

**Zeitschrift:** Zentralblatt des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins =  
Organe centrale de la Société d'utilité publique des femmes suisses

**Herausgeber:** Schweizerischer Gemeinnütziger Frauenverein

**Band:** 77 (1989)

**Heft:** 2

**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.](#)

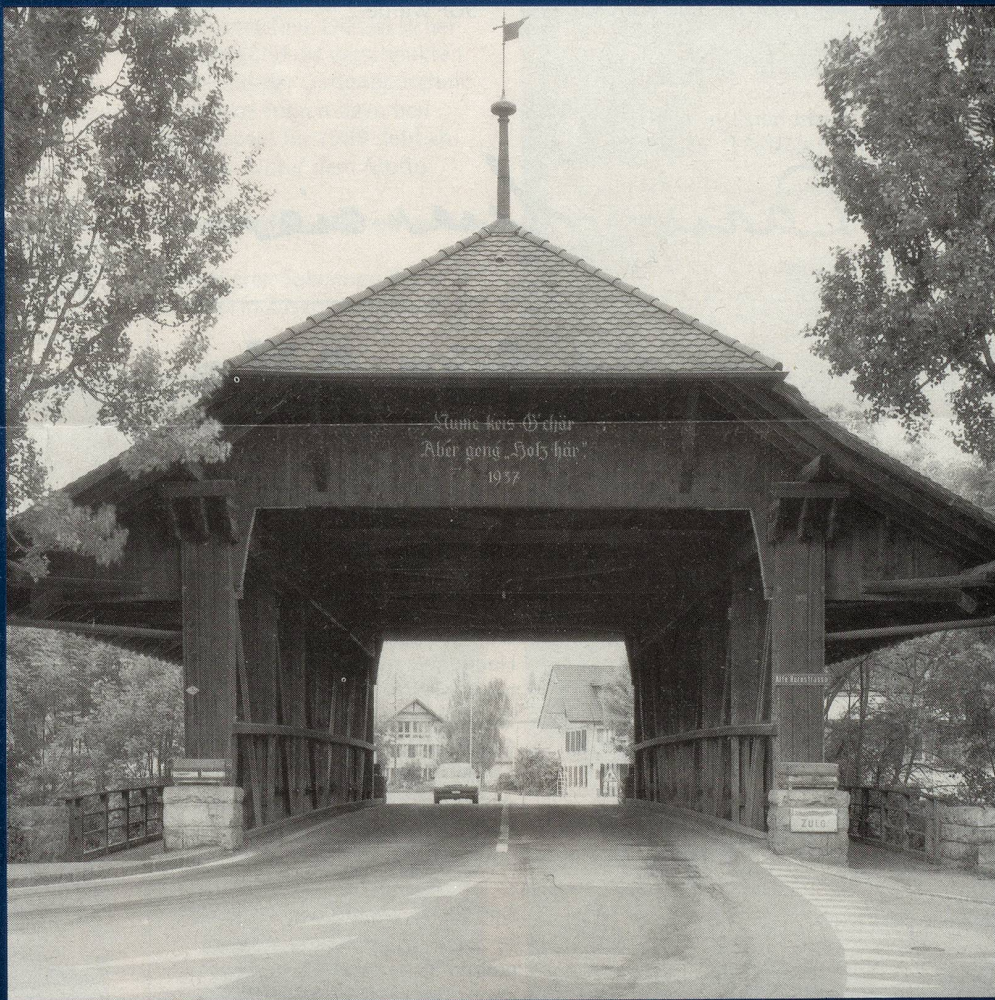
**Download PDF:** 01.04.2025

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



# ZUR SACHE

6433



Steffisburg: Holzbrücke über die Zulg





### Editorial

Liebe Leserinnen,  
liebe Leser,

ein schönes, erfolgreiches Jubiläumsjahr liegt hinter uns, und der SGF schreitet vorwärts ins zweite Jahrhundert. Getragen von der Sympathie, der Solidarität und dem Gemeinschaftsgefühl möchte der Zentralvorstand mit einem Leitgedanken vor-

wärtsblicken und weiterarbeiten:

#### Miteinander – Füreinander

lautet das Motto für die Muba 1989. Anhand von praktischen Beispielen präsentieren verschiedene Sektionen – zum Teil in Zusammenarbeit mit andern Hilfsorganisationen – ihre Aufgaben. Es ist das Anliegen «unserer Muba 1989», den Sektionen Möglichkeiten aufzuzeigen, wie durch Begegnungen und Kontakte We-

ge *miteinander* beschritten werden können. Je mehr wir im Dienste des Mitmenschen erreichen wollen, um so wichtiger ist es, mit andern Hilfsorganisationen zusammenzuarbeiten. Ein Geben und Nehmen, das wie von selbst vom Miteinander zum Füreinander führt. Schön wäre es, wenn es noch vermehrt zu solchem Zusammenarbeiten kommen könnte und unser Leitspruch zum Motto des SGF würde...

Recht herzlich

*Carin Mercier*

### Inhalt

SGF – an der MUBA	3
Veranstaltungskalender MUBA	3
zum Herausschneiden	6
Nachrichten aus Hindelbank	7
Magazin	8
Steffisburg, organisatorische	9
Hinweise: Jahresversammlung	10
Gartenbauschule	10
Anerkennung für Frauenfeld	11
Thurgauer Baum	11
Schlosslädeli Langnau a. A.	12
Hobby-Märit, Köniz	14
Für Sie gelesen	15
Anmeldungstalon:	
Jahresversammlung in Steffisburg	16

Fotonachweis:  
Titel, Seite 9 Mario Tschabold  
Margrit Baumann, Marianne Fuchs  
Damenschneider-Atelier Uri  
Frauenverein Aarau, Frauenverein  
Langnau, Frauenverein Köniz

## Die Sicherheit für Alle



Zu Hause oder am Arbeitsplatz, unter der Dusche oder auf der Leiter, im Magazin oder in der Garage, bis 100 m vom Telefon entfernt, genügt eine einfache Handbewegung, um einen Anruf auszulösen: ein Druck auf die rote Taste, ein Ziehen am Gehäuse oder an der Kordel des Minisenders. Dadurch ist der Anruf immer möglich. In jeder Lage, auch bei eingeschränkter Bewegungsfreiheit.

Der kleine, leichte, wasserdichte und weitgehend stossunempfindliche Minisender kann dank Clip oder Kordel beliebig getragen werden. In der Tasche, am Gürtel, um den Hals, an einem Revers.

Ob berufstätig oder pensioniert, Hausfrau oder Apotheker, Informatiker oder Monteur, Grosseltern oder Kind ... für jeden, der ständig oder vorübergehend alleine lebt oder arbeitet, ist der Tele Alarm S8 das moderne, einfache, effiziente, unauffällige und preisgünstige Bindeglied.

Erhältlich über Tel. 114 und beim Telefon-Installateur. Entwickelt und hergestellt für die PTT durch Telectronic AG, La Chaux-de-Fonds.

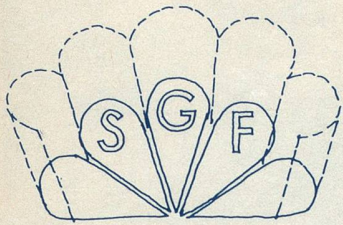


*Madame*

Zürich,  
Bahnhof-  
strasse 63,  
Bleicher-  
weg  
17

**Mode ab Grösse 42**





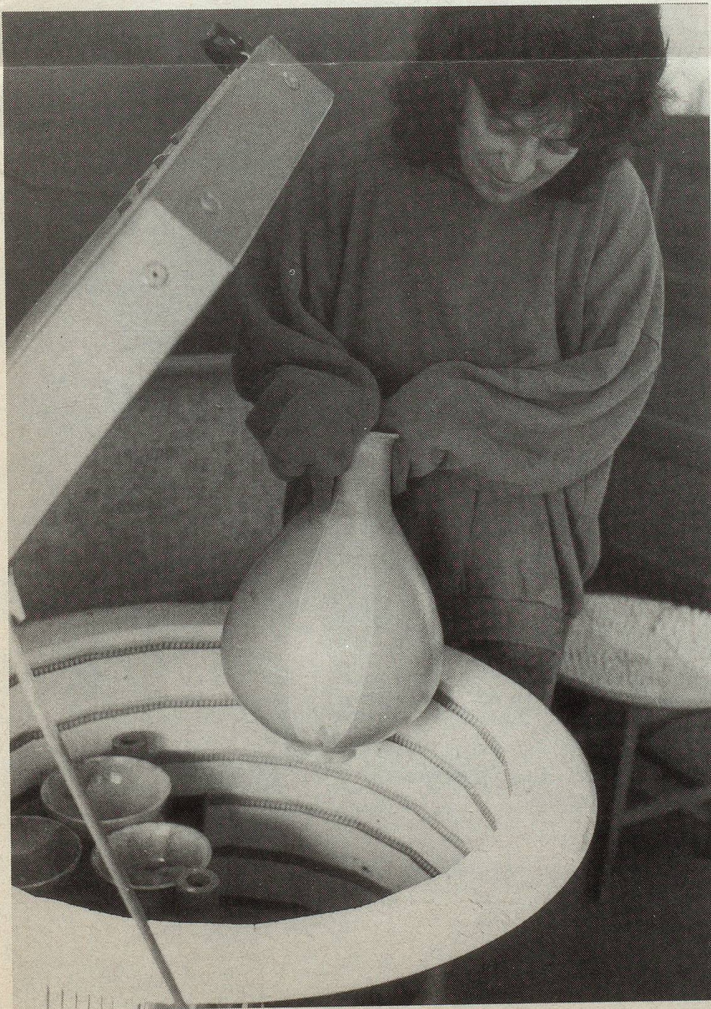
## an der Mustermesse in Basel vom 4. bis 13. März 1989

Letztes Jahr wurde der SGF zu seinem 100. Geburtstag von der Basler Mustermesse eingeladen, an der Ausstellung «Frauentreff» mitzumachen. Gerne und spontan wurde die Einladung angenommen: Neuland wurde betreten und rückblickend darf sicher gesagt werden, dass sich das Abenteuer gelohnt hat. Unser Muba-Stand erhielt viel Lob und Anerkennung, sei es für die Präsentation des Standes oder das noch von Marianne Waehry erarbeitete Programm.

