

**Zeitschrift:** Schweizer Frauenblatt : Organ für Fraueninteressen und Frauenkultur  
**Herausgeber:** Bund Schweizerischer Frauenvereine  
**Band:** 19 (1937)  
**Heft:** 16

**Heft**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.02.2025

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







# Hauswirtschaft und Erziehung

## Arbeitsplan im Haushalt

Wann wie Zeit, Kräfte und Mittel einplanen?

Mancher wertvolle Mann, mancher Juchender ist der Reaktion ausgeliefert, seinen in unferm Blatte (Nr. 5 und 10) die Fragen aufgeworfen wurden. Immer sind es bestürzende Zeiten gewesen, in denen der Wert des Arbeitsplans nach Plan hier zum Ausdruck kam. Es leiten hier nach zwei Pläne bekannt gegeben; nicht daß sie nachgeahmt werden sollen — jeder Haushalt hat ja seine eigene Individualität — aber es läßt sich mancher Anregung gewinnen im Erleben, wie es die Andere macht.

### I. Ein Haushalt ohne Hausangestellte (bei noch ca. 25 Stunden Erwerbsarbeit der Hausfrau)

Die Hausfrau schreibt:  
C. S. Ohne Wochen-Arbeitsplan läßt sich ein Haushalt überhaupt nicht richtig führen und von der wohnwirtschaftlichen, den Behältnissen und Erfordernissen eines jeden Haushaltes wohl organisierten und rationalisierten Arbeitsverteilung hängt das Wohl der ganzen Familie ab. Veränderte Lebensumstände veranlassen mich, meinen Haushalt (4 Personen) allein und in möglichst kurzer Zeit mit möglichst wenig Kräfteverwendung zu betreiben, damit für meine Erwerbsarbeit der größere Teil des Tages erledigt wurde. Es brauchte geräumige Stelle, bis ich zu dem heutigen Ergebnis kam und ich laufe mich noch gerne betreiben.

Donnerstag: 7 Uhr, Säubern der Zimmer, Frühstücken, Aufstehen nach Solmen, Frühstück und Besorgen der Einkäufe, Zubereiten des Mittagessens. Nach dem Abwaschen werden die Wäsche, Strümpfe etc. gewaschen. Der Nachmittag gehört meiner Arbeit mit kurzer Teepause bis zur Zubereitung des einfachen Abendessens.  
Freitag: wie Montag, nur daß das Aufstehen weniger Zeit beansprucht, da Tag und Morgen gründlicher geputzt wurde. Sonntags immer die Familie bei mir, demselben mehr Staub und Unordnung zwischen Aufräumen und Kochen wird die Wäsche vom Montag abgehängt, wenn möglich gleich geputzt und besorgt. Einläufe werden auch in diese Stunde gelegt. Der Nachmittag gehört meiner Arbeit.

Mittwoch: Aufstehen wie Dienstag, dann Markt, umichtig einkaufen, Käsebestell, genau aufstellen, damit die Einstellung der Kräfte, Gemüse, Eier, Käse etc. bis Samstag lang, Behälter ausgeben bei der Gemüsehandlung, bis Samstag, weil wegen „Reinemachens“ nicht Zeit finde auf den Markt zu gehen.  
Donnerstag: wie Dienstag.  
Freitag: Gründliches Putzen der beiden Schlafzimmer, dann wie Abends.  
Samstag: Reinigen des Esszimmers und Wohnlaube und Zubereiten, dann Kochen, Essen. Darauf folgt die Küche. Alles ist praktisch und bequem eingerichtet, so daß ich um 2 Uhr fertig werde. Damit kommt nun das Essen, das ich von der Verkäuferin und da wird das „Krautbrot“ gebacken. Man muß werden die Sonntagseinkäufe vor, mandmal nach der Teeunde besorgt. Auch das Gemüse für den Sonntag rüht ich noch Samstag.

Sonntag: Ich habe Tagwacht, schnell wird die Wohnung besorgt. Von einer unvollständigen Sonntagseinkaufe bin ich langsam abkommen. Ich habe eine amerikanische Brautpaar, die ohne mein Zutun brät und schmort, so daß ich während der Warten im Lauf ist, ein kleinen Spaziergang mit meinem Hund machen kann. Beimgeheft wird die letzte Hand an das Essen gelegt. Der Tisch ist fertig gedeckt, und um halb ein Uhr geputzt. Der Kaffee wird nach dem Abwaschen serviert, da mir Sonntagsgemüts sein wollen und meistens Besuch haben. Nachmittags führt ein Spaziergang zu einer Tee-party herein, wir helfen einander beim Abwaschen und bringen und schmeißt in weiche Ordnung (ich habe das „Wäcker“ gelernt, Dienstboten sind selten, es ist eine Selbstverständlichkeit, daß man einander hilft).

Dazu folgender Küchenzettel:  
Montag: Rehenjunge, von Sonntagsgemüse, Käsekauf mit Salat, oder Salatplatte oder sonst ein Salatgemüse, Tee, Früchte.  
Dienstag: Suppe, Bratenfleisch vom Sonntag mit Reis oder Kartoffelsoß, Salat, Früchte.

