Haarpflege vor allem für Berufstätige

Autor(en): **J.R.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Die Berner Woche**

Band (Jahr): **37 (1947)**

Heft 3

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-635236

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Mit der lustigen Zipfelmütze in die Ski-Ferien

Material: 1 Strange graue Wolle, 1 Strange rote Wolle, Nadeln Nr. 3.

Anschlag 120 M., 4 cm im Muster 1 M. rechts, 1 M. li. Nun mit der roten Wolle einsetzen: 5 M. r., 1 M. rechts abheben, Faden hinten durchführen, 5 M. r. usw. 2. und 3. Nadel gleich, 4 bis 7. Nadel in grau ganz rechts. 8. Nadel in rot wie 1. Nadel. Nach 8 cm im grauen Querstreifen das 8er-Abnehmen (wie an einer Strumpfspitze) machen. Im folgenden grauen Streifen das 7er-Abnehmen machen usw. In jedem grauen Streifen das nächstfolgende kleinere Abnehmen. Stricken bis zum 2er Abnehmen. Nun noch eine rote Spitze stricken mit dem 1er und Nuller-Abn. (je 3 Zwischenrunden). Die Quaste mit einer Häkelschnur annähen.

Reizendes Pulloverchen für Mädchen von 3 bis 5 Jahren

Material: 100 g Wolle, Nadeln Nr. 2½. Strickmuster: für Grundmuster:

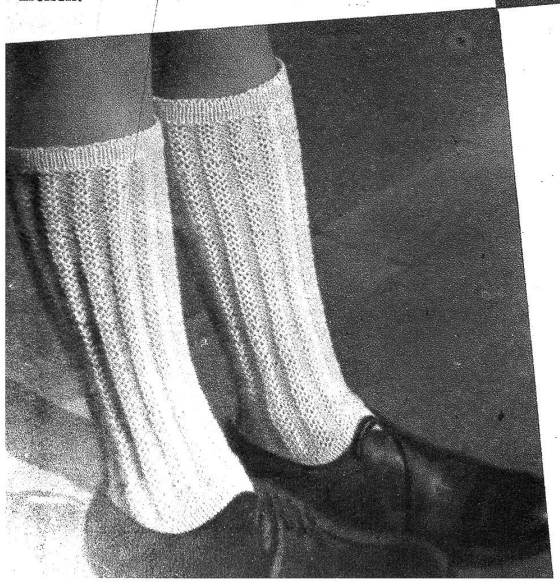
1. Nadel, Randmasche 3 r. M., 1 Umschlag, 2 M. link zus. strik. 3 r. M., 1 Umschlag, 2 M. l zus. strk. 3 r. M. Umschl. 2 l. M. zus. strk. Randm.
2. Nadel: R. und alle M. links stricken.
3. Nadel: Alles rechts stricken.
4. Nadel: Alles links stricken.
5. Nadel: Rdm. 2 r. M., 2 linke M. zus. strk. 1 Umschlag, 3 r. M., 2 l. M. zus. stricken, 1 Umschlag, usw.
7. Reihe von der ersten an wiederholen.

Uebriges Pulloverchen 2 M. r., 2 M. link stricken.

Arbeitsfolge: Das Pulloverchen wird unten begonnen. Es werden alle Teile für sich gestrickt, also Vorder- und Rükkenteil und die Aermeli. Anschlag für je 1 Teil 68 M. 5 cm Bord und in der Fortsetzung im Grundmuster weiterfahren 9 cm hoch. Von hier an werden die Maschen auf eine Hilfsnadel gelegt, jeder Teil, und man arbeitet inzwischen die Aermeli, welche auch nur halb fertig gestrickt werden, das heisst auch das Muster wird fertig gearbeitet. Hat man die Aermeli fertig, werden alle Teile auf eine Rundnadel genommen und 12 Nadeln im Mödeli mit den seitlichen Abnehmen weiter gestrickt, Von da weg 5 cm rundum 2 r, 2 links ohne Abnm., dann 1 ganze Runde 2 M. r., 2 M. links zusammen stricken. Mit den verbleibenden 1 rechts 1 links. 5 Runden weiter stricken. und ganz lose 1 rechts, 1 links abketten. Dann wird 1 Stäbligang angehäkelt und als Abschluss und Verzierung ein kleines Spitzli gehäkelt. (3 Luftm. in die erste Masche stechen, dann 1 feste Masche und noch einmal 1 feste Masche und wieder 3 Luftm. usw. Durch den Stäbligang eine Wollschnur ziehen.