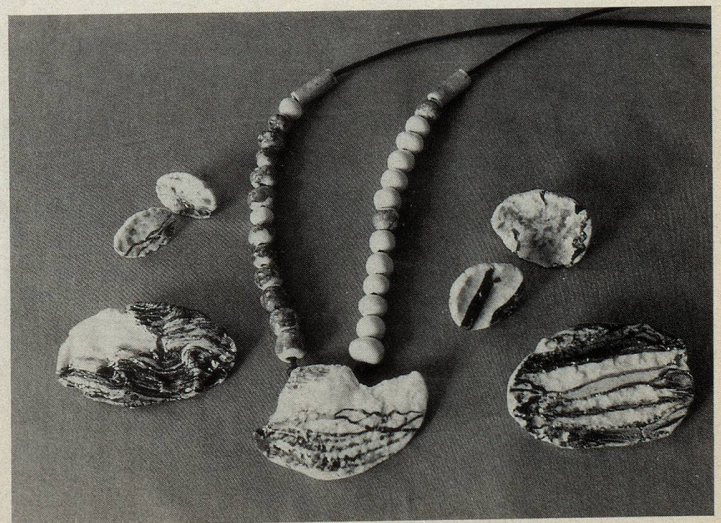
1988, in unserem Jubeljahr, ging es darum, den SGF und seine Werke vorzustellen und einer noch breiteren Öffentlichkeit bekanntzumachen. Dies ist sicher gelungen und die verschenkten Primeli aus der Gartenbauschule Niederlenz trugen dazu bei! Das Konzept für 1989 sieht anders aus: Unter dem Motto

### **Miteinander – Füreinander**

präsentieren *Sektionen* des SGF, zum Teil in Zusammenarbeit mit



Frauen helfen Frauen: wunderschöne Töpferarbeiten finden guten Absatz auf den Märkten der Sektionen





Schülerinnen Gartenbauschule  
Niederlenz in Andeer

andern Hilfsorganisationen, anhand von Beispielen *ihre Aufgaben*. Die Ausstellungstage sind jeweils besonderen Themen gewidmet:

4./5. März

Eltern- und Erwachsenenurse

6./7. März

Jugend und Kleinkind

8. März

Anstalten in Hindelbank «Frauen helfen Frauen»

9./10. März

SPITEX

11. März

Asylanten, Einsame und Alleinstehende

12. März

Schweizerische Gartenbauschule  
Niederlenz



### **Frauentreff an der Muba** Stand 501

**Montag, 13. März 1989**

Damenschneiderinnen-Lehratelier Altdorf, Uri, zeigt

### **Haute-Couture an einer Mini-Modeschau**

Vorfürhungen: 10.30, 11.30, 14.30, 15.30 Uhr

Dazwischen zeigen die Lehrtöchter unter der Leitung von Frau Hedy Uhr verschiedene Arbeitstechniken. Informationen durch Frau Hildegard Simmen, Präsidentin DSA Uri





13. März  
 Damenschneiderinnen-Atelier Uri  
 (Für das detaillierte Programm  
 verweisen wir auf Seite 6)

Abwechslungsreich, phantasievoll und mit enormem persönlichem Einsatz stellen täglich andere Sektionen «ihr Werk» vor. *Vertreterinnen* aus den betreffenden Sektionen stehen für Fragen am jeweiligen Tag von 10 bis 16 Uhr bereit. Sie freuen sich darauf, Auskunft darüber zu erteilen, wie sie die Aufgabe angepackt haben, wie «ihr Unternehmen» heute aussieht und wie es finanziert wird. Auch die Zusammenarbeit mit andern Hilfsorganisationen, das MITEINANDER, wird an praktischen Beispielen gezeigt: besonders wirkungsvoll sicher an den zwei SPITEX-Tagen. Nach wie vor liegt uns das Thema «Frauen helfen Frauen» sehr am Herzen, und so haben wir auch dieses Jahr die Anstalten von Hindelbank eingeladen, mitzumachen.

Die zwei letzten Tage sind dem Damen-Schneiderinnen-Atelier Uri (siehe Kästli) und der Schweiz. Gartenbauschule Niederlenz gewidmet. Die GBS stellt sich vor und zeigt den Ferieneinsatz der Schülerinnen in der Gärtnerei Andeer.

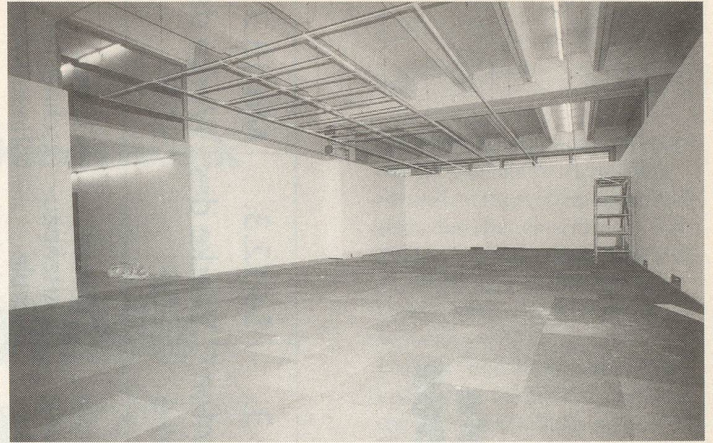
Es geht an dieser Muba also darum, bekanntzumachen, was Sektionen unter anderem alles tun, und andererseits Sektionen zu neuen Taten anzuregen. Bestimmt sind Sie jetzt auch der Meinung, dass sich eine Reise nach Basel lohnt! Kommen Sie zu uns an den Muba-Stand (Gebäude D, 1. Stock, Halle 311), suchen Sie neue Begegnungen. Ist es doch oft so, dass beim persönlichen Kontakt, im Dialog, plötzlich ein Funke springt und eine Idee beginnt Wirklichkeit zu werden, im Sinne von

**MITEINANDER –  
 FÜREINANDER**

Der Muba-Ausschuss:  
*Karin Mercier*  
*Susi Denzler*  
*Anita Rubli*  
*Annemarie Schriber*

**Die Wieder-Geburt des SGF-  
 Standes an der Muba 1989**

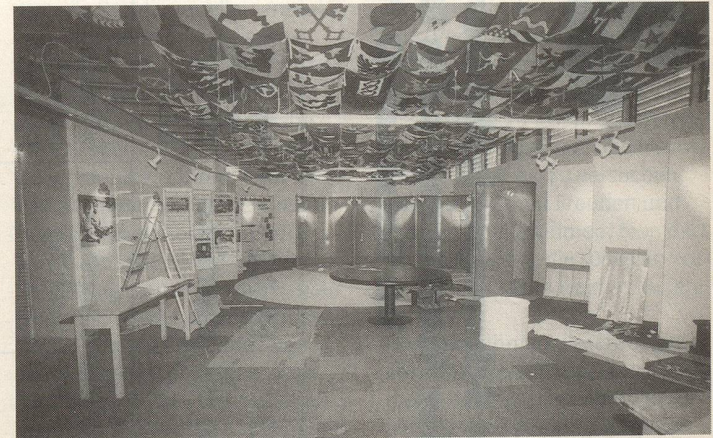
Gähnende Leere erwartet uns beim Eintreffen in der Halle 311!



Schon bald beginnen fleissige Hände unseren Fahnentepich aneinanderzuznüpfen...



...und aufzuhängen. Das SGF-Signet wird zusammengesetzt und aufgestellt. Lampen, Bilder, Tische und Stühle finden wieder ihren Platz



Samstag, 4. März 1989: Vorhang auf: Der Muba-Stand des SGF erstrahlt in vollem Glanz und Licht!