Mittwoch: Suppe, Fleisch, Gemüse, oft konzentriert, Salat, Früchte.  
Donnerstag: Suppenfleisch mit Gemüse, Salat, Früchte.  
Freitag: Bouillon, Eierbeise oder Wäse, manchmal Kuchen mit Tee oder Milchsaft.  
Samstag: Rehenjunge, Rehenfleisch (Salat, Dachs, ein Sauce), Kartoffeln, Salat, Früchte.  
Sonntag: Suppe, Braten, Gemüse, Salat, Kaffee, Dessert.

Abends gibt es zu Milchsaft oder Tee eine Glasbeise, Rehenfleisch, Milch, oft etwas Fleisch, mit Salat oder Kompott, mandmal Butter, Konfitüre und Käse. Der Küchenzettel variiert natürlich jede Woche und berücksichtigt die jeweilige Saison. Alle vier Wochen wird Dienstag gewaschen, die Wäsche im Tempo geputzt und verlegt. Ich muß jedes Wochenende 25 Stunden für meine Erwerbsarbeit frei haben, also darf mich der Haushalt nicht aufhängen, doch die Wohnung muß geputzt und behalich sein. Abends, bevor ich zur Arbeit gehe, räume ich im Wohn-Esszimmer, Bettzimmern, Küchen, Strickarbeit immer weg, so ist morgens kein Aufstehen. Auch den Vorabend für meine Schattungen richte ich her. Mein Haushalt wird nicht sehr glatt ab, unvernünftiges Eintreten dieser und jener Umstände lassen sich immer ohne daß ganze Gebäude aus dem Konzept zu bringen, leicht bewerkstelligen, so bin ich nicht der Sklave aber der Meister meines Haushaltes.

### II. Ein Haushalt mit Hausangestellten bei Mitarbeit der Hausfrau, die viel Vereinsarbeit zu betreiben hat.

Die Hausfrau schreibt:  
B. S. Unsere Familie besteht aus 4 Personen, 2 Mädchen von 14 und 16 Jahren, die Wohnung besteht aus 5 Zimmern. Ich arbeite selbst überall mit. Das Mädchen kommt um 1/8 Uhr und ist spätestens um 8 1/4 Uhr fertig. Sonntags kommt sie nicht. Neben dem Mädchen ist eine Waisfrau vorhanden und zum Frühjahrsputz kommt eine Putzfrau. Ich mache alle Kleider selbst und habe nebenbei noch viel Vereinsarbeit. Die Arbeit läßt sich nur mit einem Plan und einem Küchenzettel, der ich mir jeweils für einen Monat herstelle, behaltlich. Nicht nur, daß ich einen Arbeitsplan die Arbeit rationaler geleistet wird, der Küchenzettel, der unbedingt damit verbunden sein muß, hilft auch Geld sparen. Selbstverständlich muß er so dehnbar sein, daß er nicht zur Katastrophe ausartet, und müssen die Saisonfarben und Saisonpreise ausgenutzt werden können. Man darf auch nicht zum vorzuehen sich so festlegen, daß die Familie leidet, heute gibt es das zu Mittag, das kommt bestimmt in vier Wochen. Es gibt bei mir kein einmal in 8 Wochen eine Wiederholung. Ich kann jeder Frau empfehlen, sich einen Arbeitsplan verbunden mit Speisezettel, wenn auch der Speisezettel nur für eine Woche ausarbeiten und geputzt nach zu arbeiten. Ich bin sicher, nach einiger Zeit kann sich die Hausfrau an Arbeiten ohne Plan gar nicht mehr denken. Im folgenden:

Wochenplan der Hausfrau:  
Montag: 6.30—7 Uhr: Toilette; 7—7.30 Uhr: Frühstück bereiten; 7.30—8 Uhr: mit an den nächstbesten sitzen, da ich nichts zu Morgen nehme; 8—9.30 Uhr: Essen und Schlafmachen; 9.30 bis 10 Uhr: Frühstücken und Ruhe; 10—11 Uhr: Vereinsarbeit oder Handarbeiten; 11—12.15 Uhr: Küche, mein Zeit: 12.15—1.15 Uhr: Essen; 1.15—1.30 Uhr: Ruhe; 1.30—6.30 Uhr: Schmeibren, Handarbeiten, mandmal eine Sitzung; 6.30—7 Uhr: Nachhaken bereiten; 7 Uhr: Nachhaken; 7.30—9 Uhr: Lesen, oder den Kindern vorlesen, oder Aufarbeiten des Monats; 9—10 Uhr: Vereinsarbeit oder Lesen oder Stricken; oder eine Stunde Schlaf mit meinem Mann.

Dienstag: bis 1.30 Uhr: gleich wie Montag; 1.30—6.30 Uhr: Besuch machen oder empfangen, oder nähen, oder wenn nötig Vereinsarbeit. Abends wie Montag.  
Mittwoch: Morgens bis Mittagessen gleich, nachmittags mit den Kindern ausgehen, abends gleich wie andere Tage.