Aermeli: Anschlag 44 M., ein Bord von 2½ cm Höhe, dann im Muster weiterfahren und auf der ersten Nd. verteilt 30 M. aufnehmen, 5½ cm arbeiten und von hier an auf die Rundnadel geben. Seitliches Abnehmen für Armausschnitte 6mal jede 2. Nadel 1 M. abnehmen.

J. F.



Sonntags-Kniesocken aus Wolle

Für 7- bis 8jährige

Material: Etwa 180 g Wolle, Nadeln Nr. 2½.

Arbeitsfolge: Anschlag 60 M. 6 Reihen glatt rechts, 1 Reihe links. 6 Reihen rechts, dann im Strickmuster weiterfahren: 1. Reihe 2 M. r. 2 M. li. 2. Reihe: links. Bei 14 cm ab Anschlag beginnt das Wadenabnehmen, indem am Anfang der 1. Nadel und am Ende der 4. Nadel 2 M. zus. gestrickt werden. Dies 5mal nach je 1½ cm wiederholen. Mit den verbleibenden 48 M. noch 8 cm hoch stricken; je nach Beinlänge. Die Ferse ist 24 M. breit und 20 Reihen hoch. Käppchenbreite 12 M. 5 Ristabnehmen. Der Fuss wird glatt rechts gestrickt. Nach dem Ristabn. ca. 8 cm ohne Abn. Fußspitze mit dem 5er Abn. beginnen. Am Schlusse werden die ersten 6 gestrickten Reihen nach innen umgebogen und ein Gummiband durchgezogen.

Haarpflege vor allem für Berufstätige

Die Anleitung gilt vor allem für Frauen, die durch ihren Beruf gezwungen sind, ihren Kopf den grössten Teil des Tages bedeckt zu halten oder die ihre Haare den ganzen Tag der Sonne aussetzen müssen. In beiden Fällen lässt die Festigkeit der Haarrinde nach, und die Haare spalten sich gerne auf. Dieser Vorgang beginnt naturgemäss an den Spitzen, da die zur Erhaltung der Haare bestimmten Stoffe nicht bis in die Spitzen gelangen können. Wie beugt man da vor? Kleine Haarsträhnen werden abgestreift, so abgeteilt, immer der Reihe nach, und festgedreht bis zum Ende. Mit einem Kamm streift man an dieser Haarspirale nach oben entlang, und die dabei hervorkommenden Spitzen werden mit der Schere abgeschnitten. Man braucht keine Angst zu haben, dass es zu viel Zeit kostet, denn, wenn man es einmal gründlich gemacht hat, hat man wenigstens drei Monate wieder Ruhe. Der Staub ist der grösste Feind unseres Haares, dem wir nicht schnell genug den Krieg erklären können. Hier heisst die Devise: Bürsten, bürsten und immer wieder bürsten! Dies ist das einfachste und zugleich billigste Abwehrmittel, gegen den Staub. Aber nicht immer nur so, wie die Haare laufen, auch nicht nach der Frisur, sondern öfters entgegengesetzt. Am besten ist es, man beugt den Kopf nach vorn, und bürstet dann kräftig darauflos, beginnt am Nacken, scheitelt wieder eine Partie von Ohr

