

**Zeitschrift:** Schweizer Frauenblatt : Organ für Fraueninteressen und Frauenkultur  
**Herausgeber:** Bund Schweizerischer Frauenvereine  
**Band:** 32 (1950)  
**Heft:** 29

**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:** 29.03.2025

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







„Ländisches Kajütenbuch, von Einar Halvid, im Diana-Verlag, Zürich.

Es schildert die frohe und unbeschwerte Reise zweier Freunde durch die sagenumspinnene Nordlandinsel Island. Was da von zwei Originalen erlebt wird, was sie Interessantes finden an Steinen, Gewässern, Vögeln und Pflanzen, was sie von den Bewohnern, besonders der einsamen Gegenden im Innern zu hören bekommen an alten Sagen, altem Aberglauben, das alles rundet sich zu einem geistreichen, amüsanten Reiseerlebnis, wie es so anregend nur durch eine begabte Feder geschildert werden kann.

Der ewige Gefährte, Sivami Prabhavananda, im Rascher Verlag, Zürich.

Wie eine Oase des Friedens und der Ruhe erscheinen uns die Werke und Gedanken des grossen indischen Philosophen und Gelehrten, und in unserer Zeit der Hetze, des Materialismus und der ständigen Angst vor Weltkatastrophen greifen wir dankbar zu solchen Büchern, die uns die Gedanken und Abgklärtheit von Menschen vermitteln, die ganz im göttlichen Geiste verwurzelt waren, ob dieser nun aus einer indischen oder christlichen Religion her stammt.

Zwei gute Partner, von Kathrene Pinkerton, im Albert Müller Verlag AG., Rüslikon (Zürich). Gottlob, wieder ein Pinkerton, hiess es, als ich das Bücherpaket auspackte, und alt und jung stürzte

sich darauf, und die jüngsten freuen sich auf den, das Glück bringenden Geburtstag! Was gibt es da mehr zu sagen? — und doch, der Käufer soll wissen, dass die Verfasserin uns wieder in eine Pelzfarm führt im hohen Norden — dass sie uns zeigt, wie ein alter Farmer und sein sehr junger Patensohn zusammen arbeiten. Beide mit hartem Willen und Köpfen, wie aber doch der Ältere dem Jüngeren eine Chance gibt, und dieser auf Grund neuer Zuchtforschungen rascher zum Ziel kommt als der Alte mit seiner zähen, langsamen Methode. Sie zeigt aber auch, wie alt und jung zusammen etwas erreichen, wenn Liebe, Vertrauen und Rücksichtnahme sie verbinden.

Der Weg in's Weite, Gedichte von Max Geilinger, im Rascher Verlag, Zürich.

Wie gerne blättert man in diesen Seiten, begleitet man den Dichter durch Wald und Flur, durch Sonne und Regen, nimmt Trost und Ermutigung von ihm für Hell und Dunkel, Leben und Tod. Immer ist es noch so, dass in stiller Stunde ein schönes Gedicht in unsere Seele fallen kann, um uns als guter Freund und Helfer durch des Tages Unruhe zu begleiten.

Der weibliche Zyklus, Biologie und Hygiene der Menstruation. Zu dem im GBS-Verlag Schwarzenburg erschienenen Buch von P. D. Dr. med. Carl Müller.

