

**Zeitschrift:** Wohnen

**Herausgeber:** Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

**Band:** 28 (1953)

**Heft:** 4

**Rubrik:** Die Seite der Frau

#### **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:** 03.02.2026

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

Ölgemisch kann in einer Farbwarenhandlung oder Drogerie bezogen werden. Von der Verwendung von Spezialmitteln zum Einstreichen der Jalousieladen muß abgeraten werden, weil diese Mittel oft die Farbe oder den Farnton der Jalousie-

laden verändern. Die oben angegebene Ölmischung enthält dagegen die Hauptbestandteile der Ölfarbe und kann deshalb den vorhandenen Anstrich nicht beeinträchtigen, er wird im Gegenteil davon aufgefrischt.

Hö.

## Busch- und Stangenbohnen

Die Bohnenkultur birgt keine großen Gärtnerkünste in sich. Selbst der Anfänger darf – warme Witterung vorausgesetzt – während des Sommers mit etlichen Körbchen voll der zartesten Früchte zur Bereicherung des Familienmenüs beitragen. Und doch wird gerade bei dieser Kultur in gewissen Punkten gesündigt, die öfters Grund zu Ertragsverminderungen sind.

Vorweg ist in dieser Beziehung der zu frühe Aussatetermin zu erwähnen. Obwohl Buschbohnen vor Stangenbohnen ausgesät werden, sollte doch eigentlich vor Ende April, anfangs Mai keine Saatbohne in der Erde Schoß gelegt werden. Bohnen sind sehr wärmebedürftig und erleiden in kalter Erde ein kränkliches Wachstum. Jahr für Jahr erleben wir, wie spätere Aussaaten freudiger gedeihen, weniger Krankheiten anheimfallen und deshalb oft Frühaussaaten in wenigen Wochen überflügeln. Die noch wärmebedürftigere Stangenbohne steckt man nicht vor der zweiten Maiwoche, auch dann nicht, wenn die Tagestemperatur sommerliche Wärme widerspiegelt, denn bis zum 15. Mai ist immer noch mit Spätfrösten zu rechnen.

Ein weiterer Fehler unterläuft uns etwa beim Ausmessen der Kulturdistanzen. Wir wollen hier ein- für allemal Klarheit schaffen. Auf ein Normal-Gartenbeet von 120 cm Breite und beliebiger Länge zieht man für Buschbohnen *drei* Längsfurchen von etwa 10 cm Tiefe. Der Samenabstand in der Furche betrage etwa 8 bis 10 cm. Zu dichter Stand der Bohnenstauden erschwert die Anhäufelungs- und Hackarbeit und begünstigt den Krankheitsbefall der Kultur. Sich an die obigen Maße halten, bedeutet Sparen an teurem Saatgut und reichere Ernte.

Die Bohnenstangen steckt man pro Normalbeet in zwei Reihen mit einem Abstand in der Reihe von 80 cm bis 1 m. Je mehr Licht die schlingenden Stauden genießen, desto fruchtbarer sind sie. Auch bei tellerförmigem Ansäen gilt es

Maß zu halten. *Zwölf* Korn pro Stange dürften vollauf genügen. Bei zu dichter Saat klettern die Bohnentriebe sehr ungern, was zeitraubende Aufbindearbeit erheischt. Ein anderer Grund des schlechten Kletterns liegt an den zu dicken Stangen. Der glückliche Besitzer von Stahldrahtbohnenstangen wird nie mehr schlecht kletternde Pflanzen in seinem Garten haben. Die Erklärung zu dieser «unlogischen» Tatsache ist sehr einfach. An einer dünnen Stange – besonders an einem Stahldraht – zählen wir pro Laufmeter mehr Treibwindungen als an einer dicken Stange. Dabei spielt die aufgerauhte Holzstangenoberfläche keine Rolle, denn das Haltevermögen wird um die Mehrzahl der Sproßwindungen erhöht.