Fotos: Hans-Ruedi Steffen, Burgdorf







**Der Schweizerische Gemeinnützige Frauenverein  
an der Mustermesse in Basel vom 4.–13. März 1989  
im Gebäude D, 1. Stock, Halle 311**

Sa 4.3. Eltern- +	So 5.3. Erwachs.- Kurse	Mo 6.3 Jugend +	Di 7.3. Kleinkind	Mi 8.3. <small>Tag d. Frau</small> Hindel- bank	Do 9.3. SPITEX	Fr 10.3. SPITEX	Sa 11.3. Asylanten/ Einsame	So 12.3. Werke des SGF	Mo 13.3. Werke des SGF
Elternschulung Nidau	Hobby-Börse Handwerker- markt Meggen	Aufgabenhilfe Muri	Säuglings- beratung Malters	«Frauen helfen Frauen»	SPITEX- Zentrum Olten	Altersstütz- punkt Biel	Asylanten- Betreuung Bichelsee	Schweiz. Gartenbau- schule Niederlenz Lehrwerk- statt/Internat	Damen- schneide- rinnen-Atelier Uri: Praktisches Arbeiten und Modeschau
Kontaktstelle Eltern und Kinder Basel	Jazz-Ballett Eschlikon	Spielnachmit- tag im Alters- heim Sumiswald	Grosis Kinder- hütendienst Glarus	Präsentation und Verkauf aus den Ateliers in Hindelbank	Ambulante Dienste des Kantons Luzern	Altersheim Ranflüh	«Kafi Kreuz» Uster	Praktische Hilfe am Beispiel Andeer	
Budget- beratung Kant. Thurgau	Eltern- schulung Nidau	Ferienpass Olten	Elternbriefe Lyss			Ambulante Dienste Thun	Wohnheim für allein- stehende Frauen Zürich		
Adoptiv- Kinder- vermittlung	Kontaktstelle Eltern und Kinder Basel	Ludothek/ Börse Niederurnen	Kinder- hütendienst Roggwil			Haushilfe- dienst Schaffhausen			
			Kinder- spielplatz Spiez						

✂ Bitte ausschneiden und vormerken!





## Nachrichten aus Hindelbank

# Mut, Rat und Hilfe anbieten

## Der Abteilungsalltag: aus der Sicht einer Betreuerin

06.30 Uhr: mit einem «währschaffen» Frühstück im Magen, guter Laune und dem Schlüssel in der Hand – der Schlüssel, der hier so eine grosse Macht bedeutet; eine Macht, die sehr verschieden «ausgespielt» werden kann – be-gebe ich mich auf die Abteilung. Es ist so still, kein Geräusch zu hören. «Guten Morgen, buenos dias, bonjour, good morning, buon giorno, ...» – von Tür zu Tür ertönt meine Stimme durch den unheimlich stillen Korridor. Ab und zu vernehme ich aus den Kissen ein Echo auf mein internationales «Guten Morgen». Zurück im Büro, überfliegen meine Augen noch einmal die Rapportzeilen meiner Arbeitskollegin des Vorabends. In meinen Gedanken bilde ich ein Grundgerüst meines Arbeitstages. Gleichzeitig vernehme ich das Erwachen der Abteilung: hier das Schliessen einer Türe, dort Schritte durch den Korridor, da eine leise Stimme aus dem Radio, es unterhalten sich zwei miteinander, eine Tasse wird auf den Tisch gestellt, die Dusche läuft, Klirren von Geschirr ... das Leben «beginnt». Ich be-gebe mich in den Aufenthaltsraum, wo schon einige, noch verschlafen, hinter ihren Tassen sitzen. Auch ich giesse mir einen Kaffee ein. Der gute und wärmende Kaffeeduft löst die Zungen: Träume, Erlebnisse vom Vortage, Probleme usw. werden erzählt; es wird erwähnt, was noch für ungelöste Bitten im Raum stehen, usw. – Dies in allen

Sprachen; und innert Sekunden erhofft man von mir eine Antwort oder die Lösung. Ich löse, was zu lösen möglich ist, ver-tröste, verspreche, es zu erledigen ... Plötzlich herrscht Aufbruchstim-mung. 07.20 Uhr, Zeit zur Arbeit zu gehen. Ich finde mich im Ab-teilungsbüro wieder, alleine mit einigen kranken Frauen, leeren Medikamentenbecherlein und ei-nem Stapel von Aufgaben, die mein ganzes Tagesgerüst vom frühen Morgen über den Haufen werfen. Wie die Kranken mit den nötigen Medikamenten und der nötigen Hilfe – teilweise nach Rücksprache mit den Krankenschwestern – versorgt sind, geht es ab ins Büro, wo die schriftli-chen Wünsche und Bitten meiner «Abteilungs-Kinder» in die Post-fächlein der Adressaten gelegt werden. Mit Hilfe von Telefonaten und Gesprächen versuche ich, all das zu erledigen, was mir am Früh-stückstisch in meine Arme gelegt wurde. Viel zu schnell ist Mittag – noch schnell die so ersehnte Post aus dem Büro abholen und schon kehrt die grosse Familie auf die Abteilung zurück. Beim Verteilen der Briefe fühle ich mich wie St. Nikolaus. Wer keinen Brief von seinen Bekannten erhalten hat, vernimmt vielleicht, dass ich ihr Anliegen erledigen konnte. Ein Lächeln in diesem oder jenem Gesicht oder ein «Danke, merci, muchas gracias, thank you, gra-zie mille ...» aus einem Mund,

aus dem ich's nicht erwartet habe, sind mein Honorar. Beim Mittagessen beobachte ich so unauffällig wie möglich die Briefleserinnen oder die Diskutie-renden. Sofort lässt es mich ah-nen, um wen ich mich ein wenig kümmern muss. Leider kann ich wegen der Gespräche, in die ich miteinbezogen werde, nicht im-mer alle Problemquellen entdek-ken. Bereits beim Kaffee wird wieder Rat, Hilfe und Vertrauen gesucht; ausgerechnet bei mir, die ich doch auch die Aufgabe habe, Zellen- und Personenkon-trollen durchzuführen, Urin-Pro-ben abzunehmen, Regeln durch-zusetzen, des Morgens Druck zum Arbeitgehen aufzusetzen... Die Mittagspause ist vorbei, bald bleibe ich wieder alleine zurück. Nun gilt es, Zeit zu finden, um Schriftliches zu erledigen: Voll-zugsplanung der verschiedenen Insassinnen, Rapporte schreiben, Festhalten von wichtigen Vor-kommnissen, Aufarbeiten von Regelungen... Ab und zu wird meine Arbeit durch das Läuten des Telefons gestört: hier ist eine Auskunft gefragt, dort eine Hilfe erforderlich, woanders wieder ein Rat nötig... Bald schon ist Abend und die Ab-teilung beginnt wieder zu leben. Jetzt sind meine Dienste in den verschiedensten Arten und For-men gefragt: Gesprächspartne-rin, Krankenschwester, Handar-beitslehrerin, Pädagogin, Spiel-partnerin, Ab- und Zuhörerin, Be-raterin, Sekretärin, Übersetzerin,

(Familien-)Therapeutin, «Freun-din» ... die Palette ist vielfältig. Ab und zu muss ich auch als Poli-zistin der «Regeln-Hüterin» ein-greifen. Nicht zu vergessen sind all die Portierarbeiten für Biblio-theks-, Kurs-, Turn- und andere Besuche. Die Uhr zeigt 21.30 Uhr. Mein Erscheinen auf der Abteilung, in der Hand einen Korb voller Medi-kamente, ist das Zeichen, sich in die Zellen zu verziehen. Der Auf-enthaltsraum leert sich, der Fern-seher wird ausgeschaltet, und ich schreite von neuem von Tür zu Tür. Mein «Bettmümpfeli» be-steht aus allfälligen Schlafmedi-kamenten und einem freundli-chen «gute Nacht» in allen Spra-chen. Hier und dort muss ich noch einen Moment stehenblei-ben, da noch etwas sehr Wichti-ges auf der Zunge brennt. Alle Türen sind geschlossen, der Korridor ist leer, nur einige dumpfe Geräusche füllen ihn noch zögernd. Auf dem Weg ins Abteilungsbüro sind meine Ge-danken noch hinter verschiede-nen, verschlossenen Türen. Be-reits beim Abwaschen der Medi-kamentenbecher versuche ich, mich davon zu lösen. Spätestens nach dem Rapport an die Nacht-wache heisst es, zu versuchen, sich den eigenen Freuden und Problemen zu widmen. Nun darf ich die Mauern, die so vielen vor-übergehend eine Heimat bieten, verlassen. Nicht erwähnt in diesem Tages-ablauf ist die wichtige Zusam-menarbeit mit den Mitarbeiterin-nen: Teamsitzungen, lange Ge-spräche und Rapporte in ver-schiedensten Formen helfen, sich gegenseitig zu verstehen, die Probleme einer bestimmten In-sassin besser kennenzulernen, gegenseitig Mut, Rat und Hilfe zu bieten...

Silvia Hänni



Frauen helfen Frauen  
Schweizer Handarbeit



## Saubere und frische Luft

Die Belastung unserer Umwelt mit Abgasen und Schadstoffen wächst von Tag zu Tag. Immer mehr Menschen klagen über Unwohlsein, Atembeschwerden und Allergien. Selbst vor Büro und Wohnung machen Schadstoffe nicht halt. Rauch, Viren, Bakterien und Pollen sind Stammgäste in den eigenen vier Wänden. Luftreiniger sorgen für saubere, frische, gesunde Luft und erfüllen damit ein immer stärker werdendes Bedürfnis. Bionaire-Luftreiniger aus Kanada entsprechen neuester und wirkungsvollster Technologie. Mit einem waschbaren Vorfilter beseitigen sie grössere Schmutzpartikel wie Staub, Pollen und Bakterien. Die besonders häufig vorkommen-



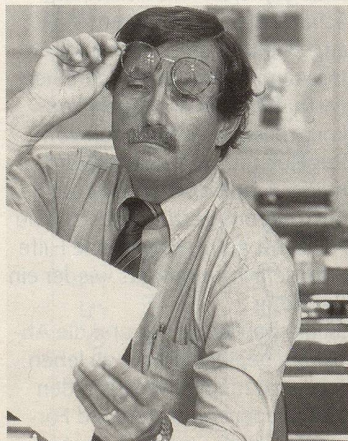
den, aller kleinsten und damit gefährlichsten Schmutzteilchen absorbiert ein einzigartiger Elektret-Hauptfilter. Dank seiner speziellen Beschaffenheit vermag der Elektret-Filter Teilchen von der Dicke von nur  $\frac{1}{10000}$  eines Menschenhaares zu fangen. Viren und Tabakrauch haben bei Bionaire keine Chance. Bezugsquelle: Fachhandel, Warenhäuser und Drogerien.