Die fesselnd geschriebene und leicht verständ-

liche Schrift des bekannten Berner Frauenarztes gibt zuerst einen äusserst interessanten historischen Überblick. Der Hauptteil des Buches ist aber einer sehr sorgfältigen Darstellung des Zyklus auf neuer wissenschaftlicher Grundlage gewidmet. Ein besonders interessantes Kapitel beschäftigt sich mit der Wirkung der Menstruation auf den Gemütszustand, der stark abhängig ist von der Einstellung der einzelnen zu ihrem Frauentum. Auch die Menstruationsstörungen, sowie die Theorie der fruchtbaren und der unfruchtbaren Tage (Knaus-Ogino) werden gründlich erörtert. Ein letztes Hauptkapitel gilt der Hygiene der Menstruation, der Abhärtung, der Ernährung, der körperlichen Arbeit — hier wird vor allem auf die Gefahr der modernen Fabrikarbeit hingewiesen — und dem Frauensport. Darüber ein paar Zitate: «Verständnisvolle Körperkultur ist für die Frau von unschätzbarem Wert; der blosse Leistungs- und Rekordsport ist nicht die Domäne der Frau.» «Tanz und rhythmische Gymnastik sind die Normen körperlicher Bewegung, die sich für die Frau am besten eignen. Hier finden die weibliche Wesensart und ihre Anmut im harmonischen Zusammenspiel der Glieder den besten Ausdruck.» «Werden die einfachen Grundregeln der Sporthygiene, wie angemessenes Training, Vermeidung von Ueberanstrengung, Verzicht während der Menstruation, beachtet, sind keinerlei Schädigungen der geschlechtsspezifischen Funktionen zu erwarten. All die Mädchen und Frauen, die Sport nur

in ihren freien Stunden zum Ausgleich und zur Entspannung und ohne Ehrgeiz auf goldene Medaillen betreiben, werden grossen gesundheitlichen Nutzen aus der körperlichen Betätigung ziehen.» Ein Buch, das jungen Mädchen und Frauen wertvollste Erkenntnisse vermittelt! H. St.

### Radiosendungen für die Frauen

Die Frauenstunde «Wir und die andern» ist sommerlich improvisierend ins Mittwochprogramm vom 28. Juli um 14.00 Uhr hindüregesegelt. «Noters und probiers!» Ja, was denn? Wir verraten diesmal auch rein gar nichts, sondern überlassen diese Sendung Donnerstag, den 27. Juli um 14.00 Uhr, ihren besonderen Ueberraschungsmomenten. — Dass «Die halbe Stunde der Frau», also die Freitagsemission, diese Woche ausbleibt, hat das nicht am Ende Beziehungen mit der Konfirmandenzeit oder mit Ferienvorbereitungen der Hörerinnen? —

#### Redaktion:

Frau El. Studer-v. Goumoëns, St. Georgenstr. 68, Winterthur, Tel. (052) 2 68 69

#### Verlag:

Genossenschaft «Schweizer Frauenblatt», Präsidentin: Fr. Dr. E. Nägeli, Trollstrasse 28, Winterthur

**J. Leutert**  
Spezialitäten in Fleisch- und Wurstwaren

Metzgerei Charcuterie  
Zürich 1  
Schützenstrasse 7  
Telephon 25 47 70

Filiale Bahnhofplatz 7  
Telephon 27 48 88

Belgien  
Dänemark  
Westdeutschland  
Finnland  
Holland  
Italien  
Luxemburg  
Norwegen  
Portugal  
Schweden

Das Schweizer Frauenblatt kann in folgenden Ländern im Postabonnementsverkehr abonniert, bestellt und in der Währung des Landes bezahlt werden:

Abonnementspreis Fr. 12 50

Das reichste ist nur das Beste, gut genug!

Darum kauft 'Müeli gern im

**MERKUR**  
Chocolade · Biscuits · Bonbons

**ORO**  
das altbewährte, feinste Kochfett

zum KOCHEN, BRATEN, BACKEN

Fabr.: F. Ad. & Burkhardt A.-S., Zürich-Oerlikon

Sie reicht für alle, die BÜGELFLASCHE

... und ist im Preis erstaunlich vorteilhaft: 2 Dutz kosten weniger als 15 Reppen

**VIVI-KOLA HENNIEZ**  
das gezeckerte Tafelwasser aus der Schweizer Mineralquelle

das unerreichte Mineralwasser *Lithinée*

**Orangina** das fruchtige Tafelgetränk

**EGLISANA** das Tafelgetränk mit Trieb

**Zweifel OBSTESSIG**  
naturrein, mild und bekömmlich

Masterrei Zweifel & Co. Zürich-Höngg

Abonnentinnen!