zu Ohr, und bürstet jede Partie für sich. Also nicht von vorn nach hinten abteilen, sondern immer von hinten nach vorn. Haben Sie nur ja keine Angst um die Frisur, das Haar wird sich nachher viel leichter, gefälliger und aufgelockter in seine ursprüngliche Lage bringen lassen. Nun werden Sie sagen: Ja, aber das Fett und der Schweiss? Nur keine Angst: Auch hier gibt es Abhilfe! Holzmehl ist für wenig Geld überall erhältlich. Man braucht vor diesem Wort nicht zurückzuschrecken, denn dieses ist schon lange Zeit ein wichtiger Bestandteil zur Haarwäsche gewesen. Es besteht aus Zellulose und enthält neben andern Stoffen Gerbsäure, die dem Schweissausbruch entgegenarbeitet und saugt alle nicht erwünschten Stoffe auf. Aber es nimmt auch unangenehme Gerüche auf und beseitigt diese. Die Anwendung von Holzmehl ist ganz einfach: Man streut auf den längs gezogenen Scheitel das Holzmehl so auf, dass es die Kopfhaut trifft, massiert damit und bürstet und kämmt es anschliessend sorgfältig wieder heraus. Wenn Sie diese kleine Mühe einmal wöchentlich vornehmen, wird Ihnen Ihr Haar immer Freude machen.

Wenn Ihre Kopfhaut juckt und brennt, was machen Sie da? Dann machen wir einen Spaziergang durch die Wiesen, wo wir wichtige Kräuter in Menge finden. Wir finden dort: Schafgarbe, Kamille, Schachtelhalme, gegen starke Schweissbildung, Erdbeer-, Himbeer- und Brombeerblätter. Auch Brennesseln sind schon von alters her mit grossem Erfolg verwendet worden, um dem Haarausfall entgegenzuarbeiten, und die Kopfhaut auszuheilen.

Man kann die eben erwähnten Blätter und Kräuter sowohl frisch verwenden wie auch den restlichen Vorrat trocknen und dann in Büchsen aufbewahren. Genau wie den Tee kochen wir auch diese Extrakte und verwenden sie möglichst noch warm und frisch für die Kopfwäsche im Haus. Wir schütten die Sache durch ein Sieb in ein Schüsselchen, tränken ein Läppchen darin und reiben damit die Kopfhaut gut ab. Wir müssen nur aufpassen, dass wir immer wieder ein frisches Läppchen nehmen, wenn das andere beschmutzt ist.

Am besten ist es, nach dieser Wäsche, so oft wir es machen, das Haar in der Luft zu trocknen, da scharfe Hitze den Erfolg herabsetzt. Natürlich können wir nach der Haarwäsche dem Spülwasser Tee zusetzen, und dadurch vorbeugen, dass nicht in kurzer Zeit alles wieder im alten ist.

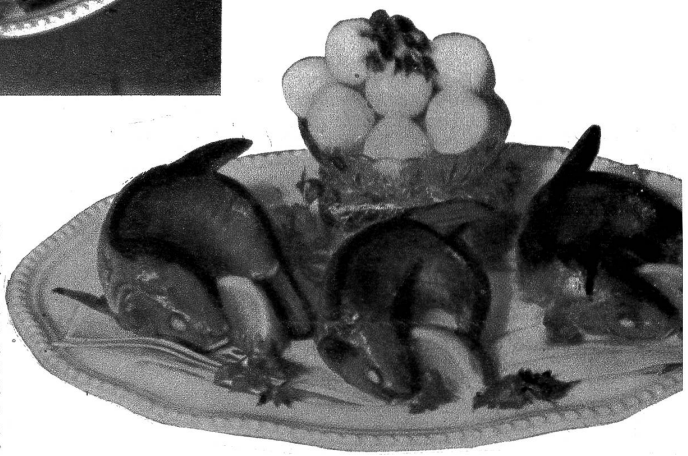
Aber unser Haar wird uns sicher wieder Freude bereiten und diese kleine Mühe macht sich immer bezahlt.