## Schnelle Erholungsfähigkeit

In der entscheidenden Phase eines Wettbewerbes muss der Sportler Ersatzkräfte mobilisieren können. Ebenso wichtig ist die möglichst kurze Dauer der Erholungsphase. Forscher verschiedener Länder haben in ausgedehnten Untersuchungen festgestellt, dass Bio-Strath eine erstaunlich positive Wirkung auf zahlreiche Körperfunktionen ausübt. Das Forschungsinstitut der Eidg. Turn- und Sportschule in Magglingen stellte fest, dass Bio-Strath frei von Doping-Substanzen ist. Das Wildhefepräparat ist reich an natürlichen Vitaminen, Mineralstoffen, Aminosäuren, Nucleinsäuren und weiteren wichtigen Aufbaustoffen.

## Angst vor Gleitsichtgläsern

Flimmern vor den Augen und rasches Ermüden beim Sehen in die Nähe sind typische Anzeichen dafür, dass mit dem Sehvermögen nicht mehr alles in Ordnung ist. Eine Erfindung, die vor rund dreissig Jahren mit grosser Skepsis aufgenommen wurde, schafft Abhilfe und vermittelt klare Sicht auf alle Distanzen: das Gleitsicht-Brillenglas. Das Informationszentrum für Besseres Sehen rät zur frühzeitigen Angewöhnung.



Presbyopie-Anzeichen beim Kurzsichtigen: Er sieht allmählich ohne Brille besser in die Nähe, das heisst er braucht eine schwächere Korrektur im unteren Glasteil

## Natürliche Hilfe

Über 50 % aller Frauen leiden in den Tagen vor den Tagen an zahlreichen körperlichen und seelischen Beschwerden, die unter der Bezeichnung «prämenstruelles Syndrom» zusammengefasst werden. Dabei handelt es sich um Symptome wie Spannungsschmerzen in den Brüsten, Migräne, Kopfschmerzen, Unterleibsbeschwerden und vorübergehende Gewichtszunahme als auch um psychische Probleme bis zu Reizbarkeit und Unlust. Mangels Wissen werden oft starke Schmerzmittel eingenommen. Doch gibt es zur natürlichen Behandlung die Efamol-Nachtkerzenöl-Kapseln. Das Öl der Nachtkerze weist einen hohen Gehalt an Gamma-Linolsäure auf. Diese essentielle Fettsäure findet man auch in der Muttermilch. Nicht enthalten ist sie jedoch in anderen Ölen, wie Sonnenblumen-, Maiskeim- und Distelöl. Klinische Versuche haben ergeben, dass nach Einnahme von Efamol-Nachtkerzenöl-Kapseln während drei Monatszyklen über 60 % aller Frauen völlig beschwerdefrei wurden und weitere 20 % eine

wesentliche Verbesserung feststellen konnten. Dazu wurde beobachtet, dass die Kapseln mit dem natürlichen Pflanzenöl auch bei Wechseljahresbeschwerden nachhaltig helfen. Eine weitere Wirkung wurde durch den hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren festgestellt: Cholesterinspiegel und Blutfettwerte werden normalisiert. Auch hyperaktive Kinder können mit diesen Kapseln beruhigt werden. Efamol beeinflusst auch positiv die Gesundheit und Schönheit von Haut und Haar.

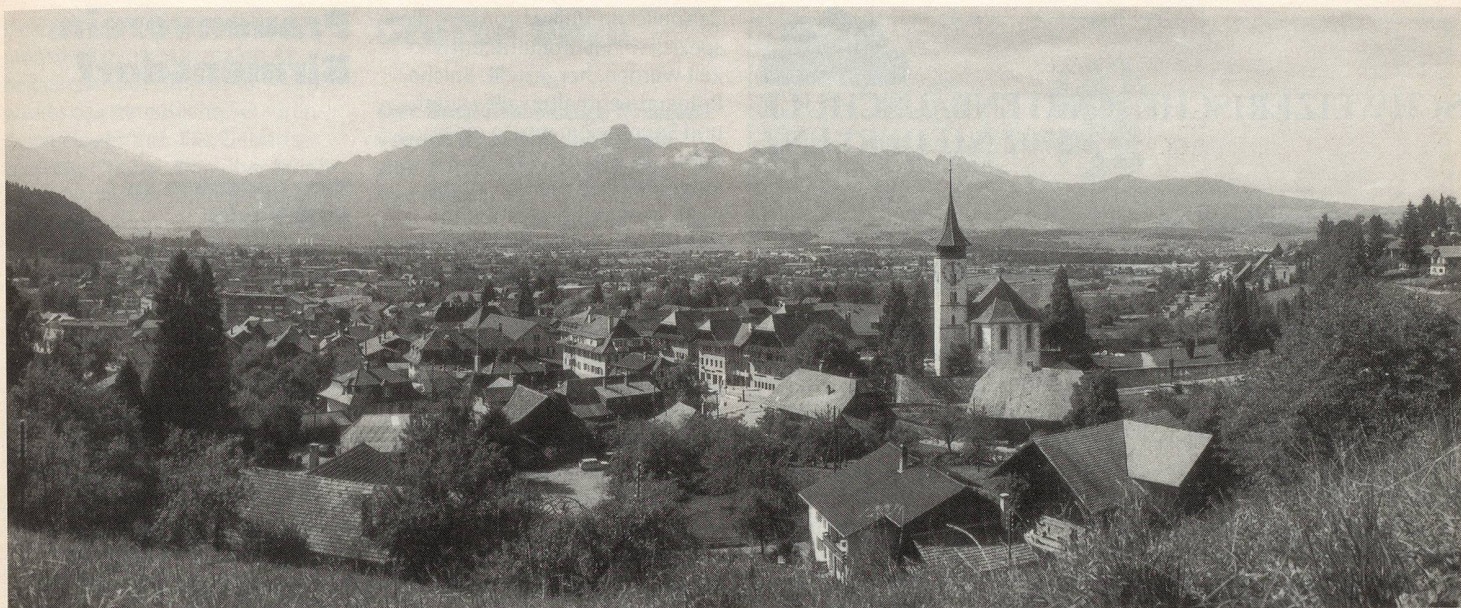


## Kleines ABC der Lebensversicherung

Eine neue Publikation der Schweizerischen Vereinigung privater Lebensversicherer VPL soll die Wissens- und Informationslücken schliessen helfen. Ein «Kleines ABC der Lebensversicherung» orientiert über die Risikosituation für Einzelpersonen oder Familien, das schweizerische Drei-Säulen-System der Alters-, Hinterlassenen- und Invalidenvorsorge, die Rolle der Lebensversicherung bei der Bewältigung der Vorsorgeprobleme die Leistungsvielfalt dieser Versicherung und deren Besonderheiten in be-

zug auf Erb- und Betreibungsrecht, auf Steuern sowie auf die Kreditabsicherung. In einem besonderen Teil werden wichtige Versicherungsbegriffe kurz und für jedermann verständlich erläutert («Lebensversicherung von A-Z»), und auch einige immer wieder auftauchende Abkürzungen werden erklärt. Adresse für den kostenlosen Bezug von Einzel exemplaren der neuen Publikation (gegen Voreinsendung eines adressierten C-5-Kuverts): Informationsstelle VPL, Postfach 4004, 3001 Bern.





# Eine Brücke schlagen

Steffisburg, eine Stadt und doch ein Dorf, liegt geschützt am Südhang eines Voralpenausläufers und in der Schwemmebene zwischen Thun – Aare – Zug. Geographisch und geschichtlich ist die «Brückensituation» zwischen Oberland – Mittelland – oberem Emmental interessant. Sprachlich gesehen gehört Steffisburg zum Oberemmental.

Das Hinterland lebt fast ausschliesslich von der Landwirtschaft. Der obere Teil der Gemeinde ist eher ein Bauerndorf. Im mittleren Teil der Gemeinde dominieren das Gewerbe und die Industrie. Die unteren Quartiere sind vor allem von Angestelltenfamilien bevölkert, die stark nach Thun ausgerichtet sind. Für Besucher ist es schwer, die Grenze zwischen Thun und Steffisburg zu erkennen.

Der Armeemotorfahrzeugpark Thun ist auf Steffisburger Boden. Die Steffisburger Frauen freuen sich, die 101. Jahresversammlung in einer Halle dieses AMP zu organisieren.

## Einige organisatorische Hinweise

### Tagungskarten:

Bitte mit Anmeldetalon sektionsweise bestellen bei Ursula Spring, Uf de Müren 13, 3612 Steffisburg

### Telefonische Rückfragen:

Ab 1. März 1989 über die Telefonnummer des GF Steffisburg, 033 37 04 23. Das Telefon ist bedient am Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag von 10.30–11.30

### Letzter Anmeldetermin:

20. März 1989, Tagungskarten sind auch an der Tageskasse in Steffisburg erhältlich

### Hotelunterkunft – Privatzimmer:

In der Umgebung von Steffisburg sind Hotelzimmer reserviert. Nach der Abendunterhaltung wird ein Bus-Dienst zu den Unterkünften organisiert. Am nächsten Morgen werden Sie dort ebenfalls wieder abgeholt. Es steht auch eine Anzahl Privatzimmer zur Verfügung. Die Gastgeber werden ihre Gäste nach Programmschluss bei der AMP-Halle abholen.