Donnerstag: Morgens gleich, 1.30—4 Uhr: Korsettbinden; 4—6 Uhr: einer erkrankten Frau versorgen; 6.30—7 Uhr: Nachhaken bereiten; 7 Uhr: Schlafmachen; 7.30—9 Uhr: Vereinsarbeit; 9—10 Uhr: Donnerstag im Monat Vereinsversammlung besuchen, sonst gemeinsames Lesen; 9—10 Uhr: Vereinsarbeit.

Freitag: wie andere Tage bis 1.30 Uhr; 1.30 bis 6.30 Uhr: bei den Reinigungsarbeiten helfen; 6.30—7 Uhr: Nachhaken bereiten; 7 Uhr: Nachhaken; 7.30—9 Uhr: Vereinsarbeit.  
Samstag: bis 1.30 Uhr: wie andere Tage; 1.30—3 Uhr: Nachhaken; 3—6.30 Uhr: Sonntagsessen mit Kommunion; 6.30—7 Uhr: Nachhaken bereiten; 7 Uhr: Essen; 7.30—9 Uhr: wenn kein Besuch von Bekannten, machen alle Spiele oder hören Musik oder musizieren; 9—10 Uhr: Lesen oder Schlaf.

Sonntag: bei schönem Wetter von 6—8 Uhr Spaziergang mit meiner Kleinen (14 Jahre); sonst: 8—8.30 Uhr: Frühstück bereiten; 8.30—9 Uhr: Frühstück; 9—11 Uhr: Wohnung mit den Kindern in Ordnung bringen (Mädchen kommt nicht); 11 bis 12 Uhr: Essen bereiten, mandmal auswärts essen; 12—1.30 Uhr: bei geübten Verhältnissen mit Putz machen ist. So ist jeden 2. Dienstag im Monat Vereinsausgang oder man hat einmal da oder dort eine Verbindung; der Plan soll nicht schablonenhaft eingehalten, sondern dehnbar (mandmal fehlt) sein. — Und nun

Plan für Hausangestellte (in der Küche sichtbar angebracht)  
Montag: 7.30—8 Uhr: Morgensessen; 8—8.15 Uhr: Geschirrwaschen; 8.15—8.30 Uhr: Tee; 8.30—10 Uhr: Waschen und Schlafmachen; 9.30—10.15—11 Uhr: Gemüse waschen, wenn Zeit: Fenster putzen oder nähen; 11—12.15 Uhr: Kochen helfen (wenn Zeit haben oder nähen); 12.15—12.30 Uhr: Tischdecken; 12.30—1.15 Uhr: Essen; 1.15—2.30 Uhr: Küche machen.  
Dies alle Vormittage gleich.  
Die Nachmittage:  
Montag: 2.30—4.15 Uhr: Strümpfe waschen; 4.15—5.30 Uhr: Waschen, Wäsche etc.; 5.30—6 Uhr: Ausgeben; 6—6.30 Uhr: Köchen holen, Betten abdecken; 6.30—7.30 Uhr: Nachhaken holen und essen; 7.30—8.15 Uhr: Küche machen, Schuhe putzen.  
Dienstag: 2.15—5.30 Uhr: zwei Zimmer gründlich machen, sonst gleich wie Montag.  
Mittwoch: frei.  
Donnerstag: 2.15—5.30 Uhr: zwei Zimmer machen.  
Freitag: 2.15—5.30 Uhr: Küche gründlich machen.  
Samstag: 2.15—5.30 Uhr: Wasch, Treppe, Terrass putzen.  
Veränderungen: In der Waisküche nach dem Mittag, und ab 2.30 Uhr der Waisküche helfen. In der nächsten Woche Glätten am Nachmittag. In der 3. Woche das 3. Zimmer gründlich machen. Alle vier Wochen wird jedes Zimmer gründlich gemacht.

Arbeitslager und Haushaltunterricht für weibliche Arbeitslose in Amerika  
Vor. In 21 Bundesstaaten der Vereinigten Staaten sowie in der Stadt New York und im Kolumbia-Distrikt wurde ein Haushaltsunterricht für die Arbeitslosenunterstützung bestehenden jugendlichen weiblichen Personen eingerichtet. Zu diesem Zwecke ist ein größerer Betrag aus Bundesmitteln bereitgestellt worden. Die Verwendung der Mittel obliegt der Frauenausbildung und Lenkung für Arbeitsbeschaffung. Weiter bemerkenswert war, daß dem Beispiel anderer Länder folgend, die Vereinigten Staaten in allerhöchster Zeit Arbeitslager für hiesige junge Mädchen einrichten wollen. Die für Amerika völlig neue Bewegung steht unter dem Protektorat von Frau Eleanor Roosevelt, der Gattin des Präsidenten, und wird von den zuständigen

Verwaltungsstellen stark befristet. Verhandlungen zur Finanzierung der Arbeitslager — man denkt an etwa 50 im ganzen Lande — wurden mit den zuständigen Stellen bereits ein-geleitet.