Die Berücksichtigung unserer Inserenten bei Ihren Einkäufen ist eine Tat der Solidarität im Dienste der Frauensache!

Der heimelige **Teerbaum** Marktstrasse 18

**Büchelstube**

W. BERTSCH, SOHN ZÜRICH

**SCHAFFHAUSER WOLLE**

MAISON FONDÉE EN 1858

**E. GUGOLZ-MEYER**  
Bäckerei-Konditorei  
Zürich 10, Nordstrasse 151, Tel. 26 24 08

Prompte Bedienung ins Haus

Verkaufs-Läden  
Aarau, Aargau, Aletsch, Amstwil, Arbon, Appenzel, Baden, Balsthal, Basel, Bellinzona, Bern, Biel, Birmingen, Birschwil, Brugg, Büdingen, Buchs, Burgdorf, Chiasso, Chur, Dätmunt, Diessen, Emmenbrücke, Flims, Frauenfeld, Freiburg, Gant, Glarus, Gränichen, Grenchen, Hagnegg, Heiden, Herisau, Horgen, Interlaken, Kaltrun, Kreuzlingen, Küsnacht, La Chaux-de-Fonds, Lengnau, Longgau, Lutten, Luuzeme.

Freitag, 21. Juli 1950

**MIGROS**  
«Die Zeitung in der Zeitung»

**Im Zeichen der Vorratskäufe**

**Spaghetti supérieur**  
werden zum Trocknen aufgehängt und brauchen daher eine längere Fabrikationszeit, — daher die Knappheit. Wir bitten etwas um Geduld. Vielleicht bedienen Sie sich in

**Hörnli usw.,**  
sie sind aus dem gleichen «Teig».

**Sirup**  
Wir leiden an Flaschenmangel. Es sind 250 000 Flaschen ausstehend.  
Wir bitten dringend, die Flaschen zurückzubringen und erst nach der Hochsaison Sirup als Notvorrat einzulagern. Wir danken Ihnen für Ihr entgegenkommen.

**Vorrats-Weissblechdosen**  
Trotzdem unsere Lieferanten auf höchsten Touren arbeiten, können wir die Nachfrage nur nach und nach befriedigen.

**Haselnusskerne**  
Die neue Ernte steht bevor. Die alte Ernte ist nicht haltbar. Sukzessive auszuwechseln, wenn die neue Ernte da ist!

**Speiseöle und -fette — Hochbetrieb**  
Die Fabriken arbeiten in Schichten. Es gelingt, die Nachfrage einigermaßen zu befriedigen.

**Zucker**  
Ueber 350 Wagen zu 10 Tonnen im Monat — täglich 15 Wagen abpacken und über den Ladentisch reichen!

**Reis**  
Drei-facher Absatz des Normalen.

**Kernseife und «Linda»**  
Wir bitten um Geduld. Es ist übergengig Rohmaterial da. Die Fabrikation tut das Äusserste. Wir werden jede Nachfrage befriedigen können. All das gibt ein Bild von der Ueberbeanspruchung von Betriebs- und Ladenspersonal.  
Die gewaltige Nachfrage beweist, welches

**Vertrauen**  
man in Qualität und Haltbarkeit der Migros-Waren setzt!

Benützen Sie für Ihre Vorratskäufe unsere Selbstbedienungsläden, wo solche in der Nähe sind; der Einkauf von Notvorräten ist bequemer. Es stehen dort amerikanische Kartonpackungen (Fibre-cases) und leichte Kistchen ab nächster Woche zur Verfügung (so weit vorrätig).  
Wir empfehlen dringend, die Morgenstunden und die Zeit zwischen 2 und 4 Uhr nachmittags für Vorratskäufe zu benutzen, damit Ihnen das Personal beim Packen zur Verfügung stehen kann.  
Für Rücksichtnahme auf das in dieser Zeit ausserordentlich beanspruchte Personal sind wir dankbar.