### Anreise per Bahn:

Steffisburg ist aus der ganzen Schweiz mit dem Zug erreichbar. Am SBB-Bahnhof in Thun, auch Endstation EBT, werden Sie empfangen. Mit den STI-Extrabussen werden Sie mit Ihrem Gepäck zum Tagungsort gefahren.

### Anreise per Auto:

Steffisburg hat eine Zubringerstrasse von der N 6. Rund um den Tagungsort sind genügend Parkplätze vorhanden. Die Zufahrtsstrassen werden signalisiert.

### Nachtessen und Abendunterhaltung:

Das Nachtessen und die Abendunterhaltung finden in der gleichen Halle wie die Tagung statt. Es besteht keine Möglichkeit zum Umkleiden.

### Allgemeines:

Am 10. Mai wird eine Thunerseerundfahrt mit Mittagessen den Abschluss der Versammlung bilden. Gemeinsam erreichen wir die Schiffsstation per Bus. Die PW bleiben auf den AMP-Parkplätzen. Nach der Schiffsfahrt werden Sie wieder zu den parkierten Autos geführt.





SCHWEIZERISCHE GARTENBAUSCHULE  
5702 NIEDERLENZ

## Hydrokultur – «Grüner Daumen» mit System

### Was ist Hydrokultur?

Der Ausdruck stammt vom griechischen Wort «hydro» (= Wasser) ab, bedeutet also eigentlich «Wasserkultur». Man versteht darunter das Kultivieren lebender Pflanzen ohne Erde in einer Nährlösung. Wobei die Wurzeln in einem strukturstabilen, anorganischen und fäulnisfesten Substrat eingebettet sind. Zum Beispiel in Leca. Leca ist geblähter Ton, dem Vulkangestein ähnlich, langfristig stabil und lässt den Wurzeln der Pflanzen Luft zum Atmen.

### Das Funktionsprinzip von Hydrokultur

Zum Gedeihen brauchen alle Pflanzen Licht, Wärme, Luft, Wasser, Nährstoffe und ein Substrat, das ihren Wurzeln Halt gibt. Alle diese Faktoren müssen in einem ausgewogenen Verhältnis vorhanden sein. Die Hydrokultur verbessert im speziellen die Verhältnisse im Wurzelbereich. Das Hydrokulturgefäss ist bis zum Rand mit Blähton gefüllt. In den Zwischenräumen des Bläht-

nes befindet sich bis maximal zu einem Drittel der Gefässhöhe die Wasser- und Nährlösungsreserve. Die übrige Gefässhöhe wird durch den Luftraum eingenommen, in dem jederzeit eine ideale Mischung von Feuchtigkeit, Nährlösung und Luft herrscht. Die Pflanze bildet ihre Wurzeln dort aus, wo ihre Bedürfnisse an Feuchtigkeit abgedeckt sind.

### Mögliche Ursachen für schlechtes Wachstum

- zu grosse Temperatur- und Lichtschwankungen
- geschlossene Fensterläden oder Lamellenstoren (Lichtmangel)
- zuviel oder zuwenig lüften
- zu häufiges Nachgiessen
- falsche Anwendung des Pflanzensprays
- zu trockene Luft
- Schädlinge tierischer oder pilzlicher Art.

### Düngung und Pflege

Die Nährlösung wird aus Leitungswasser und einer der han-

delsüblichen Vollnahrungen, die speziell für Hydrokultur entwickelt wurden, hergestellt. Solche Präparate enthalten alle Haupt- und Spurenelemente in einer Form, die von der Pflanze gut aufgenommen werden kann. Nicht geeignet sind Erdkulturdünger, da der Gehalt an Spurenelementnährstoffen zu gering ist! Prinzipiell ist mit handwarmem Wasser zu giessen. Das Wasser wird über die Blähtonkügelchen gegossen, bis der Anzeigestab des Wasserstandsanzeigers die 1/2-Marke (Optimum) erreicht hat. Jetzt wieder warten, bis der Anzeiger auf die Minimum-Marke abgesunken ist. Im Sommer dem Wasser jedesmal Nährlösung begeben, im Winter nur jedes 2. Mal.

Alle 3 bis 4 Monate ist das Wechseln der Nährlösung notwendig. (Diese Arbeit nimmt Ihnen Ihr Fachgeschäft ab.) So werden Rückstände von Nährsalzen, abgestorbene Wurzeln entfernt, bevor Fäulnis entsteht.

### Vorteile von Hydrokultur

- einfache Pflege und Unterhalt
- weniger Arbeit (nur noch alle 2–3 Wochen giessen je nach Gefäss)
- optische Giessanzeige (braucht keinen «Grünen Daumen»)
- natürlich, sauber, hygienisch
- optimale Wachstumsbedingungen
- ideale Geschenkidee!

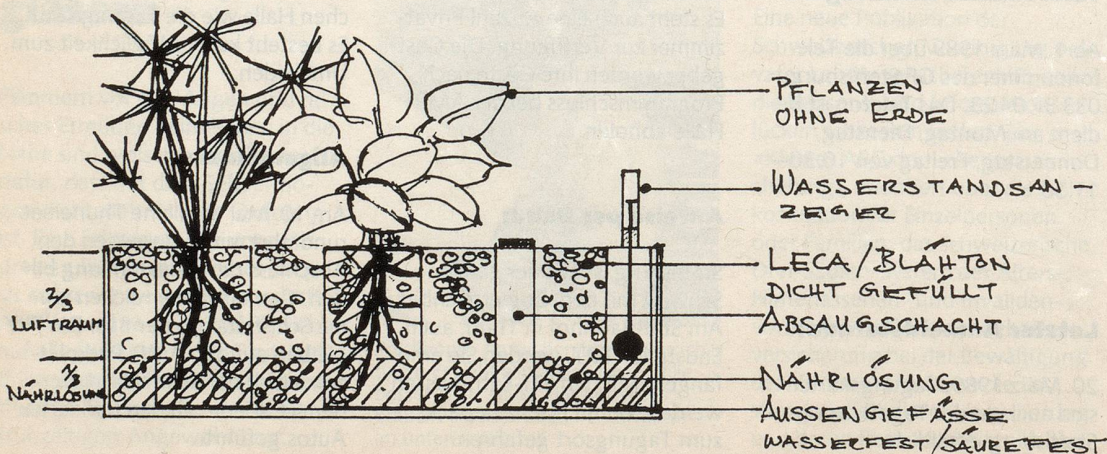
Marianne Fuchs

## Frauenverein Birmensdorf

### Zum Gedenken an Ruth Vogler

«Fordere kein lautes Anerkennen! Können was und man wird dich kennen.» (Heyse)

Mit diesen Worten eröffnete unsere liebe, unvergessliche und allzufrüh verstorbene Präsidentin Frau Ruth Vogler die Feierlichkeiten zu «100 Jahre Frauenverein Birmensdorf» am 16. Januar 1988. Trefflichere Worte für ihr ganz persönliches Sein und Wesen gibt es nicht. «Man» kannte unsere geliebte Präsidentin, sei es vom Frauenverein oder von der Schulpflege her, nicht nur weil sie etwas konnte, weil sie mit ihrer Persönlichkeit und ihrer Ausstrahlungskraft das Vertrauen aller genoss, sondern weil sie das in der ihr eigenen, stillen Art tat. Hingebungsvoll nahm sie sich ihrer Mitmenschen an, hatte für alle ein offenes Ohr und setzte sich, wenn immer möglich, unerschrocken und zielstrebig für deren Belange ein. Ruth Vogler trat dem Frauenverein Birmensdorf im Jahre 1969 bei. Während ihrer Vorstandstätigkeit als Aktuarin war es ihr vergönnt, an der Seite von Emmy Furrer, einer ebenfalls sehr aktiven Präsidentin, mitzuhelfen, viele neue Dienstleistungen einzuführen. So wurden 1969 der Haushilfedienst für Betagte, der Mahlzeitendienst, das Altersturnen und -singen, der Rotkreuz-Autodienst, die Kinderkleider- und Sportartikelbörse und die Senioren-Ferienwoche organisiert und eingeführt, der Babysitterdienst neu im Jahre 1972 als Dienstleistung angeboten und 1973 der 1.-Advents-Arrangements-Verkauf organisiert. Von 1975–1987 betreute der Frauenverein den Mütterberatungsdienst, und R. Vogler übernahm den Versand der Elternbriefe der Pro Juventute bis 1987. Während dieser Zeit war Ruth Vogler auch





Delegierte der Gemeinde Bir-  
mensdorf beim regionalen Ar-  
beitsausschuss Limmattal. 1978  
wurde das monatliche Senioren-  
Essen eingeführt. Die Geburts-  
tagsbesuche bei allen über 80jäh-  
rigen Dorfbewohnern finden seit  
1983 statt. Nur ein Jahr später  
entsteht in Zusammenarbeit mit  
der Fürsorgebehörde der Ge-  
meinde ein Betreuungsdienst für  
auf Hilfe angewiesene Mitmen-  
schen. Die erstmalige Teilnahme  
am Herbstmärit der Kulturkom-  
mission und der Beitritt zum SGF  
fallen ebenfalls in dieses Jahr. Ein  
Schaukasten in der Volg-Passage  
dient dem Frauenverein seit 1987  
zur Veröffentlichung verschiede-  
ner Mitteilungen.