Die jungen Mädchen zwischen 18 und 25 Jahren sollen zu etwa 80 bis 100 in den einzelnen Lagern zusammengefaßt werden und Hausarbeit, Landwirtschaft usw. lernen. Neben der Arbeit wird aber für Sport und andere körperliche Erziehung ausreichend gesorgt werden. Die acht Monate Arbeitslager sollen für die Mädchen auch eine Entpannung von den Sorgen des Alltags sein. Zugleich soll größter Wert darauf gelegt werden, daß die Lagerinsassen zu verantwortungsbewußten Menschen erzogen werden. Das ganze Lagerleben wird streng nach dem Prinzip der Selbstziehung aufgebaut sein. Jedes Lager wählt aus den Kameradinnen eine eigene Führerin, die allein für alles, was im Lager vorgeht, verantwortlich ist.

Ferner soll nach Möglichkeit dafür gesorgt werden, daß die Mädchen, die in einem Lager ausgebildet wurden, nach ihrer Entlassung eine Anstellung bekommen. Der Dienst im Lager wird nicht regelt, sondern nur mit einem Zuschlag von 1.50 Dollar besetzt. Die Bundesregierung rechnet damit, daß die Kosten dieser Arbeitslager 10 Dollar wöchentlich pro Kopf betragen dürften.

Ein Hauswirtschaftsdepartement  
Nicht in der Schweiz! Sondern in Norwegen, das die Arbeit der Hausfrau als eine Grundlage der Volkswirtschaft anerkennt und dem Hausfrauenstand die seiner Bedeutung zukommende Vertretung in der Regierung einräumt. Als Ob- und dieses Hauswirtschaftsdepartement wurde eine Frau gewählt, die Vorsteherin der staatlichen Hauswirtschaftsschule gewesen ist und nachher 13 Jahre als Inspektorin aller Haushaltungsschulen amtiert hat. Das neue Departement wird dem Landwirtschaftsdepartement unterstellt. J. S.

Ein Rezept?  
mit Fragezeichen ist das folgende: Gedröckte Früchte (Kirschen, Apfel, Trauben etc.), Zucker, Hefe und Wasser zusammen ansetzen und nach gelibiger Zeit abgießen. Es soll ein erfrischendes und gesundes Getränk entstehen und wird besonders für Kinder empfohlen.

Wie sieht es in Wirklichkeit damit?  
Das Gemisch gärt, kleine Flaschen von Kohlensäure steigen an die Oberfläche und daneben entsteht Alkohol. Wiewohl nicht viel, aber auf alle Fälle ist das Getränk nichts für Kinder und auch Erwachsenen kann es nicht empfohlen werden. Erstens ist es unappetitlich und zweitens nicht ungefährlich, da sich neben der Hefe noch andere, schädliche Mikroben können. Während diese kleinen Dämonen, die ein solches Getränk in guter Meinung machen, ein Fingergelächel sein und sie zur Vorsicht mahnen.

Maria Peter, Apothekerin.  
Da uns gemeldet wurde, daß dies „Rezept“ ziemlich hart und weis, sich mit einem kleinen Hinweis aus dem Literaturkreis dankbar. Red.

### Aus der Praxis der Hausfrau

Zwischen Kindern ohne Erdenvermögen ist gut möglich, wenn man die ungeliebten Ziegenlaute vor der Haustür mit liebendem Wasser überläßt. In Amerika bringt man durch harten Eßig zum Verschwinden.

Das Fensterleber soll man nach dem Gebrauch, wenn es ausgewaschen ist, zusammenrollen, halt es aufhängen, es bleibt so viel weicher.

Steinfels  
den gerissen. Bestimmt dachte ich über mein Verhalten nach. Da geht leis die Schlafzimmertür auf. In der Türschwelle erscheint die Gemahlsregelle. Ihre Augen sind stahlblau und hart vor Trotz. Denn ihr ist bitteres Unrecht geschehen, das sie nicht begreift. Sie und erstickt vor Lust sagte sie: „Ich bin zum Wieder da.“ — Pause.  
„Ich bin zum Wieder da.“ — Pause.  
Die Zigergerren schienen mich an, während, ob sie fortzähren darf.  
„Das Wort sag ich dann schon noch.“ Zimmer noch redet sie leis, zum Klugzug bereit.  
„Ich sage nicht nur ein Wort, ich sage ganz viele Worte.“ Wie sie merkt, daß ich nicht mehr kämpfen will, macht sie einen Schritt ins Zimmer. Jetzt komme, was wollte, sie verflucht noch ein letztes als Nach: „Es hört jetzt dann überhaupt nicht mehr auf, vor lauter Worten, die noch kommen!“  
Mein Widerstand ist schon längst verfliegen. Ich muß mich beherzigen, nicht laut zu werden. Ich nehme sie ganz bei der Hand und führe sie hinaus in den Garten. Dort hat sie den ganzen Nachmittag noch gemault über das Unrecht, hat man mir später gesagt. Dann hat sie den Versuch bereuigt.  
Ich aber werde den Anblick des kleinen empörten Wesens, und die Stimme, mit der es diese Nachrede hielt, nie vergehen. Und wenn ich wieder einmal nahe dran bin, erschießere ich straucheln und Recht im Unrecht behalten will, hier ich machend: „Es hört jetzt dann überhaupt nicht mehr auf, vor lauter Worten.“  
Und dann? Dann gebe ich mit große Mühe, der Klugere zu sein. Lucie Bernhardt.

