder Geschäftsmann und jeder Unternehmer muß ja heute auch stets wieder Mittel und Kräfte neu abwägen, warum also sollen wir es in unserem «Betrieb» nicht gleichhalten?

### *Zeiteinteilung und Wochenplan*

Planmäßiges Arbeiten hilft natürlich heute wie damals viel Zeit und Kraft sparen. Seit meiner Verheiratung setze ich mich jede Woche einmal mit Notizbuch und Stift bewaffnet in einen bequemen Stuhl, um für die nächsten Tage einen Menuplan und in groben Umrissen auch alle Arbeiten, dringende und weniger dringende, aufzuschreiben. Nachher fühle ich mich ganz befreit; zudem gibt es ein Gefühl der Befriedigung, später so nach und nach einen erledigten Posten nach dem anderen abzustreichen. Gerade als Hausfrau hat man sonst manchmal das Gefühl, man komme nirgends hin.

Von einem allzustarren Schema bin ich jedoch wieder abgekommen. Zu Beginn meines Hausfrauen-Lebens waren nämlich meine Vormittage genau eingeteilt: Montag – Wäsche, Dienstag – Glätten, Mittwoch – eine Hälfte der Wohnung gründlich putzen . . . und so weiter. Aber Eintönigkeit tötet ebenso wie Langeweile. Es ging nicht lange, so kam ich mir wie in einem Käfig vor; lustlos erfüllte ich mein eigenes «Plansoll». Bis mir eines Tages klar wurde, daß ich ja schließlich selbständig war und nicht der Sklave meiner eigenen Gewissenhaftigkeit zu sein brauchte. Seither putze ich, wenn es nötig ist, das heißt weniger, und doch ist mein Haushalt nicht verschlampt. Ich überlege mir, ob die Fenster wirklich so dringend geputzt werden sollten, wenn ich in dieser Zeit einen Krankenbesuch machen oder mit meinem kleinen Töchterchen einen Spaziergang an der frischen Luft machen könnte. Wo Putzfrauen so rar sind wie bei uns, muß es eben oft «entweder – oder» heißen. Seit meiner geistigen Umstellung fühle ich mich freier, mein Betrieb ist kurzweiliger geworden. Ich besorge seither auch meist meine Stadteinkäufe am Vormittag,

man wird schneller und besser bedient, das Kinderparadies einer großzügigen Firma ist viel weniger überfüllt, an diesem Tag wird Mittag- und Abendessen vertauscht, und so geht es sehr gut ohne Gehetze.

Ich habe letztthin meine Freundin, die immer über bewunderungswürdig viel Zeit für sich und die anderen verfügt, gefragt, wie sie eigentlich ihre Zeit einteile, denn sie ist Mutter von drei kleinen Buben. Auch sie findet Planen von Mahlzeiten und Arbeiten wichtig. Sie nimmt sich für jeden Tag gleichsam ein «Thema» vor, das dann den Vorrang vor allen anderen Arbeiten hat. Es kann eine Hausarbeit sein, aber auch einmal Briefeschreiben; am Mittwoch, da nachmittags ein junges Mädchen zum Hüten kommt, heißt es, alles am Morgen so zu erledigen, daß sie nachmittags wirklich ausgehen kann, sei es für Einkäufe, zu einem Besuch oder zu einer Ausstellung – an diesem ganz freien Nachmittag hält sie einfach fest. Einmal in der Woche lautet die Tagesaufgabe: etwas Besonderes kochen, denn mit drei kleinen Kindern komme man so sehr ins Fahrwasser des rasch und praktisch Kochens, daß etwas kompliziertere Gerichte sonst einfach in die Versenkung gerieten. Beim Zimmermachen achtet sie vor allem darauf, daß die Böden, auf denen die Kinder herumkriechen, sauber sind. Ob hie und da weiter oben ein wenig Staub liegen bleibt, ist weniger tragisch, zudem achtet man das gar nicht auf den hellen Möbeln.

*Das Wesentliche: selbständig denken!*

In der Tat, mir scheint das Wesentliche, selbständig und frei von Vorurteilen denken zu können. Wäre es wohl eine zu große Forderung an die Haushaltungsschulen, dies ihren jungen Schülerinnen, neben all den durchaus nützlichen Fertigkeiten und Handgriffen (die in dieser schnellwechselnden Zeit eben doch bald überholt sein können), beizubringen? Es wäre dies zugleich ein Beitrag gegen die Vermassung, und, wer weiß – geistiges Rüstzeug für künftige Stimmbürgerinnen?

So wie jeder Mensch ein individuelles Wesen ist, so hat später auch jede Familie ihr eigenes Gesicht. Eine Haushaltung, wo die Frau den Mut hat, sich nicht zu sehr von der unsichtbaren Diktatur des «man soll» und «man soll nicht» beeinflussen zu lassen, ist bestimmt viel eher ein wirkliches Heim.



Kleenex,  
so himmlisch  
weich

**Schnell zur Hand-  
schnell geholfen!**

Ein Komfort für die ganze Familie – hygienisch, praktisch und so preiswert.



**... es ist so sanft und  
enorm praktisch**

Originalpackung Fr. 2.20  
Automatisch griffbereit  
für Sie!

**L I N D N E R**

**Fourrures**



ein Name  
mit  
Tradition  
und  
weltweiten  
Referenzen.

**Basel im Freienhof  
St. Moritz Palace-Galerie**