Ruth Vogler war stets bestrebt,  
die Dienstleistungen des Frauen-  
vereins den heutigen Bedürfnis-  
sen anzupassen, und war stolz  
über dessen Funktionstüchtig-  
keit. Bis zuletzt und während  
ihrer ganzen Krankheitszeit führ-  
te sie die Geschäfte des FV mit  
Hingabe und Umsicht und half  
mit Ihrem Optimismus, alle Auf-  
gaben freudig und mit gutem  
Mut zu tun. Ihre Mitmenschlich-  
keit, ihre Tapferkeit und ihre po-  
sitive Einstellung zum Leben wer-  
den uns unvergessen bleiben.  
Anlässlich der 100-Jahr-Feier  
wünschte Ruth Vogler dem Frau-  
enverein folgendes:

«Nicht, dass Du der schönste  
Baum bist, der auf dieser Erde  
steht. Nicht, dass Du jahrein,  
jahraus leuchtest von bunten Blü-  
ten an jedem Zweig. Aber dass  
dann und wann an irgend einem  
Ast eine Blüte aufbricht, dann  
und wann etwas Schönes gelingt,  
irgendwann ein Wort der Liebe  
von Dir ein Herz findet», das, so  
sagte Ruth Vogler am 16. Januar  
1988, wünsche ich dem Frauen-  
verein von Herzen.

Uns bleibt, unserer lieben, unver-  
gesslichen Präsidentin für alles zu  
danken, was sie in all den Jahren  
für den Frauenverein tat, und  
ihren Wunsch, «dass dann und  
wann an irgend einem Ast eine  
Blüte aufbricht», verantwor-  
tungsbewusst, freudig und ihr zu  
Ehren in Erfüllung gehen zu las-  
sen.

Lotti Mäder

## Grosse Ehre

**Der Gemeinnützige Frauen-  
verein Frauenfeld erhält  
den Anerkennungspreis  
der Stadt.**

Seit einigen Jahren verleiht die  
Stadt Frauenfeld jährlich an drei  
Persönlichkeiten, Institutionen  
oder Vereine einen Preis für be-  
sondere Verdienste. Mit grosser  
Freude durfte dieses Jahr, nebst  
einem Zoodirektor und einem en-  
gagierten Quartiervereinspräsi-  
denten, der Frauenverein diesen  
Anerkennungspreis entgegen-  
nehmen.

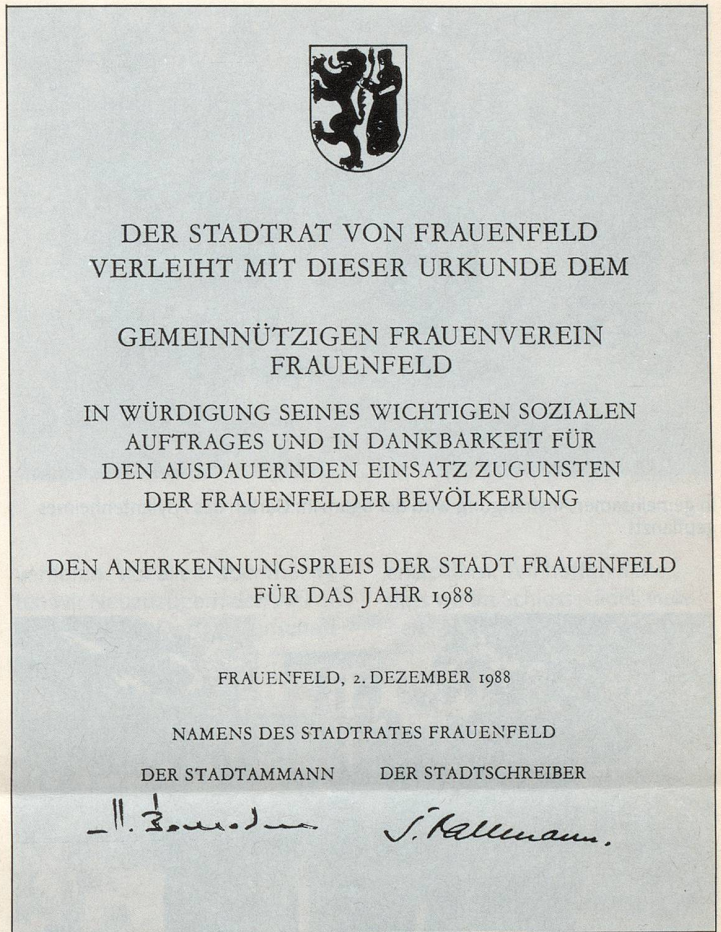
Die Feier wurde im grossen Rat-  
haussaal mit musikalischer Um-  
rahmung abgehalten. In Anwe-  
senheit des gesamten Stadtrates  
wurden die Auserkorenen mit ei-  
ner Laudatio bedacht und gebüh-  
rend geehrt. Der Stadtmann  
überreichte ihnen Urkunde,  
Check und Blumenstraus in den  
Frauenfelder Farben.

Der äussere Anlass, der die Stadt  
Frauenfeld auf ihren Frauenver-  
ein aufmerksam machte, war das  
100-Jahr-Jubiläum des SGF und  
gleichzeitig der 50. Geburtstag  
des TGF.

In ihrer Laudatio freute sich Anna  
Forster, Gemeinderätin von Frau-  
enfeld, mit den Frauenvereins-  
mitgliedern über die grosse Ehre  
dieser Preisverleihung. Um so  
mehr, als Frauen noch nicht allzu  
oft öffentlich ausgezeichnet wer-  
den. Mit einigen Rosinen aus den  
Anfängen des 150jährigen Vere-  
ins, wurde den Anwesenden ein  
Schmunzeln entlockt. So wurde

## Der Thurgauer Bomm wurde in Aarau gepflanzt

Anlässlich des Jubiläums in Aarau  
schenkten die Thurgauerinnen  
dem Gastgeberverein mit einem  
Blütenstraus symbolisch einen  
Apfelbaum. Ende November  
wurde dann der währschaffe  
Baum aus dem Thurgau nach  
Aarau gebracht und würdig  
gepflanzt.



zum Beispiel eine Bussenkasse bei  
der «Frauenzimmergesellschaft»  
geführt, wo für Fehlen bei Strick-  
und Näharbeiten eine Busse er-  
hoben wurde. Vor 90 Jahren  
schenkte der FV dem damals  
neuen Spital in Heimarbeit ange-  
fertigte Morgenröcke, Windeln,  
Frauen- und Kinderhemden. Bis  
heute setzt sich der Frauenverein

immer wieder ein, hilft rasch und  
unkompliziert, unterstützt die öf-  
fentliche Hand in vielen Aufga-  
ben und spart wirksam Kosten.  
Anna Forster zum Schluss: «Die  
Stadt hat Ihnen, liebe Frauen,  
über die Zeiten hinweg vieles zu  
verdanken! Die Stadt braucht Sie  
auch weiterhin!»

Vreni Spirig

Eine Delegation des TGF reiste  
nach Aarau, wo sie von einigen  
Vorstandsfrauen bereits auf dem  
Bahnhof abgeholt wurden. Ge-  
meinsam zog man in den Garten  
des Asylantenheimes, welches  
dem Aarauer Frauenverein ge-  
hört, wo der Baum trotz Schnee-  
decke, in gemeinsamer Anstren-

gung, feierlich eingepflanzt  
wurde.  
Viele gute Wünsche in Form von  
lustig flatternden Vögelchen  
wurden aus dem Thurgau noch  
an den Baum gehängt. Anschlies-  
send genossen die Frauen ge-  
meinsam die Video-Aufnahme  
des Festspiels bei Kaffee und Tor-





In gemeinsamer Anstrengung wird der Baum im Garten des Asylantenheimes gepflanzt!



Der Baum ist gepflanzt: Wir freuen uns auf seine Früchte!



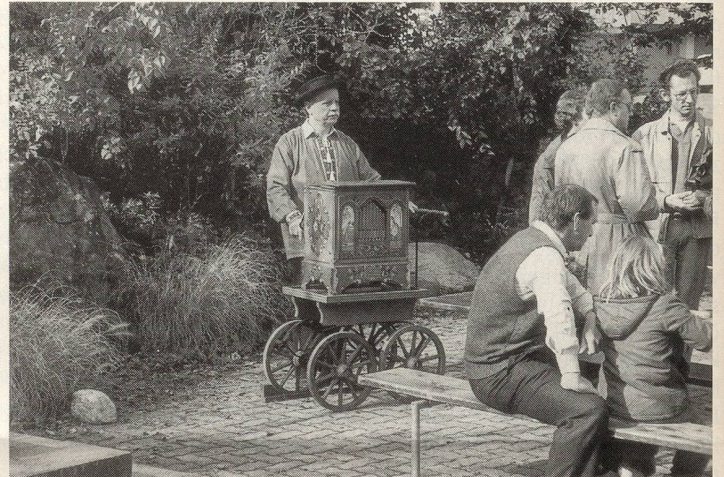
Gute Wünsche, auf lustig flatternden Vögelchen, werden an den Baum gehängt!

te und schwelgten einmal mehr in wunderschönen Jubiläumserinnerungen.