### Vor lauter Worten!

Die bunten Bündelbroschüren, die ich aus Holland mitgebracht hatte, gefielen Peter so gut, daß ich versprochen mußte, ihm das erste leere zu schenken. Dieses Versprechen gedachte ich, als ich an einem schönen Sommerabend bei weitgeöffneten Türen saß und eben eine Zigarette mit dem letzten Zündholz des ersten Zigarettenanzünders neben mir hinstellte und den Rest der Regula, Peterss Zigarette, die ich in dem Garten spielte, das Versprechen zu bringen. Auch fand ich, Regula könnte eigentlich ins Freie gehen und es wäre sehr erzieherlich, wenn sie mit dem Dienst erziehen würde, ihrem Bruder das Gewicht zu bringen. Man kann Kinder nicht früh genug zur Mächtigkeit erziehen, besonders bei Kleinkindern, die man selbst ebenso gut erziehen kann. Regula, ichau, Du darfst Peter dies ichne Bündelbroschüren in den Garten bringen.  
Regula steht das bunte Papierchen und sofort flamm Regula in ihren Wildungen auf.

Gleich weiß ich auch, daß ich einen Fehler begangen habe. Ich verlange von einem vierjährigen Kind etwas, das ihm nicht selbstverständlich ist. Einen Verzicht, den es nicht ohne weiteres freudig erfüllen kann. Die Antwort erfolgt auch prompt: „Nein, ich will es selbst haben!“  
Ich könnte einleiten und auf Peters schuldige, ichn etwas entwickeltere Vernunft bauen. Er würde sich aufreihen geben mit dem zweiten, mögen mögen Broschüren, und der Kleinen das begehrte Objekt überlassen. Statt dessen — es ist der Fluch der bösen Zeit — veruche ich zu erklären. Ich will weiter erziehen.  
„Hör zu, ich habe Peter versprochen, das erste gehöre ihm. Wenn ich es jetzt Dir gäbe, wäre er traurig. Man muß halten, was man versprochen hat. Du bekommst morgen das nächste.“  
„Nein, ich will dieses, Peter kann das andere haben!“  
„Aber, begreift doch,“ immer noch bin ich sicher und sehr ruhig, versprochen ist versprochen. Ich werde es aber Peter selber geben, wenn er kommt. Du mußt es ihm gar nicht bringen.“  
Der Fall ist für mich erledigt. Nicht so für Regula.  
„Nein, ich will es. Der Peter darf es nicht haben.“ Tränen wollen kommen. Ich könnte jetzt noch nachgeben. Der Klügere sein. Aber der Erziehungspreis, einerseits, und das Nachbehaltenswollen — wir werden ja schon sehen, wer der Stärkere ist, usw. sind die Klappen, an denen so mancher Pädagoge scheitert. Der Trotz muß gebrochen werden, der Trotz, der immer nur da eintritt, wo der Erwachsene ungeschickt war. Aber wer gibt gern bei, einem so kleinen Menschen gegenüber? Man darf sich doch keine Blöße ge-



## Basel \* Hotel Baslerhof

Christl. Hospiz, Aeschenvorstadt 55  
Das gut geführte Familienhotel Nähe Zentralbahnhof und Parkanlagen - Zimmer von Fr. 4.50 bis 6.-, mit Privat-Badzimmer von Fr. 7.- bis 8.-, Alkoholfreie Restauration, Tea Room, Eigene Konditorei. Tel. 21.807 P 1489-1 Q

## Veranstaltungs-Anzeiger

**Freitag:** Saccumklub, Samstag, 26. April, 17 Uhr, Photographische Section: „Unbekanntes Vallis“. Lichtbildvortrag von Dr. Anna Ernst-Dorn.  
**Freitag:** Jahresversammlung der Zürcher Frauenzentrale, 28. April, 14.30 Uhr, am Schanzgraben 29. Jahresbericht, Jahresrechnung, Vortrag von Dr. Schwab Schmid; Aus der Tätigkeit der Zürcher Kommission zur Verteidigung der Frauenarbeit.  
**Sonntag:** Schweiz. Damen-Automobil-Club, Section Bern, 30. April, 2 Uhr: Sammlung auf dem Bahnhofsplatz; Ausflug an den Thunersee mit Familienangehörigen.  
**Freitag:** 28. April, 16 Uhr: Künstlerinnen als Mütter (Vortrag von Lilly Selig).  
**Freitag:** 29. April, 18 Uhr: Käsekalender.

