

Zeitschrift: Zürcher Illustrierte

Band: 2 (1926)

Heft: 42

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: 11.01.2026

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

Wie bleibe ich schlank?

Das Haar kurz geschnitten und schlicht frisiert, die Arme und Beine sehr schlank, der Körper ohne jede Rundung, das ist gegenwärtig das Ideal der Frauenwelt. Wie suchen nun die Damen dieses Ideal zu erreichen? Auf verschiedenartige Manieren. Die einen betreiben Hungerkuren, die anderen machen Zimmerygmnastik, die einen werden Sportlerinnen, andere wieder rauchen und tanzen viel, manche glauben durch wenig Schlaf am Ziel zu gelangen, kurz und gut, fast jede hat ihre eigene Methode. Es gibt Frauen, die ihre Zuflucht zu verschiedenen Arzneien nehmen, die äußerlich oder innerlich anzuwenden sind, andere gehen absichtlich abends hungrig zu Bett, viele schwören darauf, daß eine rohe Zitrone als Frühstück genossen, eine Tomate als Mittagessen und in Wasser gekochtes Gemüse als Abendessen die «Linie» erhalten, manche sind frühmorgens stundenlang mit Turnen im Zimmer beschäftigt, verbringen den Nachmittag auf dem Sportplatz und tanzen bis tief in die Nacht hinein wie irrsinnig. Dann findet man Frauen, die sich ängstlich an eine bestimmte Diätliste halten, die der Hausarzt verschrieben hat, und sich mehrmals wöchentlich massieren lassen usw. usw.

Alle diese komplizierten Methoden, die an die Nerven so hohe Anforderungen stellen, werden aber jetzt überflüssig werden, denn es ist ein neues Mittel, die schlanke Linie zu erhalten, erfunden worden, das unbedingt wirken soll, wie der Erfinder behauptet. Das neue Mittel kann von jedem angewendet werden und es kostet nichts, höchstens im Anfang etwas Mühe und Energie, denn das Lokal, in dem das Mittel, ein gymnastisches, benutzt werden kann, ist in jedem Haus anzutreffen, das Stiegenhaus, und der Turnapparat ist nichts anderes als die Treppe, die die Stockwerke eines Hauses miteinander verbindet. Die Erfinderin, die Amerikanerin Miss Vera Vernon, ist nämlich der Ansicht, daß kein Mittel zur Förderung der Schlankheit so probat ist wie das Hinauf- und Hinunterlaufen der Stiegen auf Füßen und — Händen! Natürlich hat sie ihr Geheimnis in einem der illustrierten amerikanischen Blätter verraten und sogar Photographien hinzugefügt, auf denen man sie in großer Abendtoilette eine Treppe herunterkriechen sieht. Auf diese Art nimmt man nach ihrer Versicherung in der Woche wenigstens zehn englische Pfund ab. Ueberdies stärkt



Die Seite
der
Frau!



Neueste
Pariser
Modele

Das Schicksalsjahr der Ehe

man auf solche Manier die Muskeln, die sonst wenig oder gar nicht verwendet werden und wird «spielend» gekenkt und geschmeidig. Miss Vera Vernon hat sich im Laufe der Zeiten durch das Stiegenkriechen so gut trainiert, daß sie ebenso flink auf Händen und Füßen steigen hinauf- oder herunterläuft wie andere Menschen auf die sonst übliche Art. Man braucht sich auch nicht anzustreben, um eine Stunde lang diesen Sport zu betreiben, denn ein paar Minuten genügen vollkommen. Wenn man ein Stockwerk zweimal hinauf- und zweimal hinunterkriecht, hat man genug getan für einen ganzen Tag.

Man hat schon oft danach gefragt, welches wohl die «kritischste Zeit» in der Ehe sei, und gewöhnlich hält man dafür das erste Jahr, weil in diesem die beiden jungen Eheleute sich miteinander einleben müssen und die verschiedenen Unstimmigkeiten oder Gegensätze in ihren Gewohnheiten und ihrem Charakter ans Licht treten. Aber diese Zwistigkeiten des ersten Ehejahrs sind doch meist nur vorübergehende Plänkelereien; die herauziehenden Wolken werden rasch von dem Sonnenschein der ersten Liebe wieder vertrieben, und der Bestand der Ehe ist