Der Baum wird hoffentlich ein lebendiges Andenken an das gemeinsame, unvergessliche Fest bleiben. Sein Blühen und Gedeihen soll im übertragenen Sinne

dem Aarauer Frauenverein zugute kommen.

Hoffentlich werden die gegenseitigen Kontakte noch lange gepflegt und ständig erneuert werden. Denn was verbindet uns stärker als unsere gemeinsamen Ideen?  
*Vreni Spirig*



## Eröffnung des Schloss-Lädelis

Schon lange hegte der Gemeinnützige Frauenverein Langnau a. Albis den Wunsch, ein kleines Lädeli zu besitzen, wo er all die Raritäten, die sich im Laufe der Jahre angesammelt hatten und im Keller des Altersheims lagerten, den Einwohnern präsentieren könnte.

Die ehemalige «Schlossherrin» gab uns den entscheidenden Tip. Auf den ersten Blick waren wir verliebt in das kleine feine Stübli, das bis anhin nur als Abstellraum gedient hatte.

Nun hiess es noch bei der Gemeinde als Eigentümerin des Schlosses anzuklopfen. Einer Gemeinderätin erging es wahrscheinlich wie uns; denn als sie den Raum sah, setzte sie sich sofort für unser Vorhaben ein, und innert kürzester Zeit war der Mietvertrag perfekt. Unter den Mitgliedern des Frauenvereins fand sich sehr rasch ein Team von sieben Frauen, das sich unter der

fachkundigen Leitung eines Vorstandsmitgliedes an die Arbeit machte.

Am 24. Oktober war es dann soweit. Unsere Gemeinderätin eröffnete das Schloss-Lädeli. War es vielleicht die Neugierde, zu erfahren, was sich wohl hinter dem Namen Schloss-Lädeli verberge, die so viele Langnauerinnen und Langnauer Richtung Schloss lockte? Oder war es die milde Herbstsonne, die förmlich einlud, auf dem Schlosshof bei Gerstensuppe, Würsten, Kaffee und Kuchen zu verweilen?

Viel zur guten Stimmung trug sicher auch der Drehorgelmann bei.

Eine besondere Attraktion, nicht nur für die Kinder, war die Mohrenkopfmaschine. Mit viel Eifer versuchte jung und alt mit einem Tennisball den Auslöser zu treffen und den dadurch von der Maschine herausgeschleuderten Mohrenkopf aufzufangen.





So war es nicht erstaunlich, dass viele Besucher den ganzen Nachmittag, in angeregte Gespräche vertieft, auf dem schönen Hof verbrachten.

Alle aber waren überrascht, wie schön das Lädeliteam den Abstellraum verwandelt hatte. Mit viel Liebe zum Detail ist es gelungen, das besondere Cachet des Raumes zu unterstreichen. So werden die antiken Kleinmöbel mit den Nippsachen (Gläschen, Döschen, Schmuck) und den neuen Handarbeiten sehr gekonnt kombiniert. Auch die Töpferwaren kommen sehr schön zur Geltung. Alte Bilder ergänzen sich mit den getrockneten Blumensträusschen.

Das Ziel des Schloss-Lädelis soll aber nicht ein möglichst hoher Umsatz sein; der Verein möchte

vielmehr eine weitere Gelegenheit nutzen, um neue Kontakte im Dorf zu schaffen. So ist jedermann herzlich eingeladen im Schloss vorbeizukommen um einen Kaffee zu trinken und zu plaudern. Auch den Hobby-Künstlerinnen möchten wir unser Stübli zur Verfügung stellen, um ihre Kunstwerke verkaufen zu können.

Alles in allem war der Einweihungstag ein gelungener Tag, und der Frauenverein möchte in Zukunft alljährlich auf dem wunderschönen Schlosshof einen Flohmarkt mit Festwirtschaft durchführen.

Durch den Erfolg der Eröffnungsfeier bestärkt, möchte sich der Verein vermehrt dafür einsetzen, neue Kontakte in der Gemeinde zu knüpfen und bestehende zu



vertiefen. Vor allem aber möchten wir Neuzugern den Anschluss an die Dorfgemeinschaft

erleichtern. Wir hoffen daher, dass wir im Schloss-Lädeli viele neue Gesichter begrüßen dürfen.



**Ich bestelle 1 Jahresabonnement des «Zentralblattes»**

Preis Fr. 16.50

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

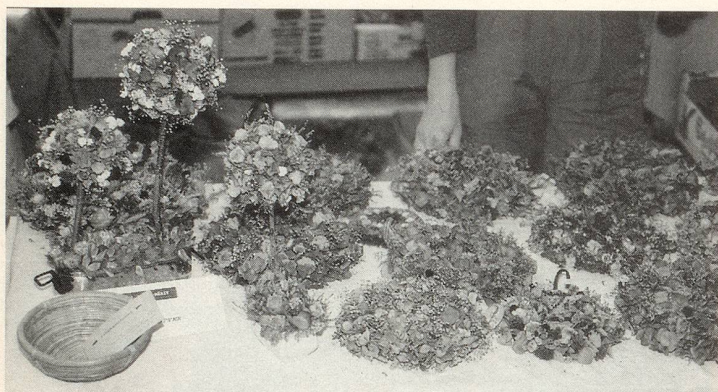
PLZ: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

(Bitte in Blockschrift ausfüllen)

Senden an: Zur Sache, Seftigenstrasse 310, 3084 Wabern





## Aus kreativem Tun entsteht Hobby-Märit

Zum ersten Mal fand am 29. Oktober 1988 in der Aula der Sekundarschule Köniz ein Hobby-Märit statt. Die verschiedensten kunsthandwerklichen Erzeugnisse konnten bewundert und gekauft werden.

Den Rahmen ihrer üblichen Tätigkeiten sprengten die Mitglieder des Gemeinnützigen Frauenvereins Köniz mit der Organisation des ersten Hobby-Märits. Bereits im Vorfeld der Veranstaltung stiess diese Kunstgewerbeausstellung auf reges Interesse. Übersichtlich und attraktiv wussten die Frauen das Angebot zu gestalten. Über 30 Aussteller – vorwiegend Frauen – präsentierten ihre Hobby- und Freizeitarbeiten. Hier wurde von A – wie Aquarell bis Z – wie Zierbäumchen alles ausgestellt, was das Herz bewegt und was sich vor allem mit geschickten Händen

anfertigen liess. Es gab Porzellan, Töpferwaren und Keramik in einzigartiger Ausführung, kreative Seidenmalerei, Holzspielwaren, Schmuck aus Perlen und Edelsteinen, Puppen, Patch-Work, Blumen und Kleider. Auch begabte Hobbymaler boten ihre Gemälde in Öl und Aquarellen zum Verkauf und nicht zum Bestaunen an. All diese Kunstgegenstände wurden mit viel Liebe und Aufwand angefertigt. Dem Frauenverein Köniz ist es zu verdanken, dass so viel Schönes von einem grösseren Publikum gesehen und gekauft werden konnte. Im Foyer der Aula konnte man sich zudem mit Kaffee und Kuchen – ebenfalls vom Frauenverein zubereitet – stärken und zu gemütlichen Gesprächen treffen. Der zweite Könizer Hobby-Märit findet übrigens am 28. Oktober 1989 statt. Sicher ein Datum, das man sich vormerken muss!







## Brockenstuben Für Sie gelesen

Der Aufruf in der Ausgabe «Zur Sache» Nr. 12 ist nicht ganz ungehört geblieben. Zwei Sektionen haben uns bereits die Öffnungszeiten ihrer Brockenstuben mitgeteilt

### Herzogenbuchsee

Mittwoch- und Samstagnachmittag, 14.00 bis 15.30 Uhr  
Bernstr. 15 A  
Die Präsidentin Margrit Schärer schreibt: Wir finden die Idee für die Publikation der Öffnungszeiten super.

### Malix

Mittwoch, 16.00 bis 18.00 Uhr  
Samstag, 8.30 bis 11.30 Uhr  
Zwischenzeiten telefonische Anmeldung bei  
Elsbeth Held 081 22 88 91  
Gretli Balestra 081 22 55 78

Herzlichen Dank fürs Mitmachen, und natürlich hoffen wir auf weitere Meldungen.

Senden Sie uns die Adresse und Öffnungszeit Ihrer Brockenstube. Bitte Tel. der Kontaktperson angeben.

Redaktion

## Leserbrief

### Betrifft: Vereinsfinanzen

Geld allein macht nicht glücklich, aber es beruhigt  
Ein kleines Polster warum nicht?  
Eine Anhäufung des Geldes aber oder sogar Horten widerspricht unsern Grundsätzen. Gewissermassen ist dieses Geld bei uns nur im Durchlauf, etwa auf Warteposition. Es wird uns nur anvertraut und WIR haben die Ehre zu entscheiden, wo es am besten eingesetzt werden kann.

Doris Hauri  
Sektionspräsidentin Lyss

### Worte, die wirken

Körperlich und seelisch gesund aus eigener Kraft  
Arnd Stein. Ca. 220 Seiten. Kartoniert ca. DM 24.80, ISBN 3-466-34229-5, Auslieferung: Februar  
Auch wenn wir es nicht wahrhaben wollen – unsere Einstellungen, Entscheidungen und Verhaltensweisen, unsere körperliche Gesundheit sowie unser seelisches Gleichgewicht, kurzum unser gesamtes Wohlbefinden ist in hohem Masse von Suggestionen abhängig. Wenn Worte, Gedanken und bildhafte Vorstellungen nun eine solche Macht haben, dann liegt es nahe, diese gezielt für unsere Zufriedenheit einzusetzen.