## Kindergarten-Kurse

(3 MONATE)  
erteilt Kinderheim Paradiesli, Zirkolindach 8, Bern  
Prospekte durch die Leiterin P 1151 Y

## THUN

Blaukreuzhof  
Alkoholfreies Restaurant  
Billige Essen und nette Zimmer mit mäßigen Preisen. P 490 Y

## ORO

das altbewährte, feinste Kochfett

als hochwertigsten und vorteilhaftesten Ersatz für eingeseigertes Tafelbutter

P 243 Z

Fabr. Flad & Burkhardt A.-G. Zürich-Oerlikon, Telefon 68.445

30. April, 18.35 Uhr: Rechtliche Streitlichter: Vom Aufgebot und vom Vertriebshindernis.  
30. April, 19.15 Uhr: Neue Frauenberufe, von denen man spricht (Vortrag von Dr. S. Lamberg).  
2. Mai, 14 Uhr: Der Pflanzenarten im Mai und Juni (Vortrag von G. Rohd).

### Rebellen.

Allgemeiner Teil: Emmi Bloch, Zürich 5, Emmatstraße 25. Telefon 32.203.  
Reinlektion: Anna Herzog-Duber, Zürich, Freudenstrasse 142. Telefon 32.608.  
Bodenkontakt: Helene David, St. Gallen.



Nicht nur diesen schweren Kasten, auch des Lebens harte Lasten trägt er stolz und immer froh. Solche Kraft schafft Banago.



## VERJÜNGUNG! NEUE LEBENSKRAFT!

Jetzt eine Frühlingskur gegen Arterienverkalkung und frühes Altern mit natürlichen Mitteln. Illust. Prospekte



Kuranstalt Dr. Liebert Seeschau Kreuzlingen Telefon 118

## Suisse française

Huémox près Chesibres (1050 m)  
Situation splendide. Climat excellent. Météo. Pâti reçoit des jeunes filles pour séjour prolongé ou vacances. Etude de français. Meilleurs soins. Références. (P 59-3)

Berücksichtigt die Inserenten dieses Blattes

## MANZ Konfitüren sehr fein

Die seit 50 Jahren anerkannte Qualität unseres Hauses. Sorgfältigste Zubereitung unter Verwendung nur erstklass. Früchte.

- Im Offenverkauf:
- Vierfrucht . . . per 1/2 kg . . . 40
  - Zwetschgen . . . . . 50
  - Reineclauden . . . . . 50
  - Johannisbeeren . . . . . 60
  - Brombeeren . . . . . 70
  - Heidelbeeren . . . . . 70
  - Stachelbeeren . . . . . 75
  - Kirschen . . . . . 75
  - Erdbeeren . . . . . 75
  - Aprikosen . . . . . 75
  - Himbeeren . . . . . 75
  - Orangen . . . . . 75
  - Weichselkirschen . . . . . 80
  - Preißelbeeren . . . . . 80
  - Hagenbutten . . . . . 1.-
  - Apfelgelee . . . . . 50
  - Frühstücksgelée . . . . . 55
  - Quittengelée . . . . . 70
  - Brombeergelee . . . . . 75
  - Johannisbeergelee . . . . . 75
  - Stachelbeergelee . . . . . 75
  - Holzbeergelee . . . . . 75
  - Himbeergelee . . . . . 80
  - Melasse . . . . . 40
  - Kunsthonig . . . . . 70
  - Wacholderlatwerge 1.05
  - Schweiz. Bienenhonig 2.20

3% Rückvergütung Lieferung frko. ins Haus. Prompter Versand nach auswärts.

Manz & Co. Zürich, Zähringerstr. 24  
Telefon 21.758  
Bei größeren Bezügen verlangen Sie Spezial-Offerte

## Haus Neugeboren Locarno-Monti

bietet Erholungsuchenden ruhigen Aufenthalt in herrlicher Lage. Beste Diätküche nach Dr. Bircher-B. ab Fr. 6.50. P 1041-3 Q



Persil wächst kein Arbeit ab spart obendrein.

DP 427 a Henkel & Cie. A. G., Basel

P 307 Q

## LUZERN Hotel Waldstätterhof

Hotel Krone am Weinmarkt  
Alkoholfreie Mäuser des gemeinnützigen Frauenvereins der Stadt Luzern. P 1155 Lz



## Verkaufsmagazine

- Zürich Winterthur Wädenswil Horgen Oerlikon Melien Altstätten Bern Biel  
Madretsch Olten Solothurn Thun Burgdorf Langenthal Neuenburg Lausen-4-Fons Luzern

# MIGROS

## Die Frau an der Front

Lebensmittel und Gebrauchsartikel steigen dauernd im Preis und werden leider weiter steigen. Die Löhne bleiben oder kommen nur langsam nach.

Jetzt muß die ganze Kunst der Frau her, die aus dem Nichts etwas macht und Franken und Rappen in die Länge zieht.

Eine der ersten Bedingungen, sparsam zu wirtschaften, ist mit den alten Vorurteilen abzuhelfen. sachlich in die Welt zu blicken, sich auf den eigenen Kopf zu verlassen und die sich bietenden Möglichkeiten systematisch auszunutzen.

Und es gibt davon noch unzählige!