Etliche weitere Vorteile sprechen für die Stahldrahtbohnenstangen, wie etwa – um nur einige zu nennen – längere Lebensdauer der Stangen, sturmsichere Montage, bequemere Überwinterung auf knappstem Raum, keine Übertragung der Dauerformen von Rostpilzen und tierischen Schädlingen auf die nächstjährige Kultur usw. Im Samen-Müller-Versuchsgarten an der Rüdigerstraße 1, Zürich 3, wird den Besuchern alljährlich dieses neuere System praktisch vordemonstriert.

Bezüglich der Sortenfrage für Busch- und Stangenbohnen ist mit Vorteil auf die bereinigten Sortimente der Samenhandlungskataloge hinzuweisen. Sorten, deren Früchte lange zart und fadenlos bleiben, werden überall bevorzugt. In der Regel sind gelbfrüchtige Sorten etwas rostanfälliger als die grünfrüchtigen. Dafür sind die ersten im Jugendstadium etwas schmelzender in der Fruchtfleischkonsistenz. Jede Sorte hat eben auch ihre Vor- und Nachteile. Von einer Suppenbohne wird man andere Tugenden erwarten als von einer Salatbohne. Eines aber haben alle Bohnensorten gemein, nämlich die vielfältige Verwendbarkeit zu schmackhaften Gerichten.

ba

## DIE SEITE DER FRAU

### Gymnastik für Hausfrauen

Wenn jemand zu nachmittäglicher Stunde an unserem Kirchgemeindehaus vorbeigeht, kann es passieren, daß er einen Augenblick stehenbleibt und verwundert horcht: Fröhliches Klavierspiel dringt an sein Ohr, lauter leichte «lüpfige» Weisen, die ihm in die Beine fahren und ihn auf offener Straße zum Tanzen animieren. Nun, das ist an sich nichts Besonderes und kann überall vorkommen. Nähme er sich aber die Freiheit, den Saal des Kirchgemeindehauses zu betreten, so gäbe es dort weit Erstaunlicheres zu sehen: Frauen jeden Alters bewegen sich munter im Rhythmus der Musik, drehen und wenden sich oder hüpfen ausgelassen wie Kinder durch den Saal. Jetzt legen sie sich gar flach auf den Rücken und klopfen sich unter viel Gekicher auf die Bäuchlein, um sich gleich darauf der Länge nach auf dem Boden hin und her zu rollen. Unser besagter Zuschauer wie auch der ge-

neigte Leser mögen sich kopfschüttelnd fragen, ob sie da in eine Versammlung der sagenhaften Wiedertäufer geraten seien oder ob es sich gar um nicht ganz zurechnungsfähige Vertreterinnen des schwachen Geschlechtes handle. Zu ihrer Beruhigung kann ich verraten, daß beide Annahmen weit gefehlt sind. Es handelt sich im Gegenteil um etwas sehr Vernünftiges, nämlich um den Gymnastikkurs für Hausfrauen, den die Familienheimgenossenschaft Zürich für ihre weiblichen Mitglieder eingeführt hat. Diese wirklich erfreuliche Tat unseres Vorstandes, der sich damit als sehr fortschrittlich erwiesen hat, sichert ihm die größte Anerkennung vieler FGZ-Hausfrauen. Am Anfang kamen sie wohl zögernd und voller Hemmungen; aber bald waren ihrer so viele, daß der Kurs doppelt geführt werden mußte. Und nun möchten wir unsere — nebenbei gesagt — völlig kostenlose Turn-

stunde auf keinen Fall mehr missen, dürfen wir doch hier wirklich wieder einmal nur an uns selbst denken. Und welche Hausfrau und Mutter hätte das nicht nötig?

Alle Haushaltsorgen, aller Ballast des Alltags wird hier abgeworfen. Eine freundliche Nachbarin hütet für diese kurze Zeit gern unsere vorschulpflichtigen Kinder, so daß wir auch dieser Sorge enthoben sind. Man muß geschen haben, wie aus vergrämten Gesichtern fröhliche werden, wie verkrampfte Glieder sich entspannen und müde Rücken sich straffen. Die Übungen, die unsere verdiente Leiterin, Frau Anny Höltchi, mit uns ausführt, sind unserer fraulichen Konstitution angepaßt und verlangen keine unnützen Kraftleistungen von uns. Sie lehren uns vor allem, wie man sich harmonisch bewegt, und schaffen gleichzeitig den notwendigen Ausgleich zu der ermüdenden, einseitigen Tätigkeit im Haushalt.