### Das aktuelle Berufswahlbuch

Band 1: Grundinformation für die Berufswahl  
Dieses Buch hilft Jugendlichen und ihren Eltern, über die Berufswahl nachzudenken und sich in Bild und Text über die Berufswelt zu informieren.  
Also ein Standardwerk in Sachen Berufswahl.  
*Die Berufswahl heute*  
Die Berufswahlsituation  
Die Berufswelt – und ich?  
*Die Lehre*  
*Die Berufswelt*  
22 Berufsfelder in Wort und Bild  
*Weiterbildung / Aufstieg*  
Erster Schritt: Berufserfahrung  
Eidgenössisch anerkannte Weiterbildungsstufen  
*Akademische Ausbildung und Berufe*  
Soll ich in eine Mittelschule?  
Mittelschule / Matura  
Studium an einer Hochschule

Band 2: Die aktuellen berufskundlichen Details  
In diesem Nachschlagewerk, das ständig aktualisiert wird, werden über 300 Lehrberufe vorgestellt, mit einem Beschrieb der Tätigkeiten, Anforderungen, Weiterbildungs- und Aufstiegsmöglichkeiten.

*Die einzelnen Berufe*  
(22 Berufsfelder – über 300 Berufsbeschreibungen)  
*Wie weiter?*  
Adressen  
Weiterführende Literatur  
*Register*  
Berufsfeld-Schlüssel  
Interessen-Register  
Berufeverzeichnis (alphabetisch)  
Schweizer Verband für Berufsberatung, Verlag Sauerländer, Aarau. Beide Bände zusammen Fr. 39.–

### Mikrowellen im Backofen

Über 100 Rezepte – von der Vorspeise bis zum Dessert  
Der Backofen mit integrierter Mikrowellentechnik ist ein bedeutender Fortschritt, denn er ermöglicht konventionelles Kochen und Backen wie separates Mikrowellen-Garen oder den Einsatz beider Varianten zur gleichen Zeit. Dank dieses kombinierten Kochens und Backens kann man aus dem neuen Gerät optimalen Nutzen ziehen. Mit Mikrowellen garen die Speisen schneller, fettarm und aromatischer. Getränke sind sofort heiss, Schokolade schmilzt in Minuten, Gelatine löst sich ebenso rasch auf. Tiefgekühlte Gerichte werden von innen heraus in kurzer Zeit aufgetaut. Auch das Aufwärmen von Speisen ist etwas anderes als bisher: Ein schonendes Regenerieren, durch das der Geschmack nicht beeinträchtigt wird. Die sorgfältige Erwärmung ist auch für Diät und Schonkost eine grosse Hilfe.  
Weshalb dann noch Ober- und/oder Unterhitze des Backofens zuschalten? Weil die Mikrowelle überall dort, wo wir eine Bräunung oder eine Kruste erwarten, die Hilfe des Backofens braucht. Er bringt bei Gerichten, bei denen wir uns mit Dämpfen, Dünsten oder Garen nicht begnügen, die äussere «Kosmetik» und den kulinarischen Abschluss dazu. Doch der Einsatz der beiden Energiequellen (Mikrowellen und thermischer Wärme) muss dosiert erfolgen. Unsere gewissenhaft getesteten Rezepte zeigen den Weg zum zeitgemässen, feinen,

energiesparenden Kochen und Backen nach neuester Küchentechnik. Bald wird für Sie das Kombikochen mit Mikrowellen und gleichzeitigem, meist kurzem Backofeneinsatz eine Selbstverständlichkeit sein.  
Kreativküche Weidmann, 160 Seiten, 32 ganz- und 5 doppelseitige Farbbilder. – Albert-Müller-Verlag AG, CH 8803 Rüschlikon-Zürich, Stuttgart und Wien, 1988. – Ringheftung. – Fr. 27.80

## Mitteilungen an die Sektionspräsidentinnen

### Veranstaltungskalender

Diese Rubrik steht allen Sektionen zur Verfügung. Bitte beachten Sie: Redaktionsschluss jeweils am 10. des vorangehenden Monats.

### Werbenummern «Zentralblatt»

Ab und zu erhalten wir Anfragen für Werbenummern. Herzlichen Dank allen Mitglieðern, die sich bemühen, das «Zentralblatt» bekannt zu machen. Werbenummern und Abo-Bestellungen können Sie direkt bei der Firma Bugra Suisse, Frau E. Mühlethaler, Tel. 031 54 81 11, bestellen.

### Neue Präsidentinnen

Bitte melden Sie die Adresse und Telefonnummer neuer Präsidentinnen an Frau E. Kupferschmid, Ob. Aareweg 14, 4250 Lyss, Tel. 032 84 66 34

### Wir gratulieren

Diese Rubrik steht allen Sektionen offen. Benützen Sie die Gelegenheit und melden Sie uns das Jubiläum Ihres Vereins. Senden Sie den Bericht – möglichst mit Foto – an die Redaktion.





## ZUR SACHE

Zentralblatt des Schweizerischen Gemeinnützigen Frauenvereins

Nr. 2 - 1. Februar 1989, 77. Jahrgang  
Erscheint: monatlich  
Erscheinungsort: 3084 Wabern  
Auflage: 9900 Ex.

### Adressen

Redaktion: Zentralblatt SGF,  
Grabenhalde, 4805 Brittnau, Tel. 062 51 75 25



Herstellung/Produktion  
BUGRA SUISSSE  
Buechler Grafino AG

Seffigenstrasse 310, CH - 3084 Wabern-Bern  
Tel. 031 54 81 11, Telex 911934,  
Telefax 031 54 22 82

### Redaktion

Redaktorin: Heidi Bono-Haller  
Layout: Heinz Staub

### Verlag

Verlagsleiter ZUR SACHE: Wolfgang Grob  
Objektleiter: Peter Wiedmer  
Sachbearbeiter Anzeigen: Silvia Dolder  
Abonnentendienst: Erika Mühlethaler

### Bezugspreis

Fr. 16.50 im Jahr  
PC-Konto 30 - 286-1, Bern  
Kein Kioskverkauf

### Herausgeber:

Schweizerischer  
Gemeinnütziger Frauenverein

### Zentralpräsidentin:

Liselotte Anker-Weber, Rosenmattstr. 12,  
3250 Lyss, Tel. 032 84 22 20

### Postschecknummern:

Zentralkasse des SGF: 30-1188-5 Bern  
Adoptivkindervermittlung: 80-24270 Zürich  
Cartenbauschule Niederlenz: 50-1778 Aarau  
SGF Jahresthema: 30-18965-5 Bern

Die nächste Ausgabe von ZUR SACHE  
erscheint am 1. März 1989

Adressberichtigungen nach A 1, Nr. 179 melden

Imprimé à taxe réduite



101. SGF  
Jahresversammlung  
Steffisburg

# Anmeldung

Datum der Jahresversammlung: 9./10. Mai 1989  
Anmeldetermin: 20. März 1989  
Einsenden an: Ursula Spring, Uf de Müren 13, 3612 Steffisburg  
Telefon GF Steffisburg: 033 37 04 23, ab 1. März, Mo, Di, Do, Fr, 10.30-11.30

## Tagungskarten

Anzahl		Total
_____	Tagungskarten für beide Tage (Verhandlungen, Nachtessen, Abendunterhaltung, Bustransporte, Schifffahrt mit Mittagessen)	à Fr. 70.- Fr. _____
_____	Tagungskarte 1. Tag (Verhandlung, Nachtessen, Abendunterhaltung)	à Fr. 40.- Fr. _____
_____	Tagungskarte 2. Tag (Verhandlung, Bustransport, Schifffahrt mit Mittagessen)	à Fr. 40.- Fr. _____
_____	Verhandlung 1. Tag	à Fr. 10.- Fr. _____
_____	Verhandlung 2. Tag	à Fr. 10.- Fr. _____

Die Tagungskarten werden Ihnen nach Ihrer Anmeldung zugestellt. Wir bitten Sie höflich, die Einzahlung mit beigelegtem Einzahlungsschein umgehend nach Erhalt der Tagungskarten vorzunehmen. Bei Rückgabe einer Karte wird ein Unkostenbeitrag von Fr. 20.- (2 Tage), resp. Fr. 10.- (1 Tag) verrechnet.

## Hotel

_____	Einerzimmer 1. Kategorie	Fr. 70.-
_____	Einerzimmer 2. Kategorie	Fr. 40.-
_____	Doppelzimmer 1. Kategorie	Fr. 55.-/60.- pro Person
_____	Doppelzimmer 2. Kategorie	Fr. 30.-/35.- pro Person
_____	Dreibettzimmer	Fr. 27.- pro Person
_____	Privatunterkunft	
_____	Unterkunft wird selber besorgt	
_____	Kommen per Zug an den Tagungsort	
_____	Kommen per Auto an den Tagungsort	

Sektion \_\_\_\_\_  
 Verantwortlich  
 Name, Vorname \_\_\_\_\_  
 Adresse \_\_\_\_\_  
 Telefon \_\_\_\_\_

AZ/PP  
 CH - 3084 Wabern  
 Abonnement poste