**Achtung Kaffee!**

Es ist wie mit gewissen andern Selbstverständlichkeiten; man erkennt sie in ihrer Bedeutung erst, wenn man sie nicht mehr hat. Da, wo direkt nach dem Kriege Kaffee fehlte, wurde er bis zu Fr. 100.— das Kilo bezahlt. Während des Ersten Weltkrieges wurde Kaffee als ein «nährhaftes» Genussmittel von den Blockadebehörden so unterschätzt, dass Kaffee lange noch frei gehandelt werden konnte. Anders im Zweiten Weltkrieg; als man die enorme Wirkung des Kaffeegenusses auf den Lebens- und Durchhaltewillen erkannte. So ist Kaffee zu einem kriegswichtigen Artikel geworden. Die Kaffeetrinker tun nicht schlecht, sich das für sich eingehend zu überlegen.

**Kaffee gehört in den Notvorrat.**

Er liess den Hunger und das Elend vergessen und hilft dem Körper, bei geringster Nahrung sich selbst zu behaupten. — Diese Ueberlegungen veranlassen uns, Rohkaffee im Laden zu verkaufen in Cellophansäcken zu 1 kg mit Original-Siegelverschluss.

Wir sind bereit, intakte Packungen später auch nach Jahren gegen gerösteten Kaffee umzutauschen. Rohkaffee ist unbeschränkt haltbar und verliert praktisch nichts von seinem Aromawert. Ja, gewisse Rohkaffees nehmen durch das Alter an Feinheit zu.  
Dieses Umtausch-System hat den Vorteil, dass Sie späterhin die Sorte beziehen können, die Ihnen passt, an die Sie sich gewöhnt haben, wobei bei Bezug von teureren Sorten ein Aufgeld bezahlt, bei Bezug der billigeren Sorten eine Rückvergütung geleistet wird.

**Achtung Kaffee!**

**Staubsauger «MIGROMAX»**  
Gegen 2000 Stück bereits verkauft! Die eingehenden Sendungen sind bereits bestellt und werden an diese Besteller ausgeliefert.  
Neue Bestellungen werden innert 10—14 Tagen ausgeführt werden können.

**«Brücken»-Bücher**  
Für eventuelle Regentage während der Ferien wärmstens empfohlen!

**Die ersten Brücken-Bücher**

Geissler: «Der liebe Augustin»  
Bronzé: «Jane Eyre»  
Sutermeister: «Robert Schuman»  
Czibulka: «Das Abschiedskonzert»

Preis abzüglich Bon	Fr. 6.25
netto	Fr. 5.—

**C. F. Meyer: «Gesammelte Werke»**  
A. Neumann: «Der Pakt» (Migros Zürich)  
Pearl S. Buck: «Land der Hoffnung — Land der Trauer» (übrige Migros-Genossenschaften)

Preis abzüglich Bon	Fr. 8.75
netto	Fr. 1.25

**Jubiläums-Pudding**  
mit kandierten Früchten, gezeckert Feinschmecker-Qualität  
Paket 120 g — 50 100 g — 41<sup>0</sup>

**Delikatess-Creme-Pudding-Pulver**  
ungezeckert  
Vanille-Aroma Schachtel 2 Beutel  
je 37 g — 50 100 g — 67<sup>5</sup>

**Schokolade-Aroma** Schachtel  
2 Beutel je 43 g — 50 100 g — 58<sup>1</sup>

**Ananas-Pudding**  
mit Früchten, gezeckert  
Beutel 110 g — 50 100 g — 45<sup>4</sup>

**8 Tage WIEN**  
22. Juli, 5. und 19. August, sowie im September und Oktober begleitete Gesellschaftsfestivals nach Wien.  
«alles Inbegriffen» ab Zürich Fr. 126.—  
Näheres siehe Prospekt Hotel-Plan, kostenlos erhältlich:  
Reisebüro Hotel-Plan, Talacker 30, Zürich, Tel. 27 05 55