Die Nahrungsmittelkommission 1932 stellte fest, daß eine Großzahl von Lebensmitteln und Putzmitteln als Markenartikel bis zu

170 % teurer als andere, ungsfähr gleichwertige Konkurrenzartikel verkauft werden. Wir geben hier die Zusammenstellung:

	Rp.	Rp.
Persil 500 g	90	50
Palmin 500 g	160	98
Palmina 500 g	240	200
Lux 250 g	100	36
Schokolade, Ménage, 1000 g	300	167
Schokolade, Milch, 1000 g	500	250/295
Kaffee Hag, 1000 g	750	386
Maggi, Suppenrollen		
1 Stange zu 5 Würfeln	75	50
Maggi, Bouillonwürfel		
1000 Stück	5000	3600
Konserven,		
Erbsen, p. Liter-Büchse	150	100
Bohnen, p. Liter-Büchse	160	100
Zichorien, Franck-Aroma 1000 g	150	100
Teigwaren, sup., Pakete 1000 g	100	53
Ovomaltine, große Büchse	360	200
Kentaure-Haferflocken 1000 g	130	50
Weißes Kernseife, 400 g	50	25

Dabei ist zu sagen, daß die billigen, qualitativ gleichwertigen Artikel von kleinen und mittleren Schweizer Fabriken stammen, während die entsprechenden überbeurteilten Markenartikel in ihrer großen Mehrzahl von ausländischen Trusten resp. deren Schweizer Filialen herrühren.

Es ist bedauerlich, daß das Laboratorium des Verbandes Schweiz. Konsumvereine

nicht mit Qualitätsvergleichen für die vielen Parallelmärkte, die die Genossenschaften führen, herausrickt. Die Konsumgenossenschaften verkaufen dieselben Artikel unter einer Etikette zu 50 Rp. unter einer andern zu 70-80 Rp.!

Da kann nicht nur gespart werden, sondern da ist es heute erste Pflicht zu sparen.

Es macht in einer großen Haushaltung nicht weniger als

## Fr. 200.- im Jahr aus

ob man zu übersetzten Phantasiepreisen oder aber zu gerechtfertigten Materialpreisen einkauft.

## Frauenverband an die Front!

Der neueste Trick ist, daß die Markenartikel-fabrikanten, die in einem Verband mit den Genossenschaften stecken (!) (Zentralstelle zur Förderung und Verteidigung einer gesunden Wirtschaft),

sich erster politischer Kanonen als Vorgespann erfreuen dürfen, die das Lob des teuren Preises schriftlich und mündlich herausdröhnen lassen.

Die frühere Sekretärin der internationalen Genossenschaftsliga, Miß Enfield, schreibt in ihrem Werk über die Genossenschaftsbewegung:

„Die Genossenschaft hat das Ziel, die materielle Lage der Arbeiterklassen zu verbessern, und zwar nicht durch Hebung der nominalen Löhne, sondern durch Hebung der Kaufkraft der Löhne, dank niedrigeren Preisen.“

Wie wird dieser einfache Grundsatz von den heutigen Genossenschaftsführern der Schweiz, die sich über die Billigkeit anderer Verkäufer entrüsten, mit Füßen getreten!

Dabei werden die Schriften dieses revolutionären Propaganda-Herois von der erwähnten Zentralstelle (Vorsitz: der internationale Oeltrust) in alle Briskfalten verteilt! Auch eine internationale, aber eine etwas andere...

Dieses Kunststück erinnert an die Bierbrauer, die Gesundheitsautoritäten gefunden haben, die

den Alkohol mit gelehrtesten Argumenten für den Menschen als heilsam befinden, und an die Müller, die ihres Wissenschaftler aufwiegen bei gesunder Nahrung - das alles rufen wir an gegen den politisch-wirtschaftlich-wissenschaftlichen Hokus-Pokus.

Gegen 3000 zufriedene Familien von direkt und indirekt Angestellten - Hunderttausenden zufriedener Haushalte, ausschließlich zufriedene langjährige, kleine und mittlere Lieferanten - namentlich bäuerliche -

das ist unsere große friedliche Familie, die sich ruhig, zuverlässig Dienst und Gegenleistung leistet - das Jahr und die Jahre hindurch.

Wer Augen hat zu sehen, erkennt die gewaltige Front der Bewirtschaftler, die gewaltige Arbeit in ihrem Bereich bringende Macht, die den friedlichen Bestrebungen für das Allgemeinwohl gegenübersteht.

Die Bewirtschaftler haben ihren Bereich entthüllt, er dringt in alle Lager ein.

Es ist noch eine, wenn auch schwache Hoffnung vorhanden, daß die große, auf Generationen wirkende Idee des gesunden Brotes seine allgemeine Verbreitung behalte.

den Gedanken der besonderen Verbilligung des Vollbrotes - offenbar aus milteltechnisch-kantnischen Gründen - nicht mehr unterstützt, obwohl das „Genossenschaftliche Volksbrot“ nach Einführung des Vollbrotes dafür eintrat.