J. R.

ZUR ABWECHSLUNG EINMAL Fisch

Fischragout

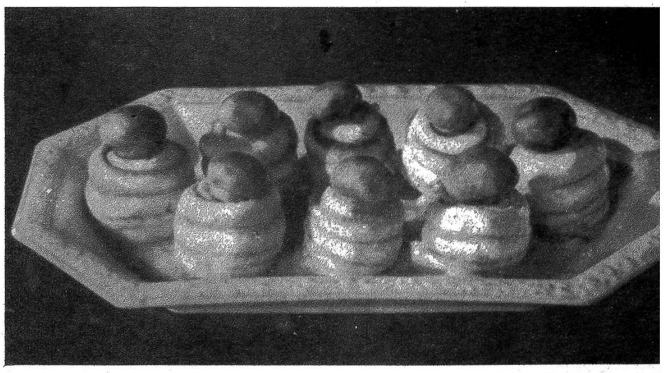
Fischragout. Gekochte Fischresten werden in kleine Stücke zerlegt und mit einer Buttersauce aus 2 Eigelb, 125 g frischer Butter, 1 Esslöffel Wasser und 1 Esslöffel Zitronensaft, die im Wasserbad zubereitet wird, vermischt und in einer Schüssel mit Zitronenscheiben und gerösteten, weissen Brotscheiben angerichtet.



Forellen blau

Fisch mit Pilzen. Zutaten: Etwa 1 kg Kabeljeau, 250 g Stein- oder andere Pilze, etwa 50—60 g Butter, 3—4 Löffel geriebener Käse, 1 Ei, 1 Löffel Mehl, 3 Löffel saure Milch oder Sahne. Den vorgerichteten, mit Salz und Zitronensaft gewürzten Fisch wickelt man in ein Pergamentpapier und lässt ihn in der Grillpfanne im Ofen weich werden, wobei man in die Pfanne etwas Wasser gibt. Nach etwa 15 Minuten nimmt man ihn heraus und fängt den Saft, der sich gebildet hat, in einer Schüssel auf. Dann enthäutet man den Fisch und legt ihn hinein und fügt die Hälfte der Butter bei. Im Rest der Butter dünstet man die gut geputzten und blättrig geschnitzten Pilze 10 Minuten. Mehl und Milch kocht man under Rühren dick und gibt die abgetropften Pilze und das Eigelb dazu. Den Pilzsaft giesst man zum Fisch, bestreicht letztern mit Eiweiss, belegt mit der Pilzmasse und bestreut mit dem Reibkäse und einigen Butterflöckchen. Dann überdeckt man das Ganze im Ofen kurze Zeit.

Fischfilets mit Champignons. Aus vier schönen Seezungen werden ungefähr 14 gleiche Filetstücke geschnitten, nachdem man die Fische vorher wie üblich vorbereitet und abgezogen hat. Man kann auch fertig zubereitete Fischfilets kaufen. Die einzelnen Stücke werden beidseitig mit Zitronensaft beträufelt und ca. eine Stunde stehengelassen. Die Filets werden nun gerollt und dicht nebeneinander in eine Pfanne, in der man etwas Butter zerlassen hat, gesetzt. Man giesst fingerhoch leichten Weisswein daran und dünstet die Filets weich. Die ausgelösten Gräten kocht man aus und bereitet mit der Brühe eine Buttersauce, die man mit Wein und Kapern würzt. Die Rollen werden dann auf eine Platte gestellt, mit der Sauce gefüllt und mit einem gekochten Champignon garniert. Die übrige Sauce wird dazu serviert.

Forellen blau: Die Forellen werden, wie die meisten Fische, die blau gekocht werden, nicht geschuppt, sondern nur ausgenommen, indem man sie auf ein Holzbrett legt und aussen möglichst wenig mit den Händen berührt, damit der Schleim, der das Blauwerden verursacht, nicht abgenommen wird. Dann werden sie gewaschen und mit Essig übergossen und zugedeckt eine halbe Stunde stehen gelassen, wodurch sie blau werden. Dann gibt man die Forellen in kochendes Salzwasser mit etwas Essig und lässt sie 6 bis 12 Minuten auf kleiner Flamme ziehen. Dann werden sie sorgfältig herausgehoben und auf einer Platte hübsch angerichtet. Dazu serviert man ausgelassene frische Butter (so man hat) oder eine holländische Sauce und Salzkartoffeln.

Fischfilets mit Champignons