nicht ernstlich gefährdet. Die eigentlichen Kämpfe, bei denen es um Sein oder Nichtsein der Häuslichkeit geht, beginnen erst viel später. Eine Dame der englischen Gesellschaft, Lady Ford, nennt das siebente Jahr das «Schicksalsjahr der Ehe». «In diesem Jahr», so schreibt sie, «findet der Samen des Unfriedens, der oft jahrelang ruhte, gewöhnlich fruchtbaren Boden. Die Ursachen sind in den meisten Fällen letzten Endes finanzieller Natur, wenn die Auswirkungen auch noch indirekt sind. Wenn die Rechnungen zur Tür hineinfliegen, fliegt die Ehe zum Fenster hinaus. Als man sich heiratet, da schien das Einkommen für die beiden so reichlich; aber nach sieben Jahren ist es infolge des Familienzuwachses recht knapp geworden. Dienstboten, die man nehmen muß, Ärzte, notwendige Anschaffungen, mit denen man nicht gerechnet hat — all das macht das Auskommen immer schwieriger. Besondere Ausgaben, besonders Krankheiten, bringen das Budget in Unordnung. Man muß sparen und immer mehr sparen, und das ist mit der Zeit so unangenehm und verstimmt. Wenn beide Eheleute ihren guten Willen zeigen, dann geht es noch. Aber wie oft spart der eine und der andere gibt aus. Dann gibt es schlimme Szenen über den neuen Hut oder das neue Kleid, das die Frau sich gekauft hat, und über das Bier und die Zigarren, von denen der Mann nicht lassen will. Da denken beide daran, wieviel bequem und angenehmer man lebte, als man noch allein stand. Die Zeit vor sieben Jahren erscheint plötzlich als ein Paradies, nach dem man sich zurücksehnt. Solche Vergleiche sind gefährlich, besonders wenn es auf beiden Seiten an Liebe und Aufopferung fehlt, wenn die Charaktere sich in dieser schweren Zeit nicht bewähren, wenn Abneigung und Widerwillen auffecken. Schlechte Wirtschaft ist in vielen Fällen der Grund für den Schiffbruch einer Ehe, der nach längerer Zeit eintritt. Wenn der Mann und die Frau nicht auf alle unnötigen Ausgaben verzichten können, dann herrscht eine beständige Reibung. Die Romantik der jungen Liebe ist nach sieben Jahren verschwunden, und die harte Wirklichkeit zeigt ihr starres und steinernes Gesicht, dem beide Eheleute in festem Zusammenhalten mit ruhigem Gemüts-
jahr zu überwinden.»

Macht es wie wir
bleibt jugendfrisch und lebensfroh bis ins hohe Alter durch
Winklers Kraft-Essenz
das köstliche Lebenselixier.
In Apotheken und Drogerien

Dr. Scholl's Zino Pads

Leg' eins drauf, der Schmerz hört auf

DR. SCHOLL'S ORIGINAL ZINO PADS

unterscheiden sich von andern Pflastern dadurch, daß sie nicht nur von selbst, sondern auch gut halten und dadurch den Zweck erreichen. Kein Besticken mit Streifen nötig, schützen vor Druck und Reibung. In drei Größen hergestellt, für Hühneraugen, Ballen oder harte Haut an der Fußsohle. Preis per Schachtel 1.50.

**GRATIS
ZINO PAD
MUSTER**

Lit. Dr. Scholl A.-G., Basel

Bitte senden Sie mir gratis Muster der Original Dr. Scholl's Zino Pads für Hühneraugen, sowie Ihr Gratisschicklein «Die Pflege der Füße und Depot-Ausgabe. Eine 20 Cts.-Marke für Porto legge ich hier bei.

Name: _____

Adresse: _____

Bitte Name und Adresse deutlich schreiben.

WEBER'S
Cigarillos
wird nie vergessen!

WEBER SÖHNE A.-G. MENZIKEN SWITZERLAND

Unsere feine Damenkonfektion

in ausgesuchten Modellen und in unseren erstklassigen Mass-Ateliers hergestellt. Biest Thoen in höchster Qualität Verarbeitung und Preis größte Vorteile versäumen Sie nicht, sich unsere Modell-Kollektion vorlegen zu lassen

Rennwegtor
Zürich

RHEUMATISMUS

Selbe in Tuben & Fr. 3.—, in allen Apotheken erhältlich.

Endlich ein Mittel von überraschend sicherer Wirkung, auch in verhältnismäßig kleinen Fällen. **FRAPA 666**

«FRAPA» Aktiengesellschaft für Arzneimittel, Zürich 6

Benützen Sie in Ihrem eigenen Interesse für Ihre Insertionen die **Zürcher Illustrierte**

GESCHÜTZT
Pepsodent
Die moderne Zahnpaste
Erhältlich in zwei Größen: Original-Tube und Doppel-Tube.

1925