Wir und unsere Kritik sind nicht stark genug: Welches Unglück, daß die Konsumgenossenschaften mit den Bewirtschaftlern so weitgehend mitmachen und darauf verzichten, ihre Handlungen nach hohen Ideen

zu richten!

Es ist noch eine, wenn auch schwache Hoffnung vorhanden, daß die große, auf Generationen wirkende Idee des gesunden Brotes seine allgemeine Verbreitung behalte.

## Brot-Aufschlag?

Schon wieder wird ein Brotaufschlag diskutiert. Sicherlich sind wir die letzten, die einen Aufschlag leicht nehmen; das hatten wir nach der Abwertung, da wir viele Waren monatlang unter dem Wiederbeschaffungspreis verkauften, zu beweisen Gelegenheit.

Aber diesmal geht es um Wichtigeres als um den Preis! Man weiß, daß

der Bundesrat

Ende Dezember nach Anhörung der wissenschaftlichen und fachmännischen Kommissionen beschloß, eine Preisdifferenz von 10 Rp. zwischen aus 85% ausgehalmtem Mehl hergestelltem Vollbrot und Halbweißbrot zu schaffen, in der Erkenntnis, daß die allgemeine Einführung des Vollbrotes ein Fortschritt in der Volksernährung sei.

Bekanntlich stieg der Vollbrotkonsum bis auf 80% des Gesamtbrotkonsums. Darauf setzte ein zäher

Kampf der Müller und Bäcker gegen die preisliche Begünstigung des Vollbrotes ein.

Zweck ist die Rückgängigmachung des großen Fortschrittes in der Volksernährung.

Die Preisdifferenz zugunsten des Vollbrotes wurde dann am 22. Januar von 10 Rp. auf 8 Rp. heruntersetzt, worauf der Vollbrotkonsum stark zurückging, bis auf 80% im Landesdurchschnitt, Ende März 1937.

Allerdings wurde darauf im Bundeshaus - auch durch die Preiskontrolle - erklärt, daß keine Rede davon sein könne, daß der Vollbrotpreis erhöht werde, sondern wenn der Weltmarkt steigt,

höchstens der Halbweiß- und Weißmehlpreis. Man hat aber leider Grund, an den Sieg der Bewirtschaftler und einer Kapitulation des Bundeshauses zu glauben, nicht zuletzt, weil unserem Vernehmen nach auch die

Genossenschafts-Mühle

den Gedanken der besonderen Verbilligung des Vollbrotes - offenbar aus milteltechnisch-kantnischen Gründen - nicht mehr unterstützt, obwohl das „Genossenschaftliche Volksbrot“ nach Einführung des Vollbrotes dafür eintrat.

Wir und unsere Kritik sind nicht stark genug: Welches Unglück, daß die Konsumgenossenschaften mit den Bewirtschaftlern so weitgehend mitmachen und darauf verzichten, ihre Handlungen nach hohen Ideen

zu richten!

Es ist noch eine, wenn auch schwache Hoffnung vorhanden, daß die große, auf Generationen wirkende Idee des gesunden Brotes seine allgemeine Verbreitung behalte.

Süßfett - das gute Kochfett mit 100% Buttergehalt

(380 g-Tafel 75 Rp.) per 1/2 kg 98% Rp.

„Santa Sabina“ 20% Buttergehalt (400 g-Tafel Fr. 1.-) per 1/2 kg Fr. 1.25

Kochfett „Migros“ (420 g-Tafel 75 Rp.) per 1/2 kg 91 1/2 Rp.

## Einige Vorabwertungspreise:

Kokosfett „Ceylon“ per 1/2 kg 67 1/2 Rp. (370 g-Tafel 50 Rp.)

Speiseöl „Amphora“ - das reine, kaltgepreßte Spanisch-Nüßli-Öl (650 g Fr. 1.-, Depot 50 Rp.) per Liter Fr. 1.41 1/2

„La-Du-Typ“ (620 g 75 Rp., Depot 25 Rp.) per Liter Fr. 1.11

Eimalzlin konzentrierte Kraftnahrung Typ A, sSB; Typ B, herb; Dose 500 g netto Fr. 1.80 (Verkaufspreis Fr. 2.-, Bareinlage 20 Rp.)  
Jedem Konkurrenzprodukt ebenbürtig!  
Anima das ideale Frühstückstränk, Dose 300 g netto Fr. 1.40 (Verkaufspreis Fr. 1.50, Bareinlage 10 Rp.)

Föllgrüben - Vergleichen Sie die Qualität! Dalgren, Smyrna-Delikatè per 1/2 kg 41 1/2 Rp. (600 g 50 Rp.)

Datteln, ff Muskat per 1/2 kg 68 1/2 Rp. (550 g 75 Rp.)

Aprikosen, kalif. Delikatè per 1/2 kg Fr. 1.05 (475 g Fr. 1.-)

Miettes (kleine Stücke) 1/2 Dose 30 Rp. jap., in Olivenöl große Dose 60 Rp.

Thon franz., in Olivenöl 1/2 Dose 45 Rp. franz., in Olivenöl 1/4 Dose 85 Rp.