Nicht wenige unter uns stehen den Vierzig recht nahe oder haben sie teilweise schon überschritten. Und vor allem diese sind es, die von Zeit zu Zeit heimlich das Zentimetermaß zur Hand nehmen, um voller Freude festzustellen, daß das Bäuchlein schon beträchtlich abgenommen hat und daß hie und da ein unnützes Fettpölsterchen mir nichts, dir nichts verschwunden ist. Das Hausfrauenturnen wirkt sich aber nicht

nur körperlich, sondern vor allem seelisch sehr günstig aus. Welcher Ehemann wüßte es nicht zu schätzen, wenn seine Gattin ihn plötzlich wieder mit heiterem Gesicht empfängt, während sie vorher grämlich und unlustig durchs Leben ging, weil durch die eintönige Hausarbeit und den Mangel an Bewegung ihre seelische Spannkraft abgenutzt war? Nach einer Rhythmusstunde geht man aufgeschlossen und vollkommen gelöst heim. Man fühlt sich wie neugeboren, und diese Lebensfreude greift auf die Nächsten über, so daß die ganze Familie davon profitiert.

Es wäre noch viel über die Vorteile unseres Kurses zu sagen. Er ist die ideale Lösung für Frauen, die sich nicht gerne einem Turnverein anschließen möchten. Schließlich will ich noch erwähnen, daß viele, die bisher in unserer Genossenschaft lediglich wohnten, durch die Turnstunde mehr Sinn für die Gemeinschaft bekommen haben und auf dem Wege dazu sind, «richtige» Genossenschaftsmitglieder im besten Sinne des Wortes zu werden.

Der Vorstand der Familienheimgenossenschaft Zürich ist mit gutem Beispiel vorangegangen; mögen es ihm recht viele Genossenschaften gleichtun, damit die seit jeher reichlich belasteten Hausfrauen sich neue Freude und Kraft holen können für ihre schwere und verantwortungsvolle Aufgabe.

## Was sagen wir Frauen zur Küchenplanung?

Statistiker haben ausgerechnet, daß die Arbeiten, die wir Frauen in der Küche verrichten, 1200 bis 1400 Arbeitsstunden jährlich ausmachen, oder umgerechnet in Tage mit acht Stunden Arbeitszeit sechs bis sieben Monate des Jahres, also fast die Hälfte unseres Arbeitslebens im Hausfrauenberuf.

Darum dürfte es für uns alle ganz klar sein, daß es von wesentlicher Bedeutung ist, wie unsere Küche aussieht und vor allem, ob sie *arbeitsrichtig* eingerichtet ist. In Fabrik und Handwerk, in Büro und Landwirtschaft wird immer wieder an der Vervollkommenung der technischen Einrichtung gearbeitet, damit mit möglichst wenig Kraft und Arbeitsaufwand ein Maximum an Leistung erreicht wird. Wir Frauen werden durch Berufslehrer und Berufsschule bis zum Eintritt in die Ehe an eine rationelle, ergiebige Arbeitsmethode gewöhnt. Nachher satteln wir meist zur Hausarbeit um, ohne uns irgendwelche neuen Methoden für die neue Arbeit anzueignen. Wir sind uns zu wenig klar darüber, daß auch die Hausarbeit, vor allem die Küchenarbeit, rationell oder unrationell getan werden kann.

Aber auch die Hausfrauen, die sich über ihre Arbeitsmethode Gedanken machen und bewußt Erfahrungen verwerten wollen, werden in ihren Bemühungen behindert, wenn ihre «Werkstatt», die Küche, arbeitswidrig eingerichtet ist.

Ein Teil der Architekten, die für uns Küchen planen, ist sich der Aufgabe bewußt, die Hausfrauen durch die Anordnung der Kücheneinrichtung zum richtigen Arbeiten zu nötigen oder sie darin zu unterstützen. Wir wohnen aber nicht alle in modernen Siedlungen mit gut durchdachten und gut eingerichteten Küchen. Und zudem sind nicht alle neuen Küchen, weil sie neu sind, auch arbeitsrichtig eingerichtet.

Auf was kommt es denn an?

Ob wir eine Menge Zeit und Kraft auf Leerlauf, auf das Hin- und Hergehen, verwenden müssen, hängt davon ab, ob die drei Werkplätze unserer Küche richtig angeordnet sind: Vorbereitungs- und Abstellplatz, Herd und Spülkasten. Diese drei Werkplätze sollten unbedingt in einer Linie, an einer Wand plaziert sein. Und zwar müssen wir zwischen Spülkasten und Herd einen Abstellplatz zur Verfügung haben, damit einerseits schmutziges Geschirr in Reichweite vom Spülkasten abgestellt werden kann und andererseits neben dem Herd eine Abstellfläche für unser Handwerkszeug zur Verfügung steht. Beim Kochen muß, da mindestens zwei und drei Gerichte gleichzeitig zubereitet werden müssen, alles schnell gehen. Wir sollen darum nicht kostbare Zeit mit Hin- und Herlaufen vergeuden müssen, sondern alles, was wir brauchen, neben dem Herd, dem Hauptwerkplatz, deponieren können.

Immer wieder stoßen wir auch noch auf Küchen, in denen das Tropfbrett rechts vom Spülkasten angeordnet wurde. Nur Linkshänder können bei dieser Anordnung ohne Zeiteinbuße arbeiten. Rechtshänder, zu denen die meisten Hausfrauen gehören, verlangen das Tropfbrett links vom Spülkasten. Von Bedeutung ist auch die Höhe, auf die die Arbeitsfläche von Herd, Rüttisch und Spülkasten ausgerichtet ist. Selbstverständlich kann diese nur im neu erstellten Einfamilienhaus auf die Größe der Hausfrau abgestimmt werden. Im Mehrfamilienhaus aber sollte wenigstens ein Mittelmaß zur Anwendung kommen, damit keine unnötige Ermüdung durch anhaltende gebückte Stellung oder angestrengetes Heben der Arme entsteht.

Wir sehen, daß für ein rationelles Arbeiten in der Küche nicht der Umstand ausschlaggebend ist, ob wir

an einem Chromstahl-Spültrog, an einem crème-farbenen oder graumelierten Herd arbeiten, sondern daß unser Werkplatz arbeitsrichtig angeordnet wurde. Oft lassen sich Fehler durch Verschiebung des Herdes und Einschaltung von notwendigen Abstellflächen korrigieren; vielfach aber sind wir der Planung durch den Architekten und der Einsicht des Bauherrn machtlos ausgeliefert.

Diese Tatsachen rechtfertigen unser Postulat, daß bei jeder Küchenplanung Frauen mitsprechen sollten, daß in jeden Vorstand einer Baugenossenschaft und in jede Baukommission eine bis zwei tüchtige Frauen gehören. Wenn das erreicht sein wird, wird es auch kaum mehr vorkommen, daß Küchen nach Süden gelegt, während Kinder- oder Wohnzimmer auf die sonnenlose oder sonnenarme Hausseite verwiesen werden.

Wir rennen offene Türen ein? Freuen wir uns über diese offenen Türen und rütteln wir an den fest verschlossenen, die es leider immer noch gibt, so kräftig und so lange, bis auch sie aufspringen!

Sicher macht eine vortrefflich eingerichtete Küche keine denkfaule oder schlampige Hausfrau zu einer Musterköchin. Das wissen wir alle. Aber die richtige,

weise Planung der Küche, deren Verbesserung in arbeitstechnischer Hinsicht, wo die Anordnung falsch ist, hilft der tüchtigen Hausfrau Zeit und Kräfte sparen für andere wichtige Aufgaben.

Viele Hausfrauen sind sich der Bedeutung dieser Fragen noch keineswegs bewußt, nehmen Unzulänglichkeiten in der Küchengestaltung bedenkenlos in Kauf, wenn nur die Küche als Ganzes freundlich und ansprechend wirkt. Nicht nur bei der Hausfrau trifft es zu, daß sich der Arbeitende oft der Unzweckmäßigkeit seiner Arbeitsmethode, die er sich einmal angewöhnt hat, nicht bewußt wird; auch andere Arbeiter geben sich über ihre Arbeitsweise nicht immer Rechenschaft. Das ändert nichts an der notwendigen Forderung, daß wir uns bemühen sollen, nicht mehr Kräfte und Zeit auf einen Arbeitsvorgang zu verwenden, als dringend nötig sind.

Die Arbeit macht mehr Freude, wenn sie spielend bewältigt werden kann, wenn sie nicht unnötig ermüdet. Gute Laune, frohes Schaffen sind mitbedingt durch die Umstände, unter welchen wir unsere tägliche Arbeit verrichten.

M. Z.

## WIR LESEN . . .

### **Demokratie ist keine Formsache\***

Gerade weil der Genossenschafter mit der Zeichnung von Anteilen ein Risiko eingeht, muß er sich auch darum kümmern, wie mit dem Gelde der Genossenschaft umgegangen wird. Jedes Jahr werden ihm die Erfolgsrechnung und die Bilanz vorgelegt. Leider ist es aber so, daß das Lesen dieser Rechnungen selbst dem Sachverständigen oft einige Schwierigkeiten bereitet. Der Genossenschafter soll darum verlangen, daß ihm die nötige Aufklärung gegeben wird. Die Bildungsarbeit der Genossenschaft hat in allererster Linie die Aufgabe, dem Mitglied Einsicht in das Rechnungswesen zu geben. Es soll wissen, wie sich sein Mietzins zusammensetzt, wieviel für Hypothekarzinsen, wieviel für Reparaturen, wieviel für Abgaben und Steuern, wieviel für Verwaltung usw. bei dem Hause, in dem es wohnt, ausgegeben werden muß. Dann erst wird es erkennen, wie es seine eigenen Interessen in der Genossenschaft am besten wahren kann.

Das Mitglied soll auch frei und offen zu allen andern Geschäften der Genossenschaft Stellung nehmen. Die Mitgliedschaft als Ganzes – und nicht nur der Vorstand – trägt die Verantwortung. Darum muß die Verwaltung der Genossenschaft demokratisch sein. Nur in der Diskussion bekommt das Mitglied die nötige Einsicht in das Wesen und die Tätigkeit der Genossenschaft. Nicht der Vorstand ist darum der beste, der die kürzeste Generalversammlung durchführen kann, sondern der Vorstand, der in seiner Mitgliedschaft das bestimmte Gefühl schafft, daß jedes Mitglied vollwertig

genommen wird und jedes von seinem Mitspracherecht Gebrauch machen kann.

Die Bestellung der Genossenschaftsorgane ist besonders wichtig. Der Vorstand und die Kontrollstelle müssen aus Personen zusammengesetzt sein, die ihrer Aufgabe gewachsen sind. Wie will man das aber ermessen können, wenn man sich das ganze Jahr hindurch um nichts kümmert? Die Beschlüsse der Generalversammlung sind für alle Mitglieder verbindlich. Wer an ihr nicht teilnimmt, hat kein Recht, diese Beschlüsse zu kritisieren. Durch seine Abwesenheit bekundet er, daß er kein großes Interesse an der Genossenschaft hat.

Jedes Mitglied hat das Recht, Anträge zu stellen. Es muß aber über sie nur abgestimmt werden, wenn sie rechtzeitig eingereicht wurden. Wer glaubt, eine gute Idee zu haben, soll damit nicht die Versammlung überrumpeln. Eine vorherige Aussprache mit andern Genossenschaftern wird die Annahme des Antrages begünstigen. Kritik an der Genossenschaft ist nur dann gesund, wenn der Kritiker auch den Mut hat, den richtigen Weg für die Behebung der Mängel einzuschlagen.

Demokratie heißt nicht nur Diskussion, sondern vor allem eigene Initiative. Damit sie sich auswirken kann, ist dem Mitglied das Antragsrecht gegeben. Es soll dieses auch benützen.

Die Teilnahme an Mieter- und Quartiersversamm-

\* Aus «Der Genossenschaftsgedanke bei den Bau- und Wohngenossenschaften», von Hch. Gerteis, Winterthur.